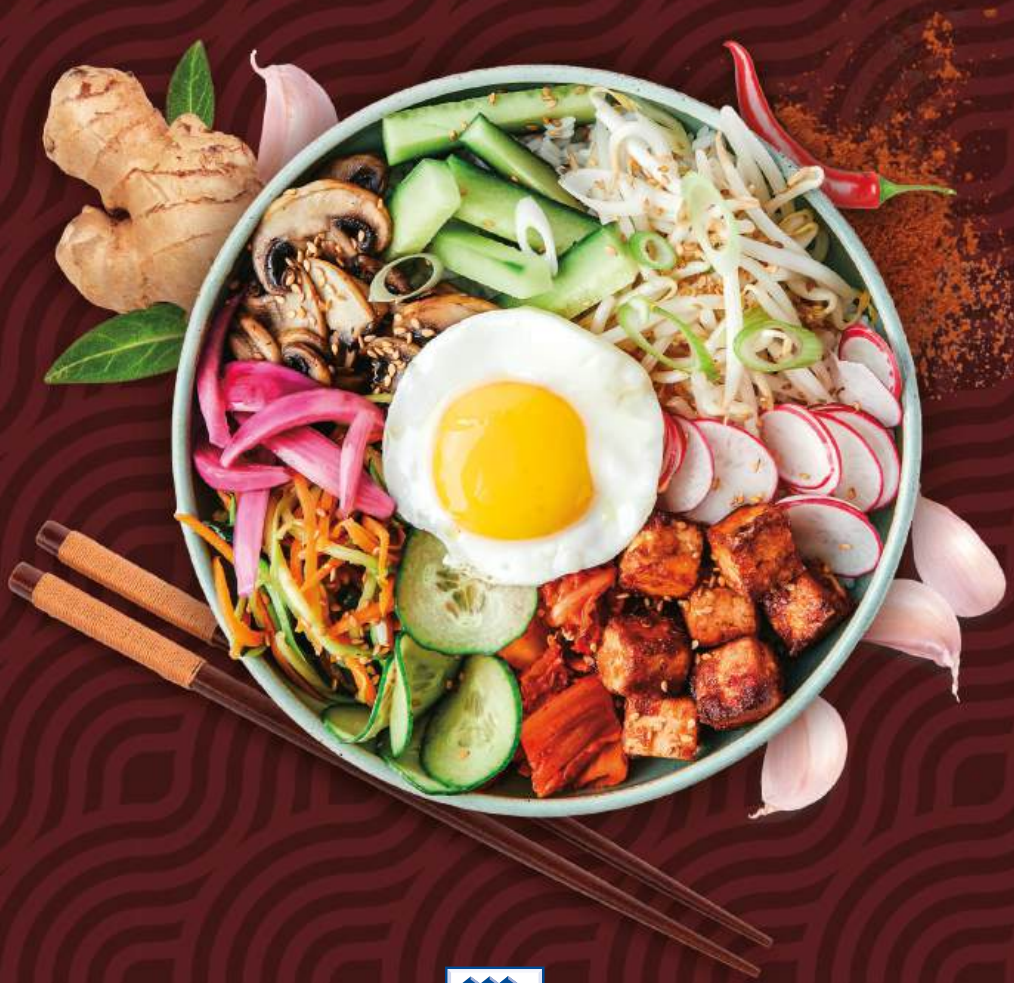
RECETTES À LA CORÉENNE

KOREANISCHE REZEPTE

한국식 요리



McCormick
FOODSERVICE



KOREANISCHE MISCHUNG

MCCORMICK FOODSERVICE

REZEPTE FÜR KOREANISCHE GERICHTE

Partez découvrir **les saveurs de l'Asie** avec notre **nouveau mélange à la Coréenne** signé **McCormick Foodservice**.

Ce mélange d'épices aux notes d'ail, de gingembre, de piment et de sauce soja viendra sublimer vos viandes, vos poissons ou vos légumes. Mais il vous permettra également de réaliser de belles sauces en nappage.

SES UTILISATIONS

EN MARINADE | EN INCLUSION | EN SAUPOUDRAGE

À UTILISER

SUR DU POULET, DU BŒUF | SUR DES LÉGUMES | SUR DU POISSON | DANS UNE SAUCE

Entdecken **Sie den Geschmack Asiens** mit unserer **neuen koreanischen Mischung** von **McCormick Foodservice**.

Diese Gewürzmischung mit Noten von Knoblauch, Ingwer, Chili und Sojasauce verfeinert Ihre Fleisch-, Fisch- oder Gemüsegerichte. Sie eignet sich zudem hervorragend zur Zubereitung feiner Garniersaucen.

ANWENDUNGSMÖGLICHKEITEN

ALS MARINADE | EINGERÜHRT | AUFGESTREUT

KANN VERWENDET WERDEN

ZU POULET, RINDFLEISCH | ZU GEMÜSE | ZU FISCH | IN EINER SAUCE

INHALT
SOMMAIRE

BULGOGI DE BŒUF – RINDFLEISCH-BULGOGI
s. 05

BÁNH MÌ AU BULGOGI – BÁNH MÌ MIT BULGOGI
s. 07

KIMCHI EXPRESS
s. 09

CORDON BLEU AU KIMCHI – CORDON BLEU MIT KIMCHI
s. 11

MAYO'CORÉENNE – KOREANISCHE MAYO
s. 13

POULET FRIT – GRILLPOULET
s. 15

BIBIMBAP CORÉEN – KOREANISCHER BIBIMBAP
s. 17

BIBIMBAP BURGER – BIBIMBAP-BURGER
s. 19

CHOU-FLEUR RÔTI – GERÖSTETER BLUMENKOHL
s. 21

SAUTÉ DE BŒUF – RINDERGESCHNETZELTES
s. 23

SAUMON LAQUÉ – GLASIERTER LACHS
s. 25





BULGOGI DE BŒUF
AU MÉLANGE CORÉEN

30 min de préparation **10** personnes

INGRÉDIENTS

- 2kg de bœuf (rumsteack, bavette ou faux-filet)
- 20g de **mélange à la Coréenne McCormick Foodservice**
- 200ml de sauce soja
- 50g de sucre brun
- 50ml d'huile de sésame
- 2 pommes
- 1 oignon
- 20g de graines de sésame dorées
- 100g d'oignons verts

ZUTATEN

- 2kg Rindfleisch (Rumpsteak, Flanksteak oder Lende)
- 20g **Koreanische Mischung McCormick Foodservice**
- 200ml Sojasauce
- 50g brauner Zucker
- 50ml Sesamöl
- 2 Äpfel
- 1 Zwiebel
- 20g Sesamsamen
- 100g Frühlingszwiebeln

RINDFLEISCH-BULGOGI
MIT KOREANISCHER GEWÜRZMISCHUNG

30 min Zubereitung **10** Personen

PRÉPARATION

DÉCOUPE ET ASSAISONNEMENT

Coupez le bœuf en tranches fines (2–3mm).

