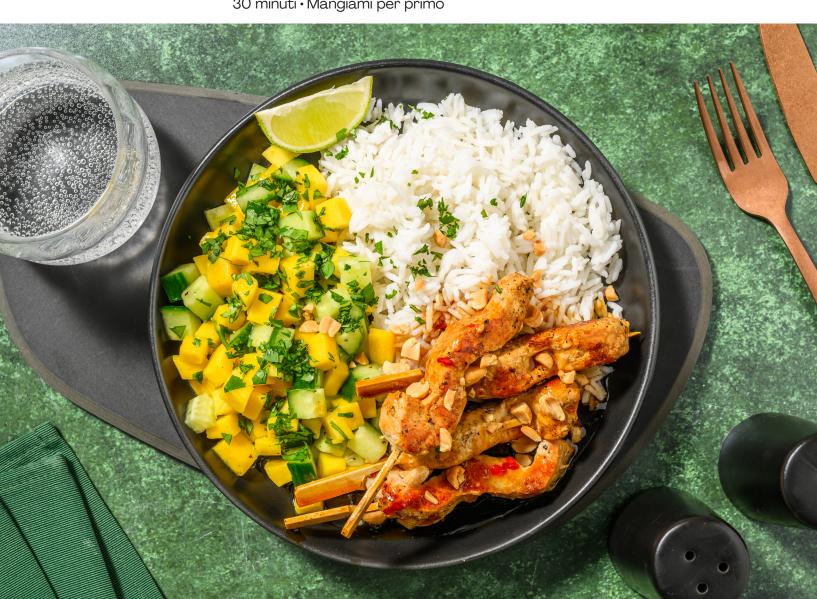


Mu ping - spiedini di maiale stile Bangkok

con riso al cocco, insalata di mango e cetriolo

30 minuti • Mangiami per primo















Latte Di Cocco

Salsa agrodolce





Salsa di Soia









Coriandolo





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	1 pacchetto
Salsa agrodolce	1 pacchetto	2 pacchetti
Salsa di Soia 11) 13)	1 pacchetto	2 pacchetti
Lime	1 pezzo	1 pezzo
Coriandolo**	5 g	10 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







Cuocere il riso

TIP: le basse temperature causano la formazione di grumi nel latte di cocco, agitate energicamente la confezione prima di aprirlo per renderne omogenea la consistenza.

- Trasferite il riso in una casseruola e aggiungete, per 2 persone, 60 ml di latte di cocco e 180 ml di acqua.
- Portate a bollore 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.



Cuocere la carn

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 cucchiao d'olio, unite gli arrosticini e grigliateli per circa 3-4 minuti su ogni lato, finché saranno dorati.
- Aggiungete metà della salsa e prosoguite la cottura per 1 minuto, finché gli arrosticini saranno ben conditi.
- Nel frattempo tritate grossolanamente le arachidi.



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 grossolanamente il coriandolo.
- Tagliate il **lime** a spicchi.
- Raccogliete in una ciotola il mango, il cetriolo, il coriandolo (tenetene un po' da parte per guarnire alla fine) il succo di uno spicchio di lime, un filo d'olio e un pizzico di sale. Mescolate bene.



Disporre nei piatti

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