

목이버섯잡채

동아맘 문성실의 이야기가 있는 밥상



오늘 요리는 목이버섯이 듬뿍 들어간, 목이버섯볶음인지 잡채인지 헤깔리는 버섯 잡채입니다. 목이버섯과 건표고버섯 모두 마른 상태라 저장성이 좋은 재료인데요, 이것을 불리고, 당면도 불려서 만드는 요리입니다. 불리는데 시간이 걸리지만, 만들기는 간단하고 양념 또한 대부분 집에 있는 재료로 맛있게 만들 수 있는 잡채입니다. 어려서는 희안하게 생겼다면 골라 내고 먹었던 목이버섯이 이제는 그 쫄깃하고 씹히는 부드러움이 참 맛있네요. 버섯만 넣은 깔끔한 잡채!  
버섯볶음이다 생각하면서 먹다가 이내 집히는 까만 색깔의 짭조름하고 고소한 당면의 맛이 아주 그만입니다. 표고버섯과 목이버섯의 씹히는 맛과 향도 나무랄 데가 없습니다.  
고기보다 더 맛있는 버섯! 씹히는 맛과 향이 참 좋은 버섯 가득 잡채! 그럼 목이버섯 듬뿍 들어간 잡채를 만들어 볼까요?

Recipe

(2~3인분)  
여름 및 밥순기약 계량

- ◆ 주재료: 당면(2줌-100g), 목이버섯 불린 것(10장), 표고버섯(말린 것 3장 분량)
- ◆ 양념재료: 식용유(2), 맛술(2), 간장(5), 설탕(1), 올리고당(2), 참기름(2)  
후춧가루(약간), 통깨(0.5)



1. 당면과 목이버섯 그리고 표고버섯 말린 것을 각각 미지근한 물에 담겨 30분에서 1시간 정도 불린다.



2. 불린 목이버섯에서 딱딱하고 저분한 것을 빼어내고 통통하게 불린 상태로 표고버섯과 함께 준비한다.



3. 목이버섯과 표고버섯 불린 것을 먹기 좋게 한입 크기로 썬다.



4. 불린 당면은 끓는 물에 넣고 취위 1분간 저어 투명하게 삶아 찬물에 헹구 체에 밭쳐 준비한다.



5. 달군 팬에 식용유를 두르고, 목이버섯과 표고버섯을 넣고 재료가 잘 익도록 중분히 2분간 달달 볶는다.



6. 이어서 맛술, 간장, 설탕, 올리고당을 넣어 양념하고, 바로 이어 삶은 당면을 넣고 볶은 후 참기름, 후춧가루, 통깨를 넣고 골고루 잘 섞어 주면 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

부항

뜸

보약



공진단 선물용 상품권도 판매합니다.

- \*쌍화탕
- \*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



JJ 웨스턴 건설

WESTERN CONSTRUCTION, INC.  
JJ WESTERN PAINT



리모델링 (하우스/커머셜)

키친/화장실

플러밍, 전기공사

타일/마루

페인팅 (하우스/커머셜)

캐비닛 Refinishing

욕조 재생, 창문

ADU 전문

지붕 공사/수리



Tel. (714) 501-7726

Lic. #1068622  
Bonded & Insured

7335 Orangethorpe Ave., Buena Park, CA 90621

jjwesternconstruction@gmail.com