KIKKOMAN

Nem og velsmagende bibimbap

Samlet tid **30 min.** **15 min.** Arbejdstid **15 min.** Tilberedningstid

Næringsindhold:
2.751 kJ / 655 kcal

Fedt: **22,8 g** Protein: **28,1 g**
Kulhydrater: **83,5 g**

INGREDIENSER

2 Portioner

Agurk:

80 g	agurk
2 spsk.	Kikkoman Ponzu - en blanding af sojasauce, eddike og citronaroma

Bønnespirer:

60 g	bønnespirer
0,5 tsk.	salt
1 tsk.	ristede sesamfrø
1 tsk.	Kikkoman Ristet Sesamolie

Kød:

4 tsk.	Kikkoman Ristet Sesamolie
1	fed hvidløg, finthakket
160 g	hakket oksekød
2 spsk.	Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce
2 spsk.	Kikkoman Sødtsmagende Krydderi til Madlavning i Mirin-stil

Andet:

400 g	kogte ris
50 g	kimchi
4 tsk.	gochujang (koreansk chilipasta)
1 tsk.	Kikkoman Ristet Sesamolie

FREMGANGSMÅDE

Step 1

80 g agurk - **2 spsk.** Kikkoman Ponzu - en blanding af sojasauce, eddike og citronaroma
Skær agurken i tynde skiver, og vend dem med Kikkoman ponzu citrus sojasauce.

Step 2

60 g bønnespirer - **0,5 tsk.** salt - **1 tsk.** ristede sesamfrø - **1 tsk.** Kikkoman Ristet Sesamolie
Kog bønnespirerne i kogende vand, dryp dem godt af, og vend dem med salt, ristede sesamfrø og Kikkoman ristet sesamolie.

Step 3

4 tsk. Kikkoman Ristet Sesamolie **1** fed hvidløg, finthakket - **160 g** hakket oksekød - **2 spsk.** Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce **2 spsk.** Kikkoman Sødtsmagende Krydderi til Madlavning i Mirin-stil
Varm Kikkoman ristet sesamolie op på en stegepande over middel varme, tilsæt hvidløg, og svits kortvarigt, til det dufter. Tilsæt det hakkede oksekød, og steg det igennem. Tilsæt Kikkoman naturligt brygget sojasauce og Kikkoman sødtsmagende krydderi til madlavning i mirin-stil, og rør rundt, indtil kødet er helt dækket og blankt.

Step 4

400 g kogte ris - **50 g** kimchi - **4 tsk.** gochujang (koreansk chilipasta) - **1 tsk.** Kikkoman Ristet Sesamolie
Fordel de kogte ris i to skåle. Anret det tilberedte kød fra trin 3, kimchi, de marinerede agurker fra trin 1 og bønnespirerne fra trin 2 ovenpå. Læg en skefuld gochujang i midten, og dryp med Kikkoman

ristet sesamolie.