



Polpette di carne alla glassa BBQ con patate al formaggio e insalata mista

45 minuti

5



Macinato misto di
maiale e manzo



Patate



Formaggio a pasta
dura a julienne



Salsa barbecue



Panko (pangrattato
giapponese)



Insalata Mista



Carota



Maionese



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

Dalla dispensa: Olio d'oliva, Sale, Aceto

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
Patate	2 pezzi	4 pezzi
Formaggio a pasta dura a julienne** 7)	1 pacchetto	2 pacchetti
Salsa barbecue	4 pacchetti	8 pacchetti
Panko (pangrattato giapponese) 13)	1 pacchetto	2 pacchetti
Insalata Mista**	100 g	200 g
Carota	1 pezzo	2 pezzi
Maionese 8)	2 pacchetti	4 pacchetti

**Conservare al fresco

Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	536 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	3052 kJ/ 730 kcal	569 kJ/ 136 kcal
Grassi (g)	38 g	7 g
Grassi saturi (g)	14 g	3 g
Carboidrati (g)	57 g	11 g
Zuccheri (g)	9 g	2 g
Fibre (g)	8 g	1 g
Proteine (g)	40 g	8 g
Sale (g)	2 g	0.5 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



Preparare le verdure

- Preriscaldate il forno a 220 °C (oppure 200 °C se ventilato).
- Sbucciate la **carota** e grattugiatela con una grattugia a fori grossi.
- Tagliate le **patate** a spicchi di 1 cm (potete tenere la buccia). Mettetele in una ciotola con 1 cucchiaino d'**olio** e conditele in modo uniforme.



Condire l'insalata

- Unite nel frattempo in una ciotola l'**insalata mista** con le **carote** grattugiate.
- Condite a piacere con **sale, aceto e olio** a piacere e mescolate bene.



Cuocere le patate

- Distribuite le **patate** su una teglia foderata con carta da forno, cercando di non sovrapporle, e cuocetele in forno per 30-35 minuti.
- Durante gli ultimi 2-3 minuti di cottura, spolverizzatele con il **formaggio** e infornate di nuovo per farlo sciogliere.
- Alla fine salate a piacere.



Glassare le polpette

- Mescolate in una ciotola capiente la **salsa BBQ** rimasta con un cucchiaino d'**acqua** per persona e un filo d'**olio**.
- Sfornate le **polpette**, trasferitele nella ciotola con la **salsa BBQ** e mescolate con delicatezza per condirle in modo omogeneo.



Preparare le polpette

TIP: le polpette saranno cotte quando la carne al centro sarà bianca e opaca.

- Mescolate in una ciotola il **macinato di carne**, il **panko**, 1/2 cucchiaino di **sale** e metà della **salsa BBQ** fino a ottenere un composto omogeneo.
- Suddividete il composto in circa 10 **polpette** (il doppio per 4 persone) e disponetele su una teglia foderata con carta da forno.
- Infornate e cuocete per circa 12-14 minuti.



Disporre nei piatti

- Disponete le **polpette** nei piatti e accompagnate con le **patate al formaggio** e la **maionese**.
- Servite l'**insalata** come contorno.