

당면냉채

동이맘 **문성실**의 이야기가 있는 밥상



오늘은 겨자소스가 특 쏘는 맛을 내는 당면냉채입니다. 시간이 지나 먹어도 맛있고 들어가는 재료를 최소화 해서 특특 쏘는 겨자소스로 맛을 낸 잡채랍니다. 당면 외에 들어가는 재료도 겨자냉채에 맞게 맛살과 오이, 양파가 전부입니다. 겨자소스만 입맛에 맞게 잘 만드시면 실패하지 않고 맛있게 만들 수 있는 반찬겸 간식이 될거예요. '잡채가 이렇게 개운하고 맛있다니.....!!'

당면 미리 불리는 작업만 하면 일도 아니게 쉽게 만들 수 있는 당면냉채랍니다. 당면 좋아하시는 분들은 모두 좋아하실 듯해요.^ 새콤달콤한 잡채! 입맛 살리는 시원한 잡채

Recipe

(2-3인분)  
(저울 및 밥숟가락 계량)

- ◆ 주재료: 당면(2줌-100g), 오이(2분의 1개-100g), 맛살(큰 것 2줄-60g), 양파(4분의 1개-50g)
- ◆ 겨자소스재료: 연겨자(1), 설탕(1), 다진 마늘(0.5), 양조간장(1), 올리고당(1), 소금(0.2), 참기름(0.5), 통깨(0.5)
- ◆ 당면밀감: 설탕(0.5), 양조간장(0.5), 참기름(1) ◆ 추가재료: 참기름과 통깨(적당량)



1. 당면은 미지근한 물에 20분 정도 담가 불린다.



2. 겨자소스재료를 넣고 설탕과 소금이 잘 녹도록 골고루 잘 섞는다.



3. 맛살은 반으로 잘라 겹대로 찢고, 오이와 양파는 가늘게 채 썬다.



4. 끓는 물에 불린 당면을 넣고 센 불에서 1분간 삶은 후 체에 받쳐 찬물에 헹구 물기를 빼 불에 담는다.



5. 당면밀감재료를 넣고 조물조물 버무리 양념을 한 후 준비한 맛살과 채소겨자소스를 모두 넣고 조물조물 버무린다.



6. 취향껏 참기름과 통깨를 더 넣고 골고루 무쳐주면 끝

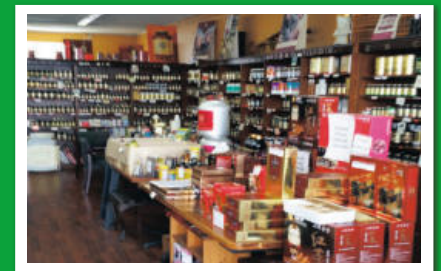
가든그로브 비타민 전문점

Organic Vitamins

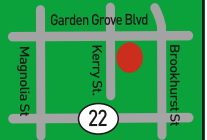
- 500종류 정도의 비타민과 원료구비
- 비타민 원료 : 아사이, 마퀴, 블루베리, 고지베리베리, 아로니아, 그라비올라, 크랜베리, 비타민나무, 여주농축액, 차콜, 콜라겐, 블랙커런트, 모링가, 로얄제리원액, 페루산삼, 마카, 트리블러스(산삼보다 높은 사포닌 함유)



이제 비타민은 전문점에서 정확한 진단 후 복용하세요.



Tel. (714)534-4938  
9972 Garden Grove Blvd #G  
Garden Grove, CA 92844



北京中和國醫堂

www.acupuncturecha.com



난치병을 잘 치료하기로 소문난 엘바인

북경 차 한의원

확실하게 다른 치료요법과 탁월한 효과를 직접 체험해보세요.

정확한 진단과 훌륭한 처방

Dr. 차계향 Ph. D., L.Ac.

- 중국중의과학원 의학박사(중의내과)
- 북경중의약대학 의학석사(침구추나)
- 요녕중의약대학 의학학사(중의과)
- 세계 최고권위 중의 명문대학에서 중국 MD 및 중의사 자격증 취득
- 신경내과, 소화기내과 및 임상침구학 전공
- "만성위염의 중의 임상치료가이드" 편찬 참여
- 중국 최고권위 중서의 종합병원 서원병원 동직문병원 등 대형대학병원임상 13년, 전체 임상경력 22년
- 1급 양생기공사 자격, 기공수련 30여년
- 미국내 중의대 교수

기 침(氣針)

에너지 경락 추나 마사지

기공진복(氣功振腹)

태극 불 부항, 옥 경락 괄사

엘바인에서 제일 크고 쾌적한 한의원  
훌륭한 치료, 저렴한 가격

위장병

각종 통증

우울증

불면증

알러지, 피부병

공황장애

비만, 불임

오십견

목,허리디스크

중풍 후유증

소아 자폐증

파킨슨병, 치매

한국어, 중국어, 일본어, 영어 가능

PPO 보험 취급

949.426.9070 / 626.899.5166  
5400 Trabuco Rd. Suite 130, Irvine, CA 92620

