

Hobak Bokkeum

Toplam 15 dk

Hazırlık · Pişirme 7 dk

4 kişilik

Kolay

~88 kcal

Açılış 4/10

Hobak bokkeum, kabağ sarımsak ve susamla kızartılarak Kore usulü hafif bir sebze yemeği yapar.

Malzemeler

- 3 adet Kabak
- 2 diş Sarımsak
- 1 tatlı kaşık Susam yağı
- 1 tatlı kaşık Susam
- 0.5 çay kaşık Tuz

Yapılış

1. Kabağı ince yarım ay doğrayıp sarımsakla birlikte kızartın.
2. Kabağı tavaya alıp sarımsak ve tuzla birlikte 2-3 dakika çevirin.
3. Kabak hafif şeffaflaşınca susam yağı ekleyin, fazla öldürmeyin.
4. Susam serpip 1 dakika daha soteleyin.
5. Yemeği 11 yaş da servis edin.

PÜF NOKTASI

Kabağı ince yarım ay doğramak kızartma diri pişmesini sağlar.

SERVİS ÖNERİSİ

11 yaş da servis edin, üstüne susam serpip yanına soğan sunun.

Alerjenler

Susam