

Banh Mi: Panino vietnamita con maiale

Tempo totale **45 min** Min **20 Min** Tempo di preparazione **10 Min** Tempo di cottura **15 Min** Tempo di marinatura

Valori nutrizionali (per porzione):
3.185 kJ / 761 kcal

Grassi: **41,6 g** Proteine: **28,7 g**
Carboidrati: **66,4 g**

INGREDIENTI

2 Porzioni

- 200 g** di pancetta o spalla di maiale (fette spesse 1–2 cm)
- 1** gambo di citronella
- 2 cucchiaini** [Salsa Teriyaki per Wok con Aglio Arrostito Kikkoman](#)
- 1 cucchiaino** [Condimento per il Riso Sushi a base di Aceto di Riso Kikkoman \(300ml\)](#)
- 2 cucchiaini** di salsa di pesce
- 1 cucchiaino** di zucchero di cocco (o zucchero di canna)
- 2 pizzichi** di pepe nero
- 80 g** di ravanella daikon
- 20 g** di carota
- 2 cucchiaini** di zucchero
- 1 cucchiaio** [Condimento per il Riso Sushi a base di Aceto di Riso Kikkoman \(300ml\)](#)
- 2 cucchiaini** di succo di lime
- 1 cucchiaio** di acqua
- 1** mini cetriolo
- Erbe fresche a piacere (coriandolo, aneto, menta)
- 2 cucchiaini** di maionese
- 2** baguette piccole

PREPARAZIONE

Passaggio 1

200 g di pancetta o spalla di maiale (fette spesse 1–2 cm) - **1** gambo di citronella - **2 cucchiaini** [Salsa Teriyaki per Wok con Aglio Arrostito Kikkoman](#) - **1 cucchiaino** [Condimento per il Riso Sushi a base di Aceto di Riso Kikkoman \(300ml\)](#) - **2 cucchiaini** di salsa di pesce - **1 cucchiaino** di zucchero di cocco (o zucchero di canna) - **2 pizzichi** di pepe nero
Tritare finemente il terzo inferiore (vicino alla radice) della citronella. Unire la citronella alla Salsa Teriyaki Kikkoman, al Condimento per Riso Sushi Kikkoman, alla salsa di pesce, allo zucchero di cocco e al pepe nero. Lasciare marinare la carne di maiale per circa 15 minuti.

Passaggio 2

80 g di ravanella daikon - **20 g** di carota - **2 cucchiaini** di zucchero - **1 cucchiaio** [Condimento per il Riso Sushi a base di Aceto di Riso Kikkoman \(300ml\)](#) - **2 cucchiaini** di succo di lime - **1 cucchiaio** di acqua
Tagliare il daikon e la carota a striscioline sottili. Cospargere con lo zucchero e massaggiare bene. Lasciare riposare per 15 minuti affinché rilascino l'umidità. Strizzare per eliminare il liquido in eccesso. Marinare con il Condimento per Riso Sushi Kikkoman, il succo di lime e l'acqua.

Passaggio 3

1 mini cetriolo - Erbe fresche a piacere (coriandolo, aneto, menta)
Tagliare a fettine sottili il cetriolo nel senso della lunghezza. Tritare grossolanamente le erbe.

Passaggio 4

2 baguette piccole

Grigliare il maiale marinato (del Passaggio 1) a 230 °C per circa 8 minuti, finché non risulterà ben cotto e caramellato. Rimuovere il maiale grigliato.

Incidere le baguette al centro nel senso della lunghezza senza tagliarle completamente.

Scaldarle nello stesso forno per circa 2 minuti.

Passaggio 5

Maiale grigliato - Verdure in agrodolce preparate precedentemente - Cetriolo affettato - Erbe tritate - **2 cucchiaini** di maionese

Affettare il maiale grigliato. Spalmare la maionese all'interno delle baguette. Farcire seguendo questo ordine: cetriolo, maiale, verdure in agrodolce ed erbe. Servire immediatamente.