



밤영양갱



밤영양갱

-> 4인분 기준

재료

- **주재료:** 팥가루 1컵, 설탕 1컵, 불린 한천 1컵, 물 1컵, 밤 5개
- *(참고: 팥앙금을 직접 만들 경우 팥 별도 준비)*

조리방법

- **팥앙금 만들기:** 팥은 깨끗이 씻어 꼭 퍼지도록 삶아 팥앙금을 만든다.
 - **한천 불리기:** 한천은 물에 담가 부드럽게 한다.
 - **밤 손질:** 밤은 삶아 속껍질까지 깨끗이 벗겨 4등분한다.
 - **한천 녹이기:** 두꺼운 냄비에 분량의 물과 불린 한천을 넣고 센 불에서 끓이다가, 끓기 시작하면 약한 불에서 오래 끓여 한천이 완전히 녹도록 한다.
 - **설탕 및 팥가루 섞기:** 한천이 완전히 녹으면 설탕을 넣고 완전히 녹인 다음, 팥가루를 넣어 약한 불에서 서서히 끓인다.
 - **완성:** 오래 끓여 팥물이 1컵 정도 되게 줄어들면 틀에 물을 묻혀 삶은 밤을 고루 넣고 팥물을 담아 찬 곳에 둔다. 완전히 굳으면 옆에서 빼낸 다음 먹기 좋은 크기로 썬다.
-

Chestnut Sweet Bean Jelly (Bam-yanggeng)

-> 4 servings

Ingredients

- **Main:** 1 cup Red bean powder, 1 cup Sugar, 1 cup Soaked agar-agar, 1 cup Water, 5 Chestnuts

Instructions

- **Make Red Bean Paste:** Wash red beans and boil until thoroughly soft to make red bean paste.

- **Soak Agar-agar:** Soak agar-agar in water to soften.
 - **Prep Chestnuts:** Boil chestnuts, peel inner skins completely, and cut into quarters.
 - **Melt Agar-agar:** In a thick pot, add water and soaked agar-agar, boil over high heat, then simmer over low heat until completely dissolved.
 - **Add Sugar & Powder:** Once dissolved, add sugar until melted, then add red bean powder and simmer slowly over low heat.
 - **Finish:** When reduced to about 1 cup, pour into a moistened mold containing quartered boiled chestnuts, let set completely in a cool place, invert to unmold, and slice into bite-sized pieces.
-

栗子羊羹

-> 4人份

材料

- 主料：紅豆粉 1杯, 糖 1杯, 泡發洋菜 1杯, 水 1杯, 栗子 5顆

烹調步驟

- **製作紅豆沙：** 紅豆洗淨煮至熟軟製成紅豆沙。
- **泡發洋菜：** 將洋菜泡水使其變軟。
- **處理栗子：** 栗子煮熟後剝除內皮，切成 4 等分。
- **溶解洋菜：** 在厚底鍋中加入水與泡發洋菜，大火煮沸後轉小火慢慢煮至洋菜完全融化。
- **加入糖與紅豆粉：** 洋菜完全融化後加入糖攪勻，再加入紅豆粉用小火慢慢熬煮。
- **完成：** 煮至湯汁縮減至約 1 杯時，模具抹水，放入煮好的栗子與紅豆液，置於陰涼處完全凝固後倒扣脫模，切成適口大小。

栗子羊羹

-> 4人份

材料

- **主料：** 红豆粉 1杯, 糖 1杯, 泡发洋菜 1杯, 水 1杯, 栗子 5颗

烹调步骤

- **制作红豆沙：** 红豆洗净煮至熟软制成红豆沙。
- **泡发洋菜：** 将洋菜泡水使其变软。
- **处理栗子：** 栗子煮熟后剥除内皮，切成 4 等分。
- **溶解洋菜：** 在厚底锅中加入水与泡发洋菜，大火煮沸后转小火慢慢煮至洋菜完全融化。
- **加入糖与红豆粉：** 洋菜完全融化后加入糖搅匀，再加入红豆粉用小火慢慢熬煮。
- **完成：** 煮至汤汁缩减至约 1 杯时，模具抹水，放入煮好的栗子与红豆液，置于阴凉处完全凝固后倒扣脱模，切成适口大小。

栗ようかん（バムヤンゲン）

-> 4人前

材料

- **主材料:** 小豆粉 1カップ, 砂糖 1カップ, 戻した寒天 1カップ, 水 1カップ, 栗 5個

作り方

- **あんこを作る:** 小豆をきれいに洗い、柔らかくなるまで煮てあんこを作る。
 - **寒天を戻す:** 寒天を水に浸して柔らかくする。
 - **栗を下準備する:** 栗を茹でて渋皮まで綺麗に剥き、4等分にする。
 - **寒天を溶かす:** 厚手の鍋に分量の水と戻した寒天を入れ、強火で沸騰させたら弱火でじっくり煮て寒天を完全に溶かす。
 - **砂糖と小豆粉を加える:** 寒天が完全に溶けたら砂糖を完全に溶かした後、小豆粉を加えて弱火でじっくり煮る。
 - **仕上げ:** 長く煮詰めて量が1カップ程度になったら、型に水を塗り、茹でた栗を均等に入れて流し込み、冷暗所で完全に固めてから型から外し、食べやすい大きさに切る。
-

