Polpette alla svedese in crema di panna

con patate spadellate e spinacino

30 minuti

5

- Panna Da Cucina
- Brodo granulare di pollo
- Burro
- Patate
- Prezzemolo
- Macinato misto di maiale e manzo
- Noce moscata
- Spinacino baby

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
Panna Da Cucina **7)**	1 pacchetto	2 pacchetti
Brodo granulare di pollo	1 pacchetto	2 pacchetti
Burro** **7)**	2 pacchetti	4 pacchetti
Patate	8 pezzi	16 pezzi
Prezzemolo**	5 g	100 g
Macinato misto di maiale e manzo**	280 g	560 g
Noce moscata	1 pacchetto	2 pacchetti
Spinacino baby**	100 g	200 g

***Conservare al fresco*

Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	**453 g**	**100 g**
Energia (kJ/kcal)	2689 kJ/ 643 kcal	594 kJ/ 142 kcal
Grassi (g)	41 g	9 g
Grassi saturi(g)	21 g	5 g
Carboidrati (g)	36 g	8 g
Zuccheri (g)	3 g	1 g
Fibre (g)	5 g	3 g
Proteine (g)	34 g	8 g
Sale (g)	2 g	0.4 g

Allergeni

7) Latte

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

MISTO
Carta da fonti gestite in maniera responsabile
FSC
FSC® C020930

Scopri come smaltire i tuoi imballaggi sul nostro sito hellofresh.it

1

Preparare gli ingredienti

- Tagliate le **patate** a cubetti di 1 cm (potete lasciare la buccia).
- Scolate i **piselli** dal liquido di conservazione e sciacquateli sotto acqua corrente.
- Tritate finemente il **prezzemolo**.

2

Fare le polpette

- Condite la **carne** in una ciotola con **sale**, **pepe**, metà del **prezzemolo** e un pizzico di **noce moscata**.
- Mescolate il composto e formate delle **polpette** della dimensione di una pallina da golf.

3

Cuocere le patate

- Scaldate bene una padella antiaderente a fuoco medio e cuocete le **patate** con 1 cucchiaio d'olio, 3 cucchiai d'**acqua** e con il coperchio per 13-14 minuti, mescolando ogni tanto.
- Togliete il coperchio, alzate il fuoco e proseguite per 2-3 minuti. Alla fine salate a piacere e spostatele in un piatto.

4

Rosolare le polpette

TIP: le polpette saranno cotte quando la carne all'interno sarà opaca e asciutta.

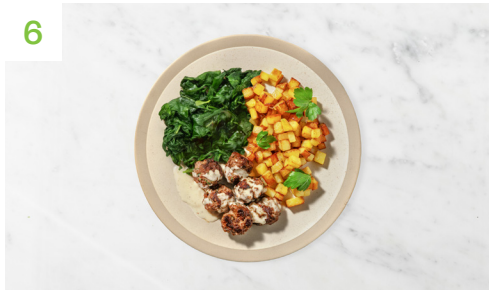
- Scaldate nel frattempo un'altra padella a fuoco medio con 1-2 cucchiai d'**olio**.
- Cuocete le **polpette** per circa 7-8 minuti mescolando spesso e trasferitele in un piatto una volta cotte.
- Riportate la padella su fuoco basso, aggiungete la **panna**, il **brodo granulare** e il **burro** e cuocete per 2-3 minuti fino ad amalgamare gli ingredienti. Se la salsa si addensa troppo, riportatela su fuoco medio-basso e diluitela con 1 cucchiaio di **acqua**.

5

Cuocere gli spinaci

- Riportate la padella usata per le patate su fuoco medio e fate appassire gli **spinaci** con un pizzico di **sale** per 4-5 minuti, mescolando spesso.

6



Disporre nei piatti

- Distribuite le **polpette** nei piatti e irroratele con la **salsa alla panna**.
- Accompagnate con le **patate** e gli **spinaci**.

Buon Appetito!