

Bibimbap: aromatisch und einfach

Gesamtzeit **30 Min.** 15 Min. Vorbereitungszeit 15 Min. Kochzeit

Nährwertangaben (pro Portion):
2'751 kJ / 655 kcal

Fett: **22.8 g** Eiweiss: **28.1 g**
Kohlenhydrate: **83.5 g**

ZUTATEN

2 Portion(en)

Für die Salatgurke:

80 g Salatgurke
2 EL Kikkoman Ponzu -
Würzsauce mit Sojasauce
und Essig, mit
Zitronengeschmack

Für die Sojasprossen:

60 g Sojasprossen
0.5 TL Salz
1 TL gerösteter Sesam
1 TL Kikkoman geröstetes
Sesamöl

Für das Fleisch:

4 TL Kikkoman geröstetes
Sesamöl
1 Knoblauchzehe, fein
gehackt
160 g Rinderhackfleisch
2 EL Kikkoman natürlich
gebraute Sojasauce
2 EL Kikkoman süsse
Würzsauce zum Kochen
nach Mirin-Art

Weitere Zutaten:

400 g gekochter Reis
50 g Kimchi
4 TL Gochujang (koreanische
Chilipaste)
1 TL Kikkoman geröstetes
Sesamöl

ZUBEREITUNG

Schritt 1

80 g Salatgurke - **2 EL** Kikkoman Ponzu -
Würzsauce mit Sojasauce und Essig, mit
Zitronengeschmack
Gurke in dünne Scheiben schneiden und mit
Kikkoman Ponzu Zitrone vermengen.

Schritt 2

60 g Sojasprossen - **0.5 TL** Salz - **1 TL** gerösteter
Sesam - **1 TL** Kikkoman geröstetes Sesamöl
Sojasprossen in kochendem Wasser blanchieren,
gut abtropfen lassen und mit Salz, Sesam und
Kikkoman Sesamöl vermengen.

Schritt 3

4 TL Kikkoman geröstetes Sesamöl **1**
Knoblauchzehe, fein gehackt - **160 g**
Rinderhackfleisch - **2 EL** Kikkoman natürlich
gebraute Sojasauce **2 EL** Kikkoman süsse
Würzsauce zum Kochen nach Mirin-Art
Kikkoman Sesamöl bei mittlerer Hitze in eine
Pfanne geben, Knoblauch hinzufügen und kurz
anbraten, bis er duftet. Dann Rinderhackfleisch
hinzufügen und braten, bis es vollständig
durchgegart ist. Kikkoman Sojasauce und
Kikkoman süsse Würzsauce Mirin-Art hinzufügen
und rühren, bis das Fleisch gleichmässig
überzogen ist und glänzt.

Schritt 4

400 g gekochter Reis - **50 g** Kimchi - **4 TL**
Gochujang (koreanische Chilipaste) - **1 TL** Kikkoman
geröstetes Sesamöl
Reis auf zwei Schüsseln verteilen. Das Hackfleisch,
Kimchi, die Gurken und die Sojasprossen darauf

anrichten. Einen Löffel Gochujang in die Mitte
geben und alles mit Kikkoman Sesamöl beträufeln.