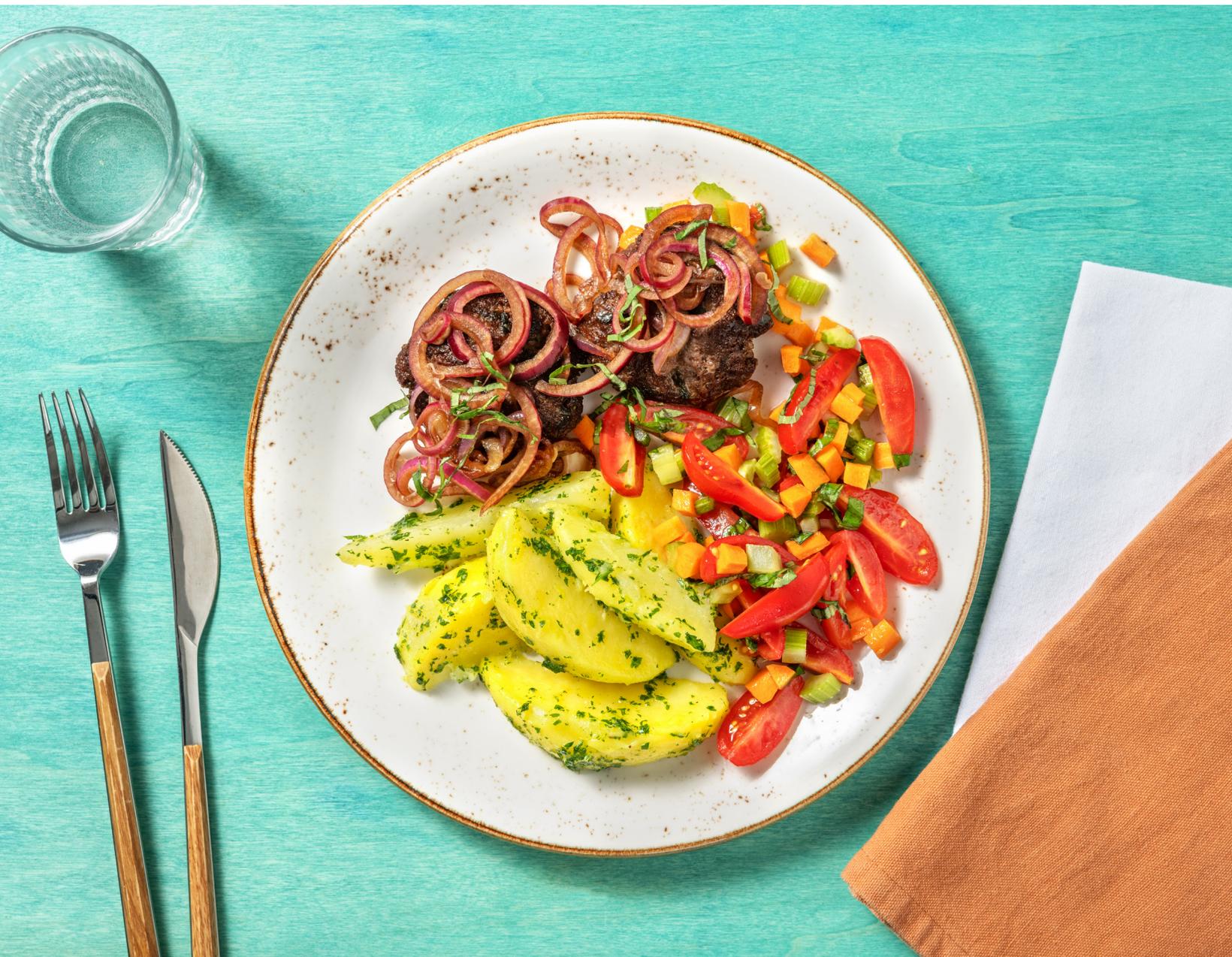




Mini burger di carne e patate in salsa verde con cipolle marinate e insalata croccante

Conta Calorie 35 minuti

11



Macinato misto di
maiale e manzo



Cipolla rossa



Prezzemolo



Basilico



Pomodorini Datterini



Sedano



Carota



Aceto Balsamico



Patate



Formaggio a pasta dura
grattugiato

Dalla dispensa: Sale, Pepe, Olio
extravergine di oliva

Prima di cominciare

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

Adesso divertitevi a cucinare!

