



Tacos al ragù di pollo Tex-Mex con crema di ricotta, formaggio e insalata

Adatto ai Bambini 30 minuti • Mangiami per primo

4



Macinato di pollo



Ricotta



Formaggio a pasta
dura a julienne



Aceto Balsamico



Mini Tortilla Di
Farina Bianca



Mix Di Spezie Tex-Mex



Concentrato
Di Pomodoro



Lattuga iceberg



Cipolla dorata

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 di pollo**	300 g	600 g
Ricotta** (7)	1 pacchetto	2 pacchetti
Formaggio a pasta dura a julienne** (7)	1 pacchetto	2 pacchetti
Aceto Balsamico (14)	1 pacchetto	2 pacchetti
Mini Tortilla Di Farina Bianca (13)	1 pacchetto	1 pacchetti
Mix Di Spezie Tex-Mex	1 pacchetto	2 pacchetti
Concentrato Di Pomodoro	1 pacchetto	2 pacchetti
Lattuga iceberg**	50 g	100 g
Cipolla dorata	1 pezzo	2 pezzi

**Conservare al fresco

Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	457 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	3013 kJ/ 720 Kcal	659 kJ/ 158 Kcal
Grassi (g)	31 g	7 g
Grassi saturi(g)	16 g	3 g
Carboidrati (g)	60 g	13 g
Zuccheri (g)	15 g	3 g
Fibre (g)	4 g	0.8 g
Proteine (g)	49 g	11 g

Allergeni

7) Latte 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

Riciclam!



Preparare gli ingredienti

- Sbucciate e affettate sottilmente la **cipolla**.
- Unite in una ciotolina la **ricotta** con un pizzico di **sale, pepe** e 1-2 cucchiaini di **olio extravergine**. Mescolate fino a ottenere una crema liscia e tenete da parte.



Preparare la vinaigrette

- Unite in un'insalatiera l'**aceto balsamico**, due cucchiaini di **olio extravergine** e un pizzico di **sale**.
- Mescolate energicamente con una frusta o con una forchetta fino a ottenere un'emulsione.



Rosolare il pollo

- Soffriggete la **cipolla** in una padella antiaderente con un filo di **olio extravergine** per 2-3 minuti, a fuoco medio.
- Unite il **macinato di pollo**, condite con **sale** e **pepe** e fate rosolare per 2-3 minuti, sgranando il macinato con un cucchiaino di legno.



Tostare le tortillas e condire l'insalata

- Pulite con carta da cucina la padella utilizzata nello step 3 e riportatela su fuoco medio.
- Condite le **tortillas** con un filo di **olio extravergine** su entrambi i lati. Tostatele per 1 minuto, poi voltatele e aggiungete sopra un po' di **formaggio a julienne**. Proseguite la cottura per altri 1-2 minuti, finché il **formaggio** non sarà fuso.
- Poco prima di servire, condite l'**insalata** con la vinaigrette.



Cuocere la salsa

- Aggiungete nella padella con il **pollo** 1-2 cucchiaini di **concentrato di pomodoro** e diluite con 2-3 cucchiaini d'**acqua** a persona.
- Aggiungete 1-2 cucchiaini di **mix di spezie** e, se necessario, aggiustate di **sale** e **pepe**. Fate cuocere a fuoco basso per altri 7-8 minuti.
- Trasferite in un piatto e tenete al caldo.



Disporre nei piatti

- Spalmate la crema di **ricotta** sulla base delle **tortillas**, disponete sopra qualche foglia di **insalata** e 1-2 cucchiaini di **pollo** con la sua **salsa al pomodoro**.
- Accompagnate con l'**insalata** rimanente.



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

Buon Appetito!