Fettina di scamone su salsa di peperoni

con patate novelle e insalata fresca

35 minuti

27

Cerca il kit con lo stesso numero

Patate

Peperone

Salsa di pomodoro

Aglio

Fettina di scamone

Insalata Mista

BOX CREATA IN ITALIA

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?

Mixer, Padella

Ingredienti per 2, 4 e 6 persone

Dalla box ricette	2P	4P	6P
Patate (pezzi)	8	16	24
Peperone* (pezzi)	1	2	3
Salsa di pomodoro (g)	200	390	600
Aglio (spicchi)	1	2	3
Fettina di scamone* (pacchetti)	1	2	3
Insalata Mista* (g)	50	100	150
Dalla vostra dispensa**			
Olio di oliva		(q.b.)	
Sale		(q.b.)	
Aceto		(q.b.)	
Acqua per le patate (ml)	150	300	450

**Conservare al fresco **Non incluso nella box*

Valori nutrizionali

per gli ingredienti non cucinati	Per porzione	Per 100g	Per porzione	Per 100g
	552 g	**100 g**	**677 g**	**100 g**
Energia (kJ/kcal)	1627 kJ/ 389 kcal	295 kJ/ 70 kcal	2249 kJ/ 538 kcal	332 kJ/ 79 kcal
Grassi (g)	6 g	1 g	10 g	2 g
Grassi saturi(g)	2 g	0 g	3 g	1 g
Carboidrati (g)	47 g	9 g	47 g	7 g
Zuccheri (g)	11 g	2 g	11 g	2 g
Fibre (g)	10 g	2 g	10 g	2 g
Proteine (g)	34 g	6 g	61 g	9 g
Sale (g)	0 g	0 g	0 g	0 g

Allergeni

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

1

Tutto sul tagliere

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

- Togliete la **carne** dal frigo in modo da renderla più tenera.
- Tagliate il **peperone** a striscioline sottili.
- Sbucciate l'**aglio**.
- Scaldate un filo d'**olio** in una padella a fuoco medio, soffriggete l'**aglio** per 1-2 minuti.

2

A scuola di salsa

- Aggiungete in padella i **peperoni**, la **salsa di pomodoro**, un pizzico di **sale**, **pepe**, **zucchero** e cuocete per 15-17 minuti con il coperchio.
- Mescolate ogni tanto e aggiungete 1-2 cucchiai d'**acqua** se il sugo dovesse restringersi troppo.
- Alla fine trasferite tutto in un bicchiere del mixer e frullate fino a ottenere una salsa liscia e omogena. Assaggiate e regolate di **sale** se necessario. **QUESTIONE DI GUSTI:** *eliminate l'aglio prima di frullare, se non lo gradite.*

3

Patate più dorate

- Tagliate le **patate** a metà (potete tenere la buccia). **OCCHIO ALL'INGREDIENTE:** *tagliate in quarti le patate più grosse. Avere pezzi della stessa dimensione assicura una cottura più omogenea.*
- Portate su fuoco medio-alto una padella (possibilmente antiaderente), unite un filo d'**olio**, le **patate** e l'**acqua per le patate**. Coprite con un coperchio e cuocete per circa 13-14 minuti.
- Togliete il coperchio e proseguite la cottura per 4 minuti, o finché saranno dorate. Alla fine salate a piacere.

4

Cottura a puntino

- Condite uniformemente la **bistecca** con un pizzico di **sale** e un filo d'**olio**.
- Riportate su fuoco medio-alto una delle due padelle utilizzate e scaldatela molto bene.
- Una volta calda, unite la bistecca e cuocete 2 minuti per lato (per una cottura media). **OCCHIO ALL'INGREDIENTE:** *come le verdure, non tutte le bistecche sono perfettamente uguali. Se lo spessore di quella che avete ricevuto supera i 2 cm, aumentare il tempo di cottura di 1 minuto.*
- Trasferite su un piatto e fate riposare per qualche minuto prima di tagliarla a fettine.
- Condite l'**insalata** (ricordate di lavarla bene) con **olio**, **sale** e **aceto** a piacere.

5

Nei piatti con stile

- Disponete un po' di **salsa basca** sulla base dei piatti e adagiatevi sopra la **bistecca**.
- Accompagnate con le **patate** e l'**insalata**.

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