



Riso Jasmine e funghi al miso e cocco con erbette, peperoncino e lime

25 minuti • Piccante

20



Riso Jasmine



Funghi



Latte Di Cocco



Pasta di Miso



Erbette



Aglio



Peperoncino Tritato



Lime



Prezzemolo



Macinato misto di maiale e manzo



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

Prima di cominciare

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

Adesso divertitevi a cucinare!

Ingredienti

	2P	4P
Riso Jasmine	1 pacchetto	1 pacchetto
Funghi**	1 pezzo	2 pezzi
Latte Di Cocco	1 pacchetto	1 pacchetto
Pasta di Miso 11) 13)	1 pacchetto	2 pacchetti
Erbette**	1 pezzo	1 pezzo
Aglio	1 spicchio	2 spicchi
Peperoncino Tritato 🌶️	1 pacchetto	1 pacchetto
Lime	1 pezzo	1 pezzo
Prezzemolo**	5 g	5 g
Macinato misto di maiale e manzo**	280 g	500 g

**Conservare al fresco

Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	440 g	100 g	580	100 g
Energia (kJ/kcal)	2172 kJ/ 519 kcal	494 kJ/ 118 kcal	3473 kJ/ 830 kcal	599 kJ/ 143 kcal
Grassi (g)	18 g	4 g	41 g	7 g
Grassi saturi (g)	15 g	3 g	24 g	4 g
Carboidrati (g)	79 g	18 g	80 g	14 g
Zuccheri (g)	4 g	1 g	5 g	1 g
Fibre (g)	7 g	2 g	8 g	1 g
Proteine (g)	14 g	3 g	41 g	7 g
Sale (g)	2 g	0 g	3 g	0 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 helloworldfresh.it

1



Cuocere il riso

TIP: tenete il coperchio fino al momento di servire, il riso continuerà a cuocere nel suo vapore.

- Trasferite 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 12 minuti con il coperchio, quindi spegnete e tenete da parte coperto.

3



Cuocere le erbe

- Riportate su fuoco medio la padella con le **erbette**, il resto del **miso** e metà **latte di cocco** (per 2 persone).
- Mescolate bene e cuocete per 5-6 minuti, finché il latte di cocco si sarà un po' addensato e le erbe saranno appassite.
- Nel frattempo, tritate finemente il **prezzemolo**.
- Tagliate il **lime** a spicchi.

2



Cuocere i funghi

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

- Scaldare una padella a fuoco medio-alto e rosolate l'**aglio** (potete tenere la buccia) con un filo d'**olio** per 1-2 minuti.
- Aggiungete i **funghi**, metà del **miso**, un pizzico di **pepe** e **peperoncino** a piacere e rosolateli per 4-5 minuti, finché saranno dorati, poi spostateli in un piatto.

Ricetta personalizzata: cuocete la carne per 5-6 minuti, finché sarà opaca e chiara.

4



Disporre nei piatti

- Distribuite il **riso** in piatti fondi o ciotole e adagiate sopra i **funghi** e le **verdure** al latte di cocco.
- Guarnite con il **prezzemolo** e uno spicchio di **lime**.

Buon Appetito!