

## 삼겹살구이덮밥

동이맘 문성실의 이야기가 있는 밥상



삼겹살은 한국 사람이라면 누구나 좋아하는 돼지고기 부위이지요. 그런데 삼겹살은 흔히 구워서 쌈으로 먹거나 불고기 양념 등을 해서 먹거나 하는데 오늘은 삼겹살로 한그릇 덮밥을 만들어 보았어요. 바삭하게 구운 삼겹살과 싱싱한 양파채가 참 잘 어울리는 삼겹살구이덮밥입니다. 무엇보다 손쉽게 만들 수 있어 좋고, 맛까지 있어서 좋답니다.

막 지어 따끈한 밥에 삼겹살, 그리고 싱싱한 양파채를 함께 먹으면 그 맛이 일품이랍니다.

삼겹살로 만드는 맛있는 덮밥 한그릇!

아이들, 어른들 할 것 없이 누구나 잘 먹어서 가족들을 위해 제가 자주 해주는 덮밥요리입니다. 늘 무엇을 해서 먹을까 고민일때, 삼겹살을 가지고 손쉽게 만들 수 있는 한그릇 덮밥을 만들어 보세요! 온 가족이 반기는 맛있는 덮밥 요리가 될거예요.

## Recipe

2인 분  
(저울 및 밥숟가락 계량)

- 주재료: 밥(2공기- 400g), 삼겹살(300g), 양파(2분의 1개), 부추(10줄기)
- 밀간 재료: 소금, 후춧가루(적당량)
- 간장소스 재료: 다진 마늘(0.5), 양조 간장(3)
- 맛술(2), 청주(2), 올리고당(2), 생강즙이나 가루(약간), 후춧가루(약간)



1. 삼겹살에 밀간 재료인 소금, 후춧가루를 솔솔 뿌린다.



2. 썰은 양파와 부추를 함께 섞어 찬물을 10분 정도 담가 두었다가 꺼내 물기를 제거한다. (부추가 없다면 그냥 양파채만 사용해도 좋아요.)



3. 달군 팬에 삼겹살을 올려 노릇바삭하게 굽는다.



4. 구운 삼겹살을 먹기 좋게 한입 크기로 썬다.



5. 간장소스 재료를 한데 넣고 바글바글 끓여 주루룩 흘를 정도의 농도가 나도록 덮밥 소스를 만든다.



6. 완성 그릇에 따뜻한 밥을 담고, 그 위에 양파부추채를 올리고 구운 삼겹살을 올린 후, 소스를 취향껏 뿌려내면 끝.

백세건강지킴이  
세리토스,  
다우니, 롱비치,  
실비치 지역등  
노약사에게 전화주세요.



- 저렴한 가격
- 시니어 약 전문상담
- 무료 배달
- 25년 병원 임상경험

약사 노혜경  
Pharm.D.  
Board Certified  
Pharmacotherapy Specialist

## Howard Drugs

Del Amo Blvd. 와 Pioneer Blvd.  
**H MART** 옆

20141 PIONEER BLVD.  
LAKEWOOD, CA 92715

(562) 866-6011

**노약국**

Your Locally Owned  
**Health Mart**  
PHARMACY

This pharmacy is independently owned and operated under a license from Health Mart Systems, Inc.

## 구이마을

대창구이  
곱창구이  
막창구이

푸짐하고 맛있는 집으로 소문난

참숯불 구이 • BBQ 콤보

쭈꾸미찜  
야구찜



강력추천!!!  
송아지곱창  
런치스페셜

**714.484.9292**  
8535 Knott Ave.,  
Buena Park, CA 90620



## 미국 최초로 도입하는 12가지 재료 천연 허브염색제와 최신시술의 만남

## 데보라 김~“머리에 요리를 한다!”

탈모, 거칠어진 머리결의 고민을 말끔하게 해결해드립니다.

천연 허브 염색제와 데보라 김의 최신 염색법

5회 시술로 기적을 경험하세요!

## 12 가지 모발의 고민과 문제

“명쾌한 해결책을 드립니다!”

## 14 가지 천연 허브 염색제

## 5회 시술 데보라김의 최신 염색법



인디고 (Indigo)



시카카이 (Shikakai)



님 (Neem)



브링고과 (Bhringraja)



리파 (Rithra)



카시아 (Cassia)

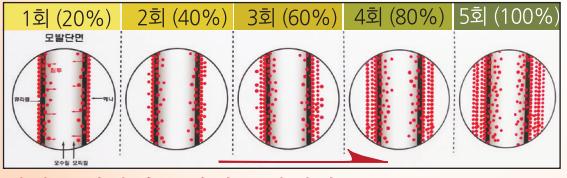


세나 (Senna)

yelp 후기를 확인하세요~



## [천연 허브 염색제 사용 + 데보라김 5회 시술의 모발 변화과정과 결과]



거칠고 갈라진 손상된 모발에서  
천연허브 염색제와 5회 시술로 완벽 코팅되는 과정

[화학염색, 펌, 수영장 물 등으로 손상된 모발]

[천연 허브 염색제와 5회 시술 후 회복된 모발]

## 데보라김 뷰티살롱

**714-853-4032**

7212 Orangethorpe Ave., #5  
Buena Park, CA 90621  
(부에나 팩 꿀돼지 식당 몰 안)

예약하세요!  
Appointment Only

