Spaghettoni alla crema di mozzarella

con pesto di zucchine e crumble di noci

35 minuti

2

Zucchina

Aglio

Formaggio a pasta dura grattugiato

Spaghetti

Noci

Panko (pangrattato giapponese)

Basilico

Mozzarella

Pancetta

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

Ricetta personalizzata: Prestate attenzione ai riquadri rosa presenti su questa scheda se avete scelto di aggiungere o sostituire una proteina alla vostra ricetta.

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
Zucchina	2 pezzi	4 pezzi
Aglio	1 spicchio	2 spicchi
Formaggio a pasta dura grattugiato** **7) 8)**	1 pacchetto	2 pacchetti
Spaghetti **13)**	1 pacchetto	1 pacchetto
Noci **2)**	1 pacchetto	1 pacchetto
Panko (pangrattato giapponese) **13)**	1 pacchetto	2 pacchetti
Basilico**	5 g	10 g
Mozzarella** **7)**	1 pacchetto	2 pacchetti
Pancetta**	100 g	200 g

***Conservare al fresco*

Valori nutrizionali

per gli ingredienti non cucinati	Per porzione	Per 100g	Per porzione	Per 100g
	429 g	**100 g**	**479 g**	**100 g**
Energia (kJ/kcal)	3230 kJ/ 772 kcal	753 kJ/ 180 kcal	3969 kJ/ 949 kcal	829 kJ/ 198 kcal
Grassi (g)	22 g	5 g	37 g	8 g
Grassi saturi(g)	11 g	3 g	18 g	4 g
Carboidrati (g)	107 g	25 g	107 g	22 g
Zuccheri (g)	10 g	2 g	10 g	2 g
Fibre (g)	7 g	2 g	7 g	2 g
Proteine (g)	37 g	9 g	46 g	10 g
Sale (g)	1 g	0.2 g	2 g	1 g

Allergeni

2) Frutta a guscio **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

MISTO
Carta da fonti gestite in maniera responsabile
FSC® C020930

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

1

Preparare gli ingredienti

- Portate a bollore una pentola d'**acqua** leggermente salata: vi servirà per lessare le **zucchine** e gli **spaghettoni**.
- Tritate grossolanamente le **noci**.
- Sbucciate e tagliate a metà lo spicchio d'**aglio**.
- Eliminate le estremità delle **zucchine** e riducetele a cubetti.

2

Frullare il pesto

- Lessate le **zucchine** per 5-6 minuti, scolatele con un mestolo forato e conservate l'**acqua** sul fuoco.
- Unite in una ciotola metà delle **noci**, l'**aglio** (tutto o solo metà per un gusto più delicato), le **zucchine**, il **basilico**, il **formaggio grattugiato** e 1-2 cucchiai di **olio extravergine**. Frullate fino a ottenere una crema omogenea.
- Assaggiate e aggiustate di **sale** e **pepe** se necessario.

3

Fare la crema

- Riportate a bollore l'**acqua** nella pentola in cui avete cotto le zucchine e lessate gli **spaghettoni**, seguendo i tempi di cottura riportati sulla confezione.
- Tagliate la **mozzarella** a pezzetti e trasferitela in un bicchiere per mixer. Aggiungete un cucchiaio d'**olio** e frullate fino a ottenere una crema.
- Allungate la crema con poca **acqua** di cottura, se necessario, per uniformare la consistenza. Salate e pepate a piacere.

4

Tostare il crumble

- Scaldate nel frattempo un filo d'**olio** in una padella antiaderente a fuoco medio.
- Aggiungete il **panko** e le **noci** rimanenti e tostate per 2-3 minuti, mescolando spesso.

Ricetta personalizzata: Rosolate la pancetta per 5-6 minuti a fuoco medio, finché sarà dorata e croccante.

5

Condire gli spaghettoni

TIP: tenete da parte un mestolo d'acqua di cottura, prima di scolare gli spaghettoni.

- Scolate gli **spaghettoni**, riportateli nella pentola e conditeli uniformemente con 2-3 cucchiai di **pesto di zucchine**.
- Aggiungete qualche cucchiaio di **acqua di cottura** per allungare la consistenza del pesto, se necessario.

6

Disporre nei piatti

- Disponete gli **spaghettoni** nei piatti.
- Irrorateli con qualche altro cucchiaio di **pesto di zucchine** e con qualche goccia di **crema di mozzarella**.
- Spolverizzate sopra il **crumble** di **noci** e **panko** e guarnite con un filo d'**olio** e un pizzico di **pepe** a piacere.

Buon Appetito!