



112 **ซั้มเกตทัง**
ไก่ตุ๋นโสม
삼계탕



110 **พุลโกกิ**
เนื้อสไลซ์ผัด
불고기



114 **กิมจิจอน**
กิมจิชุบแป้งทอด
김치전



116 **แฮมุลพาจิน**
แผ่นพา(ต้นหอมปลาหมึกกุ้งหอยทอด)
해물파전

ทีกเบ็ยลโยรี

— — — — — อาหารพิเศษ
특별요리



118 **แดจึคัลบีจิม**
ซี่โครงหมุดน
돼지갈비찜



120 **แมอนโซโกกึคัลบีจิม**
เนื้อซี่โครงวัวตุ๋นแบบเผ็ด
매운소갈비찜



124 **บุชูจับเซ**
กวยช่ายคลุก
부추잡채

122 **คัลบีจิม**
ซี่โครงตุ๋น
갈비찜





พลกอกิ

เนื้อสไลต์

불고기



ส่วนผสม

โชโกกิดังซิม(เนื้อวัวสันใน) 500กรัม
ยังพา(ยังพา(หัวหอมใหญ่)) 1/2ลูก
เทพา(ต้นหอมใหญ่) 30กรัม

เครื่องปรุง

กันจิง(น้ำปลาเกาหลี) 6ช้อนโต๊ะ
ซอลจู(เหล้าขาว) 2ช้อนโต๊ะ
ซอลห่ง(น้ำตาล) 2ช้อนโต๊ะ
ซั่มกัริม(น้ำมันงา) 2ช้อนโต๊ะ
มานิล(กระเทียม)บด 2ช้อนโต๊ะ
โซกิม(เกลือ) 2ช้อนโต๊ะ
สุชูการ์(พริกไทย)ป่น

재료

소고기 등심 500g
양파 1/2개
대파 30g

양념장

간장 6큰술
청주 2큰술
설탕 2큰술
참기름 2큰술
다진 마늘 2큰술
깨소금 2큰술
후춧가루

วิธีทำ

1. เครื่องปรุงผสมใส่เข้าไปด้วยกัน ปรุงเป็นเครื่องปรุง
2. เนื้อหั่นยาว 3 มิลลิเมตร เตรียมไว้
3. ยังพา(หัวหอมใหญ่)หั่นฝอย พา(ต้นหอม หั่นเฉียง
4. ใส่เนื้อที่ผสมเครื่องปรุงแล้ว ใส่พา(ต้นหอม และยังพา(หัวหอมใหญ่) ลงไปคลุกเคล้าด้วยกัน
5. เอาเนื้อที่ใส่ในกระทะย่าง

เคล็ดลับ

พลกอกิหากทำจากสันในก็จะได้รับรสชาติที่ดีแต่ราคาค่อนข้างสูง ท่านสามารถมองหากร้านขายเนื้อว่า ต้องการซื้อเนื้อที่เอาไปทำพลกอกิ ทางร้านก็จะจัดเนื้อส่วนอื่นที่ราคาไม่แพงมาให้ อันที่จริงไม่จำเป็นต้องใช้เนื้อที่มีราคาแพง เพราะว่า ยังไงซะก็ต้องนำไปปรุงรสก่อนนำ มาประกอบอาหาร

만드는 법

1. 모든 양념을 혼합하여 양념장을 만듭니다.
2. 소고기는 3mm 두께로 얇게 저며 준비합니다.
3. 양파는 얇게 채 썰고 대파는 어슷하게 썩니다.
4. 소고기에 혼합된 양념장을 넣고 대파와 양파를 넣은 다음 버무립니다.
5. 팬에 양념된 고기를 굽습니다.

Tip!

불고기 거리는 등심을 써도 좋지만, 가격이 비싸지요. 정육점에서 '불고기감'으로 달라고 해보세요. 불고기는 양념이 진하기 때문에 꼭 값비싼 최고 부위를 쓰지 않아도 됩니다.





