KIKKOMAN

# Bibimbap coréen

durée totale **60 min.** **45 min.** temps de préparation **15 min.** temps de cuisson

## INGRÉDIENTS

**3 portions**

| | |
|---|---|
| **300 g** | de pleurotes |
| **2** | poivrons rouges, coupés en fines lanières |
| **135 ml** | d'huile végétale |
| **90 ml** | Huile de sésame grillé Kikkoman |
| **200 g** | de jeunes pousses d'épinards, lavées et égouttées |
| **150 g** | de germes de haricot mungo |
| **3** | oignons nouveaux, coupés en rondelles |
| **4** | gousses d'ail, hachées |
| **255 ml** | Sauce barbecue teriyaki à la Coréenne Kikkoman |
| **5 càc** | de graines de sésame grillées |
| **250 g** | de filet de bœuf |
| **3** | œufs |
| **450 g** | de riz japonais à grains courts cuit |
| **2 càs** | de Gochujang (pâte de piment coréenne) |

## PRÉPARATION

### Étape 1

**300 g** de pleurotes, coupés en lanières - **2** poivrons rouges, coupés en fines lanières - **3 càs** d'huile végétale - **6 càs** Sauce barbecue teriyaki à la Coréenne Kikkoman

Faire revenir les pleurotes et les poivrons rouges dans l'huile à feu vif pendant 3 minutes, en remuant fréquemment. Ajouter la sauce barbecue teriyaki Kikkoman (style coréen) et laisser mijoter jusqu'à ce que le tout soit bien chaud. Transférer ensuite dans un bol.

### Étape 2

**3 càs** Huile de sésame grillé Kikkoman - **200 g** de jeunes pousses d'épinards, lavées et égouttées - **150 g** de germes de soja - **3** oignons nouveaux, coupés en rondelles - **2** gousses d'ail, hachées - **6 càs** Sauce barbecue teriyaki à la Coréenne Kikkoman - **1 càc** de graines de sésame grillées

Verser l'huile de sésame Kikkoman dans un wok ou une poêle, puis ajouter les jeunes pousses d'épinards et les germes de soja. Faire cuire pendant environ 2 minutes. Incorporer les oignons nouveaux et l'ail. Ajouter la sauce barbecue teriyaki coréenne Kikkoman et les graines de sésame, puis transférer le tout dans un bol.

### Étape 3

**250 g** de filet de bœuf, coupé en lanières - **5 càs** Sauce barbecue teriyaki à la Coréenne Kikkoman - **2** gousses d'ail hachées - **2 càs** Huile de sésame grillé Kikkoman - **1 càc** de graines de sésame grillées - **45 ml** d'huile végétale

Faire mariner brièvement le bœuf avec la sauce barbecue teriyaki coréenne Kikkoman, l'ail, l'huile de sésame Kikkoman et les graines de sésame. Faire revenir le bœuf dans l'huile jusqu'à ce qu'il

soit bien chaud.

### Étape 4

**3 càs** d'huile végétale - **3** œufs
Faire frire les œufs dans l'huile végétale.

### Étape 5

**450 g** de riz japonais à grains courts cuit - **2 càs** de gochujang (pâte de piment coréenne) - **15 ml** Huile de sésame grillé Kikkoman - **1 càs** de graines de sésame grillées - **3** œufs frits
Répartir le riz dans des bols. Disposer tous les ingrédients frits sur le riz. Mélanger le gochujang avec un peu d'eau tiède jusqu'à obtenir une consistance lisse et en verser une cuillerée sur chaque œuf frit. Parsemer le bibimbap de graines de sésame et arroser d'un filet d'huile de sésame grillée Kikkoman.