

> Bibimbap

Der koreanische Streetfood Klassiker für abwechslungsreichen Genuss im Alltag



ZUTATEN:

Für 4 Personen

100 g	Mungobohnensprossen
2 Stück	Karotten
1 Stück	Zucchini
1 Stück	Paprika rot
1 Stück	Paprika gelb
4 EL	NATURATA Bratöl Sonnenblume
150 g	Austernpilze
1 Stück	Knoblauchzehe
4 EL	Sojasauce
4 Stück	Frühlingszwiebeln
4 Stück	Eier
200 g	NATURATA Penne, Reis Vollkorn
2 EL	Koreanische Chilipaste, Gochujang
120 g	NATURATA Cashewkerne

ZUBEREITUNG

- 1.** NATURATA Reis Penne nach Packungsanleitung zubereiten, abgießen und zur Seite stellen. Mungobohnensprossen waschen und abtropfen lassen. Karotten schälen und in feine Stifte schneiden. Zucchini waschen und in Stifte schneiden. Paprika halbieren, die Kerne herausnehmen und in feine Streifen schneiden.
- 2.** Knoblauchzehe schälen und fein hacken. In einer Pfanne 2 EL NATURATA Bratöl erhitzen und den Knoblauch zusammen mit den Austernpilzen anbraten. Mit der Sojasauce ablöschen und die Pilze aus der Pfanne nehmen. In der Zwischenzeit die Frühlingszwiebel waschen, putzen und der Länge nach halbieren.
- 3.** 2 EL NATURATA Bratöl in einer Pfanne erhitzen und vier Spiegeleier darin braten. Die NATURATA Reis Penne auf vier Schalen verteilen, blanchiertes Gemüse und gebratene Austernpilze, sowie die gebratenen Frühlingszwiebeln darauf anrichten.
- 4.** Je ein Spiegelei in die Mitte setzen und die NATURATA Cashewkerne darüber streuen. Das Bibimbap wird erst am Tisch ordentlich vermengt und nach Belieben mit der scharfen Chilipaste gewürzt.

Zubereitungszeit: 45 Minuten