ซุ่มเกดทั้ง

ไก่ตุ๋นโสม

삼계탕

ส่วนผสม

ยองเก(ไก่อ่อน) 1 ตัว (600กรัม)
 ซุ่มซัล(ข้าวเหนียว) 1/2 ถ้วยตวง
 มุล(น้ำ) 1.8 ลิตร
 โชชิกิม(เกลือ)
 สุขุกการ์(พริกไทย)ป่น เล็กน้อย
เครื่องปรุงมัดข้างในตัวไก่
 ซุ่มซิม(โสม) 1ราก
 แดซุ(พุทรา) 4 เม็ด
 มานีล(กระเทียม) 3 กลีบ
 พาม(เม็ดเกาส์) 3เม็ด

재료

영계 1마리(600g)
 찹쌀 1/2컵
 물 1.8L
 소금, 후춧가루 약간
속재료
 수삼 1뿌리
 대추 4개
 마늘 3쪽
 밤 3개

วิธีทำ

1. ไก่หันส่วนหาง เอาไส้ออก ล้างเลือดออกให้สะอาด แล้วสะเด็ดน้ำ
2. เอาข้าวเหนียวแช่น้ำ 2 ชม. ให้พองออก
3. ล้างโสม ,ปอกเปลือกเม็ดเกาส์ตอก, ล้างพุทราด้วย
4. หลังจากเอา ข้าวเหนียว พุทรา เม็ดเกาส์ ใส่ในท้องไก่ ส่วนที่เป็นช่องฉีกขาดให้เอาเข็มเย็บให้ติดกัน หรือเอาไม้จิ้มฟันสอดเสียบไว้ (เพื่อไม่ให้เครื่องในไหลออกมา)
5. เอาน้ำใส่หม้อ ใส่ไก่ลงไปต้ม หลังจากต้มเดือดแล้ว หนีไฟอ่อน ต้มจนน้ำซุบขาวออกมา
6. เอาเส้นด้าย หรือ ไม้จิ้มฟันออก จัดใส่ภาชนะ จัดโชชิกิม(เกลือ) สุขุกการ์(พริกไทย)ป่น วางด้วยกัน แล้วเสิร์ฟ

เคล็ดลับ

ไก่ตุ๋นโสม จะกินในฤดูร้อน วันที่ร้อนที่สุด เป็นอาหารบำรุงสุขภาพ. ในร้านทั่วไป จะมีเครื่องปรุงจำพวก โสม พุทรา และชวังกี (เป็นรากไม้ชนิดหนึ่ง นิยมใส่เวลาต้มไก่ เพื่อดับกลิ่นคาว) จำหน่าย เพื่อแก้ปัญหาความยุ่งยากในการเลือกหาเครื่องปรุงแต่ละอย่าง

만드는 법

1. 영계는 공지 쪽을 조금 갈라서 내장을 꺼내고 뼈에 붙어 있는 피도 말끔히 씻어서 물기를 뺍니다.
2. 찹쌀은 2시간 동안 물에 담가 불립니다.
3. 수삼은 씻고, 밤은 껍질을 벗깁니다. 대추도 씻어 둡니다.
4. 닭의 배속에 찹쌀과 수삼, 마늘, 대추, 밤을 채운 뒤 갈라진 자리를 실로 묶거나 이쑤시개로 꿰어 고정시킵니다.
5. 냄비에 손질한 닭을 넣고 물을 부어 끓이다가, 펄펄 끓어오르면 불을 약하게 줄입니다. 국물이 뿌얇게 우러날 때까지 끓입니다.
6. 실이나 이쑤시개를 뺐고 그릇에 담아 소금, 후춧가루를 곁들여 상에 냅니다.

Tip!

삼계탕은 여름철 복날에 먹는 보양식입니다. 상정에서는 다듬어진 닭과 함께 수삼, 대추, 황기 등 따로 구입하기 번거로운 재료를 넣어서 팔기도 합니다.





กิมจิจอน

กิมจิชุบแป้งทอด

김치전

ส่วนผสม

กิมจิผักกาดที่凍ได้ทีแล้ว 250 กรัม(คนเกาหลีมักนิยมใช้กิมจิที่凍ไว้นานๆจนเปรี้ยวแล้ว)

ทัลกล(ไข่ไก่) 1ฟอง

บุงชินการู(แป้งสำหรับทอด) 2ถ้วยตวง

มูล(น้ำ) 1ถ้วยตวง

น้ำกิมจิ 1/2ถ้วยตวง

ซองยังโคชู(พริกแดงชนิดเม็ด) 1 เม็ด

ยังพา(หัวหอมใหญ่) 1/4 ลูก

ชิกยงยู(น้ำมันพืช)