Assaisonnez avec le **mélange à la Coréenne McCormick Foodservice** et laissez reposer 10 à 15 min.

MARINADE

Mélangez la sauce soja, le sucre brun, l'huile de sésame, l'oignon haché, la pomme râpée. Incorporez la viande et mélangez bien.

Couvrez et laissez mariner au froid au moins 2 heures (jusqu'à 12 heures pour plus de tendreté).

CUISSON

Saisissez la viande marinée sur une plancha, un grill ou une sauteuse bien chaude. Cuisez rapidement (2–3 min par côté) pour obtenir une belle caramélisation.

Déglacez avec la marinade restante.

FINITION ET SERVICE

Parsemez de graines de sésame dorées et d'oignons verts émincés. Servez chaud avec du riz vapeur et du kimchi.

ZUBEREITUNG

SCHNEIDEN UND WÜRZEN

Rindfleisch in feine Scheiben schneiden (2–3mm).

Mit der **koreanischen Mischung McCormick Foodservice** würzen und 10 bis 15 Min. ruhen lassen.

MARINADE

Sojasauce, braunen Zucker, Sesamöl, gehackte Zwiebel und geraspelte Äpfel vermischen. Fleisch dazugeben und gut durchmengen.

Zudecken und im Kühlschrank mindestens 2 Std. marinieren lassen (Für mehr Zartheit bis zu 12 Std).

GAREN

Das marinierte Fleisch auf einer heissen Plancha, einem Grill oder in einer heissen Sauteuse scharf anbraten. Schnell garen (2–3 Min. pro Seite), um eine schöne Karamellisierung zu erhalten.

Mit etwas von der übrigen Marinade ablöschen.

ABSCHLUSS

Mit Sesamsamen und Frühlingszwiebeln bestreuen. Heiss mit gedämpftem Reis und Kimchi servieren.



BÁNH MÌ AU BULGOGI
ET PICKLES CROQUANTS

45 min de préparation **10** personnes

INGRÉDIENTS

- 1kg de Bulgogi de bœuf (voir recette p.05)

PICKLES

- 200g de carottes
- 200g de radis blanc / daikon
- 150ml de vinaigre de riz
- 40g de sucre
- 5g de sel
- 100ml d'eau

GARNITURES & MONTAGE

- 10 demi-baguettes
- 200g de mayonnaise
- 20ml de sauce soja
- 20ml de jus de citron vert
- 6g de **mélange à la Coréenne McCormick Foodservice**
- 2 concombres
- 1 botte de coriandre fraîche
- Graines de sésame dorées

PRÉPARATION

PRÉPARATION DES PICKLES

Chauffez le vinaigre, le sucre, le sel et l'eau chaude jusqu'à dissolution complète.

Versez le mélange chaud sur les carottes et le radis blanc en julienne.

Laissez mariner au moins 30 min.

PRÉPARATION DE LA SAUCE

Mélangez la mayonnaise, la sauce soja, le **mélange à la Coréenne McCormick Foodservice** et le jus de citron vert.

Réservez au froid.

MONTAGE DU BÁNH MÌ

Ouvrez les pains et faites-les griller légèrement.

Tartinez la base de sauce mayo-soja-citron vert.

Disposez une couche de bœuf bulgogi chaud.

Ajoutez les pickles égouttés, les tranches de concombre et un peu de coriandre fraîche.

Parsemez de graines de sésame dorées pour la finition.

Servez immédiatement.

BÁNH MÌ MIT RINDSBULGOGI
UND KNUSPRIGEN PICKLES

45 min Zubereitung **10** Personen

ZUTATEN

- 1kg **Rindsbulgogi** (siehe Rezept S.05)

PICKLES

- 200g Karotten
- 200g weisser Rettich / Daikon
- 150ml Reisessig
- 40g Zucker
- 5g Salz
- 100ml Wasser

GARNITUREN & ZUSAMMENSTELLUNG

- 10 halbe Baguettes
- 200g Mayonnaise
- 20ml Sojasauce
- 20ml Limettensaft
- 6g **Koreanische Mischung McCormick Foodservice**
- 2 Salatgurken
- 1 Bund frischer Koriander
- Sesamsamen

ZUBEREITUNG

ZUBEREITUNG DES EINGELEGTEN GEMÜSES

Essig, Zucker, Salz und heisses Wasser bis zur vollständigen Auflösung erhitzen.

Die heisse Mischung über die in Julienne geschnittenen Karotten und den weissen Rettich giessen.

Mindestens 30 Minuten marinieren lassen.

ZUBEREITUNG DER SAUCE

Mayonnaise, Sojasauce, **koreanische Mischung McCormick Foodservice** und Limettensaft mischen.

Kühl stellen.

ZUSAMMENSTELLUNG DES BÁNH MÌ

Brötchen aufschneiden und leicht anrösten, damit sie knusprig werden.

Den Boden mit der Mayo-Soja-Limetten-Sauce bestreichen.

Eine Schicht heisses Rindsbulgogi darauf verteilen.

Abgetropftes eingelegtes Gemüse, Gurkenscheiben und etwas frischen Koriander dazugeben.

Zum Abschluss mit Sesamsamen bestreuen.

Sofort servieren.



