



# 밀쌈튀김



<https://recipe.io.kr>

## 밀쌈튀김

-> 2 인분 기준

### 재료

- **주재료:** 다진 돼지고기 50g, 표고버섯 2 장, 당근 30g, 두부 1/2 모, 생강 2 쪽, 다진 파 1 큰술, 밀가루 1 컵, 따뜻한 물, 소금, 튀김기름
- **양념:** 간장 1/2 작은술, 소금 1/2 작은술, 후추 (레시피 본문에 언급된 후추 포함)

### 조리방법

- **버섯 및 당근 준비:** 표고버섯은 충분히 불려 곱게 다져 놓고, 당근은 끓는 물에 소금을 조금 넣고 데친 후 다져 놓는다.
  - **소 만들기:** 두부는 물기를 꼭 짜서 칼등으로 곱게 으깨고, 고기도 곱게 다져서 첫 번째 과정의 재료와 생강즙, 다진 파, 소금, 후추로 양념한다.
  - **피 만들기:** 밀가루는 소금을 조금 넣고 따뜻한 물로 반죽하여 길이 7cm, 넓이 5cm 크기로 피를 여러 장 만들어 놓는다.
  - **말고 튀기기:** 피에 준비한 소를 놓고 돌돌 말아 양끝을 꼭꼭 누른 뒤, 예열된 기름에 갈색으로 바삭하게 튀겨 어슷하게 썬다.
- 

## Fried Wheat Wraps (Milssam-twigim)

-> 2 servings

### Ingredients

- **Main:** 50g Ground pork, 2 Shiitake mushrooms, 30g Carrot, 1/2 block Tofu, 2 slices Ginger, 1 tbsp Minced green onion, 1 cup Flour, Warm water, Salt, Frying oil
- **Seasoning:** 1/2 tsp Soy sauce, 1/2 tsp Salt, Pepper

### Instructions

- **Prep Mushrooms & Carrots:** Soak shiitake mushrooms thoroughly and mince finely; blanch carrots in boiling water with a little salt and mince.

- **Make Filling:** Squeeze water out of tofu and mash finely with the back of a knife. Mince pork finely and mix with the prepared mushrooms/carrots, ginger juice, minced green onion, salt, and pepper.
  - **Make Wrappers:** Knead flour with warm water and a pinch of salt to make dough, then roll out several wrappers measuring 7cm in length and 5cm in width.
  - **Roll & Fry:** Place the filling onto the wrapper, roll up tightly, press both ends firmly, fry in hot oil until golden brown and crispy, and cut diagonally.
- 

## 麵皮炸卷 (밀쌈튀김)

→ 2 人份

### 材料

- **主料：** 豬絞肉 50g, 香菇 2 朵, 胡蘿蔔 30g, 豆腐 1/2 塊, 薑 2 片, 蔥末 1 大勺, 麵粉 1 杯, 溫水, 鹽, 炸油
- **調料：** 醬油 1/2 小勺, 鹽 1/2 小勺, 胡椒

### 烹調步驟

- **準備香菇與胡蘿蔔：**  
香菇泡發後切細碎；胡蘿蔔放入加了少許鹽的沸水中汆燙後切碎。
- **製作內餡：**  
豆腐擠乾水分用刀背壓泥，豬肉剁細，與香菇、胡蘿蔔、薑汁、蔥末、鹽、胡椒拌勻調味。
- **製作麵皮：** 麵粉加入少許鹽與溫水揉成麵糰，捍成長 7cm、寬 5cm 的薄皮數張。
- **包捲油炸：**  
將內餡放在麵皮上捲起，兩端捏緊，放入熱油中炸至金黃酥脆，斜切成段即可。

---

## 面皮炸卷 (밀쌈튀김)

-> 2 人份

### 材料

- **主料：** 猪绞肉 50g, 香菇 2 朵, 胡萝卜 30g, 豆腐 1/2 块, 姜 2 片, 葱末 1 大勺, 面粉 1 杯, 温水, 盐, 炸油
- **调料：** 酱油 1/2 小勺, 盐 1/2 小勺, 胡椒

### 烹调步骤

- **准备香菇与胡萝卜：**  
香菇泡发后切细碎；胡萝卜放入加了少许盐的沸水中汆烫后切碎。
- **制作内馅：**  
豆腐挤干水分用刀背压泥，猪肉剁细，与香菇、胡萝卜、姜汁、葱末、盐、胡椒拌匀调味。
- **制作面皮：** 面粉加入少许盐与温水揉成面团，擀成长 7cm、宽 5cm 的薄皮数张。
- **包卷油炸：**  
将内馅放在面皮上卷起，两端捏紧，放入热油中炸至金黄酥脆，斜切成段即可。

---

## 小麦粉の皮の揚げ物 (밀쌈튀김)

-> 2 人前

## 材料

- **主材料:** 豚ひき肉 50g, 椎茸 2 枚, 人参 30g, 豆腐 1/2 丁, 生姜 2 片, 刻みねぎ 大さじ 1, 小麦粉 1 カップ, 温水, 塩, 揚げ油
- **タレ:** 醤油 小さじ 1/2, 塩 小さじ 1/2, 胡椒

