

땅콩호박맛탕

동이맘 **문성실**의 이야기가 있는 밥상



단호박으로는 뭐니뭐니해도 맛탕을 만들어 먹는 것이 제일 맛있는 것 같아요. 밥을 먹고나서도 맛탕 들어갈 배가 있다는 것도 신기하고.

만들어 놓고 보면 윤기 짙은 것이 눈으로 보기에 맛있게 보인답니다. 기분 우중충할 때 달달한 맛탕 몇 조각 먹으면 기분이 확 살아나요.

단호박 자체가 촉촉하면서도 단맛을 내고 많이 먹어도 목이 메이지 않아서 좋아요.

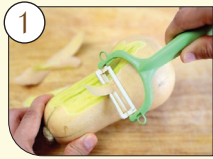
땅콩단호박은 맛탕 외에도 카레나 짜장에 넣어서 먹어도 좋고, 스프나 죽으로 끓여서 먹어도 좋아요. 샐러드를 만들어 먹어도 좋고요.

*-Recipe-*

◎ 재료 준비 ◎  
2~3 인분  
(밥숟가락 계량)

◆ 주재료: 땅콩호박 (300g), 튀김기름(1컵), 견과류(1줌)

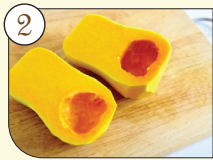
◆ 맛탕시럽 재료: 흑설탕(2), 올리고당(3), 식용유(1), 소금(약간)



1 땅콩단호박은 필러를 이용하여 껍질을 벗긴다.



4 달군 튀김팬에 튀김기름을 넣어 달군 후, 땅콩단호박을 넣고 중간중간 뒤적여 가면서 노릇하게 튀긴다.



2 껍질 벗긴 땅콩단호박은 반으로 갈라 씨를 제거한다.



5 맛탕시럽재료를 모두 넣고 시럽이 전체적으로 잘 섞이도록 저지 말고 그냥 팬을 돌려 가면서 바글바글 끓인다.



3 씨를 제거한 땅콩단호박을 한입에 먹을 수 있는 크기로 잘라준다.



6 시럽이 모두 녹으면 튀긴 땅콩단호박을 넣고, 땅콩 부순 것도 한 줌 넣고서 골고루 버무려주면 끝.

세라젬 체험관

세라젬은 척추교정, 뜸, 지압을 통하여 건강 100세를 지켜 줍니다.



★18개월 무이자 판매 CERAGEM ★  
★ 마사지 의자를 구입하시기 전에 세라젬을 꼭 체험해 보세요 강력추천

목, 허리, 골반, 좌골 신경통, 두통, 굴곡척추 불면증, 위장장애, 전립선 비대증, 요실금, 우울증 치매, 어린이 성장 촉진, 만성피로, 관절염

어바인 센터 714-788-3954 18017 Sky Park Circle, #C Irvine, CA 92614  
플러트 센터 562-331-0924 6771 Beach Blvd, #E Buena Park, CA 90621  
www.ceragemusa.net

구이마을

대창구이 곱창구이 막창구이  
푸짐하고 맛있는 집으로 소문난  
참숯불 구이 • BBQ 콤보  
꾸꾸미짬 야구짬



714.484.9292  
8535 Knott Ave., Buena Park, CA 90620  
Valley View Market Crescent Beach

DIFA DIGITAL FASHION ACADEMY

패턴/컴퓨터패턴 전문학원 디파

안정된 직장이 없어 불안하십니까? 잠깐의 시간과 적은 투자로 평생이 보장되는 직업이 여기 있습니다

2017년 졸업생 전원취업!!!

경기가 나쁘다고 탓 하지마시고 자신의 게으름을 탓하십시오~

✓ 최고의 고소득 기술전문직인 패턴메이커 과정(손패턴+컴패턴)  
✓ 많은 분들이 기다리시던 주말(토요일)반 개설!!



교육내용 손패턴·컴퓨터패턴·Sewing·Grading & Marking

Joyce Lee

Tel. 714 707 0890  
7342 Orangethorpe, Ave.#A210.  
Buena Park, Ca90621

1년 과정반 / 주말반 (토요일)  
매월 수시입학 가능  
2주무료 적성검사

7월 9일 개강