



# Stir-fry di suino alla thailandese con riso Basmati, peperoni e coriandolo

35 minuti • Piccante

1



Lime



Peperoncino



Cipolla



Riso Basmati



Zenzero



Salsa di Soia



Coriandolo



Aglio



Peperone



Salsa Hoisin



Macinato di suino



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

**Ricetta personalizzata:** Prestate attenzione ai riquadri rosa presenti su questa scheda se avete scelto di aggiungere o sostituire una proteina alla vostra ricetta.

Dalla dispensa: Olio d'oliva, Sale, Pepe, Zucchero

## 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	1 pezzo
Peperoncino 🌶️	1 pezzo	1 pezzo
Cipolla	1 pezzo	2 pezzi
Riso Basmati	1 pacchetto	1 pacchetto
Zenzero	1 pezzo	2 pezzi
Salsa di Soia <b>11) 13)</b>	1 pacchetto	1 pacchetto
Coriandolo**	5 g	10 g
Aglio	1 spicchio	2 spicchi
Peperone**	1 pezzo	2 pezzi
Salsa Hoisin <b>11) 13)</b>	1 pacchetto	2 pacchetti
Macinato di suino**	1 pacchetto	1 pacchetto

\*\*Conservare al fresco

## Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	437 g	100 g	577 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	2608 kJ/ 623 kcal	597 kJ/ 143 kcal	3762 kJ/ 899 kcal	653 kJ/ 156 kcal
Grassi (g)	20 g	5 g	38 g	7 g
Grassi saturi (g)	8 g	2 g	16 g	3 g
Carboidrati (g)	78 g	18 g	80 g	14 g
Zuccheri (g)	12 g	3 g	13 g	2 g
Fibre (g)	5 g	1 g	5 g	1 g
Proteine (g)	35 g	8 g	60 g	10 g
Sale (g)	3 g	1 g	3 g	1 g

## Allergeni

**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 [hellofresh.it](http://hellofresh.it)



## Cuocere i peperoni

- Riducete il **peperone** a striscioline di circa 0,5 cm.
- Scaldate un filo d'**olio** in una padella antiaderente a fuoco medio-alto.
- Rosolate i **peperoni** 2-3 minuti e condite con **sale** e **pepe**.
- Unite 2-3 cucchiaini d'**acqua**, mettete il coperchio e proseguite la cottura a fuoco medio-basso per 8-10 minuti, mescolando di tanto in tanto, finché saranno teneri, quindi trasferiteli in un piatto.



## Condire la carne

- Aggiungete alla carne 1 cucchiaino di **zucchero** (per 2 persone) e continuate la cottura mescolando per 1-2 minuti.
- Unite quindi la **salsa di soia**, la **salsa hoisin**, i **peperoni** e 3-4 cucchiaini d'**acqua**.
- Cuocete, mescolando spesso, per altri 2-3 minuti.



## Lessare il riso

- Trasferite nel frattempo il **riso** in una casseruola e aggiungete 230 ml di **acqua** (per 2 persone).
- Portate a bollire e aggiungete un pizzico di **sale**.
- Abbassate il fuoco al minimo e cuocete per 7-8 minuti con il coperchio, quindi spegnete e lasciate coperto fino al momento di servire.
- Sbucciate e tritate finemente la **cipolla** e tritate grossolanamente il **coriandolo**.
- Sbucciate e grattugiate un tocchetto di **zenzero** a piacere e tagliate a metà l'**aglio**.
- Tagliate il **lime** a spicchi e tritate un tocchetto di **peperoncino**.



## Disporre nei piatti

- Incorporate metà del **coriandolo** nel riso, quindi disponetelo nei piatti.
- Adagiate sopra il sugo di **carne** e **peperoni**.
- Guarnite con il **coriandolo** rimasto e con gli spicchi di **lime**, che potete spremere per aggiungere un tocco di freschezza.



## Rosolare la carne

**TIP: la carne sarà cotta quando risulterà opaca e chiara.**

- Riportate la padella su fuoco medio-basso e scaldate 1 cucchiaino d'**olio** per persona.
- Soffriggete la **cipolla**, 1-2 cucchiaini di **zenzero**, l'**aglio** e un po' di peperoncino **peperoncino** a piacere per 2-3 minuti, mescolando spesso.
- Unite il **macinato di carne** e proseguite la cottura a fuoco medio, sgranando la **carne** con un cucchiaino di legno, per 6-7 minuti.

Buon Appetito!