



물냉면



<https://recipe.io.kr>

물냉면

재료 냉면사리 300g, 홍어 150g, 흑설탕 1큰술, 간장 1큰술, 식초 1큰술, 오이 1/2개, 무 100g, 배 1/4개
양념: 고춧가루 3큰술, 간장 1/2큰술, 다진 마늘 1/2큰술, 다진 파 1큰술, 생강, 통깨, 식초, 설탕, 참기름

조리방법

- **면 준비:** 냉면사리는 끓는 물에 살짝 데친 후 찬물에 여러 번 헹구어 물기를 없앤다.
 - **홍어 손질:** 홍어는 손질하여 적당한 크기로 썰고 식초에 담갔다 물기를 짰 뒤 흑설탕, 고춧가루, 간장에 30분 정도 재워둔다.
 - **야채 준비:** 오이와 무는 썰어서 소금에 절여 물기를 짜고 식초, 설탕, 고춧가루에 무친다.
 - **완성:** 냉면사리를 양념장에 가볍게 무쳐 그릇에 담고 무친 고명과 달걀, 배를 얹어 낸다.
-

Mul-Naengmyeon (Cold Buckwheat Noodles)

Ingredients 300g Naengmyeon noodles, 150g Skate (Hong-eo), 1 tbsp Brown sugar, 1 tbsp Soy sauce, 1 tbsp Vinegar, 1/2 Cucumber, 100g Radish, 1/4 Pear
Seasoning: 3 tbsp Chili powder, 1/2 tbsp Soy sauce, 1/2 tbsp Minced garlic, 1 tbsp Minced green onion, Ginger, Sesame seeds, Vinegar, Sugar, Sesame oil

Instructions

- **Prep Noodles:** Blanch noodles in boiling water, rinse multiple times in cold water, and drain.
 - **Prep Skate:** Clean and slice skate, soak in vinegar, drain, and marinate with brown sugar, chili powder, and soy sauce for 30 minutes.
 - **Prep Veggies:** Slice cucumber and julienne radish, salt them, drain, and mix with vinegar, sugar, and chili powder.
 - **Finish:** Toss noodles with the seasoning sauce, place in a bowl, and top with prepared garnish, egg, and pear.
-

水冷麵

材料 冷麵條 300g, 魷魚 150g, 黑糖 1大勺, 醬油 1大勺, 醋 1大勺, 小黃瓜 1/2條, 蘿蔔 100g, 梨子 1/4顆 **調料:** 辣椒粉 3大勺, 醬油 1/2大勺, 蒜泥 1/2大勺, 蔥末 1大勺, 薑, 芝麻, 醋, 糖, 香油

烹調步驟

- **準備麵條:** 將冷麵條在沸水中燙熟, 冷水反覆沖洗後瀝乾。
 - **處理魷魚:** 魷魚處理乾淨切塊, 泡入醋中後瀝乾, 用黑糖、辣椒粉、醬油醃製 30 分鐘。
 - **準備蔬菜:** 小黃瓜與蘿蔔切好, 用鹽醃製後瀝乾, 拌入醋、糖與辣椒粉。
 - **完成:** 將麵條拌入調料後裝碗, 放上配料、雞蛋與梨子即可。
-

水冷面

材料 冷面条 300g, 魷魚 150g, 黑糖 1大勺, 醬油 1大勺, 醋 1大勺, 小黃瓜 1/2條, 萝卜 100g, 梨子 1/4顆 **調料:** 辣椒粉 3大勺, 醬油 1/2大勺, 蒜泥 1/2大勺, 蔥末 1大勺, 姜, 芝麻, 醋, 糖, 香油

烹調步驟

- **准备面条:** 将冷面条在沸水中烫熟, 冷水反复冲洗后沥干。
 - **处理魷魚:** 魷魚处理干净切块, 泡入醋中后沥干, 用黑糖、辣椒粉、酱油腌制 30 分钟。
 - **准备蔬菜:** 小黃瓜与萝卜切好, 用盐腌制后沥干, 拌入醋、糖与辣椒粉。
 - **完成:** 将面条拌入调料后装碗, 放上配料、鸡蛋与梨子即可。
-

冷麺 (ムルレンミョン)

材料 冷麺 300g, エイ 150g, 黒砂糖 大さじ1, 醤油 大さじ1, 酢 大さじ1, きゅうり 1/2本, 大根 100g, 梨 1/4個 ヤンニョム: 粉唐辛子 大さじ3, 醤油 大さじ1/2, おろしにんにく 大さじ1/2, 刻みねぎ 大さじ1, 生姜, 白ごま, 酢, 砂糖, ごま油

