Cristina Sánchez | Nutrición y Psicología



PLATOS PRINCIPALES

# Kimchi bokkeumbap

1 ración

## Ingredientes

- Arroz
- Cebolla
- Pollo
- Kimchi
- Salsa de soja
- Concentrado de tomate
- Huevo
- Aceite de sésamo
- Wakame deshidratada
- Salsa picante, estilo laoganma

## Elaboración

### ARROZ

1. Lavar bien el arroz
2. Llevar a ebullición a fuego fuerte hasta que rompa a hervir
3. Bajar el fuego unos 12 minutos y dejar otros 12 minutos el arroz tapado

### SALTEADO

4. Saltear la cebolla y el pollo, junto con el kimchi, la salsa de soja y el concentrado de tomate

### HUEVO

5. Cocinar el huevo a la plancha con aceite de sésamo

### EMPLATADO

6. Emplatar con wakame deshidratada y salsa picante, estilo laoganma

RECOMENDACIONES

Lo tenéis mejor explicado en una de mis últimas recetas, la de Donburi

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Cristina Sánchez | Nutrición y Psicología

cooknest.app/@cristinasanchez-nutricion · Instagram @cristinasanchez_nutricion