KIKKOMAN

Korejiešu bibimbaps

Kopējais laiks **60 min.** **45 min.** sagatavošanas laiks **15 min.** gatavošanas laiks

SASTĀVDAĻA

3 Porcijas

300 g	karalisko austersēņu
2	sarkanās paprikas, sagrieztas smalkās strēmelītēs
135 ml	(9 ēd. k.) augu eļļas
90 ml	Kikkoman Sezama eļļa
200 g	jauno spinātu, nomazgātu un nosusinātu
150 g	mung pupiņu dīgstu
3	loki, sagriezti gredzenos
4	ķiploka daiviņas, sasmalcinātas
255 ml	Kikkoman Teriyaki BBQ mērce Korejas stilā
5 tējk.	tējk. apgrauzdētu sezama sēklu
250 g	liellopa filejas
3	olas
450 g	vārītu Japānas īsgraudu rīsu
2 ēdamk.	gochujang (korejiešu čili pastas)

PAGATAVOŠANA

Solis 1

300 g karalisko austersēņu, sagrieztu strēmelītēs - **2** sarkanās paprikas, sagrieztas smalkās strēmelītēs - **3 ēdamk.** (3 ēd. k.) augu eļļas - **6 ēdamk.** Kikkoman Teriyaki BBQ mērce Korejas stilā
Karstā eļļā uz lielas uguns 3 minūtes apcep sēnes un papriku, bieži apmaisot. Pievieno Kikkoman Teriyaki BBQ mērci Korejas stilā un karsē, līdz viss ir karsts, pēc tam pārliek bļodā.

Solis 2

3 ēdamk. Kikkoman Sezama eļļa - **200 g** jauno spinātu, nomazgātu un nosusinātu - **150 g** mung pupiņu dīgstu - **3** loki, sagriezti gredzenos - **2** ķiploka daiviņas, sasmalcinātas - **6 ēdamk.** Kikkoman Teriyaki BBQ mērce Korejas stilā - **1 tējk.** tējk. apgrauzdētu sezama sēklu
Vokpannā vai parastā pannā sakarsē Kikkoman Sezama eļļu, pievieno jaunos spinātus un pupiņu dīgstus. Gatavo aptuveni 2 minūtes. Iemaisa lokus un ķiplokus. Pievieno Kikkoman Teriyaki BBQ mērci Korejas stilā un sezama sēklas, pēc tam pārliek bļodā.

Solis 3

250 g liellopa filejas, sagrieztas strēmelītēs - **5 ēdamk.** Kikkoman Teriyaki BBQ mērce Korejas stilā - **2** ķiploka daiviņas, sasmalcinātas - **2 ēdamk.** Kikkoman Sezama eļļa - **1 tējk.** apgrauzdētu sezama sēklu - **45 ml** augu eļļas
Liellopa gaļu īsi patur marinādē, kas pagatavota no Kikkoman Teriyaki BBQ mērces Korejas stilā, ķiplokiem, Kikkoman Sezama eļļas un sezama sēklām. Sakarsētā eļļā strauji apcep gaļu, līdz tā ir gatava.

Solis 4

3 ēdamk. augu eļļas - **3** olas
Izcep olas augu eļļā.

Solis 5

450 g vārītu Japānas īsgraudu rīsu - **2 ēdamk.** gochujang (korejiešu čili pastas) - **15 ml** Kikkoman Sezama eļļa - **1 ēdamk.** apgrauzdētu sezama sēklu - **3** ceptas olas
Sadala rīsus pa bļodiņām. Virsū kārto visas apceptās sastāvdaļas. Gochujang sajauc ar nelielu daudzumu silta ūdens līdz viendabīgai konsistencei un uzlej nedaudz mērces uz katras ceptās olas. Pārkaisa bibimbapu ar sezama sēklām un apslaka ar Kikkoman Sezama eļļu.