



## - Passeig Gastronòmic per Àsia –

### - BLUGOGUI -

#### *Ingredients*

- Carn de vedella: 600 g (millor si es espatlla)
- Suc de pera: 5T (originàriament, es fa servir pera coreana)
- Ceba
- Pastanaga
- Bolets Enokitake
- 60ml de salsa de soja (4 cullerades soperes)
- 30gr de sucre (2 cullerades soperes)
- 5ml de mel (una culleradeta)
- 15ml d'oli de sèsam (1 cullerada sopera)
- 15gr de cebetes picades (1 cullerada sopera)
- 7gr d'all picat (1/2 cullerada sopera)
- 15gr de sèsam torrat (1 cullerada sopera)





## *Elaboració*

1. Poseu la carn en un bol i afegiu-hi el suc de pera. Barregeu.
2. Talleu la ceba a trossets d'uns 5cm. Talleu també mitja ceba i una pastanaga gran a rodanxes.
3. En una tassa, poseu-hi la salsa de soja, el sucre, la mel, un rajolí d'oli de sèsam, l'all picat y les llavors de sèsam. Mesclen bé i hi afegim una mica de pebre negre.
4. Afegim la sala d'adob, les cebetes picades la seca i la pastanaga a la carn.
5. Barregem y 'massegem' per a que es mescli bé i deixem reposar mitja hora. Durant aquesta mitja hora, podem donar un parell de tombs a la carn per tal d'assegurar-nos que la salsa l'empapa per complet.
6. Saltegem la carn.
7. Serviu-ho en un plat comú d'on menjaran tots els comensals. Recomanem acompanyar-ho amb un bol d'arròs blanc. Per a menjar-nos-ho a l'estil coreà, també hi ha d'haver fulles d'enciam i/o sèsam i una mica de kimchi. Posem una mica de carn dins de l'enciam o sèsam, afegim una mica de kimchi, tanquem la fulla fent una bola i ens ho mengem d'una sola mossegada.



## -KIMICHI YAKIUDON-

### *Ingredients*

- 50 g de secret
- Udon (1 paquet)
- Col xinesa
- Base Kimichi
- Ceba



### *Elaboració*

1. Barregeu la col xinesa amb la base de kimichi
2. En una paella, saltegeu el secret i la seba
3. Afegiu-hi la col xinesa macerada
4. Poseu els udon i una mica més de salsa kimichi
5. Serviu-ho i a gaudir!