



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BULGOGİ

Dana bonfile
Havuç
Soğan
Sitake mantarı
Taze yeşil soğan
Armut
Kivi
Nişasta
Bulgogi sos için:
Soya sos
Gochujang
Pirinç sirkesi
Susam yağı
Esmer toz şeker
Taze zencefil
Sarımsak
Kırmızı pul biber
Karabiber
Chili biber
Üzeri için:
Susam

Pançeta bifteği (veya seçtiğiniz başka bir sığır eti) alın ve damarlara karşı ince şeritler halinde kesin. Sığır etinin sulu ve derinlemesine marine olması için şeritleri mümkün olduğunca ince kestiğinizden emin olun. İnce kıyılmış dana etini küçük bir karıştırma kabına alın ve soya sosu, esmer şeker, susam tohumu, susam yağı, sarımsak, ezilmiş kırmızı biber gevreği, zencefil ve istiridye sosunu ekleyin. Sığır eti şeritlerini baharatlarla iyice kaplanana kadar karıştırın ve bir saat marine etmek için buzdolabına koyun. Sığır eti iyice marine edildikten sonra, bir wok tava veya büyük tavayı yüksek ateşte ısıtın ve eti ekleyin. Eti yaklaşık 5-6 dakika veya iyice pişene kadar yüksek ateşte pişirin. Ardından sığır etinin üzerine yeşil soğan ekleyin ve servis edin.



