

광동식 탕수육

동이맘 문성실의 이야기가 있는 밥상



제가 어렸을 때 탕수육은 늘 소스에 케첩이 들어가야 하는 것으로 알았어요. 졸업식날 어찌다가 한 번 동네 중국집에 가서 먹는 탕수육에는 항상 빨강색의 소스로 식욕을 자극하는 탕수육이 있었거든요. 그러다가 유명한 중식당에 가서 먹었던 뽕지르르한 간장소스(굴 소스) 맛이 나는 조금 더 고급스런 탕수육의 맛에 빠져서 늘 탕수육소스는 굴소스로만 만들어 먹었는데요..... 아이들은 역시나 케첩소스를 좋아라 하네요.

광동탕수육은 중국 청나라 때 탕수갈비를 뜯어 먹는 것을 불편해 하는 서양 사람들이 먹기 좋게 개발된 음식이라고 해요. 그러게요! 늘 느끼는 것이지만 음식은 먹는 사람을 생각해야 해요.

소스에 넣으면 좋은 여러 가지 채소나 과일들도 생략하고 달걀 양파와 피망만 넣어 만든 탕수육. 그래도 맛은 최고랍니다!

Recipe

(종이컵과 밥숟가락 계량)

- ◆ 주재료 : 돼지고기안심(500g), 녹말가루(3)
- ◆ 돼지고기 밀간 : 소금(0.3), 후춧가루(약간), 생강즙이나 가루(0.3)
- ◆ 튀김 반죽옷 재료 : 녹말가루(10), 물(7), 청주(3), 달걀흰자(1개분)
- ◆ 소스 재료 : 물(1), 설탕(3), 식초(3), 케첩(3), 참치진국이나 간장(1), 양파(1/4개), 피망(1/3개)
- ◆ 물녹말재료 : 녹말가루(1), 물(2)



1. 돼지고기는 손가락마디만한 크기로 결의 반대 방향 내지는 사선의 방향으로 잘라 밀간재료를 넣고 살살 섞어 준다.



2. 튀김옷 재료를 한데 섞어 튀김옷을 만든다. (전체적으로 만져 보아 뚝뚝 떨어지는 정도의 느낌이면 좋아요.)



3. 밀간을 한 돼지고기는 녹말가루를 전체적으로 뿌려 조물조물 묻혀준다. (고기 속의 수분을 빨아들여 기름이 튀는 것을 줄일 수 있어요.)



4. 녹말가루를 묻힌 돼지고기는 튀김 반죽 안에 넣고 전체적으로 섞어 준다.



5. 달군 튀김기름에 튀김옷을 입힌 돼지고기를 하나씩 떼어서 넣고 겉의 색깔이 살짝만 나게 1번 튀기고 불의 세기를 살짝만 더 올려서 전체적으로 한번 더 튀겨준다.



6. 소스 재료를 넣고 끓이다가 큼직하게 썬 양파와 피망을 넣고 끓인다. (피망은 처음부터 넣고서 너무 푹푹 끓이면 색깔이 예쁘게 안 나 온답니다.)



7. 소스 끓이는 불의 세기를 약하게 줄여 놓은 후, 물녹말을 조금씩 넣어가면서 농도를 맞춘다. (불의 세기가 세면 물녹말이 엉기어 소스가 떡이 되서 망칠 수 있어요.)



8. 튀긴 고기를 완성 그릇에 담고, 먹기 직전에 따끈하게 데운 탕수소스를 뿌려내면 끝!

타운미용실
헤나염색

부분가발

정수리 머리가 빠져 고민하시는 분!

Special Sale (월~금)

볼륨매직 \$120 UP

염색+코팅+컷트 \$45 UP

펌+컷트 \$45 UP

남자컷트 \$15 UP 여자컷트 \$20 UP

맞춤 부분가발

모터치 스텐톤지점



스킨케어, 경락

(714) 901-6388

7536 Katella Ave., Stanton, CA 90680

이지스

물이
샐습니까?

곰팡이가
있습니까?

Lic #227275

Free Consultation, Inspection

213.336.1203
714.420.8288



CHAPMAN CARE CENTER
Skilled Nursing and Sub-Acute Facility

채프먼
케어센터

생명을 존중하고
사랑을 실천하는 요양병원



가든그로브와 에너하임의 경계에 위치한 채프먼케어센터는 99개의 침대를 보유한 숙련되고 전문화된 준급성의 시설로 환자에게 최고의 간호 및 재활 서비스를 제공하기 위해서 노력하고 있습니다.

메디케어, 메디칼, HMO, PPO 보험 받습니다. 개인 사정에 따른 캐시 플랜도 제공합니다.

전문 간호 서비스

- 24시간 전문 간호사 케어
- 단기 재활 치료 및 장기 치료
- 링거 투여 (정맥 치료)
- 튜브 음식 투여 관리
- 전문 상처 관리
- 비경구영양, 정맥영양
- 당뇨병 관리
- 투석전후관리
- 근육경축/부목
- 통증 치료 및 관리
- 회복간호지원 프로그램 제공

채프먼의 특별 혜택

- 개인실 및 2인 1실 제공
- 전문 영양사의 전문 메뉴와 식물관 관리
- 일상 생활 프로그램 지원
- 모든 방에 TV와 인터넷 제공
- 미용과 이발 서비스 지원
- 사회복지 및 가족 지원 프로그램
- 종교 서비스
- 퇴원 절차 관리
- 한국 문화 프로그램 제공 (다양한 게임과 특별한 메뉴 제공)

추가 특별 서비스

- 약 서비스 (처방약 포함)
- 각종 검사와 방사선 검사
- 전문 영양사와 영양 상담
- 치과, 청각, 검안과, 발 전문의 서비스
- 심리학자, 정신과 서비스 제공
- 호스피스 간호 서비스 제공
- 위탁 간호 서비스 제공

준급성 치료 서비스

- 모든 숙련된 간호 및 재활 서비스 포함
- 호흡 치료
- 기관절 절개 치료
- 인공 호흡기 관리 및 치료

재활 치료 서비스

• 물리 치료 • 작업 치료 • 언어와 연하 치료



CHAPMAN CARE CENTER
Skilled Nursing and Sub-Acute Facility

12232 Chapman Avenue Garden Grove, CA 92840

채프먼케어센터

Tel: 714.971.5517 Fax: 714.971.5701

한국인 담당 / Faith Kim(페이스킴)

714.469.5720

faithk@chapmancare.net

입원/퇴원 수속에 관한 문의는 연중 무휴 팩스 가능