



**HELLO
FRESH**

Couscous perlato al ragù di carne e pecorino Dop

con sugo di pomodoro al profumo di rosmarino

Specialità regionale

Preparation time : 35 min.



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/couscous-perlato-al-ragu-di-carne-e-pecorino-dop-519>

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

Padella, Pentola

Ingredients for 1-6 people

Ingredient	2p	4p	6p
Macinato misto di maiale e manzo (pacchetto)	2	2	6
Couscous perlato (g)	140	280	420
Carota (pezzo(i))	1	2	3
Salsa di pomodoro (g)	200	390	600
Rosmarino (pezzo(i))	1	2	3
Scalogno (pezzo(i))	1	2	3
Pecorino romano Dop (pacchetto)	1	2	3
Olio di oliva (cucchiaino)	2	4	6
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	1158 Kcal
Energia (kJ)	4845 kJ
Grassi	67 g
di cui Acidi Grassi Saturi	23.3 g
Carboidrati	67.8 g
di cui Zuccheri	10.7 g
Fibre	6.8 g
Proteine	66.6 g
Sodio	1336.8 mg

Allergens

Può contenere tracce di allergeni, Cereali contenenti glutine, Soia, Latte, Grano (Glutine), Senape

Always check the product labels for allergen information.



Preparare il soffritto

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

Sbucciate e tritate finemente lo **scalogno** e la **carota**.

Scaldate una padella con un filo d'**olio** a fuoco medio-alto.

Rosolate le **verdure**, mescolando spesso, per 3-4 minuti, finché saranno dorate.



Cuocere il ragù

Aggiungete in padella il **macinato di carne**, la **salsa di pomodoro**, il **rosmarino** e l'**acqua per il sugo** (dosi in tabella).

Condite con **sale** e **pepe**, mescolate bene per sgranare la carne, coprite con un coperchio e cuocete per 20 minuti a fuoco medio-basso, finché la carne non è più rosa al centro.

Nel frattempo, portate a bollire una pentola d'**acqua** salata e lessate il **couscous** per circa 12-13 minuti.



Unire il couscous

Eliminate il rametto di **rosmarino**.

Tenete da parte un bicchiere di **acqua di cottura**, scolate il **couscous** e trasferitelo nella padella con il **ragù**.

Proseguite la cottura a fuoco medio per altri 3-5 minuti. Se il sugo risultasse troppo asciutto, unite qualche cucchiaino di **acqua di cottura**.

Spegnete il fuoco, incorporate metà del **pecorino** e mescolate bene.



Disporre nei piatti

Disponete il **couscous** nei piatti.

Spolverizzate con il resto del **pecorino** e irrorate con un filo d'**olio**.

Enjoy your meal!