



# Hamburger di carne e salsa asiatica piccante con patate arrosto, carote e cavolo cappuccio

40 minuti • Mangiami per primo

2



Patate



Panko (pangrattato giapponese)



Pane Per Hamburger



Sriracha



Maionese



Mix di spezie stile Cajun



Mix di Carote e Cavolo Cappuccio



Macinato misto di maiale e manzo



Basilico

Dalla dispensa: Sale, Pepe, Olio extravergine di oliva, Aceto

## Prima di cominciare

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

Adesso divertitevi a cucinare!

## Ingredienti

	2P	4P
Patate	2 pezzi	4 pezzi
Panko (pangrattato giapponese) <b>13</b>	1 pacchetto	2 pacchetti
Pane Per Hamburger <b>7) 8) 13)</b>	1 pacchetto	2 pacchetti
Sriracha	2 pacchetti	4 pacchetti
Maionese <b>8)</b>	4 pacchetti	8 pacchetti
Mix di spezie stile Cajun <b>14)</b>	1 pacchetto	2 pacchetti
Mix di Carote e Cavolo Cappuccio**	200 g	400 g
Macinato misto di maiale e manzo**	280 g	560 g
Basilico**	5 g	10 g

\*\*Conservare al fresco

## Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	<b>467 g</b>	<b>100 g</b>
Energia (kJ/kcal)	3737 kJ/ 893 Kcal	800 kJ/ 191 Kcal
Grassi (g)	45 g	10 g
Grassi saturi (g)	14 g	3 g
Carboidrati (g)	83 g	18 g
Zuccheri (g)	10 g	2 g
Fibre (g)	6 g	1 g
Proteine (g)	39 g	8 g

## Allergeni

**7)** Latte **8)** Uova **13)** Cereali contenenti glutine **14)** Anidride solforosa e solfiti

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



## Tagliare le patate

- Preriscaldare il forno a 220 °C (200 °C se ventilato).
- Tagliate le **patate** in bastoncini larghi circa 2 cm, per praticità potete tenere la buccia.



## Arrostire le patate

- Distribuite le **patate** su una teglia foderata con carta da forno e conditele con un filo di **olio extravergine, sale e pepe**.
- Infornate e cuocete per 25-30 minuti, fino a doratura.



## Preparare la salsa e condire le verdure

- Mescolate in una ciotolina la **salsa sriracha** (è piccante, dosatela a piacere), la **maionese** e 1 cucchiaino di **olio extravergine**.
- Unite in una ciotola il **mix di carote e cavolo**, un filo di **olio extravergine**, un pizzico di **sale**, 1 cucchiaino di **aceto** e mescolate.



## Preparare gli hamburger

- Unite in una ciotola il **macinato di carne**, 1-2 cucchiaini di **mix di spezie**, il **panko** e qualche foglia di **basilico** spezzettata mescolando fino a ottenere un composto omogeneo.
- Dividete il composto e formate 1 **hamburger** per persona, di circa 2 cm di spessore.



## Cuocere la carne e scaldare il pane

**TIP: l'hamburger è cotto quando al suo interno la carne non sarà più rosa e umida.**

- Scaldate in una padella, preferibilmente antiaderente, un filo di **olio extravergine**, a fuoco medio-alto.
- Cuocete gli **hamburger** per 4-5 minuti per lato, fino a doratura.
- Tagliate i **panini** a metà e scaldateli direttamente sulla griglia del forno per 3-4 minuti.



## Disporre nei piatti

- Spalmate un cucchiaino di **salsa** sulla base del **panino** e adagiatevi sopra l'**hamburger**.
- Aggiungete il **mix di carote e cavolo** e chiudete il **panino**.
- Accompagnate con le **patate** e la restante **salsa** in una ciotolina a parte.



Ti piace cucinare con HelloFresh?  
Scarica la nostra app e raccontaci com'è andata!

**Buon Appetito!**