KIMCHI EXPRESS
AU MÉLANGE CORÉEN

30 min de préparation **10** personnes

INGRÉDIENTS

BASE LÉGUMES
- 1,2kg de chou chinois / napa
- 100g de gros sel

ASSAISONNEMENT
- 20g de **mélange à la Coréenne McCormick Foodservice**
- 30ml de sauce poisson
- 30ml de sauce soja
- 15g de sucre
- 40ml de vinaigre de riz
- 1 oignon
- 100g de carottes
- 100g de radis blanc / daikon
- 2 tiges d'oignons verts
- 1 c. à soupe de graines de sésame dorées

ZUTATEN

GEMÜSEBASIS
- 1,2kg Chinakohl
- 100g grobes Salz

WÜRZUNG
- 20g **Koreanische Mischung McCormick Foodservice**
- 30ml Fischsauce
- 30ml Sojasauce
- 15g Zucker
- 40ml Reisessig
- 1 Zwiebel
- 100g Karotte
- 100g weisser Rettich / Daikon
- 2 Stangen Frühlingszwiebeln
- 1 EL Sesamsamen

EXPRESS KIMCHI
MIT KOREANISCHER MISCHUNG

30 min Zubereitung **10** Personen

PRÉPARATION

PRÉPARATION DU CHOU
Coupez le chou chinois en morceaux de 3 à 4 cm de large et disposez-le dans un saladier.

Saupoudrez uniformément de gros sel et massez légèrement le chou avec les mains pour bien répartir le sel.

Laissez reposer 30 min à température ambiante, en remuant 1 à 2 fois pour homogénéiser. Le chou doit commencer à ramollir et à libérer un peu d'eau.

RINÇAGE ET ÉGOUTTAGE
Rincez abondamment à l'eau froide pour éliminer l'excès de sel. Égouttez soigneusement dans une passoire pendant 10 à 15 min pour retirer l'excédent d'humidité.

PRÉPARATION DE LA SAUCE
Dans un grand bol, ajoutez le **mélange à la Coréenne McCormick Foodservice**, la sauce poisson, la sauce soja, le sucre, le vinaigre de riz et l'oignon râpé. Mélangez jusqu'à obtenir une pâte homogène.

ASSEMBLAGE
Ajoutez le chou bien égoutté dans la préparation et mélangez soigneusement à la main pour bien enrober chaque morceau de chou.

Incorporez ensuite les carottes râpées, le radis blanc en fines lamelles ou julienne et les oignons verts ciselés.

Mélangez à nouveau pour une répartition uniforme des légumes. Ajoutez les graines de sésame dorées grillées et mélangez délicatement.

MARINADE
Transférez le kimchi dans un récipient hermétique propre.

Couvrez et laissez mariner au réfrigérateur pendant au moins 2 heures avant dégustation pour un kimchi frais et croquant.

Pour un goût plus intense et fermenté, laissez reposer 12 à 24 heures avant service.

Le kimchi se conserve plusieurs jours au réfrigérateur ; son goût continuera à évoluer et à s'intensifier avec le temps.

ZUBEREITUNG

ZUBEREITUNG DES KOHLS
Chinakohl in 3 bis 4 cm breite Stücke schneiden und in eine Schüssel geben.

Gleichmässig mit grobem Salz bestreuen und den Kohl mit den Händen leicht massieren, um das Salz gut zu verteilen.

30 Minuten bei Raumtemperatur ruhen lassen, ein- bis zweimal umrühren, um eine gleichmässige Durchmischung zu erreichen. Der Kohl sollte langsam weich werden und etwas Wasser abgeben.

SPÜLEN UND ABGIESSEN
Gründlich mit kaltem Wasser spülen, um überschüssiges Salz zu entfernen. In einem Sieb 10 bis 15 Minuten gut abtropfen lassen, um überschüssige Feuchtigkeit zu entfernen.

ZUBEREITUNG DER SAUCE
In einer grossen Schüssel die **koreanische Mischung McCormick Foodservice** mit Fischsauce, Sojasauce, Zucker, Reisessig und geraspelter Zwiebel mischen, bis eine homogene Masse entsteht.

ZUSAMMENFÜGEN
Den gut abgetropften Kohl unter die Zubereitung mischen und von Hand sorgfältig vermengen, bis jedes Kohlstück gleichmässig überzogen ist.

Dann die geraspelten Karotten, den in feine Scheiben oder Julienne geschnittenen weissen Rettich und die Frühlingszwiebeln dazugeben.

Erneut mischen, bis Gemüse und Sauce gleichmässig verteilt sind. Die gerösteten Sesamsamen hinzufügen und vorsichtig unterheben.

MARINADE
Das Kimchi in einen sauberen, luftdicht verschliessbaren Behälter geben.

Das Kimchi abdecken und vor dem Verzehr mindestens 2 Stunden im Kühlschrank ziehen lassen, damit es frisch und knackig bleibt.

Für einen intensiveren und fermentierten Geschmack 12 bis 24 Stunden vor dem Servieren ruhen lassen.

Kimchi hält sich mehrere Tage im Kühlschrank; sein Geschmack entwickelt sich weiter und wird mit der Zeit immer intensiver.



CORDON BLEU
AU KIMCHI

1h de préparation — **10** personnes

INGRÉDIENTS

- 10 filets de poulet sans peau
- 10 de tranches de jambon
- 200g de fromage à pâte dure (type emmental, provolone, cheddar...)
- 100g de kimchi (voir recette p.09)
- 4 œufs entiers
- 200g de farine
- 200g de chapelure panko
- 12g de **mélange à la Coréenne McCormick Foodservice**
- Huile de friture

ZUTATEN

- 10 Pouletfilets ohne Haut
- 10 Scheiben gekochter Schinken
- 200g Hartkäse (tz. B. Cheddar, Emmentaler, Provolone, ...)
- 100g Kimchi (siehe Rezept S.09)
- 4 Eier
- 200g Mehl
- 200g Panko-Paniermehl
- 12g **Koreanische Mischung McCormick Foodservice**
- Frittieröl

CORDON BLEU
MIT KIMCHI

1h Zubereitung — **10** Personen

PRÉPARATION

PRÉPARATION DE LA VIANDE

Tranchez chaque escalope dans l'épaisseur sans aller jusqu'au bout pour pouvoir la déplier.

Aplatissez délicatement la chair à l'aide d'un maillet ou du dos d'une casserole, entre deux feuilles de film alimentaire, pour obtenir une épaisseur homogène.

