



# Polpette di carne al sugo di pomodorini con piselli, basilico e patate

30 minuti

14



Aglio



Prezzemolo



Formaggio a pasta  
dura grattugiato



Basilico



Piselli in scatola



Patate



Macinato misto di  
maiale e manzo



Pomodorini Ciliegino  
in salsa



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
Aglio	1 spicchio	2 spicchi
Prezzemolo**	5 g	10 g
Formaggio a pasta dura grattugiato** 7) 8)	1 pacchetto	2 pacchetti
Basilico**	5 g	10 g
Piselli in scatola	1 pacchetto	2 pacchetti
Patate	2 pezzi	4 pezzi
Macinato misto di maiale e manzo**	280 g	560 g
Pomodorini Ciliegino in salsa	1 pacchetto	2 pacchetti

\*\*Conservare al fresco

## Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	772 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	3030 kJ/ 724 kcal	393 kJ/ 94 kcal
Grassi (g)	31 g	4 g
Grassi saturi(g)	14 g	2 g
Carboidrati (g)	51 g	7 g
Zuccheri (g)	11 g	1 g
Fibre (g)	19 g	3 g
Proteine (g)	52 g	7 g
Sale (g)	1 g	0.2 g

## Allergeni

7) Latte 8) Uova

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



## Tagliare gli ingredienti

- Sbucciate le **patate** e tagliatele a dadini di circa 1-2 cm.
- Tritate finemente il **prezzemolo**.



## Preparare l'impasto

- Unite in una ciotola il **macinato misto**, il **formaggio grattugiato** e il **prezzemolo** tritato.
- Aggiustate di **sale** e di **pepe** e mescolate con cura, fino a ottenere un composto omogeneo.



## Formare le polpette

**TIP: bagnatevi leggermente le mani prima di formare le polpette, così il composto non si attaccherà.**

- Inumiditevi le mani e formate delle **polpette** grandi circa quanto una pallina da golf.



## Cuocere il sugo

- Versate un filo di **olio extravergine** in una padella capiente e rosolatevi l'**aglio** per 2-3 minuti a fuoco basso.
- Eliminate l'aglio, unite le **polpette** e rosolatele per 2-3 minuti, voltandole con delicatezza su tutti i lati.
- Versate i **pomodorini ciliegino in salsa**, le **patate**, il **basilico**, un cucchiaino di **zucchero**, un pizzico di **sale** e **pepe**, coprite con un coperchio e cuocete per circa 20 minuti a fuoco basso, mescolando di tanto in tanto. Se il sugo dovesse asciugarsi troppo, unite 2-3 cucchiaini d'**acqua** per allungarlo.



## Aggiungere i piselli

- Scolate i **piselli** dal liquido di conservazione e sciacquateli sotto acqua corrente.
- Verificate la cottura delle patate con una forchetta e, una volta cotte, unite i piselli nel sugo, mescolate bene e cuocete ancora per 1-2 minuti.
- Assaggiare e aggiustate di **sale** e **pepe**, se necessario.



## Disporre nei piatti

- Disponete le polpette al sugo con i **piselli** e le **patate** in piatti fondi o ciotole.
- Irrorate con un filo di **olio d'oliva**.