

두반장 닭볶음탕

동아맘 문성실의 이야기가 있는 밥상



오늘은 중식요리에 자주 쓰이는 두반장 소스를 넣은 닭고기 요리에요. 우리가 흔하게 먹는 닭볶음탕에 감자나 다른 채소 대신 고구마를 넣고 두반장 소스가 주가 되어 만든 요리인데요, 두반장을 요리에 넣으면 나름 아주 매력적인 맛에 끌리는 맛이 난다고 해야할까요? 고추장만 넣어서 만든 닭볶음탕과는 또 다른 맛이 난답니다. 두반장 소스를 구입하면 활용하지 않고 냉장고 깊숙하게 넣어두고 그냥 까먹는 경우가 많은데요, 흔하게 먹는 닭요리에도 잘 활용해 보세요! 저는 닭볶음과 떡볶이를 같이 합체해서 만들어 보았어요. 두반장 소스를 넣어서 더욱 깔끔하고 맛있는 맛. 두반장닭볶음탕이에요.

Recipe

(3-4인분)

(종이컵과 밥숟가락 계량)

◆ 주재료: 닭(1마리-700g), 고구마(1개), 양파(2분의 1개), 떡볶이 떡(2줌-100g), 사각어묵(1장), 대파(2분의 1대), 물(4컵) ◆ 양념장재료: 다진 마늘(1), 고추장(2), 두반장(2), 간장(1), 설탕(1), 청주(3), 물엿(0.5) ◆ 추가양념재료: 참기름(0.5), 후춧가루(적당량)



1. 닭은 볶음용으로 자른 것을 껍질과 기름을 손질해서 깨끗하게 씻어 물기를 빼서 준비한다



2. 닭이 잠길 정도의 물을 팔팔 끓이다가 손질한 닭을 넣고 5분 정도 데쳐서 찬물에 깨끗하게 헹구어 준비한다.



3. 닭을 데치는 동안 고구마, 양파도 큼직하게 썰고, 떡볶이 떡도 함께 준비하고, 사각어묵도 먹기 좋게 썰어 둔다.



4. 양념장재료인 다진 마늘, 고추장, 두반장, 간장, 설탕, 청주, 물엿을 한데 넣고 잘 섞어 준다.



5. 물에 데쳐서 물기를 빼 놓은 닭을 넣고 팔팔 5분간 끓이다가 안들어 놓은 양념장을 넣고 닭이 완전히 다 익고 국물이 자작자작할 때까지 끓인다.



6. 준비한 고구마와 양파, 떡볶이 떡과 어묵을 넣고 고구마가 꼭 익을 때까지 바글바글 끓인다.



7. 국물이 적당히 남아 맛있게 조리되면 마지막으로 대파를 어슷 썰어 넣고, 추가양념재료인 참기름, 후춧가루를 넣고 잘 섞어주면 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.

- *쌍화탕
- *녹용대보탕
- *심전대보탕
- *각종 한방 TEA

각종 보험, 통증, 한약, 교통사고 건강상담, 메디케어, 메디케어(Advantage) Clever Care, HSA, FSA 환영



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

오픈스페셜

UP TO 40%

SALE (*혼수이불 제외)

Grand Opening

이불 명가

한국 신세계 백화점에 들어가는

아르페지오 혼수이불

혼수이불, 고급 모달 이불

알러지케어 침구류

한국산 양모이불(물빨래 가능)

호텔용 고밀도 이불

디즈니 캐릭터 잠옷(면 100%)

기숙사용 한국이불

한국 공장직영

호주산 양모 사용

물빨래 가능. Made in KOREA

프리미엄 고밀도 면 100%

Q: \$520 → \$390

S: \$370 → \$278

목화솜 순면 고밀도 패드

Q: \$160 → \$128

S: \$183 → \$145

아사면 60수 레이스 패드

Q: \$90 → \$73

S: \$126 → \$94

아사면 60수 워싱 패드

S: \$78 → Q: \$90 → K: \$126

\$59 \$68 \$94



한국 면 잠옷 세트 30% SALE



T. 714.735.8836

4560 Beach Blvd, #101 Buena Park, CA 90621

비치스파 옆

