TANIEGOTOWANIE.com

Bibimbap

Kuchnia: koreańska
Czas przygotowania: 45 do 60min.
Danie dla: 4 osób
Stopień trudności: 3/5/10

Składniki:

- paproć orlicy - 100 g
- olej - 2 łyżki
- wieprzowina - 250 g
- rozwar - 150 g
- marchewka - 2 szt.
- fasola - 150 g
- szpinak - 3 garści
- sałata - 1/2 główki
- olej - 1 łyżka
- ryż - 250 g
- żółtka - 4 szt.
- sezam - 1 łyżeczka
- chilli - 3 łyżki

Opis przygotowania:

Rozgrzać na patelni łyżkę oleju roślinnego, usmażyć wieprzowinę na złoty kolor, osączyć z tłuszczu i odstawić na bok. Pędy paproci zalać ciepłą wodą, moczyć przez 30 minut, osączyć i pokroić na kawałki. Korzeń rozwaru pokroić w paski. Marchew obrać, pokroić w zapałkę. Sałatę pokroić na cienkie paseczki. Szpinak umyć, osączyć, usunąć ogonki liściowe i posiekać. Zblanszować kiełki w osolonym wrzątku i osączyć. W czterech żaroodpornych miseczkach mocno rozgrzać po trochu oleju roślinnego i sezamowego, włożyć po ? ryżu, chwilę smażyć. Na ryżu ułożyć po kolei pędy paproci, korzeń rozwaru, marchew, sałatę, mięso, szpinak i kiełki. Podgrzewać 5 minut. Na wierzchu każdej porcji położyć żółtko, posypać sezamem i podać z pastą chilli w miseczce.

Zapraszamy na www.taniegotowanie.com!