



Mexican roll di manzo e maiale con formaggio, mais e insalata

Adatto ai bambini 40 minuti • Mangiami per primo

4



Macinato misto di
maiale e manzo



Mix di spezie stile Messico



Tortilla



Mais Dolce



Insalata Mista



Formaggio a pasta
dura grattugiato



Pomodoro



Cipolla dorata



Concentrato
Di Pomodoro



Lime



Dalla dispensa: Sale, Pepe, Olio
extravergine di oliva

Prima di cominciare

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

Adesso divertitevi a cucinare!

Ingredienti

	2P	4P
Macinato misto di maiale e manzo**	280 g	560 g
Mix di spezie stile Messico	1 pacchetto	2 pacchetti
Tortilla 13)	1 pacchetto	2 pacchetti
Mais Dolce	1 pacchetto	2 pacchetti
Insalata Mista**	50 g	100 g
Formaggio a pasta dura grattugiato** 7) 8)	1 pacchetto	2 pacchetti
Pomodoro	1 pezzo	2 pezzi
Cipolla dorata	1 pezzo	2 pezzi
Concentrato Di Pomodoro	1 pacchetto	2 pacchetti
Lime	1 pezzo	2 pezzi

**Conservare al fresco

Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	586 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	3452 kJ/ 825 Kcal	589 kJ/ 141 Kcal
Grassi (g)	36 g	6 g
Grassi saturi (g)	16 g	3 g
Carboidrati (g)	72 g	12 g
Zuccheri (g)	21 g	4 g
Fibre (g)	10 g	2 g
Proteine (g)	47 g	8 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

Ricicliami!



Preparare gli ingredienti

- Preriscaldate il forno a 220°C (oppure 200°C se ventilato).
- Sbucciate e affettate sottilmente la **cipolla**.
- Tagliate il **pomodoro** a cubetti.
- Spremete metà **lime** e tagliate l'altra metà a spicchi.
- Scolate il **mais** e sciacquatelo sotto **acqua** corrente, asciugatelo e tenetelo da parte.



Cuocere le tortillas

- Cospargete le **tortillas** farcite con il **formaggio** e infornatele fino a quando il **formaggio** si sarà dorato: circa 5 minuti.



Cuocere il ripieno

- Scaldate a fuoco medio 1-2 cucchiai d'**olio extravergine** per persona in una padella antiaderente e rosolate la **cipolla** per 2-3 minuti.
- Unite il **macinato di carne**, sgranatelo con il cucchiaio di legno, aggiustate di **sale** e **pepe** e fatelo rosolare per 2-3 minuti.
- Aggiungete 1-2 cucchiaini di **mix di spezie**, il concentrato di **pomodoro**, il **mais**, metà del **pomodoro** tagliato, 2-3 cucchiai di **acqua** a persona e cuocete per 10-12 minuti, a fuoco basso.



Condire l'insalata

- Mescolate in un'insalatiera il succo di **lime**, un filo d'**olio extravergine**, **sale** e **pepe**.
- Unitevi l'**insalata** e il resto del **pomodoro** a cubetti e mescolate bene prima di servire.



Farcire le tortillas

- Disponete le **tortillas** su una superficie piana e farcitele con 2-3 cucchiai di ripieno di **carne** e **mais**.
- Arrotondatele e disponetele su una teglia foderata di carta da forno con la parte chiusa rivolta verso il basso.



Disporre nei piatti

- Avvolgete ogni **tortilla** per metà in un foglio di carta di alluminio, così eviterete la fuoriuscita del ripieno.
- Suddividete le **tortillas** nei piatti ancora calde.
- Unite l'**insalata** e guarnite con gli spicchi di **lime**, che potete spremere per aggiungere al piatto un tocco fresco.



Ti piace cucinare con HelloFresh?
Scarica la nostra app e raccontaci com'è andata!

Buon Appetito!