

Oppskrift

Korean BBQ: “Bulgogibowl” med Livèche kyllingbryst



Koreansk BBQ (gogi-gui) er en populær metode innen koreansk matlaging der man griller kjøtt, vanligvis biff, svin og kylling. Rettene blir ofte tilberedt på griller som er bygget inn i spisebordet, eller bordgriller. Det er derfor mest vanlig å bruke små stykker av kjøtt som man raskt og enkelt griller mens man spiser. Rettene er laget

for å dele, både mat og opplevelse.

Bulgogi er den mest representative formen for koreansk BBQ, vanligvis laget av tynne skiver marinert storfekjøtt, men også kylling eller svinekjøtt.

1

Bland gochujang, gochhugaru, soyasaus, sukker, hvitløk, ingefær, maissirup, mirin, sesamolje og pepper i en stor bolle, vend kylling i sausen. La stå i 10 minutter.

Grill kyllingen i ca. 10 minutter på hver side eller til gjennomstekt. La hvile i 10 minutter før servering.

2

Kok ris etter anvisning på pakken. Anrett en bolle med ris, grillet kylling, salat, vårløksalat, "spicy radish" salad, Rask Kimchi/agurksalat, Ssamjang og koriander.

Tips! [Oppskrift på Spicy radish salat finner du her.](#)

Tips! [Oppskrift på rask kimchi/agurksalat finner du her.](#)

Produkter i denne oppskriften

Liveche Kyllingfilet m/Skinn 2kg Pk



Liveche Kyllingfilet m/Sk 2x2,5kg Fr Enh



Ingredienser

Livèche kyllingfilet med skinn	4 stk
Gochujang (koreansk fermentert chilipasta)	3 ss
Gochugaru (koreansk rød chili)	1 ss
Soyasaus	1 ss
Lysebrunt sukker	1 ts
Hvitløk, presset	1 ss
Ingefærpasta	1 ts
Maissirup eller honning	1 ss
Mirin	1 ss
Sesamolje	1 ss
Pepper	0,5 ts

Tilbehør

Sesamfrø, ristet

1 ss

Tilbehør

Ris

Kimchi

Vårløk, finsnippet

Hjertesalat, finstrimlet

Spicy radish salat

Rask kimchi/agurksalat

Ssamjang

Koriander