Kastanien-Yanggeng (Bam-yanggeng)

-> 4 Portionen

Zutaten

- **Hauptzutat:** 1 Tasse rotes Bohnenpulver, 1 Tasse Zucker, 1 Tasse eingeweichter Agar-Agar, 1 Tasse Wasser, 5 Kastanien

Zubereitung

- **Bohnenpaste herstellen:** Rote Bohnen waschen, weich kochen und zu Paste verarbeiten.
- **Agar-Agar einweichen:** Agar-Agar in Wasser einweichen, bis es weich wird.
- **Kastanien vorbereiten:** Kastanien kochen, die Innenschale vollständig entfernen und vierteln.
- **Agar-Agar schmelzen:** Wasser und eingeweichten Agar-Agar in einen dicken Topf geben, bei starker Hitze aufkochen und bei schwacher Hitze

köcheln lassen, bis sich der Agar-Agar vollständig aufgelöst hat.

- **Zucker & Bohnenpulver hinzufügen:** Wenn sich der Agar-Agar aufgelöst hat, den Zucker einrühren, danach das Bohnenpulver hinzufügen und bei schwacher Hitze langsam köcheln lassen.
 - **Fertigstellen:** Bis auf ca. 1 Tasse einkochen, in eine mit Wasser benetzte Form mit den geviertelten Kastanien gießen, an einem kühlen Ort vollständig fest werden lassen, stürzen und in mundgerechte Stücke schneiden.
-

Yanggeng aux châtaignes (Bam-yanggeng)

-> 4 portions

Ingrédients

- **Base:** 1 tasse Poudre de haricots rouges, 1 tasse Sucre, 1 tasse Agar-agar réhydraté, 1 tasse Eau, 5 Châtaignes

Préparation

- **Préparer la pâte de haricots:** Lavez les haricots rouges et faites-les bouillir jusqu'à ce qu'ils soient bien tendres pour faire la pâte.
 - **Réhydrater l'agar-agar:** Trempez l'agar-agar dans l'eau pour l'assouplir.
 - **Préparer les châtaignes:** Faites bouillir les châtaignes, retirez complètement la peau interne et coupez-les en quatre.
 - **Fondre l'agar-agar:** Dans une casserole à fond épais, versez l'eau et l'agar-agar réhydraté, portez à ébullition à feu vif, puis laissez mijoter à feu doux jusqu'à ce qu'il soit complètement dissous.
 - **Ajouter le sucre et la poudre:** Une fois dissous, ajoutez le sucre, puis la poudre de haricots rouges et laissez mijoter lentement à feu doux.
 - **Finition:** Réduisez jusqu'à environ 1 tasse, versez dans un moule humidifié contenant les châtaignes bouillies, laissez figer dans un endroit frais, démoulez et coupez en morceaux.
-

Yanggeng de castañas (Bam-yanggeng)

-> 4 porciones

Ingredientes

- **Principal:** 1 taza Harina de judías rojas, 1 taza Azúcar, 1 taza Agar-agar remojado, 1 taza Agua, 5 Castañas

Preparación

- **Hacer pasta de judías:** Lave las judías rojas y hiérvalas hasta que estén bien blandas para hacer la pasta.
 - **Remojar el agar-agar:** Remoje el agar-agar en agua para ablandarlo.
 - **Preparar castañas:** Hierva las castañas, retire completamente la piel interior y córtelas en cuartos.
 - **Derretir agar-agar:** En una olla gruesa, agregue agua y el agar-agar remojado, hierva a fuego alto y luego cocine a fuego lento hasta que se disuelva por completo.
 - **Añadir azúcar y harina:** Una vez disuelto, agregue el azúcar, luego la harina de judías rojas y cocine a fuego lento.
 - **Finalizar:** Reduzca hasta aproximadamente 1 taza, vierta en un molde humedecido con las castañas hervidas, deje enfriar en un lugar fresco hasta que cuaje, desmolde y corte en trozos.
-

Каштановый янъгэн (Бам-янъгэн)

-> 4 порции

Ингредиенты

- **Основное:** 1 стакан Порошок красной фасоли, 1 стакан Сахар, 1 стакан Замоченный агар-агар, 1 стакан Вода, 5 Каштанов

Приготовление

- **Приготовление пасты:** Промойте красную фасоль и отварите до мягкости, чтобы сделать пасту.
- **Замачивание агар-агара:** Замочите агар-агар в воде, чтобы он

размягчился.

- **Подготовка каштанов:** Отварите каштаны, полностью очистите от внутренней кожицы и разрежьте на четыре части.
- **Растворение агар-агара:** В толстостенную кастрюлю добавьте воду и замоченный агар-агар, доведите до кипения на сильном огне, затем варите на слабом огне до полного растворения.
- **Добавление сахара и порошка:** Когда агар-агар растворится, добавьте сахар, затем порошок красной фасоли и медленно варите на слабом огне.
- **Завершение:** Уварите примерно до 1 стакана, вылейте в смоченную форму с отварными каштанами, дайте полностью застыть в прохладном месте, переверните, извлеките и нарежьте на кусочки.

