

닭고기무도림찌

등이암 **문성실**의 이야기가 있는 밥상



찌닭 드셔보셨나요? 안동찌닭에는 보통 감자와 당면을 넣어 매콤하게 조리해서 먹는데요. 개성식찌닭에는 무를 넣어서 요리한다고 해요. 개성식무찌미란 요리에도 쇠고기, 돼지고기, 닭고기등 3가지 종류의 고기가 함께 들어간다고 합니다. 엄청난 보양식이란 느낌이 드네요. 사실 개성식 무찌미는 안 먹어봐서 그 맛은 겪어보진 않았지만, 닭고기와 무를 함께 조리하면 시원하고 감칠맛이 날 것 같아서 함께 조리해보았답니다. 그랬더니..... 결론은 대박!!

완전 맛있는 밥도둑 찌닭이 되었어요. 짭조름하게 맛있게 잘 조리된 닭고기 그리고 쪽맛있게 무른 무도 최고!! 국물도 넉넉해서 밥에 넣고 비벼 먹으면 환상이에요.

따로 육수를 내지 않고 기본 양념만으로도 맛깔진 맛의 닭고기 찌림이 완성된답니다.

Recipe

(3-4인분)
(종이컵과 밥숟가락 계량)

- ◆주재료: 닭(700g), 무(15cm 1토막 400g), 단호박(4분의 1개-100g), 양파(2분의 1개), 청양고추(2개), 홍고추(1개), 물(3컵), 다시마(5장)
- ◆양념 재료: 다진 대파(10), 다진 마늘(2), 설탕(1), 맛술(2), 청주(2), 간장(10), 물엿(4), 참기름(2), 후춧가루(취향껏)



1. 깍질 벗긴 무는 도톰하게 나박 썰고, 단호박, 양파도 큼직하게 썰고, 청양고추, 홍고추는 어슷 썰어 준비한다.



2. 닭고기는 기름을 떼어내고 찬물에 여러번 헹구 물기를 빼고, 닭이 크면 다리 부분에 칼집도 내준다.



3. 팔팔 끓는 물 7컵에 청주 2컵을 넣고 손질된 닭을 약 3분간 데친다.



4. 데친 닭은 다시 찬물에 깔끔하게 헹구 기름기와 이물질을 제거한 후 물기를 빼서 준비한다.



5. 양념재료를 모두 넣고 고루 잘 섞어 닭조림 양념장을 만든다.



6. 물 3컵에 무와 다시마를 넣고 5분간 끓이다가 데친 닭과 양념장을 반쯤 넣고 불을세게하여 끓이고, 끓기 시작하면 중불로 줄여 준다.



7. 약 20-30분 정도 끓인 후 양파, 단호박, 청양고추, 홍고추와 양념장을 다 넣고 다시 웬근하게 중불에서 조리한다.



8. 다시 약 2-30분간 조리하면서 중간중간 냄비를 흔들어서 국물이 잘박하게 조리되면 끝.

스마일 한의원
Smile Acupuncture
<각종보험>
클레버케어, 에스티바 시그나

정통 한방 치료

차별화된 진료, 체질 맞춤 한방요법으로
만성 질환에서 벗어나세요!

- 양한방 협진 진료 (Integrative Health)
- 정확한 체질진단 / 처방약
- 인공수정 전후 관리
- 불임치료
- Cosmetic Acupuncture (마이크로 니들링)
- 다이어트 / 디톡스
- 무료 인바디 상담 *7월 31일까지



한의학 박사 대표원장 김현정
Dr. Hyun Jung Kim, L.Ac, DACM

전화/문자 714.722.8774

1321 N. Harbor Blvd. Ste 205 Fullerton, CA 92835
Healing By Nature | www.SmileACU.com

**메디케어 / 롱텀케어
생명보험 / 연금플랜 / 오바마케어**

- ✓ 65세가 되셔서 3개월 전, 후로 메디케어 처음 신청 하시는 분
- ✓ 메디케어 리뉴하시는 분
- ✓ 메디케어 우대보험 (PART C) HMO
- ✓ 메디케어 보충보험 (SUPPLEMENT)
- ✓ 메디케어 약보험 (PART D)

편안한 마음으로 연락 주시면 친절하고 신속하게 도와드리겠습니다.



- 생명보험(LIFE INSURANCE)
- 롱텀케어(LONG TERM CARE)
- 개인 은퇴계좌(IRA)
- 연금(ANNUITY)
- 401(k) ROLLOVER

SUE KIM / 김수경 CA, Insurance Lic. #4440306

T. 714.880.2994

Linda Beauty

린다뷰티영구화장 Permanent Make-up
메이크업 아티스트

~~\$350~~
\$250

<특가세일>

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