โซกิม(เกลือ) เล็กน้อย

เคล็ดลับ

วันที่ฝนตกกระหน่ำ ถ้าได้กินกิมจิชุบแป้งทอดสักชิ้นก็จะอร่อยมาก แป้งบุงชินการู เป็นแป้งที่ทำจากแป้งสาส์ที่ปรุงเครื่องแล้ว มีวางขายในท้องตลาดเกาหลี ถ้าไม่มีบุงชินการูก็ใช้แป้งสาส์ธรรมดาก็ได้

재료

익은 배추김치 250g

달걀 1개

부침가루 2컵

물 1컵

김치국물 1/2컵

청양고추 1개

양파 1/4개

식용유

소금 약간

Tip!

비가 추적추적 내리는 날, 김치전 한 조각 먹으면 너무 맛있죠! 부침가루는 밀가루에 미리 여러 가지 양념을 해서 파는 가루입니다. 부침가루가 없다면 그냥 밀가루를 써도 됩니다.

วิธีทำ

1. กิมจิผักกาดขาว เอาเครื่องปรุงร้อออก ปิดน้ำออกให้หมด หั่นบางยาว 1ซม.
2. เอน้ำกิมจิกรองในกระชอนรับน้ำใส่ไว้
3. ยังพา(หัวหอมใหญ่) หั่นเช่นเดียวกับกิมจิ ขนาดบางเท่ากับพริกเขียว หั่นอย่างละเอียด
4. เอาภาชนะใหญ่ อย่างเช่น ขาม โถ ใส่กิมจิผักกาดขาว ยังพา (หัวหอมใหญ่) พริก แป้งสำหรับทอด ลงไปคลุกเคล้าให้เข้ากัน โดยเอาน้ำเปล่า และน้ำกิมจิใส่ลงไปผสมให้เข้ากัน
5. แล้วตีไข่ไก่ใส่ พร้อมกับใส่โซกิม(เกลือ)ลงไปปรุงรสเล็กน้อย
6. เอน้ำมันใส่ในกระชอย่างพอเพียง แล้วตักเครื่องแป้งที่เตรียมไว้ ใส่ทีละ 1ทัพพี ทอดโดยพลิกหน้าหลัง ทอดให้เหลือง อาจทอดเป็นชิ้นใหญ่ก็ได้ หรือ ชิ้นพอดคำก็ได้

만드는 법

1. 배추김치는 소를 털고 국물을 꼭 짰 뒤 사방 1cm 크기로 잘게 썩니다.
2. 김치국물은 체에 걸러 맑게 준비합니다.
3. 양파는 김치와 같은 크기로 곱게 썰고 청양고추는 곱게 다집니다.
4. 큰 사발에 배추김치와 양파, 고추를 넣고 부침가루 (밀가루)를 섞은 위 김치국물과 물을 부어 반죽합니다.
5. 반죽에 계란을 풀어 넣고 소금간을 합니다.
6. 팬에 기름을 넉넉히 두르고 반죽을 한 국자씩 떠 넣어 앞뒤로 노릇하게 지져냅니다. 큼직하게 한 장으로 부쳐도 좋고, 한입 크기로 여러 장 부쳐도 좋습니다.



แฮมุลพาเงิน

แผ่นพา(ต้นหอมปลาหมึกกุ้งหอยทอด)

해물파전

ส่วนผสม

พา(ต้นหอมเล็ก 1/2มัด (250กรัม)
กุล(หอยนางรม) 100กรัม
โจเกซัล(เนื้อหอย) 100กรัม
ฮงฮับ(หอยแมลงภู่) 100กรัม
ทัลกัล(ไข่ไก่) 2ฟอง
ซิกยงยู(น้ำมันพืช) ปริมาณที่เหมาะสม
น้ำปลาน้ำส้ม
กันจิง(น้ำปลา) 2ช้อนตวง
ทาจินฟูสโกซู(พริกแดงหั่น) 1/2ช้อนโต๊ะ
ทาจินฟูสกินโกซู(พริกเขียวหั่น) 1/2 ช้อนโต๊ะ
โซกิม(เกลือ) 1/2 ช้อนชา
ซิกโซ(น้ำมันสายชู) 1 ช้อนโต๊ะ
การเตรียมแป้งทอด
มิลการู(แป้งสาลี) 2ถ้วยตวง
ซันซัลการู(แป้งข้าวเหนียว) 2ช้อนโต๊ะ
โซกิม(เกลือ) เล็กน้อย
มูล(น้ำ) 1ถ้วยตวง

