

Rindfleisch Bulgogi (koreanische Art) mit Kaiserschoten**Zutaten**

600 g Rumpsteak, etwa ½ Zentimeter dick geschnitten
3 Esslöffel helle Sojasauce
3 Esslöffel geröstetes Sesamöl
3 Knoblauchzehen
50 g Zucker
30 g frischer Ingwer
1 Frühlingszwiebel
1 Birne
200 g Kaiserschoten
Butter, Meersalz, Pfeffer

Zubereitung:

Den Knoblauch durch eine Presse drücken und mit dem Zucker vermischen, anschließend die Sojasauce und das Sesamöl mit der Paste verrühren, dabei herzhaft pfeffern.

Die Frühlingszwiebel klein schneiden, geschälten Ingwer reiben, die geschälte und entkernte Birne ebenfalls fein reiben. Alles zusammen verrühren.

Die Fleischscheiben abwechselnd mit der Marinade übereinander schichten. Abgedeckt über Nacht im Kühlschrank durchziehen lassen. Die gewaschenen Kaiserschoten 3 Minuten in kochendem Salzwasser blanchieren, durch ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.

In etwas Butter wieder erhitzen, leicht salzen und pfeffern

Fleischscheiben auf dem sehr heißen Grill maximal zwei Minuten von jeder Seite grillen oder in einer Grillpanne scharf braten. Beides zusammen auf flachen Tellern servieren.

Guten Appetit!

Rezept: Helmut Gote