Assaisonnez la surface du poulet avec le **mélange à la Coréenne McCormick Foodservice** et laissez mariner 10 à 15 min.

MONTAGE DU CORDON BLEU

Disposez sur chaque escalope une tranche de jambon, ajoutez ensuite un morceau de fromage au centre. Salez légèrement et poivrez.

Déposez une cuillère de kimchi haché au centre de la viande.

Roulez soigneusement l'escalope sur elle-même à l'aide du film alimentaire pour former un boudin bien serré. Fermez les extrémités comme un bonbon pour maintenir la forme.

Placez au réfrigérateur pendant 30 min afin de raffermir la structure.

PRÉPARATION DE LA PANURE

Préparez trois bols : un avec la farine, un avec les œufs battus et assaisonnés, un avec la chapelure panko.

Déballez délicatement les cordons bleus et passez-les successivement dans la farine, puis dans les œufs et enfin dans la chapelure panko en veillant à bien les enrober.

CUISSON

Préchauffez le four à 180°C et la friteuse à la même température.

Faites frire les cordons bleus environ 2 à 3 min, juste pour obtenir une belle coloration dorée et égouttez-les sur du papier absorbant.

Terminez la cuisson au four pendant 10 min pour que le fromage fonde et que la viande soit bien cuite.

DRESSAGE

Laissez reposer 2 à 3 min avant de couper pour éviter que le fromage ne s'échappe.

ZUBEREITUNG

ZUBEREITUNG UND WÜRZEN DES FLEISCHES

Jedes Schnitzel der Länge nach einschneiden, ohne es ganz durchzuschneiden, damit es aufgeklappt werden kann.

Das Fleisch vorsichtig mit einem Fleischklopfer oder dem Pfannenboden zwischen zwei Lagen Frischhaltefolie flach klopfen, bis eine gleichmässige Dicke erreicht ist.

Die Oberfläche des Poulets mit der **koreanischen Mischung McCormick Foodservice** würzen und 10 bis 15 Minuten marinieren lassen.

CORDON BLEU FORMEN

Jedes Schnitzel mit einer Scheibe Schinken und einem Stück Käse belegen.

Einen Löffel gehacktes Kimchi in die Mitte des Fleisches geben.

Das Schnitzel mithilfe der Frischhaltefolie sorgfältig zu einer festen Rolle aufrollen. Die Enden wie bei einem Bonbon zudrehen, um die Form zu fixieren.

30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen, damit die Form fest wird.

ZUBEREITUNG DER PANADE

Drei Schalen vorbereiten: eine mit Mehl, eine mit verquirlten und gewürzten Eiern, eine mit Panko-Paniermehl.

Die Cordons bleus vorsichtig aus der Folie nehmen. Nacheinander in Mehl, dann in Ei und schliesslich in Panko Paniermehl wenden, dabei gut umhüllen.

GAREN

Backofen auf 180 °C vorheizen und die Fritteuse auf die gleiche Temperatur bringen.

Die Cordons bleus ca. 2 bis 3 Minuten frittieren, gerade bis sie eine schöne goldene Farbe haben. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Im Backofen 10 Minuten fertig garen, bis der Käse geschmolzen und das Fleisch vollständig durchgegart ist.

ANRICHTEN

Vor dem Aufschneiden 2 bis 3 Minuten ruhen lassen, damit der Käse nicht ausläuft.



MAYO'CORÉENNE
ET SES POTATOES

10 min de préparation **10** personnes

INGRÉDIENTS

- 200g de mayonnaise
- 10g de **mélange à la Coréenne McCormick Foodservice**
- 5ml de vinaigre de riz
- 5ml de miel
- 5ml de sauce soja
- 5ml d'huile de sésame

KOREANISCHE MAYO
MIT POTATOES

10 min Zubereitung **10** Personen

ZUTATEN

- 200g Mayonnaise
- 10g **Koreanische Mischung McCormick Foodservice**
- 5ml Reisessig
- 5ml Honig
- 5ml Sojasauce
- 5ml Sesamöl

PRÉPARATION

Mélangez ensemble tous les ingrédients et laissez mariner 30 min avant de l'utiliser avec des frites ou dans un sandwich.

ZUBEREITUNG

Alle Zutaten miteinander vermischen und vor dem Servieren zu Pommes frites oder in einem Sandwich 30 Minuten ziehen lassen.

Tipp vom Chefkoch
Astuce du Chef

Für mehr Geschmack die Kartoffeln mit der **koreanischen Gewürzmischung McCormick Foodservice** bestreuen.

Pour plus de saveurs, saupoudrez le **mélange à la Coréenne McCormick Foodservice** sur les potatoes.



POULET FRIT
ET GLACÉ À LA CORÉENNE

30 min de préparation **10** personnes

INGRÉDIENTS

POULET
- 1kg de filets ou manchon de poulet
- 30g de mirin
- 200g de farine
- 1 œuf
- 200g de chapelure panko
- Huile de friture

SAUCE CARAMÉLISÉE CORÉENNE
- 20g de **mélange à la Coréenne McCormick Foodservice**
- 30ml de sauce soja
- 15ml d'huile de sésame
- 50ml de vinaigre de riz
- 30ml de miel
- 50ml d'eau

ZUTATEN

POULET
- 1kg Pouletfilets oder Pouletoberflügel
- 30g Mirin
- 200g Mehl
- 1 Ei
- 200g Panko-Paniermehl
- Frittieröl

KARAMELLISIERTE KOREANISCHE SAUCE
- 20g **Koreanische Mischung McCormick Foodservice**
- 30ml Sojasauce
- 15ml Sesamöl
- 50ml Reisessig
- 30ml Honig
- 50ml Wasser

FRITTIERTES UND GLASIERTES POULET
AUF KOREANISCHE ART

30 min Zubereitung **10** Personen

PRÉPARATION

PRÉPARATION DU POULET

Dans un saladier, mélangez le poulet avec le mirin et 5g de **mélange à la Coréenne McCormick Foodservice**. Laissez mariner pendant 10 min.

Réalisez une panure en passant les morceaux de poulet dans la farine, l'œuf puis le panko.

Plongez les morceaux un à un dans l'huile chaude et faites frire jusqu'à cuisson des morceaux de poulet et une belle coloration.

