



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

DANA BULGOGI

www.asyagurme.com

450 Gram Dana Eti, İnce dilimlenmiş
8 Yemek Kaşığı Bulgogi Sos, (veya 1/2 su bardağı)
1 Adet Havuç, İnce dilimlenmiş
1 Adet Soğan, İnce dilimlenmiş (yarım ay şeklinde)
1 Çay Bardağı Mantar, İnce dilimlenmiş
2 Adet Yeşil Soğan, Dilimlenmiş
Üzeri için:
Susam

Geniş bir kasede ince dilimlenmiş etleri, 6 yemek kaşığı bulgogi sos ile iyice harmanlayın. Üzerini streç film ile sarıp, en az 30 dakika buzdolabında marine edin.

Geniş bir tavayı orta dereceli ateşte ısıtın. Isınan tavaya marine edilmiş etleri ilave edin ve hemen ardından havuç, soğan, mantar dilimlerini de ilave edip, tüm malzemeleri 10 dakika boyunca ara sıra karıştırarak soteleyin.

Etlerin pişmesine yakın 2 yemek kaşığı bulgogi sosunu ilave edin ve orta dereceli ateşte 2-3 dakika daha sotelemeye devam edin.

Son olarak dilimlenmiş yeşil soğanları ilave edin ve yaklaşık 1-2 dakika soteleyip, yemeği ocaktan alın. Üzerine susam taneleri serpiştirip, yanında buharda pişmiş sade pilav ile servis edin.

Not: Bulgogi yemeğinin bir diğer ismi "Neobiani" dir. Marine edilmiş etin geleneksel ızgara yöntemleriyle pişirilmesini ifade etmektedir. Çoğunlukla dana eti kullanılarak yapılır.

Asya
• GURME •

