

불고기엔칠라다

동이맘 문성실의 이야기가 있는 밥상



엔칠라다는 토르티야 사이에 고기나 해산물, 야채 등을 넣고, 둘 그렇게 막대모양으로 말아서 소스를 뿌려 오븐에 구워서 먹는 멕시코 요리예요.

저는 소고기 불고기를 이용해 한국적인 맛의 엔칠라다를 만들어 봤어요.

불고기의 새로운 변신!! 만들기도 정말 쉽고, 맛도 있는 이색적인 요리라 손님상에 내 놓으면 정말 인기 폭발이에요. 아이들은 피자 보다 더 맛있다며 볼이 터져라 먹기에 여념이 없어요. 맛은 돌돌만 불고기피자라고 하면 되겠네요.

손쉽게 또띠아를 사용해서 만들어 더욱 간편하면서도 맛있게 즐기실 수 있을 거예요. 먹기 좋게 잘라서 개인 접시에 담아드세요.

맛있는 피자치즈를 들풀을려서 사랑까지 가득담아서 만들어 보세요.

Recipe

(2~3인분)
(중이컵과 밥숟가락 계량)

- 주재료: 소고기 불고기감 120g, 토르티야 8인치 2개, 흥 피망, 청 피망 적당량 양파 4분의 1개, 다진 오이피클 2컵, 피자소스 3분의 2컵, 피자치즈 1컵
- 소고기양념재료: 간장 2술, 청주 1술, 맛술 1술, 설탕 0.3술, 다진 마늘 0.3술
다진 파 1술, 후춧가루(약간)



1. 소고기는 알게 불고기 감으로 썰어 고기 양념 재료를 넣고 조물 조물 양념한다.



2. 양파, 피망은 가늘게 채 썰어 준비한다.



3. 양념한 고기는 달군 팬에 넣고 볶는다.



4. 썰어 놓은 야채들을 함께 넣고 바짝 물기 없이 볶아 준다.(바짝 볶아야 녹녹하지 않고 맛이 있어요.)



5. 양념해서 볶은 고기와 피자 치즈, 피자소스, 다진 오이피클을 함께 준비한다.(오이피클이나 할리피 노 등을 같이 넣어주면 느끼한 맛이 훨씬 달하답니다.)



6. 해동 한 토르티야에 피자 소스 바르고, 위에 피자 치즈, 볶은 고기와 다진 오이 피클, 다시 피자 치즈를 들풀을리고 돌돌 말아준다.



7. 오븐 용기에 기름을 살짝 바르고 그 위에 돌돌 만 토르티야 2개를 나란히 올린다.



8. 남은 여분의 피자 소스와 피자치즈를 솔솔 뿌려 올리고, 180도로 미리 예열한 오븐에 넣고 10-15분 간 구우면 끝.

스페셜

한방침 + 물리치료

Acupuncture + Massage

10번 패키지 구입시 1번 Free



“재활 통증 전문”

2022 Top Doctors of Excellence Acupuncturist에 선정된 여성 한의사가 세심하게 상담해 드립니다.



침

부황

뜸

보약

공진단 선물용 상품권도 판매합니다.

- * 쌍화탕
- * 녹용대보탕
- * 십전대보탕
- * 각종 한방 TEA

각종 보험, 통증, 한약
교통사고, 건강상담 환경, 메디케어
메디케어 (Advantage)



푸른 숲 한의원

PINETREE ACUPUNCTURE

714.736.0208

2619 W. Orangethorpe Ave. Fullerton, CA 92833

따뜻한 마음과 손으로 모시는
남가주 한인 장의사 이효섭

이효섭 장의사, 시신방부사 인사드립니다.

장의사로서 장례 일정을 상담하고 인도할 뿐만 아니라
시신방부사로서 자신 님의 몸을 직접 방부처리합니다.

이 과정은 기술과 정성입니다.

남가주에서 한인으로는 유일합니다. (*현재 저의 파악)

장례는 종교적 문화적 예식입니다.

묘지(Grave)는 묘지공원(Cemetery)에서 구입하셔도

장례예식(Funeral Service)은 언어와 문화가

동일한 동포의 도움을 받는 것이 좋습니다.

가족이나 지인 중에 의사가 있으면 마음 든든하지요.

네 맞습니다. 가족이나 지인 중에 변호사가 있으면

어려울 때 큰 힘이 됩니다. 마찬가지로 가족이나

지인 중에 장의사가 있으면 힘든 시간 큰 도움이 될 것입니다.

평소에 믿을만한 장의사를 꼭 알아두세요.

이효섭 장의사, 시신방부사
(FDR4701, EMB9702)

• 매장, 화장, 장례보험

• 폴러턴 소재 스캇 맥콜리 패밀리 장의사(FD 1593)와 함께 일합니다.

• 개인 상담, 단체모임(교회)에서 무료 세미나 해드립니다.

• 경력: 10년 이상의 장의사, 시신방부사. 로즈힐 묘지 근무.



714.951.2520
714.870.6303

501 W Commonwealth Ave, Fullerton, CA 92832

스캇 맥콜리 패밀리 장의사 ★
W Commonwealth Ave