재료

쪽파 1/2단(250g)
굴 100g
조갯살 100g
홍합 100g
달걀 2개
식용유 적당량

초간장

진간장 2큰술
다진 풋고추 1/2큰술
다진 붉은고추 1/2큰술
깨소금 1/2작은술
식초 1큰술

반죽

밀가루 2컵
참쌀가루 2큰술
소금 약간
물 1컵

วิธีทำ

1. เลือกพา(ต้นหอมที่สั้น อวบน้ำ)
2. เอาเนื้อหอย , หอยแมลงภู่ ใส่แช่ในน้ำโซกิม(เกลือ)อ่อนๆ สักครู่ แล้วใส่กระชอน ให้สะเด็ดน้ำ หลังจากนั้นหันเป็นชิ้นใหญ่ๆ
3. ตีไข่ไก่ให้เข้ากัน แล้วทิ้งไว้
4. เอาแป้งสาลี แป้งข้าวเหนียว และโซกิม(เกลือ)ใส่คลุกเคล้า เป็นน้ำแป้งทอด
5. ใส่น้ำมันในกระทะ เอาจุกตักน้ำแป้งทอดวางในกระทะให้กระจายบางๆและทั่วถึง แล้วโรยด้านบนบนด้วยการเอาพา(ต้นหอม อาหารทะเล วางเรียงใส่ แล้วใส่แป้งทอด ไข่ไก่ ตามลำดับ
6. แล้วทอดไฟอ่อนๆ
7. เวลาเสร็จให้เอาน้ำปลาน้ำส้มใส่ไปด้วยกัน

만드는 법

1. 쪽파는 길이가 짧고 통통한 것으로 골라 손질합니다.
2. 굴과 조개, 홍합은 연한 소금물에 담갔다가 체에 건져 물기를 뺀 다음 칼로 큼직하게 썩니다.
3. 달걀을 풀어 놓습니다
4. 사발에 밀가루, 참쌀가루, 소금, 물을 섞어 반죽합니다.
5. 팬에 기름을 두르고 반죽을 한 국자 떠 바닥에 얇게 펴줍니다. 그 위에 손질한 쪽파를 나란히 얹은 다음 해산물, 반죽, 달걀을 순서대로 얹습니다.
6. 가볍게 지킵니다.
7. 초간장을 곁들여 냅니다.





แดจ็คัลบีจิม

ซี่โครงหมูตุ๋น

돼지갈비찜

ส่วนผสม

- แดจ็คัลบี(ซี่โครงหมู) 500กรัม
- เกสอึพ(ใบงา) 5ใบ
- พา(ต้นหอมใหญ่) 50กรัม
- ยังพา(หัวหอมใหญ่) 70กรัม
- มารินโคซู(พริกแห้ง) 2เม็ด
- เครื่องปรุงเนื้อ**
- มูล(น้ำ) 3ถ้วยตวง
- กันจิง(น้ำปลา) 1/4 ถ้วยตวง
- พา(ต้นหอมใหญ่) 2ช้อนโต๊ะ
- มานิล(กระเทียม)ตำละเอียด 1ช้อนโต๊ะ
- ซูซูกา(พริกไทย)ป่น 1/5ช้อนชา,
- เหล่า, ของจู(เหล้าขาว) 2ช้อนโต๊ะ
- ซอลทัง(น้ำตาล) 3ช้อนโต๊ะ
- มุลยอส(น้ำไชรพ) (มุลยอต) 3ช้อนโต๊ะ
- เซงกัจจิบ(ซิงคั้นน้ำ) 1ช้อนโต๊ะ
- ซิมกักริม(น้ำมันงา) 1ช้อนโต๊ะ
- แดจิบ(น้ำคั้นลูกแพร์) 3ช้อนโต๊ะ

재료

- 돼지갈비 500g
- 깻잎 5장
- 대파 50g
- 양파 70g
- 마른고추 2개

고기양념

- 물 3컵
- 간장 1/4 컵
- 다진 대파 2큰술
- 다진 마늘 1큰술
- 후추 1/5작은술
- 청주 2큰술
- 설탕 3큰술
- 물엿 3큰술
- 생강즙 1큰술
- 참기름 1큰술
- 배즙 3큰술

