

데리야끼소스 닭도림덮밥

동이맘 문성실의 이야기가 있는 밥상



오늘 소개하는 닭요리는 데리야끼소스만 만들어 놓으면 언제든지 만들어 먹을 수 있고, 손쉽게 맛을 낼 수 있는 그런 메뉴랍니다.

그때그때 소스를 만들어 해 먹어도 좋지만, 자주 먹을 수 있는 소스는 미리 만들어 두면 훨씬 요긴하게 사용할 수 있어요. 같이 넣는 대파채는 닭고기의 맛을 한결 살려줍니다.

가족들이 다 모인 자리에서 폼 나게 만들어 드세요. 자꾸만 손이 가는 달콤 짭짤롬 데리야끼소스 닭조림 덮밥. 만들어 볼까요?

Recipe

2인분
(종이컵과 밥숟가락 계량)

- ◆ 주재료: 닭 다리살(3장-300g), 대파(흰 부분 2대), 밥(2공기)
- ◆ 닭밀간재료: 소금(약간), 통후추 간 것(약간)
- ◆ 데리야끼소스: 생강(2쪽), 마늘(5쪽), 다시마(5x5cm짜리 4장), 물(2컵), 간장(1/2컵), 맛술(1/2컵), 청주(1/2컵), 흑설탕(1/2컵), 올리고당(2)



1. 데리야끼소스재료 중 생강, 마늘, 다시마, 물, 간장을 한데 넣고 센 불에서 약 5분간 끓이고, 맛이 국물에 충분히 우려났으면 이어서 맛술, 청주, 흑설탕을 넣고 중 불로 15-20분간 끓여 줄이고, 마지막에 맛을 보아 단 맛을 더 주고 싶다면 올리고당을 넣고 스팀을 끊여주면 데리야끼소스는 완성!!



2. 대파는 흰 부분만 안쪽심지 부분을 빼고 가늘게 채 썰고, 썬 것을 찬물에 10분 정도 담가 싱싱하게 살어나도록 한다.



3. 닭다리살 정육 3장은 찬물에 헹궈 물기를 툇툇 닦고, 허브맛소금이나 소금, 통후춧가루를 손으로 솔솔 뿌린다.



4. 잘 달군 팬에 기름 없이 닭다리살을 넣고 중불에 겹질 쪽부터 먼저 노릇하게 익히고, 뒤집어서 다른 쪽도 굵듯 잘 익혀준다.



5. 프라이팬에 남아있는 기름을 키친타월로 깨끗하게 닦고 미리 만들어 놓은 데리야끼소스 5숟가락 정도를 넣고 골고루 조리준다.



6. 조리된 닭은 먹기 좋게 칼로 자르고, 완성된 그릇에 밥을 담아 그 위에 닭조림 것을 올린 후, 프라이팬에 남은 조림장을 끼얹는다.



7. 물기 뺀 대파채를 소복하게 올려주면 달콤 짭짤롬 데리야끼소스 닭조림덮밥 완성.

백세건강지킴이
세리토스,
다우니, 롱비치,
실비치 지역등
노약사에게 전화주세요.



- 저렴한 가격
- 시니어 약 전문상담
- 25년 병원 임상경험

약사 노혜경
Pharm.D.
Board Certified
Pharmacotherapy Specialist

Howard Drugs

Del Amo Blvd. 와 Pioneer Blvd.
MART 옆

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



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

시간

함부로 사랑하고
수시로 떠나다

여행이 일상적인 일이 되면서 그 의미가 '관광을 넘어 머물기' 로, '구경에서 성찰' 로 바뀌는 추세다. (중략) 작가 변종모는 그동안 세계 곳곳에서 보고 듣고 느낀 것들을 특유의 감성적인 문체로 전한다. 구름 감상에 빠져 허우적대느라 여행 일정을 연장해버린 캄보디아 프놈펜에서의 기억, 처음으로 돈을 주고 사진을 찍은 인도 노인과의 만남, 비가 온다는 소식에 그리운 사람이 생각나버린 포르투갈에서의 어느 하루 등은 여행기이기 이전에 삶의 따뜻한 조각들이다. (인터넷고보문고의 '책소개' 중에서)

■ 변종모 지음 | 꿈지락 펴냄 | 208쪽

COVID-19 내가 막아낸다!

fantixcompanyinc@gmail.com

항바이러스, 항균효과 99.9%의 천연 세정제!

바이러스 99.9% 제거!

Sanitizer 바르고, 원하는 곳에 Spray 뿌려만 주세요!

대구 한의대학교 산학 협력기업에서 제조하여 안심하고 사용할 수 있습니다. 천연 식물성인 페퍼민트 에타놀 추출물로 만들어 사용 후 따가움 건조함 역한 냄새가 없습니다.

천연 Perfume 향수 항바이러스 항균 스프레이 500ml



제조원: (주)케이67바이오

주원료인 페퍼민트 에타놀 발효추출물은 식물성으로 인체 사용, 공기중, 옷에 뿌려도 전혀 해가 없습니다

페퍼민트 에타놀 발효추출물이란?
페퍼민트, 천연발효주정(Ethyl alcohol 75%)과 카모마일 자스민, 겨우살이 등의 추출물, 스피아민트, 천일염, 잔탄검 친환경 페퍼민트 오일, 친환경 스피아민트 오일을 넣어 발효시킨 추출물입니다

순 식물성으로 아토피 피부염, 피부보습 피부 노화방지에 도움이 됩니다.

HAND
SANITIZER ESSENCE

식물성 추출물 손세정제



식물성 추출물을
원료로한

손세정제 500ml

물 없이 언제 어디서나 간편하게 사용할 수 있으며 장미에센셜 오일이 함유되어 사용 후에도 건조함 없이 산뜻하고 촉촉함을 유지시켜줍니다.



페퍼민트 에타놀 발효 추출물은 FDA 승인을 받아 안전성이 입증되었습니다.

Fantix Inc.

323-907-9254

W/S 문의: 미전역 Retail 하시는 분 환영합니다.