

단호박피자

동아맘 문성실의 이야기가 있는 밥상



또피아와 단호박을 주재료로 맛있는 피자를 만들어 먹을 수 있어요. 얼마 전 텔레비전이 요리 프로그램에 박연경 선생님의 단호박피자가 아주 먹음직스럽게 방영되었어요. 그 맛이 궁금해서 바로 다음날 만들어서 먹었더니..... "우와~~!! 이렇게 맛있을 수가! 원더풀!!" 그 맛에 감탄을 감출 수가 없었어요. 때마침 놀러온 이웃 언니들이 밥을 먹고 왔다가 한사코 거절하는 것을 간식 삼아서 먹어보라고 권했더니, 금방 한 판을 똑딱 해치웁니다.(그래서 그다음주에 또 만들어 주었어요. 단호박이 다 떨어질 때까지~~) 단호박만 써서 먹어도 맛있지만, 다양하게 요리로 만들면 맛도 더하고 무엇보다 색깔이 고와서 눈이 먼저 먹고, 다음은 입으로 더 맛있게 먹게 되는 것 같아요. 단호박 듬뿍 들어간 달콤하면서도 담백한 피자, 단호박을 그냥 먹는 것보다 훨씬 쫄나고 맛도 좋아요. 만들기가 매우 쉽고 맛도 좋으니 지금 당장 시도해 보세요.

Recipe

3-4인분
(종이컵과 밥숟가락 계량)

- ◆ 주재료: 단호박(2분의 1통), 또피아(6인치 3장), 피자치즈(2컵), 꿀(적당량)
- ◆ 단호박양념: 해바라기씨 등의 견과류(2), 설탕(1), 마요네즈(1), 시나몬파우더(0.3)



1. 단호박은 단호박 모양을 그대로 살려 알갱이 6-9조각 썰어두고, 나머지는 찌기 좋게 잘라 준비하여 찜기나 전자레인지에 넣고 물이 많이 먹지 않도록 주의하며 찜 준다.



2. 단호박 모양으로 살려 자른 것은 아무것도 두르지 않은 팬에 앞뒤로 노릇하게 구워 익힌다.



3. 단호박이 찌지면 뜨거운데 접질과 함께 으깨 준다. (접질도 같이 으개서 먹으면 맛있어요.)



4. 단호박 으갠 것에 양념재료를 넣고 고루 섞어 단호박토핑을 만든다. (저는 단호박이 질퍽한것 같아서 꿀이나 올리브오일 대신 설탕을 넣었어요.)



5. 또피아는 아무것도 두르지 않은 팬에 올려 앞뒤로 굽기. 또피아가 한 번 부풀어 오를때 까지 굽는다. (또 오래 구우면 나중에 오븐에 넣고 다시 구울 때 쉽게 탈 수 있거든요.)



6. 구운 또피아에 단호박토핑을 올리고, 그 위에 피자치즈를 소복히, 다시 그 위에 미리 구워 놓은 단호박을 모양내 올리고, 피자치즈를 적당히 위에 올린 후 170도로 예열한 오븐에 넣고 10-15분간 구워주면 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
- *십전대보탕
- *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

Linda Beauty

린다뷰티영구화장

Permanent Make-up

• 메이크업 아티스트 •

매직의 손

- 30년 경력 -

- Eyebrow
- Eyeline
- Lipline
- 점, 검버섯 레이저 (5볼 or 10볼)
(한개 크기에 따라서)
- 탈모커버
- 무통 3D 자연눈썹
(마이크로브레이딩)
- 남자눈썹 전문

★ 잘못된 영구화장 깨끗하게 문신제거!



바로 하고 나가도 티가 전혀 나지 않게
자연스럽게 원하시는 스타일로

- 영구화장 개인지도 -

(배우고 바로 손님 모실 수 있음)

T. 562.896.2024

9828 Garden Grove Blvd. #107, Garden Grove, CA 92844

예약 문의