

홍합스파게티

동이맘 문성실의 이야기가 있는 밥상



아이들은 대부분 스파게티를 좋아해요.
우리 아이들도 예외는 아니어서 스파게티를 비롯한 면 종류들은 거의 다 좋아합니다.
스파게티는 집에서 만들기 참 쉬워요. 저는 항상 스파게티면과 소스를 준비해 놓고 아무 때나 만들어 먹곤 하지요.
스파게티는 무슨 소스가 기본이 되고, 또 어떤 재료가 들어가느냐에 따라서 맛에 참 많은 변화를 주는 음식인 것 같아요. 홍합스파게티는 홍합 자체의 맛과 올리브오일의 맛이 어우러진 깔끔한 맛의 스파게티예요. 신선한 홍합 자체의 맛이 그대로 느껴지는 깔끔한 맛의 파스타 요리지요.

Recipe

(1인분)
(종이컵과 밥숟가락 계량)

◆ 주재료 : 스파게티면 (1인분-80g), 홍합(25개), 다진 양파(2), 페퍼론치노나 마른 고추(2개), 마늘(3쪽), 올리브오일(3), 화이트와인(3분의 1컵), 파스타 삶은 물(3분의 1컵), 파마산 치즈가루(1), 소금, 후춧가루(적당량)



1. 먼저 홍합은 껍질을 깨끗하게 씻고 수염을 잡아당기듯 떼어 씻어서 물기를 빼서 준비한다.



2. 양파는 잘게 썰고, 페퍼론치노도 2-3등분한다.



3. 스파게티 면은 끓는 물에 약간의 소금을 넣고 10분 동안 삶는다.



4. 달구어진 팬에 올리브오일을 두르고 편으로 썬 마늘을 넣고 타지 않게 살살 볶다가 이어 다진 양파와 마른 고추를 넣고 볶는다.



5. 손질한 홍합을 넣고 달달 볶다가 화이트와인을 넣고 홍합이 잘 익을 수 있도록 뚜껑을 닫고 익혀준다.



6. 스파게티면이 다 삶아지면 얼큰 체에 넣어 물기를 빼고 올리브오일을 재빨리 발라 한쪽에 둔다.



7. 홍합의 입이 벌어져 다 익으면 삶은 스파게티 면을 넣고 버무리고 파마산 치즈가루(1)를 기호에 맞게 넣고 맛을 보아 소금, 후춧가루로 간을 하면 끝.



이지스

물이
샐습니까?

곰팡이가
있습니까?

Lic #227275

Free Consultation, Inspection

213.336.1203
714.420.8288

JOY 핸디맨 & 플러밍



물
새요:

연락주세요.

24
시간

제이킴

714.249.5469

한국 전통침과 한약의 본가 최한의원이

엘에이 본점에 이어 오렌지 카운티에서도 진료 시작합니다



- 여러 병원을 다녔지만 효과를 못 보신 분
- 난치, 불치병으로 힘드신 분
- 안심하고 믿을 수 있는 한약을 원하시는 분
- 오바마케어, 메디케어 HMO, 서울 메디컬 한미 메디컬 그룹 및 각종 PPO 보험 있으신 분

*전화 주시고 방문해 주세요

LA 1550 4th Ave. Los Angeles, CA 90019
(323)733-6650 F.(323)870-5242

OC 1251 S. Beach Blvd. #1 La Habra, CA 90631
(562)373-6650 F.(323)870-5242

원장 최선길 한의학 박사
President Sun K. Choi L.Ac., Ph.D