

Kongnamul Muchim

Toplam 15 dk

Hazırlama 10 dk · Pişirme 5 dk

4 kişilik

Kolay

~80 kcal

Açılış 13/10

Kore banchan tabaklarının temel soya filizi; sarımsak, susam ve taze soğanla sade ama keskin.

Malzemeler

- 400 gr Soya filizi
- 1 yemek kaşığı Susam yağı
- 1 diş Sarımsak
- 2 dal Yeşil soğan
- 1 çay kaşığı Susam
- 0.5 çay kaşığı Tuz

Yapılış

1. Soya filizlerini ayıklayıp bol suda yıkayın.
2. Filizleri kaynar suda 4-5 dakika haşlayın.
3. Süzülen filizler için fazla suyunu nazikçe sıkın.
4. Susam yağı, sarımsak ve tuzu filizlere yedirin.
5. Kongnamul muchimi yeşil soğan ve susamla tamamlayıp servis edin.

PÜF NOKTASI

Filizleri süzdükten sonra buhar çıkana kadar 3 dakika bekletin; sos sulanmaz.

SERVIS ÖNERİSİ

Bibimbap kaselerinde veya et yemeklerinin yanında sunun.

Alerjenler

Soya

Susam