Égouttez sur une grille et laissez reposer le temps de préparer le glaçage.

PRÉPARATION DE LA SAUCE

Dans un wok ou une grande sauteuse, versez l'huile de sésame, la sauce soja, le miel, le vinaigre de riz et l'eau.

Portez à ébullition, puis ajoutez le **mélange à la Coréenne McCormick Foodservice**.

Mélangez avec un fouet et réduire légèrement pour avoir une texture nappante.

ENROBAGE & FINITION

Ajoutez le poulet frit dans la sauce nappante.

Mélangez délicatement pour bien enrober chaque morceau.

Servez immédiatement, parsemé de graines de sésame, de pickles ou de kimchi.

ZUBEREITUNG

ZUBEREITUNG DES POULETS

In einer Schüssel das Poulet mit Mirin und 5 g **koreanischer Mischung McCormick Foodservice** vermischen. 10 Minuten marinieren lassen.

Eine Panade herstellen, indem die Pouletstücke zuerst in Mehl, dann in Ei und anschliessend in Panko Paniermehl gewendet werden.

Die Stücke portionsweise frittieren, bis das Poulet goldbraun und durchgegart ist.

Auf einem Gitter abtropfen und ruhen lassen, während die Glasur vorbereitet wird.

ZUBEREITUNG DER SAUCE

Sesamöl, Sojasauce, Honig, Reisessig und Wasser in einen Wok oder eine grosse Pfanne geben.

Zum Kochen bringen und dann die **koreanische Mischung McCormick Foodservice** hinzufügen.

Mit einem Schneebesen verrühren und leicht einkochen, bis eine dickflüssige Konsistenz erreicht ist.

GLASIEREN & FERTIGSTELLUNG

Das frittierte Poulet in die dickflüssige Sauce geben.

Vorsichtig umrühren, damit jedes Stück gut überzogen ist.

Sofort servieren, mit Sesamsamen, eingelegtem Gemüse oder Kimchi bestreut.



BIBIMBAP CORÉEN
AU TOFU CROUSTILLANT

45 min de préparation **10** personnes

INGRÉDIENTS

- 1,5kg de riz jasmin
- 50ml d'huile de sésame
- 20g de graines de sésame dorées
- 500g de tofu ferme
- 140ml de sauce soja
- 20g de **mélange à la Coréenne McCormick Foodservice**
- 50g de fécule de maïs
- 10 œufs frais
- 250g de champignons shiitake ou de Paris
- 300g de courgettes
- 300g de carottes
- 250g de germes de soja
- 150g de concombres
- 150g de radis
- 100g de pickles d'oignons rouges
- 50ml de vinaigre de riz
- 20g de miel

ZUTATEN

- 1,5 kg gekochter Jasminreis
- 50ml Sesamöl
- 20g Sesamsamen
- 500g fester Tofu
- 140ml Sojasauce
- 20g de **Koreanische Mischung McCormick Foodservice**
- 50g Maisstärke
- 10 frische Eier
- 250g Shiitake-Pilze oder Champignons
- 300g Zucchini
- 300g Karotten
- 250g Sojasprossen
- 150g Salatgurken
- 150g Radieschen
- 100g eingelegte rote Zwiebeln
- 50ml Reisessig
- 20g Honig

PRÉPARATION

PRÉPARATION DU RIZ

Faites cuire le riz selon les instructions et laissez tiédir.

Assaisonnez avec 30ml d'huile de sésame. Réservez à température ambiante.

PRÉPARATION DE LA SAUCE CORÉENNE

Dans une petite casserole, mélangez 10g de **mélange à la Coréenne McCormick Foodservice**, 80ml de sauce soja, le vinaigre de riz, le miel et 20ml d'huile de sésame.

Faites chauffer 2 à 3 min à feu doux pour homogénéiser puis laissez tiédir.

PRÉPARATION DES LÉGUMES

Émincez les champignons, coupez les courgettes et les carottes en julienne.

Faites sauter les champignons, les courgettes et les carottes séparément à feu vif avec un peu d'huile de sésame.

Coupez en bâtonnet les concombres et en fines tranches les pickles d'oignons rouges ainsi que les radis.

CUISSON DES ŒUFS

Faites cuire les œufs au plat à feu moyen, jusqu'à ce que le blanc soit pris et le jaune encore coulant.

PRÉPARATION DU TOFU CROUSTILLANT

Coupez-le en cube de 2 cm.

Mélangez 60ml de sauce soja et 10g du **mélange à la Coréenne McCormick Foodservice**, puis enrobez le tofu. Laissez mariner 10 min.

Enrobez ensuite chaque cube de fécule de maïs.

Faites cuire à la poêle dans une huile végétale et faites dorer sur toutes les faces jusqu'à texture croustillante. Réservez sur du papier absorbant.

MONTAGE DU BIBIMBAP VÉGÉTARIEN

Dans un grand bol, disposez une base de riz. Disposez les légumes et le tofu croustillant en sections distinctes autour du bol.

Déposez l'œuf au plat sur le dessus et les pickles d'oignons rouges.

Nappez de sauce coréenne et parsemez de graines de sésame dorées.

KOREANISCHER BIBIMBAP
MIT KNUSPRIGEM TOFU

45 min Zubereitung **10** Personen

ZUBEREITUNG

ZUBEREITUNG DES REISES

Den Reis nach Packungsanweisung kochen und abkühlen lassen.

Den Reis mit 30 ml Sesamöl würzen.Bei Raumtemperatur beiseitestellen.

ZUBEREITUNG DER KOREANISCHEN SAUCE

In einem kleinen Topf 10 g **koreanische Mischung McCormick Foodservice**, 80 ml Sojasauce, Reisessig, Honig und 20 ml Sesamöl vermischen.

2 bis 3 Minuten bei schwacher Hitze erwärmen, damit sich alles gut verbindet, dann abkühlen lassen.

ZUBEREITUNG DES GEMÜSES

Die Pilze in Scheiben und die Zucchini sowie die Karotten in Julienne-Streifen schneiden.

Karotten, Zucchini und Pilze getrennt bei starker Hitze mit etwas Sesamöl anbraten.

Die Gurken in Stifte schneiden und die eingelegten roten Zwiebeln sowie die Radieschen in dünne Scheiben schneiden.

