Hamburguesa de ternera con salsa de setas

acompañada de zanahorias asadas y puré de patata

Familia

Cocinando: 30 min • Listo en: 40 min

2

Patata

Portobello

Chalota

Carne de ternera picada

Nata líquida

Zanahoria

Perejil

De tu despensa: sal y pimienta, aceite de oliva, ajo, mantequilla, vinagre de vino tinto.

Antes de empezar

Lávate las manos al manipular los ingredientes.
Lava tus frutas y verduras.

Utensilios necesarios:

Bandeja de horno con papel de horno, pelador, papel de cocina, pasapurés, cazo, sartén mediana, plato, papel de aluminio.

Ingredientes

	2P	4P
Patata	400 gramos	800 gramos
Portobello*	250 gramos	500 gramos
Chalota	1 unidad	2 unidades
Carne de ternera picada*	250 gramos	500 gramos
Nata líquida* **7)**	250 gramos	500 gramos
Zanahoria	1 unidad	2 unidades
Perejil*	1 unidad	1 unidad
Ajo	1 unidad	2 unidades
Mantequilla	2 cucharadas	4 cucharadas
Vinagre de vino tinto	4 cucharaditas	8 cucharaditas

**Conservar en la nevera*

Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	**687 g**	**100 g**
Valor energético (kJ/kcal)	2454/ 586	357/ 85
Grasas (g)	22,6	3,3
de las cuales saturadas (g)	12,8	1,9
Carbohidratos (g)	57,6	8,4
de los cuales azúcares (g)	14,1	2,0
Proteínas (g)	36,4	5,3
Sal (g)	0,1	0

Alérgenos

7) Leche.

Para más información sobre los ingredientes, alérgenos y trazas de alérgenos, revisa la lista de ingredientes declarada en cada envase.

¡Ponle nota!

¿Qué te ha parecido la receta?
Entra en hellofresh.es o nuestra app para evaluar la receta.

¡Recíclame!

Papel Certificado FSC Mixto: procedente de fuentes responsables

1

Hornea la zanahoria

Precalienta el horno a 200°C. Pela la **zanahoria** y córtala en bastones de 1 cm. Extiende la **zanahoria** en una bandeja de horno con papel de horno. Añade un chorrito de **aceite de oliva** por encima, **salpimienta** y mezcla bien. Hornea 20-25 min, removiendo a mitad de la cocción.

2

Prepara los vegetales

Limpia las **setas portobello** con un papel de cocina húmedo y córtalas en dados pequeños. Pela y corta las **patatas** en cuadrados uniformes. Pela y pica el **ajo** (ver cantidad en ingredientes). Pela y pica la **chalota**. Deshoja el **perejil** y pícalo.

3

Prepara el puré

En un cazo mediano, añade **agua** y una pizca de **sal** y calienta a fuego alto. Hierve las **patatas** 12-15 min o hasta que estén blandas. Una vez tengas las **patatas** cocidas, pásalas por el pasapurés o tritúralas con la ayuda de un tenedor. Agrega la **mantequilla** (ver cantidad en ingredientes) de forma opcional y la mitad de la **nata líquida** para que quede suave. Agrega el **ajo**, **sal** y **pimienta** al gusto.

4

Cocina las hamburguesas

Pon en un bol la **carne picada** y **salpimienta** al gusto. Mezcla bien y forma **hamburguesas** de unos 2 cm de grosor. En una sartén, calienta un chorrito de **aceite de oliva** y cocina las **hamburguesas** 4 min por cada lado, hasta que estén bien doradas por fuera y cocidas por dentro. Reserva en un plato y cubre con papel de aluminio para mantenerlas calientes.
RECUERDA: Lávate las manos y los utensilios de cocina después de manipular carne cruda.

5

Elabora la salsa

Pon una sartén al fuego. Agrega un chorrito de **aceite** y la **chalota** y cocina 2-3 min a fuego bajo. Luego, sube el fuego y cocina las **setas** 3-4 min, hasta que estén doradas. Agrega **sal** al gusto y desglasa con el **vinagre de vino tinto** (ver cantidad en ingredientes). Cocina 1 min, hasta que el **vinagre** se evapore por completo. Añade la **nata líquida** restante con la mitad del **perejil** picado. **Salpimienta** y remueve bien. Cocina todo junto 1 min.

CONSEJO: *Si lo prefieres, puedes usar la sartén que usaste para las hamburguesas.*

6

Emplata y disfruta

Sirve las **hamburguesas** junto con el **puré** en platos. Coloca la **zanahoria** a un lado. Vierte la **salsa** de la sartén sobre la **hamburguesa** y adorna con el **perejil** restante.

¡Que aproveche!