

두부카레부침

동아맘 문성실의 이야기가 있는 밥상



두부카레부침은 두부에 카레가루와 전분을 묻힌 후 달걀물을 묻혀서 팬에 굽는 반찬이에요. 우리 식구들은 워낙 두부도 좋아하고 카레도 좋아하는지라 두부카레부침을 밥반찬으로도, 심심하게 부쳐서 밥 대신 간식이나 또 다른 식사 대용으로 즐겨 먹는 메뉴랍니다. 은은한듯 강렬한 카레향을 좋아하는 분들에게는 환상적인 요리가 될 것이에요. 두부도 더 향긋하고 맛있어집니다. 카레의 노란 색깔이 식욕을 더욱 자극하고 두부부침 자체의 모양새도 더욱 예뻐져서 더 맛있게 느껴지는 것 같아요. 노란색만 있는 것보다 초록색이 군데군데 보이면 더 먹음직할 것 같아서 파슬리가루도 넣었는데 역시나 두부부침의 자체가 더욱 예쁘게 보이는 역할을 톡톡히 하네요. 반찬도 되고, 간식도 되는 두부카레부침, 맛있게 부쳐주세요!

Recipe
(2인분)
밥숟가락 계량

- ◆ 주재료: 두부(부침용 1모-300g), 식용유(2)
- ◆ 부침옷 재료: 부침가루(2), 카레가루(2), 달걀(2개), 소금(약간), 파슬리가루(0.3)



1. 두부는 길이대로 1.2cm간격으로 썰고, 키친타월에 올려 물기를 어느 정도 걷어낸다.



2. 오목하고 넓은 그릇에 부침가루, 카레가루를 한데 섞는다.



3. 물기를 어느 정도 뺀 두부에 한데 섞은 부침가루, 카레가루를 앞뒤로 골고루 입힌다.



4. 달걀, 소금, 파슬리가루를 한데 넣고 골고루 잘 섞는다.



5. 가루옷을 묻힌 두부를 달걀물에 풍덩 넣고 달걀이 고루 묻도록 손을 이용해서 묻힌다.



6. 달군 팬에 식용유를 두르고 달걀옷을 입힌 두부를 넣고 앞뒤로 노릇하게 부쳐주면 끝.

Lic. #920169 Since 2007 Insured & Bonded

지붕에 관한 모든 것 블루 크루에 맡기세요

Blue Crew

- 신축, ADU, Addition 지붕공사
- 무료견적 및 정확한 진단
- 가정집, 아파트, 커머셜, 지붕수리 및 재시공

www.coolroofservice.net
(213) 820-3789

스마일 한의원
Smile Acupuncture

<각종보험>
클레버케어, 에스티바 시그나, 블루월드

정통 한방 치료

차별화된 진료, 체질 맞춤 한방요법으로 만성 질환에서 벗어나세요!

- ☑ 통증치료 (운동부상, 교통사고)
- ☑ 불임치료 (인공수정 전후 관리)
- ☑ 미용침 (마이크로 니들링)
- ☑ 다이어트 / 디톡스

Healing By Nature
www.SmileACU.com

한의학 박사 대표원장 김현정
Dr. Hyun Jung Kim LAc, DACM

전화/문자 714.722.8774
1321 N. Harbor Blvd. Ste 205 Fullerton, CA 92835

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!



- 영구화장 개인지도 -
(배우고 바로 손님 모실 수 있음)

T. 562.896.2024

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

예약 문의