



마파라면



<https://recipe.io.kr>

마파라면

재료 (1인분 기준) 라면 1개, 두부 1모, 돼지고기 다진 것 100g, 청·홍고추 1개씩, 생강 1쪽, 마늘 1쪽, 대파(흰부분) 1/3대, 육수 1컵, 고추장 2큰술, 고춧가루 1/2큰술, 간장 2작은술, 설탕 1작은술, 미림 1작은술, 후추, 녹말물, 참기름 적당량

조리 방법

1. 두부는 정방 2cm로 깍둑썰기를 하고 마늘, 생강은 칼날로 곱게 다져 준비한다. 청·홍고추는 씨를 털어 낸 후 0.5cm로 다지고 대파 다진 것, 돼지고기 다진 것을 준비한다.
2. ①의 썰은 두부는 끓는 물에 소금을 약간 넣고 재빨리 데쳐서 체에 건져 부드럽게 한다.
3. 라면은 끓는 물에 살짝 삶아 찬물에 헹궈 건진 후 팬에 기름을 두르고 살짝 볶아준다.
4. 팬에 기름을 두르고 열이 오르면 마늘, 생강, 홍고추, 대파를 넣고 향을 낸 다음, 다진 돼지고기를 넣어 볶는다. 간장과 후추를 약간 넣고 볶다가 위 분량의 고추장, 고춧가루, 설탕, 간장, 미림을 넣고 육수 1컵을 부어 끓인다.
5. ④가 어우러지게 끓으면, 간을 맞추고, 후추와 녹말물을 넣은 후 ②의 데친 두부를 넣고 버무린다. 맨 나중에 참기름을 한 방울 넣는다.

Mapo Ramen

Ingredients (1 serving) 1 pack Ramen, 1 block Tofu, 100g Minced pork, 1 each Green/Red chili pepper, 1 clove Ginger, 1 clove Garlic, 1/3 stalk Green onion (white part), 1 cup Broth, 2 tbsp Gochujang, 1/2 tbsp Gochugaru, 2 tsp Soy sauce, 1 tsp Sugar, 1 tsp Mirin, Pepper, Starch water, Sesame oil to taste

Instructions

1. Cut tofu into 2cm cubes, and finely mince garlic and ginger. Remove seeds from green and red chili peppers and dice into 0.5cm pieces. Prepare minced green onion and minced pork.

2. Quickly blanch the tofu from ① in boiling water with a little salt, then drain in a sieve to soften.
 3. Lightly boil the ramen noodles, rinse in cold water, drain, then lightly stir-fry in an oiled pan.
 4. Heat oil in a pan, stir-fry garlic, ginger, red chili pepper, and green onion until fragrant. Add minced pork and stir-fry. Add a little soy sauce and pepper, then add gochujang, gochugaru, sugar, soy sauce, and mirin. Pour in 1 cup of broth and bring to a boil.
 5. Once ④ is boiling well, adjust seasoning, add pepper and starch water, then gently mix in the blanched tofu from ②. Finish with a drop of sesame oil.
-

麻婆拉麵

材料(1人份)

- 拉麵 1包、豆腐 1塊、豬絞肉 100g、青/紅辣椒 各1個、薑 1瓣、蒜 1瓣、大蔥(白段) 1/3根、高湯 1杯、韓式辣椒醬 2大匙、辣椒粉 1/2大匙、醬油 2小匙、糖 1小匙、味醂 1小匙、胡椒、太白粉水、香油 適量

烹調步驟

1. 豆腐切成2cm的立方塊，蒜和薑切碎成末。青紅辣椒去籽後切成0.5cm丁狀，準備好蔥末和豬絞肉。
2. 將①的豆腐放入加了少許鹽的沸水中快速汆燙，撈出瀝乾使其軟嫩。
3. 拉麵放入沸水中稍微煮熟，用冷水沖洗並瀝乾，然後在平底鍋中加油稍微拌炒。
4. 鍋中熱油，放入蒜、薑、紅辣椒、大蔥爆香，接著加入豬絞肉拌炒。加入少許醬油和胡椒拌炒後，加入上述份量的辣椒醬、辣椒粉、糖、醬油、味醂，倒入1杯高湯煮沸。
5. 待④均勻煮沸後，調整味道，加入胡椒和太白粉水勾芡，然後放入②的汆燙豆腐拌勻。最後滴入少許香油。

麻婆拉面

材料(1人份)

