



# Bocconcini di lonza e rösti di patate con limone e spinacini baby

40 minuti

14



Lonza Di Maiale



Patate



Formaggio a pasta dura grattugiato



Prezzemolo



Limone



Spinacino baby



Com'è andata la tua consegna?  
Scannerizza il QR code  
e faccelo sapere!

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

## Prima di cominciare

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

Adesso divertitevi a cucinare!

## Ingredienti

	2P	4P
Lonza Di Maiale**	1 pacchetto	2 pacchetti
Patate	2 pezzi	4 pezzi
Formaggio a pasta dura grattugiato** (7) (8)	1 pacchetto	2 pacchetti
Prezzemolo**	5 g	10 g
Limone	1 pezzo	2 pezzi
Spinacino baby**	100 g	200 g

\*\*Conservare al fresco

## Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	438 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	1607 kJ/ 384 kcal	367 kJ/ 88 kcal
Grassi (g)	10 g	2 g
Grassi saturi (g)	5 g	1 g
Carboidrati (g)	34 g	8 g
Zuccheri (g)	2 g	0.4 g
Fibre (g)	5 g	1 g
Proteine (g)	38 g	9 g
Sale (g)	1 g	0.3 g

## Allergeni

7) Latte 8) Uova

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](https://www.hellofresh.it)



## Preparare gli ingredienti

- Sbucciate le **patate** e grattugiatele con una grattugia a fori larghi.
- Raccoglietele in un canovaccio pulito e strizzatele molto bene, cercando di eliminare più acqua possibile.
- Grattugiate la scorza del **limone** (senza intaccare la parte bianca, che è amara) e tagliatelo a spicchi.
- Tritate finemente il **prezzemolo**.



## Cuocere i rösti

**TIP: fate attenzione che ci sia sempre abbastanza olio in padella per non bruciare i rösti e aggiungetene altro via via che li frigate tutti.**

- Cuocete i **rösti** per circa 4 minuti per lato, girandoli una volta, finché si sarà formata una crosticina dorata, poi trasferiteli su un piatto con carta da cucina. Dovrete ottenere circa 2 rösti a persona: cuoceteli insieme o, se non ci stanno tutti nella padella, cuoceteli in più volte.



## Infarinare la carne

- Raccogliete in un piatto fondo un cucchiaio di **farina** per persona e condite con **sale** e **pepe** a piacere.
- Impanatevi i **bocconcini di lonza** in modo uniforme.
- Mescolate in una ciotolina un cucchiaio di **olio extravergine** a testa, metà del **prezzemolo** tritato, un pizzico di **scorza di limone**, un pizzico di **sale** e **pepe**: otterrete un **olio aromatizzato**.



## Cuocere i bocconcini

**TIP: la lonza sarà cotta quando risulterà compatta, opaca e bianca all'interno.**

- Scaldare nel frattempo un'altra padella con 1-2 cucchiai di **olio** a fuoco medio-alto.
- Aggiungete i bocconcini di **lonza** e rosolateli per 5-6 minuti, fino a doratura.
- Versate nella padella 2 cucchiai di succo di **limone**, fate sfumare, coprite e proseguite la cottura per 1-2 minuti. Aggiustate di **sale** e **pepe**.
- Condite intanto lo **spinacino** con l'**olio aromatizzato**.



## Preparare i rösti

- Trasferite le **patate** grattugiate in una ciotola e mescolatele con il **formaggio grattugiato** e un pizzico di **sale**.
- Scaldare molto bene 4 cucchiai d'**olio** in una ampia padella dal fondo largo. Adagiatevi un cucchiaio colmo di **rösti** e schiacciatelo molto bene con il dorso di un mestolo forato o di una spatola, fino a ottenere un disco di circa 0,5 cm di spessore.



## Disporre nei piatti

- Disponete i bocconcini di **lonza**, lo **spinacino** e 2 **rösti** a persona nei piatti.
- Guarnite con il **prezzemolo** rimasto e accompagnate con uno spicchio di **limone**.

Buon Appetito!