

# Salmone al lime, riso Jasmine e salsa esotica con miso, spinaci, latte di cocco e coriandolo

45 minuti • Piccante

21



Salmone



Pasta di Miso



Aglio



Peperoncino



Zenzero



Coriandolo



Latte Di Cocco



Spinacino baby



Porro



Brodo Granulare  
Vegetale



Anacardi



Lime



Riso Jasmine



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

## Prima di cominciare

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

Adesso divertitevi a cucinare!

## Ingredienti

	2P	4P
Salmone** 4)	1 pacchetto	2 pacchetti
Pasta di Miso 11) 13)	1 pacchetto	2 pacchetti
Aglio	1 spicchio	2 spicchi
Peperoncino 🌶️	1 pezzo	2 pezzi
Zenzero	1 pezzo	2 pezzi
Coriandolo**	5 g	10 g
Latte Di Cocco	1 pacchetto	2 pacchetti
Spinacino baby**	100 g	200 g
Porro**	1 pezzo	2 pezzi
Brodo Granulare Vegetale 10)	1 pacchetto	2 pacchetti
Anacardi 2)	1 pacchetto	2 pacchetti
Lime	1 pezzo	2 pezzi
Riso Jasmine	1 pacchetto	1 pacchetto

\*\*Conservare al fresco

## Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	<b>461 g</b>	<b>100 g</b>
Energia (kJ/kcal)	3480 kJ/ 832 kcal	755 kJ/ 180 kcal
Grassi (g)	42 g	9 g
Grassi saturi (g)	19 g	4 g
Carboidrati (g)	75 g	16 g
Zuccheri (g)	7 g	1 g
Fibre (g)	5 g	1 g
Proteine (g)	38 g	8 g
Sale (g)	3 g	1 g

## Allergeni

2) Frutta a guscio 4) Pesce 10) Sedano 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](https://helloworldfresh.it)



## Tagliare gli ingredienti

- 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, quindi spegnete e lasciate coperto.
- Sbucciate e grattugiate a piacere l'**aglio** e lo **zenzero**, dosando entrambi secondo i vostri gusti.
- Eliminate la guaina esterna e tagliate il **porro** a rondelle sottili.
- Separate le foglie del **coriandolo** dai gambi.



## Condire il riso

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

- Nel frattempo, scaldate una padella su fuoco medio senza condimenti e tostate gli **anacardi** per 2-3 minuti finché saranno dorati, quindi spostateli in una ciotolina.
- Riportate la padella su fuoco medio con un filo d'**olio** e rosolate il resto del **porro** per 2-3 minuti. Unite il **riso** e, per 2 persone, 2-3 cucchiaini d'**acqua** e scaldatelo per 2-3 minuti.
- Tritate grossolanamente le foglie del **coriandolo** e riducete a rondelle il **peperoncino**.



## Cuocere il salmone

- Scaldare una padella su fuoco medio con un filo d'**olio** e rosolate metà del **porro**, i gambi del **coriandolo**, l'**aglio** e lo **zenzero** tritati per 1-2 minuti.
- Aggiungete il **latte di cocco**, il **miso** e mescolate bene per farlo sciogliere.



## Preparare la salsa

**TIP: ricordate di lavare bene gli spinaci prima di utilizzarli.**

- Una volta cotto, togliete dalla padella il **salmone** con le rondelle di lime, mantenendo nella padella la salsa di latte di cocco e miso.
- Riportatela su fuoco medio con gli **spinaci** (tenete da parte qualche foglia per guarnire), il **brodo** e cuoceteli per 5 minuti con il coperchio.
- Alla fine, frullate il tutto fino a ottenere una **crema** liscia e omogenea. Assaggiate e unite un pizzico di **sale**, se necessario.



## Unire il salmone

**TIP: il salmone sarà cotto quando risulterà opaco e chiaro al centro.**

- Tagliate il **lime** a rondelle sottili di circa 0,5 cm.
- Verificate l'eventuale presenza di lisce nel **salmone** ed eliminatele, quindi dividetelo in 2 trancetti.
- Uniteli nella padella dalla parte della pelle. Adagiatevi sopra qualche rondella di **lime**, coprite con il coperchio e cuocete per 12 minuti, voltando il pesce a metà cottura.



## Disporre nei piatti

- Disponete il **curry** e il **riso** in piatti fondi.
- Adagatevi sopra il **salmone** e le foglie degli **spinaci** tenute da parte.
- Completate con gli **anacardi**, un po' di **peperoncino** e una rondella di **lime**.

Buon Appetito!