

광동식 탕수육

동이밤 문성실의 이야기가 있는 밥상



제가 어렸을때 탕수육은 늘 소스에 케첩이 들어가야 하는 것으로 알았어요. 졸업식날 어찌다가 한 번 동네 중국집에 가서 먹는 탕수육에는 항상 빨강색의 소스로 식욕을 자극하는 탕수육이 있었거든요. 그러다가 어느 유명한 중식당에 가서 먹었던 짙은 갈색 간장소스(굴 소스) 맛이 나는 조금 더 고급스런 탕수육의 맛에 빠져서 늘 탕수육소스는 굴소스로만 만들어 먹었는데, 아이들은 역시나 케첩소스를 좋아라 하네요.

광동탕수육은 중국 청나라 때 탕수갈비를 뜯어 먹는 것을 불편해 하는 서양 사람들이 먹기 좋게 개발된 음식이라고 해요.

소스에 넣으면 좋은 여러 가지 채소나 과일들도 생략하고 달걀양파와 피망만 넣어 만든 탕수육. 그렇게해도 맛나유~!

Recipe

3~4 인분
(중이밤과 밥은가래 계량)

- ◆ 주재료 : 돼지고기안심(500g), 녹말가루(3)
- ◆ 돼지고기 밀간 : 소금(0.3), 후춧가루(약간), 생강즙이나 가루(0.3)
- ◆ 튀김 반죽용 재료 : 녹말가루(10), 물(7), 청주(3), 달걀흰자(1개분)
- ◆ 소스 재료 : 물(1), 설탕(3), 식초(3), 케첩(3), 참치진국이나 간장(1), 양파(1/4개), 피망(1/3개)
- ◆ 물녹말재료 : 녹말가루(1), 물(2)



1. 돼지고기는 손가락아디만한 크기로 결의 반대 방향 내지는 사선의 방향으로 잘라 밀간재료를 넣고 살살 섞어 준다.



2. 튀김용 재료를 한데 섞어 튀김옷을 만든다. (전체적으로 만져 보아 푹푹 떨어지는 정도의 느낌이면 좋아요.)



3. 밀간을 한 돼지고기는 녹말가루를 전체적으로 뿌려 조물조물 묻혀준다. (고기 속의 수분을 빨아들여 기름이 튀는 것을 줄일 수 있어요.)



4. 녹말가루를 묻힌 돼지고기는 튀김 반죽 안에 넣고 전체적으로 섞어 준다.



5. 달군 튀김기름에 튀김옷을 입힌 돼지고기를 하나씩 때어서 넣고 겉의 색깔이 살짝만 나게 1분 튀기고 불의 세기를 살짝만 더 올려서 전체적으로 한 번 더 튀겨준다.



6. 소스 재료를 넣고 끓이다가 끈직하게 썬 양파와 피망을 넣고 끓인다. (피망은 처음부터 넣고서 너무 푹푹 끓이면 색깔이 예쁘게 안나 온답니다.)



7. 소스 끓이는 불의 세기를 약하게 줄여 놓은 후, 물녹말을 조금씩 넣어가면서 농도를 맞춘다. (불의 세기가 세면 물녹말이 엉겨서 소스가 딱이 되서 망칠 수 있어요.)



8. 튀긴 고기를 완성 그릇에 담고, 튀기 직전에 따르면하게 데운 탕수육소스를 뿌려내면 끝!

스페셜

한방침 + 물리치료

Acupuncture + Massage

10번 패키지 구입시 1번 Free

2022 Top AWARD

“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

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

Best

애나하임
한인타운

714.552.5373
213.381.2827

1201 N. Euclid St.
Anaheim, CA 92801

2500 W. 8th St. #106
LA, CA 90057