

할라피뇨바지락파스타

동아맘 문성실의 이야기가 있는 밥상



어쩌다 파스타를 먹을 때면 토마토소스나 크림소스의 파스타를 주로 먹곤 했는데, 어느 날 할라피뇨가 들어간 파스타를 먹었더니 그 맛이 매력적이게 끌리더라고요. 이제는 토마토소스나 크림소스스파게티보다 이런 파스타가 더 담백하니 좋습니다.  
담백한 듯하지만, 할라피뇨의 은근히 끌리는 맛과 매운 건 고추의 칼칼함까지 더해지고, 늘 그렇지만 마늘의 매력까지 합체한 맛! 혼자 있는 날에는 할라피뇨파스타 어떠세요?

Recipe

1-2 인분  
(저울 및 밥숟가락 계량)

- ◆ 주재료: 파스타(1인분-100g), 할라피뇨(1줌-100g), 바지락(1봉지), 양파(6분의 1개) 올리브오일(3), 다진 마늘(1), 건 고추(2분의 1개분), 화이트와인이나 맛술(2) 스파게티 삶은 물이나 닭 육수(2분의 1컵), 소금, 후춧가루(적당량)



1. 바지락은 몇 번 헹구고, 물에 담가 준비해 둔다.



2. 스파게티면은 끓는 물에 굵은 소금을 조금 넣고 8-10분간 휘황갓 삶아 체에 받혀 식혀 준비한다. (올리브오일에 물러두면 불지 않고 좋아요.)



3. 마늘은 편으로 썰거나 굵직하게 다져 준비하고, 건고추도 잘게 다져서 준비해두고 할라피뇨와 양파도 큼직하게 다져 준비한다.



4. 약하게 달군 팬에 올리브오일을 두르고 다진마늘을 넣고 타지 않게 볶다가 건고추, 양파, 할라피뇨를 넣고 볶는다.



5. 이어서 바지락을 넣고서 볶다가 화이트와인이나 맛술을 넣고 스파게티 삶은 국물이나 닭육수를 넣고 끓여준다.



6. 삶은 스파게티면을 넣고 면을 재료들과 함께 어우러지게 버무리고 마지막으로 맛을 보아 소금, 후춧가루로 간하면 끝.

스페셜 한방침 + 물리치료

Acupuncture + Massage

10번 패키지 구입시 1번 Free



“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



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.

Best

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