



HELLO
FRESH

Shogayaki: extra de ternera en salsa asiática con verduritas

con arroz y vinagreta de soja

Exprés

Familia

Preparation time : 15 min.



Arroz basmati



Mix de
vegetales



Jengibre



Filete de

ternera



Salsa de soja
dulce



Salsa de soja



Sal y pimienta



Aceite de oliva



Agua



Ajo



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/shogayaki-extra-de-ternera-en-salsa-asiatica-con-verduras-30>

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

Jarra medidora, Colador, Sartén, Cazo con tapa

Ingredients for 1-6 people

Ingredient	2p	4p	6p
Arroz basmati (gramo(s))	75	150	225
Mix de vegetales (unidad(es))	1	2	3
Jengibre (unidad(es))	½	1	1½
Filete de ternera (gramo(s))	500	1000	1500
Salsa de soja dulce (sobre(s))	1	2	3
Salsa de soja (sobre(s))	1	2	3
Sal y pimienta (pizca(s))	1	1	1
Aceite de oliva (cucharada(s))	2	4	6
Agua (mililitro(s))	160	320	480
Ajo (unidad(es))	1	2	3

Add yourself

Salt, pepper, oil and water according to taste.

Nutritional values

Per serving	Amount
Valor energético (kJ)	2585 kJ
Valor energético (kcal)	618 kcal
Grasas	28.5 g
de las cuales saturadas	7.6 g
Carbohidratos	46.5 g
de los cuales azúcares	11.1 g
Fibra	0 g
Proteínas	60.2 g
Sodio	2.44 mg

Allergens

Apio, Soja, Puede contener trazas de alérgenos, Gluten, Trigo

Always check the product labels for allergen information.



Arroz en marcha

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

- Llena un cazo con el **agua**, añade el **arroz** y **sal** y lleva a ebullición con el cazo tapado.
- Cuando hierva, cocina a fuego medio-bajo 11-13 min, removiendo.
- Luego, retira del fuego y reserva en el cazo tapado.



Verduras al fuego

- En una sartén, calienta un chorrito de **aceite** a fuego medio-alto. Agrega el **mix de verduras, salpimienta** y cocina 6-7 min, removiendo, hasta que queden tiernas y doradas.
- Retira de la sartén y reserva.



Turno de la ternera

- Ralla el **jengibre**.
- Pela y ralla el **ajo**.
- Corta la **ternera** en tiras de 1 cm.
- En la sartén, agrega un chorrito de **aceite**, el **jengibre** y el **ajo**. Calienta a fuego medio y cocina 1-2 min.
- Cuando la sartén esté bien caliente, añade la **ternera, salpimienta** y cocina 1 min.
- Añade la **salsa de soja dulce** y cocina 1 min más, cubriendo la **ternera**.

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



¡A la mesa!

- En un bol, mezcla la **salsa de soja** y un chorrito de **aceite**.
- Sirve la **ternera**, las **verduras** y el **arroz** en platos, por separado.
- Acaba añadiendo la **vinagreta de soja** sobre el plato al gusto.

Enjoy your meal!