버섯마늘볶음밥

둥이맘 문성실의 이야기가 있는 밥상

버섯의 경우 볶음밥의 재료로 잘 사용하지 않는데요. 버섯과 마늘을 듬뿍 넣어 볶음밥을 만들면 버섯과 마늘이 주는 건강함이 느껴지는 별미를 경험할 수 있답니다. 여기에 저는 짭쪼롬한 베이컨과 햄도 넣었고, 더불어 대파 1개도 넉넉히 넣었어요. 그러다보니 밥보다 재료들이 푸짐하게 든 맛있는 볶음밥이 만들어졌어요. 사실 저는 밥보다 다른 재료를 많이 넣은 볶음밥을 좋아한답니다.

밥보다 푸짐한 각종 재료들이 향취를 더하는 맛있는 볶음밥!!

버섯이 맛있게 씹히고, 마늘도 맛있게 씹혀서 건강해지는 느낌이 드는 버섯마늘볶음밥!

맛있게 만들어 볼까요?

Recipe (2인분) (저울 및 밥숟가락 계량)

- 주재료: 밥(1공기), 마늘(10쪽), 애느타리버섯(1팩-150g) 햄이나 베이컨(40g), 대파(1대)
- 양념재료: 올리브유(2), 양조간장(1.5), 후춧가루(약간), 통깨(0.3)

1. 마늘은 2~3등분하고, 애느타리버섯은 1cm 간격으로 썰고, 햄이나 베이컨도 잘게 썰고, 대파는 송송 썰어 준비한다.

2. 달군 팬에 올리브유를 두르고 마늘과 대파 썬 것을 넣고 타지 않고 노릇하게 달달 충분히 볶다가 이어서 버섯과 햄을 넣고 함께 재료들이 잘 섞이도록 볶고, 팬 바닥으로 양조간장을 넣고 함께 볶는다.(양조간장 대신 굴 소스나 참치진국을 사용해도 좋아요.)

3. 재료들이 충분히 볶아지면, 이어서 밥을 넣고 주걱을 세워 밥과 재료들이 잘 섞이도록 볶는다.

4. 마지막으로 후춧가루, 통깨를 넣고 고루 잘 섞어주고, 입맛에 맞게 간을 하면 끝.(저는 볶음밥이 예쁘라고 검은깨를 솔솔 뿌려 주었어요.)

가든그로브 비타민 전문점

Organic Vitamins

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

이제 비타민은 전문점에서 정확한 진단 후 복용하세요.

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

용문루

GRAND OPENING

Authentic Chinese Korean Cuisine

Eat Good, Feel Good

연말파티 단체 모임 환영

파티룸 10~50명 수용 가능

* waiter, waitress 구합니다. *

용문루 T.626.363.4961
www.yongmoonlu.com

월,수,목,금 11:30am ~ 3:00pm 4:30pm ~ 9:00pm 토,일 11:30am ~ 9:00pm

19240 Colima Rd. Rowland Heights, CA 91748