

Cerdo asiático en salsa dulce con verduras salteadas y arroz basmati

Familia

Cocinando: 35 min • Listo en: 35 min

7



Lomo de cerdo



Jengibre



Arroz basmati



Zanahoria



Pimiento



Salsa de soja



Ajo tierno



Caldo de pollo



Semillas de sésamo
blancas

Antes de empezar

Lávate las manos al manipular los ingredientes.
Lava tus frutas y verduras.

Utensilios necesarios:

Colador, sartén grande, cazo con tapa, jarra medidora, pelador, báscula, rallador fino.

Ingredientes

	2P	4P
Lomo de cerdo*	250 gramos	500 gramos
Jengibre	½ unidad	1 unidad
Arroz basmati	150 gramos	300 gramos
Zanahoria	1 unidad	2 unidades
Pimiento	1 unidad	2 unidades
Salsa de soja 11) 13)	1 sobre	2 sobres
Ajo tierno	1 unidad	2 unidades
Caldo de pollo	1 sobre	2 sobres
Semillas de sésamo blancas 3)	8 gramos	15 gramos
Ajo	1 unidad	2 unidades
Agua para el arroz	320 ml	640 ml
Agua para la salsa	50 ml	100 ml
Azúcar	50 gramos	100 gramos

*Conservar en la nevera

Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	449 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	3669/ 877	818/ 196
Grasas (g)	32,0	7,1
de las cuales saturadas (g)	9,8	2,2
Carbohidratos (g)	71,7	16,0
de los cuales azúcares (g)	33,4	7,4
Proteínas (g)	30,7	6,8
Sal (g)	2,6	0,6

Alérgenos

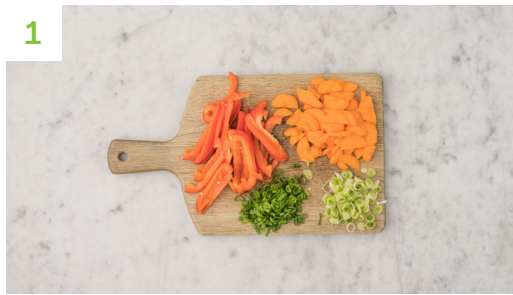
3) Sésamo 11) Soja 13) Cereales que contienen gluten.

Para más información sobre los ingredientes, alérgenos y trazas de alérgenos, revisa la lista de ingredientes declarada en cada envase.

¡Ponle nota!

¿Qué te ha parecido la receta?
Entra en [hellofresh.es](https://www.hellofresh.es) o nuestra app para evaluar la receta.

♻️ ¡Recíclame!



Prepara los vegetales

Pela la **zanahoria** y córtala por la mitad a lo largo. Corta cada mitad en medias lunas de 0,5-1 cm. Corta el **pimiento** por la mitad y quítale las semillas. Luego, córtalo en tiras finas de 0,5 cm de grosor. Corta el **ajo tierno** en rodajas finas, separa la parte blanca de la verde. Pela el **ajo** (ver cantidad en ingredientes). Ralla el **ajo** y la mitad del **jengibre** (doble para 4p).

CONSEJO: Cuanto más fino sea el corte de la verdura, antes se cocinará.



Cocina el cerdo

Corta el **lomo de cerdo** en trozos de 2-3 cm. En la sartén, calienta un chorrito de **aceite** a fuego medio-alto. Luego, agrega el **lomo, salpimienta** y cocina 2-3 min. Retira y reserva.

RECUERDA: Lávate las manos y los utensilios de cocina después de manipular carne cruda.



Cocina las verduras

En una sartén, agrega un chorrito de **aceite** junto con el **ajo** y el **jengibre** rallado. Calienta a fuego medio y cocina 1-2 min o hasta que se dore. Luego, agrega la **zanahoria**, la parte blanca del **ajo tierno** y el **pimiento** y cocina 8-10 min, sin dejar de remover, hasta que las **verduras** estén tiernas. **Salpimienta** al gusto. Una vez listas, retira y reserva.



Prepara la salsa

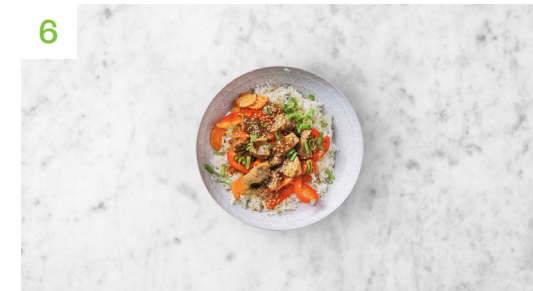
En la sartén, agrega la **salsa de soja**, el **caldo de pollo**, el **agua para la salsa** y el **azúcar** (ver cantidad en ingredientes para ambos). Cocina a fuego alto y deja que hierva durante 2-3 min, hasta que la **salsa** se espese. Luego, agrega de nuevo el **lomo** y remueve para que quede bien cubierto por la **salsa**. Añade las **verduras** y cocina a fuego medio-alto 2-3 min, de forma que la **salsa** se haya reducido y cubra el **lomo** y las **verduras**.



Cuece el arroz

Mientras tanto, llena un cazo con el **agua para el arroz** (ver cantidad en ingredientes), añade el **arroz** y **sal** al gusto y lleva a ebullición. Cuando hierva, baja a fuego medio-bajo y tapa el cazo. Deja cocinar 11-13 min y remueve de vez en cuando. Una vez cocinado, remueve el **arroz** con la ayuda de un tenedor para separar los granos y reservalo en el cazo tapado.

CONSEJO: Antes de cocinar el arroz, lávalo para retirar el exceso de almidón y que los granos queden sueltos.



Emplata y disfruta

Sirve el **arroz** en platos y cubre con el **cerdo en salsa dulce** con **verduras**. Espolvorea la parte verde del **ajo tierno** y **semillas de sésamo** al gusto.

¡Que aproveche!