



Wraps de solomillo de cerdo en marinado oriental

con encurtidos caseros de zanahoria y pepino

Street Food

Preparación en 15'

Preparation time : 25 min.



What did you think of this recipe?
Scan the QR code to share your feedback.

Find the full recipe and preparation details online.
<https://hfresh.cottey.fr/es-ES/recipes/wraps-de-solomillo-de-cerdo-en-marinado-oriental-286>

Detach me! _____

Before you start

Plan ahead by checking the use-by dates of your ingredients. Rinse fresh produce and prepare the quantities listed below.

Utensils

Pelador, Sartén, Rallador fino, Varillas, Ensaladera, Bol mediano

Ingredients for 1-6 people

Ingredient	2p	4p	6p
Jengibre (unidad(es))	½	1	1½
Chile (unidad(es))	1	2	3
Salsa de soja (sobre(s))	2	4	6
Solomillo de cerdo (gramo(s))	250	500	750
Zanahoria (unidad(es))	1	2	3
Pepino (unidad(es))	1	2	3
Lima (unidad(es))	½	1	1½
Tortillas de trigo (unidad(es))	6	12	18
Salsa de chile dulce (sobre(s))	1	2	3
Rúcula (gramo(s))	50	100	150
Cilantro (unidad(es))	½	1	1½
Sal y pimienta (pizca(s))	1	1	1
Aceite de oliva (cucharada(s))	3	6	9
Ajo (unidad(es))	½	1	1½
Vinagre (cucharadita(s))	2	4	6
Sal para encurtir (cucharadita(s))	1	2	3

Add yourself

Salt, pepper, oil and water according to taste.

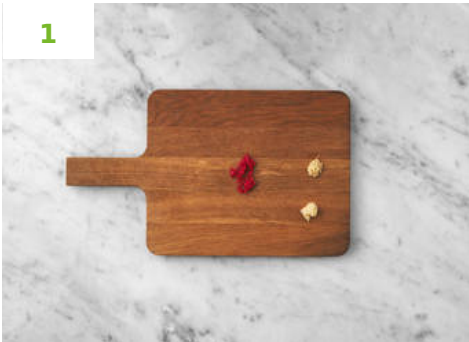
Nutritional values

Per serving	Amount
Valor energético (kJ)	2268 kJ
Valor energético (kcal)	542 kcal
Grasas	32.5 g
de las cuales saturadas	6.8 g
Carbohidratos	44.9 g
de los cuales azúcares	11.6 g
Fibra	5.5 g
Proteínas	35.9 g
Sodio	6.81 mg

Allergens

Soja, Gluten, Trigo

Always check the product labels for allergen information.

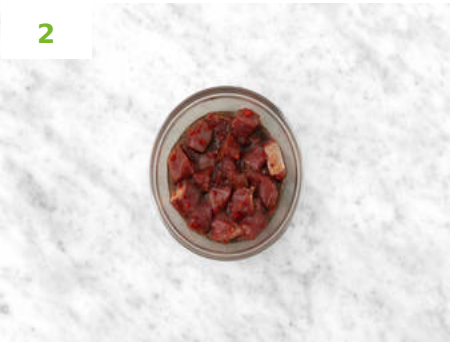


3, 2, 1, ¡a cocinar!

¡Asegúrate de utilizar las cantidades indicadas a la izquierda para preparar tu receta!

- Pela y ralla el **ajo**.
- Ralla la mitad del **jengibre**.
- Pica el **chile**.

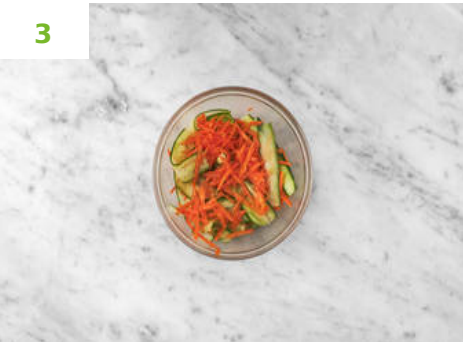
RECUERDA: Utiliza guantes para manipular el chili y lávate las manos y los utensilios después.



Marina la carne

- En un bol, mezcla **chile** al gusto, el **ajo**, el **jengibre**, la mitad de la **salsa de soja** y un chorrito de **aceite**.
- Corta el **solomillo de cerdo** en trozos de 1-2 cm y agrégalo al bol con el marinado.
- Reserva en la nevera hasta el paso 5 o, al menos, 15 minutos.

RECUERDA: Lávate las manos y los utensilios de cocina después de manipular carne cruda.



A encurtir se ha dicho

- Pela y ralla la **zanahoria**.
- Retira los extremos del **pepino**, luego, haz cintas a lo largo con un pelador.
- En un bol, agrega las cintas de **pepino**, la **zanahoria** rallada, el **vinagre** y la **sal para encurtir**. Remueve y reserva hasta el emplatado.
- Corta la **lima** en gajos.



Que no falte el verde

- Extiende las **tortillas de trigo** en un plato y caliéntalas en el microondas a máxima potencia 30 segundos.
- En una ensaladera, mezcla con varillas la **salsa de chile dulce**, la **salsa de soja** restante, un chorrito de zumo de **lima**, un chorrito generoso de **aceite**, **sal** y **pimienta**.
- Añade la **rúcula** y remueve.



Solomillo al fuego

- Deshoja y trocea el **cilantro**.
- En una sartén, calienta un chorrito de **aceite** a fuego medio-alto. Agrega el **solomillo de cerdo**, **salpimenta** y cocina 1-2 min, hasta que se dore. Remueve para que se cocine uniformemente.



¡A la mesa!

- Cubre las **tortillas** con **zanahoria** y **pepino** encurtido escurrido y coloca el **solomillo** encima.
- Añade sobre los **wraps** el **cilantro** picado y zumo de **lima** al gusto.
- Sirve los gajos de **lima** restantes a un lado y añade más zumo si lo prefieres.
- Sirve la **ensalada** a un lado como acompañamiento.

Enjoy your meal!