## 作り方

- **きのこ・人参の準備:**

椎茸は十分にふやかして細かく刻み、人参は塩少々を入れた熱湯で茹でてから刻む。

- **具材を作る:**

豆腐は水気をしっかり絞って包丁の背で細かく潰し、豚肉も細かく刻んで、①の材料、生姜汁、刻みねぎ、塩、胡椒で味付けする。

- **皮を作る:**

小麦粉に塩少々と温水を入れて生地を練り、長さ 7cm、幅 5cm の皮を何枚か作る。

- **巻いて揚げる:**

皮に具材をのせてしっかり巻き、両端をぎゅっと押さえてから、熱した油でキツネ色にサクッと揚げ、斜めに切る。

---

## Frittierte Weizenwraps (Milssam-twigim)

-> 2 Portionen

## Zutaten

- **Hauptzutat:** 50g Schweinehackfleisch, 2 Shiitake-Pilze, 30g Karotte, 1/2 Block Tofu, 2 Scheiben Ingwer, 1 EL gehackte Frühlingszwiebel, 1 Tasse Mehl, warmes Wasser, Salz, Frittieröl
- **Würzung:** 1/2 TL Sojasauce, 1/2 TL Salz, Pfeffer

## Zubereitung

- **Pilze & Karotten vorbereiten:** Shiitake-Pilze gut einweichen und fein hacken. Karotten in kochendem Salzwasser blanchieren und fein hacken.
  - **Füllung zubereiten:** Tofu gut auspressen und mit dem Messerrücken fein zerdrücken. Schweinefleisch fein hacken und mit den Pilzen/Karotten, Ingwersaft, Frühlingszwiebeln, Salz und Pfeffer vermengen.
  - **Wraps herstellen:** Mehl mit etwas Salz und warmem Wasser zu einem Teig verkneten und mehrere Teigblätter (ca. 7 cm lang, 5 cm breit) ausrollen.
  - **Rollen & Frittieren:** Füllung auf die Teigblätter geben, fest einrollen, die Enden gut verschließen und in heißem Öl goldbraun und knusprig frittieren. In scheibenförmige Stücke schneiden.
- 

## Wraps de blé frits (Milssam-twigim)

→ 2 portions

### Ingrédients

- **Base:** 50g Porc haché, 2 Shiitakes, 30g Carotte, 1/2 bloc Tofu, 2 tranches Gingembre, 1 c.à.s Oignon vert haché, 1 tasse Farine, Eau tiède, Sel, Huile de friture
- **Assaisonnement:** 1/2 c.à.c Sauce soja, 1/2 c.à.c Sel, Poivre

### Préparation

- **Préparer champignons et carottes:** Réhydratez bien les shiitakes et hachez-les finement ; blanchissez la carotte dans l'eau bouillante salée et hachez-la.
- **Préparer la farce:** Pressez bien l'eau du tofu et écrasez-le finement. Hachez finement le porc et mélangez avec les ingrédients précédents, le jus de gingembre, l'oignon vert, le sel et le poivre.
- **Confectionner les peaux:** Pétrissez la farine avec un peu d'eau tiède et du sel, puis façonnez plusieurs petites pâtes de 7 cm de long sur 5 cm de large.

- **Rouler et frire:** Déposez la farce sur la pâte, roulez fermement en pressant les extrémités, puis faites frire dans l'huile chaude jusqu'à ce qu'elles soient dorées et croustillantes. Coupez en biais.
- 

## Wraps de trigo fritos (Milssam–twigim)

→ 2 porciones

### Ingredientes

- **Principal:** 50g Carne de cerdo picada, 2 Setas shiitake, 30g Zanahoria, 1/2 bloque Tofu, 2 rodajas Jengibre, 1 cda Cebolleta picada, 1 taza Harina, Agua tibia, Sal, Aceite para freír
- **Sazón:** 1/2 cdita Salsa de soja, 1/2 cdita Sal, Pimienta

### Preparación

- **Preparar setas y zanahoria:** Remoje bien las setas shiitake y píquelas finamente; escalde la zanahoria en agua hirviendo con un poco de sal y píquela.
  - **Hacer el relleno:** Exprima bien el agua del tofu y tritúrelo finamente con el dorso de un cuchillo. Pique finamente el cerdo y mezcle con los ingredientes anteriores, jugo de jengibre, cebolleta, sal y pimienta.
  - **Hacer las masas:** Amase la harina con un poco de sal y agua tibia para hacer varias láminas de masa de 7 cm de largo por 5 cm de ancho.
  - **Enrollar y freír:** Coloque el relleno sobre la lámina, enrolle firmemente presionando los extremos, fría en aceite caliente hasta que estén dorados y crujientes, y corte en diagonal.
-

## Жареные пшеничные рулетики (Милсам–твигим)

→ 2 порции

### Ингредиенты

- **Основное:** 50г Свиной фарш, 2 Шитаке, 30г Морковь, 1/2 блока Тофу, 2 ломтика Имбирь, 1 ст.л. Измельченный зеленый лук, 1 стакан Мука, Теплая вода, Соль, Масло для фритюра
- **Приправа:** 1/2 ч.л. Соевый соус, 1/2 ч.л. Соль, Перец

### Приготовление

- **Подготовка грибов и моркови:** Хорошо размочите и мелко нарежьте шиитаке; бланшируйте морковь в кипящей подсоленной воде и измельчите.
- **Приготовление начинки:** Отожмите воду из тофу и разомните тыльной стороной ножа. Мелко нарежьте свинину и смешайте с грибами, морковью, имбирным соком, зеленым луком, солью и перцем.
- **Приготовление теста:** Замесите муку с теплой водой и щепоткой соли, раскатайте несколько заготовок размером 7х5 см.
- **Формовка и обжарка:** Положите начинку на тесто, плотно заверните, крепко защемите края, обжарьте в раскаленном масле до золотистой корочки и нарежьте наискосок.

