

베트남 튀김 만두 (넴란)



이수정



베트남

재료

라이스페이퍼 (넴용)

다진삼겹살

새우살

달걀

당면

목이버섯

표고버섯

당근. 오이. 파인애플

양파. 상추. 고추

쪽파. 다진마늘. 다진고추

후추. 미원. 설탕

액젓. 식용유. 레몬. 쌀국수

만드는법

- 1 당면은 미지근한 물에 불린 후 잘게 썰어 줍니다
- 2 목이버섯과 표고버섯도 물에 불린 뒤 잘게 다집니다
- 3 큰 불에 다진고기, 새우, 당면 버섯, 채소를 넣습니다
당근, 양파, 쪽파는 잘게 썰어 준비합니다. 새우는 잘게 다집니다
- 4 달걀을 넣고 아래 양념을 추가합니다
액젓, 설탕, 후추, 미원 모든 재료를 골고루 섞어 줍니다
- 5 라이스페이퍼를 물에 살짝 적십니다.
속재료를 적당량 올립니다
양쪽을 접고 단단하게 말아 줍니다
- 6 팬에 식용유를 넉넉히 붓고 중약불로 가열합니다
넴을 넣고 노릇노릇하게 튀깁니다
한번 식힌 뒤 두번재근 다시 튀기면 더욱 바삭합니다

마 이 게 드세요 ☺
ㅅ ㅅ

이수정

 캄보디아 룯락 싹꼭
(ញ៉កឡាត់សាច់គោ)



♥ - 정다점 가족 - ♥

I. 준비물 (2인분)

- | 재료 | 양념 재료 |
|--------------|-------------|
| • 소고기 200g | • 다진 마늘 1큰술 |
| • 밥 2공기 | • 케첩 2/3큰술 |
| • 토마토(중간) 1개 | • 굴소스 1큰술 |
| • 상추 3~4장 | • 액젓 2/3큰술 |
| • 계란 노른자 2개 | • 설탕 2/3큰술 |
| • 양파 1/3개 | • 소금 1/3큰술 |
| • 쪽파 1디 | • 후추 약간 |
| • 식용유 | • 양조간장 1큰술 |
| • 물 1/3컵 | |



만드는 방법

1. 소고기 밀간하기

소고기를 한입 크기의 주사위 모양으로 썰어줍니다.

굴소스 2/3큰술, 케첩 2/3큰술, 설탕 1/3큰술, 액젓 2/3큰술, 후추 약간을 섞어 양념장을 만듭니다.

양념장의 절반을 소고기에 넣고 10분 정도 재워둡니다.

2. 룯락 볶음밥 만들기

1. 계란 노른자 2개, 양조간장 1큰술, 굴소스 1/3큰술을 밥 2공기에 넣고 잘 섞어줍니다.

2. 팬에 식용유 1큰술을 두르고 다진 마늘을 볶습니다.

3. 준비한 밥을 넣고 고루 볶아줍니다.

4. 다른 팬에 식용유 1큰술을 두르고 마늘을 볶은 뒤 재워둔 소고기를 넣고 볶습니다.

5. 남은 양념장을 넣고 함께 볶아줍니다.

6. 소고기가 익으면 물 3큰술 정도를 넣고 살짝 더 볶아 마무리합니다.



맛있다!

鱼香肉丝

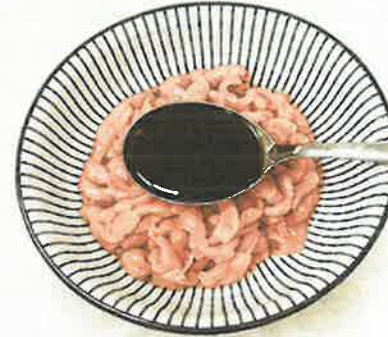


好吃好做



어향육사

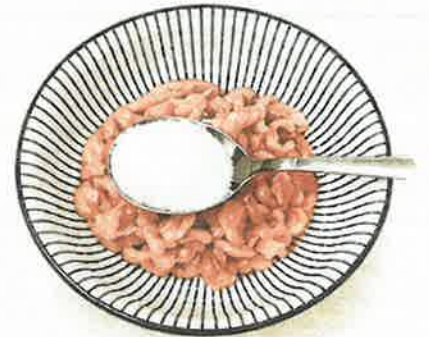
매콤·새콤·달콤한 어향 소스로 볶아낸
중국식 대표 가정식 요리



한 술갈 생간장



한 술갈 맛술



한 술갈 소금



한 술갈 전분



골고루 버무려
10분간 재워둡니다

양념 소스:

