

콩나물황태해장국

동아맘 문성실의 이야기가 있는 밥상



저는 뜨끈한 국물에 밥을 맡아서 반찬과 먹는 밥상을 제일 좋아해요. 사람마다 식성이 다르긴 한데요, 저는 한여름에도 찬 음식보다 따끈한 국물요리를 더 좋아하고, 또 반찬 위주의 밥상 보다는 꼭 국이나 찌개가 있어야 밥을 잘 먹었다고 생각하는 사람입니다.

그래서 요즘 들어 따뜻하게 마음을 가다듬으면서 내린 핸드드립커피, 그리고 따끈하게 바글바글 끓인 호호 불면서 먹는 국물요리가 자주 생각이 납니다. 그래서 하루는 같이 밥 먹는 사람들과 함께 먹자 싶어 황태를 넣은 시원한 콩나물황태해장국을 아주 넉넉하게 끓였답니다. 시원하게 끓여 밥 한 그릇 맡아서 반찬을 곁들여 먹고 나니 정말 속이 확 풀리는 기분이더라고요. 돈 많이 안 들이고 여러 사람 시원하게 속을 풀어 주었네요. 여러분도 속 터지는 세상(?) 콩나물황태해장국으로 속을 풀어보세요!

시원하다! 소리가 절로 나오는 콩나물황태해장국! 여러분도 시원한 황태해장국으로 속을 풀어보세요.

Recipe

(6-7인분)  
(중이밥과 밥숟가락 계량)

- ◆ 주재료: 콩나물(6줌-300g), 황태채(50g), 멸치다시마육수(12컵), 대파(2분의 1대)
- ◆ 양념재료: 다진 마늘(0.5), 새우젓(3), 후춧가루(적당량)
- ◆ 양념대개: 다진 청양고추(2), 다진 마늘(0.5), 고춧가루(2), 맛술(1), 국간장이나 참치진국(1)
- ◆ 추가 재료: 김 가루(적당량)



1. 육수는 멸치와 다시마를 넉넉하게 넣고, 황태머리나 건새우도 있으면 넣어서 진하게 푹푹 끓인다.



2. 황태채는 먹기 좋게 잘라 물을 흘려서 속속하게 만든다.



3. 콩나물은 깨끗하게 씻어서 물기를 꼭 쥌는다.



4. 멸치다시마육수에 콩나물을 넣고 팔팔 끓이고, 국물이 끓을 때 볶아채를 넣고 중불에서 다시 10-12분 정도 끓인다.



5. 다진 마늘, 새우젓, 후춧가루, 송송썬 대파를 넣고 한소끔 더 끓인다. 그동안 양념대개 재료를 넣고 잘 섞어 양념을 만든다.



6. 완성그릇에 콩나물황태해장국을 담고 양념대개를 곁들이고, 추가재료인 김 가루를 취향껏 솔리고, 밥과 함께 상에 내면 끝.

**스페셜**  
**한방침 + 물리치료**  
Acupuncture + Massage  
10번 패키지 구입시 1번 Free

2022 Top AWARD  
“제할 통증 전문”  
2022 Top Doctors of Excellence Acupuncturist에 선정된 여성 한의사가 세심하게 상담해 드립니다.

침 부항 뜸 보약

공진단 선물용 상품권도 판매합니다.  
\*상화탕 \*녹용대보탕 \*심전대보탕 \*각종 한방 TEA

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

**푸른솔한의원**  
PINETREE ACUPUNCTURE  
월-금 9:00 AM ~ 6:00 PM 토 10 AM ~ 1 PM 일 Closed  
**714.736.0208**  
2619 W. Orangethorpe Ave. Fullerton, CA 92833

Welcome

**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 (터스틴 해당안됨)
- 앤섬블루크로스
- 휴메나 골드플러스
- 유나이드 헬스케어 (AARP Medicare Advantage)
- 클레버케어
- PPO Insurance



**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