



Vegetarisches Bibimbap

mit Spiegelei und Gemüse



20-30min



3-4 Personen

Dieses Traditionsgericht aus Korea wird noch ungemischt serviert. Dabei hat jeder Bestandteil – feiner Sushireis, gebratene Karotten, Gurken, Spinat, leckeres Spiegelei und würzige Knoblauch-Chili-Sauce – seinen festen Platz in der Schale, bevor dann vor dem Essen alles durchgerührt wird. Du wirst begeistert sein!

- 400g Sushireis
- 3 Knoblauchzehen
- 3 Päckchen Sriracha-Sauce
- 2 Päckchen geröstetes Sesamöl

- Energie 603kcal, Fett 15.8g,
Kohlenhydrate 96.0g, Eiweiß 17.1g



A top-down view of a black frying pan containing a large portion of fresh, bright green spinach leaves. The leaves are piled in the center of the pan, showing their characteristic rounded shape and veins. The pan has a black handle extending to the right and a silver-colored rim. It sits on a light gray, textured surface.

A small glass bowl containing a dark, thick sauce with a piece of meat and some garnishes.A pile of sliced cucumbers on a white cutting board. The cucumbers are cut into thin, diagonal slices, showing the green skin and the lighter green interior. They are arranged in a small, overlapping pile on the white surface.A small, clear glass bowl filled with finely shredded orange carrots, sitting on a grey surface.

Die **Eier** in der Pfanne mit 1EL Pflanzenöl bei starker Hitze ca. 2Min. braten. Das **Eigelb** sollte noch flüssig sein. Die **Eier** auf etwas Küchenkrepp abtropfen lassen. Den **Reis** auf Teller oder Schalen verteilen und mit den **Karotten**, dem **Spinat** und den **Gurken** belegen. Jeweils ein **Ei** auf dem **Gemüse** anrichten und das **Bibimbap** mit der **Sauce** garniert servieren.