



Polpette di carne in glassa BBQ con patate al formaggio e insalata

Famiglia 45 minuti • Mangiami per primo

1



Macinato misto di
maiale e manzo



Patate



Formaggio a pasta
dura a julienne



Salsa barbecue



Panko (pangrattato
giapponese)



Insalata Mista



Carota



Maionese

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
Macinato misto di maiale e manzo**	280 g	560 g
Patate	2 pezzi	4 pezzi
Formaggio a pasta dura a julienne** 7)	1 pacchetto	2 pacchetti
Salsa barbecue	4 pacchetti	8 pacchetti
Panko (pangrattato giapponese) 13)	1 pacchetto	2 pacchetti
Insalata Mista**	100 g	100 g
Carota	1 pezzo	2 pezzi
Maionese 8)	2 pacchetti	4 pacchetti

**Conservare al fresco

Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	546 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	3145 kJ/ 752 Kcal	576 kJ/ 138 Kcal
Grassi (g)	40 g	7 g
Grassi saturi (g)	15 g	3 g
Carboidrati (g)	57 g	10 g
Zuccheri (g)	9 g	2 g
Fibre (g)	8 g	1 g
Proteine (g)	42 g	8 g

Allergeni

7) Latte 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.

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 verdure

- Preriscaldate il forno a 220°C (200°C se ventilato).
- Tagliate le **patate** a spicchi (potete lasciare la buccia).
- Pelate la **carota** e grattugiatela con la grattugia a fori grossi.



Comporre l'insalata

- Unite in una ciotola un filo di **olio extravergine**, un pizzico di **sale** e 1/2 cucchiaino di **aceto** a persona, poi mescolate energicamente con una forchetta: otterrete un'emulsione.
- Aggiungete le **carote** e l'**insalata** e mescolate.



Arrostire le patate

- Disponete 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.
- Negli ultimi 2-3 minuti di cottura spolverizzate le **patate** con il **formaggio** (dovrà sciogliersi) e portate a termine la cottura.



Glassare le polpette

- Mescolate in una ciotola capiente la restante **salsa BBQ** (dosata a piacere), 1 cucchiaino d'**acqua** per persona e un filo di **olio extravergine**.
- Sfnate le **polpette** e trasferitele subito nella ciotola, mescolando con delicatezza fino a condirle in modo omogeneo.



Formare le polpette

- Mescolate in una ciotola il **macinato di carne**, il **panko**, una presa di **sale, pepe** e metà della **salsa BBQ** (ha un gusto intenso: dosatela a piacere), fino a ottenere un composto omogeneo.
- Formate 4 **polpette** a persona e disponetele su una teglia foderata con carta da forno.
- Infornate e cuocete per 13-14 minuti, fino a doratura.



Disporre nei piatti

- Distribuite le **polpette** nei piatti e accompagnatele con le **patate**, l'**insalata** e la **maionese**.



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

Buon Appetito!