



Les plats principaux
Plats d'accompagnement

Japchae

Pour 4 personnes.

Ingrédients

- 1 shiitake (gros et séchés)
- 2 gousses d'ail (pressées)
- 1 cuillère à soupe de sucre
- 2 cuillères à café de sucre
- 2 cuillères à soupe de sauce soja
- 1 cuillère à café de sauce soja
- 2 cuillères à soupe d'huile de sésame
- 1 cuillère à soupe de graines de sésame (rôties)
- 1 œuf (grands)
- 110 grammes d' épinards
- 110 grammes de nouilles (cellophane ou dangmyeon)
- 2 tiges jeunes oignons
- 1 oignon
- 5 champignons de Paris
- 1 carotte
- 1/2 poivron rouge
- poivre
- sel
- huile de tournesol
- 110 grammes de rôti de boeuf (optionnel)

Un des plats les plus appréciés en Corée ? Ce plat copieux de nouilles composé de nouilles de patates douces et de légumes. Délicieux comme plat en soi (végétarien ou avec des lamelles de beefsteak marinées), mais aussi en accompagnement d'un morceau de viande au BBQ !

Méthode de préparation

Placez les shiitakes séchés dans de l'eau chaude pendant 2 à 3 heures puis coupez-les en fines lanières. Pendant ce temps, coupez la viande en fines lanières de 7,5 cm sur $\pm$ 0,5 cm. Ajoutez la viande avec les lanières de shiitake dans un plat avec 1 gousse d'ail pressée, 1 cc de sucre, $\frac{1}{4}$ cc de poivre noir moulu, 2 cc de sauce soja et 1 cc d'huile de sésame rôtie. Mélangez, couvrez et conservez au frigo

Séparez l'œuf et mélangez le jaune avec une pincée de sel avec une fourchette. Ajoutez 1 cc d'huile dans une poêle, graissez-la et essuyez le reste d'huile avec du papier absorbant. Éteignez le feu, ajoutez le mélange de jaunes d'œufs et faites tourner la poêle pour que le mélange s'étale finement. Utilisez la chaleur restante de la

poêle pour cuire pendant 1 minute, puis retournez-la et faites cuire encore 1 minute. Laissez refroidir et coupez en fines lanières.

Faites bouillir de l'eau et blanchissez les épinards pendant 30 secondes à 1 minute. Retirez les épinards de la casserole et laissez bouillir l'eau. Rincez les épinards avec de l'eau froide et pressez le reste de l'eau. Coupez plusieurs fois et mélangez dans un plat avec 1 cc de sauce soja et 1 cc d'huile de sésame.

Cuisez les nouilles recouvertes dans l'eau des épinards pendant 1 minute, mélangez-les avec une cuillère en bois et couvrez à nouveau pour cuire encore 7 minutes jusqu'à ce qu'elles soient tendres. Faites-les égoutter, coupez-les plusieurs fois avec des ciseaux de cuisine et ajoutez-les dans un plat avec 2 cc d'huile de sésame, 1 cc de sauce soja et 1 cc de sucre. Mélangez bien.

Coupez votre jeune oignon en morceaux de $\pm$ 5cm, la carotte et le poivron rouge en julienne et les champignons et l'oignon en fines rondelles.

Faites chauffer une poêle à feu moyen-vif, graissez avec 2 cs d'huile et faites revenir l'oignon et le jeune oignon avec un peu de sel pendant environ 2 minutes. Ajoutez-les au plat de nouilles.

Faites à nouveau chauffer la poêle, graissez avec 2 cs d'huile et cuisez les champignons avec un peu de sel pendant 2 minutes. Ajoutez-les aussi au plat de nouilles.

Répétez avec 1 cs d'huile pour la carotte pendant 20 secondes et ajoutez-y le poivron pendant 20 secondes supplémentaires. Ajoutez aussi les deux au plat de nouilles. Faites également revenir le mélange de viande et de shiitake pendant quelques minutes avec 2 cs d'huile jusqu'à ce que la viande ne soit plus rose et que le shiitake soit tendre et vitreux. Ajoutez-les aussi au plat de nouilles.

Ajoutez les épinards au plat de nouilles, avec 1 gousse d'ail pressée, 1 cs de sauce soja, 1 cs de sucre, $\frac{1}{2}$ cc de poivre moulu et 2 cc d'huile de sésame. Mélangez le tout prudemment mais convenablement. Ajoutez l'œuf et 1 cs de graines de sésame et servez sur une grande assiette à partager.

Conseil : pour l'expérience 100% coréenne, réalisez le plat avec du dangmyeon, ce sont des nouilles à base de patate douce.

Vous pouvez préparer le japchae avec de la viande comme repas ou laisser la viande de côté et la servir comme accompagnement lors d'un BBQ coréen.

