



마른오징어무침



마른오징어무침

재료 (6인분 기준)

- **주재료:** 마른 오징어 2마리
- **양념:** 간장 3큰술, 고춧가루 1큰술, 다진 파 1큰술, 다진 마늘 1/2큰술, 설탕 2작은술, 물엿 1큰술, 깨소금, 참기름

조리 방법

1. **오징어 손질:** 마른 오징어는 살이 도톰한 것으로 선택하여 껍질을 벗기고 다리를 떼어낸 후 깨끗이 다듬어 석쇠에 살짝 구워 준비합니다.
 2. **찢기:** 구운 오징어가 동그랗게 오그라들면 약간 식혀 딱딱한 상태에서 도마나 깨끗한 돌 위에 올려 놓고 방망이로 두들겨 결대로 갈라지게 만들어 곱게 찢습니다.
 3. **양념장:** 작은 그릇에 간장, 다진 파, 다진 마늘, 고춧가루, 물엿, 설탕, 깨소금을 넣어 맛있는 양념장을 만들어 놓습니다.
 4. **무치기:** 그릇에 찢은 오징어를 넣고 준비된 양념장으로 골고루 주물러 무친 다음 참기름 한방울을 쳐서 그릇에 담아 놓습니다. (오래 두고 먹을 때는 참기름을 미리 뿌리지 말고 먹기 직전에 조금 넣어 무쳐 먹습니다).
-

Dried Squid Seasoning

Ingredients (6 servings)

- **Main:** 2 Dried squids
- **Seasoning:** 3 tbsp Soy sauce, 1 tbsp Chili powder, 1 tbsp Minced green onion, 1/2 tbsp Minced garlic, 2 tsp Sugar, 1 tbsp Corn syrup, Sesame salt, Sesame oil

Instructions

1. **Prep Squid:** Select thick dried squids, peel skin, remove legs, clean well, and grill lightly on a rack.
2. **Shred:** Once the grilled squid cools and curls, pound it on a cutting board or clean stone with a mallet until firm, then shred finely along the grain.
3. **Make Sauce:** Mix soy sauce, minced green onion, minced garlic, chili

powder, corn syrup, sugar, and sesame salt in a small bowl.

4. **Mix:** Combine the shredded squid in a bowl, toss thoroughly with the prepared sauce, and add a drop of sesame oil before serving. (If storing for a long time, omit sesame oil and add just before eating).

涼拌乾魷魚

材料 (6人份)

- **主料：** 乾魷魚 2隻
- **調味：** 醬油 3大勺、辣椒粉 1大勺、蔥末 1大勺、蒜末 1/2大勺、糖 2小勺、水飴 1大勺、芝麻鹽、香油

烹調步驟

1. **處理魷魚：** 選擇肉厚的乾魷魚，去皮去腳，清洗乾淨後在烤網上輕輕烤過。
2. **撕絲：** 烤過的魷魚冷卻捲曲後，在砧板或乾淨的石頭上用木棒敲打，使其順著紋理分裂，然後撕成細絲。
3. **調醬汁：** 在小碗中放入醬油、蔥末、蒜末、辣椒粉、水飴、糖和芝麻鹽，調製美味的醬汁。
4. **拌勻：** 將撕好的魷魚放入碗中，用調好的醬汁均勻抓拌，最後滴上一滴香油裝盤。（若要長期保存，香油請勿提前加入，待食用前再拌入）。

涼拌干鱿鱼

材料 (6人份)

- **主料：** 干鱿鱼 2只
- **调味：** 酱油 3大勺、辣椒粉 1大勺、葱末 1大勺、蒜末 1/2大勺、糖 2小勺、

水飴 1大勺、芝麻盐、香油

烹调步骤

1. **处理鱿鱼：** 选择肉厚的干鱿鱼，去皮去脚，清洗干净后在烤网上轻轻烤过。
 2. **撕丝：** 烤过的鱿鱼冷却卷曲后，在砧板或干净的石头上用木棒敲打，使其顺着纹理分裂，然后撕成细丝。
 3. **调酱汁：** 在小碗中放入酱油、葱末、蒜末、辣椒粉、水飴、糖和芝麻盐，调制美味的酱汁。
 4. **拌匀：** 将撕好的鱿鱼放入碗中，用调好的酱汁均匀抓拌，最后滴上一滴香油装盘。（若要长期保存，香油请勿提前加入，待食用前再拌入）。
-

干しイカの和え物

材料 (6人前)

- **主材料：** 干しイカ 2杯
- **調味料：** 醤油 大さじ3、粉唐辛子 大さじ1、刻みねぎ 大さじ1、おろしにんにく 大さじ1/2、砂糖 小さじ2、水飴 大さじ1、すりごま、ごま油

作り方

1. **下準備：** 肉厚の干しイカを選んで皮をむき、足を取り除いてきれいに整えた後、網で軽く焼きます。
2. **裂く：** 焼いたイカが丸まってきたら少し冷まし、硬い状態でまな板やきれいな石の上に置いて叩き、繊維に沿って細く裂きます。
3. **タレ：** 小さな器に醤油、刻みねぎ、おろしにんにく、粉唐辛子、水飴、砂糖、すりごまを入れて美味しいタレを作ります。
4. **和える：** 器に裂いたイカを入れ、用意したタレでまんべんなく揉み込んで和え、最後にゴマ油を1滴垂らして盛り付けます。（長く保存する場合は、ゴマ油はかけずに食べる直前に少量を加えて和えます）。