EIER KOCHEN

Die Eier bei mittlerer Hitze als Spiegeleier braten, bis das Eiweiss gestockt und das Eigelb noch flüssig ist.

ZUBEREITUNG DES KNUSPRIGEN TOFU

Den Tofu in 2 cm grosse Würfel schneiden.

60 ml Sojasauce und 10 g **koreanische Mischung McCormick Foodservice** vermischen und den Tofu darin panieren. 10 Minuten marinieren lassen.

Dann jeden Würfel in Maisstärke panieren.

In der Pfanne in Pflanzenöl braten, bis die Würfel von allen Seiten goldbraun und knusprig sind. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

ZUBEREITUNG DES VEGETARISCHEN BIBIMBAP

In einer grossen Schüssel eine Schicht aus gewürztem Reis geben. Das Gemüse und den knusprigen Tofu in getrennten Abschnitten rund um die Schüssel anordnen.

Ein Spiegelei sowie das eingelegte Gemüse aus roten Zwiebeln darauf platzieren.

Mit der koreanischen Sauce übergiessen und mit Sesamsamen bestreuen.



BIBIMBAP
BURGER

30 min de préparation **10** personnes

INGRÉDIENTS

- 10 œufs entiers
- 10 pains à burger

PICKLES

- 9ml de vinaigre de riz
- 40g de sucre en poudre
- 200g de concombre
- 300g de carottes

STEAKS DE BŒUF

- 900g de bœuf haché
- 100g d'oignon
- 20g de **mélange à la Coréenne McCormick Foodservice**
- 250g de sauce mayo'coréenne (voir recette p.13)
- 30ml de sauce soja
- 20g de graines de sésame dorées
- 5g d'ail semoule

ZUTATEN

- 10 ganze Eier
- 10 Burgerbrötchen

PICKLES

- 9ml Reisessig
- 40g Kristallzucker
- 200g Salatgurke
- 300g Karotten

STEAKS DE BŒUF

- 900g Rinderhackfleisch
- 100g Zwiebeln
- 20g **Koreanische Mischung McCormick Foodservice**
- 250g koreanische Mayo-Sauce (siehe Rezept S.13)
- 30ml Sojasauce
- 20g Sesamsamen
- 5g Knoblauchpulver

BIBIMBAP
-BURGER

30 min Zubereitung **10** Personen

PRÉPARATION

PRÉPARATION DES PICKLES

Dans une casserole, mélangez le vinaigre, l'eau et le sucre puis portez à ébullition.

Versez sur les concombres et les carottes. Mélangez pour bien enrober les légumes et réservez au frais pendant la préparation des steaks.

PRÉPARATION ET CUISSON DES STEAKS

Dans un grand bol, mélangez le bœuf haché, l'oignon haché, le **mélange à la Coréenne McCormick Foodservice**, la sauce soja, les graines de sésame dorées et l'ail semoule.

Travaillez la préparation jusqu'à obtenir une texture homogène.

Divisez-en 10 portions égales et former des galettes d'environ 10 cm de diamètre.

Faites cuire les steaks 3 min sur un grill, puis retournez-les et poursuivez la cuisson 3 min supplémentaires, jusqu'à cuisson complète.

CUISSON DES ŒUFS

Faites cuire les œufs un à un pendant 2 à 3 min, jusqu'à ce que le blanc soit pris et le jaune encore coulant.

MONTAGE & FINITION

Disposez la sauce mayo'coréenne sur les pains à burger.

Disposez le steak cuit et garnissez généreusement de pickles.

Ajoutez un œuf frit sur le burger et parsemez de graines de sésame dorées.

Sezvez immédiatement.

ZUBEREITUNG

ZUBEREITUNG DER PICKLES

In einem Topf Essig, Wasser und Zucker mischen und zum Kochen bringen.

Über die Salatgurken und Karotten giessen. Gut vermischen, damit das Gemüse gleichmässig überzogen ist, und während der Zubereitung der Steaks kühl stellen.

ZUBEREITUNG DER STEAKS

In einer grossen Schüssel Rinderhackfleisch, gehackte Zwiebeln, **koreanische Mischung McCormick Foodservice**, Sojasauce, Sesamsamen und Knoblauch vermischen.

Die Masse bearbeiten, bis eine gleichmässige Konsistenz erreicht ist.

In 10 gleich grosse Portionen teilen und Patties von ca. 10 cm Durchmesser formen.

Die Steaks 3 Minuten auf dem Grill braten, dann wenden und weitere 3 Minuten garen, bis sie durchgebraten sind.

GAREN DER EIER

Die Eier nacheinander 2 bis 3 Minuten braten, bis das Eiweiss gestockt und das Eigelb noch flüssig ist.

ANRICHTEN UND ABSCHLUSS

Die koreanische Mayo-Sauce auf die leicht getoasteten Burgerbrötchen streichen.

Das gebratene Steak darauflegen und grosszügig mit dem eingelegten Gemüse garnieren.

Auf jeden Burger ein Spiegelei geben. Mit gerösteten Sesamsamen bestreuen.

Sofort servieren.



CHOU-FLEUR RÔTI
À LA CORÉENNE

55 min de préparation **10** personnes

INGRÉDIENTS

- 1 chou-fleur (≈700g)

ASSAISONNEMENT

- 15g de **mélange à la Coréenne McCormick Foodservice**
- 30g de mirin

SAUCE CARAMÉLISÉE CORÉENNE

- 200g de yaourt grec
- 15ml de sauce soja
- 5 oignons vert
- 15g de graines de sésame dorées
- 5g d'ail semoule

ZUTATEN

- 1 Blumenkohl (≈700g)

GEWÜRZE

- 15g **Koreanische Mischung McCormick Foodservice**
- 30g Mirin

KARAMELLISIERTE KOREANISCHE SAUCE

- 200g griechischer Joghurt
- 15ml Sojasauce
- 5 Frühlingszwiebel
- 15g Sesamsamen
- 5g Knoblauchpulver

GERÖSTETER BLUMENKOHL
AUF KOREANISCHE ART

55 min Zubereitung **10** Personen

PRÉPARATION

PRÉPARATION DU CHOU-FLEUR

Préchauffez le four à 200°C.

