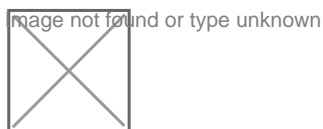


Bulgogi: prato típico coreano tem ingredientes disponíveis para ser feito aqui no Brasil

Fácil de preparar, fica pronto em até 30 minutos



Centro Cultural Coreano no Brasil (CCCB)

Por conta da popularidade dos dramas e filmes coreanos nas plataformas de streaming, algumas cenas também estão despertando nos brasileiros uma certa curiosidade e interesse pela culinária coreana.

Responsável pela realização de cursos e concursos de gastronomia, o Centro Cultural Coreano no Brasil (CCCB) ensina a receita do Bulgogi, prato típico preparado com carne, verduras, legumes e líquido de ameixa verde, entre outros ingredientes.

Todos disponíveis em mercados brasileiros. Confira a receita:

Ingredientes:

Item • Qtd (1-2 pessoas) • Qtd (2-3 pessoas)

Carne de vaca • 500g • 1kg - peso de carne cortada

Açúcar • 2 colheres de sopa (30ml) • 4 colheres de sopa (60ml)

Cebola • 50g • 100g

Alho • 15g (3 dentes grandes) • 30g (6 dentes grandes)

Licor (??) • 1 colher de sopa (15ml) • 2 colheres de sopa (30ml) - pode ser substituído por vinho branco, saquê, etc. Ou até água

Molho de soja • 4 colheres de sopa (60ml) • 8 colheres de sopa (120ml)

Pimenta do reino • 10 giros (a gosto) • 20 giros (a gosto)

Cebolinha picada • 20g • 40g - dobro de quantidade, quando não tiver a cebolinha desidratada

Cebolinha desidratada • 0.5 colher de sopa (7.5ml) • 1 colher de sopa (15ml) - opcional

Óleo de gergelim • 1 colher de sopa (15ml) • 2 colheres de sopa (30ml)

Pó secreto (intensificador de sabor) • 1ml • 2ml - opcional

Líquido de ameixa verde • 0.5 colher de sopa (7.5ml) • 1 colher de sopa (15ml) - opcional

Verduras e cogumelos • 400g - 500g (a gosto) • 800g - 1000g (a gosto):

- cebola (300g), cebolinha (100g)

- cenoura (200g), repolho (200g)

- outros (pimentão)

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

Mais informações:

Ex-Libris Comunicação Integrada

Assessoria de Imprensa do Centro Cultural Coreano no Brasil (CCCB)

Jornalistas: Marco Berringer e Edmir Nogueira

(11) 9 9393-3088

<https://gazetadasemana.com.br/noticia/126164/bulgogi-prato-tipico-coreano-tem-ingredientes-disponiveis-para-ser-feito-aqui-no-brasil>

Veículo: Online -> Site -> Site Gazeta da Semana - São Paulo/SP