



Spaghettoni alla crema di mozzarella con pesto di zucchine e crumble di noci

35 minuti

2



Zucchine



Aglio



Formaggio a pasta dura grattugiato



Spaghettoni



Noci



Panko (pangrattato giapponese)



Basilico



Mozzarella



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
Zucchine	1 pezzo	2 pezzi
Aglio	1 spicchio	2 spicchi
Formaggio a pasta dura grattugiato** 7) 8)	1 pacchetto	2 pacchetti
Spaghettoni 13)	1 pacchetto	1 pacchetto
Noci 2)	1 pacchetto	1 pacchetto
Panko (pangrattato giapponese) 13)	1 pacchetto	2 pacchetti
Basilico**	5 g	10 g
Mozzarella** 7)	1 pacchetto	2 pacchetti

**Conservare al fresco

Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	429 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	3230 kJ/ 772 kcal	753 kJ/ 180 kcal
Grassi (g)	22 g	5 g
Grassi saturi (g)	11 g	3 g
Carboidrati (g)	107 g	25 g
Zuccheri (g)	10 g	2 g
Fibre (g)	7 g	2 g
Proteine (g)	37 g	9 g
Sale (g)	1 g	0.2 g

Allergeni

2) Frutta a guscio 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



Preparare gli ingredienti

- Portate a bollire una pentola d'**acqua** leggermente salata: vi servirà per lessare le **zucchine** e gli **spaghettoni**.
- Tritate grossolanamente le **noci**.
- Sbucciate e tagliate a metà lo spicchio d'**aglio**.
- Eliminate le estremità delle **zucchine** e riducetele a cubetti.



Tostare il crumble

- Scaldare nel frattempo un filo d'**olio** in una padella antiaderente a fuoco medio.
- Aggiungete il **panko** e le **noci** rimanenti e tostate per 2-3 minuti, mescolando spesso.



Frullare il pesto

- Lessate le **zucchine** per 5-6 minuti, scolatele con un mestolo forato e conservate l'**acqua** sul fuoco.
- Unite in una ciotola metà delle **noci**, l'**aglio** (tutto o solo metà per un gusto più delicato), le **zucchine**, qualche foglia di **basilico** (tenete da parte 2-3 foglie per guarnire), metà del **formaggio grattugiato** e 1-2 cucchiaini di **olio extravergine**. Frullate fino a ottenere una crema omogenea.
- Aggiustate di **sale** e **pepe** se necessario.



Condire gli spaghettoni

- TIP: prima di scolare gli spaghettoni, tenete da parte un mestolo d'acqua di cottura.**
- Scolate gli **spaghettoni**, riportateli nella pentola e conditeli con 2-3 cucchiaini di **pesto di zucchine**. Mescolate fino ad amalgamare.
 - Aggiungete qualche cucchiaino di **acqua** di cottura per allungare la consistenza del pesto, se necessario.



Fare la crema

- Riportate a bollire l'**acqua** nella pentola in cui avete cotto le zucchine e lessate gli **spaghettoni**, seguendo i tempi di cottura riportati sulla confezione.
- Tagliate la **mozzarella** a pezzetti e trasferitela in un bicchiere per mixer. Aggiungete un cucchiaino d'**olio** e frullate fino a ottenere una crema.
- Allungate la crema con poca **acqua** di cottura, se necessario, per uniformare la consistenza. Aggiustate di **sale** e **pepe** e tenete da parte.



Disporre nei piatti

- Disponete nei piatti qualche cucchiaino di **crema di mozzarella**.
- Adagiate sopra gli **spaghettoni** a nido (createlo arrotolando gli spaghettoni su un forchettone). Irrorate con qualche altro cucchiaino di **pesto di zucchine** e con qualche goccia di **crema di mozzarella**.
- Spolverizzate sopra il **crumble di noci e panko** e guarnite con qualche foglia di **basilico**, un filo d'**olio** e un pizzico di **pepe**.