



# Zuppa di cipolle alla francese con taleggio fondente e pane tostato

45 minuti

7



Cipolla



Burro



Brodo Granulare  
Vegetale



Pane integrale



Taleggio



Alloro



Com'è andata la tua consegna?  
Scannerizza il QR code  
e faccelo sapere!

Dalla dispensa: Farina, 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
Cipolla	4 pezzi	8 pezzi
Burro** 7)	3 pacchetti	6 pacchetti
Brodo Granulare Vegetale 10)	3 pacchetti	6 pacchetti
Pane integrale 13)	200 g	400 g
Taleggio** 7)	1 pacchetto	2 pacchetti
Alloro	1 pezzo	2 pezzi

\*\*Conservare al fresco

## Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	420 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	3094 kJ/ 740 kcal	736 kJ/ 176 kcal
Grassi (g)	38 g	9 g
Grassi saturi (g)	25 g	6 g
Carboidrati (g)	65 g	16 g
Zuccheri (g)	14 g	3 g
Fibre (g)	6 g	1 g
Proteine (g)	29 g	7 g
Sale (g)	6 g	1 g

## Allergeni

7) Latte 10) Sedano 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 le cipolle

**TIP: sciacquate la lama del coltello prima di affettare le cipolle, così non vi faranno lacrimare.**

- Portate a ebollizione 300 ml di **acqua** per persona.
- Una volta raggiunto il bollore, scioglietevi il **brodo**, abbassate la fiamma al minimo e tenete al caldo.
- Sbucciate e affettate sottilmente le **cipolle**.
- Eliminate la crosta del **taleggio** e tagliatelo a fette rettangolari spesse circa 1 cm.



## Tostare il pane

- Tagliate nel frattempo il **pane** a fette di 2 cm.
- Disponetele su una teglia foderata con carta forno, conditele con un filo di **olio d'oliva** e un pizzico di **sale** e **pepe** e tostatele in forno caldo per 2-3 minuti.
- Sfonate il **pane** e disponete alcune fette in una pirofila da forno da 24x20 cm, fino a ricoprirne la base (in alternativa, potete usare delle cocotte monoporzione).



## Rosolare le cipolle

- Sciogliete il **burro** assieme a un cucchiaino di **olio d'oliva** in una pentola ampia, preferibilmente antiaderente.
- Unite le **cipolle**, la foglia di **alloro**, un pizzico di **sale** e di **pepe** e rosolate per 7-8 minuti a fuoco medio.



## Gratinare in forno

- Tagliate a metà le fette di **taleggio** e adagiatene un pezzetto su ciascuna fetta di **pane**.
- Versate la **zuppa di cipolle** sulle **fette di pane** con il **taleggio**, sino a ricoprirle.
- Create un secondo strato con le **fette di pane** avanzate sulla zuppa e aggiungetevi sopra i pezzetti di **taleggio** rimasti.
- Cuocete con la funzione grill per circa 8-10 minuti, finché il **taleggio** si sarà fuso e avrà formato una crosticina.



## Cuocere la zuppa

- Preriscaldate il forno a 220 °C (oppure 200 °C se ventilato).
- Mescolate in una ciotolina 1 cucchiaino di **farina** con 1-2 cucchiaini di **brodo**, senza formare grumi.
- Versate il composto ottenuto nella pentola con le **cipolle** e stemperatelo con 2-3 mestoli di **brodo**.
- Proseguite la cottura a fuoco medio-basso per 18-20 minuti, mescolando di tanto in tanto e aggiungendo altro **brodo** se la zuppa dovesse restringersi troppo.



## Disporre nei piatti

- Sfonate e lasciate intiepidire per qualche minuto prima di servire.
- Disponete la **zuppa** in piatti fondi e guarnite con una macinata di **pepe** a piacere.