



Riso Thai al maiale speziato in salsa agrodolce con pak choi, carote allo zenzero e arachidi

25 minuti • Piccante

4

Cerca il kit con
lo stesso numero



Riso Jasmine



Carota



Pasta di zenzero



Baby Pak Choi



Aglio



Lonza Di Maiale



Mix di spezie stile
asiatico



Arachidi



Salsa chili agrodolce



Lime



Prima di cominciare

Lava gli ortaggi. Usa utensili diversi per cibi crudi e cotti, oppure puliscili tra un uso e l'altro. Lava le mani prima e dopo aver toccato gli ingredienti. Pianifica le ricette in base alla scadenza degli ingredienti.

Cosa ti serve?

Padella, Pentolino, Ciotolina

Ingredienti

	2P	4P	6P
Riso Jasmine (pacchetti)	1	1	3
Carota** (pezzi)	1	2	3
Pasta di zenzero** (bustine)	1	2	3
Baby Pak Choi** (pezzi)	1	2	3
Aglio (spicchi)	1	2	3
Lonza Di Maiale** (g)	300	600	900
Mix di spezie stile asiatico (pacchetti)	1	2	3
Arachidi (pacchetti) 1	1	2	3
Salsa chili agrodolce (pacchetti)	1	2	3
Lime (pezzi)	0.5	1	1.5

Dalla vostra dispensa

Acqua per il riso* (ml)	230	460	690
Sale*		(q.b)	
Olio d'oliva*		(q.b)	
Pepe*		(q.b)	
Farina (di tua scelta)* (g)	50	100	150

*Non incluso **Conservare al fresco

Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	465 g	100 g	615 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	3307 kJ/ 790 kcal	712 kJ/ 170 kcal	4549 kJ/ 1087 kcal	740 kJ/ 177 kcal
Grassi (g)	26 g	6 g	45 g	7 g
Grassi saturi(g)	3 g	1 g	5 g	1 g
Carboidrati (g)	104 g	23 g	105 g	17 g
Zuccheri (g)	12 g	3 g	12 g	2 g
Fibre (g)	8 g	2 g	8 g	1 g
Proteine (g)	47 g	10 g	78 g	13 g
Sale (g)	2 g	0 g	3 g	1 g

Allergeni

1) Arachidi

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.



Il riso è buono sempre

Seguite le quantità indicate a sinistra per preparare correttamente la ricetta in base al numero di porzioni!

- Raccogliete in un pentolino il **riso** con l'**acqua per il riso**.
- Unite un pizzico di **sale**, coprite con un coperchio e portate a bollore su fuoco medio-alto.
- Abbassate il fuoco al minimo e cuocete per 12 minuti, quindi spegnete e lasciate coperto fino al momento di servire. **OCCHIO ALL'INGREDIENTE: tenete il coperchio fino al momento di servire, il riso continuerà a cuocere nel suo vapore.**



Un passaggio nelle spezie

- Tagliate la **lonza** a cubetti di circa 2-3 cm.
- Raccogliete in un piatto fondo la **farina** e il **mix di spezie** dosato a piacere e impanate uniformemente la **lonza**.
- Tritate grossolanamente le **arachidi** (oppure frantumatele direttamente nel loro sacchetto, battendoci sopra con un cucchiaino di legno).



Dacci un taglio

- Intanto, pelate la **carota** e tagliatela a dadini di 1 cm.
- Scaldate un filo d'**olio** in una padella antiaderente. Unite la **pasta di zenzero**, le **carote**, un pizzico di **sale**, **pepe** e cuocete per circa 8-10 minuti, poi trasferite le carote in una ciotolina.



Il gusto è nella salsa

- Scaldate bene una padella con un filo d'**olio** a fuoco medio-alto.
- Aggiungete la **lonza** e cuocete per 3 minuti, quindi voltatela e proseguite la cottura per altri 3 minuti, finché sarà dorata all'esterno e non più rosa al centro.
- Aggiungete la **salsa chili agrodolce** e proseguite la cottura per 1-2 minuti.



Alla scoperta del pak choi

- Riducete il **pak choi** a spicchi, lasciando le foglie unite alla base. **OCCHIO ALL'INGREDIENTE: dopo aver tagliato il pak choi, controllate che non vi siano residui di terra all'interno.**
- Sbucciate l'**aglio** e tagliatelo a metà.
- Riportate la padella su fuoco medio con un'altro filo d'**olio** e rosolate l'**aglio** e il **pak choi** per 2-3 minuti.
- Aggiungete un pizzico di **sale**, **pepe**, coprite con un coperchio e proseguite la cottura per circa 6-8 minuti, o finché il pak choi sarà tenero e dorato.



Nei piatti con stile

- Disponete il **riso** in piatti fondi o ciotole.
- Adagiate sopra la **lonza** e le **verdure**.
- Guarnite con le **arachidi**.

Il nostro ingrediente segreto è la tua opinione: scansiona il QR code e commenta la ricetta

