

Bocconcini di lonza ai sapori d'Oriente

con funghi al mirin, insalata di patate e ravanelli marinati

45 minuti

17



Funghi shiitake



Funghi Cardoncelli



Lonza Di Maiale



Mirin



Salsa di Soia



Aglio



Cipollotto



Patate



Ravanello



Maionese



Senape



Erba Cipollina

Prima di cominciare

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

Adesso divertitevi a cucinare!

Ingredienti

	2P	4P
Funghi shiitake	125 g	250 g
Funghi Cardoncelli	125 g	250 g
Lonza Di Maiale**	300 g	600 g
Mirin	2 pacchetti	4 pacchetti
Salsa di Soia 11) 13)	1 pacchetto	2 pacchetti
Aglio	1 spicchio	2 spicchi
Cipollotto	1 pezzo	2 pezzi
Patate	2 pezzi	4 pezzi
Ravanello**	125 g	250 g
Maionese 8)	4 pacchetti	8 pacchetti
Senape 9)	1 pacchetto	2 pacchetti
Erba Cipollina**	5 g	10 g

**Conservare al fresco

Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	654 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	2697 kJ/ 645 Kcal	412 kJ/ 99 Kcal
Grassi (g)	17 g	3 g
Grassi saturi (g)	4 g	1 g
Carboidrati (g)	66 g	10 g
Zuccheri (g)	28 g	4 g
Fibre (g)	42 g	1 g
Proteine (g)	42 g	6 g

Allergeni

8) Uova **9)** Senape **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



Tagliare gli ingredienti

- Portate a bollire una pentola d'**acqua** salata.
- Sbucciate e tagliate a cubetti piccoli le **patate**.
- Pulite tutti i **funghi** dall'eventuale terriccio e tagliateli a fettine.
- Sbucciate l'**aglio** e tagliatelo a metà.
- Tritate l'**erba cipollina**, tenendone 2-3 fili interi per guarnire.
- Grattugiate i **ravanelli**.
- Tritate la parte bianca del **cipollotto** e affettate la parte verde a rondelle.



Infarinare la lonza

- Disponete nel frattempo 2 cucchiaini di **farina** con un pizzico di sale in un piatto e infarinatevi i bocconcini di **lonza**.
- Scaldate 2 cucchiaini a testa di **olio d'oliva** a fuoco medio in una seconda padella e rosolatevi la parte bianca del **cipollotto** per 2-3 minuti.



Preparare l'insalata di patate

- Unite in una ciotolina 2 cucchiaini d'**acqua** e 2 di **aceto**, 1 cucchiaino di **zucchero**, un pizzico di **sale** e i **ravanelli** e teneteli da parte a marinare.
- Lessate le **patate** nell'acqua bollente per 10-12 minuti.
- Verificatene la cottura con una forchetta, quindi scolatele e conditele con 1 cucchiaino di **olio d'oliva**, un pizzico di **sale** e di **zucchero**, la **maionese**, la **senape** e l'**erba cipollina** tritata.



Cuocere la lonza

- Unite la **lonza** nella padella con il **cipollotto** e rosolate per 2-3 minuti, sfumate con il resto del **mirin**, poi unite il resto della **salsa di soia** e 2-3 cucchiaini d'**acqua** a testa, coprite e cuocete a fuoco basso per altri 5-6 minuti.
- Assaggiare e aggiustate con un pizzico di **sale**, se necessario.



Cuocere i funghi

- Scaldate nel frattempo 1 cucchiaino di **olio** per persona in una padella e rosolatevi l'**aglio** per 1-2 minuti.
- Unite i **funghi**, alzate il fuoco e sfumateli con 1 bustina di **mirin**.
- Abbassate nuovamente il fuoco, unite la parte verde del **cipollotto** e fate cuocere per altri 15 minuti con il coperchio.
- A 2-3 minuti dalla fine, aggiungete 1 cucchiaino di **salsa di soia** e 1 cucchiaino di **acqua**.



Disporre nei piatti

- Disponete 5 piccole quenelle di insalata di **patate** nel piatto, un po' distanziate tra loro, e guarnitele con i fili di **erba cipollina** tenuti da parte.
- Disponete tra una quenelle e l'altra i bocconcini di **lonza** e i **funghi** con il loro sughetto di cottura.
- Guarnite con i **ravanelli**, dopo averli sgocciolati dalla loro marinata.



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

Buon Appetito!