



Crema di patate e panna alle alici con cavolini di Bruxelles, mandorle e paprika

30 minuti

12



Cavolini di Bruxelles



Alici



Panna Da Cucina



Patate



Mandorle



Paprika affumicata



Com'è andata la tua consegna?
Scannerizza il QR code
e faccelo sapere!

Dalla dispensa: Olio d'oliva, 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
Cavolini di Bruxelles**	350 g	700 g
Alici 4)	46 g	92 g
Panna Da Cucina 7)	1 pacchetto	2 pacchetti
Patate	4 pezzi	8 pezzi
Mandorle 2)	1 pacchetto	1 pacchetto
Paprika affumicata 9)	1 pacchetto	2 pacchetti

**Conservare al fresco

Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	655 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	2316 kJ/ 554 kcal	354 kJ/ 85 kcal
Grassi (g)	17 g	3 g
Grassi saturi (g)	7 g	1 g
Carboidrati (g)	82 g	12 g
Zuccheri (g)	7 g	1 g
Fibre (g)	13 g	2 g
Proteine (g)	23 g	4 g
Sale (g)	4 g	1 g

Allergeni

2) Frutta a guscio 4) Pesce 7) Latte 9) Senape

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



Lessare le patate

- Portate a bollire una pentola d'**acqua**, salatela solo quando bolle.
- Sbucciate e tagliate le **patate** a cubetti di circa 2 cm.
- Lessatele per circa 15-18 minuti.



Preparare la salsa di panna e alici

- Nel frattempo, unite le **alici** e la **panna** in un bicchiere per mixer e frullate fino a ottenere una salsa omogenea.
- Assaggiare e regolare di **sale** e **pepe**.
- Sciacquate il frullatore e tenetelo da parte per la crema di patate.



Tostare le mandorle

- Tritate grossolanamente le **mandorle**.
- Scaldare una padella a fuoco medio senza condimenti e tostatevi le mandorle per 3-4 minuti, mescolando spesso e facendo attenzione a non bruciarle, poi spostatele in una ciotolina.



Preparare la vellutata

TIP: tenete da parte un bicchiere di acqua di cottura, vi servirà per regolare la consistenza della crema.

- Verificate la cottura delle **patate**, scolatele e frullatele insieme a 2 cucchiaini di **olio d'oliva**, **sale** e **pepe**.
- Unite qualche cucchiaino d'**acqua di cottura** per regolare la consistenza della crema.



Cuocere i cavolini di Bruxelles

- Mondate i **cavolini di Bruxelles** e tagliateli a metà.
- Scaldare a fuoco medio un filo d'**olio** nella padella utilizzata per le mandorle.
- Unite i **cavolini**, 250 ml d'**acqua** (per 2 persone) e un pizzico di **sale**, coprite con un coperchio e cuocete per circa 12 minuti, o finché saranno teneri.



Disporre nei piatti

- Disponete la **crema** in piatti fondi o ciotole.
- Adagiate sopra i **cavolini di Bruxelles** e completate con qualche goccia di **salsa di panna e alici**.
- Guarnite con le **mandorle** e con un pizzico di **paprika** a piacere.