

# Baos de carne picada de cerdo con encurtidos

con mayonesa de sriracha y cacahuetes

Rápido **Picante** • Una sartén

21



Pan bao



Mayonesa



Sriracha



Pepino



Zanahoria



Cacahuets salados



Carne de cerdo picada



Cebolla



Salsa de soja dulce

De tu despensa: sal y pimienta, aceite de oliva, vinagre de vino tinto.



Cocinando: 20 mins  
Listo en: 20 mins



¿Sabías que los encurtidos abren el apetito? La acidez que los caracteriza estimula el estómago y las papilas gustativas, aunque esta receta te apetece solo de mirarla. Los encurtidos acompañan en esta ocasión unos baos con carne de cerdo perfectos para descubrir la gastronomía callejera asiática.

## Antes de empezar

Planifica qué receta cocinarás primero según la caducidad de sus ingredientes y limpia las frutas y verduras. ¡No olvides lavarte las manos!

## Utensilios necesarios:

Bol, rallador, bol mediano, sartén, pelador, bol pequeño.

## Ingredientes

	2P	4P
Pan bao <b>13) 15)</b>	6 unidades	12 unidades
Mayonesa <b>8) 9)</b>	3 sobres	6 sobres
Sriracha	1 sobre	2 sobres
Pepino	1 unidad	2 unidades
Zanahoria	1 unidad	2 unidades
Cacahuets salados <b>1)</b>	20 gramos	40 gramos
Carne de cerdo picada* <b>14)</b>	250 gramos	500 gramos
Cebolla	1 unidad	2 unidades
Salsa de soja dulce <b>11)</b>	1 sobre	2 sobres
Vinagre de vino tinto	3 cucharadas	6 cucharadas
Sal para encurtir	1 cucharadita	2 cucharaditas

\*Conservar en la nevera

## Información nutricional

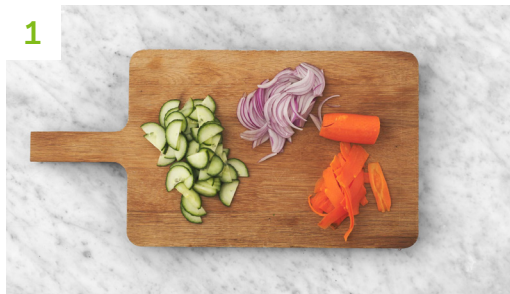
	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	630 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	4050/ 968	643/ 154
Grasas (g)	55,8	8,9
de las cuales saturadas (g)	12,6	2,0
Carbohidratos (g)	101,7	16,1
de los cuales azúcares (g)	24,9	4,0
Proteínas (g)	39,1	6,2
Sal (g)	5,4	0,9

## Alérgenos

**1)** Cacahuets **8)** Huevo **9)** Mostaza **11)** Soja **13)** Cereales que contienen gluten **14)** Sulfitos **15)** Trigo.

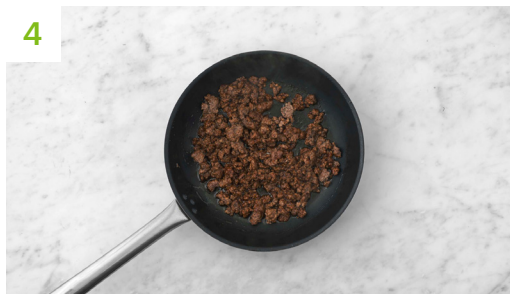
Para más información de alérgenos, revisa la lista de ingredientes declarada en el envase de cada ingrediente.

¡Recíclame!



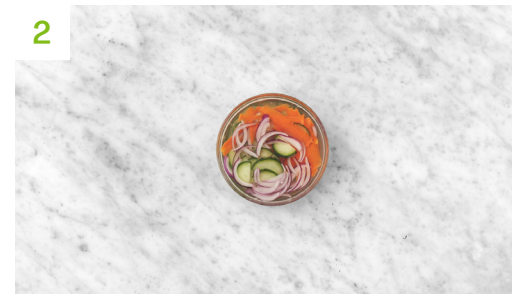
## Prepara las verduras

¡Asegúrate de utilizar las cantidades indicadas a la izquierda para preparar tu receta! Retira los extremos del **pepino** y córtalo por la mitad a lo largo. Luego, corta en medias lunas de 0,5-1 cm. Pela la **zanahoria** y córtala por la mitad. Luego, haz láminas de la mitad de la **zanahoria** con un pelador. Pela la **cebolla**, divídela en dos y córtala en tiras finas.



## Cocina la carne

En una sartén, calienta un chorrito de **aceite** a fuego medio-alto. Agrega la **carne picada de cerdo**, **salpimentada** y cocina 4-5 min, desmenuzando con una espátula, hasta que se dore. Agrega la **salsa de soja dulce** y un chorrito de **agua** y cocina 1-2 min más, hasta que reduzca y la **carne** quede melosa. **RECUERDA:** Lávate las manos y los utensilios de cocina después de manipular carne cruda.



## Encurte las verduras

En un bol, agrega el **pepino**, la **zanahoria**, la **cebolla**, el **vinagre de vino tinto** y la **sal para encurtir** (ver cantidad en ingredientes de ambos). Remueve bien y deja reposar hasta el paso 4.

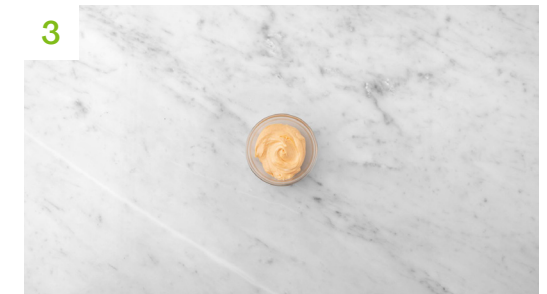
**SABÍAS QUE:** Agregar sal a los alimentos extrae la humedad a través del proceso de ósmosis, útil para encurtir, ya que, al reducir la cantidad de agua, se mejora la textura y se previene el crecimiento bacteriano.



## Calienta los baos

Coloca los **panes bao** en un plato, sin que se toquen entre ellos, y calienta en el microondas entre 40 y 60 segundos a máxima potencia, hasta que queden tiernos y esponjosos.

**CONSEJO:** Abre ligeramente y con cuidado los baos para que no se rompan.



## Prepara la salsa

Ralla la **zanahoria** restante y agrégala a un bol. Añade un chorrito de **aceite**, **salpimentada** y remueve. En un bol pequeño, mezcla la **mayonesa** y la **sriracha**. Con la base de un cazo, aplasta los **cacahuets** en su propia bolsa para picarlos. Añade la mitad de los **cacahuets** picados al bol con las **verduras** encurtidas.



## Emplata y disfruta

En el interior de cada **pan bao**, agrega **carne picada**, **zanahoria** rallada y **cebolla** encurtida al gusto. Añade encima **mayonesa de sriracha** y **cacahuets** picados. Sirve los **encurtidos** restantes a un lado como acompañamiento.

¡Que aproveche!

¡Ponle nota, chef!  
Tu opinión es nuestro ingrediente secreto.

