



Bulgogi – koreanisches Feuerfleisch

1 kg	Entrecôte auch als Rib Eye Steak bezeichnet
1 Bund	Frühlingszwiebeln
4	Chilis
1 Stück	Ingwer daumengroß
1	Nashi-Birne
150 g	Shiitake Pilze
3 el	Reiswein
3 tl	Sambal Oelek
2 el	Sesamöl
5 el	Sojasauce
1 el	brauner Zucker
2 Zehen	Knoblauch
2 el	Sesamkörner

1. Tupf das Rindfleisch mit einem Papiertuch trocken.
2. Schneide die Steaks mit einem scharfen Messer...
3. ...in möglichst dünne Streifen.
4. Sammel große Stücken vom Fett gesondert und schneide es klein.
5. Gib die Nashi-Birne, den Reiswein, das Sambal Oelek, das Sesamöl, die Sojasauce, den braunen Zucker und den Knoblauch in einen Mixer und zerkleine sie zu einer Marinade.
6. Vermische die Marinade und die Rindfleischstreifen gründlich in einer Schüssel und stelle sie für 3-12 Stunden in den Kühlschrank.
7. Schneide die Frühlingszwiebeln und Chilis in Ringe und den Ingwer in feine Streifen. Zerteile große Shiitake Pilze in mundgerechte Stücke.
8. Lass eine Pfanne sehr heiß werden. Verwende dazu entweder den heimischen Herd auf höchster Stufe oder einen Grill. Auch auf einer Feuerstelle kann man Bulgogi zubereiten.
9. Gib zuerst das Fett in die Pfanne und lass es aus.
10. Gib dann maximal 300 g Rindfleisch in die Pfanne und brate die Streifen an.
11. Wende das Fleisch mehrmals und entnehmt es der Pfanne, wenn es Farbe angenommen hat. Verfahre in gleicher Weise mit den restlichen Portionen.
12. Gib nun das gesamte Fleisch zurück in die Pfanne. Füge den Ingwer und die Chili zum Fleisch und vermenge alles. Nach wenigen Minuten geben die Shiitake Pilze...
13. ...und die Frühlingszwiebeln in die Pfanne. Insgesamt dauert die Zubereitung nicht länger als 5-8 Minuten.
14. Gib die Sesamkörner in eine Pfanne ohne Öl und röste sie kurz an. Der Sesam wird die Farbe von hell gelb nach braun wechseln, darf aber nicht schwarz werden.
15. Streue die gerösteten Sesamkörner über das Bulgogi und serviere es entweder mit Reis...
16. ... oder in einem Bao Bun