



Minestra d'orzo, zucca e pancetta con fiocchi di gorgonzola e olio alle erbe

35 minuti

15

Cerca il kit con
lo stesso numero



Cipolla



Aglio



Carota



Sedano



Pancetta



Alloro



Salvia



Orzo perlato



Zucca



Brodo Granulare
Vegetale



Timo



Gorgonzola Dop

La minestra è uno di quei piatti casalinghi e tradizionali della cucina italiana, da preparare in molti modi diversi, scegliendo ciò che la natura offre in stagione. Questa variante tipica delle case lombarde prevede zucca nostrana, genuino orzo perlato, pancetta a cubetti, che aggiunge sapore e carattere, e Gorgonzola Dop, una specialità del territorio realizzato con buon latte fresco secondo un disciplinare rigoroso.



Cosa ti serve?

Olio d'oliva, Sale, Pepe
Padella, Ciotolina

Prima di cominciare

Lava frutta e verdura. Usa taglieri e utensili diversi per cibi crudi e cotti, oppure puliscili tra un uso e l'altro. Lavati le mani prima e dopo aver toccato gli ingredienti. Pianifica le ricette in base alla data di scadenza riportata sugli ingredienti.

Ingredienti

	2P	4P
Cipolla	1 pezzo	1 pezzo
Aglio	1 spicchio	2 spicchi
Carota**	1 pezzo	2 pezzi
Sedano** 10)	1 pezzo	2 pezzi
Pancetta**	100 g	200 g
Alloro	1 pezzo	2 pezzi
Salvia**	1 pezzo	1 pezzo
Orzo perlato 13)	1 pacchetto	1 pacchetto
Zucca**	1 pezzo	1 pezzo
Brodo Granulare Vegetale 10)	1 pacchetto	2 pacchetti
Timo**	5 g	5 g
Gorgonzola Dop** 7)	1 pacchetto	1 pacchetto

**Conservare al fresco

Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	356 g	100 g	406	100 g
Energia (kJ/kcal)	2520 kJ/ 602 kcal	708 kJ/ 169 kcal	3078 kJ/ 736 kcal	758 kJ/ 181 kcal
Grassi (g)	29 g	8 g	40 g	10 g
Grassi saturi (g)	15 g	4 g	20 g	5 g
Carboidrati (g)	56 g	16 g	56 g	14 g
Zuccheri (g)	4 g	1 g	4 g	1 g
Fibre (g)	16 g	5 g	16 g	4 g
Proteine (g)	25 g	7 g	33 g	8 g
Sale (g)	4 g	1 g	5 g	1 g

Allergeni

7) Latte 10) Sedano 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.



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



Preparare gli ingredienti

- Scaldate un filo d'**olio** in una padella a fuoco medio-alto, rosolate la **pancetta** per 4-5 minuti o finché sarà dorata.
- Sbucciate la **cipolla** e affettatela sottilmente.
- Pelate la **carota** e tagliatela a cubetti di circa 1 cm. Riducete il **sedano** allo stesso modo.
- Aggiungete in padella **cipolla**, **carota**, **sedano**, qualche foglia di **salvia**, l'**alloro** e soffriggete con un pizzico di **sale** per 2-3 minuti o finché le verdure saranno tenere.



Preparare l'olio

- Nel frattempo, tritate finemente 2-3 foglie di **salvia**.
- Raccoglietela in una ciotolina con 1-2 cucchiaini di **timo**, l'**aglio** rimasto (dosate a piacere) e 3-4 cucchiai d'**olio**. Condite con **sale** e **pepe** a piacere e mescolate.
- Eliminate la crosta e tagliate il **gorgonzola** a tocchetti.



Cuocere le verdure

- Nel frattempo, sbucciate e tritate finemente l'**aglio**. Unitene metà in padella insieme all'**orzo** e rosolate per altri 1-2 minuti.
- Incorporate 500 ml d'**acqua** (per 2 persone), la **zucca**, il **brodo granulare** e cuocete con il coperchio per 20 minuti, finché le verdure saranno cotte.
- Se la parte liquida dovesse evaporare troppo in cottura, aggiungete qualche altro cucchiaino d'acqua.
- Alla fine assaggiate e regolate di **sale** e **pepe** a piacere.



Disporre nei piatti

- Disponete la **zuppa** nei piatti.
- Adagiate sopra il **gorgonzola** e irrorate a piacere con l'**olio** aromatico.

Il nostro ingrediente segreto è la tua opinione: scansiona il QR code e commenta la ricetta

