

# 닭갈비



## 1. 요리법

### 1) 요리재료

- **주재료** : 닭갈비(가슴살) 300g, 당근 1/2 개, 양파 1 개, 양배추 2 장, 대파 1 대, 홍 파프리카 1 개, 참기름 1 큰술, 식용유 1 큰술
- **부재료** : 고춧가루 1 큰술, 고추장 2 큰술, 간장 2 큰술, 청주 1 큰술, 설탕 1 큰술, 생강즙 1 작은술, 다진 마늘 1 큰술, 깨소금 1 큰술, 참기름 1 작은술

### 2) 요리과정

01. 당근, 양파, 양배추는 적당한 두께로 채 썩니다.
02. 대파와 홍 파프리카는 어슷하게 썩니다.
03. 분량의 재료를 섞어 양념장을 만들고 닭갈비에 양념장 2/3 을 섞어 재웁니다.
04. 팬을 달궈 참기름, 식용유를 넣고 닭갈비를 굽습니다.
05. 고기가 반쯤 익으면 당근, 양파를 넣어 볶으면서 익힙니다.
06. 양배추, 대파, 홍 파프리카를 넣고 남은 양념을 넣고 볶습니다.

# タッカルビ



## 1.料理法

### 1) 料理材料

- ・ **主な材料:** 鶏肉 300g、にんじん 1/2 個、玉ねぎ 1 個、キャベツ 2 枚、長ねぎ 1 本、赤パプリカ 1 個、胡麻油 1 大さじ、サラダ油 1 大さじ
- ・ **副材料:** 唐辛子 1 大さじ、コチュジャン 2 大さじ、醤油 2 大さじ、日本酒 1 大さじ、砂糖 1 大さじ、生姜汁 1 小さじ、おろしニンニク 1 大さじ、胡麻 1 大さじ、ごま油 1 小さじ

### 2) 料理の過程

01. にんじん、たまねぎ、キャベツは適当な厚さでも切ります。
02. ねぎと青・赤パプリカは斜めに切ります。
03. 分量の材料を混ぜてタレを作って鶏肉とタレ 2/3 を混ぜて寝かせます。
04. フライパンを温めてごま油、サラダ油を入れて鶏肉を焼きます。
05. 肉が半分ぐらい煮えたらにんじん、玉ねぎを入れて炒める。
06. キャベツ、長ねぎ、赤パプリカを入れて残りのタレを入れ焼きます。