

Aprenda a fazer o bulgogi, prato coreano que é sucesso em séries e filmes

Receita é conhecida como o churrasco típico e leva apenas 30 minutos para ficar pronta

SÃO PAULO O sucesso que filmes e séries coreanas têm feito no Brasil vem servindo de inspiração para que fãs não apenas discutam os enredos em fóruns e grupos na internet, mas se aventurem na cozinha testando receitas de pratos que dão água na boca quando aparecem na tela.

Pensando nisso, o Centro Cultural Coreano no Brasil indica a receita de Bulgogi, um prato típico da culinária coreana que é feito com ingredientes fáceis de serem encontrados em supermercados.



*Bulgogi é considerado o churrasco coreano e faz sucesso em séries e filmes -
Marcos Nogueira*

O prato leva carne, verduras, legumes e um líquido de ameixa verde, entre outros ingredientes, e não leva mais do que 30 minutos para ficar pronto. A receita abaixo rende porções que podem servir até três pessoas.

- Grau de dificuldade: Médio
- Tempo de preparo: 30 minutos
- Rendimento: 3 pratos

INGREDIENTES

- 1kg de carne de vaca cortada
- 4 colheres de sopa de açúcar
- 100g de cebola 6 dentes grandes de alho
- 2 colheres de sopa de licor, vinho branco, saquê ou água
- 8 colheres de sopa de molho de soja
- Pimenta do reino a gosto
- 40g de cebolinha picada
- 1 colher de sopa de cebolinha desidratada (opcional)
- 2 colheres de sopa de óleo de gergelim 2ml de pó secreto (opcional)
- 1 colher de sopa de líquido de ameixa verde 800g de verduras e cogumelos a gosto

Sugestões de acompanhamento:

- Ssamjang,
- Alface,
- Alho,
- Arroz

MODO DE PREPARO:

- Corte a carne de vaca bem fina (mas congele um pouco a carne, antes de cortar)
- Tire o sangue da carne, o máximo possível, utilizando toalha de papel
- Tempere a carne com o açúcar
- Corte a cebola e o alho em pedaços
- Coloque o alho, a cebola e o licor para triturar (se for necessário, adicione duas colheres de água)
- Tempere a carne com o que foi triturado e deixe descansar por 10 minutos
- Em uma vasilha, junte todos os ingredientes para fazer o molho (bulgogi)
- Tempere a carne com o molho e deixe descansar por no mínimo 30 minutos
- Corte as verduras e os cogumelos bem finos

- Coloque o bulgogi marinado em uma frigideira em fogo alto
- Deixe cozinhar um pouco e logo depois coloque as verduras
- Refogue até que as verduras fiquem cozidas
- Prove e, se precisar, adicione sal a gosto

<https://www1.folha.uol.com.br/comida/2023/07/aprenda-a-fazer-o-bulgogi-prato-coreano-que-e-sucesso-em-series-e-filmes.shtml>

Veículo: Online -> Portal -> Portal Folha de S. Paulo