



# Bagel al pulled pork e formaggio affumicato con carote in salsa rosa, indivia e nocchie

40 minuti

17



Bagel



Pulled Pork



Galbanino a fette affumicato



Maionese



Salsa barbecue



Carota



Indivia



Sedano



Nocchie



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          |
|--|-------------|-------------|
| Bagel <b>3)</b>                          | 1 pacchetto | 2 pacchetti |
| Pulled Pork**                            | 1 pacchetto | 2 pacchetti |
| Galbanino a fette affumicato** <b>7)</b> | 1 pacchetto | 2 pacchetti |
| Maionese <b>8)</b>                       | 3 pacchetti | 6 pacchetti |
| Salsa barbecue                           | 2 pacchetti | 4 pacchetti |
| Carota**                                 | 2 pezzi     | 4 pezzi     |
| Indivia**                                | 2 pezzi     | 4 pezzi     |
| Sedano** <b>10)</b>                      | 2 pezzi     | 4 pezzi     |
| Nocciole <b>2)</b>                       | 1 pacchetto | 2 pacchetti |

\*\*Conservare al fresco

## Valori nutrizionali

|                                  | Per porzione         | Per 100g            |
|----------------------------------|----------------------|---------------------|
| per gli ingredienti non cucinati | <b>532 g</b>         | <b>100 g</b>        |
| Energia (kJ/kcal)                | 4104 kJ/<br>981 kcal | 771 kJ/<br>184 kcal |
| Grassi (g)                       | 42 g                 | 8 g                 |
| Grassi saturi(g)                 | 12 g                 | 2 g                 |
| Carboidrati (g)                  | 97 g                 | 18 g                |
| Zuccheri (g)                     | 14 g                 | 3 g                 |
| Fibre (g)                        | 13 g                 | 2 g                 |
| Proteine (g)                     | 52 g                 | 10 g                |
| Sale (g)                         | 3 g                  | 1 g                 |

## Allergeni

**2)** Frutta a guscio **3)** Semi di sesamo **7)** Latte **8)** Uova  
**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](http://hellofresh.it)

1



## Preparare la coleslaw

- Pelate le **carote** e grattugiatele con una grattugia a fori larghi.
- Raccoglietele in una ciotola con la **maionese**, la **salsa barbecue** e 1 cucchiaino d'**olio** (per 2 persone) e mescolate bene.

3



## Scaldare il pulled pork

- Scaldate una padella a fuoco medio senza condimenti e tostate i **bagel** 2-3 minuti. In alternativa, tostateli in un tostapane.
- Scaldate una padella a fuoco medio. Unite il **pulled pork**, 1-2 cucchiaini di **acqua**, un pizzico di **sale** e riscaldate per 4-5 minuti con il coperchio.
- Disponete il **formaggio** sopra il pulled pork, coprite di nuovo con il coperchio e cuocete per altri 1-2 minuti, fino a farlo fondere.

2



## Condire l'indivia

- Tagliate l'**indivia** a rondelle sottili circa 0,5 cm.
- Riducete il **sedano** a fettine di 0,5 cm.
- Tritate grossolanamente le **nocciole**.
- Raccogliete indivia, sedano e nocciole in una ciotola e condite con **sale**, **pepe** e **olio** a piacere.

4



## Disporre nei piatti

- Farcite i bagel con il **pulled pork** e la **coleslaw**.
- Accompagnate con l'**insalata**.

Buon Appetito!