



Crema di patate dolci e gocce di stracchino con pomodori secchi, crostini e semi di zucca

40 minuti

5



Patata Dolce



Brodo Granulare Vegetale



Pomodori Secchi



Stracchino



Carota



Scalognon



Semi Di Zucca



Ciabatta



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

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
Patata Dolce	2 pezzi	4 pezzi
Brodo Granulare Vegetale 10	1 pacchetto	2 pacchetti
Pomodori Secchi	1 pacchetto	2 pacchetti
Stracchino** 7	1 pacchetto	2 pacchetti
Carota**	2 pezzi	4 pezzi
Scalognò	1 pezzo	2 pezzi
Semi Di Zucca	1 pacchetto	2 pacchetti
Ciabatta 13	1 pacchetto	2 pacchetti

**Conservare al fresco

Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	635 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	3356 kJ/ 802 kcal	529 kJ/ 126 kcal
Grassi (g)	20 g	3 g
Grassi saturi (g)	9 g	1 g
Carboidrati (g)	129 g	20 g
Zuccheri (g)	21 g	3 g
Fibre (g)	16 g	3 g
Proteine (g)	24 g	4 g
Sale (g)	3 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



Scopri come smaltire i tuoi imballaggi sul nostro sito hellofresh.it



Tagliare le verdure

- Sbucciate e tagliate le **patate dolci** e le **carote** a cubetti di 1-2 cm.
- Sbucciate e affettate lo **scalognò** a rondelle.



Preparare gli ingredienti

- Frullate intanto lo **stracchino** con 2-3 cucchiaini d'**acqua** (ogni 2 persone) e un filo d'**olio**. In alternativa, mescolate energicamente gli ingredienti con una forchetta.
- Tritate grossolanamente i **pomodori secchi**.
- Tagliate il **pane** a cubetti di 2-3 cm, ricavando dei crostini.
- Scaldate una padella su fuoco medio con 2-3 cucchiaini d'**olio**.
- Unite i **crostini** e un pizzico di **sale** e tostateli per 5-6 minuti, finché saranno dorati e croccanti.



Cuocere le verdure

- Scaldate un filo d'**olio** in una pentola capiente a fuoco medio.
- Unite lo **scalognò**, le **carote** e le **patate**. Condite con un pizzico di **sale** e **pepe** e rosolate per 5-6 minuti.
- Unite 650 ml d'**acqua** (circa 2 bicchieri e mezzo) per 2 persone, il **brodo granulare** e un pizzico di **sale**. Portate a bollire, poi cuocete a fuoco basso con coperchio per circa 16-18 minuti.
- Una volta cotte, frullate le **verdure** per ottenere una crema omogenea. Assaggiate e aggiustate di sale, se necessario.



Disporre nei piatti

- Disponete la **crema** di patata dolce e carote in piatti fondi o ciotole.
- Posizionate sopra una cucchiainata di **stracchino** e guarnite con i **pomodori secchi**, i **semi di zucca** e i **crostini**.
- Condite con un filo d'**olio** e una macinata di **pepe** a piacere.

Buon Appetito!