

# Kimchi Jeon



SEMAINE DE LA K-FOOD

# K-FOOD

## INGRÉDIENTS

@hervecuisine

- 200 g de kimchi égouté (choux fermenté et pâte de piments)
- 100 g de farine
- 2 oignons nouveaux ou ciboulette
- 1 oeuf
- 1 cuil. à soupe de jus de kimchi
- 100 ml d'eau
- 1/2 cc d'ail en poudre ou 1 gousse émincée

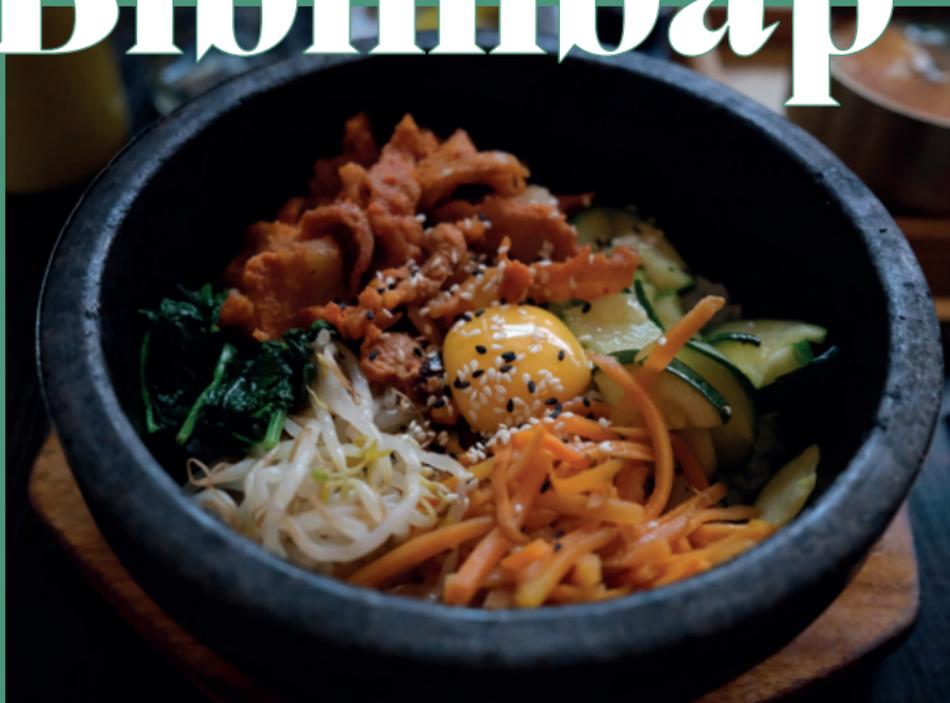
### Pour la sauce

- 3 cuil. à soupe de vinaigre de riz
- 3 cuil. à soupe de sauce soja salée
- 3 cuil. à soupe d'eau
- 2 cuil. à soupe de sucre ou cassonade

## PRÉPARATION

- Egouttez le kimchi (et gardez un peu de jus), et émincez le, de même que les oignons nouveaux (ou ciboulette)
- Mélangez le kimchi, la ciboulette, l'oeuf, l'eau, le jus de kimchi et la poudre d'ail
- Ajoutez la farine pour former une pâte qui sera assez liquide
- Versez une louche de pâte dans la poêle bien chaude légèrement huilée (huile de tournesol) et faites cuire 2 à 3 minutes puis retournez le pancake pour cuire encore 1 minute, il faut qu'il soit doré
- Servez avec la sauce, pour laquelle vous aurez mélangé l'eau, le vinaigre de riz, la sauce soja et le sucre

# Bibimbap



SEMAINE DE LA K-FOOD

# K-FOOD

# INGRÉDIENTS

@hervecuisine

- Riz
- 2 carottes
- 2 courgettes
- 200 g de pousses de soja
- Jeunes pousses d'épinard
- Champignons shiitakés ou de Paris
- 2 ou 3 gousses d'ail
- 1 morceau de gingembre râpé
- 500 g de boeuf à braiser
- Des oeufs (un par personne)
- Sauce soja
- Cassonade ou sucre
- Vinaigre de riz ou blanc
- Huile de sésame
- Pâte de piment coréen (Gochujang)



# PRÉPARATION

- Faites cuire le riz (1 volume de riz pour 2 volumes d'eau) : 10 minutes à feu vif, puis 10 minutes hors du feu, couvert
- Préparez la marinade : mélangez 3 c. à soupe de cassonade, 3 c. à soupe d'huile de sésame, 3 c. à soupe de vinaigre de riz, une gousse d'ail écrasée et un morceau de gingembre émincé (environ 1 c. à café)
- Ajoutez les lamelles de boeuf bien fines ou du boeuf haché, laisser au frigo 20 minutes
- Préparez les légumes en lamelles fines : carottes, courgettes, émincez les champignons
- Faites cuire les légumes un par un à la poêle ou au wok (carottes, champignons, épinards, soja, courgettes) avec à chaque fois une c. à café d'huile de tournesol, un peu d'ail émincé selon le goût, et au bout de 3 minutes, ajouter 1 c. à café de sauce soja à chaque légume
- Faire cuire 2 minutes les lamelles de boeuf dans un peu d'huile bien chaude, et faire frire les oeufs (oeufs au plat)
- Servir dans des bols avec du riz au fond, des légumes tout autour, un peu de pâte de piment, et le boeuf et/ou l'oeuf au milieu !

# Sorbet Makgeolli



SEMAINE DE LA K-FOOD

# K-FOOD

## INGRÉDIENTS

@hervecuisine

### Salade de fruits : (adaptable selon vos goûts)

- Fruits : melon jaune, abricot, pomme, kiwi, citron vert, poire, mangue, fruit de la passion
- 10 feuilles de verveine (ou menthe/basilic)
- Sirop d'agave
- 1/2 verre de makgeolli (alcool de riz coréen)

### Sorbet minute :

- 1 pêche
- 1 abricot
- Miel
- 1 feuille de verveine
- Du makgeolli



## PRÉPARATION

- Infuser les feuilles de verveine dans 1 litre d'eau chaude avec le makgeolli et le sirop d'agave. Laissez refroidir.
- Une fois le sirop refroidit, rincez et coupez vos différents fruits et ajoutez les dans le saladier avec le sirop. Votre salade de fruit est prête.
- Pour réaliser votre sorbet minute sans sorbetière, coupez en quartier une pêche et un abricot (vous pouvez garder la peau).
- Mettre les fruits coupés au congélateur pendant toute la nuit.
- Le lendemain, mixez vos fruits congelés avec un peu de miel, de verveine et de makgeolli. Dégustez sans attendre.
- Ajouter du makgeolli dans votre sorbet permet d'éviter les cristaux d'eau et d'obtenir une texture plus souple et crémeuse.