

Maiale saltato in stile thai con cavolo e peperoncino

Tempo totale **25 Min** 10 Min Tempo di preparazione **15 Min** Tempo di cottura

Valori nutrizionali (per porzione):

2.512 kJ / 600 kcal

Grassi: **38 g** Proteine: **40 g**

Carboidrati: **21 g**

INGREDIENTI

2 Porzioni

300 g	di macinato di carne di maiale
100 g	di cavoli
2	scalogni
4	spicchi d'aglio
2	peperoncini
150 g	di fagiolini gialli
4 cucchiaini	di olio da cucina (ad es. colza)
15 g	di zenzero appena grattugiato
1 mazzetto	di basilico thailandese, mettere da parte alcune foglie per decorare
100 ml	Salsa di Soia a Fermentazione Naturale Kikkoman
1 cucchiaino	di salsa di pesce
1,5 cucchiaino	di salsa di ostriche (opzionale)

PREPARAZIONE

Passaggio 1

Trita il cavolo. Taglia gli scalogni a striscioline. Trita finemente l'aglio e il peperoncino. Taglia i fagiolini gialli in pezzi da 2-3 cm.

Passaggio 2

Scalda un po' d'olio da cucina nella padella. Aggiungi gli scalogni e il peperoncino e fai soffriggere finché gli scalogni non saranno morbidi e inizieranno a dorarsi. Verso la fine della cottura, aggiungi l'aglio e lo zenzero.

Passaggio 3

Aggiungi il maiale tritato, mescolando bene affinché si scomponga in piccoli pezzi. Friggi a fuoco alto finché la carne non è dorata su tutti i lati. Dopo 2 minuti, aggiungi il cavolo e i fagiolini gialli e fai saltare insieme alla carne per circa 2 minuti. Aggiungi le foglie di basilico thai e fai rosolare finché non appassiscono. Aggiungi la Salsa di Soia Kikkoman, la salsa di pesce e la salsa di ostriche, e mescola bene.

Passaggio 4

Servi guarnendo con le foglie di basilico thai rimanenti.