KIKKOMAN

Bulgogi af svinekød på salatblade

Samlet tid **90 min.** **15 min.** Arbejdstid **15 min.** Tilberedningstid **60 min.** Marineringstid

Næringsindhold:
1.329 kJ / 318 kcal

Fedt: **16 g** Protein: **35 g**
Kulhydrater: **8 g**

INGREDIENSER

2 Portioner

300 g	svinefilet
3	fed hvidløg
0,5	surt æble
1 stk.	stykke ingefær (ca. 3 cm)
1	lille bundt forårsløg
1 spsk.	Kikkoman Ristet Sesamolie
1 spsk.	honning
	Peber efter smag og behag
75 ml	Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce
2 spsk.	ristede sesamfrø
Servering:	
8	blade af shiso / perilla
8	blade grøn salat
0,5 bundt	frisk koriander
1	agurk

FREMGANGSMÅDE

Step 1

300 g svinefilet - **3** fed hvidløg - **0,5** surt æble - **1** stykke ingefær (ca. 3 cm) - **1** lille bundt forårsløg
Skær kødet i tynde skiver. Hak hvidløg, æble, ingefær og forårsløg groft.

Step 2

Læg den hakkede hvidløg, æble, ingefær og forårsløg i en blender og blend det hele til en glat masse.

Step 3

1 spsk. Kikkoman Ristet Sesamolie - **1 spsk.** honning - Peber efter smag og behag - **75 ml** Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce - **2 spsk.** ristede sesamfrø
Hæld saucen fra step 2 samt de resterende ingredienser (Kikkoman sesamolie, honning, peber, Kikkoman sojasauce og ristede sesamfrø) ned over kødet. Lad det marinere i mindst 1 time, helst natten over.

Step 4

8 blade af shiso / perilla - **8** blade grøn salat - **0,5 bundt** frisk koriander - **0,5** agurk
Fjern overskydende marinade fra kødet og steg det på en meget varm pande i cirka 2 minutter per side.
Server kødet sammen med krydderurter, salatblade og hakket agurk.