FICHE RECETTE

Doenjang Jjigae

Soupe coréenne épicé à base de pâte de soja

Temps de préparation & de cuisson
20 minutes

2 personnes

TIA
SUPERMARCHÉ ASIE & ORIENT

TIA
SUPERMARCHÉ
ASIE & ORIENT

Ingrédients

- 1/2 de tofu mi-ferme ou ferme
- 1 oignon
- 1 pomme de terre
- 1/3 courgette
- 1/2 poireaux
- 2 piments vert ou rouge (gros)
- 2 càs de pâte de soja/miso
- 1 botte de ciboulette Thaï ou cebette
- 2 gousses d'ails
- 6 verres d'eau
- 1/2 càs de poudre de piment rouge
- 10g poudre DASHINOMOTO ou bouillon de poisson en poudre

1. Coupez en morceaux de la taille que vous souhaitez : tofu, oignon, pomme de terre, courgette, poireaux, piment vert. Hachez l'ail.
2. Ajoutez dans une petite casserole 6 verres d'eau, 10g de dashinomoto et laissez mijoter 5 à 10min.
3. Ajoutez la pâte de soja et bien mélanger.
4. Ajoutez les pommes de terre coupées et laisser cuir pendant 2 minutes
5. Ajoutez les oignons, poireaux, les courgettes, le piment vert puis l'ail haché. Laissez mijoter pendant 2-3 minutes.
6. Ajoutez le Tofu en cube.
7. Puis terminez par l'ajout de la poudre de piment rouge et laissez mijoter 30 secondes. Saupoudrez de ciboulette/cébette haché et c'est prêt !

Bon appétit ! 잘 먹겠습니다! Jal meog-gess-seub-ni-da!