วิธีทำ

1. ซี่โครงหมู เอามีดหั่นแล้วแช่ในน้ำเย็นให้น้ำเลือดขับออก
2. ต้มน้ำให้หม้อพอเดือด เอาซี่โครงหมูลงไปต้มให้สุกภายนอก แล้วเอามาล้างในน้ำเย็น
3. แล้วเอาซี่โครงหมูใส่ในหม้อ ใส่ น้ำ 3ถ้วยตวงลงไปต้ม
4. หั่นยังพา(หัวหอมใหญ่)ฝอย พริกแห้ง และ พา(ต้นหอม) หั่นเฉียงๆ ใบงาแบ่งเป็น 6ส่วน
5. ถ้าซี่โครงหมูสุกนุ่มได้แล้ว ใส่ น้ำปลา พา(ต้นหอม) มานิล (กระเทียม) ซูซูกา(พริกไทย)ป่น ซอลทัง(น้ำตาล) มุลยอต น้ำซิงคั้น พริกแห้ง ซิมกักริม(น้ำมันงา) น้ำลูกแพร์ ลงไปเคี่ยว
6. เคี่ยวจนน้ำซุบเหือดหาย ใส่พา(ต้นหอม ยังพา(หัวหอมใหญ่) ใบงา ลงไป ต้มต่อเล็กน้อย

만드는 법

1. 돼지갈비는 칼집을 넣은 뒤 찬 물에 담궈 핏물을 뺍니다.
2. 냄비에 물을 끓여 돼지갈비의 겉이 익을 정도로 데쳐낸 다음, 찬물에 헹굽니다.
3. 다시 냄비에 돼지갈비를 담고 물 3컵을 넣어 끓입니다.
4. 양파는 채를 썰고 마른 고추, 대파는 어슷썰기를 합니다. 깻잎은 6등분합니다.
5. 돼지갈비가 무르게 익으면 간장, 대파, 마늘, 후추, 설탕, 물엿, 생강즙, 마른 고추, 참기름, 배즙을 넣고 조립니다.
6. 갈비에 국물이 줄어들면 양파, 대파, 깻잎을 넣고 한소끔 더 끓입니다.





แมอนโซโกกัลบีจิม

เนื้อซี่โครงวัวตุ๋นแบบเผ็ด

매운쇠고기갈비찜

ส่วนผสม

ซี่โครงวัว 1 กิโลกรัม
 ยังพา(หัวหอมใหญ่) 1 หัว
 ขนมหอก 100กรัม
 พริกทองหวาน 240 กรัม
 พริกเขียวเผ็ด 3ลูก
 ถั่วงอกที่เด็ดเรียบร้อยแล้ว 750กรัม
 เห็ดเข็มทอง 1 ท่อ

เครื่องปรุง

น้ำ(น้ำซุปล) 5 ถ้วยตวง
 น้ำพริกโคชูจัง 100กรัม
 พริกเผ็ด 5กรัม
 พริกแห้ง 2เม็ด
 น้ำปลา 2ช้อนโต๊ะ
 มีริม(น้ำตาลกลั่นควา) 2ช้อนโต๊ะ
 ซัมกิร์ม(น้ำมันงา) 1ช้อนโต๊ะ
 มุลหยุด 2ช้อนโต๊ะ
 มานิล(กระเทียม)ดालะเอียด 2 ช้อนโต๊ะ
 สุขุการ(พริกไทย)ป่น 1/2 ช้อนชา

재료

소갈비 1kg
 양파 1개
 가래떡 100g
 단호박 240g
 청양고추 3개
 손질 콩나물 750g
 팥이 1봉지
양념장재료
 물(육수) 5컵
 고추장 100g
 매운고추 간 것 5g
 마른 고추 2개
 간장 2큰술
 미림 2큰술
 참기름 1큰술
 물엿 2큰술
 다진 마늘 2큰술
 후추 1/2작은술

