



# Cerdo agridulce al estilo chino con verduras y arroz jazmín

Fácil y rápido

Cocinando: 20 min • Listo en: 25 min

14



Lomo de cerdo



Cebolla



Pimiento



Ajo tierno



Salsa de soja



Salsa Worcester



Ketchup



Arroz jazmín



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 <b>11</b> <b>13</b>	1 sobre	2 sobres
Salsa Worcester <b>11</b>	1 sobre	2 sobres
Ketchup	1 sobre	2 sobres
Arroz jazmín	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	300 ml	600 ml

\*Conservar en la nevera

## Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	406 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	2988/ 714	737/ 176
Grasas (g)	30,0	7,4
de las cuales saturadas (g)	9,5	2,3
Carbohidratos (g)	73,8	18,2
de los cuales azúcares (g)	11,1	2,7
Proteínas (g)	29,5	7,3
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 helllofresh.es o nuestra app para evaluar la receta.



### Hierve el arroz

Llena un cazo con el **agua** (ver cantidad en ingredientes) y añade **sal** al gusto. Tápalo y llévalo a ebullición. Cuando hierva, añade el **arroz**, baja el fuego a medio-bajo y tápalo de nuevo. Deja cocinar 12 min y remueve de vez en cuando. Una vez cocinado, déjalo reposar con la tapa durante al menos 10 min. Después, 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.



### 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 fríe 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.



### 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. Córdalo en tiras finas de 1 cm de grosor. Corta el **ajo tierno** en rodajas finas, reserva la parte verde para el emplatado. Corta el **lomo de cerdo** en tiras finas de 1 cm de grosor.



### 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). Vuelve a agregar el **lomo** a la sartén con la **cebolla** y añade la **salsa agridulce**. Mezcla todo bien y cocina 1 min.



### 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**. Pon una sartén a calentar con un chorrito de **aceite** a fuego medio. Una vez caliente, agrega el **lomo** y fríe 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.



### Emplata y disfruta

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

## ¡Que aproveche!