

Harcsapaprikás koreai módra készítve (kimchivel)



Elkészítési idő: kb. 45 perc

Hozzávalók 2 főre:

- 40 dkg szürkeharcsa filé
- ½ kg kimchi (Koreai vagy japán élelmiszereket árusító üzletekben kapható készen is, de érdemes házilag is elkészíteni, megfelelő recept alapján. Alapvetően közepesen csípőset szoktak árulni.)
- 2-3 ek napraforgó étolaj
- 3 gerezd fokhagyma
- 1 vörshagyma
- 2 paradicsom
- 1 zöldpaprika (csípős vagy sem, ízlés szerint)
- 1 kis doboz tejföl (175-200g, 12%)
- 1 kis csokor kapor
- 2 evőkanál koreai főzőbor (mirim)/ bármilyen száraz fehérbor/ rizsecet/ almaecet
- 1-2 dl víz
- 1 tk őrölt bors
- kb. 6-8 szem egész bors (opcionális)
- 3-4 kisebb babérlevél/ 1-2 tk őrölt babérlevél

- 2-3 ek barna rizs liszt (Tökéletesen megteszi, ha egy kávédarálóban a rizsszemeket porrá őröljük.)

Elkészítés:

- Egy wokba teszek 1 ek olajat, hozzávágom a vöröshagymát. Lefedem, és miközben üvegesre párlódik, felaprítom a fokhagymát, és a paradicsomot is szép cikkekre vágom. A fokhagymát egy közepesebb méretű mély tálba teszem, a paradicsomszeletek egyik felét a wokba szórom a hagyma mellé, miközben már le is veszem a tűzről, másik felét pedig egyszerűen csak félreteszem.
- A harcsafilét leöblítem hideg víz alatt, majd kb. 5 cm-es csíkokra vágom, amiket a már fokhagymás mély tálba rakok. Hozzá forgatom az őrölt borsot, a barna rizslisztet és a főzőbort.
- Most jöhet a kimchi, amit felszeletelek vékony csíkokra, mint bármilyen káposztát szokás. Beleszórom a wokba, hozzáadom a babérleveleket, jól összekavarom, és fölteszem főni közepes lángon.
- Amíg a wokban elkezdődik a főzés, egy nagyobb serpenyőbe 2 evőkanál olajat hevíték, és átpirítom rajta a harcsaszeleteket, vigyázva, hogy ne kapjanak nagyon oda. Ez hamar megvan, mert itt még nem kell nekik átsülniük, csak egy kis kérget adok nekik, ami a későbbi főzés során is jobban egyben tartja majd a szétfőzésre hajlamos halhúst. Ráadásul a pörkölés finom ízt is ad nekik.
- Ahogy a harcsaszeletek mindkét oldalát sikerrel megpörköltem, ezzel a lendülettel rakom át őket a wokban fővő kimchi tetejére. Alá öntök még 1-2 dl vizet, rászórom a borsszemeket, végül a közepére dobom a zöldpaprikát (egészben), és visszafedem. Sem a húsnak, sem a kimchinek nem kell innentől 15-20 percnél több idő. Ha a paprikát roppanósabban és színesebben szeretnék majd a tálunkon látni, akkor érdemesebb kicsit később hozzátenni.
- Miközben a wokban készre fő az eledel, a friss kaprot felaprítom, és egy kisebb mély tálban elkeverem a tejföllel.
- Következik a tálalás: A wok itt nagyszerű szolgálatot tesz, mert az alakja segítségével a tartalmát szinte egy az egyben, kavarodás nélkül, át tudom csúsztatni egy kb. 30 cm átmérőjű, laposabb kerek tálalóedénybe. Innentől kezdve már csak ízlés dolga, hogy ki milyen formában szeretné díszíteni a végeredményt a rácsurgatott kapros tejföllel és az elején félrerakott paradicsomszeletekkel. Én még az egészet meg szoktam hinteni egy kis kaporral.
-

Jó étvágyat kívánok!

A recept megalkotója: Szakszon Imre, a 2021-es Global Taste of Korea győztese