

두부카레부침

동이맘 문성실의 이야기가 있는 밥상



두부카레부침은 두부에 카레가루와 전분을 묻힌 후 달걀 물을 묻혀서 팬에 굽는 반찬이에요. 우리 식구들은 워낙 두부도 좋아하고 카레도 좋아하는지라 두부카레부침을 밥반찬으로도, 심심하게 부쳐서 밥 대신 간식이나 또 다른 식사 대용으로 즐겨 먹는답니다. 은은한 듯 강렬한 카레향을 좋아하는 분들에게는 환상적인 요리가 될 것이에요. 두부도 더 향긋하고 맛있어집니다. 카레의 노란 색깔이 식욕을 자극하고 두부부침 자체의 모양새도 더욱 예뻐져서 더 맛있게 느껴지는 것 같아요.

노란색만 있는 것보다 초록색이 군데군데 보이면 더 먹음직할 것 같아서 파슬리가루도 넣었는데 역시나 두부부침의 자태가 더욱 예쁘게 보이는 역할을 톡톡히 하네요.

Recipe (2인분) (밥숟가락 계량)

- ◆ 주재료: 두부(부침용 1모-300g), 식용유(2)
- ◆ 부침옷 재료: 부침가루(2), 카레가루(2), 달걀(2개), 소금(약간), 파슬리가루(0.3)



1. 두부는 길이대로 1.2cm간격으로 썰고, 키친타월에 올려 물기를 어느 정도 건어낸다.



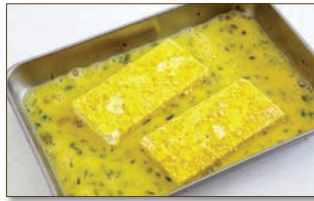
2. 오목하고 넓은 그릇에 부침가루, 카레가루를 한데 섞는다.



3. 물기를 어느 정도 뺀 두부에 한데 섞은 부침가루, 카레가루를 앞뒤로 골고루 입힌다.



4. 달걀, 소금, 파슬리가루를 한데 넣고 골고루 잘 섞는다.



5. 가루옷을 묻힌 두부를 달걀물에 풍덩 넣고 달걀이 고루 묻도록 손을 이용해서 묻힌다.



6. 달군 팬에 식용유를 두르고 달걀옷을 입힌 두부를 넣고 앞뒤로 노릇하게 부쳐주면 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

확/장/이/전
DeI Amo Blvd. 와 Pioneer Blvd.
MART 옆

Howard
Drugs

20141 PIONEER BLVD.
LAKEWOOD, CA 92715
(562) 866-6011

노약국

Your Locally Owned
HealthMart
PHARMACY

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

대창구이
곱창구이
막창구이

연말연시 모임은 구이마을로...

참숯불 구이 • BBQ 콤보

꾸꾸미짬
아구짬

구이마을 별미
꼼장어

강력추천!!!
곱창, 구이, 볶음

구이마을 추천
황태구이

런치스페셜

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



edible
arrangements

소중한 날에 특별한 선물을 준비하세요
중년과 어린 선물을

소중하게 간직하고 싶은 날

각종 이벤트 / 기념일

미 전지역 배달 가능 / 당일주문 당일배달



20% off
\$50 이상 주문시

Whittier location and delivery area only
(includes most Fullerton and Buena park)
One coupon per order per customer and
cannot be combined with other offers.
coupon code: K013120,
Expires : january 31, 2019

한국어 562.335.9752

15626 Whittwood Lane. Whittier, CA 90603
(Whittwood Town Center)
edible376@gmail.com