



Polpette di pollo alla pizzaiola con mozzarella filante e sugo di pomodoro

15 minuti • Mangiami per primo

4

Cerca il kit con
lo stesso numero



Polpette di pollo



Mozzarella



Salsa di pomodoro



Panpizzato



Origano Secco



Aglio

Le polpette alla pizzaiola sono un grande classico della cucina italiana, avvolte in un goloso sugo di pomodoro con mozzarella filante e origano. Le nostre sono già pronte, preparate con carne italiana di pollo, solo da cuocere per pochi minuti e condire generosamente: così alla fine avrete tutto il piacere di intingere il pane. Il consiglio: mescolate piano le polpette in modo da non romperle e gustatele quando la mozzarella è calda e filante.



Cosa ti serve?

Olio di oliva, Burro, Sale, Pepe, Zucchero
Padella antiaderente, 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
Polpette di pollo**	1 pacchetto	2 pacchetti
Mozzarella** 7)	1 pacchetto	2 pacchetti
Salsa di pomodoro	1 pacchetto	1 pacchetto
Panpizzato 11) 13)	1 pacchetto	2 pacchetti
Origano Secco	1 pacchetto	1 pacchetto
Aglio	1 spicchio	2 spicchi

**Conservare al fresco

Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	436 g	100 g	556 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	3560 kJ/ 851 kcal	816 kJ/ 195 kcal	4212 kJ/ 1007 kcal	758 kJ/ 181 kcal
Grassi (g)	38 g	9 g	44 g	8 g
Grassi saturi(g)	15 g	3 g	17 g	3 g
Carboidrati (g)	84 g	19 g	90 g	16 g
Zuccheri (g)	14 g	3 g	15 g	3 g
Fibre (g)	4 g	1 g	4 g	1 g
Proteine (g)	43 g	10 g	62 g	11 g
Sale (g)	4 g	1 g	6 g	1 g

Allergeni

7) Latte 11) Soia 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.

1



Preparare le polpette

TIP: bagnatevi leggermente le mani prima di formare le polpette, così il composto non si attaccherà.

- Raccogliete in una ciotola il **macinato di carne** con **sale** e **pepe**.
- Mescolate per amalgamare gli ingredienti e formate 10-12 polpette per 2 persone.

3



Tostare il pane

- Tostate nel frattempo il **pane** in un tostapane. In alternativa tostatelo in una padella antiaderente con un filo d'**olio** per 3-4 minuti.
- Tritate finemente l'**aglio** o grattugiatelo. Unite l'**aglio** in una ciotolina con 1-2 cucchiaini d'**olio**, l'**origano**, un pizzico di **sale** e **pepe**. Mescolate per amalgamare i sapori.
- Al termine della cottura delle **polpette**, togliete la padella dal fuoco, unite una noce di **burro** e mescolate per amalgamarlo al sugo.
- Unite le fette di **mozzarella** sopra le polpette, coprite con un coperchio e fate sciogliere per 1-2 minuti.

2



Unire la salsa

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

- Scaldate un filo d'**olio** in una padella antiaderente a fuoco medio e aggiungete mezzo spicchio d'**aglio** sbucciato.
- Unite le **polpette**, condite con un pizzico di **sale** e rosolate per 2-3 minuti.
- Incorporate in padella la **salsa di pomodoro**, un pizzico di **sale** e 1-2 cucchiaini di **zucchero**.
- Cuocete per 10 minuti circa con coperchio a fuoco medio-basso.
- Tagliate la **mozzarella** a fette.

4



Disporre nei piatti

- Condite il **pane** tostato con l'olio all'**origano** e tagliatelo a fette.
- Disponete le **polpette** nei piatti e accompagnate con il pane bruschettato.



Scopri come smaltire i tuoi imballaggi sul nostro sito [hellofresh.it](https://www.hellofresh.it)

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

