

Bistecche di maiale con salsa orientale allo zenzero, facilissime da preparare

Tempo totale **25 Min** **10 Min** Tempo di preparazione **60 Min** Tempo di marinatura **15 Min** Tempo di cottura

Valori nutrizionali (per porzione):
1.593 kJ / 380 kcal

Grassi: **22 g** Proteine: **31,7 g**
Carboidrati: **10,6 g**

INGREDIENTI

4 Porzioni

- 4 cucchiaini** [Condimento Dolce da Cucina in Stile Mirin Kikkoman](#)
- 4 cucchiaini** [Salsa di Soia a Fermentazione Naturale Kikkoman](#)
- 1 cucchiaio** di zenzero grattugiato
- 4 cucchiaini** di sake (o vino bianco)
- 600 g** di bistecche di lonza di maiale (150 g ciascuno)
- Olio per friggere
- Per guarnire**
- 4** punte di asparagi verdi
- 4** cipollotti

PREPARAZIONE

Passaggio 1

Unire il Mirin, la salsa di soia, lo zenzero grattugiato e il sake alla carne in un sacchetto da freezer e lasciare marinare per circa un'ora a temperatura ambiente.

Passaggio 2

Pulire e sbollentare gli asparagi verdi e i cipollotti.

Passaggio 3

Rimuovere la carne dalla marinatura e asciugarla delicatamente. Lasciare da parte la marinatura.

Passaggio 4

Mettere la carne marinata in una padella già calda con dell'olio e cuocere per circa 3 minuti a fuoco medio. Quando un lato sarà ben caramellato, girare e cuocere per altri 3 minuti. Ora, a fuoco basso, aggiungere la marinatura e ridurre con la carne per 2 minuti. Una volta che la salsa si sarà ridotta e avrà un aspetto lucido, impiattare le bistecche con le verdure e servire.