วิธีทำ

1. ซี่โครงเนื้อ เอาเม็ดหินแล้วแช่ในน้ำเย็นให้น้ำเลือดซึมออก
2. เอาน้ำใส่หม้อต้มให้เดือด แล้วใส่ซี่โครงวัวลงไปต้มให้ผิวด้านนอกสุกแล้วเอามาล้างในน้ำเย็น
3. เอาใส่ในน้ำเดือดให้พอท่วม แล้วต้ม
4. เมื่อซี่โครงวัวสุกได้ที่แล้ว เอาเครื่องปรุงรสทั้งหมดใส่ลงไปเคี่ยว
5. พริกทองหวาน ปอกเปลือกแล้ว หั่นพอดำ ถั่วงอกส่วนหัวและหางเด็ดให้เรียบร้อย พริกเขียวเผ็ดหั่นเฉียง ยังพา(หัวหอมใหญ่) หั่นฝอย
6. ซี่โครงวัว และเครื่องปรุงรสปั่นเข้ากันได้ดีแล้ว ให้ใส่พริกทองหวาน ถั่วงอก พริกเขียวเผ็ด ขนมหอก ยังพา(หัวหอมใหญ่) ลงไปผสมเข้าด้วยกันจนสุก แล้วใส่เห็ดเข็มทองปิดไฟ

만드는 법

1. 갈비는 칼집을 넣어 찬 물에 담궜 핏물을 뺍니다.
2. 냄비에 물이 끓으면 갈비를 넣고 갈비의 표면이 익을 정도로 데친 다음 찬물에 헹굽니다.
3. 끓는 물을 잠길 정도로 넣고 끓입니다.
4. 갈비가 무르게 익으면 소스 재료를 모두 넣고 졸입니다.
5. 단호박은 껍질을 제거해 한 입 크기로 썰고, 콩나물은 머리와 꼬리를 손질해 놓고, 청양고추는 어슷 썰고, 양파는 채로 썹니다.
6. 갈비에 양념장이 잘 어우러지면, 단호박, 콩나물, 청양고추, 가래떡, 양파를 넣고 잘 버무려 익힌 후 팥이버섯을 넣고 불을 끕니다.



คัลบีจิม

ซี่โครงตุ๋น

갈비찜

ส่วนผสม

คัลบี(ซี่โครง) 600กรัม
มุล(น้ำ) 4ถ้วยตวง
มุ(ไชเท้า) 1/5 ชิ้น (300กรัม)
แครอท 2/3ชิ้น (100กรัม)
โพโพซอส(เห็ดหอม) 5 ชิ้น
พาม(เม็ดเกลือ) 5เม็ด
แทชู(พุทรา) 5เม็ด
ฮันแซง(แปะก๊วย) 10เม็ด
ทัลกัล(ไช้ไก่) 1ฟอง
เซงกั้ง(ขิง) 1แ่ง
ซัซ(เมล็ดสน) เล็กน้อย
เครื่องปรุง
แพ(ลูกแพร์) 6ช้อนโต๊ะ
ซอลทัง(น้ำตาล) 3ช้อนโต๊ะ
น้ำปลา 6ช้อนโต๊ะ
หอมซอย 2ช้อนโต๊ะ
มานิล(กระเทียม)บด 1ช้อนโต๊ะ
ซัมกีริม(น้ำมันงา) 1ช้อนโต๊ะ
โซกิม(เกลือ) เล็กน้อย
สุชุกการ์(พริกไทย)ป่น เล็กน้อย

재료

갈비 600g
물 4컵
무 1/5개(300g)
당근 2/3개(100g)
표고버섯 5장
밤 5개
대추 5개
은행 10알
달걀 1개
생강 1쪽
잣 약간

