

새우된장뎡밥

동미맘 문성실의 이야기가 있는 밥상



자꾸만 나이가 들어갈수록 이런 밥상이 좋아집니다. 자장도 물론 좋아하고 카레라이스도 엄청 좋아하지만, 된장으로 된장소스를 만들어서 밥에 비벼서 먹으면 그 맛이 구수하니 기분 좋게 맛있습니다. 한그릇 먹고 나서도 속도 참 편하고, 더부룩하지 않고 기분 좋게 배부른 음식.

오늘은 된장뎡밥에 새우와 감자를 넣고 만들어 보았어요. 새우 자체가 워낙 맛있어서 정말 다른 특별한 양념 없이 된장으로도 아주 맛있는 뎡밥소스가 만들어져요.

된장소스에 새우살이 아주 잘 어울리는데요..... 새우살 씹히는 맛과 채소들의 쪽 무른 맛이 된장소스의 깊은 맛을 더해주세요. 한그릇 비벼 먹으면 정말 기분좋은 밥상을 대한 느낌이에요. 자장, 카레처럼 기분 좋게 비벼 맛있게 먹는 된장뎡밥. 제 입맛에는 자장보다 카레보다 훨씬 맛있네요.

좋아하는 채소를 넉넉하게 넣고 맛있게 짹짹 드세요.

Recipe

(3-4인분)
(저울 및 종이컵과 밥숟가락 사용)

- 주재료: 밥(적당량), 새우살(15개), 감자(큰 것 1개-200g), 양파(1개-200g), 애호박(3분의 1개-100g), 홍고추(2분의 1개), 식용유(1), 물(2컵)
- 양념재료: 쌈장(3), 된장(3), 다진 마늘(0.3), 맛술(1), 고춧가루(1)
- 결들이재료: 참기름과 통깨(적당량), 깻잎채(적당량)



1. 새우살은 3등분 해서 자르고, 감자, 양파, 애호박은 사방 1.5cm 정도 크기로 자르고, 홍고추나 청양고추는 송송 썬다.



2. 달군 팬에 식용유를 두르고 새우살, 감자, 애호박, 양파를 모두 넣고 달달 2-3분간 볶는다.



3. 물을 붓고 불의 세기를 올려 재료들에서 푹푹 맛이 우러나도록 4-5분간 끓인다.



4. 된장, 쌈장을 넣고 전체적으로 재료에 맛이 배도록 끓인다. (쌈장 대신 된장(1)과 고추장(1)을 넣어도 좋아요)



5. 다진 마늘, 맛술, 고춧가루, 그리고 썰어 놓은 홍고추나 청양고추를 넣고 잘 볶아주면 된장소스는 완성.



6. 깻잎은 곱게 채 썰고 완성 그릇에 밥을 담고, 그 위에 새우된장소스를 끼얹고 깻잎채를 소복하게 올려내면 끝.

한인이 운영하는 청소재료상 중 가장 큰

Brother's 청소재료상

Janitorial Supplies

도매 최저가격

무료배달

가정용 청소기구 재료에서부터
큰 빌딩 청소 각종 기구,
재료까지 완벽하게 구비!

각종 청소기계 수리 전문!
최신 청소기계 재료 다량 확보

각종 새로 개발된 청소약품
화장지 / 각종 종이 / 타일 / 대리석
카펫 샴프 기계 / 왁스 기계
최신형 장비 일절 구비

Open : Mon-Fri 9am-6pm / Sat 10am-4pm

(562) 920-9090
(562) 920-9595

Fax. 562-920-9596

16211 Bellflower Blvd. Bellflower, CA 90706

바다 Sushi

GRAND OPENING

• 활이 광어/도다리/전복/산낙지/해삼/멍게 • 스시 광어/토로/우니/장어/와규 • 케터링 모듬스시/롤/사시미

• Live 새우 • Live 우니/우니볼

SPECIAL **그랜드 오픈 Special**
콤보 사시미 오더시 Live 우니 서비스

SPECIAL **Lunch Special**
회뎡밥/알밥/우니밥 5볼 OFF
(쿠폰 지참시)

Lunch Special Coupon
*회뎡밥/알밥/우니밥 5볼 OFF
*10월 한달간 행사만 적용

바다 Sushi T.626.295.2003

18732 Colima Rd, Rowland Heights, CA 91748 월 Closed 화~금 11:30am~9:30pm 토 12:00pm~9:30pm 일 12:00pm~9:00pm