

매운어묵뎡뎡

동아맘 문성실의 이야기가 있는 밥상



요즘 흔한 재료를 이용해서 밥 먹고 사는 방법(?)을 알기 위해 매일 주위에서 손쉽게 구할 수 있는 재료들을 가지고 음식 만들기를 하다 눈이 번쩍 뜨이는 맛에 스스로도 놀란 어묵뎡뎡입니다. 평소 좋아하는 어묵을 이용해서 뎡뎡을 만들어 먹으면 다른 반찬 걱정 안 해도 되니 얼마나 좋은지. 뎡뎡이니까 예의상 달걀프라이도 하나 해서 얹어 주면 비주얼도 더욱 그럴싸 해지죠. 같이 맛을 본 사람들의 반응이 가히 열광적(?)이어서 만든 저도 스스로 대견했답니다.

촉촉하고 맛있는 어묵이 그냥 술술 넘어가는 매운어묵뎡뎡! 개인적으로 이런 류의 뎡뎡을 참 좋아합니다. 물녹말이 들어가 부드러운 뎡뎡 소스가. 밥에 착착 감겨서 맛이 좋거든요. 매운 맛이 아닌 일반적인 맛으로 드실거면 양념에 고춧가루만 빼고 만들어 드시면 된답니다. 오늘 저녁에 뎡뎡 만들어 드세요.

Recipe

(2인분)
(동아맘과 밥순이가의 가정)

◆ 주재료: 밥(2공기), 어묵(200g), 양파(4분의 1개-50g), 대파(2분의 1대), 식용유(1), 물(1컵+2분의 1컵), 통깨(0.5) ◆ 양념재료: 고춧가루(1), 다진 마늘(1), 맛술(2), 양조간장(2), 굴 소스나 참치진국(1), 올리고당(1), 참기름(1) ◆ 물녹말재료: 녹말가루(0.5), 물(3)



1. 어묵은 먹기 좋게 썰고, 양파는 채 썰고, 대파는 송송 썰어 준비한다.



2. 양념재료인 고춧가루, 다진 마늘, 맛술, 양조간장, 굴 소스나 참치진국, 올리고당, 참기름을 한데 섞어 어묵뎡뎡 양념장을 만든다.



3. 달군 팬에 식용유를 두르고, 준비한 어묵과 양파, 대파를 모두 넣고 달달 중불에서 2-3분간 볶다가 미리 섞은 양념장을 넣고 볶는다.



4. 물을 붓고 바글바글 재료가 이 잘 섞이도록 끓여 준다.



5. 물녹말재료인 녹말가루, 물을 섞은 것을 불의 세기를 줄이고 저어가면서 넣는다.



6. 윤기가 나고, 농도가 적당해지면 마지막으로 통깨나 검은깨를 넣어주면 매운어묵뎡뎡 소스 완성!



7. 완성그릇에 따뜻한 밥을 담고, 어묵뎡뎡 소스를 올리고, 그 위에 달걀프라이를 얹어 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**

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

• **이주영(JustinLee)DDS**
• 로마린다 치대 졸업

애나하임 714.552.5373 1201 N. Euclid St. Anaheim, CA 92801
한인타운 213.381.2827 2500 W. 8th St. #106 LA, CA 90057