



Cerdo agridulce al estilo chino con verduras y arroz basmati

Fácil y rápido

Cocinando: 20 min • Listo en: 25 min



3



Lomo de cerdo



Cebolla



Pimiento



Ajo tierno



Salsa de soja



Salsa Worcester



Ketchup



Arroz basmati



Lima

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

Antes de empezar

Lávate las manos al manipular los ingredientes.

Lava tus frutas y verduras.

Utensilios necesarios:

Colador, cazo con tapa, jarra medidora, bol mediano, sartén mediana.

Ingredientes

	2P	4P
Lomo de cerdo*	250 gramos	500 gramos
Cebolla	½ unidad	1 unidad
Pimiento	1 unidad	2 unidades
Ajo tierno	1 unidad	2 unidades
Salsa de soja 11) 13)	1 sobre	2 sobres
Salsa Worcester 11)	1 sobre	2 sobres
Ketchup	1 sobre	2 sobres
Arroz basmati	150 gramos	300 gramos
Lima	½ unidad	1 unidad
Ajo	1 unidad	2 unidades
Azúcar	1 cucharadita	2 cucharaditas
Harina	½ cucharada	1 cucharada
Agua	320 ml	640 ml

*Conservar en la nevera

Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	420 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	3289/ 786	784/ 187
Grasas (g)	29,9	7,1
de las cuales saturadas (g)	9,5	2,3
Carbohidratos (g)	73,4	17,5
de los cuales azúcares (g)	11,1	2,6
Proteínas (g)	30,1	7,2
Sal (g)	2,1	0,5

Alérgenos

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 o nuestra app
para evaluar la receta.



1 Hierve el arroz

Llena un cazo con el **agua** (ver cantidad en ingredientes) y añade el **arroz** y **sal** al gusto. 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 resérvalo en el cazo tapado.

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



4 Saltea las verduras

En la misma sartén, añade un chorrito de **aceite**, el **ajo** y la parte blanca del **ajo tierno**. Calienta a fuego medio y cocina durante 1-2 min o hasta que se dore. Luego, añade la **cebolla** y el **pimiento** y saltea durante 4-5 min, hasta que se ablanden un poco.



2 Prepara las verduras y el lomo

Pela y pica el **ajo** (ver cantidad en ingredientes). Pela la **cebolla**, divídela en dos y corta una mitad (doble para 4p) en tiras finitas. Corta el **pimiento** por la mitad y quítale las semillas. Córtales en tiras finas de 0,5 cm de grosor. Separa la parte blanca y la parte verde del **ajo tierno**. Corta ambas partes en rodajas finas y reserva la parte verde hasta el emplatado. Corta el **lomo de cerdo** en tiras finas de 1 cm de grosor.

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



5 Agrega la salsa agridulce

Lava bien el bol donde enharinaste la **carne**. Luego, mezcla en el bol el **ketchup**, la **salsa de soja**, la **salsa Worcester**, el jugo de media **lima** (doble para 4p) y el **azúcar** (ver cantidad en ingredientes). En la sartén con las **verduras**, vuelve a agregar el **lomo** y añade la **salsa agridulce**. Mezcla todo bien y cocina 1 min.



3 Fríe la carne

Salpimenta el **lomo**. En un bol, agrega la **harina** (ver cantidad en ingredientes), luego, agrega el **lomo** y cúbrelo con la **harina**. En una sartén, calienta un chorrito de **aceite** a fuego medio. Una vez caliente, agrega el **lomo** y cocina 3-4 min, hasta que esté dorado. Retira de la sartén y reserva.

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



6 Emplata y disfruta

Sirve el **arroz basmati** en los platos y coloca el **cerdo con salsa agridulce** encima. Espolvorea la parte verde del **ajo tierno** sobre el plato.

¡Que aproveche!