



Shakshuka piccante di mozzarella con spezie, pomodorini e pane tostato

40 minuti • Piccante

13



Peperoncino



Basilico



Aglio



Cipolla



Pomodorini
Ciliegi in salsa



Mozzarella



Ras El Hanout



Pomodorini Datterini



Pane integrale



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

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

Prima di cominciare

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

Adesso divertitevi a cucinare!

Ingredienti

	2P	4P
Peperoncino 🌶️	1 pezzo	2 pezzi
Basilico**	5 g	10 g
Aglio	1 spicchio	2 spicchi
Cipolla	1 pezzo	2 pezzi
Pomodorini Ciliegino in salsa	1 pacchetto	2 pacchetti
Mozzarella** 7)	2 pacchetti	4 pacchetti
Ras El Hanout	1 pacchetto	2 pacchetti
Pomodorini Datterini	150 g	250 g
Pane integrale 13)	200 g	400 g

**Conservare al fresco

Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	539 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	2713 kJ/ 648 kcal	504 kJ/ 120 kcal
Grassi (g)	23 g	4 g
Grassi saturi(g)	14 g	3 g
Carboidrati (g)	75 g	14 g
Zuccheri (g)	14 g	3 g
Fibre (g)	10 g	2 g
Proteine (g)	34 g	6 g
Sale (g)	2 g	0.4 g

Allergeni

7) Latte 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



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



Preparare le verdure

TIP: omettete il peperoncino se non gradite il piccante, la ricetta sarà comunque deliziosa.

- Affettate finemente un tocchetto di **peperoncino**.
- Tagliate a metà i **pomodorini**.
- Sbucciate la **cipolla** e tagliatela a fette sottili.
- Sbucciate e tritate finemente l'**aglio**, o tagliatelo a metà per un sapore più delicato.



Cuocere in forno

- Trasferite il **sugo** in una pirofila da forno.
- Aggiungete i **pomodorini** tagliati a metà e le fette di **mozzarella** e cuocete in forno caldo per circa 8-10 minuti, o finché la mozzarella si sarà sciolta.
- Durante gli ultimi 5 minuti di cottura della shakshuka, unite anche il **pane** in forno e tostato finché sarà diventato dorato e croccante.



Cuocere le verdure

- Preriscaldate il forno a 200 °C (oppure 180 °C se ventilato).
- Scaldate un filo di **olio d'oliva** a fuoco medio-basso in una padella capiente.
- Aggiungete un po' di **peperoncino** a piacere, l'**aglio** e la **cipolla**. Condite con **sale** e **pepe** e soffriggete per 5-6 minuti circa.
- Unite 1-2 cucchiaini di **Ras El Hanout** (o tutto, per un sapore più deciso) e cuocete per 1-2 minuti, mescolando di tanto in tanto.



Disporre nei piatti

- Disponete la **shakshuka** nei piatti.
- Irroratela con un filo d'**olio** e condite con **pepe** a piacere.
- Accompagnate con il **pane**.



Cuocere la salsa

- Versate i **pomodorini ciliegino in salsa** nella padella e schiacciateli delicatamente.
- Condite con **sale**, **pepe** e un cucchiaino di **zucchero** (per 2 persone). Unite il **basilico** e cuocete a fuoco basso per circa 8-10 minuti.
- Nel frattempo, tagliate la **mozzarella** a fette di 0,5 cm e il **pane** a fette di 1-2 cm. Condite il pane con un filo d'**olio** e un pizzico di **sale**.

Buon Appetito!