Détachez le chou-fleur en petits morceaux réguliers et disposez-les dans un saladier.

Assaisonnez-les avec le mirin, le **mélange à la Coréenne McCormick Foodservice** et salez. Mélangez et laissez mariner 10 min.

Disposez-les sur une plaque de cuisson couverte d'un papier cuisson.

Enfournez 20 min en mélangeant à mi-cuisson.

PRÉPARATION DE LA SAUCE

Dans un grand bol, mélangez le yaourt avec la sauce soja, les oignons vert émincés finement, l'ail semoule et les graines de sésame dorées. Assaisonnez de sel et de poivre.

FINITION

Servez le chou-fleur rôti avec la sauce en dip.

Vous pouvez aussi les utiliser en garniture d'un plat.

ZUBEREITUNG

ZUBEREITUNG DES BLUMENKOHLS

Den Backofen auf 200 °C vorheizen.

Den Blumenkohl in kleine, gleichmässige Röschen teilen und in eine Schüssel geben.

Mit Mirin und der **koreanischen Mischung McCormick Foodservice** würzen und salzen. Mischen und 10 Minuten marinieren lassen.

Auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen.

20 Minuten im Ofen backen und dabei nach der Hälfte der Garzeit durchmischen.

ZUBEREITUNG DER SAUCE

In einer grossen Schüssel den Joghurt mit der Sojasauce, den fein geschnittenen Frühlingszwiebeln, dem Knoblauch und den Sesamsamen vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

ABSCHLUSS

Den gerösteten Blumenkohl mit der Sauce als Dip servieren oder als Garnitur für ein Gericht verwenden.



SAUTÉ DE BŒUF
À LA CORÉENNE

30 min de préparation **10** personnes

INGRÉDIENTS

- 1,25kg d'émincé de bœuf
- 40g d'oignons verts
- 250g de pois gourmands
- 400g de carottes
- 100ml d'eau
- 60ml de sauce soja
- 20g de miel
- 18g de **mélange à la Coréenne McCormick Foodservice**
- 40ml d'huile de sésame
- 40ml de vinaigre de riz
- 500g de nouilles de riz

ZUTATEN

- 1,25kg geschnetzeltes Rindfleisch
- 40g Frühlingszwiebeln
- 250g Zuckererbsen
- 400g Karotten
- 100ml Wasser
- 60ml Sojasauce
- 20g Honig
- 18g **Koreanische Mischung McCormick Foodservice**
- 40ml Sesamöl
- 40ml Reisessig
- 500g Reisnudeln

KOREANISCHES
RINDFLEISCH-SAUTÉ

30 min Zubereitung **10** Personen

PRÉPARATION

PRÉPARATION DES LÉGUMES

Épluchez et râpez les carottes. Émincez finement les oignons verts et les pois gourmands.

Faites cuire les nouilles de riz selon les instructions du paquet, faites refroidir et réservez.

CUISSON DE LA VIANDE

Chauffez une grande poêle ou un wok à feu moyen-élevé.

Ajoutez un filet d'huile et faites sauter l'émincé de bœuf pendant 3 à 4 min, jusqu'à ce qu'il soit doré.

AJOUT DES LÉGUMES

Incorporez les pois gourmands et les carottes.

Mélangez avec la viande et poursuivez la cuisson pendant 1 min supplémentaire.

PRÉPARATION DE LA SAUCE

Dans un bol, mélangez le **mélange à la Coréenne McCormick Foodservice** avec l'eau, la sauce soja, le miel, l'huile de sésame et le vinaigre de riz.

Versez cette préparation sur la viande et les légumes, puis mélangez pour bien les enrober.

FINITION DU PLAT

Ajoutez les nouilles cuites dans la poêle et faites-les chauffer dans la sauce jusqu'à ce qu'elles soient bien imprégnées.

Servez aussitôt, garnies d'oignons verts émincés et de graines de sésame.

ZUBEREITUNG

ZUBEREITUNG DES GEMÜSES

Karotten schälen und raspeln. Frühlingszwiebeln und Zuckererbsen fein schneiden.

Die Reisnudeln nach Packungsanweisung kochen, abkühlen lassen und beiseitestellen.

GAREN DES FLEISCHES

Eine grosse Pfanne oder einen Wok bei mittlerer bis hoher Hitze erhitzen.

Etwas Öl hinzufügen und das (zuvor aufgetaute) Rindfleischgeschnetzelte 3 bis 4 Min. anbraten, bis es gebräunt ist.

GEMÜSE HINZUFÜGEN

Zuckererbsen und Karotten zum Fleisch geben und 1 weitere Minute mitgaren.

ZUBEREITUNG DER SAUCE

In einer Schüssel die **koreanische Mischung McCormick Foodservice** mit Wasser, Sojasauce, Honig, Sesamöl und Reisessig vermischen.

Diese Zubereitung über Fleisch und Gemüse giessen und vermengen, damit sie gut damit überzogen sind.

FERTIGSTELLUNG DES GERICHTS

Die gekochten Nudeln in die Pfanne geben und in der Sauce erhitzen, bis sie gut durchzogen sind.

Sofort mit geschnittenen Frühlingszwiebeln und Sesamsamen garniert servieren.



SAUMON LAQUÉ
AU MIEL ET AU MÉLANGE CORÉEN

35 min de préparation **10** personnes

INGRÉDIENTS

- 10 pavés de saumon (ou autre poisson)

SAUCE À LAQUER

- 20g de **mélange à la Coréenne McCormick Foodservice**
- 70g de miel
- 100ml de sauce soja
- 50ml d'eau
- 50ml de vinaigre de riz
- 20ml d'huile de sésame

FINITION

- Graines de sésame dorées

ZUTATEN

- 10 Lachsfilets (oder anderer Fisch)

GLASIERSAUCE

- 20g **Koreanische Mischung McCormick Foodservice**
- 70g Honig
- 100ml Sojasauce
- 50ml Wasser
- 50ml Reisessig
- 20ml Sesamöl

ABSCHLUSS

- Sesamsamen

PRÉPARATION

PRÉPARATION DU SAUMON

Assaisonnez les morceaux de poisson avec le sel et le poivre.

Disposez-les sur une plaque de cuisson.

