



**HELLO
FRESH**

Salsiccia golosa e peperonata al forno

con patate arrosto e salsa verde al prezzemolo

Poche calorie

Preparation time : 45 min.



Peperone



Patate



Salsiccia di
maiale



Limone



Aglio



Prezzemolo



Olio d'oliva



Sale



Pepe



What did you think of this recipe?
Scan the QR code to share your feedback.

Find the full recipe and preparation details online.
<https://hfresh.cottey.fr/it-IT/recipes/salsiccia-golosa-e-peperonata-al-forno-490>

Detach me! _____

Before you start

Plan ahead by checking the use-by dates of your ingredients. Rinse fresh produce and prepare the quantities listed below.

Utensils

Teglia con carta da forno, Ciotola

Ingredients for 1-6 people

Ingredient	2p	4p	6p
Peperone (pezzo(i))	2	4	6
Patate (pezzo(i))	2	4	6
Salsiccia di maiale (pacchetto)	1	2	3
Limone (pezzo(i))	½	1	1½
Aglio (pezzo(i))	1	2	3
Prezzemolo (g)	10	20	30
Olio d'oliva (q.b.)	to taste	to taste	to taste
Sale (q.b.)	to taste	to taste	to taste
Pepe (q.b.)	to taste	to taste	to taste

Add yourself

Salt, pepper, oil and water according to taste.

Nutritional values

Per serving	Amount
Energia (kj)	1815 kj
Energia	434 Kcal
Grassi	16.9 g
di cui Acidi Grassi Saturi	6.7 g
Carboidrati	45.1 g
di cui Zuccheri	10.1 g
Fibre	7.6 g
Proteine	26.8 g
Sodio	912 mg

Allergens

No allergens listed

Always check the product labels for allergen information.



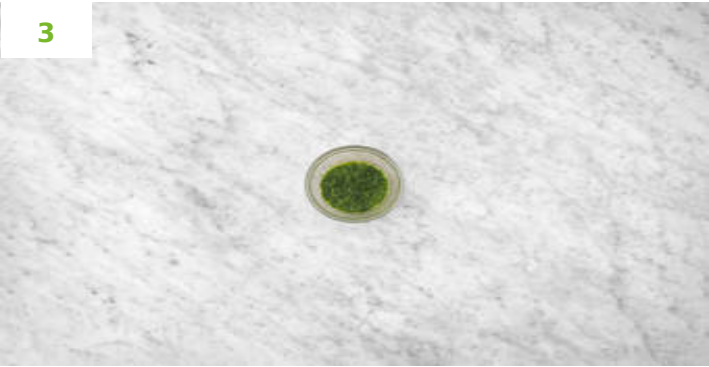
Verdure in forno

IMPORTANTE: le quantità per preparare la ricetta in base al numero di porzioni sono riportate nella tabella ingredienti!

Preriscaldate il forno a 220 °C (oppure 200° se ventilato).

Tagliate i **peperoni** a cubetti di circa 2-3 cm.

Tagliate le **patate** a spicchi di circa 2 cm (potete tenere la buccia). Mettete le verdure in una ciotola con un filo d'**olio** e conditele in modo uniforme.



Ancora più gusto

Intanto, tagliate il **limone** a spicchi e sbucciate l'**aglio** (lo userete a crudo, dosate a piacere e omettetelo se non lo gradite).

Raccogliete in un bicchiere del mixer il **prezzemolo** con 1-2 cucchiaini d'**olio** a persona, l'**aglio**, il succo di 1-2 spicchi di **limone**, un pizzico di **sale**, **pepe**. **NO MIXER? NO PROBLEM:** se non avete un frullatore o non volete sporcarlo, tritate finemente prezzemolo e aglio col coltello, quindi conditeli come indicato.



Salsiccia in arrivo

Distribuite le **patate** e i **peperoni** su una teglia foderata con carta da forno, cercando di non sovrapporle.

Cuocetele in forno caldo per 10 minuti.

Nel frattempo, tagliate le **salsicce** a metà per il lungo.

Trascorso il tempo, estraete la teglia dal forno, disponete sopra anche le salsicce e proseguite la cottura per altri 15-30 minuti, finché le verdure saranno tenere e dorate e la salsiccia non più rosa al centro.

Alla fine salate le verdure a piacere.



Buon appetito

Disponete nei piatti **salsiccia** e **verdure** e irrorateli con la **salsa verde**.

Enjoy your meal!