

Bibimbap: gustoso e facile da preparare

Tempo totale **30 Min** 15 Min Tempo di preparazione 15 Min Tempo di cottura

Valori nutrizionali (per porzione):
2.751 kJ / 655 kcal

Grassi: **22,8 g** Proteine: **28,1 g**
Carboidrati: **83,5 g**

INGREDIENTI

2 Porzioni

Per i cetrioli:

80 g di cetriolo
2 cucchiaini Ponzu - Miscela di Salsa di Soia, Aceto e Aroma di Limone Kikkoman

Per i germogli di soia:

60 g di germogli di soia
0,5 cucchiaino di sale
1 cucchiaino di semi di sesamo tostati
1 cucchiaino Olio di Sesamo Tostato Kikkoman

Per la carne:

4 cucchiaini Olio di Sesamo Tostato Kikkoman
1 spicchio d'aglio, tritato finemente
160 g di macinato di manzo
2 cucchiaini Salsa di Soia a Fermentazione Naturale Kikkoman
2 cucchiaini Condimento Dolce da Cucina in Stile Mirin Kikkoman

Inoltre:

400 g di riso cotto
50 g di kimchi
4 cucchiaini di gochujang (pasta di peperoncino coreana)
1 cucchiaino Olio di Sesamo Tostato Kikkoman

PREPARAZIONE

Passaggio 1

80 g di cetriolo - **2 cucchiaini** Ponzu - Miscela di Salsa di Soia, Aceto e Aroma di Limone Kikkoman
Taglia il cetriolo a fettine sottili e mescolalo con la Salsa Ponzu al Limone Kikkoman.

Passaggio 2

60 g di germogli di soia - **0,5 cucchiaino** di sale - **1 cucchiaino** di semi di sesamo tostati - **1 cucchiaino** Olio di Sesamo Tostato Kikkoman
Sbollenta i germogli di soia in acqua bollente, scolali bene e condiscili con sale, semi di sesamo tostati e Olio di Sesamo Tostato Kikkoman.

Passaggio 3

4 cucchiaini Olio di Sesamo Tostato Kikkoman **1** di macinato di manzo - **160 g** di macinato di manzo - **2 cucchiaini** Salsa di Soia a Fermentazione Naturale Kikkoman **2 cucchiaini** Condimento Dolce da Cucina in Stile Mirin Kikkoman
Scalda l'Olio di Sesamo Tostato Kikkoman in una padella a fuoco medio, aggiungi l'aglio e soffriggilo brevemente finché non rilascia il suo profumo. Unisci la carne macinata di manzo e cuocila completamente. Aggiungi la Salsa di Soia Kikkoman e il Condimento Dolce Stile Mirin Kikkoman, quindi mescola fino a quando la carne sarà ben insaporita.

Passaggio 4

400 g di riso cotto - **50 g** di kimchi - **4 cucchiaini** di gochujang (pasta di peperoncino coreana) - **1 cucchiaino** Olio di Sesamo Tostato Kikkoman
Dividi il riso cotto in due ciotole. Sopra la carne cotta del Passaggio 3 disponi: il kimchi, i cetrioli

conditi del Passaggio 1 e i germogli di soia del Passaggio 2. Aggiungi una cucchiata di gochujang al centro e completa con un filo di Olio di Sesamo Tostato Kikkoman.