



Bibimbap

Ingrédients pour 4 personnes

- 400 gr de riz gluant
- 250 gr de bœuf haché
- 200 gr de germes de soja frais
- 1 oignon
- 1 courgette
- 2 carottes
- 150 gr de shiitakes frais
- 2 gousses d'ail
- 1 piment rouge
- 1 c à s de sauce soja
- 1 c à s de sauce nuoc-mâm (= sauce poisson)
- 1 c à s de sauce hoisin
- 1 c à c de sucre
- 1 c à c d'huile de sésame
- 2 c à c de pâte de piment coréenne « Gochujang »
- Vinaigre à sushi non sucré
- 4 oeufs
- Huile végétale

La préparation

1. Rincez le riz plusieurs fois jusqu'à ce que l'eau soit claire et faites-le cuire soit à la casserole, soit dans un rice-cooker. Réservez au chaud ;
2. Faites revenir la viande hachée dans de l'huile neutre et assaisonnez avec la sauce poisson et la pâte de piment ;

3. Détaillez la courgette avec la peau et les carottes épluchées en fine julienne. Mettez-les dans des récipients séparés et arrosez-les de vinaigre à sushi. Mélangez et réservez ;
4. Pochez les germes de soja à l'eau bouillante pendant 1 minute et refroidissez-les. Réservez ;
5. Coupez les pieds des champignons, taillez-les en 2 et faites-les cuire dans de l'huile neutre. Assaisonnez de sauce hoisin et de sauce soja ;
6. Détaillez les oignons fanes et le piment en biseaux et faites-les cuire à l'huile avec l'ail et l'oignon coupés en lamelles ;
7. Séparez les jaunes de blancs d'œufs. Incorporez l'huile de sésame aux blancs et mixez. Faites-les cuire à l'huile dans des emporte-pièces en les assaisonnant de poivre et de sauce poisson ;

Le dressage

1. Répartissez le riz dans 4 grands bols. Dans chaque bol, disposez autour du riz les carottes, les courgettes, les champignons, les oignons, les germes de soja , la viande et le mélange piment, oignons, ail.
2. Terminez par le blanc d'œuf au centre sur lequel vous déposez le jaune.