



Hamburger di carne alle erbe con patate arrosto e insalata di pomodori

40 minuti

3



Patate



Prezzemolo



Origano Secco



Panko (pangrattato giapponese)



Pomodoro



Pane Per Hamburger



Maionese



Cipolla



Macinato misto di maiale e manzo



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

Dalla dispensa: Sale, Olio d'oliva, Zucchero

Prima di cominciare

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

Adesso divertitevi a cucinare!

Ingredienti

	2P	4P
Patate	3 pezzi	6 pezzi
Prezzemolo**	5 g	10 g
Origano Secco	1 pacchetto	2 pacchetti
Panko (pangrattato giapponese) 13	1 pacchetto	2 pacchetti
Pomodoro	1 pezzo	2 pezzi
Pane Per Hamburger 7) 8) 13)	1 pacchetto	2 pacchetti
Maionese 8)	4 pacchetti	8 pacchetti
Cipolla	1 pezzo	2 pezzi
Macinato misto di maiale e manzo**	280 g	560 g

**Conservare al fresco

Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	682 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	4103 kJ/ 981 kcal	601 kJ/ 144 kcal
Grassi (g)	45 g	7 g
Grassi saturi(g)	14 g	2 g
Carboidrati (g)	100 g	15 g
Zuccheri (g)	11 g	2 g
Fibre (g)	8 g	1 g
Proteine (g)	41 g	6 g
Sale (g)	2 g	0.3 g

Allergeni

7) Latte 8) Uova 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



Infornare le patate

- Preriscaldate il forno a 220 °C (oppure 200 °C se ventilato).
- Tagliate le **patate** a spicchi di 2 cm (potete tenere la buccia).
- Mettetele in una ciotola con 1 cucchiaino d'**olio** e conditele in modo uniforme.
- Distribuitele su una teglia foderata di carta da forno, cercando di non sovrapporle, e cuocetele in forno per circa 30-35 minuti, voltandole a metà cottura. Alla fine salate a piacere.



Cuocere gli hamburger

TIP: gli hamburger saranno cotti quando la carne all'interno sarà opaca e asciutta e non più rosa.

- Cuocete gli **hamburger** 2-3 minuti per lato, finché saranno dorati: otterrete una cottura media.



Caramellare la cipolla

- Affettate finemente la **cipolla**, trasferitela in una padella, preferibilmente antiaderente, e fatela rosolare con un filo di **olio d'oliva**.
- Condite con un pizzico di **sale**, un cucchiaino a persona di **zucchero**, e fate stufare con coperchio finché sarà morbida, per circa 6-7 minuti.



Tagliare il pomodoro

- Tagliate il **pomodoro** a fette oppure riducetelo a cubetti per farne un'insalata da servire come contorno con **olio**, **sale** e un pizzico di **origano**.
- Tagliate a metà i **panini** e scaldateli in forno per 2 minuti insieme alle **patate**.



Formare gli hamburger

- Tritate finemente il **prezzemolo**.
- Unite in una ciotola il **macinato di carne**, un pizzico di **origano**, il **prezzemolo**, il **panko** e 1 cucchiaino di **olio d'oliva**.
- Mescolate con cura e formate 2 **hamburger** di circa 2 centimetri di spessore.



Disporre nei piatti

- Spalmate un po' di **maionese** su entrambe le fette del **pane**.
- Disponete 1-2 fette di **pomodoro**, adagiatevi sopra gli **hamburger** e le **cipolle** caramellate.
- Accompagnate con le **patate** e la **maionese** rimasta.