



Lonza in salsa alla panna, miele e senape con patate, carote arcobaleno e burro alle erbe

40 minuti

17



Patate



Carota



Timo



Scalogo



Burro



Miele



Senape



Lonza Di Maiale



Panna Da Cucina



Mela



Rosmarino



Origano



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

Dalla dispensa: Olio d'oliva, Sale, Pepe,
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	8 pezzi	16 pezzi
Carota	3 pezzi	6 pezzi
Timo**	5 g	5 g
Scalogno	1 pezzo	2 pezzi
Burro** 7)	4 pacchetti	8 pacchetti
Miele	4 pacchetti	8 pacchetti
Senape 9)	3 pacchetti	6 pacchetti
Lonza Di Maiale**	300 g	600 g
Panna Da Cucina 7)	1 pacchetto	2 pacchetti
Mela	1 pezzo	2 pezzi
Rosmarino	1 pezzo	2 pezzi
Origano**	5 g	5 g

**Conservare al fresco

Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	756 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	3154 kJ/ 754 kcal	417 kJ/ 100 kcal
Grassi (g)	31 g	4 g
Grassi saturi (g)	18 g	2 g
Carboidrati (g)	78 g	10 g
Zuccheri (g)	22 g	3 g
Fibre (g)	14 g	2 g
Proteine (g)	41 g	5 g
Sale (g)	2 g	0.3 g

Allergeni

7) Latte 9) Senape

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)



Tagliare le verdure

- Preriscaldate il forno a 220 °C in modalità statica.
- Tagliate le **patate** a metà (potete tenere la buccia).
- Pelate le **carote** e tagliatele a bastoncini.
- Sfogliate qualche rametto di **origano, timo e rosmarino** e tritate tutto finemente.



Rosolare il soffritto

- Sbucciate e tritate lo **scalogno**.
- Tagliate la **mela** a cubetti piccoli di circa 0,5 cm.
- Scaldate un filo d'**olio extravergine** in una padella antiaderente a fuoco medio e rosolate lo **scalogno** e la **mela** per 2-3 minuti.
- Salate, aggiungete un cucchiaio d'**acqua** e un pizzico di **zucchero** e proseguite la cottura per altri 3-4 minuti, mescolando spesso.



Cuocere le verdure

- Raccogliete le **patate** e le **carote** in una ciotola e conditele uniformemente con 1-2 cucchiaini d'**olio** e un pizzico di **trito di erbe**.
- Foderate una teglia con carta da forno e disponetevi le carote e le patate, cercando di non sovrapporre.
- Cuocete in forno caldo per circa 30-35 minuti, mescolando a metà cottura.
- Alla fine salate e pepate a piacere.



Cuocere la carne

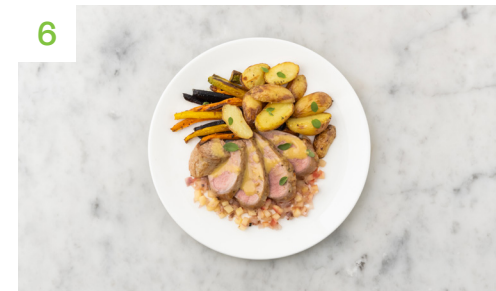
- **TIP: la lonza sarà cotta quando risulterà compatta, opaca e bianca all'interno.**
- Salate la **lonza** e rosolatela per 2 minuti su ogni lato nella padella con mela e scalogno.
- Aggiungete la salsa di **senape e miele** e 2-3 cucchiaini di **panna**.
- Abbassate la fiamma, coprite con il coperchio e proseguite la cottura per circa 10 minuti, voltando la lonza a metà cottura.
- Sfnate le **verdure** e mescolatele con qualche pezzetto di **burro alle erbe**.



Preparare i condimenti

TIP: la senape ha un sapore pungente, dosatela secondo i vostri gusti.

- Raccogliete il **burro** in una ciotolina e lavoratelo con una forchetta finché sarà cremoso.
- Unite un pizzico di **sale** e metà del **trito di erbe** e tenete da parte in frigo per almeno 15 minuti.
- Mescolate in una ciotolina la **senape**, il **miele**, due cucchiaini d'**acqua**, un pizzico di **sale** e tenete da parte.



Disporre nei piatti

- Disponete la **lonza** nei piatti e irroratela con il suo fondo di cottura.
- Accompagnate con le **carote** e le **patate** arrosto.

Buon Appetito!