Gewürzter getrockneter Tintenfisch

Zutaten (6 Portionen)

- **Hauptzutat:** 2 getrocknete Tintenfische
- **Würzung:** 3 EL Sojasauce, 1 EL Chilipulver, 1 EL gehackte Frühlingszwiebel, 1/2 EL gehackter Knoblauch, 2 TL Zucker, 1 EL Maissirup, Sesamsalz, Sesamöl

Zubereitung

1. **Vorbereitung:** Wählen Sie dickfleischige getrocknete Tintenfische, entfernen Sie Haut und Beine, reinigen Sie sie gründlich und grillen Sie sie kurz auf einem Rost.
2. **Zerreißen:** Wenn der gegrillte Tintenfisch sich rund zusammenzieht, lassen Sie ihn leicht abkühlen. Klopfen Sie ihn im festen Zustand auf einem Schneidebrett oder einem sauberen Stein mit einem Schlägel, bis er sich entlang der Fasern spalten lässt, und zupfen Sie ihn fein.
3. **Sauce:** Mischen Sie in einer kleinen Schüssel Sojasauce, gehackte Frühlingszwiebeln, gehackten Knoblauch, Chilipulver, Maissirup, Zucker und Sesamsalz, um eine leckere Sauce zu erhalten.
4. **Vermengen:** Geben Sie den gezupften Tintenfisch in eine Schüssel, vermengen Sie ihn gründlich mit der Sauce und fügen Sie einen Tropfen Sesamöl hinzu, bevor Sie ihn servieren. (Bei längerer Aufbewahrung das Sesamöl erst direkt vor dem Verzehr hinzufügen).

Calmar séché assaisonné

Ingrédients (6 portions)

- **Base:** 2 calmars séchés
- **Assaisonnement:** 3 c.à.s de sauce soja, 1 c.à.s de poudre de piment, 1 c.à.s d'oignon vert haché, 1/2 c.à.s d'ail haché, 2 c.à.c de sucre, 1 c.à.s de sirop de maïs, sel de sésame, huile de sésame

Préparation

1. **Préparation:** Choisissez des calmars séchés à la chair épaisse, épluchez-les, retirez les tentacules, nettoyez bien et faites griller légèrement sur une grille.
2. **Déchiqeter:** Une fois le calamar grillé refroidi et recroquevillé, frappez-le avec un maillet sur une planche à découper ou une pierre propre pour le

diviser dans le sens de la fibre, puis déchiquetez-le finement.

3. **Sauce:** Dans un petit bol, mélangez la sauce soja, l'oignon vert, l'ail, la poudre de piment, le sirop de maïs, le sucre et le sel de sésame pour préparer une savoureuse sauce.
 4. **Mélanger:** Mettez le calamar déchiqueté dans un bol, mélangez bien avec la sauce préparée, puis ajoutez une goutte d'huile de sésame avant de servir. (Pour une conservation longue, n'ajoutez pas l'huile de sésame à l'avance, mettez-en juste un peu avant de consommer).
-

Calamar seco sazonado

Ingredientes (6 porciones)

- **Principal:** 2 calamares secos
- **Sazón:** 3 cdas de salsa de soja, 1 cda de chile en polvo, 1 cda de cebolleta picada, 1/2 cda de ajo picado, 2 cditas de azúcar, 1 cda de jarabe de maíz, sal de sésamo, aceite de sésamo

Preparación

1. **Preparación:** Elija calamares secos de carne gruesa, pélelos, retire las patas, límpiélos bien y ase ligeramente en una rejilla.
 2. **Desmenuzar:** Una vez que el calamar asado se enfríe y se enrolle, golpéelo con un mazo sobre una tabla de cortar o piedra limpia para dividirlo en el sentido de la fibra y desmenúcelo finamente.
 3. **Salsa:** Mezcle salsa de soja, cebolleta, ajo, chile en polvo, jarabe de maíz, azúcar y sal de sésamo en un recipiente pequeño para hacer una salsa deliciosa.
 4. **Mezclar:** Ponga el calamar desmenuzado en un bol, mézclelo bien con la salsa preparada y añada una gota de aceite de sésamo antes de servir. (Si lo va a guardar durante mucho tiempo, no añada el aceite de sésamo por adelantado, añada un poco justo antes de comer).
-

Приправленный сушеный кальмар

Ингредиенты (6 порций)

- **Основное:** 2 сушеных кальмара

- **Приправы:** 3 ст.л. соевого соуса, 1 ст.л. порошка чили, 1 ст.л. измельченного зеленого лука, 1/2 ст.л. измельченного чеснока, 2 ч.л. сахара, 1 ст.л. кукурузного сиропа, кунжутная соль, кунжутное масло

Приготовление

1. **Подготовка:** Выберите толстых сушеных кальмаров, снимите кожу, удалите щупальца, тщательно очистите и слегка обжарьте на решетке.
2. **Измельчение:** Когда жареный кальмар остынет и скрутится, отбейте его молоточком на разделочной доске или чистом камне, чтобы он разделился по волокнам, и мелко разорвите.
3. **Соус:** В небольшой миске смешайте соевый соус, зеленый лук, чеснок, порошок чили, сироп, сахар и кунжутную соль, чтобы получить вкусный соус.
4. **Смешивание:** Положите измельченного кальмара в миску, тщательно перемешайте с приготовленным соусом и добавьте каплю кунжутного масла перед подачей. (При длительном хранении не добавляйте кунжутное масло заранее, а добавьте немного непосредственно перед употреблением).

