



버섯산적



<https://recipe.io.kr>

버섯산적

재료

- **주재료:** 송이버섯 400g, 생표고버섯 5장, 쇠고기 200g, 실파 5뿌리, 파리고추 10개, 파, 마늘
- **양념:** 간장, 깨소금, 후추, 설탕, 참기름

조리방법

- **재료 손질 및 밑간:** 송이버섯은 겉껍질을 얇게 벗겨 도톰하게 썰고, 쇠고기는 얇고 넓적하게 썬다. 실파는 7cm 길이로 썰어 참기름에 무쳐 놓고, 고기는 갖은 양념에 무쳐 놓는다.
 - **표고 및 고추 손질:** 표고버섯도 도톰하게 썰어 간장, 참기름에 무쳐 준비하고, 파리고추는 끓는 물에 살짝 데쳐 간장, 참기름에 무쳐 놓는다.
 - **꼬치 끼우기 및 굽기:** 준비된 재료를 꼬치에 색을 맞추어 끼운다. 양념장을 조금씩 끼얹어 주면서 팬에 노릇노릇하게 지져 접시에 담아낸다.
-

Mushroom Sanjeok (Beoseot-sanjeok)

Ingredients

- **Main:** 400g Pine mushrooms (Songi), 5 Fresh shiitake mushrooms, 200g Beef, 5 Chives (silpa), 10 Shishito peppers (kwarigochu), Green onion, Garlic
- **Seasoning:** Soy sauce, Sesame salt, Pepper, Sugar, Sesame oil

Instructions

- **Prep & Marinate:** Peel the outer skin of pine mushrooms thinly and slice thickly. Slice beef thinly and wide. Cut chives into 7cm lengths and toss with sesame oil; marinate the beef with various seasonings.
- **Prep Mushrooms & Peppers:** Slice shiitake mushrooms thickly and toss with soy sauce and sesame oil. Briefly blanch shishito peppers in boiling water and toss with soy sauce and sesame oil.
- **Skewer & Fry:** Thread the prepared ingredients onto skewers matching their colors. Pan-fry until golden brown while drizzling seasoning sauce little by

little, then serve on a plate.

蘑菇串燒

材料

- **主料：** 松茸 400g, 鮮香菇 5朵, 牛肉 200g, 青蔥 5根, 青辣椒 (虎皮椒) 10個, 蔥, 蒜
- **調料：** 醬油, 芝麻鹽, 胡椒, 糖, 香油

烹調步驟

- **材料處理與醃製：** 松茸剝去薄外皮切厚片；牛肉切薄片；青蔥切成 7cm 長用香油拌勻；牛肉用綜合調味料醃製。
- **處理香菇與辣椒：** 香菇切厚片，用醬油和香油拌勻；青辣椒放入沸水中稍微汆燙，用醬油和香油拌勻。
- **串籤與煎製：** 將準備好的食材按顏色搭配串在竹籤上。邊煎邊淋上少許醬汁，煎至金黃色即可盛盤。

蘑菇串燒

材料

- **主料：** 松茸 400g, 鮮香菇 5朵, 牛肉 200g, 青蔥 5根, 青辣椒 10個, 蔥, 蒜
- **調料：** 醬油, 芝麻鹽, 胡椒, 糖, 香油

烹调步骤

- **材料处理与腌制：** 松茸剥去薄外皮切厚片；牛肉切薄片；青葱切成 7cm 长用香油拌匀；牛肉用综合调味料腌制。
 - **处理香菇与辣椒：** 香菇切厚片，用酱油和香油拌匀；青辣椒放入沸水中稍微氽烫，用酱油和香油拌匀。
 - **串签与煎制：** 将准备好的食材按颜色搭配串在竹签上。边煎边淋上少许酱汁，煎至金黄色即可盛盘。
-

キノコのサンジヨク（ボソッサンジヨク）

材料

- **主材料：** 松茸 400g, 生しいたけ 5枚, 牛肉 200g, 細ねぎ 5本, 甘長とうがらし 10個, ねぎ, にんにく
- **調味料：** 醤油, すりごま, 胡椒, 砂糖, ごま油

