



Vellutata di bietole, salsiccia e fonduta allo zola

con ceci tostati alla paprika affumicata e Grana Padano

Meno di 50g Carbs

Preparation time : 25 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/vellutata-di-bietole-salsiccia-e-fonduta-allo-zola-543>

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

Pentolino, Padella, Pentola, Bicchiere del mixer

Ingredients for 1-6 people

Ingredient	2p	4p	6p
Patate (pezzo(i))	1	2	3
Bietola (g)	400	800	1200
Brodo Granulare Vegetale (pacchetto)	1	2	3
Ceci (pacchetto)	1	2	3
Mix di spezie con paprika affumicata (pacchetto)	½	1	1½
Gorgonzola Dop (pacchetto)	1	1	3
Grana Padano Dop (pacchetto)	1	2	3
Salsiccia di maiale (pacchetto)	1	2	3
Acqua per le verdure (ml)	200	400	600
Sale (q.b.)	to taste	to taste	to taste
Pepe (q.b.)	to taste	to taste	to taste
Olio d'oliva (q.b.)	to taste	to taste	to taste
Add yourself			

Salt, pepper, oil and water according to taste.

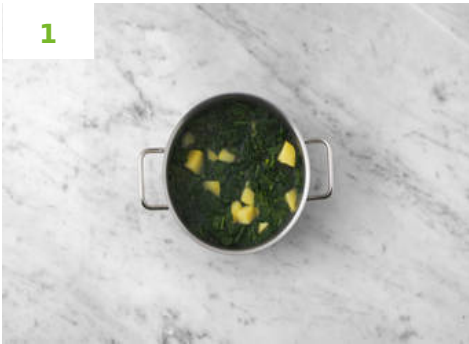
Nutritional values

Per serving	Amount
Energia	732 Kcal
Energia (kJ)	3064 kJ
Grassi	40.2 g
di cui Acidi Grassi Saturi	21.2 g
Carboidrati	38.1 g
di cui Zuccheri	3.7 g
Fibre	17.4 g
Proteine	51.1 g
Sodio	1974.49 mg

Allergens

Può contenere tracce di allergeni, Cereali contenenti glutine, Sedano, Soia, Semi di sesamo, Pesce, Latte, Crostacei, Uova, Senape, Frutta a guscio

Always check the product labels for allergen information.



Bietole in partenza

Seguite le quantità indicate a sinistra per preparare correttamente la ricetta in base al numero di porzioni! Sbucciate la **patata** e tagliatela a cubetti.

Eliminate la parte più dura del gambo (circa 2 cm) delle **bietole** e tagliatele a pezzetti.

Scaldate un filo d'**olio** in una pentola, aggiungete le **bietole**, le **patate**, l'**acqua per le verdure** e il **brodo granulare**.

Coprite con un coperchio e cuocete per circa 16-18 minuti, finché saranno tenere.



La paprika dà carattere

Nel frattempo, scolate i **ceci** dal liquido di conservazione e sciacquateli sotto acqua corrente. **LO SAPEVI?** Il liquido dei ceci può contenere alti livelli di sale: per questo è utile sciacquarli prima del consumo!

Scaldate un abbondante filo d'**olio** in una padella a fuoco medio-alto e friggete i **ceci** per 5-6 minuti con il coperchio, mescolando spesso e facendo attenzione a non bruciarli.

Unite il **mix di spezie** e mescolate per condire i **ceci** in modo uniforme.

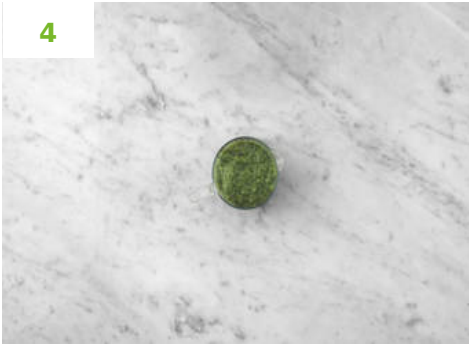
Ricetta personalizzata: eliminate la pelle della salsiccia e riducetela a tocchetti. Cuocetela in padella a fuoco medio-alto per 5-6 minuti, finché non è più rosa al centro.



Più fonde meglio è

Eliminate la crosta del **gorgonzola** e tagliatelo a tocchetti. Raccoglietelo in un pentolino e fate fondere a fuoco dolce per circa 5 minuti.

Unite un filo d'**olio**, mescolate e tenete da parte.



Un colpo di mixer

Frullate le **verdure** fino a ottenere una crema liscia e omogenea. Aggiungete un filo d'**olio**, il **Grana Padano**, **sale** e **pepe** a piacere e mescolate bene.

Se necessario, unite un filo d'**acqua** per allungare la consistenza.



Nei piatti con stile

Disponete la **vellutata** nei piatti. Adagiate sopra i **ceci** e irrorate con la **fonduta** al **gorgonzola**.

Enjoy your meal!