

Oppskrift

Korean BBQ: Tilbehør og salater



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.

Det finnes ingen perfekt måte å spise koreansk BBQ på, men den koreanske måten er å spise som en wrap (ssam). Det vil si at du griller kjøttet i små biter og pakker det inn i blader av salat eller perilla. Topp eller dypp wrap'en med saus. SPIS! GJENTA!

Den kanskje viktigste måten å få til koreansk smak på, er med tilbehør og sauser.

1

Pajeori – spicy vårløksalat



Rens og snitt vårløk fint. Skyll i dørslag med iskaldt vann i to til tre minutter. La tørke lett på et kjøkkenhåndkle.

Bland ingrediensene til dressingen og vend med finsnittet vårløk.

2

Mu saengchae – “spicy radish” salad



Kutt reddiken à la julienne eller del i fyrstikktyne strimler. Bland i en bolle med salt, la stå 10 minutter. Sil av vann i et dørslag, så godt som mulig. Ha tilbake i bollen.

Press hvitløk og finhakk vårløk og bland inn i bollen sammen med resten av ingrediensene. Bland godt og la stå, gjerne 1-2 dager under tett lokk i kjøleskapet.

Dryss over sesamfrø ved servering.

3

Gyeran-jjim - Dampede egg



Pisk egg, finhakk vårløk og bland det sammen i en bolle.

Pisk inn buljong og fordel eggeblandingen i fire ildfaste former med lokk som har plass til at eggstanden kan vokse litt.

Sett på grillen eller i vannbad, 8-13 minutter. De dampede eggene er klare når damp kommer ut under lokket.

Drypp litt sesamolje over og server med en gang.

4

Rask Kimchi/agurksalat



Del agurk i ca. 0,5 cm tynne skiver.

Bland eddik, flaksalt og sukker i en bolle og rør til sukkeret er oppløst.

Bland inn agurkskivene og la stå i romtemperatur i ca. 30 minutter.

Klem ut vannet fra agurkskivene og rør inn resten av ingrediensene.

Pajeon - Koreanske vårløkpannekaker



Pisk egg, mineralvann, mel og salt til en jevn røre og la svulle i 20 minutter.

Snitt vårløk fint og bland inn i røren.

Stek så tynne pannekaker som mulig.

Dressing

Visp sammen soyasaus, sukker, sesamolje, sesamfrø, gochugaru, hvitvinseddik og hvitløk. Server som dip til vårløkpannekakene.

6

Ssamjang



Rør sammen hvitløk, finhakket salatløk, ristede sesamfrø, sesamolje, doenjang, gochujang, honning og vann. Topp med ristede sesamfrø og finsnippet gressløk.

Produkter i denne oppskriften

Egg 30 ML Frittg 8x30 Stk 15,12kg Enh



Ingredienser

Pajeori – spicy vårløksalat

Vårløk	200 g
Soyasaus	2 ss
Sukker	1 ss
Sesamolje	1 ss
Sesamfrø	1 ss
Gochugaru (koreansk rød chili)	2 ts
Hvitvinseddik	2 ts
Hvitløk, finrevet	1 ts

Mu saengchae – “spicy radish” salad

Koreansk radish eller daikon	500 g
Salt	2 ts
Hvitløksfedd	3 stk
Vårløk	1 stk
Gochugaru (koreansk rød chili)	2 stk
Sukker	1 ss

Pajeori – spicy vårløksalat

Mu saengchae – “spicy radish” salad

Gyeran-jjim - Dampede egg

Rask Kimchi/agurksalat

Pajeon - Koreanske vårløkpannekaker

Dip til vårløkpannekakene

Ssamjang

Fiskesaus	1 ss
-----------	------

Riseddik	1 ts
----------	------

Sesamfrø, til topping

Gyeran-jjim - Dampede egg

Prior Egg	6 stk
-----------	-------

Vårløk	1 stk
--------	-------

Kyllingbuljong	2,5 dl
----------------	--------

Sesamolje	2 ts
-----------	------

Rask Kimchi/agurksalat

Agurk	1 stk
-------	-------

Hvitvinseddik	2 ts
---------------	------

Flaksalt	1 ts
----------	------

Sukker	1 ts
--------	------

Chilipulver	1 ts
-------------	------

Sesamfrø	2 ss
----------	------

Pajeori – spicy vårløksalat

Mu saengchae – “spicy radish” salad

Gyeran-jjim - Dampede egg

Rask Kimchi/agurksalat

Pajeon - Koreanske vårløkpannekaker

Dip til vårløkpannekakene

Ssamjang

Gyeran-jjim - Dampede egg

Rask Kimchi/agurksalat

Pajeon - Koreanske vårløkpannekaker

Dip til vårløkpannekakene

Ssamjang

Sesamolje 2,5 ss

Pajeon - Koreanske vårløkpannekaker

Prior Egg 1 stk

Mineralvann 3 dl

Hvetemel 3 dl

Salt 0,5 ts

Vegetabilsk olje, til steking

Vårløk 5 stk

Dip til vårløkpannekakene

Soyasaus 2 ss

Sukker 1 ss

Sesamolje 1 ss

Pajeori – spicy vårløksalat

Mu saengchae – “spicy radish” salad

Gyeran-jjim - Dampede egg

Rask Kimchi/agurksalat

Pajeon - Koreanske vårløkpannekaker

Dip til vårløkpannekakene

Ssamjang

Gyeran-jjim - Dampede egg

Rask Kimchi/agurksalat

Pajeon - Koreanske vårløkpannekaker

Dip til vårløkpannekakene

Ssamjang

Pajeon - Koreanske vårløkpannekaker

Dip til vårløkpannekakene

Ssamjang

Sesamfrø	1 ss
Gochugaru (koreansk rød chili)	2 ts
Hvitvinseddik	2 ts
Hvitløk, finrevet	1 ts
Ssamjang	
Hvitløksfedd, finrevet	2 stk
Salatløk, finhakket	1 stk
Sesamfrø, ristet	2 ts
Sesamolje	1 ss
Doenjang (koreansk fermentert bønnepasta)	0,5 dl

Pajeori – spicy vårløksalat

Mu saengchae – “spicy radish” salad

Gyeran-jjim - Dampede egg

Rask Kimchi/agurksalat

Pajeon - Koreanske vårløkpannekaker

Dip til vårløkpannekakene

Ssamjang

Gyeran-jjim - Dampede egg

Rask Kimchi/agurksalat

Pajeon - Koreanske vårløkpannekaker

Dip til vårløkpannekakene

Ssamjang

Pajeon - Koreanske vårløkpannekaker

Dip til vårløkpannekakene

Ssamjang

Ssamjang

Gochujang (koreansk fermentert chilipasta)	1 ss
Honning	2 ss
Vann	1 ss
Sesamfrø, ristet	1 ts
Gressløk, finsnittet	1 ts