



**HELLO
FRESH**

Pollo stile Thai all'aroma di zenzero e lime

con pak choi, riso Jasmine e salsa di soia

Veloce

Preparation time : 25 min.



Cosce di pollo

disossate senza pelle 100% italiane



Baby Pak Choi



Riso Jasmine



Lime



Salsa di Soia



Pasta di
zenzero



Peperoncino



Aglio



Olio d'oliva



Sale



Pepe



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/it-IT/recipes/pollo-stile-thai-allaroma-di-zenzero-e-lime-485>

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

Pentolino, Padella

Ingredients for 1-6 people

Ingredient	2p	4p	6p
Cosce di pollo disossate senza pelle 100% italiane (g)	600	1200	1800
Baby Pak Choi (pezzo(i))	2	4	6
Riso Jasmine (g)	150	300	450
Lime (pezzo(i))	½	1	1½
Salsa di Soia (ml)	20	40	60
Pasta di zenzero (pacchetto)	1	2	3
Peperoncino (pezzo(i))	1	2	3
Aglio (pezzo(i))	1	2	3
Olio d'oliva (q.b.)	to taste	to taste	to taste
Sale (q.b.)	to taste	to taste	to taste
Pepe (q.b.)	to taste	to taste	to taste

Add yourself

Salt, pepper, oil and water according to taste.

Nutritional values

Per serving	Amount
Energia	746 Kcal
Energia (kJ)	3123 kJ
Grassi	23.3 g
di cui Acidi Grassi Saturi	6.7 g
Carboidrati	74.6 g
di cui Zuccheri	3.3 g
Fibre	6.3 g
Proteine	68.9 g
Sodio	370.65 mg

Allergens

Cereali contenenti glutine, Soia, Grano (Glutine)

Always check the product labels for allergen information.



Lessare il riso

Raccogliete il **riso** in un pentolino con 230 ml d'**acqua** (460 per 4 porzioni).
Unite un pizzico di **sale**, coprite con un coperchio e portate a bollore su fuoco medio-alto.
Abbassate il fuoco al minimo e cuocete per 12 minuti, quindi spegnete e lasciate coperto fino al momento di servire. **OCCHIO ALL'INGREDIENTE:** *tenete il coperchio fino al momento di servire, il riso continuerà a cuocere nel suo vapore.*



Aggiungere il pak choi

Voltate il **pollo** e unite anche il **pak choi** nella padella.
Coprite con un coperchio e cuocete per altri 5-6 minuti su fuoco medio, finché il pollo non è più rosato al centro.
Unite anche la **salsa di soia** e succo di **lime** a piacere.
Proseguite la cottura per 2-3 minuti a fuoco medio-alto, poi tagliate il pollo a fettine da 1 cm.
Tritate finemente il **peperoncino** (oppure omettetelo se non gradite il piccante).



Cuocere il pollo

Grattugiate o tritate finemente l'**aglio** (dosate a piacere).
Scaldate molto bene una padella a fuoco medio-alto con 1-2 cucchiaini d'**olio**. Unite il **pollo**, l'**aglio** e la **pasta di zenzero** e rosolate per circa 5-6 minuti.
Nel frattempo, tagliate il **pak choi** a metà, rimuovete la base dura del gambo e riducete le foglie a strisciole di 1-2 cm.



Disporre nei piatti

Disponete il **riso** nei piatti.
Adagiate sopra il **pollo** e il **pak choi**.
Guarnite con **peperoncino** a piacere e accompagnate con uno spicchio di **lime**.

Enjoy your meal!