Koreanisches Sandwich

Stufe 2

Zubereitungszeit: 30 Min.

Zutaten für das Fleisch:

200 g Hähnchenbrustfilet(s)
200 g Rinder-Hüftsteak
200 g Schweinenacken
100 ml Teriyakisauce
1 EL Zuckerrübenkraut
50 g Ingwer
Chili (gemahlen)
Koriander, gemahlen
Salz

Zutaten für den Belag:

1/2 Kastenweißbrot
4 Eier
2 Möhre(n)
3 Pak Choi
1/2 Spitzkohl
2 EL Sojasauce
4 EL Mayonnaise
1 Limette
1 Handvoll Korianderkraut
100 ml Geflügelfond
Pflanzenöl

Pillivuyt Salatschüssel Collection Generale

Rösle Backpinsel aus Silikon

AMT Silikon Zange

Outdoorchef Gasgrill Dualchef 425 G in schwarz

GRAEF Allesschneider Sliced Kitchen SKS 11000 in grau

Dick Schälmesser Superior

Lurch Sparschäler Universal

Rösle Schneebesen Silikon

AdHoc Chilischneider Pepe

GEFU Zitronens aftausgießer Zitronello

1

Das Fleisch für ca. 30 Minuten ins Gefrierfach legen und mit dem Graef Allesschneider auf Stufe 3, in dünne Scheiben schneiden. Ingwer mit einem Schälmesser schälen und fein würfeln.

2

Für die Marinade Ingwer, Zuckerrübenkraut und Teriyakisauce in einer Schüssel miteinander vermengen und kräftig mit Salz, Chili und Koriander würzen. Das Fleisch darin einlegen.

3

Den Grill (mit Deckel ca. 180°C) für mittlere direkte Hitze vorbereiten.

4

Für den Sandwich-Belag Möhren mit einem Sparschäler schälen und die Enden kürzen. Spitzkohl ebenfalls putzen und vierteln.

5

Die Möhren zuerst mit dem Graef Allesschneider der Länge nach in dünne Scheiben, danach in Streifen schneiden. Kohl mit dem Graef Allesschneider auf Stufe 1 in sehr dünne Streifen schneiden. Pak Choi putzen und sechsteln.

6

Für den Salat Möhren, Kohl, Pak Choi, Mayonnaise, Sojasauce, Abrieb und Saft der Limette in einer Schüssel vermischen und mit frischem Salz und Chili aus der Mühle würzen.

7

Für die Brotscheiben Eier und Fond mit einem Schneebesen in einer Schüssel verrühren und mit Salz und Chili würzen. Das Weißbrot mit der Slicedkitchen auf Stufe 8, in Scheiben schneiden. Anschließend die Brotscheiben in der Eimischung wenden.

8

Den Grillrost mit einem Barbecue-Pinsel mit Öl einfetten, das Fleisch leicht abtropfen und bei direkter Hitze, ca. 1- 2 Minuten von beiden Seiten offen grillen. Den Grillrost ein weiteres Mal mit Öl fetten und die Brotscheiben 1-2 Minuten von jeder Seite, auf Sicht grillen.

9

Zum Belegen jeweils den Salat auf den Sandwich-Böden verteilen, das Fleisch darauflegen, erneut eine Lage Salat und zum Schluss mit dem Deckel abschließen. Mit Koriander garnieren.

Wer möchte kann das koreanische Sandwich auch in einer beschichteten Pfanne, statt auf dem Grill zubereiten.

Schon gewusst?

Streetfood ist in Korea ein fester Bestandteil der Esskultur. So zählt das Sandwich, in Korea üblicherweise unter "Toast" bekannt, zum morgendlichen Snack oder schnellem Frühstück der Koreaner. Besonders typisch für ein koreanisches Sandwich ist das Anbraten des Brots in einer Eipanade. Das macht es besonders saftig und dadurch doppelt lecker.