



Udon al curry giallo e funghi champignon con pak choi, anacardi e lime

30 minuti • Piccante • Uova non incluse

10



Funghi Champignon



Udon Noodles



Lime



Carota



Baby Pak Choi



Peperoncino



Cipolla



Curry In Polvere Leggero



Brodo Granulare Vegetale



Anacardi



Macinato misto di maiale e manzo



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

Ricetta personalizzata: Prestate attenzione ai riquadri rosa presenti su questa scheda se avete scelto di aggiungere o sostituire una proteina alla vostra ricetta.

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

Prima di cominciare

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

Adesso divertitevi a cucinare!

Ingredienti

| | 2P | 4P |
|--------------------------------------|-------------|-------------|
| Funghi Champignon** | 250 g | 500 g |
| Udon Noodles 13) | 1 pacchetto | 2 pacchetti |
| Lime | 1 pezzo | 1 pezzo |
| Carota** | 1 pezzo | 2 pezzi |
| Baby Pak Choi** | 200 g | 400 g |
| Peperoncino 🌶️ | 1 pezzo | 1 pezzo |
| Cipolla | 1 pezzo | 1 pezzo |
| Curry In Polvere Leggero | 1 pacchetto | 2 pacchetti |
| Brodo Granulare Vegetale 10) | 1 pacchetto | 2 pacchetti |
| Anacardi 2) | 1 pacchetto | 2 pacchetti |
| Macinato misto di maiale e manzo** | 280 g | 500 g |

**Conservare al fresco

Valori nutrizionali

| | Per porzione | Per 100g | Per porzione | Per 100g |
|----------------------------------|------------------|----------------|------------------|-----------------|
| per gli ingredienti non cucinati | 509 g | 100 g | 649 g | 100 g |
| Energia (kJ/kcal) | 1692 kJ/404 kcal | 333 kJ/80 kcal | 2992 kJ/715 kcal | 461 kJ/110 kcal |
| Grassi (g) | 8 g | 2 g | 30 g | 5 g |
| Grassi saturi (g) | 2 g | 0 g | 11 g | 2 g |
| Carboidrati (g) | 64 g | 13 g | 65 g | 10 g |
| Zuccheri (g) | 5 g | 1 g | 5 g | 1 g |
| Fibre (g) | 12 g | 2 g | 13 g | 2 g |
| Proteine (g) | 18 g | 4 g | 45 g | 7 g |
| Sale (g) | 2 g | 0 g | 3 g | 0 g |

Allergeni

2) Frutta a guscio **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

1



Preparare il soffritto

TIP: se non avete le uova, omettete questo passaggio: la ricetta sarà comunque deliziosa.

- Portate a bollire un pentolino d'**acqua** leggermente salata. Unite 1 uovo a persona e lessate per 10 minuti circa.
- Pulite i **funghi** da eventuali residui di terra e tagliateli a fettine da 1 cm.
- Sbucciate e tagliate **carota** e **cipolla** a cubetti piccoli. Tagliate il **peperoncino** a rondelle (oppure omettetelo se non gradite il piccante).
- Scaldate una padella a fuoco medio con un filo d'olio. Aggiungete cipolla, carota e un pizzico di **peperoncino** a piacere e rosolate per 2-3 minuti.

3



Cuocere il pak choi

TIP: passare i noodles sotto acqua fredda è utile per fermare la cottura velocemente e per non farli attaccare.

- Portate a bollire una pentola d'**acqua** salata per i noodles.
- Tagliate il **pak choi** a metà, lasciando le foglie unite alla base.
- Portate una padella su fuoco medio-alto con un filo d'**olio**. Unite i pak choi, 5-6 cucchiaini d'**acqua** e cuocete con il coperchio per 4 minuti circa.
- Voltateli e proseguite la cottura per altri 4 minuti.
- Lessate i **noodles** per 1-2 minuti, scolateli e sciacquateli sotto acqua corrente fredda. Trasferiteli nella padella con le verdure e mescolate bene.

2



Unire i funghi

- Unite in padella i **funghi**, il **curry in polvere**, un pizzico di **sale**, **pepe** e proseguite la cottura per 6-7 minuti circa.
- Bagnate con 250-300 ml di **acqua** (per 2 persone), unite il **brodo granulare** e proseguite la cottura per altri 10-11 minuti circa. Aggiungete poca acqua se la salsa dovesse asciugarsi troppo.
- Assaggiare e aggiungete un pizzico di **sale**, se necessario.

Ricetta personalizzata: cuocete la carne in padella per 5-6 minuti, finché sarà opaca e chiara.

4



Disporre nei piatti

- Disponete i **noodles** nei piatti.
- Adagiate sopra il **pak choi**, guarnite con gli **anacardi** e uno spicchio di **lime**.

Buon Appetito!