

SECONDI PIATTI

Spiedini agrodolci di carne

di: *cindystar*

LUOGO: *Europa / Italia*

DOSI PER: *4 persone* DIFFICOLTÀ: *media* PREPARAZIONE: *30 min* COTTURA: *30 min* COSTO: *medio*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *facile*

NOTE: + 15 MINUTI DI MARINATURA



PER GLI SPIEDINI

filetto di maiale
salsa di soia
olio extravergine di oliva
zenzero
miele
sale
pepe

PER IL RISO

riso basmati
carote
zucchine
cipollotti

PREPARAZIONE



- 2 In una ciotola mettete la salsa di soia, un po' d'olio, zenzero, due cucchiari di miele, sale e pepe.





3 Tagliate a pezzettoni il filetto e lasciatelo marinare per almeno 10/15 minuti.



4 Preparate gli spiedini e cuoceteli sulla piastra ben calda per 3/4 minuti per lato.

La presenza del miele li farà leggermente caramellare.

Una volta messi sul vassoio ammorbiditeli ancora con un cucchiaino del liquido di marinatura.



5 Servite accompagnati da riso all'orientale o un misto di verdure grigliate (zucchine, peperoni, melanzane) condite con olio, aglio e prezzemolo.

Riso orientale

Lessate del riso basmati al dente.

Nel frattempo tagliuzzate un paio di cipollotti e soffriggeteli leggermente nell'olio, aggiungete carote e zucchine tagliate a dadini.

Fate insaporire e cuocete a fiamma vivace per 5 minuti.

Aggiungete il riso, aggiustate di sale e pepe e fate saltare in padella un altro paio di minuti.

