

Bibimbap: smakfullt og enkelt

total tid **30 min.** 15 min. tilberedningstid 15 min. koketid

Næringsinnhold (per porsjon):
2.751 kJ / 655 kcal

Fett: **22,8 g** Protein: **28,1 g**
Karbohydrater: **83,5 g**

INGREDIENSER

2 porsjoner

Agurk:

80 g agurk
2 ss [Kikkoman Ponzu - En Blanding av Soyasaus, eddik og Sitronaroma](#)

Bønnespirer:

60 g bønnespirer
0,5 ts salt
1 ts ristede sesamfrø
1 ts [Kikkoman ristet Sesamolje](#)

Kjøtt:

4 ts [Kikkoman ristet Sesamolje](#)
1 fedd hvitløk, finhakket
160 g kjøttdeig av storfe
2 ss [Kikkoman Naturlig Brygget Soyasaus](#)
2 ss [Kikkoman søt Smakstilsetning til Matlaging i Mirin-Style](#)

Dessuten:

400 g kokt ris
50 g kimchi
4 ts gochujang (koreansk chilipasta)
1 ts [Kikkoman ristet Sesamolje](#)

TILBEREDNING

Steg 1

80 g agurk - **2 ss** [Kikkoman Ponzu - En Blanding av Soyasaus, eddik og Sitronaroma](#)
Skjær agurken i tynne skiver og vend dem i Kikkoman Ponzu Sitron.

Steg 2

60 g bønnespirer - **0,5 ts** salt - **1 ts** ristede sesamfrø - **1 ts** [Kikkoman ristet Sesamolje](#)
Kok bønnespirene i kokende vann, la dem renne godt av, og vend dem i salt, ristede sesamfrø og Kikkoman Sesamolje.

Steg 3

4 ts [Kikkoman ristet Sesamolje](#) **1** fedd hvitløk, finhakket - **160 g** kjøttdeig av storfe - **2 ss** [Kikkoman Naturlig Brygget Soyasaus](#) **2 ss** [Kikkoman søt Smakstilsetning til Matlaging i Mirin-Style](#)
Varm opp Kikkoman Sesamolje i en stekepanne på middels varme. Tilsett hvitløken og stek kort til den dufter aromatisk. Tilsett kjøttdeigen og stek til den er gjennomstekt. Ha i Kikkoman Soyasaus og Kikkoman Mirin-Style Söt Smakssetter, og rør om til kjøttet er godt overtrukket og har fått en blank overflate.

Steg 4

400 g cooked rice - **50 g** kimchi - **4 ts** gochujang (Korean chilli paste) - **1 ts** [Kikkoman ristet Sesamolje](#)
Fordel den kokte risen på to skåler. Legg kjøttet fra steg 3, kimchi, marinert agurk fra steg 1 og bønnespirene fra steg 2 oppå. Legg en skje gochujang i midten, og drypp over Kikkoman

Sesamolje.