



# Pinsa parmigiana alle melanzane e mozzarella con datterini, formaggio grattugiato e basilico

35 minuti

13



Melanzana



Basilico



Mozzarella



Formaggio a pasta  
dura a julienne



Pinsa



Pomodorini Datterini



Aglio



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

Dalla dispensa: Olio d'oliva, Sale, Pepe



## Prima di cominciare

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

Adesso divertitevi a cucinare!

## Ingredienti

	2P	4P
Melanzana	1 pezzo	2 pezzi
Basilico**	5 g	10 g
Mozzarella** 7)	1 pacchetto	2 pacchetti
Formaggio a pasta dura a julienne** 7)	1 pacchetto	2 pacchetti
Pinsa 11) 13)	1 pacchetto	2 pacchetti
Pomodorini Datterini	150 g	250 g
Aglio	1 spicchio	2 spicchi

\*\*Conservare al fresco

## Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	389 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	2274 kJ/ 543 kcal	584 kJ/ 140 kcal
Grassi (g)	19 g	5 g
Grassi saturi (g)	12 g	3 g
Carboidrati (g)	61 g	16 g
Zuccheri (g)	6 g	2 g
Fibre (g)	4 g	1 g
Proteine (g)	30 g	8 g
Sale (g)	2 g	1 g

## Allergeni

7) Latte 11) Soia 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.

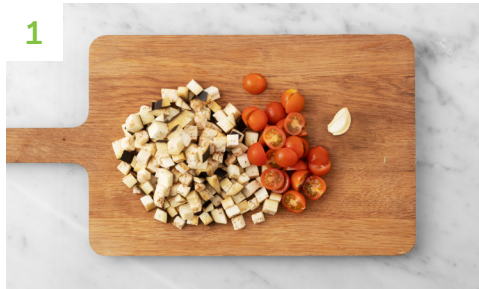
## Mi raccomando!

### 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



Scopri come smaltire i tuoi imballaggi sul nostro sito [hellofresh.it](https://hellofresh.it)



## Tagliare gli ingredienti

- Preriscaldate il forno a 200 °C (oppure 180 °C se ventilato).
- Tagliate la **melanzana** a cubetti.
- Dividete i **pomodorini** a metà.
- Sbucciate e tagliate a metà l'**aglio**.



## Frullare le melanzane

**TIP: omettete l'aglio o usatene solo metà se non ne gradite il sapore, la ricetta sarà comunque deliziosa.**

- Disponete intanto la **pinsa** su una teglia foderata di carta da forno e cuocetela nel ripiano più basso del forno per 5-6 minuti.
- Una volta cotte, frullate metà delle **melanzane** con il **basilico**, il **formaggio grattugiato**, 1 cucchiaino d'**olio** per persona, un pizzico di **pepe** e l'**aglio** rosolato in step 3.
- Assaggiate e aggiustate di **sale**, se necessario.



## Infornare i pomodorini

- Foderate una teglia con carta da forno, disponetevi sopra i **pomodorini** e conditeli uniformemente con un pizzico di **sale**, un pizzico di **zucchero** e un filo di **olio extravergine**.
- Cuoceteli in forno per circa 15-20 minuti, mescolando a metà cottura.



## Comporre la pinsa

- Distribuite la **crema di melanzane** sulla **pinsa**, poi adagiate sopra i cubetti di **melanzane** rimasti, i **pomodorini** arrostiti e la **mozzarella**, tagliata a fette, e infornate di nuovo per 2-3 minuti, o finché la mozzarella sarà filante.



## Preparare le melanzane

- Scaldare bene 3 cucchiaini d'**olio d'oliva** in una padella ampia a fuoco medio-alto e rosolate l'**aglio** per un minuto, poi rimuovetelo e tenetelo da parte.
- Unite nella padella la **melanzana**, 100 ml d'**acqua** (per 2 persone), coprite con un coperchio e lasciatele stufare a fuoco medio per 8 minuti. Togliete il coperchio e cuocete per altri 12 minuti, mescolando spesso e facendo attenzione a non bruciarle.
- Alla fine salate e pepate a piacere.



## Disporre nei piatti

- Tagliate la **pinsa** a fette e distribuitela nei piatti.

Buon Appetito!