



Manzo cremoso alla Stroganoff con panna, funghi e orzo perlato

30 minuti

6



Senape



Panna Da Cucina



Funghi Champignon



Cipolla



Rosmarino



Orzo perlato



Tagliata di manzo



Hey Chef, ti è piaciuta questa ricetta?
Scansiona il QR code e lascia un commento!

Ricetta personalizzata: Prestate attenzione ai riquadri rosa presenti su questa scheda se avete scelto di aggiungere o sostituire una proteina alla vostra ricetta.

Dalla dispensa: Olio di oliva, Farina, Sale, Pepe

Prima di cominciare

La nostra frutta e verdura ha bisogno di essere lavata prima del consumo.

Adesso divertitevi a cucinare!

Ingredienti

	2P	4P
Senape 9)	1 pacchetto	2 pacchetti
Panna Da Cucina 7)	1 pacchetto	2 pacchetti
Funghi Champignon**	1 pezzo	2 pezzi
Cipolla	1 pezzo	1 pezzo
Rosmarino	1 pezzo	1 pezzo
Orzo perlato 13)	1 pacchetto	1 pacchetto
Tagliata di manzo**	1 pacchetto	2 pacchetti

**Conservare al fresco

Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	400 g	100 g	525 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	2506 kJ/ 599 kcal	627 kJ/ 150 kcal	3259 kJ/ 779 kcal	621 kJ/ 149 kcal
Grassi (g)	24 g	6 g	29 g	6 g
Grassi saturi(g)	10 g	3 g	13 g	2 g
Carboidrati (g)	47 g	12 g	47 g	9 g
Zuccheri (g)	3 g	1 g	4 g	1 g
Fibre (g)	9 g	2 g	9 g	2 g
Proteine (g)	37 g	9 g	62 g	12 g
Sale (g)	2 g	0 g	3 g	0 g

Allergeni

7) Latte 9) Senape 13) Cereali contenenti glutine

Per avere informazioni più complete su ingredienti, allergeni e tracce di allergeni, fai sempre riferimento all'etichetta sui prodotti. Le box sono confezionate in uno stabilimento che utilizza il sedano.

Mi raccomando!

Conservate il kit ricette in frigo

Lavatevi le mani prima e dopo aver toccato gli ingredienti
Usate taglieri e utensili diversi per i cibi crudi e quelli già pronti, oppure lavateli tra un uso e l'altro



Scopri come smaltire i tuoi imballaggi sul nostro sito hellofresh.it



Lessare l'orzo

- Portate a bollire una pentola d'**acqua** salata. Usate un bollitore o coprite la pentola con un coperchio per velocizzare la bollitura.
- Lessate l'**orzo** per circa 18-20 minuti.



Cuocere lo stufato

TIP: la senape ha un sapore pungente, dosatela secondo i vostri gusti.

- Riportate la padella sul fuoco medio con 1 cucchiaino d'**olio** e rosolate la **cipolla** con un pizzico di **sale** per 3-4 minuti. Unite i **funghi**, salate e pepate a piacere e cuocete per altri 5 minuti circa.
- Incorporate quindi la **panna**, la **carne**, un cucchiaino di **farina**, il **rosmarino**, la **senape** e mescolate bene. Unite 200 ml circa d'**acqua** (circa un bicchiere) per 2 persone e cuocete a fuoco medio-basso per 10-12 minuti, finché la salsa sarà densa e cremosa.



Rosolare la carne

- Tagliate la **bistecca** a strisciole sottili.
- Scaldare una padella antiaderente con un filo d'**olio** e rosolate la carne per 2-3 minuti, poi spostatela in un piatto.
- Sbucciate e tagliate la **cipolla** a fettine sottili.



Disporre nei piatti

- Scolate l'**orzo** e disponetelo nei piatti.
- Aggiungete lo **stufato** e condite a piacere con una macinata di **pepe**.

Buon Appetito!