양념장

배 6큰술
설탕 3큰술
진간장 6큰술
다진 파 2큰술
다진 마늘 1큰술
참기름 1큰술
깨소금 약간
후춧가루 약간

วิธีทำ

1. เอาซี่โครงแช่น้ำ ชั้เอาเลือดออก ตัดส่วนที่เป็นมันออก ใช้มีดหันแล้ววกในน้ำเดือด
2. หัวมุ(ไชเท้า) แครอท เม็ดเกลือ หั่นชิ้นใหญ่,และตัดส่วนที่เป็นมุมแหลม
3. เอาเห็ดหอมแช่น้ำให้พองนึ่ง เด็ดก้านออก ผ่าตัดครึ่งหนึ่ง
4. ไช้ไก่แยกส่วนที่เป็นไช้ขาวออกและไช้แดงออกมาเจียว ทีละอย่างแยกกันแล้ว หั่นเป็นรูปขนมเปียกปูน
5. เอาเครื่องปรุงผสมซี่โครง มุ(ไชเท้า) แครอท เห็ดหอม แช่หมักไว้ประมาณ 30นาที แล้วใส่น้ำ(น้ำซุปล)พอท่วมส่วนผสมทั้งหลาย แล้วเอาขึ้นเตา ใช้ไฟปานกลางต้ม
6. พอต้มจนน้ำซุปลเหลือครึ่งหนึ่งให้ใส่ พุทรา แปะก๊วย ขิงและเครื่องปรุงที่เหลือใส่ลงไปคลุกเคล้าให้เข้ากันให้ทั่ว ระหว่างกลางเอาน้ำเครื่องปรุงโรยใส่เรื่อยๆให้ความเข้มข้น

เคล็ดลับ

ถ้าต้องการทำให้ซี่โครงตุ๋นอร่อย ให้เอามีดหันล้างน้ำแล้วแช่ในน้ำ ประมาณ 30นาทีเพื่อขับเลือดออก น้ำที่ต้มเดือดพอลานเม็ดเกลือออก แล้วเคียวไปเรื่อยๆ หั่นมุ(ไช้เท้า)ชิ้นใหญ่ใส่ เพื่อไม่ให้เสียน และทำให้น้ำซุปลเย็นสดชื่นได้ ใส่เครื่องปรุงลงไป ขณะเคียวใส่ซิงลงไป 1แ่งเพื่อดับกลิ่นคาว

만드는 법

1. 찬물에 담가 핏물을 뺀 갈비를 기름기를 제거하고 칼집을 넣어 끓는 물에 데칩니다.
2. 무와 당근은 밤들 크기로 썰어 모서리를 깎습니다.
3. 표고버섯은 물에 불려 기둥을 떼고 반으로 가릅니다.
4. 달걀은 황백을 분리하여 지단을 부쳐 마름모 모양으로 썩니다.
5. 양념장에 갈비, 무, 당근, 표고를 넣어 약 30분 정도로 재웠다가 냄비에 앉히고, 물(또는 육수)을 재료가 잠길 정도로 붓고 중간불에서 끓입니다.
6. 국물이 반 정도 줄어들면 대추, 은행을 넣고 생강과 나머지 양념장을 넣어 위아래를 섞어 골고루 간이 들도록 하고 중간 중간에 양념장을 끼얹어 윤기를 냅니다.
7. 국물이 자작해지면 그릇에 담고 위에 지단 고명과 잣을 얹어냅니다.

Tip!

갈비찜을 맛있게 하려면 토막 낸 갈비를 씻은 뒤 30분 정도 물에 담가 핏물을 뺀다. 팔팔 끓는 물에 뚜껑을 열고 삶아 누린내를 뺀 다음 조리한다.

무를 큼직하게 썰어 넣으면 느끼하지 않고 시원한 맛을 낼 수 있다. 양념장을 넣고 조리할 때 생강 한 쪽을 넣어 주면 맛이 산뜻해진다.



บุขจ้บเซ

กยข่ายคคก

부추잡채

ส่วนผสม

บุข(กยข่าย) 80กรัม
ย้งพา(หัวหอมใหญ่) 50กรัม
แครอท 50กรัม
โขโกกั(เนื้อวัว) 100กรัม
โพโกพอซอส(เห็ดหอม) 3ชั้น
มกังพอซอส(เห็ดหูหนู) 3 ชั้น
ท้ลกัล(ไข้ไก่) 1 ฟอง
ท้งเมี้ยน(วุ้นเส้น) 120กรัม

เครื่องปรุง
น้ำปลา 2ช้อนโต๊ะ
ซอลท้ง(น้ำตาล) 2ช้อนโต๊ะ
ซ้มกัรึม(น้ำมันงา) 1ช้อนโต๊ะ
มานิล(กระเทียม)บด 1ช้อนชา
สุชุการ(พริกไทย)ป่น 1/5ช้อนชา
งา 1ช้อนชา
ซึกยงย(น้ำมันพืช) ปริมาณพอเพียง
โขกัม(เกลือ)เล็กน้อย