두 술갈 생간장
한 술갈 식초
한 술갈 식용유
한 술갈 설탕
한 술갈 전분



반 그릇 물

재료



돼지고기
(안심) 200g



목이버섯 5g



죽순 50g



당근 1/2개



피망 1개



쪽파 2대

양념 & 소스



맛술



간장



노추
(진간장)



굴소스



식초



두반장



설탕



전분



소금

만드는 방법



1 고기를 재 썰어 간장, 맛술, 전분으로 밑간한 후 기름을 두른 팬에서 볶아 따로 덜어둡니다.



2 팬에 기름을 두르고 파를 볶아 향을 낸 후 고추장을 넣어 볶아줍니다.



3 당근, 피망, 죽순, 목이버섯을 넣고 센 불에서 빠르게 볶아줍니다.



4 볶아둔 고기와 준비한 채소를 함께 넣고 볶아줍니다.



5 어향 소스를 넣고 골고루 잘 섞어줍니다.



6 센 불에서 살짝 더 볶아주면 완성입니다.

TIP 기호에 따라 고추기름이나 청양고추를 추가하면 더욱 매콤하게 즐길 수 있어요!



베트남 샌드위치(반미) 재료
 바게트 빵(반미용 빵)
 달걀
 고수(rau mùi)
 비첸향 포크플로스(Chà bông)
 베트남 튀긴 햄(Chả chiên)
 오이
 절인 무·당근(피클)
 칠리소스(또는 스리라차 소스)

만드는 방법

1. 재료 준비하기

오이는 길게 얇게 썰어줍니다.

튀긴 햄(Chả chiên)은 먹기 좋은 크기로 썰어줍니다.

달걀은 프라이로 익혀 준비합니다.

2. 빵 준비하기

바게트 빵 가운데를 길게 칼집 내어 살짝 벌려줍니다.

더 바삭한 식감을 원하면 오븐이나 팬에 살짝 데워줍니다.

3. 속 재료 넣기

빵 안에 칠리소스를 바릅니다.

달걀프라이, 차봉, 튀긴 햄을 차례대로 넣습니다.

오이와 절인 무·당근을 넣어 아삭한 식감을 더합니다.

마지막으로 고수를 올려 향을 더합니다.

>>> 완성하기

김연지

월남쌈

Đây là
월남쌈!



김지혜



베트남

재료

- 오이
- 당근
- 상추
- 파프리카
- 고수
- 돼지고기
- 새우
- 쌀국수면
- 라이스페이서
- 월남쌈소스



만드는 법

- 1 오이, 당근, 파프리카를 채썬다.
- 2 상추와 고수는 깨끗이 씻어 준비한다.
- 3 돼지고기는 삶아서 얇게 썬다.
- 4 새우는 삶아서 준비한다.
- 5 쌀국수면은 삶아서 찬물에 헹구고 소고리에 넣어 물기를 뺀다.
- 6 라이스페이서를 미지근한 물에 적신다.
- 7 라이스페이퍼 위에 상추를 깔고, 그 위에 준비한 재료를 올린다.
- 8 돌돌 말아 완성하고, 월남쌈소스에 찍어 먹는다.



