



Vegetarisches Bibimbap

mit Spiegelei und Gemüse



20-30min



2 Personen

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

- 150g Sushireis
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Päckchen Sriracha-Sauce
- 1 Päckchen geröstetes Sesamöl

- Energie 553kcal, Fett 18.2g,
Kohlenhydrate 79.3g, Eiweiß 15.8g



A top-down view of a black frying pan with a silver handle, filled with fresh, vibrant green spinach leaves. The pan is resting on a light gray, textured surface. The spinach leaves are piled in the center of the pan, showing their characteristic rounded shape and bright green color. The lighting is even, highlighting the texture of the leaves and the smooth surface of the pan.

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 Küchentrepp 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.