เครื่องปรุงเนื้อ
น้ำปลา 1ช้อนโต๊ะ
ซอลท้ง(น้ำตาล)1/2ช้อนโต๊ะ
พา(ต้นหอมหอมขอย) 2ช้อนชา
มานิล(กระเทียม)บด 1ช้อนชา
ซ้มกัรึม(น้ำมันงา) 1/2ช้อนชา
โขกัม(เกลือ) 1/2 ช้อนชา
ซองจู(เหล้าขาว) 1 ช้อนชา

재료

부추 80g
양파 50g
당근 50g
쇠고기 100g
표고버섯 3장
목이버섯 3장
달걀 1개
당면 120g

양념재료

진간장 2큰술
설탕 2큰술
참기름 1큰술
다진 마늘 1작은술
후춧가루 1/5작은술
참깨 1작은술
식용유 적당량
소금 약간

고기양념
진간장 1큰술
설탕 1/2큰술
다진 파 2작은술
다진마늘 1작은술
참기름 1/2작은술
깨소금 1/2작은술
청주 1작은술

วิธีทำ

1. กยข่าย หั่น 5ซม.ย้งพา(หัวหอมใหญ่) แครอท หั่นฝอย
2. เนื้อหั่นแนวตั้ง บั่นฝอยบาง เอาเครื่องปรุงใส่ลงไปผัด
3. เห็ดหอม เห็ดหูหนู แขน้ให้พองนึ่ม แล้วล้างน้ำให้สะอาด เห็ดหอมขอย เห็ดหูหนู ไข้มีอจึกท้งไว้
4. ไข้ไก่ แยกไข้ขาว ไข้เหลืองออกจากกัน เจียวบางๆ แล้วหั่นฝอย5ซม.
5. กยข่าย ย้งพา(หัวหอมใหญ่) แครอท เห็ดหอม เห็ดหูหนู ใส่โขกัม(เกลือ)ปรุงรส ผักแยกทีละอย่าง
6. วุ้นเส้นต้มในน้ำเดือด แล้วล้างด้วยน้ำเย็น ใส่กระซอนให้สะอาดน้ำออก แล้วใส่ในกระทะ ใส่เครื่องปรุง แล้วผัดด้วยกัน
7. เอาเครื่องปรุงทั้งหมดคคกเคล้าด้วยกัน แล้วใส่ภาชนะ โรยด้วยไข้ที่เจียวหั่นไว้ แล้วเสิร์ฟ

เคล็ดลับ

การแยกไข้ขาวแดงเจียว หรือเอาไข้ไก่มาแยกไข้ขาวไข้แดงทอดโรยหน้า เคยได้ยินมาเยอะแล้วไข้ไหม? นั่นก็คือ การที่เอาไข้ขาว ไข้แดง แยกออกมา เจียวบางเหมือนกระดาษ หั่นสวยๆ ถ้าสมมุติว่าทำรูปทรงไม่ได้อย่างที่ัว ให้เอาไข้ขาว และไข้แดง ใส่แป้งมันลงไปเล็กน้อย แล้วใช้ไฟอ่อนๆ ค่อยๆเจียวให้สุกจะได้สีสรรที่สวยงาม

만드는 법

1. 부추는 5cm 길이로 자르고, 양파와 당근은 채 썩니다.
2. 쇠고기는 결방향으로 곱게 채 썰어 고기 양념을 넣어 볶습니다.
3. 표고버섯, 목이버섯은 물에 불려 깨끗이 손질하여 표고는 채 썰고, 목이버섯은 손으로 찢어 둡니다.
4. 달걀은 황백으로 나누어 지단을 얇게 부쳐 5cm 길이로 채 썩니다.
5. 부추, 양파, 당근, 표고버섯, 목이버섯을 소금으로 간을 하여 각각 볶습니다.
6. 당면은 끓는 물에 삶아 찬물에 헹구어 건져서 물기를 빼고 팬에 넣은 후, 양념재료를 넣어 함께 볶습니다.
7. 준비 된 재료를 섞어 그릇에 담고 채썬 지단을 올려냅니다.

Tip!

황백지단, 또는 계란지단이라는 말 많이 들어보셨죠? 계란 흰자와 노른자를 나누어, 후라이팬에 종잇장처럼 얇게 부친 후 예쁘게 썰어내는 것을 말합니다. 좀처럼 모양이 잘 잡히지 않는다면, 흰자/노른자 물에다가 녹말물을 조금 섞어주세요. 그리고 약한 불로 살짝 익혀야 색깔이 예쁘게 나요.