Ingredienti

	2P	4P
Macinato misto di maiale e manzo**	280 g	560 g
Cipolla rossa	1 pezzo	2 pezzi
Prezzemolo**	5 g	10 g
Basilico**	5 g	10 g
Pomodorini Datterini	150 g	250 g
Sedano 10	50 g	100 g
Carota	1 pezzo	2 pezzi
Aceto Balsamico 14	1 pacchetto	2 pacchetti
Patate	2 pezzi	4 pezzi
Formaggio a pasta dura grattugiato** 7) 8	1 pacchetto	2 pacchetti

**Conservare al fresco

Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	611 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	2690 kJ/ 643 Kcal	440 kJ/ 105 Kcal
Grassi (g)	31 g	5 g
Grassi saturi(g)	14 g	2 g
Carboidrati (g)	50 g	8 g
Zuccheri (g)	5 g	1 g
Fibre (g)	8 g	1 g
Proteine (g)	41 g	7 g

Allergeni

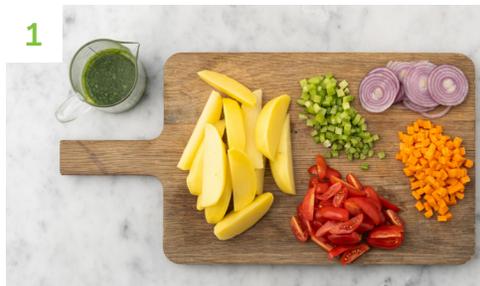
7) Latte 8) Uova 10) Sedano 14) Anidride solforosa e solfiti

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



Preparare gli ingredienti

- Tagliate i **pomodorini** a metà.
- Tagliate il **sedano** a dadini.
- Tagliate la **carota** a dadini.
- Sbucciate le **patate** e tagliatele a spicchi.
- Sbucciate la **cipolla** e tagliatela a rondelle sottili.
- Fate marinare in una ciotolina metà della **cipolla** con un pizzico di **sale**, un cucchiaino di **acqua** e l'**aceto balsamico**. Tenete da parte.



Cuocere i burger

- Scaldate un filo di **olio extravergine** in una padella preferibilmente antiaderente e rosolatevi i burger per circa 2-3 minuti.
- Voltateli delicatamente, distribuitevi sopra qualche rondella di cipolla (usate la metà non ancora condita) e un pizzico di **sale**, quindi chiudete con un coperchio e cuocete per altri 4-5 minuti, finché la **cipolla** sarà cotta.



Condire le patate

- Frullate le foglie del **prezzemolo** con un pizzico di **sale** e 1-2 cucchiaini di **olio extravergine** a testa: otterrete una **salsa verde**. In alternativa, potete tritare il **prezzemolo** e condirlo allo stesso modo.
- Lessate le **patate** in abbondante **acqua** salata per circa 15-18 minuti: dovranno essere cotte ma non sfaldarsi.
- Scolatele alla fine e trasferitele in un piatto, quindi conditele con la **salsa verde** o il trito di **prezzemolo**.



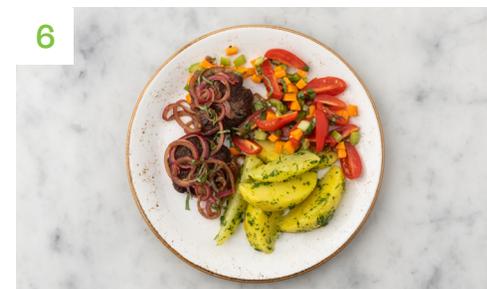
Condire le verdure

- Unite in una ciotola i **pomodorini**, le **carote** e il **sedano**; conditeli con qualche foglia di **basilico** spezzettata, un pizzico di **sale** e 1 cucchiaino di **olio extravergine** a persona. Mescolate bene per amalgamare i sapori.



Formare i burger

- Amalgamate in una ciotola, nel frattempo che cuociono le **patate**, la **carne** con un pizzico di **sale**, **pepe**, il **formaggio** e qualche foglia di **basilico** spezzettata.
- Dividete il composto in 4 parti, modellatele e schiacciatele per formare 4 dischi compatti e spessi circa 1,5-2 cm.



Disporre nei piatti

- Disponete nei piatti i **burger**, le **patate prezzemolate** e le **verdure** croccanti.
- Decorate i **burger**, a piacere, con le rondelle di **cipolla** crude rimaste e qualche foglia di **basilico** spezzettata.
- Completate con la **cipolla marinata**, sgocciolata, sopra alle **verdure** croccanti.



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

Buon Appetito!