

Mu ping - spiedini di maiale stile Bangkok con riso al cocco, insalata di mango e cetriolo

30 minuti • Mangiami per primo

21



Arrosticini di suino



Riso Jasmine



Latte Di Cocco



Salsa agrodolce



Salsa di Soia



Lime



Coriandolo



Arachidi



Cetriolo



Mango



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
Arrosticini di suino**	1 pacchetto	2 pacchetti
Riso Jasmine	1 pacchetto	1 pacchetto
Latte Di Cocco	1 pacchetto	2 pacchetti
Salsa agrodolce	1 pacchetto	2 pacchetti
Salsa di Soia 11 13)	1 pacchetto	2 pacchetti
Lime	1 pezzo	1 pezzo
Coriandolo**	5 g	5 g
Arachidi 1)	1 pacchetto	2 pacchetti
Cetriolo**	1 pezzo	2 pezzi
Mango	1 pezzo	2 pezzi

**Conservare al fresco

Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	728 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	4288 kJ/ 1025 kcal	589 kJ/ 141 kcal
Grassi (g)	51 g	7 g
Grassi saturi(g)	26 g	4 g
Carboidrati (g)	115 g	16 g
Zuccheri (g)	47 g	7 g
Fibre (g)	8 g	1 g
Proteine (g)	33 g	5 g
Sale (g)	4 g	1 g

Allergeni

1) Arachidi **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, per 2 persone, 60 ml di **latte di cocco** (agitate energicamente la confezione per rendere omogenea la consistenza prima di utilizzarlo, le basse temperature possono causare la formazione di grumi) e 180 ml di **acqua**.
- Portate a bollire e aggiungete un pizzico di **sale**.
- Abbassate a fuoco medio-basso e cuocete per 7-8 minuti con il coperchio, quindi spegnete e lasciate coperto fino al momento di servire.

3



Cuocere la carne

TIP: gli arrosticini saranno cotti quando non saranno più rosa al centro.

- In un ciotolina mescolate la **salsa di soia**, la **salsa agrodolce** e il succo di uno spicchio di **lime**.
- Scaldate una padella su fuoco medio-alto con 1 cucchiaino d'**olio** e grigliate gli **arrosticini** per circa 3-4 minuti su ogni lato, finché saranno dorati.
- Aggiungete metà della **salsa** e proseguite la cottura per 1 minuto, finché gli arrosticini saranno ben conditi.
- Nel frattempo tritate grossolamente le **arachidi**.

2



Preparare l'insalata

- Tagliate il **cetriolo** a cubetti di 1 cm.
- Pelate il **mango** con un pelapatete e riducetelo a cubetti di circa 1 cm.
- Tritate grossolamente il **coriandolo** (oppure omettetelo se non ne gradite il sapore).
- Tagliate il **lime** a spicchi.
- Raccogliete in una ciotola il **mango**, il **cetriolo**, il **coriandolo** (tenete un po' da parte per guarnire alla fine,) il succo di un spicchio di **lime**, un filo d'**olio**, un pizzico di **sale** e mescolate bene.

4



Disporre nei piatti

- Disponete il **riso** e l'**insalata** nei piatti.
- Accompagnate con gli **arrosticini** e la **salsa** rimasta.
- Guarnite con le **arachidi**.

Buon Appetito!