

미트소스스파게티

동아일보 문성실의 이야기가 있는 밥상



스파게티는 아이들이 좋아해서 만들어 주면 한 접시 싹씩 비우는데 막상 해주려고 하면 부담도 되고 겁부터 나시죠? 만들기 어렵다고 한다면 시판되는 스파게티소스나 토마토소스 등을 이용해서 만들면 정말 쉽게 만들 수 있습니다.

아이들에게 미트소스 스파게티로 일등엄마가 되어 보세요. 언제 먹어도 맛있고 또 우리집 녀석들에게는 언제 해 줘도 칭찬 받는 음식입니다.

심지어는 녀석들 먹는 것을 보면 숨도 안쉬고 단숨에 먹어요. 또 서로 많이 먹겠다고 그릇의 담긴 음식의 양을 보면서 큰 거 먹겠다고 싸우기도 하고 말이죠.

Recipe

(1-2인분)

(종이컵과 밥숟가락 계량)

- ◆ 주재료: 다진 쇠고기(1컵-100g), 스파게티면(100g), 양파(2분의 1개), 피망(2분의 1개)
- ◆ 쇠고기말간재료: 소금, 후춧가루, 다진 마늘, 청주(약간씩)
- ◆ 스파게티 삶을 때: 굵은 소금(0.5), 올리브유(1)
- ◆ 소스 재료: 시판 스파게티소스(12), 케첩(2), 굴 소스(0.3), 설탕(0.5), 후춧가루(적당량), 오렌지주스나 토마토주스(2분의 1컵), 스파게티 삶은 물(1컵)
- ◆ 곁들이 재료: 핫 소스, 파르미산 치즈가루(적당량)



1. 냄비에 넉넉히 물을 부은 후 올리브오일과 굵은 소금을 넣고 팔팔 끓이다가 스파게티 면을 넣고 약 10-12분 동안 삶는다.



2. 삶은 면은 체에 밭쳐 물기를 빼고, 올리브오일에 살짝 버무려 둔다.



3. 다진 쇠고기는 쇠고기말간재료를 넣고 조물조물 양념한다.



4. 양파와 피망도 잘게 잘라서 준비한다.



5. 달군 팬에 기름을 살짝 두르고 양념한 쇠고기와 양파, 피망을 넣고 달달 볶는다.



6. 시판 스파게티 소스와 케첩, 굴 소스, 설탕, 그리고 오렌지주스나 토마토주스와 스파게티 삶은 물을 넣고 바글바글 조려 소스를 끓인다.



7. 미리 삶아 놓은 스파게티 면을 넣고 소스에 버무려 주고, 후춧가루를 취향대로 뿌려주면 끝...



한인이 운영하는 청소재료상 중 가장 큰

Brother's

청소재료상

Janitorial Supplies

도매 최저가격

무료배달

가정용 청소기구 재료에서부터 큰 빌딩 청소 각종 기구, 재료까지 완벽하게 구비!

각종 청소기계 수리 전문!
최신 청소기계 재료 다량 확보

각종 새로 개발된 청소약품
화장지 / 각종 종이 / 타일 / 대리석
카펫 샴푸 기계 / 왁스 기계
최신형 장비 일절 구비

Open : Mon-Fri 9am-6pm / Sat 10am-4pm

(562) 920-9090
(562) 920-9595

Fax. 562-920-9596

16211 Bellflower Blvd. Bellflower, CA 90706

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

예약 문의

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