

Koreaanse bibimbap

Bibimbap is een typische Koreaans gerecht met als basis witte rijst, groenten en ei. Wij maken 'm deze keer met gehakt en sambal.



Hoofdgerecht
4 personen

Ingrediënten

- 4 el sesamzaad
- 1 komkommer
- 2 zoete puntpaprika's
- 1 limoen
- 300 g peen julienne
- 300 g 1 minuut basmatirijst
- 4 el arachideolie
- 300 g rundergehakt
- 1 el sambal oelek
- 4 middelgrote eieren

1. Verhit een koekenpan zonder olie of boter en rooster het sesamzaad 3 min. Laat afkoelen op een bord. Snijd de komkommer in plakjes en vervolgens in reepjes. Verwijder de steelaanzet en zaadlijsten van de puntpaprika en snijd het vruchtvlees in dunne ringen.
2. Pers de limoen uit. Besprenkel de peen met het limoensap en bestrooi met het sesamzaad. Verwarm de basmatirijst volgens de aanwijzingen op de verpakking.
3. Verhit de helft van de olie in een wok en roerbak het gehakt met de sambal op hoog vuur in 3 min. goudbruin en gaar. Verhit de rest van de olie in een koekenpan en bak een spiegelei per persoon. Verdeel de rijst over de kommen en vervolgens de komkommer, puntpaprika, peen julienne en het gehakt. Leg het ei erop. Lekker!



Recept voor Korean Fried Chicken (4 personen)

Ingrediënten

4 plakjes verse gemberwortel, geschild (optioneel)*
2 stengels bosui
500 gram kipdrumsticks
6 eetlepels tarwebloem
8 eetlepels water
75-100 gram Ppang-garu (Koreaans broodkruim) of Panko (Japans broodkruim)*
1 liter zonnebloem- of arachideolie om in te frituren
Zout

Voor de saus:

1 eetlepel chilipeperpasta
3 eetlepels aardbeienjam
3 eetlepels sojasaus

Bereiding

Breng een pan water aan de kook met daarin de plakjes gember, de bosui en wat zout. Zet als het kookt het vuur laag en laat nog even (ongeveer 10 minuten) pruttelen zodat de smaken van de bosui en de gember goed in het water kunnen trekken. Kook vervolgens hierin de kipdrumsticks 5 minuten.

Haal de kipdrumsticks na 5 minuten met een tang uit het water. Laat even afkoelen. Vermeng in een kom de tarwebloem met 8 eetlepels water en een snuf zout tot een glad beslag. Het is iets dikker dan pannenkoekenbeslag. Mocht het nog te dik of te dun zijn, voeg gerust nog wat water of bloem toe. Doe in een andere kom ongeveer de helft van de Ppang-garu of Panko.

Verhit in een pan 1 liter zonnebloem- of arachideolie tot ongeveer 180 graden.

Dep de kip droog met wat keukenpapier en haal drumstick voor drumstick eerst door het beslagje en dan door het broodkruim. Zorg dat het broodkruim de kip helemaal rondom bedekt door ook nog wat broodkruim uit de zak erover heen te strooien.

Nu is de kip klaar om gefrituurd te worden. Frituur de kip (eventueel in kleinere porties) in 9 minuten goudbruin. Haal de kip met een schuimspaan uit de pan. Laat even rusten en frituur vervolgens weer 5 minuten. Houd in de gaten dat de kip niet te bruin wordt.

Maak ondertussen de saus. Meng in een steelpan de Gochujan met de aardbeienjam en de sojasaus en verhit tot het borrelt.

Haal de kip weer uit de pan met de schuimspaan en laat uitlekken op keukenpapier. Doe de saus in een schaaltje en serveer samen met de kip.