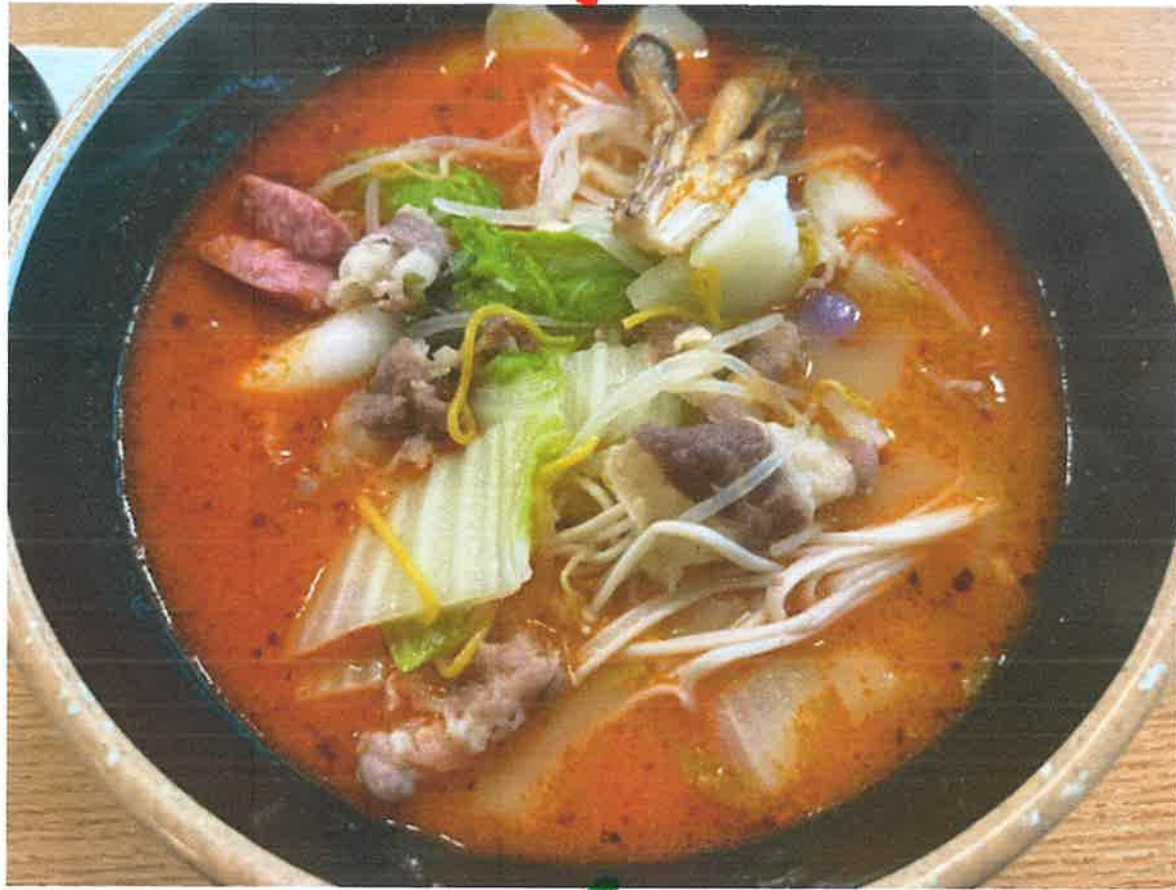
나만의 요리 비법 Tip

고수는 취향에 따라
조절해도 좋아요!
소스에 땅콩가루를 넣으면
더 고소해져요!



맛있게 드세요! 😊

내가족의 사랑 마라탕 레시피



麻辣烫 마라탕

마라탕은 중국 쓰촨(사천)지방, 특히 러산 지역에서 유래한 탕 요리로 알려져 있습니다. 이름의 '마라'는 혀가 열렬하게 저리는 맛을 뜻하는 말이며, '탕'은 뜨겁게 끓여 먹는 탕 요리를 가리킵니다.

시도애 가족

1. 육수 내기

냄비에 고추기름, 마늘, 생강, 파를 넣고 중약불에서 향을 냅니다.
마라탕 베이스(또는 두반장 + 사천후추)를 넣고 1분간 볶습니다.



2. 베이스 육수

물을 붓고 마라탕소스, 간장, 굴소스, 설탕을 넣어 끓입니다.
끓어오르면 중불에서 10분간 우려냅니다



3. 재료 넣기

고기 → 당면 → 버섯, 두부 → 채소 순으로 넣습니다.
숙주와 청경채는 마지막에 넣어 살짝 익힙니다



4. 완성 & 곁들임

취향에 따라 분말 고추, 후추, 다진 마늘, 식초를 더합니다.
밥이나 중국당면과 함께 먹습니다.



やきそば



가정에서도 캠핑에서도!
언제 어디서든 간단한 조리, 그리고 깊은 맛!

おいしい ♡
かんたん ♡
大好き ♡

마파가족

홈메이드 야끼소바 교실

1 중화냄비(웍)를 적당히 데우시고
식용유나 버터를 1큰술 넣습니다.



2 고기, 야채등을 넣고
함께 볶습니다.



