

Comfort food - minestra d'orzo, zucca e pancetta con fiocchi di Gorgonzola Dop e olio alle erbe

35 minuti

19

Cerca il kit con
lo stesso numero



Pancetta



Cipolla



Carota



Sedano



Salvia



Alloro



Aglio



Orzo perlato



Zucca



Brodo Granulare
Vegetale



Timo



Gorgonzola Dop

Prima di cominciare

Lava gli ortaggi. Usa utensili diversi per cibi crudi e cotti, oppure puliscili tra un uso e l'altro. Lava le mani prima e dopo aver toccato gli ingredienti. Pianifica le ricette in base alla scadenza degli ingredienti.

Cosa ti serve?

Padella, Ciotolina

Ingredienti

	2P	4P	6P
Pancetta** (g)	100	200	300
Cipolla (pezzi)	1	1	3
Carota** (pezzi)	1	2	3
Sedano** 10 (pezzi)	1	2	3
Salvia** (pezzi)	1	2	3
Alloro (pezzi)	1	2	3
Aglione (spicchi)	1	2	3
Orzo perlato 13 (g)	120	240	360
Zucca** (g)	200	400	600
Brodo Granulare Vegetale 10 (pacchetti)	1	2	3
Timo** (g)	2.5	5	7.5
Gorgonzola Dop** 7 (pacchetti)	1	1	3

Dalla vostra dispensa

Olio d'oliva*		(q.b.)	
Sale*		(q.b.)	
Acqua per la zuppa* (ml)	500	1000	1500
Pepe*		(q.b.)	

*Non incluso **Conservare al fresco

Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	355 g	100 g	433 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	2505 kJ/ 599 kcal	706 kJ/ 169 kcal	4118 kJ/ 984 kcal	952 kJ/ 227 kcal
Grassi (g)	29 g	8 g	68 g	16 g
Grassi saturi(g)	15 g	4 g	24 g	6 g
Carboidrati (g)	56 g	16 g	56 g	13 g
Zuccheri (g)	4 g	1 g	4 g	1 g
Fibre (g)	16 g	4 g	16 g	4 g
Proteine (g)	25 g	7 g	33 g	8 g
Sale (g)	4 g	1 g	5 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.

Hai bisogno di aiuto o vuoi dirci qualcosa? Siamo qui per te: chiamaci allo 02 3859 2568

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



Prepariamo le basi

IMPORTANTE: le quantità per preparare la ricetta in base al numero di porzioni sono riportate nella tabella ingredienti!

- Scaldate un filo d'**olio** in una padella a fuoco medio-alto, rosolate la **pancetta** per 4-5 minuti o finché sarà dorata.
- Intanto, sbucciate la **cipolla** e affettatela sottilmente. Pelate la **carota** e tagliatela a cubetti di circa 1 cm. Riducete il **sedano** allo stesso modo.
- Aggiungete in padella **cipolla**, **carota**, **sedano**, qualche foglia di **salvia** e l'**alloro**. Soffriggete con un pizzico di **sale** per 2-3 minuti o finché le verdure saranno tenere e traslucide.



Olio aromatico

- Nel frattempo che cuocete la zuppa, tritate finemente 2-3 foglie di **salvia**.
- Raccoglietela in una ciotolina con 1-2 cucchiaini di foglie di **timo**, l'**aglio** rimasto (dosate a piacere) e 1-2 cucchiaini d'olio a persona.
- Aggiungete **sale** e **pepe** a piacere e mescolate.
- Eliminate la crosta e tagliate il **gorgonzola** a tocchetti.



Cottura in corso

- Sbucciate e tritate finemente l'**aglio**. Unitenene metà in padella insieme all'**orzo** e rosolate per altri 1-2 minuti.
- Aggiungete l'**acqua per la zuppa** (dosi in tabella), la **zucca** e il **brodo granulare**.
- Fate sobbollire con il coperchio per 20 minuti, finché le verdure saranno cotte.
- Aggiungete qualche cucchiaio d'acqua in più se la zuppa dovesse asciugarsi.
- Alla fine assaggiate e regolate di **sale** e **pepe** a piacere.



Come da nonna

- Disponete la **zuppa** nei piatti.
- Adagiate sopra il **gorgonzola** e irrorate a piacere con l'**olio** aromatico.

Il nostro ingrediente segreto è la tua opinione: scansiona il QR code e commenta la ricetta

