



Cerdo crujiente sobre fideos udon en salsa asiática con verduras salteadas

Cocíname primero • Huevos no incluidos
Cocinando: 20 min • Listo en: 30 min

1



Lomo de cerdo



Fideos udon



Salsa hoisin



Panko



Zanahoria



Salsa de soja



Calabacín



De tu despensa: sal y pimienta, aceite de oliva, huevo, agua, aceite para freír.

Antes de empezar

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

Utensilios necesarios:

Rallador, sartén grande, jarra medidora, papel de cocina, pelador, plato, plato hondo.

Ingredientes

	2P	4P
Lomo de cerdo*	250 gramos	500 gramos
Fideos udon 13)	300 gramos	600 gramos
Salsa hoisin 3) 11) 13)	2 sobres	4 sobres
Panko 13)	25 gramos	50 gramos
Zanahoria	1 unidad	2 unidades
Salsa de soja 11) 13)	1 sobre	2 sobres
Calabacín*	1 unidad	2 unidades
Huevo	1 unidad	2 unidades
Aceite para freír	150 ml	300 ml
Agua	175 ml	350 ml

*Conservar en la nevera

Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	638 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	4541/ 1085	712/ 170
Grasas (g)	106,1	16,6
de las cuales saturadas (g)	19,4	3,0
Carbohidratos (g)	72,9	11,4
de los cuales azúcares (g)	15,6	2,4
Proteínas (g)	33,4	5,2
Sal (g)	2,8	0,4

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 helllofresh.es o nuestra app
para evaluar la receta.



1 Prepara los ingredientes

Pela y ralla la **zanahoria**. Retira los extremos del **calabacín** y córtalo por la mitad a lo largo. Luego, corta cada mitad en medias lunas de 0,5-1 cm.



2 Cocina las verduras y los fideos

En una sartén grande, calienta un chorrito de **aceite** a fuego medio. Una vez caliente, agrega la **zanahoria** y el **calabacín** y cocina 5-6 min. Agrega la **salsa de soja**, la mitad de la **salsa hoisin**, los **fideos udon** y el **agua** (ver cantidad en ingredientes). Cocina a fuego medio-alto durante 4-5 min, removiendo para que los **fideos** se separen.



3 Prepara el rebozado

En otra sartén, calienta a fuego medio el **aceite para freír** (ver cantidad en ingredientes). Seca el **lomo** y **salpimiento**. En un plato hondo, bate el **huevo** (ver cantidad en ingredientes). En otro plato, agrega el **panko**.



4 Reboza el lomo

Luego, coloca el **lomo** en el plato con el **huevo** batido y cúbrelo. A continuación, rebózalo en **panko**. Presiona ligeramente para que el **panko** quede bien adherido.

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



5 Fríe el lomo

Cuando el **aceite** esté caliente, fríe el **lomo** 3-4 min, dándole la vuelta a mitad de cocción. Luego, colócalo en un plato con papel de cocina para retirar el exceso de **aceite**.



6 Emplata y disfruta

Corta el **lomo** en tiras de 1-2 cm. Sirve los **fideos udon** con **verduras** en platos y coloca encima el **lomo**. Agrega la **salsa hoisin** restante sobre el plato.

¡Que aproveche!