KIKKOMAN

Koreanisches Bibimbap

Gesamtzeit **60 Min.** **45 Min.** Vorbereitungszeit **15 Min.** Kochzeit

ZUTATEN

3 Portion(en)

300 g	Austernpilze, in Streifen
2	rote Peperoni, in feinen Streifen
135 ml	Pflanzenöl
90 ml	Kikkoman geröstetes Sesamöl
200 g	Babyspinat, gewaschen und abgetropft
150 g	Mungobohnensprossen
3	Frühlingszwiebeln, in Ringen
4	Knoblauchzehen, gehackt
255 ml	Kikkoman Teriyaki BBQ Sauce nach koreanischer Art
5 TL	Sesam, geröstet
250 g	Rindsfilet
3	Eier
450 g	japanischer Rundkornreis, gekocht
2 EL	Gochujang (koreanische Chilipaste)

ZUBEREITUNG

Schritt 1

300 g Austernpilze, in Streifen - **2** rote Peperoni, in feinen Streifen - **3 EL** Pflanzenöl - **6 EL** Kikkoman Teriyaki BBQ Sauce nach koreanischer Art
Pilze und Peperoni unter häufigem Rühren ca. 3 Minuten bei starker Hitze in Öl anbraten. Kikkoman Teriyaki BBQ Sauce Korean Style hinzufügen und alles gut erhitzen, dann in eine Schüssel geben.

Schritt 2

3 EL Kikkoman geröstetes Sesamöl - **200 g** Babyspinat, gewaschen und abgetropft - **150 g** Mungobohnensprossen - **3** Frühlingszwiebeln, in Ringen - **2** Knoblauchzehen, gehackt - **6 EL** Kikkoman Teriyaki BBQ Sauce nach koreanischer Art - **1 TL** Sesam, geröstet
Kikkoman Sesamöl in einem Wok oder einer Pfanne erhitzen und Babyspinat und Mungobohnensprossen etwa 2 Minuten garen. Frühlingszwiebeln und Knoblauch unterrühren. Kikkoman Teriyaki BBQ Sauce Korean Style und Sesam hinzufügen, dann in eine Schüssel geben.

Schritt 3

250 g Rindsfilet, in Streifen - **5 EL** Kikkoman Teriyaki BBQ Sauce nach koreanischer Art - **2** Knoblauchzehen, gehackt - **2 EL** Kikkoman geröstetes Sesamöl - **1 TL** Sesam, geröstet - **45 ml** Pflanzenöl
Rindfleisch kurz mit Kikkoman Teriyaki BBQ Sauce Korean Style, Knoblauch, Kikkoman Sesamöl und Sesam marinieren. Dann das Rindfleisch im heissen Öl unter Rühren braten, bis es gar ist.

Schritt 4

3 EL Pflanzenöl - **3** Eier

Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und 3 Spiegeleier zubereiten.

Schritt 5

450 g japanischer Rundkornreis, gekocht - **2 EL** Gochujang (koreanische Chilipaste) - **15 ml** Kikkoman geröstetes Sesamöl - **1 EL** Sesam, geröstet - **3** eggs, already fried
Reis auf Schüsseln verteilen. Alle gebratenen Zutaten auf dem Reis anrichten. Gochujang mit etwas warmem Wasser glattrühren und über jedes Spiegelei (aus Schritt 4) geben. Das Bibimbap mit Sesam bestreuen und mit Kikkoman Sesamöl beträufeln.