PETITE GOURMETS

KORE

# Klasik Bibimbap

Marine edilmiş sebzeler, dana eti ve kızarmış yumurta ile otantik Koreli bibimbap tarifi. Geleneksel gochujang sosu dahil. 45 dakika hazırlık süresi.

| 45 min | 15 min | 1h | 4 | Medium |
|---|---|---|---|---|
| HAZIRLIK | PIŞIRME | TOPLAM | PORSIYON | ZORLUK |

## Malzemeler

- 1 salatalık
- 1 ıspanak
- 2 havuç
- 6 diş sarımsak
- 4 yumurta
- 4 bardak pirinç
- 1 libre biftek
- 1 yemek kaşığı soya sosu
- 1 çay kaşığı zeytinyağı
- 1 çay kaşığı pul biber
- 4 çay kaşığı kavrulmuş susam yağı
- 1 çay kaşığı susam

## Yapılışı

1. **Pirinci hazırlayın**

   4 su bardağı pirinci ambalaj talimatlarına göre yumuşak ve kabarık olana kadar yaklaşık 18-20 dakika pişirin. Sıcak tutun ve bir kenara koyun.

2. **Sebzeleri hazırlayın**

   Büyük bir tencerede tuzlu suyu kaynatın. Ispanağı solup parlak yeşil olana kadar 1 dakika haşlayın. Hemen süzün, fazla suyunu ellerinizle sıkın ve 1 çay kaşığı soya sosu ile 1 çay kaşığı susam yağı ile baharatlayın.

3. Büyük bir tavada orta ateşte (160°C/320°F) 1 çay kaşığı yağ ısıtın. Julyen havuçları ekleyin ve yumuşak-çıtır ve hafif karamelize olana kadar 3-4 dakika soteleyin. Tuzla baharatlayın ve bir tabağa aktarın.

4. Salatalığı julyen doğrayın ve bir kasede 1 çay kaşığı tuzla harmanlayın. Nem çekmesi için 10 dakika bekletin, sonra kağıt havluyla kurulayın. 1 yemek kaşığı gochujang ezmesi ile karıştırın ve bir kenara koyun.

5. **Eti pişirin**

   Aynı tavada yüksek ateşte (200°C/400°F) 1 yemek kaşığı yağ ısıtın. 1 pound (450g) eti ekleyin ve iyi esmerleşene ve iç sıcaklığı 71°C (160°F) olana kadar her tarafını 2-3 dakika pişirin. Ateşten alın.

6 **Yumurtaları kızartın**

Yapışmaz tavada orta-düşük ateşte (120°C/250°F) 1 çay kaşığı yağ ısıtın. 4 yumurtayı tavaya kırın ve aklar tamamen pişip sarılar parlak turuncu ve akışkan kalacak şekilde 3-4 dakika kızartın.

7 **Sosu hazırlayın**

Küçük bir kasede 3 çay kaşığı gochujang ezmesi, 1 çay kaşığı susam yağı, rendelenmiş 6 diş sarımsak ve 1 çay kaşığı şekeri pürüzsüz ve iyi karışana kadar çırpın.

8 **Düzenleyin ve servis yapın**

Sıcak pirinci 4 kaseye bölün. Baharatlanmış ıspanak, sotelenmiş havuç, salatalık karışımı ve pişmiş eti pirincin üzerine ayrı bölümler halinde yerleştirin. Her kaseyi kızarmış yumurta ile süsleyin, gochujang sosu gezdirin ve sıcakken hemen servis yapın.

## Besin Değerleri

| 520 | 28g | 65g | 18g | 4g | 8g | 890mg |
|---|---|---|---|---|---|---|
| KALORI | PROTEIN | KARBONHIDRAT | YAĞ | LIF | ŞEKER | SODYUM |

Porsiyon başına

## İpuçları

En iyi doku için bir günlük pirinç kullanın - taze pişmiş pirinç diğer malzemelerle karıştırıldığında bulamaç haline gelebilir.

Belirgin lezzetlerini korumak ve renklerin birbirine karışmasını önlemek için tüm sebzeleri ayrı ayrı hazırlayın.

Bibimbap'ı yemek boyunca sıcak tutmak için servis kaselerini tabaklamadan önce ısıtın.

Eti en az 30 dakika marine edin, ancak gecelik marinasyon daha derin lezzetler geliştirir.

Yumurtayı akı tamamen pişmiş ama sarısı akışkan olacak şekilde tek taraflı pişirin - pirinçle karıştırıldığında doğal bir sos görevi görür.

Maksimum lezzet etkisi için susam tohumlarını kuru tavada kokusu çıkana kadar kavurun.

Sebzelerin solmasını önlemek ve dokusal kontrastı korumak için her şeyi yemeden hemen önce karıştırın.