

COMMENT UTILISER LE KIMCHI EN CUISINE ?

Avec du kimchi jeune : comme accompagnement...

avec du riz, des pâtes, une omelette, ou même sur un burger.



Avec du kimchi mature : trois bons petits plats faciles à faire chez vous

Le kimchi deviendra de plus en plus acide avec le temps, car la fermentation continue tout doucement même au frigo.

1. Le plus simple : une poêlée de kimchi avec du riz (*bokumbap*).

Temps : 10 minutes. Chauffer une petite cuillère d'huile dans une poêle et ajouter du kimchi émincé, sans jus. Laissez à feu moyen jusqu'à ce que le kimchi soit tendre. Puis, ajouter du riz déjà cuit, et quelques cuillères à soupe de jus de kimchi. Mélanger doucement pendant 1 à 2 minutes. Arroser avec un petit filet d'huile de sésame torréfié, puis servir chaud.

2. Les fameuses crêpes au kimchi (*kimchijeon*) ! Temps : 15 minutes.

1. Dans un bol, mélanger 225 g de kimchi coupé en petits morceaux, 2 cuillères à soupe de jus de kimchi, 60 g de farine de blé, 120 ml d'eau, et des oignons verts coupés petits.

2. Mettre 30 ml d'huile dans une poêle, laissez-la chauffer, puis ajouter la pâte et pressez-la avec une cuillère pour créer une crêpe de 1 à 2 cm d'épaisseur. Une poêle de 30 cm = une crêpe.

3. Quand un côté est doré et croustillant, retournez-la et arrosez les bords avec 30 ml de l'huile. Quand le deuxième côté est croustillant, servez-la toute de suite !



3. La soupe ultime (*kimchiguk*) !

Temps : 15 minutes

1. Chauffer 200 g de kimchi coupé en morceaux et un peu de jus dans une casserole, puis ajouter 800 ml d'eau.

2. Laissez mijoter pendant 5 à 10 minutes, puis ajouter quelques oignons verts coupés petits. Servez alors la soupe avec un bol de riz.



POUR ALLER PLUS LOIN

Je vous conseille les sites web et livres de Maangchi et de Luna Kyung. Ceux qui souhaitent découvrir le monde de la cuisine coréenne pourront y découvrir des recettes et des techniques accessibles pour les curieux.

Maangchi (en anglais) maangchi.com
Luna Kyung (en français) Blog :
La Table de Diogène est Ronde

Quelques options pour ces recettes.

* **Bokumbap** et **kimchiguk** : on peut ajouter du porc, du tofu et/ou des champignons. Le porc est toujours à couper en petits morceaux ou émincé, ajoutez-le avant le kimchi. Le tofu est à couper en cubes, et a besoin de moins de temps de cuisson que le porc.

* **Bokumbap**, **kimchijeon**, et **kimchiguk** : Pour accentuer les saveurs aigre douce, rajouter 1 ou 2 cuillères à café de sucre avec le kimchi.

* **Kimchiguk** : Ajouter 1 ou 2 petites cuillères de farine de riz gluant pour donner un peu d'épaisseur à la soupe. Petite astuce : mélanger séparément la farine avec un petit bol de soupe, puis rajouter le tout dans la casserole.



VEGETAL
VIVANT

06 60 47 43 69

vegetal.vivant@gmail.com

[f](https://www.facebook.com/vegetal.vivant) [@vegetal.vivant](https://www.instagram.com/vegetal.vivant)



www.vegetalvivant.com