



# Polpette di pollo in salsa al "burro" ed erbe con patate novelle e pomodorini datterini

30 minuti • Mangiami per primo

6



Noce moscata



Formaggio a pasta  
dura grattugiato



Dry rub  
"Burro" alle erbe



Patate



Pomodorini Datterini



Glassa Al Balsamico



Macinato di pollo



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
Noce moscata	1 pacchetto	2 pacchetti
Formaggio a pasta dura grattugiato** 7) 8)	1 pacchetto	2 pacchetti
Dry rub "Burro" alle erbe 8)	1 pacchetto	2 pacchetti
Patate	8 pezzi	16 pezzi
Pomodorini Datterini	150 g	250 g
Glissa Al Balsamico 14)	2 pacchetti	4 pacchetti
Macinato di pollo**	300 g	600 g

\*\*Conservare al fresco

## Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	462 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	2060 kJ/ 492 kcal	446 kJ/ 107 kcal
Grassi (g)	18 g	4 g
Grassi saturi (g)	7 g	2 g
Carboidrati (g)	44 g	9 g
Zuccheri (g)	6 g	1 g
Fibre (g)	4 g	1 g
Proteine (g)	40 g	9 g
Sale (g)	3 g	1 g

## Allergeni

7) Latte 8) Uova 14) Anidride solforosa e solfiti

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)

1



## Preparare le verdure

- Tagliate le **patate** a metà (potete tenere la buccia).
- Portate su fuoco medio-alto una padella antiaderente con un filo d'**olio**, le **patate** e 150 ml di **acqua** (circa mezzo bicchiere) per 2 persone. Coprite con un coperchio e cuocete per circa 13-14 minuti. Togliete il coperchio e proseguite la cottura per 3 minuti, o finché saranno dorate.
- Tagliate i **pomodorini** in quarti, trasferiteli in una ciotola con un filo d'**olio** e un pizzico di **sale**.

3



## Cuocere le polpette

**TIP: le polpette saranno cotte quando la carne all'interno risulterà bianca e asciutta.**

- Scaldate una padella a fuoco medio con 2-3 cucchiai d'**olio**.
- Unite le **polpette**, salate e rosolatele su tutti i lati per circa 6-7 minuti.
- Unite la salsa a base di **dry rub** preparata in precedenza e proseguite la cottura per altri 1-2 minuti.

2



## Preparare le polpette

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

- Trasferite il **macinato di pollo** in una ciotola. Aggiungete il **formaggio grattugiato**, un pizzico di **noce moscata** e una macinata di **pepe**.
- Mescolate bene e formate delle **polpette** grandi circa come una pallina da golf.
- Lasciatele riposare in frigorifero per almeno 5 minuti.
- Mescolate in una ciotolina il **dry rub** con 50 ml di **acqua** (circa 5 cucchiai).

4



## Disporre nei piatti

- Disponete le **polpette** nei piatti, irrorandole con il loro fondo di cottura, e accompagnate con le **patate**.
- Servite a parte l'insalata di **pomodorini** e conditela a piacere con la **glissa al balsamico**.

Buon Appetito!