



# Pinsa saporita alle alici e ricotta con cipolle caramellate e pomodoro

30 minuti

3



Pomodoro



Pinsa



Alici



Cipolla



Ricotta



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

Dalla dispensa: Sale, Pepe, Olio d'oliva,  
Zucchero, Aceto

## Prima di cominciare

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

Adesso divertitevi a cucinare!

## Ingredienti

	2P	4P
Pomodoro	1 pezzo	2 pezzi
Pinsa <b>11</b> <b>13</b> )	1 pacchetto	2 pacchetti
Alici <b>4</b> )	46 g	92 g
Cipolla	1 pezzo	2 pezzi
Ricotta** <b>7</b> )	2 pacchetti	4 pacchetti

\*\*Conservare al fresco

## Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	363 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	2122 kJ/ 507 kcal	585 kJ/ 140 kcal
Grassi (g)	18 g	5 g
Grassi saturi (g)	9 g	3 g
Carboidrati (g)	59 g	16 g
Zuccheri (g)	8 g	2 g
Fibre (g)	1 g	0.2 g
Proteine (g)	27 g	7 g
Sale (g)	5 g	1 g

## Allergeni

**4)** Pesce **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



## Preparare gli ingredienti

- Preriscaldate il forno a 220 °C (oppure 200 °C se ventilato).
- Tagliate il **pomodoro** a fette.
- Sbucciate la **cipolla** e riducetela a fettine sottili.
- Scolate le **alici** dall'olio di conservazione, separate i filetti e teneteli da parte al fresco fino all'utilizzo.



## Infornare la pinsa

- Irrorate la **pinsa** con un filo di **olio extravergine** e adagiatevi sopra le fette di **pomodoro**.
- Aggiungete un pizzico di **sale** e infornate per circa 8-9 minuti direttamente sulla griglia del forno, finché la **pinsa** risulterà croccante.



## Caramellare le cipolle

- Mescolate in una ciotolina 1 cucchiaino di **aceto**, 1 cucchiaino di **zucchero** e 1 cucchiaino di **acqua**.
- Scaldate un filo di **olio extravergine** in una padella antiaderente, aggiungete le **cipolle**, un pizzico di **sale** e fate rosolare a fuoco medio per 2-3 minuti.
- Aggiungete l'emulsione di **aceto** e **zucchero** e continuate a cuocere a fuoco basso per circa 6-7 minuti, fino a quando le cipolle saranno ben caramellate.



## Farcire la pinsa

- Sfornate la **pinsa**, aggiungete le **cipolle** caramellate e infornate nuovamente per altri 2-3 minuti.



## Fare la crema di ricotta

- Nel frattempo, trasferite la **ricotta** in una ciotolina.
- Aggiungete un filo di **olio extravergine** e mescolate fino a ottenere una crema dalla consistenza liscia e omogenea.
- Se necessario, aggiungete 1-2 cucchiaini di **acqua**.
- Condite con **sale** e **pepe** e tenete da parte.



## Disporre nei piatti

- Terminate la **pinsa** con qualche cucchiaino di **crema di ricotta**, i filetti di **alici** e un filo di **olio extravergine**.
- Tagliate a quadretti e distribuite nei piatti.