- 拉面 1包、豆腐 1块、猪绞肉 100g、青/红辣椒 各1个、姜 1瓣、蒜 1瓣、大葱(白段) 1/3根、高汤 1杯、韩式辣椒酱 2大匙、辣椒粉 1/2大匙、酱油 2小匙、糖 1小匙、味醂 1小匙、胡椒、淀粉水、香油 适量

烹调步骤

1. 豆腐切成2cm的立方块，蒜和姜切碎成末。青红辣椒去籽后切成0.5cm丁状，准备好葱末和猪绞肉。
 2. 将①的豆腐放入加了少许盐的沸水中快速汆烫，捞出沥干使其软嫩。
 3. 拉面放入沸水中稍微煮熟，用冷水冲洗并沥干，然后在平底锅中加油稍微拌炒。
 4. 锅中热油，放入蒜、姜、红辣椒、大葱爆香，接着加入猪绞肉拌炒。加入少许酱油和胡椒拌炒后，加入上述份量的辣椒酱、辣椒粉、糖、酱油、味醂，倒入1杯高汤煮沸。
 5. 待④均匀煮沸后，调整味道，加入胡椒和淀粉水勾芡，然后放入②的汆烫豆腐拌匀。最后滴入少许香油。
-

麻婆ラーメン

材料(1人前)

- ラーメン 1袋、豆腐 1丁、豚ひき肉 100g、青・赤唐辛子 各1本、生姜 1片、にんにく 1片、長ねぎ(白い部分) 1/3本、出汁 1カップ、コチュジャン 大さじ2、粉唐辛子 大さじ1/2、醤油 小さじ2、砂糖 小さじ1、みりん 小さじ1、胡椒、水溶き片栗粉、ごま油 適量

作り方

- 豆腐は2cm角に切り、にんにく、生姜はみじん切りにする。青・赤唐辛子は種を取り除いて0.5cm角に切り、刻みねぎと豚ひき肉を用意する。
- ①の豆腐を少量の塩を加えた熱湯でさっと茹で、ザルに上げて柔らかくする。
- ラーメンを熱湯で軽く茹でて冷水で洗い、水気を切った後、油をひいたフライパンで軽く炒める。
- フライパンに油を熱し、にんにく、生姜、赤唐辛子、長ねぎを入れて香りを出し、豚ひき肉を加えて炒める。少量の醤油と胡椒を加えて炒めた後、コチュジャン、粉唐辛子、砂糖、醤油、みりんを加え、出汁1カップを注いで煮立てる。
- ④が煮立ったら味を調べ、胡椒と水溶き片栗粉を加えた後、②の豆腐を加えて和える。最後にごま油を1滴垂らす。

Mapo Ramen

Zutaten (1 Portion) 1 Packung Ramen, 1 Block Tofu, 100g gehacktes Schweinefleisch, je 1 grüne/rote Chilischote, 1 Zehe Ingwer, 1 Knoblauchzehe, 1/3 Stange Frühlingszwiebel (weißer Teil), 1 Tasse Brühe, 2 EL Gochujang, 1/2 EL Gochugaru, 2 TL Sojasauce, 1 TL Zucker, 1 TL Mirin, Pfeffer, Stärkewasser, Sesamöl nach Geschmack

Zubereitung

1. Tofu in 2 cm große Würfel schneiden. Knoblauch und Ingwer fein hacken. Grüne und rote Chilis entkernen und in 0,5 cm große Stücke schneiden. Gehackte Frühlingszwiebeln und Schweinefleisch vorbereiten.
 2. Tofu aus ① in kochendem Wasser mit etwas Salz kurz blanchieren und in einem Sieb abtropfen lassen.
 3. Ramen-Nudeln leicht kochen, in kaltem Wasser abspülen, abtropfen lassen und in einer Pfanne mit etwas Öl leicht anbraten.
 4. Öl in einer Pfanne erhitzen, Knoblauch, Ingwer, rote Chili und Frühlingszwiebel anbraten. Schweinefleisch hinzufügen und braten. Mit etwas Sojasauce und Pfeffer anbraten, dann Gochujang, Gochugaru, Zucker, Sojasauce und Mirin dazugeben. Mit 1 Tasse Brühe ablöschen und aufkochen.
 5. Wenn ④ kocht, abschmecken, Pfeffer und Stärkewasser einrühren, dann den blanchierten Tofu aus ② unterheben. Zum Schluss einen Tropfen Sesamöl hinzufügen.
-

