

**단무지무침꼬마김밥**

동이맘 **문성실**의 이야기가 있는 밥상



오늘은 단무지무침을 넣어서 만든 꼬마김밥입니다. 워낙 단무지무침 자체가 맛있어서 단무지만 넣어도 맛있는 김밥이 되네요. 여러 가지 재료를 넣는 것보다 오히려 간단하면서도 맛은 더 깔끔하니 좋더라고요.

김밥은 여러 가지 다 넣는다고 무조건 맛있어지는 것은 아니라는 것을 깨닫게 해 주는 단무지무침꼬마김밥. 맛은 노력과 들어간 재료 대비 대박입니다. 분명 자꾸만 만들고 싶어질 것입니다.

여러 가지 많이 들어간 김밥보다 깔끔하고 개운한 맛으로 심플하게 김밥을 즐기실 분들은 단무지무침을 김밥에 넣어보세요. 나중에 김밥을 다 말고 김밥 곁에 발라주는 참기름과 통깨는 김밥의 맛을 더욱 더 살려줄 겁니다.

돌돌 도르르~~, 맛있게 말아 드세요.

**Recipe**

꼬마김밥 20줄 분량  
(밥숟가락 계량)

- ◆ 주재료: 밥(2공기-400g), 김밥용 김(5장) ◆ 밥양념재료: 참기름(1), 통깨(1), 소금(0.3)
- ◆ 단무지무침재료: 단무지(5줄-250g), 청양고추 썬 것(0.5), 대파 썬 것(2), 고춧가루(1), 물엿(0.5), 참기름(1), 통깨(1)



**1.** 단무지를 채 썬 모양처럼 가늘고 작게 썬다. (아무래도 꼬마김밥에 넣을 것이라서 가늘게 썰어 주었습니다.)



**2.** 불에 채 썬 단무지를 담고, 단무지무침양념을 넣고 조물조물 무쳐준다.



**3.** 단무지무침과 함께 가늘게 썬 크래미맛살을 준비한다.



**4.** 따뜻한 밥에 밥양념재료인 참기름, 통깨, 소금을 넣고 골고루 섞어 준다.



**5.** 4등분한 김밥용 김에 양념한 밥을 올려 펼치고, 그 위에 단무지무침과 크래미맛살을 올린 후, 단단히 말아 준다.



**6.** 다만 꼬마김밥에 조리용 붓으로 참기름을 바른 후, 통깨를 솔솔 뿌리고, 단무지무침과 함께 곁들여 내면 끝.

■ 주방상식

**주부들이 모은 생활의 지혜**



● 고춧가루로 바퀴벌레 퇴치  
농이나 선반위에 고춧가루를 올려놓는 것만으로도 어느 정도 바퀴벌레의 극성을 막을 수 있다. 한밤중에 음식물을 내놓거나 그릇 등에 물기를 남겨두게 되면 바퀴벌레가 먹을 음식을 제공하는 격이 된다. 그럼으로 음식물은 바퀴벌레가 들어가지 못하도록 냉장고 등에 잘 넣어 두고 식기의 물은 깨끗이 닦아 수납장에 넣어 두어야 한다. 수납장이나 싱크대 등의 물기도 잠자리에 들기 전에 마른 걸레로 깨끗이 닦아준다.

● 파는 물기를 빼서 종이에 돌돌 말아 냉장고에 넣어둔다.

● 시금치는 눅눅해서 보관하는 것이 좋다. 세워 두면 뿌리부분이 자라나는 성질이 있기 때문이다.

● 콩나물은 공기 속에 내 놓으면 변색하기 쉽다. 물에 담가 냉장고에 넣어두는 것이 좋다.

● 갓 뽑아낸 떡 쉽게 썰기  
방금 뽑아낸 흰떡은 달라붙기 때문에 썰기가 힘들다. 이럴 때에는 무에 칼을 문질러 가면서 썰면 전혀 달라붙지 않는다



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	채프먼의 특별 혜택	추가 특별 서비스
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 24시간 전문 간호사 케어</li> <li>• 단기 재활 치료 및 장기 치료</li> <li>• 링거 투여 (정맥 치료)</li> <li>• 튜브 음식 투여 관리</li> <li>• 전문 상처 관리</li> <li>• 비경구영양, 정맥영양</li> <li>• 당뇨병 관리</li> <li>• 투석전후관리</li> <li>• 근육경축/부목</li> <li>• 통증 치료 및 관리</li> <li>• 회복간호지원 프로그램 제공</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 개인실 및 2인 1실 제공</li> <li>• 전문 영양사의 전문 메뉴와 식습관 관리</li> <li>• 일상 생활 프로그램 지원</li> <li>• 모든 방에 TV와 인터넷 제공</li> <li>• 미용과 이발 서비스 지원</li> <li>• 사회복지 및 가족 지원 프로그램</li> <li>• 종교 서비스</li> <li>• 퇴원 절차 관리</li> <li>• 한국 문화 프로그램 제공 (다양한 게임과 특별한 메뉴 제공)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 약 서비스 (처방약 포함)</li> <li>• 각종 검사와 방사선 검사</li> <li>• 전문 영양사와 영양 상담</li> <li>• 치과, 청각, 검안과, 발 전문의 서비스</li> <li>• 심리학자, 정신과 서비스 제공</li> <li>• 호스피스 간호 서비스 제공</li> <li>• 위탁 간호 서비스 제공</li> </ul>
재활 치료 서비스	준급성 치료 서비스	추가 특별 서비스
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 물리 치료</li> <li>• 작업 치료</li> <li>• 언어와 연하 치료</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 모든 숙련된 간호 및 재활 서비스 포함</li> <li>• 호흡 치료</li> <li>• 기관절 절개 치료</li> <li>• 인공 호흡기 관리 및 치료</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 인공 호흡기 관리 및 치료</li> </ul>



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