



Cerdo al estilo asiático en salsa teriyaki sobre arroz con cacahuetses y espinacas

Familia Fácil y rápido

Cocinando: 20 min • Listo en: 25 min

5



Arroz basmati



Cacahuetses salados



Lima



Lomo de cerdo



Salsa teriyaki



Jengibre



Brotos de espinacas

De tu despensa: sal y pimienta, aceite de oliva, ajo, agua, harina.

Antes de empezar

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

Utensilios necesarios:

Colador, bol grande, cazo con tapa, jarra medidora, bol mediano, sartén, bol pequeño, rallador fino.

Ingredientes

	2P	4P
Arroz basmati	150 gramos	300 gramos
Cacahuets salados 1)	20 gramos	40 gramos
Lima	½ unidad	1 unidad
Lomo de cerdo*	250 gramos	500 gramos
Salsa teriyaki 11) 13)	1 sobre	2 sobres
Jengibre	½ unidad	1 unidad
Brotos de espinacas*	1 unidad	2 unidades
Ajo	1 unidad	2 unidades
Agua para el arroz	320 ml	640 ml
Agua para la salsa	100 ml	200 ml
Harina	1 cucharada	2 cucharadas

*Conservar en la nevera

Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	345 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	3615/ 864	1048/ 250
Grasas (g)	37,1	10,8
de las cuales saturadas (g)	10,5	3,0
Carbohidratos (g)	73,3	21,2
de los cuales azúcares (g)	11,0	3,2
Proteínas (g)	32,6	9,4
Sal (g)	2,7	0,8

Alérgenos

1) Cacahuets **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.

¡Recíclame!



Cocina el arroz

¡Asegúrate de utilizar las cantidades indicadas a la izquierda para preparar tu receta! Llena un cazo con el **agua para el arroz** (ver cantidad en ingredientes) y añade el **arroz** y **sal** al gusto. Cuando hierva, baja el fuego 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 resérvalo en el cazo tapado.

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



Saltea las verduras y el cerdo

En una sartén, calienta un chorrito de **aceite** a fuego medio. Cuando esté caliente, agrega las **espinacas**, **salpimienta** y saltea 2 min o hasta que se ablanden y reduzcan su tamaño. Luego, retira y reserva. En la sartén, calienta un chorrito de **aceite** a fuego alto. Cuando esté caliente, agrega el **cerdo**, **salpimienta** y saltea 2-3 min o hasta que se dore por completo.



Prepara los ingredientes

Con la base de un cazo, aplasta los **cacahuets** en su propia bolsa para picarlos. Ralla la piel de media **lima** (doble para 4p) y córtala en gajos. Pela y ralla el **ajo** (ver cantidad en ingredientes). Ralla la mitad del **jengibre** (doble para 4p). Corta el **lomo de cerdo** en tiras de 1-2 cm, luego, corta en dados.



Añade la salsa y cocina

Cuando el **cerdo** esté dorado, baja a fuego medio y agrega la **salsa** a la sartén. Cocina, cubriendo el **cerdo** con la **salsa**, durante 2-3 min, hasta que espese. Mientras tanto, en el cazo con el **arroz**, agrega la **ralladura de lima**, las **espinacas** y la mitad de los **cacahuets**. **Salpimienta** y mezcla bien.

CONSEJO: Puedes agregar un chorrito de agua si prefieres la salsa menos espesa.



Elabora la salsa

En un bol pequeño, agrega el **ajo**, el **jengibre** rallado, la **salsa teriyaki**, el zumo de media **lima** (doble para 4p) y el **agua para la salsa** (ver cantidad en ingredientes). Mezcla y reserva. En un bol mediano, agrega la **harina** (ver cantidad en ingredientes), luego, añade el **lomo de cerdo** y mezcla para que quede bien cubierto.

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



Emplata y disfruta

Sirve el **arroz basmati** con **lima** y **espinacas** en la base de los platos y agrega el **cerdo estilo asiático** encima. Agrega la **salsa** que haya quedado en la sartén sobre el **cerdo** y espolvorea los **cacahuets** restantes. Agrega los gajos de **lima** restantes a un lado para exprimir al gusto.

¡Que aproveche!

¡Ponle nota chef!

Tu opinión es nuestro ingrediente secreto.

