



# Padellata Thai di carne e peperoni con riso Basmati, peperoncino e coriandolo

35 minuti

1



Lime



Peperoncino



Cipolla



Riso Basmati



Zenzero



Salsa di Soia



Coriandolo



Aglia



Peperone



Macinato misto di maiale e manzo



Salsa Hoisin



Com'è andata la tua consegna?  
Scannerizza il QR code  
e faccelo sapere!

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	2 pezzi
Peperoncino 🍌	1 pezzo	2 pezzi
Cipolla	1 pezzo	2 pezzi
Riso Basmati	1 pacchetto	1 pacchetto
Zenzero	1 pezzo	2 pezzi
Salsa di Soia <b>11</b> <b>13</b>	1 pacchetto	1 pacchetto
Coriandolo**	5 g	10 g
Aglio	1 spicchio	2 spicchi
Peperone	1 pezzo	2 pezzi
Macinato misto di maiale e manzo**	280 g	560 g
Salsa Hoisin <b>11</b> <b>13</b>	1 pacchetto	2 pacchetti

\*\*Conservare al fresco

## Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	444 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	2872 kJ/ 686 kcal	647 kJ/ 155 kcal
Grassi (g)	25 g	6 g
Grassi saturi(g)	10 g	2 g
Carboidrati (g)	83 g	19 g
Zuccheri (g)	15 g	3 g
Fibre (g)	8 g	2 g
Proteine (g)	37 g	8 g
Sale (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



## Preparare gli ingredienti

- Sbucciate e tritate finemente la **cipolla**.
- Tagliate il **peperone** a metà, privatelo del torsolo e dei semi e riducetelo a strisciole di circa 0,5 cm.
- Tritate grossolanamente il **coriandolo**.
- Sbucciate e grattugiate un tocchetto di **zenzero** e tagliate a metà l'**aglio**.
- Grattugiate la scorza del **lime** (senza intaccare la parte bianca, che è amara) e tagliatelo a spicchi.
- Tritate un tocchetto di **peperoncino**.



## Lessare il riso

- Trasferite nel frattempo il **riso** in una casseruola e aggiungete 230 ml di **acqua** (per 2 persone).
- Portate a bollore e aggiungete un pizzico di **sale**. Abbassate il fuoco al minimo e cuocete per 7-8 minuti con il coperchio, quindi spegnete, sgranate con una forchetta e rimettete subito il coperchio in modo che prosegua la cottura.



## Cuocere i peperoni

- Scaldare 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 1 pizzico di scorza di **lime**, la **salsa di soia**, la **salsa hoisin**, i **peperoni** e 3-4 cucchiaini d'**acqua**.
- Cuocete, mescolando spesso, per altri 2-3 minuti.



## Rosolare la carne

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



## 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.