



Vegetarisches Bibimbap

mit Spiegelei und Gemüse



ca. 25min



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 559kcal, Fett 18.4g,
Kohlenhydrate 79.7g, Eiweiß 16.4g



A top-down view of a black frying pan with a silver handle, filled with fresh, vibrant green spinach leaves. The leaves are piled in the center of the pan, showing their characteristic rounded shape and bright green color. The pan is set against a light, neutral background.

A pile of sliced green cucumbers, cut into thin, diagonal rounds, resting on a white cutting board. The cucumbers are fresh and vibrant green.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.