

# Bowl di carne stile Banh-Mi

con verdure sott'aceto e maionese alla sriracha

30 minuti

2



Macinato misto di maiale e manzo



Riso Jasmine



Cetriolo



Carota



Coriandolo



Semi Di Sesamo



Salsa di Soia



Salsa Hoisin



Sriracha



Maionese

## Prima di cominciare

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

Adesso divertitevi a cucinare!

## Ingredienti

	2P	4P
Macinato misto di maiale e manzo**	280 g	560 g
Riso Jasmine	1 pacchetto	1 pacchetto
Cetriolo	1 pezzo	2 pezzi
Carota	1 pezzo	2 pezzi
Coriandolo**	5 g	10 g
Semi Di Sesamo 3)	1 pacchetto	1 pacchetto
Salsa di Soia 11) 13)	1 pacchetto	1 pacchetto
Salsa Hoisin 11) 13)	1 pacchetto	2 pacchetti
Sriracha 🌶️	1 pacchetto	2 pacchetti
Maionese 8)	2 pacchetti	4 pacchetti

\*\*Conservare al fresco

## Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	489 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	3171 kJ/ 758 Kcal	648 kJ/ 155 Kcal
Grassi (g)	35 g	7 g
Grassi saturi(g)	11 g	2 g
Carboidrati (g)	75 g	15 g
Zuccheri (g)	8 g	2 g
Fibre (g)	5 g	1 g
Proteine (g)	36 g	7 g
Sale (g)	4 g	1 g

## Allergeni

3) Semi di sesamo 8) Uova 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

Riciclamli!



## Preparare gli ingredienti

- Tritate grossolanamente il **coriandolo**.
- Tagliate i **ceetrioli** a rondelle di circa 0,5 cm.
- Tagliate le **carote** a bastoncini sottili di circa 3-4 cm di lunghezza.
- In una ciotolina mescolate la **maionese** e un po' di **salsa sriracha** a piacere.



## Cuocere la carne

- Tostate i **semi di sesamo** in una padella antiaderente senza condimenti per 1-2 minuti, mescolando spesso, poi trasferiteli in un piattino.
- Aggiungete 1-2 cucchiaini di olio nella stessa padella e il **macinato di carne**.
- Cuocete per 6-7 minuti, sgranando con un cucchiaio di legno.



## Marinare le verdure

- Mescolate in una ciotola media un pizzico di **sale**, un cucchiaino di **zucchero**, 1/2 cucchiaino di **aceto** e 1 cucchiaino d'**acqua** a persona. Mescolate fino a quando lo **zucchero** si sarà sciolto.
- Aggiungete i **ceetrioli** e le **carote**, mescolate per amalgamare i sapori e tenete da parte al fresco per almeno 15 minuti.



## Glassare la carne

- Bagnate la carne la **salsa hoisin**, la **salsa di soia**, metà dei **semi di sesamo** e un pizzico di **coriandolo** tritato.
- Cuocete, mescolando spesso, finché la **carne** sarà uniformemente condita e cotta, per circa 1-2 minuti.



## Cuocere il riso

- Trasferite il **riso** in una casseruola e aggiungete 230 ml di **acqua** (per 2 persone).
- Portate a bollore e aggiungete un pizzico di **sale**. Cuocete per 7-8 minuti, con il coperchio, quindi spegnete il fuoco, sgranate con una forchettina e rimettete subito il coperchio in modo che prosegua la cottura.



## Disporre nei piatti

- Suddividete il **riso** in ciotole o piatti fondi. Aggiungete la **carne**, le **verdure** marinate e un pizzico di **coriandolo** tritato.
- Distribuite sopra la **maionese alla sriracha** e terminate con i **semi di sesamo** rimasti.



Ti piace cucinare con HelloFresh?  
Scarica la nostra app e raccontaci com'è andata!

**Buon Appetito!**