PRÉPARATION DE LA SAUCE À LAQUER

Dans une petite casserole ou un wok, mélangez le miel, la sauce soja, le vinaigre de riz, l'eau, l'huile de sésame et le **mélange à la Coréenne McCormick Foodservice**.

Portez à ébullition, puis réduisez à feu doux et laissez mijoter 2 min.

LAQUAGE ET CUISSON FINALE

Préchauffez le four à 180°C.

À l'aide d'un pinceau, nappez généreusement chaque filet de sauce.

Enfournez pendant une dizaine de minutes, en arrosant à mi-cuisson avec un peu de sauce supplémentaire.

Le saumon doit être glacé, légèrement caramélisé.

FINITION ET DRESSAGE

Sortez du four et laissez reposer 2 min.

Finissez de nappez avec la sauce restante et parsemez de graines de sésame dorées.

Servez, accompagné de riz de légumes sautés ou de kimchi.

MIT HONIG UND SESAM
GLASIERTER LACHS

35 min Zubereitung **10** Personen

ZUBEREITUNG

ZUBEREITUNG DES LACHSES

Die Fischstücke mit Salz und Pfeffer würzen.

Auf ein Backblech legen.

ZUBEREITUNG DER GLASIERSAUCE

In einem kleinen Topf oder einem Wok Honig, Sojasauce, Reisessig, Wasser, Sesamöl und die **koreanische Mischung McCormick Foodservice** vermengen.

Zum Kochen bringen, dann die Hitze reduzieren und 2 Minuten köcheln lassen.

GLASIEREN UND KARAMELLISIEREN

Den Backofen auf 180 °C vorheizen.

Mit einem Pinsel jedes Filet grosszügig mit der Sauce bestreichen.

Etwa 10 Minuten backen und nach der Hälfte der Garzeit mit etwas zusätzlicher Sauce übergiessen.

Der Lachs soll glasiert und leicht karamellisiert sein.

FERTIGSTELLUNG UND ANRICHTEN

Aus dem Backofen nehmen und 2 Minuten ruhen lassen.

Mit der restlichen Sauce fertig bestreichen und mit Sesamsamen bestreuen.

Mit Reis, sautiertem Gemüse oder Kimchi servieren.

LE CARNET DE SAVEURS
2026

LES TENDANCES / DIE TRENDS 2026



LE RAFFINEMENT À PORTÉE DE MAIN
RAFFINESSE ZUM GREIFEN NAH

À la recherche d'évasion, les plaisirs et expériences raffinés s'invitent au quotidien, pas seulement pour les occasions spéciales.

Auf der Suche nach Entspannung halten raffinierte Genüsse und Erlebnisse im Alltag Einzug, nicht nur zu besonderen Anlässen.



DU SIMPLE AU SUBLIME
VOM EINFACHEN ZUM ERHABENEN

La beauté de la simplicité : des repas travaillés avec soin et des ingrédients locaux, se transforment en une expérience gustative complète et raffinée.

Die Schönheit der Einfachheit : Mit Sorgfalt zubereitete Mahlzeiten und lokale Zutaten werden zu einem vollständigen und raffinierten Geschmackserlebnis.



LES SAUCES VENUES D'AILLEURS
SAUCEN AUS ALLER WELT

Adopter des sauces, dips, nappages et tartinades audacieux, non seulement pour le goût, mais aussi comme une façon d'explorer le monde.

Mutige Saucen, Dips, Überzüge und Aufstriche verwenden – nicht nur für den Geschmack, sondern auch als Möglichkeit, die Welt zu entdecken.

Saveur de l'année : **Cassis**

Geschmack des Jahres : **Schwarze Johannisbeere**

- Originaire de certaines régions d'Europe centrale et du Nord, ainsi que du Nord de l'Asie.
- Saveur riche, rappelant un mélange harmonieux de raisins et de framboises.
- Le cassis est apprécié pour ses bienfaits supposés sur la santé et sa popularité dans les confitures, cocktails et autres préparations.
- Stammt aus bestimmten Regionen Zentral- und Nordeuropas sowie aus dem Norden Asiens.
- Reicher Geschmack, der an eine harmonische Mischung aus Trauben und Himbeeren erinnert.
- Die schwarze Johannisbeere wird für ihre vermeintlichen gesundheitlichen Vorteile und ihre Beliebtheit in Konfitüren, Cocktails und anderen Zubereitungen geschätzt.



UNSERE CSR-MASSNAHMEN UND-ZIELE IN EUROPA UND WELTWEIT

NOS ACTIONS ET OBJECTIFS RSE EN EUROPE ET DANS LE MONDE

PLANET / PLANÈTE

„Grown for Good" -Standard, um eine ethische Beschaffung unserer symbolträchtigen Inhaltsstoffe zu gewährleisten.

Norme "Grown for Good" pour garantir un approvisionnement éthique de nos ingrédients emblématiques.





GEMEINSCHAFTEN / COMMUNAUTÉS

Sicherstellung einer angemessenen Vergütung für unsere landwirtschaftlichen Partner. Unterstützung der Produzenten und ihrer Familien: zinslose Darlehen, Krankenversicherung, Bau von 7 Schulen etc.

Garantir une juste rémunération pour nos partenaires agricoles. Soutenir les producteurs et leurs familles : prêts sans intérêts, couverture santé, construction de 7 écoles etc.

AKTEURE / ACTEURS

Wir verpflichten uns zur Förderung von Fairness, Vielfalt und Integration, während wir daran arbeiten, die Ergebnisse im Bereich Gesundheit und Wohlbefinden zu verbessern.

Nous nous engageons à promouvoir l'équité, la diversité et l'inclusion tout en travaillant pour améliorer les résultats en matière de santé et de bien être.



Source : Corporate Knights - 2022 Global 100 sustainability Index - Eco Mondial, Davos, Suisse.

ENTDECKEN SIE DIE WEITEREN SORTEN AUS UNSERER REIHE ETHNISCHER MISCHUNGEN

DÉCOUVREZ LES AUTRES RÉFÉRENCES DE NOTRE GAMME DES MÉLANGES ETHNIQUES



AFRIQUE AFRIKA



AMÉRIQUE AMERIKA



EUROPE EUROPA



ASIE ASIEN









MCCORMICK FRANCE RCS AVIGNON B 622 980 027