

# Cerdo al estilo asiático en salsa teriyaki con arroz, cacahuetes y cilantro

Familia Fácil y rápido

Cocinando: 20 min • Listo en: 20 min

11



Arroz basmati



Cacahuetes salados



Lima



Lomo de cerdo



Salsa teriyaki



Pak choy



Cilantro



Jengibre

## Antes de empezar

Lávate las manos al manipular los ingredientes.

Lava tus frutas y verduras.

## Utensilios necesarios:

Cazo, colador, jarra medidora, tapa, rallador, bol pequeño, bol mediano, sartén, bol grande.

## Ingredientes

	2P	4P
Arroz basmati	150 gramos	300 gramos
Cacahuets salados <b>1) 61) 62) 72)</b>	20 gramos	40 gramos
Lima	1 unidad	2 unidades
Lomo de cerdo*	250 gramos	500 gramos
Salsa teriyaki <b>11) 13)</b>	1 sobre	2 sobres
Pak choi	110 gramos	220 gramos
Cilantro*	1 unidad	1 unidad
Jengibre	1 unidad	1 unidad
Ajo	1 unidad	2 unidades
Harina	20 gramos	40 gramos
Agua para el arroz	320 ml	640 ml
Agua para la salsa	100 ml	200 ml

\*Conservar en la nevera

## Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	364 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	3392/ 811	933/ 223
Grasas (g)	37,2	10,2
de las cuales saturadas (g)	10,4	2,9
Carbohidratos (g)	82,9	22,8
de los cuales azúcares (g)	12,1	3,3
Proteínas (g)	33,3	9,2
Sal (g)	2,6	0,7

## Alérgenos

**1)** Cacahuete **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](https://hellofresh.es) o nuestra app para evaluar la receta.

¡Recíclame!



## Cocina el arroz

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

Calienta un chorrito de **aceite** en una sartén a fuego alto. Cuando esté caliente, agrega el **pak choi** y saltea 3-4 min o hasta que se ablande. Retira el **pak choi** y vuelve a poner la sartén a fuego alto. Añade un chorrito de **aceite**. Cuando esté caliente, agrega la **carne de cerdo** y saltea 4-5 min o hasta que se dore por completo.



## Prepara los ingredientes

Retira el extremo del **pak choi** y córtalo en trozos grandes. Pica los **cacahuets** en trozos grandes. Deshoja el **cilantro** y córtalo en trozos grandes. Ralla la piel de la **lima**, luego, corta la **lima** en gajos. Pela y pica el **ajo** (ver cantidad en ingredientes). Ralla el **jengibre**. Corta el **lomo de cerdo** en trozos de 2 cm. **RECUERDA:** Lávate las manos y los utensilios de cocina después de manipular carne cruda.



## Añade la salsa y cocina

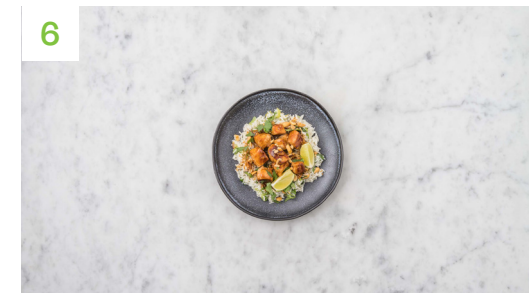
Baja el fuego a medio y vierte la **salsa** en la sartén. Cocina, cubriendo el **cerdo** con la **salsa**, durante 2-3 min. Mientras tanto, en un bol grande, mezcla suavemente el **arroz cocido**, la **ralladura de lima**, el **pak choi**, la mitad del **cilantro** y la mitad de los **cacahuets**. Sazona al gusto con **sal** y **pimienta**.

**CONSEJO:** Agrega un chorrito de agua si la salsa se seca demasiado.



## Elabora la salsa

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



## Emplata

Divide el **arroz** entre los platos y sirve el **cerdo estilo asático** por encima. Vierte la **salsa** que haya quedado en la sartén sobre el **arroz** y esparce los **cacahuets** y el **cilantro** restantes. Agrega los gajos de **lima** restantes a un lado para exprimir.

## ¡Que aproveche!