

第 25 回韓国料理講習会レシピ

떡만두국 トックマンドウクック (韓国・餅と餃子スープ)

① 材料(4~5人分)

1. トックック 1kg 水 2.5リットル ダシダ 大さじ 1.5 塩 小さじ 2 こしょう 少々
卵 3個 塩ねぎ 1本 おろしにんにく 大さじ 2 サラダ油 大さじ 2
刻み海苔 少々
2. 餃子の皮 50枚 白菜 4枚 豆腐 50g えび 5g 合びきミンチ 100g
おろしにんにく 大さじ 1
ヤンニョン(しょうゆ 大さじ1 塩 2g にんにく 大さじ 1 ごま油 大さじ 1 すりゴマ 大さじ1
こしょう 少々)

②作り方

① 餃子

- [1] 白菜はさつとゆでて、みじん切りにする。
- [2] 豆腐は水気を切って、えびは皮をむき、みじん切りにする。
- [3] 大きいボウルにミンチを入れて、ヤンニョンとみじん切りにした白菜を入れてよく練る。
- [4] 餃子の皮は2枚一組に重ねて、その中に[3]を入れて丸く作る。

② トックックのスープ

- [1] 卵は、錦糸卵にしておく。ねぎは、細切りにしておく。
- [2] なべに水2.5リットルを入れて、牛肉だしと塩を入れて沸騰さす。
- [3] 沸騰したら、トックックとおろしにんにくを入れて、もたが上に上がりだしたら餃子を入れて2~3分炊く。
- [4] 出来上がったら、深い器にトックマンドウクックを入れて、ねぎと錦糸卵、海苔を載せて出来上がり。

인절미 インジョルミ (韓国伝統きなこ餅)

(ア) 材料(4~5人分)

1. 米粉 100g もち粉 300g 塩 5g 水 200cc
2. 黄な粉 80g 砂糖 60g 塩 5g (混ぜておく)

(イ) 作り方

- [1] 大きいボウルに米粉ともち米粉を入れて、熱いお湯を少しずつかけながら、やわらかくなるまでこねる。
- [2] なべに水1リットルを入れて、沸騰したら、こねた餅を少しずつちぎって入れる。
- [3] 餅が浮いたら、取り出してボールに移し、再びこねる。
- [4] こねた餅を、長く伸ばし、形を整えた後、材料2を混ぜたものをまぶす。
- [5] 皿に盛り付けて出来上がり。

모듬떡 モドムトック

材料(4~5人分) もち粉 250g 水 150cc 砂糖 大さじ 3 塩 小さじ 1 干しかぼちゃ 80g
なつめ 6個 蒸し豆 100g うずら豆 50g 小豆 50g 黒砂糖 大さじ2

作り方

- ① うずら豆と小豆は、一晚4倍の水につけておき、一度ゆでて水を捨てる。
- ② もう一度水を入れて、砂糖 大さじ3 塩 小さじ1 豆がくずれないようにゆでて、水を切っておく。
- ③ 干しかぼちゃ 80g を洗って水気を切って、黒砂糖大さじ2を入れて、混ぜておく。
- ④ なつめ6個の種を取って、半分に切っておく。
- ⑤ もち粉 250g をぬるま湯 150cc に砂糖大さじ3、塩小さじ1を入れて、よく混ぜる。
- ⑥ 干しかぼちゃ なつめ 湯で豆を⑤に入れて混ぜる。
- ⑦ 混ぜたものを、蒸し器に入れて25分から30分程蒸します。
- ⑧ 蒸したものをさまして、適当な大きさに切って出来上がり。