作り方

- **麺の準備:** 冷麺を沸騰したお湯で茹でて冷水で何度も洗い、水気を切る。
- **エイの準備:** エイを切り、酢に浸してから水気を絞り、黒砂糖、粉唐辛子、醤油で30分ほど漬け込む。
- **野菜の準備:** きゅうりと大根を切り、塩で漬けて水気を絞り、酢、砂糖、粉唐辛子で和える。
- **完成:** 麺をヤンニョムで軽く和えて器に盛り、トッピング、卵、梨をのせる。

Mul-Naengmyeon (Kalte Buchweizennudeln)

Zutaten 300g Naengmyeon-Nudeln, 150g Rochen, 1 EL brauner Zucker, 1 EL Sojasauce, 1 EL Essig, 1/2 Gurke, 100g Rettich, 1/4 Birne Würzung: 3 EL Chilipulver, 1/2 EL Sojasauce, 1/2 EL gehackter Knoblauch, 1 EL gehackte Frühlingszwiebeln, Ingwer, Sesam, Essig, Zucker, Sesamöl

Zubereitung

- **Nudeln vorbereiten:** In kochendem Wasser blanchieren, in kaltem Wasser abspülen und abtropfen lassen.
- **Rochen vorbereiten:** Rochen schneiden, in Essig einweichen, abtropfen lassen und 30 Min. mit braunem Zucker, Chilipulver und Sojasauce marinieren.
- **Gemüse vorbereiten:** Gurke und Rettich schneiden, salzen, abtropfen lassen und mit Essig, Zucker und Chilipulver mischen.
- **Finish:** Nudeln mit der Sauce mischen, in eine Schüssel geben und mit den Garnituren, Ei und Birne belegen.

Mul-Naengmyeon (Nouilles froides)

Ingrédients 300g nouilles Naengmyeon, 150g raie, 1 c.à.s sucre brun, 1 c.à.s sauce soja, 1 c.à.s vinaigre, 1/2 concombre, 100g radis, 1/4 poire Assaisonnement: 3 c.à.s poudre de piment, 1/2 c.à.s sauce soja, 1/2 c.à.s ail haché, 1 c.à.s oignon vert haché, gingembre, sésame, vinaigre, sucre, huile de sésame

Préparation

- **Préparer les nouilles:** Blanchissez dans l'eau bouillante, rincez à l'eau froide et égouttez.
 - **Préparer la raie:** Coupez la raie, trempez dans le vinaigre, égouttez, et marinez avec sucre brun, piment et sauce soja pendant 30 min.
 - **Préparer les légumes:** Coupez concombre et radis, salez, égouttez et mélangez avec vinaigre, sucre et piment.
 - **Finition:** Mélangez les nouilles avec la sauce, placez dans un bol, ajoutez les garnitures, l'œuf et la poire.
-

Mul-Naengmyeon (Fideos fríos)

Ingredientes 300g fideos Naengmyeon, 150g raya, 1 cda azúcar moreno, 1 cda salsa de soja, 1 cda vinagre, 1/2 pepino, 100g rábano, 1/4 pera Condimentos: 3 cdas chile en polvo, 1/2 cda salsa de soja, 1/2 cda ajo picado, 1 cda cebolleta picada, jengibre, sésamo, vinagre, azúcar, aceite de sésamo

Preparación

- **Preparar fideos:** Escalde en agua hirviendo, enjuague con agua fría y escurra.
- **Preparar raya:** Corte la raya, remoje en vinagre, escurra y marine con azúcar moreno, chile en polvo y salsa de soja durante 30 min.
- **Preparar verduras:** Corte pepino y rábano, sale, escurra y mezcle con vinagre, azúcar y chile en polvo.
- **Finalizar:** Mezcle los fideos con el condimento, coloque en un bol y añada las guarniciones, huevo y pera.

Муль-нэнмён (Холодная лапша)

Ингредиенты 300г лапши Нэнмён, 150г ската, 1 ст.л. коричневого сахара, 1 ст.л. соевого соуса, 1 ст.л. уксуса, 1/2 огурца, 100г редьки, 1/4 груши
Заправка: 3 ст.л. порошка чили, 1/2 ст.л. соевого соуса, 1/2 ст.л. чеснока, 1 ст.л. зеленого лука, имбирь, кунжут, уксус, сахар, кунжутное масло

Приготовление

- **Подготовка лапши:** Бланшируйте в кипящей воде, промойте холодной водой и слейте воду.
- **Подготовка ската:** Нарежьте ската, замочите в уксусе, слейте воду и замаринуйте с коричневым сахаром, порошком чили и соевым соусом на 30 минут.
- **Подготовка овощей:** Нарежьте огурец и редьку, посолите, слейте воду и смешайте с уксусом, сахаром и порошком чили.
- **Завершение:** Смешайте лапшу с заправкой, выложите в миску и добавьте гарниры, яйцо и грушу.

