



# Polpette di carne all'ascolana con frecantò e maionese all'aroma tartufo

35 minuti

3

Cerca il kit con  
lo stesso numero



Macinato misto di  
maiale e manzo



Patate



Olive



Pangrattato



Olio al Tartufo



Carota



Cipolla



Bietola



Maionese

La cucina italiana offre sempre nuove ispirazioni per mangiare bene ogni giorno. Come le nostre polpette di carne, preparate prendendo spunto dalla ricetta marchigiana delle olive all'ascolana, ma invertendo gli ingredienti: fuori carne di manzo e maiale, dentro una croccante e genuina oliva italiana di Nocellara. Il piatto finale è armonico ed equilibrato, simile all'originale, reso ancora più sostanzioso e casereccio dal frecantò, un'altra bontà dal ricettario delle Marche, un contorno di verdure miste di stagione stufate.



## Cosa ti serve?

Sale, Pepe, Olio di oliva  
Ciotola, Padella, Grattugia, Mixer

## 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
Macinato misto di maiale e manzo**	1 pacchetto	500 pacchetto
Patate	2 pezzi	4 pezzi
Olive	1 pacchetto	2 pacchetti
Pangrattato 13)	1 pacchetto	2 pacchetti
Olio al Tartufo	1 pacchetto	2 pacchetti
Carota**	1 pezzo	2 pezzi
Cipolla	1 pezzo	1 pezzo
Bietola**	200 g	400 g
Maionese 8)	3 pacchetti	6 pacchetti

\*\*Conservare al fresco

## Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	610 g	100 g	716 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	4402 kJ/ 1052 kcal	721 kJ/ 172 kcal	4384 kJ/ 1048 kcal	613 kJ/ 146 kcal
Grassi (g)	74 g	12 g	62 g	9 g
Grassi saturi (g)	16 g	3 g	19 g	3 g
Carboidrati (g)	64 g	10 g	66 g	9 g
Zuccheri (g)	4 g	1 g	4 g	1 g
Fibre (g)	8 g	1 g	8 g	1 g
Proteine (g)	35 g	6 g	60 g	8 g
Sale (g)	2 g	0 g	3 g	0 g

## Allergeni

8) Uova 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 [helloworldfresh.it](http://helloworldfresh.it)



## Preparare le polpette

- Trasferite il **macinato di carne** in una ciotola e condite con **sale, pepe** e 2 cucchiaini di **pangrattato**.
- Mescolate bene, bagnatevi le mani per evitare che il composto si attacchi e formate 10-12 **polpette** per 2 persone.
- Create un piccolo buco all'interno di ogni polpetta, aggiungete un'**oliva** e richiudete ridando una forma tonda.
- Passate le polpette nel **pangrattato**, impanatele in modo uniforme e lasciate riposare in frigorifero per 10 minuti circa.



## Cuocere le polpette

**TIP: le polpette saranno cotte quando risulteranno opache e non più rosa al centro.**

- Ricoprite il fondo di una padella d'**olio** (se l'avete, usate olio di semi) e scaldatela bene a fuoco medio. Per capire se l'olio è in temperatura buttatevi dentro poche briciole: se sfrigolano potete iniziare a friggere.
- Friggete le **polpette** per circa 5 minuti per lato.
- Trasferitele su un piatto foderato di carta da cucina per asciugare l'olio in eccesso e salate.
- Mescolate la **maionese** con l'**olio al tartufo**.



## Preparare il soffritto

- Sbucciate la **cipolla** e tritatela finemente. Pelate la **carota** e tagliatela a pezzetti piccoli, oppure grattugiatela con una grattugia a fori larghi.
- Scaldare una padella ampia a fuoco medio-alto con 1-2 cucchiaini d'**olio**.
- Unite le **verdure, sale, pepe** e cuocete per 7-8 minuti, mescolando spesso.
- Trasferite le verdure in un bicchiere del mixer. Unite, per 2 persone, 3-4 cucchiaini d'**acqua**, 2-3 cucchiaini d'**olio, sale, pepe** e frullate fino a ottenere una **crema**.
- Unite un altro filo d'olio o d'acqua per regolare la consistenza, se necessario.



## Disporre nei piatti

- Disponete le **polpette** nei piatti.
- Accompagnate con le **verdure** e con la **maionese**.



## Cuocere le verdure

- Nel frattempo che cuociono le verdure, pelate le **patate** e affettatele a cubetti di 2-3 cm.
- Tagliate le **bietole** a tocchetti di 2-3 cm circa.
- Portate una padella su fuoco medio-alto con un filo d'**olio**. Aggiungete patate, bietole e 2-3 cucchiaini d'**acqua**.
- Coprite con un coperchio e cuocete per 12-15 minuti, mescolando di tanto in tanto, e aggiungendo altri 1-2 cucchiaini d'acqua se le patate dovessero attaccarsi.
- Rimuovete il coperchio, unite la **crema** di carota e cipolla e proseguite la cottura per altri 4-5 minuti a fuoco medio. Alla fine salate a piacere.

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

