



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

Familia Fácil y rápido

Cocinando: 20 min • Listo en: 20 min

6



Arroz basmati



Cacahuetes salados



Lima



Lomo de cerdo



Salsa teriyaki



Brotos de espinacas



Cilantro



Jengibre

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 <b>1)</b>	20 gramos	40 gramos
Lima	½ unidad	1 unidad
Lomo de cerdo*	250 gramos	500 gramos
Salsa teriyaki <b>11) 13)</b>	1 sobre	2 sobres
Brotos de espinacas*	1 unidad	2 unidades
Cilantro*	½ unidad	1 unidad
Jengibre	½ unidad	1 unidad
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	334 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	3314/ 792	994/ 238
Grasas (g)	37,1	11,1
de las cuales saturadas (g)	10,5	3,1
Carbohidratos (g)	73,4	22,0
de los cuales azúcares (g)	11,0	3,3
Proteínas (g)	32,7	9,8
Sal (g)	2,7	0,8

## 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 helllofresh.es o nuestra app  
para evaluar la receta.



## Cocina el arroz

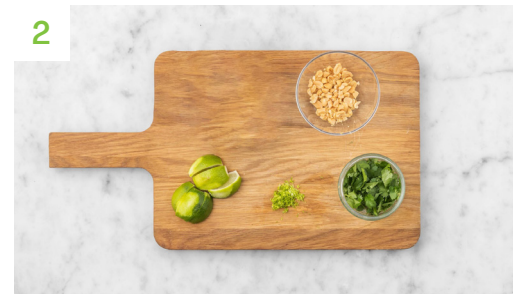
Llena un cazo con el **agua para el arroz** (ver cantidad en ingredientes) y añade el **arroz** y **sal** al gusto. Cuando hierva, baja el fuego y tapa el cazo. Deja cocinar 11-13 min y remueve de vez en cuando. Una vez cocinado, remueve el **arroz** con la ayuda de un tenedor para separar los granos 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 las **espinacas** y saltea 2 min o hasta que se ablanden y reduzcan su tamaño, **salpimiento**. Retira las **espinacas** 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

Pica los **cacahuets** en trozos grandes golpeando con la base de un cazo. Deshoja la mitad del **cilantro** (doble para 4p) y córtalo en trozos grandes. 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 y luego en dados.



## 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, agrega la **ralladura de lima**, las **espinacas**, la mitad del **cilantro** y la mitad de los **cacahuets** al cazo con el **arroz** y mezcla bien. Sazona al gusto con **sal** y **pimienta**.

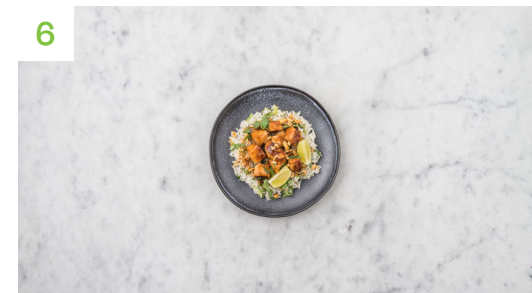
**CONSEJO:** Agrega un chorrito de agua si la salsa se seca demasiado.



## 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. 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

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!