

„Silvia kocht“ - wochentags um 14.00 Uhr in ORF 2

Fotocredit: Simeon Baker



Bulgogi - gebratenes Rinderfilet

Köchin: Sohyi Kim

Zutaten

(2 Personen)

- 600 g Rinderfilet
- 1 Zwiebel
- 6 cm frischer Ingwer
- 5 Zehen Knoblauch
- 1 Apfel
- ein wenig Wasser
- 1/8 L Weißwein
- dunkles Sesamöl
- Sojasauce
- Zucker
- Jungzwiebeln

Zubereitung

Rinderfilet ganz dünn schneiden und danach etwas rasten lassen.

Für die Bulgogi-Sauce den Knoblauch, Ingwer, Zwiebel und Apfel grob schneiden. In ein Gefäß mit etwas Wasser geben und mit einem Stabmixer

Quelle: ORF extra

alles zerkleinern. Weißwein, Sesamöl, Sojasauce und Zucker dazugeben und gut durchmischen.

Die geschnittenen Rinderfilets in eine Form geben und die Bulgogi Sauce darübergießen. Das Ganze ziehen lassen.

Anschließend die Filets in der heißen Pfanne goldbraun anbraten. Die Jungzwiebel längs in Scheiben schneiden und zusammen mit etwas Sesam über den Filets garniert servieren. Dazu kann Kimchi oder Reis gereicht werden.