Ramen Mapo

Ingrédients (1 portion) 1 paquet de Ramen, 1 bloc de Tofu, 100g de porc haché, 1 piment vert/rouge chacun, 1 gousse de gingembre, 1 gousse d'ail, 1/3 tige d'oignon vert (partie blanche), 1 tasse de bouillon, 2 c.à.s de gochujang, 1/2 c.à.s de gochugaru, 2 c.à.c de sauce soja, 1 c.à.c de sucre, 1 c.à.c de mirin, poivre, eau féculée, huile de sésame au goût

Préparation

1. Couper le tofu en cubes de 2 cm. Hacher finement l'ail et le gingembre. Épépiner les piments et les couper en dés de 0,5 cm. Préparer l'oignon vert et le porc hachés.
2. Blanchir rapidement le tofu de ① dans l'eau bouillante avec un peu de sel, puis égoutter pour l'assouplir.
3. Faire bouillir légèrement les nouilles ramen, rincer à l'eau froide, égoutter, puis faire sauter légèrement dans une poêle huilée.
4. Chauffer l'huile dans une poêle, faire revenir l'ail, le gingembre, le piment rouge et l'oignon vert. Ajouter le porc haché et faire sauter. Ajouter un peu de sauce soja et de poivre, puis le gochujang, le gochugaru, le sucre, la sauce soja et le mirin. Verser 1 tasse de bouillon et porter à ébullition.

5. Une fois que ④ bout, rectifier l'assaisonnement, ajouter le poivre et l'eau féculée, puis incorporer doucement le tofu blanchi de ②. Ajouter une goutte d'huile de sésame à la fin.
-

Ramen Mapo

Ingredientes (1 porción) 1 paquete de Ramen, 1 bloque de Tofu, 100g de cerdo picado, 1 chile verde/rojo cada uno, 1 diente de jengibre, 1 diente de ajo, 1/3 tallo de cebolleta (parte blanca), 1 taza de caldo, 2 cdas de gochujang, 1/2 cda de gochugaru, 2 cditas de salsa de soja, 1 cdita de azúcar, 1 cdita de mirin, pimienta, agua con almidón, aceite de sésamo al gusto

Preparación

1. Cortar el tofu en cubos de 2 cm. Picar finamente el ajo y el jengibre. Quitar las semillas de los chiles y cortarlos en dados de 0,5 cm. Preparar la cebolleta y el cerdo picados.
 2. Escaldar rápidamente el tofu de ① en agua hirviendo con un poco de sal y escurrir en un colador.
 3. Hervir ligeramente los fideos ramen, enjuagar con agua fría, escurrir y saltear ligeramente en una sartén con aceite.
 4. Calentar aceite en una sartén, saltear el ajo, el jengibre, el chile rojo y la cebolleta. Añadir el cerdo picado y saltear. Añadir un poco de salsa de soja y pimienta, luego incorporar el gochujang, gochugaru, azúcar, salsa de soja y mirin. Verter 1 taza de caldo y llevar a ebullición.
 5. Cuando ④ esté hirviendo, ajustar la sazón, añadir la pimienta y el agua con almidón, y mezclar suavemente con el tofu de ②. Terminar con una gota de aceite de sésamo.
-

Рамен Мапо

Ингредиенты (1 порция) 1 упаковка рамена, 1 блок тофу, 100 г свиного фарша, по 1 зеленому/красному перцу чили, 1 зубчик имбиря, 1 зубчик чеснока, 1/3 стебля зеленого лука (белая часть), 1 стакан бульона, 2 ст.л. кочудяна, 1/2 ст.л. кочугару, 2 ч.л. соевого соуса, 1 ч.л. сахара, 1 ч.л. мирина, перец, крахмальная вода, кунжутное масло по вкусу

Приготовление

1. Нарежьте тофу кубиками по 2 см. Мелко нарежьте чеснок и имбирь. Очистите перцы от семян и нарежьте кубиками по 0,5 см. Подготовьте нарезанный зеленый лук и свиной фарш.
2. Быстро бланшируйте тофу из ① в кипящей воде с небольшим количеством соли, откиньте на сито.
3. Слегка отварите лапшу рамен, промойте в холодной воде, слейте воду, затем слегка обжарьте на сковороде с маслом.
4. Разогрейте масло на сковороде, обжарьте чеснок, имбирь, красный перец и зеленый лук. Добавьте свиной фарш и обжарьте. Добавьте немного соевого соуса и перца, затем кочудян, кочугару, сахар, соевый соус и мирин. Влейте 1 стакан бульона и доведите до кипения.
5. Когда ④ закипит, доведите до вкуса, добавьте перец и крахмальную воду, затем аккуратно вмешайте бланшированный тофу из ②. В конце добавьте каплю кунжутного масла.