양배추



양파



피망



돼지고기

3 야끼소바를 잘 풀어 넣어 볶으시고,
소스를 부려 골고루
섞어 줍니다



완성



いただきます ♡

ごちそうさまでした ♡

경장육사



요 리 재 료

1. 돼지고기 등심
2. 오이
3. 대파
4. 당근
5. 건두부
6. 천면장
7. 겨란
8. 설탕

9. 백후추 가루
10. 중국 맛술(로주)
11. 감자 전분
12. 식용유
13. 소금
14. 중국 간장(생후)
15. 방수의 십삼향 조미료

만드는 법

1. 고기를 가늘게 채 썰 후, 논말, 겨란 흰자, 요리술, 소량의 십삼향과 식용유를 넣고 20분 동안 저워둡니다.
2. 두부를 가로세로 8 센티미터 크기로 정사각형 모양으로 썰어 접시에 담아 놓습니다.
3. 당근과 오이는 껍질을 벗겨 채 썰니다. 파의 흰 부분도 채 썰뒤, 세 가지 채소채를 번갈아 가며 넣어 다른 접시에 담아 놓습니다.
4. 소스를 만듭니다. 천면장 2스푼, 설탕 1스푼, 간장 적당량, 요리술 1스푼, 물 1스푼 넣고 잘 저어 준비합니다.
5. 팬에 식용유를 두르고 저워둔 고기 채를 넣습니다. 젓가락으로 계속 저어가며 볶아 고기가 전체적으로 익어 8분 정도 익었을 때 건져 기름을 빼냅니다.
6. 팬에 기름은 조금 남긴 후 만든 소스를 붓고 계속 저어줍니다. 소스가 거품이 나면 고기채를 다시 넣어 볶아줍니다. 고기 한 가닥 한 가닥에 소스가 골고루 묻으면 바로 불 끄고 그곳에 담습니다. 오이, 파채가 담긴 접시 중앙에 올려 완성합니다.

재료:

천지리각

- 돼지 고기
- 맛 술
- 빙 탕
- 생 추
- 소 금
- 메추리알
- 식용 유
- 푸 주
- 노 추
- 미 원

- 쪽 파
- 생 강
- 팔 각
- 고 추
- 월 계 수 원



송송 썬 쪽파, 생강, 팔각, 마른 고추, 월계수원 준비

STEP 1

찬물에 홍사오려우, 쪽파, 생강, 맛술을 넣고 데치고



STEP 3

설탕색이 될 때까지 삼겹살을 감싸고



STEP 5

끓는 물을 붓고 노간장을 넣어 색을 낸 후 뚜껑을 닫고 약한 불로 졸여 50분 정도 끓이세요



STEP 2

약한 불에 기름을 두르고 얼음사탕을 넣고 휘저어 커피색을 띄운 뒤 삼겹살을 붓고



STEP 4

송송 썬 쪽파, 월계수원, 마른 고추, 계피를 넣어 향을 내고,



STEP 5

다 줄어들면 소금을 맛에 맞게 넣고 메추리알 뚜껑을 닫아 10분간 끓이세요





베트남은 김나원

베트남 짜조 튀김만두 만들기

1. 속 재료 만들기

- 당면은 미지근한 물에 불린 후 잘게 썰어줍니다.
- 목이버섯과 표고버섯도 물에 불린 뒤 잘게 다집니다.
- 당근, 양파, 쪽파는 잘게 썰어 준비합니다.
- 새우는 잘게 다집니다.
- 큰 볼에 다진 고기, 새우, 당면, 버섯, 채소를 넣습니다.
- 달걀 1개를 넣고 아래 양념을 추가합니다.
- 액젓 2큰술
- 설탕 1작은술
- 후추 약간
- 미원 약간
- 모든 재료를 골고루 섞어줍니다.



2. 짜조 말기

- 라이스페이퍼를 물에 살짝 적십니다.
- 적당량 올립니다.
- 양쪽을 접고 단단하게 말아줍니다.

3. 튀기기

- 팬에 식용유를 넉넉히 붓고 중약불로 가열합니다.
- 넣고 노릇노릇하게 튀깁니다.
- 한 번 식힌 뒤 두 번째로 다시 튀기면 더욱 바삭합니다.



4. 소스 만들기

1. 재료

- 액젓 1큰술
- 설탕 1큰술
- 식초 1큰술
- 물 5큰술
- 마늘, 고추
- 후추 (약간)



2. 소스 만들기

액젓, 설탕, 식초를 먼저 잘 섞어 녹인 후 마늘과 고추를 넣고, 마지막에 후추를 약간 뿌립니다. 이렇게 만든 양념장은 달콤한 맛, 새콤한 맛, 짭짤한 맛이 조화를 이루게 됩니다.