



Maiale in salsa di soia dolce e lime con riso al cipollotto, bietole e funghi piccanti

35 minuti • Piccante

1



Riso Jasmine



Lonza Di Maiale



Zenzero



Peperoncino Tritato



Funghi Champignon



Bietola



Cipollotto



Kecap manis



Lime



Aglio



Olio di sesamo



Hey Chef, ti è piaciuta questa ricetta?
Scansiona il QR code e lascia un commento!

Ricetta personalizzata: Prestate attenzione ai riquadri rosa presenti su questa scheda se avete scelto di aggiungere o sostituire una proteina alla vostra ricetta.

Dalla dispensa: Olio d'oliva, Sale, Pepe

Prima di cominciare

La nostra frutta e verdura ha bisogno di essere lavata prima del consumo.

Adesso divertitevi a cucinare!

Ingredienti

	2P	4P
Riso Jasmine	1 pacchetto	1 pacchetto
Lonza Di Maiale**	1 pacchetto	1 pacchetto
Zenzero	1 pezzo	2 pezzi
Peperoncino Tritato 🍒	1 pacchetto	2 pacchetti
Funghi Champignon**	125 g	250 g
Bietola**	200 g	400 g
Cipollotto**	1 pezzo	2 pezzi
Kecap manis 11 13	1 pacchetto	2 pacchetti
Lime	1 pezzo	2 pezzi
Aglio	1 spicchio	2 spicchi
Olio di sesamo	1 pacchetto	2 pacchetti

**Conservare al fresco

Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	435 g	100 g	560 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	2191 kJ/ 524 kcal	504 kJ/ 120 kcal	2782 kJ/ 665 kcal	497kJ/ 119 kcal
Grassi (g)	11 g	2 g	15 g	3 g
Grassi saturi (g)	3 g	1 g	5 g	1 g
Carboidrati (g)	71 g	16 g	71 g	13 g
Zuccheri (g)	7 g	2 g	7 g	1 g
Fibre (g)	5 g	1 g	5 g	1 g
Proteine (g)	37 g	8 g	63 g	11 g
Sale (g)	2 g	0 g	3 g	0 g

Allergeni

3) Semi di sesamo **11)** Soia **13)** Cereali contenenti glutine

Per avere informazioni più complete su ingredienti, allergeni e tracce di allergeni, fai sempre riferimento all'etichetta sui prodotti. Le box sono confezionate in uno stabilimento che utilizza il sedano.

Mi raccomando!

Conservate il kit ricette in frigo

Lavatevi le mani prima e dopo aver toccato gli ingredienti
Usate taglieri e utensili diversi per i cibi crudi e quelli già pronti, oppure lavateli tra un uso e l'altro



Scopri come smaltire i tuoi imballaggi sul nostro sito helloworldfresh.it



Lessare il riso

- Trasferite il **riso** in una casseruola con 230 ml di **acqua** (per 2 persone).
- Portate a bollore e aggiungete un pizzico di **sale**.
- Abbassate il fuoco al minimo e cuocete per 12 minuti con il coperchio.
- Pulite i **funghi** da eventuali residui di terra, eliminate la parte più dura del gambo e tagliateli a fettine sottili.
- Sbucciate e grattugiate l'**aglio** (o lasciatelo intero per un gusto più delicato).
- Tagliate le **bietole** a tocchetti piccoli.



Cuocere il maiale

TIP: il maiale sarà cotto quando risulterà compatto, opaco e bianco all'interno.

- Nel frattempo, grattugiate a piacere un po' di **zenzero** (ha un sapore lievemente pungente, dosatelo secondo i vostri gusti).
- Riportate su fuoco medio la padella usata per le verdure con 1-2 cucchiaini d'**olio**.
- Rosolatevi il **maiale** con lo **zenzero** grattugiato per 2-3 minuti.
- Aggiungete quindi un cucchiaino di salsa **kecap manis** e il succo di uno spicchio di **lime** e cuocete a fuoco basso con il coperchio per circa 6-7 minuti.



Cuocere funghi e bietole

TIP: omettete il peperoncino se non gradite il piccante, la ricetta sarà comunque deliziosa.

- Scaldare una padella antiaderente a fuoco medio con 1-2 cucchiaini d'**olio**. Unite l'**aglio** e un pizzico di **peperoncino** e rosolate per 2-3 minuti.
- Aggiungete i **funghi**, **sale**, **pepe** e cuocete per 6-7 minuti, mescolando ogni tanto.
- Unite le bietole, coprite con un coperchio e proseguite la cottura per circa 8-9 minuti, o finché le bietole saranno tenere, poi disponetele nei piatti.



Disporre nei piatti

- Disponete il **riso** saltato in piatti fondi o ciotole. Adagiatevi sopra il **maiale** e le **verdure**.
- Guarnite con uno spicchio di **lime** e la rimanente salsa **kecap manis** a piacere.



Saltare il riso

- Tagliate il **cipollotto** a rondelle fini.
- Portate su fuoco medio una seconda padella in cui avete cotto le verdure e soffriggete il **cipollotto** in 1-2 cucchiaini d'**olio** per 1-2 minuti.
- Aggiungete il **riso** e l'**olio di sesamo**, alzate la fiamma e cuocete per 10-12 minuti, mescolando spesso, finché il riso sarà dorato e croccante.

Buon Appetito!