

Doenjang Jjigae

Toplam 30 dk

Hazırlama 10 dk · Pişirme 20 dk

4 kişilik

Kolay

~210 kcal

Açılış 5/10

Kore soya ezmesinin fermente derinliğini kabak, mantar ve tofu ile taşıyan günlük güveç.

Malzemeler

- 3 yemek kaşığı Doenjang
- 300 gr Tofu
- 1 adet Kabak
- 200 gr Mantar
- 3 dal Yeşil soğan

Yapılış

- Doenjang'ı suda çırpıp pürüzsüz hale getirerek tencerede kaynatın.
- Kabak ve mantar ekleyip 10-12 dakika pişirin.
- Tofuyu iri küpler halinde doğrayıp tencereye alın.
- Yeşil soğan ekleyip 2-3 dakika daha kaynatın.
- Jjigae'yi kaynar halde servis edin.

PÜF NOKTASI

Doenjang'ı kaynar suya ezerek ekleyin; topak kalmaması için çorbanın dokusunu düzeltin.

SERVIS ÖNERİSİ

Pilav ve taze soğanla servis edin.

Alerjenler

Soya