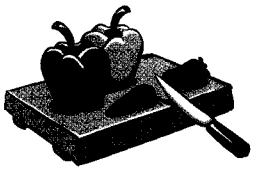
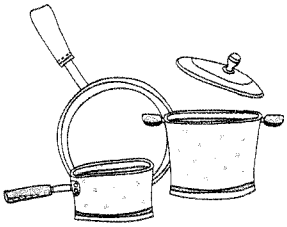
단호박 찜닭

현 성 남 생활요리전문가
플러스현쿡





재료

재료

단호박(늙은 호박) 1/2~1개, 닭 1마리(1kg), 양파 1개, 청양고추 6개, 대파 1대, 새송이버섯 2개, 다진 마늘 2큰술, 식용유 2큰술

0

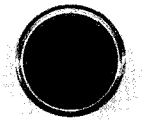
양념

간장 8큰술, 흑설탕 3큰술, 물엿 3큰술, 생강 1/2작은술, 청주 3큰술, 후추 1/2작은술, 참기름 1큰술

03

만들기

1 닭은 토막내어 기름기를 제거하고 깨끗이 씻어 소쿠리에 받쳐둔다.
2 단호박은 껍질을 깨끗이 씻어 닭고기 크기로 자른다.
3 새송이는 어슷어슷 자르고 양파도 큼직하게 자른다.
4 대파와 청양고추를 굵게 어슷 썬다.
5 참기름을 뺀 양념을 모두 섞어둔다.
6 냄비에 식용유를 두르고 마늘 2큰술을 넣어 마늘향이 돌면 닭을 넣어 앞뒤로 지진다.
7 양념과 청양고추를 넣고 5분 정도 끓여서 물 1컵과 단호박을 넣고 5~7분 정도 호박이 익도록 끓인다.
8 새송이버섯과 양파를 넣어 3분 정도 끓인 후 대파 썬 것을 넣고 참기름을 넣어 뒤적이고 불을 끈다.



0

06

0

Tip

- 호박대신 감자, 고구마, 양배추 등을 이용해도 좋다.
- 매운 것을 좋아한다면 청양고추를 4~5개 첨가해 보자. 더욱 칼칼한 맛을 즐길 수 있다.
- 당면을 불려서 넣을 경우 물을 1컵~1과1/2컵을 더 넣어야 한다.

완성