



Maiale spicy glassato in agrodolce con verdure croccanti e riso Jasmine

Conta Calorie **Famiglia** 35 minuti

4



Lime



Carota



Aglio



Zenzero



Riso Jasmine



Arachidi



Salsa Dolce Piccante



Mix di spezie stile asiatico



Lonza di Maiale a cubetti



Baby Pak Choi

Dalla dispensa: Sale, Pepe, Olio extravergine di oliva, Farina

Prima di cominciare

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

Adesso divertitevi a cucinare!

Ingredienti

	2P	4P
Lime	1 pezzo	2 pezzi
Carota	1 pezzo	2 pezzi
Aglio	1 pezzo	2 pezzi
Zenzero	1 pezzo	2 pezzi
Riso Jasmine	1 pacchetto	1 pacchetto
Arachidi 1)	1 pacchetto	1 pacchetto
Salsa Dolce Piccante	1 pacchetto	2 pacchetti
Mix di spezie stile asiatico	1 pacchetto	2 pacchetti
Lonza di Maiale a cubetti**	300 g	600 g
Baby Pak Choi	200 g	400 g

**Conservare al fresco

Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	533 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	2460 kJ/ 588 Kcal	462 kJ/ 110 Kcal
Grassi (g)	5 g	1 g
Grassi saturi (g)	3 g	0.5 g
Carboidrati (g)	86 g	16 g
Zuccheri (g)	11 g	2 g
Fibre (g)	9 g	1.7 g
Proteine (g)	42 g	8 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.

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 le verdure

TIP: dopo aver tagliato il pak choy, controllate che non vi siano residui di terra all'interno.

- Tritate grossolanamente le **arachidi**.
- Lavate il **pak choy** e tagliate parte dell'estremità bianca, quindi tagliatelo in spicchi lasciando le foglie unite alla base.
- Pelate le **carota** e tagliatela a dadini.
- Tagliate il **lime** a spicchi.
- Sbucciate l'**aglio** e tagliatelo a metà.
- Pelate e tritate o tagliate a rondelle lo **zenzero**.



Cuocere le verdure

- Nella stessa padella, soffriggete la **carota** con lo **zenzero** (dosato a piacere), un filo di **olio extravergine**, metà dell'**aglio**, **sale** e **pepe** per 8-10 minuti.
- Eliminate l'**aglio**, trasferite e tenete da parte.
- Scaldate un cucchiaio di **olio extravergine** nella stessa padella e rosolate il **pak choy** con il restante l'**aglio**, a fuoco medio, per 2-3 minuti.
- Aggiungete la **salsa di soia**, **sale**, **pepe** e cuocete con coperchio per altri 5-7 minuti.
- Eliminate l'**aglio**, trasferite e tenete da parte.



Cuocere il riso

- Raccogliete il **riso** in una casseruola con poco più del doppio di **acqua** rispetto al suo volume, portate a bollire a fuoco medio e aggiungete una presa di **sale**.
- Raggiunto il bollore coprite con un coperchio e cuocete per 7-8 minuti a fuoco basso.
- Spegnete e sgranate il **riso** con l'aiuto di una forchetta, poi spegnete e lasciate il coperchio fino alla fine.



Cuocere la carne

TIP: la salsa al peperoncino è piccante, dosatela secondo i vostri gusti!

- Riportate la padella sul fuoco e scaldate un filo di **olio extravergine**.
- Rosolate a fuoco medio-alto i cubetti di **lonza** 4-5 minuti per lato, fino a che non saranno ben dorati, girandoli delicatamente.
- Aggiungete la **salsa dolce piccante** e mescolate fino a glassare tutti i cubetti di **lonza**: 2-3 minuti.



Impanare il maiale e tostare le arachidi

- Unite in una ciotola 50 g di **farina** per persona e 1 cucchiaino di **mix di spezie** (per un gusto più intenso potete aggiungerne di più).
- Aggiungete i cubetti di **lonza** e infarinateli con cura.
- Tostate le **arachidi** per 3-4 minuti in una padella senza condimenti a fuoco medio, mescolando di tanto in tanto. Togliete dal fuoco e tenete da parte.



Disporre nei piatti

- Servite il riso alla base di ogni piatto e adagiatevi sopra le **carote**, i cubetti di **lonza** e il **pak choy**.
- Guarnite con le **arachidi** tostate e accompagnate con uno spicchio di **lime**: potete spremere il succo per dare un tocco di freschezza.

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

Buon Appetito!