

두부소보로볶음밥

동아맘 문성실의 이야기가 있는 밥상



두부소보로볶음밥은 두부와 대파만 있으면 만들 수 있는 매콤한 볶음밥으로 '이것이 진정 두부로 만든 것인가?' 하는 의문이 들게 만드는 식감이 참 좋은 볶음밥입니다.

두부를 소보로로 만드는 것이 기술(?)인데요, 진짜 소보로 처럼 두부가 만들어지는 것이 정말 신기합니다. 밥 1공기에 두부도 한 모가 다 실하게 들어가서 양을 늘리는데도 아주 끝내주지요.

두부의 고소한 맛과 매콤한 맛에 느끼하지 않고 칼칼한 볶음밥의 맛이 입맛을 확 살려주더라고요. 두부의 식감이 아주 부드럽고 특별하답니다. 대파도 많이 들어가서 더욱 맛있어요. 꼭 만들어 드셔보세요. 신기한 볶음밥이라고 생각하실 거예요.

식감이 새로운 볶음밥! 만들어 볼까요?

Recipe

(1-2인분)  
(밥숟가락 계량)

- ◆ 주재료: 밥(1공기-200g), 두부(1모-300g), 대파(2대), 식용유(2), 통깨(0.5)
- ◆ 양념재료: 고춧가루(1), 다진 마늘(0.5), 맛술(2), 양조간장(3), 올리고당(1), 참기름(1)



1. 두부는 부침용으로 준비해 물기를 키 천타월에 살짝 베고, 칼로 대충 으갠다.



2. 중불로 달군 팬에 아무것도 두르지 말고, 두부의 수분이 없어지고, 보슬보슬해 지면서 노릇해질때까지 달달 볶고, 다 볶은 두부는 따로 그릇에 담아둔다.



3. 양념재료인 고춧가루, 다진 마늘, 맛술, 양조간장, 올리고당, 참기름을 한데 넣어 잘 섞는다.



4. 대파는 송송 썰어 달군 팬에 식용유를 두른 후 달달 볶는다.



5. 이어서 미리 만들어 놓은 소보로와 양념장을 붓고 전체적으로 양념이 잘 배도록 볶는다.



6. 밥을 넣고 밥과 재료가 고루 잘 섞이도록 1-2분간 볶다가, 마지막으로 통깨를 넣고 고루 섞어주면 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 청소 약품  
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



# 웰컴치과그룹



**• 이주영(JustinLee)DDS**  
**• 로마린다 치대 졸업**

**B B B** 만을 고집하는 웰컴치과  
Best Price Best Quality Best Service

가격이면 **가격!** 품질이면 **품질!**  
실력이면 **실력!** 모두 자신있습니다.  
믿고 맡길 수 있는 웰컴치과는 **친절합니다.**  
명문대 출신 실력있는 의사 선생님들이 친절히 치료해 드립니다.

시니어들을 위한 다양한 보험을 받고 있습니다  
**PPO 및 각종보험 환영**

- 메디칼
- 앤섬블루크로스
- 휴메나 골드플러스
- 유나이드 헬스케어(AARP Medicare Advantage)
- 클레버케어
- PPO Insurance

Best



**터스틴**

**714.838.2875**

1096 Irvine Bl, Tustin, CA 92780

**애나하임**

**714.552.5373**

1201 N. Euclid St. Anaheim, CA 92801

**한인타운**

**213.381.2827**

2500 W. 8th St. #106, LA, CA 90057