

# ¡Todo al horno! Hamburguesa con salsa casera de queso con verduras horneadas

Familia

19



Cebolla



Pimiento



Calabacín



Zanahoria



Carne de ternera y cerdo picada



Queso crema



Queso italiano rallado curado

De tu despensa: sal y pimienta, aceite de oliva, agua.

Cocinando: 20 mins  
Listo en: 30 mins



¿Buscando una receta para toda la familia? Con este plato, podrás ofrecer a los más pequeños una variedad de verduras asadas junto a una hamburguesa, aderezada con una salsa casera de queso. ¿Lo mejor de todo? La hemos diseñado para que sea lo más sencilla posible, cocinando las verduras y la hamburguesa al horno.

## Antes de empezar

Planifica qué receta cocinarás primero según la caducidad de sus ingredientes y limpia las frutas y verduras. ¡No olvides lavarte las manos!

## Utensilios necesarios:

Bandeja de horno con papel de horno, bol resistente al calor, bol mediano.

## Ingredientes

	2P	4P	6P
Cebolla*	1 ud	2 uds	3 uds
Pimiento*	1 ud	1 ud	2 uds
Calabacín*	1 ud	2 uds	3 uds
Zanahoria*	1 ud	2 uds	3 uds
Carne de ternera y cerdo picada* 14)	250 g	500 g	750 g
Queso crema* 7)	2 uds	4 uds	6 uds
Queso italiano rallado curado* 7)	20 g	40 g	60 g
Agua	25 ml	50 ml	75 ml

\*Conservar en la nevera

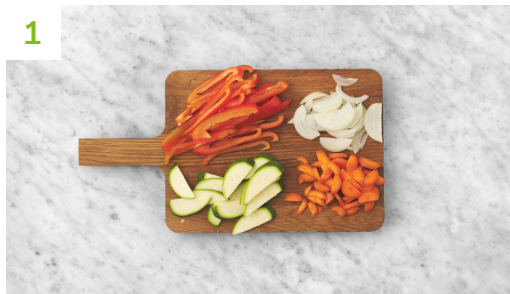
## Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	615 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	2243/ 536	365/ 87
Grasas (g)	40,4	6,6
de las cuales saturadas (g)	15,6	2,5
Carbohidratos (g)	27,7	4,5
de los cuales azúcares (g)	15,7	2,6
Proteínas (g)	35,3	5,7
Sal (g)	3,8	0,6

## Alérgenos

7) Leche 14) Sulfitos.

Para más información de alérgenos, revisa la lista de ingredientes declarada en el envase de cada ingrediente.



## 1 Prepara las verduras

¡Asegúrate de utilizar las cantidades indicadas a la izquierda para preparar tu receta!

- Precalienta el horno a 220°C.
- Pela la **cebolla** y córtala en tiras finas.
- Corta el **pimiento** en tiras finas.
- Retira los extremos del **calabacín** y córtalo por la mitad a lo largo. Corta en medias lunas de 0,5-1 cm.
- Pela la **zanahoria** y córtala por la mitad a lo largo. Corta en medias lunas finas.



## 2 Hornea las verduras

- Coloca todas las **verduras** en una bandeja para horno con papel de horno, **salpimienta** y añade un chorrito de **aceite**.
- Remueve y hornea a media altura 15 min.



## 3 Prepara las hamburguesas

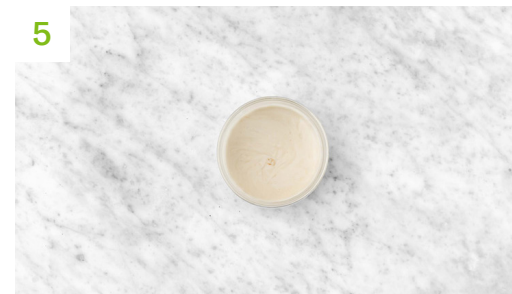
- En un bol mediano, agrega la **carne picada de cerdo**, **sal** y **pimienta**.
- Mezcla y forma con las manos una **hamburguesa** de 1-2 cm de grosor por persona.

**RECUERDA:** Lávate las manos y los utensilios de cocina después de manipular carne cruda.



## 4 Añade las hamburguesas

- Cuando las **verduras** se hayan horneado 15 min, remueve las **verduras**.
- Añade las **hamburguesas** sobre las **verduras** y hornea 15 min más, hasta que la **carne** quede cocinada y las **verduras** estén tiernas.



## 5 Prepara la salsa

- En un bol resistente al calor, agrega el **queso crema**, el **queso rallado**, el **agua**, **sal** y **pimienta**.
- Calienta en el microondas 30 segundos y remueve con varillas.
- Repite el proceso 2 veces o hasta que la **salsa** espese y quede cremosa.



## 6 Emplata y disfruta

- Sirve las **verduras** asadas a un lado de los platos.
- Coloca la **hamburguesa** al otro lado y cubre con la **salsa de queso** al gusto.

¡Que aproveche!

¡Recíclame!



Por favor, recicla nuestros envases



¡Ponle nota, chef!  
Tu opinión es nuestro ingrediente secreto.

