



Burger di petto di pollo alla messicana con cipolle caramellate, patate e salsa aioli

45 minuti • Mangiami per primo

6



Cipolla



Pomodoro



Lattuga iceberg



Petto di pollo a fette



Aioli



Mix di spezie stile Messico



Pane Per Hamburger



Ketchup



Glassa Al Balsamico



Patate



Hey Chef, ti è piaciuta questa ricetta?
Scansiona il QR code e lascia un commento!

Dalla dispensa: Sale, Pepe, Olio d'oliva,
Zucchero

Prima di cominciare

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

Adesso divertitevi a cucinare!

Ingredienti

	2P	4P
Cipolla	1 pezzo	2 pezzi
Pomodoro**	1 pezzo	2 pezzi
Lattuga iceberg**	50 g	100 g
Petto di pollo a fette**	250 g	500 g
Aioli 8) 9)	1 pacchetto	2 pacchetti
Mix di spezie stile Messico	1 pacchetto	2 pacchetti
Pane Per Hamburger 7) 8) 13)	1 pacchetto	2 pacchetti
Ketchup	3 pacchetti	6 pacchetti
Glassa Al Balsamico 14)	1 pacchetto	2 pacchetti
Patate	8 pezzi	16 pezzi

**Conservare al fresco

Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	605 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	2991 kJ/ 715 kcal	494 kJ/ 118 kcal
Grassi (g)	22 g	4 g
Grassi saturi (g)	5 g	1 g
Carboidrati (g)	83 g	14 g
Zuccheri (g)	17 g	3 g
Fibre (g)	6 g	1 g
Proteine (g)	42 g	7 g
Sale (g)	2 g	0 g

Allergeni

7) Latte **8)** Uova **9)** Senape **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



Scopri come smaltire i tuoi imballaggi sul nostro sito [hellofresh.it](https://www.hellofresh.it)



Infornare le patate

- Preriscaldate il forno a 220 °C in modalità statica.
- Tagliate le **patate** a spicchi di circa 1 cm (potete tenere la buccia).
- Mettetele in una ciotola con 1 cucchiaino d'**olio** e conditele in modo uniforme.
- Distribuitele su una teglia foderata con carta da forno, cercando di non sovrapporle, e cuocetele in forno caldo per circa 30-35 minuti, mescolandole a metà cottura.
- Alla fine salate a piacere.



Cuocere il pollo

TIP: il pollo sarà cotto quando la carne all'interno risulterà bianca e asciutta.

- Scaldate molto bene a fuoco medio-alto la padella usata per le cipolle con un filo d'**olio**. Cuocete il **pollo** per 2 minuti, quindi voltatelo, coprite con un coperchio, e cuocete per altri 2 minuti. Alla fine salate a piacere.
- Nel frattempo, tagliate il **pomodoro** a fettine.
- Tagliate a metà il **pane** per burger e infornatelo per 2-3 minuti.



Condire il pollo

- Mettete il **pollo** in un piatto fondo o ciotola e conditelo con un filo d'**olio**, il **mix di spezie**, **sale**, **pepe** e tente al fresco fino alla cottura.
- Sbucciate e affettate finemente la **cipolla**.



Disporre nei piatti

TIP: la salsa aioli ha un intenso sapore di aglio, dosatela secondo i vostri gusti.

- Disponete un po' di **salsa aioli** a piacere sulla base del pane.
- Adagiate sopra la **lattuga iceberg**, qualche fetta di **pomodoro**, le **cipolle** caramellate e il **pollo**.
- Accompagnate con le **patate** e il **ketchup**.



Rosolare le cipolle

- Rosolate la **cipolla** in padella con un filo d'**olio** e un pizzico di **sale** per 3-4 minuti, mescolando di tanto in tanto.
- Aggiungete, per ogni persona, 1 cucchiaino di **zucchero**, 2 cucchiaini d'**acqua** e la **glassa al balsamico** e proseguite la cottura a fuoco basso per 8-9 minuti, poi spostatele in un piatto.

Buon Appetito!