KIKKOMAN

Bibimbap: Aromatischer Genuss – einfach zubereitet

Gesamtzeit **30 Min.** **15 Min.** Vorbereitungszeit **15 Min.** Kochzeit

Nährwertangaben (pro Portion):
2.751 kJ / 655 kcal

Fett: **22,8 g** Eiweiß: **28,1 g**
Kohlenhydrate: **83,5 g**

ZUTATEN

2 Portion(en)

Für die Salatgurke:

80 g	Salatgurke
2 EL	Kikkoman Ponzu - Würzsauce mit Sojasauce und Essig, mit Zitronengeschmack

Für die Sojasprossen:

60 g	Sojasprossen
0,5 TL	Salz
1 TL	gerösteter Sesam
1 TL	Kikkoman geröstetes Sesamöl

Für das Fleisch:

4 TL	Kikkoman geröstetes Sesamöl
1	Knoblauchzehe, fein gehackt
160 g	Rinderfaschiertes
2 EL	Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce
2 EL	Kikkoman süsse Würzsauce Mirin-Art

Weitere Zutaten:

400 g	gekochter Reis
50 g	Kimchi
4 TL	Gochujang (koreanische Chilipaste)
1 TL	Kikkoman geröstetes Sesamöl

ZUBEREITUNG

Schritt 1

80 g Salatgurke - **2 EL** Kikkoman Ponzu - Würzsauce mit Sojasauce und Essig, mit Zitronengeschmack
Gurke in dünne Scheiben schneiden und mit Kikkoman Ponzu Zitrone vermengen.

Schritt 2

60 g Sojasprossen - **0,5 TL** Salz - **1 TL** gerösteter Sesam - **1 TL** Kikkoman geröstetes Sesamöl
Sojasprossen in kochendem Wasser blanchieren, gut abtropfen lassen und mit Salz, Sesam und Kikkoman Sesamöl vermengen.

Schritt 3

4 TL Kikkoman geröstetes Sesamöl **1** Knoblauchzehe, fein gehackt - **160 g** Rinderfaschiertes - **2 EL** Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce **2 EL** Kikkoman süsse Würzsauce Mirin-Art
Kikkoman Sesamöl bei mittlerer Hitze in eine Pfanne geben, Knoblauch hinzufügen und kurz anbraten, bis er duftet. Dann Rinderfaschiertes hinzufügen und braten, bis es vollständig durchgegart ist. Kikkoman Sojasauce und Kikkoman süße Würzsauce Mirin-Art hinzufügen und rühren, bis das Fleisch gleichmäßig überzogen ist und glänzt.

Schritt 4

400 g gekochter Reis - **50 g** Kimchi - **4 TL** Gochujang (koreanische Chilipaste) - **1 TL** Kikkoman geröstetes Sesamöl
Reis auf zwei Schüsseln verteilen. Das Faschierte, Kimchi, die Gurken und die Sojasprossen darauf

anrichten. Mit einem Löffel Gochujang in der Mitte anrichten und mit Kikkoman Sesamöl verfeinern.