

불고기엔칠라다

동아일보 **문성실**의 이야기가 있는 밥상



엔칠라다는 토르티야 사이에 고기나 해산물, 야채 등을 넣고, 동그랗게 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 피자보다 더 맛있다고 불이 터져라 먹기에 여념이 없어요. 맛은 돌돌만 불고기피자라고 하면 되겠네요.

손쉽게 토르티야를 사용해서 만들어 더욱 간편하면서도 맛있게 즐기실 수 있을 거예요. 먹기 좋게 잘라서 개인접시에 담아 드세요.

맛있는 피자치즈를 듬뿍 올려서 사랑까지 가득 담아서 만들어 보세요.

Recipe

(2-3인분)
(중이집게 밥솥가막 개량)

- ◆ 주재료: 소고기 불고기감 120g, 토르티야 8인치 2개, 홍 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 알맞게 불고기감으로 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 볶아준다. (바짝 볶아야 눅눅하지 않고 맛이 있어요.)



5. 양념해서 볶은 고기와 피자치즈, 피자소스, 다진 오이피클을 함께 준비한다.(오이피클이나 할라피뇨 등을 같이 넣어주면 느끼한 맛이 훨씬 덜하답니다.)



6. 해동 한 토르티야에 피자소스 바르고, 위에 피자 치즈, 볶은 고기와 다진 오이 피클, 다시 피자치즈를 듬뿍 올리고 돌돌 말아준다.



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



8. 남은 여분의 피자소스와 피자치즈를 솔솔 뿌려 올리고, 180도 로 미리 예열한 오븐에 넣고 10-15분간 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

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

VISIT US

Your Health is Our Priority

한분 한분 친절과 정성으로 섬깁니다.

행복한 약국,
웃음이 있는 약국

건강을 생각하는 약국,
정약국입니다.

각종 보험 환영(메디케어/메디케이드/HMO/PPO)

그랜드 오픈

정약국



Jung Pharmacy



정은혜 약학 박사
(Grace Jung)

건강 상담/혈압 당뇨 측정/예방 접종/처방약 조제/무료 배달 서비스/한국약 판매/비타민/건강 보조제



정약국

714.752.6027

Open hours: 월-금 9am-6pm / 토 9am-2pm | Fax: 714.676.5508

카카오톡 ID: jungrx | 6771 Beach Blvd. Ste E, Buena Park, CA 90621



소스몰 맞은편, 명인만두 옆