



Bulgogi (Koreaans gemarineerd rundvlees)

Dun gesneden rundvlees in een zoet-hartige marinade van sojasaus, peer en sesam. Snel gebakken op hoog vuur en heerlijk mals.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
30'	10'	4	Wereldkeuken

Ingrediënten

600 gr rundvlees (bavette of entrecôte, dun gesneden)
1 kleine peer (geraspt)
5 el sojasaus
2 el sesamolie
2 el bruine suiker
4 teentjes knoflook (geperst)

1 el gemberpuree
3 lente-uitjes (in ringen)
2 el geroosterde sesamzaadjes
1 el zonnebloemolie
versgemalen zwarte peper

Bereidingswijze

1. Leg het rundvlees 20 minuten in de diepvriezer zodat je het achteraf makkelijker flinterdun kan snijden tegen de draad in.
2. Meng in een kom de geraspte peer, sojasaus, sesamolie, bruine suiker, knoflook, gemberpuree en een snuf versgemalen zwarte peper tot een gladde marinade.
3. Voeg het dun gesneden vlees toe, meng goed door en laat minstens 20 minuten marineren in de koelkast. Langer marineren (tot enkele uren) geeft een nog intenser resultaat.
4. Verhit een grote koekenpan of wok op hoog vuur en voeg de zonnebloemolie toe.
5. Bak het vlees in meerdere kleine porties. Leg niet te veel vlees tegelijk in de pan, anders daalt de temperatuur en gaat het vlees koken in plaats van bakken. Bak elke portie 2 tot 3 minuten tot het vlees mooi gekleurd en gaar is.
6. Schep het gebakken vlees op een schaal en werk af met de lente-uitjes en de geroosterde sesamzaadjes. Serveer onmiddellijk.

Tip

Gebruik bij voorkeur bavette en vraag aan je slager om het vlees dun te snijden op de snijmachine. Zo bespaar je tijd en krijg je een gelijkmatig resultaat.

Lekker met

Gestoomde witte rijst en een frisse komkommersalade of geroerbakte groenten.

Dranktip

Een licht gekoeld Koreaans bier zoals Hite of een droge Riesling past uitstekend bij de zoet-hartige smaken van bulgogi.