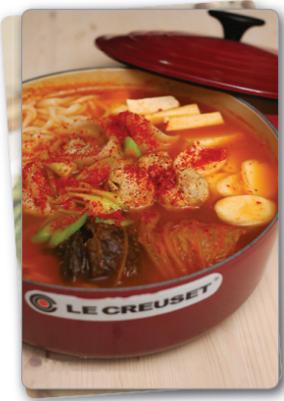


김치칼국수전골

동이맘 **문성실**의 이야기가 있는 밥상



가족들이 모두 모인 시간에 따끈하게 전골을 한 냄비 끓여 함께 둘러앉아서 먹으면 어느새 가슴은 훈훈해지고..... 칼국수를 넉넉히 넣어서 끓이니 아이들도 참 잘 먹습니다.

김치전골이 자칫 심심할까봐 돼지고기완자도 돌돌 말아 만들어 같이 넣었더니 국물 맛도 시원하고 무엇보다 쫄깃한 칼국수 건져 먹는 맛이 아주 그만입니다. 또 고기완자 건져서 김치와 함께 먹으면 참으로 시원하고 맛있어요. 만두와 떡도 건져서 먹고, 두부도 같이 먹고.

뜨겁고 시원한 국물과 김치와 함께 먹는 고기완자, 아주 푸짐 하답니다.

Recipe

(4인분 기준)
(종이컵과 밥숟가락 계량)

◆ 주재료: 김치(1포기), 칼국수(2인분), 멸치새우육수(6컵), 김치 국물(1컵), 두부(2분의 1모), 떡(1줌), 만두(4개), 대파(4분의 1대) ◆ 고기완자재료: 다진돼지고기(200g), 두부(2분의 1모-200g), 양파(4분의 1개), 대파(1줌), 참치진국(1), 다진 마늘(1), 생강즙이나 가루(약간), 청주(1), 맛술(1), 소금, 후춧가루(적당량), 참기름(1) ◆ 양념재료: 참치진국(1), 다진 마늘(0.3), 고춧가루(1), 후춧가루(적당량)



1. 멸치와 건새우를 넣어 육수를 진하게 우려낸다.



2. 고기완자반죽 양념을 넣고 한데 잘 섞이도록 반죽한 후 소금으로 간을 한다.(돼지고기의 잡냄새를 없애기 위해 생강즙과 청주를 먼저 고기에 넣고 밑양념을 합니다.)



3. 고기완자를 큼직하게 빚어 넓적한 김치잎에 돌돌 말아서 썬다.



4. 고기완자를 만 김치를 전골 냄비에 넣고, 남은 김치와 함께 남은 고기반죽도 완자 모양으로 만들어 넣는다.



5. 김치국물을 체에 발쳐서 짙은 국물만 넣고, 위에 남은 건더기 등은 버린다.(이 과정 꼭 해주세요, 그냥 김치국물을 체에 거르지 않고 그냥 넣어주면 김치전골의 맛이 탁하고 맛이 덜하답니다)



6. 멸치 새우육수 5컵 정도를 먼저 넣고 김치가 폭 무를 때까지 끓여준다.



7. 칼국수면을 삶는다.(칼국수를 바로 전골에 넣으면 국물이 탁해지고 맛이 덜하답니다)



8. 김치가 폭 무른 전골에 떡, 만두, 두부를 넣고 한소끔 끓인 후 육수를 더 추가해서 칼국수 데친 것을 넣고 다시 한소끔 끓인 다음, 까나리액젓이나 참치진국을 넣고 간하고, 다진 마늘, 고춧가루, 후춧가루를 술술 뿌려내면 끝.



A' DENTISTRY

www.fullertonsmile.com

나에게 꼭 맞는 틀니가 있는 곳!



- 틀니전문
- 틀니수리 1-2시간안에 가능
- 자체 랩보유
- 임플란트 틀니



John S. Lee, D.M.D.
University of California, San Diego B.S.
Tuff Dental School, D.M.D.

714.449.1686

536 W Commonwealth Ave. #A, Fullerton, CA 92832



Wellness & spa

동안 리프팅 전문 크리닉

피부과 전문의 2명
멤버십 혜택 5% 적립

초특가

스킨 보톡스
(Drop Let)
보톡스 보다 더좋은 물광/주름/탄력
~~\$500~~ **\$199**
눈가 이마 완결판

초특가

동안주사
~~\$2,000~~ **\$999** (5회 가격)
- 미라클 주사
- 샤넬 동안 주사

초특가

아기 물광주사
~~\$2,000~~ **\$999** (5회 가격)
- 연어 DNA 주사
- 아기 주사
- 스킨 보톡스
- MTS (3회)

초특가

여드름
1회 **\$125** 6회 **\$499**
딥클렌징/O2필링/압출
비타씨 투입/LED/홍터관리(MTS)
닥터상담

초특가

스킨케어
\$699 / 10회
(MTS 1회 포함)
화이트닝 / 리프팅
매직 필링 / V-라인

초특가

비온세 화이트닝 패키지
\$199 1회
비타민 C / 백옥주사
아이유주사 / 미콤플렉스

초특가

태반 주사
\$199 5회
갱년기 장애 / 피부 노화개선
피로회복 / 면역력 증강

실리프팅 + 울세라 리프팅
~~\$4,000~~ **\$1,499**

볼륨 업
팔자눈, 이마, 눈, 코, 턱끝, 입술
필러 \$750→\$499
콜라겐 씨앗 \$1,000→\$799
카이벨라 윤곽 \$1,000→\$699

겔그룹 바디주사 복부, 옆구리, 허벅지, 팔뚝, 종아리
•영구화장 (자연눈썹,아이라인,입술라인)
•점,검버섯, 주근깨, 물사마귀

Wellness & spa **213.219.1765**

www.graissetusa.com
13139 Brookhurst St. #D
Garden Grove, CA 92843