作り方

- **下準備と下味：** 松茸は外皮を薄く剥いて厚めに切り、牛肉は薄く平らに切る。細ねぎは長さ7cmに切ってごま油で和え、牛肉は合わせ調味料で和えておく。
 - **しいたけととうがらしの準備：** しいたけも厚めに切って醤油とごま油で和えておき、甘長とうがらしは熱湯で軽く茹でて醤油とごま油で和えておく。
 - **串刺しと焼き：** 準備した材料を色合いに合わせて串に刺し、タレを少しずつかけながらフライパンできつね色に焼き上げ、皿に盛る。
-

Pilz-Sanjeok (Beoseot-sanjeok)

Zutaten

- **Hauptzutat:** 400g Kiefernplze (Songi), 5 frische Shiitake-Pilze, 200g Rindfleisch, 5 Frühlingszwiebeln/Schnittlauch, 10 Shishito-Paprikas (Kwarigochu), Lauch, Knoblauch
- **Würzung:** Sojasauce, Sesamsalz, Pfeffer, Zucker, Sesamöl

Zubereitung

- **Vorbereitung & Marinieren:** Die äußere Haut der Kiefernplze dünn abziehen und dick schneiden. Rindfleisch dünn und breit schneiden. Schnittlauch in 7 cm lange Stücke schneiden und mit Sesamöl vermengen; das Rindfleisch mit verschiedenen Gewürzen marinieren.
 - **Pilze & Paprika vorbereiten:** Shiitake-Pilze ebenfalls dick schneiden und mit Sojasauce und Sesamöl vermengen. Shishito-Paprikas kurz in kochendem Wasser blanchieren und mit Sojasauce und Sesamöl vermengen.
 - **Spießen & Anbraten:** Die vorbereiteten Zutaten farblich passend auf Spieße stecken. Unter nach und nach Zugabe von Würzsoße goldbraun anbraten und auf einem Teller anrichten.
-

Sanjeok de champignons (Beoseot-sanjeok)

Ingrédients

- **Base:** 400g Champignons pin (Songi), 5 Champignons shiitake frais, 200g Bœuf, 5 Oignons verts, 10 Piments doux (Kwarigochu), Oignon vert, Ail
- **Assaisonnement:** Sauce soja, Sel de sésame, Poivre, Sucre, Huile de sésame

Préparation

- **Préparation et marinade:** Épluchez finement la peau extérieure des champignons pin et coupez-les en morceaux épais. Coupez le bœuf finement et largement. Coupez les oignons verts en morceaux de 7 cm et mélangez-les avec de l'huile de sésame ; marinez le bœuf avec divers assaisonnements.

- **Préparation des champignons et piments:** Coupez également les champignons shiitake en morceaux épais et mélangez-les avec de la sauce soja et de l'huile de sésame. Blanchissez brièvement les piments dans de l'eau bouillante et mélangez-les avec de la sauce soja et de l'huile de sésame.
 - **Brochettes et cuisson:** Enfilez les ingrédients préparés sur des brochettes en harmonisant les couleurs. Faites sauter jusqu'à ce qu'ils soient dorés tout en versant un peu de sauce d'assaisonnement, puis servez sur une assiette.
-

Sanjeok de champiñones (Beoseot-sanjeok)

Ingredientes

- **Principal:** 400g Hongos de pino (Songi), 5 Setas shiitake frescas, 200g Carne de res, 5 Cebollinas, 10 Pimientos shishito (Kwarigochu), Cebollino, Ajo
- **Sazón:** Salsa de soja, Sal de sésamo, Pimienta, Azúcar, Aceite de sésamo

Preparación

- **Preparación y marinado:** Pelar finamente la piel exterior de los hongos de pino y cortar en trozos gruesos. Cortar la carne de res fina y ancha. Cortar las cebollinas en longitudes de 7 cm y mezclar con aceite de sésamo; marinar la carne con varios condimentos.
 - **Preparación de setas y pimientos:** Cortar las setas shiitake gruesas y mezclar con salsa de soja y aceite de sésamo. Blanquear brevemente los pimientos en agua hirviendo y mezclar con salsa de soja y aceite de sésamo.
 - **Ensartar y freír:** Insertar los ingredientes preparados en brochetas combinando los colores. Freír en sartén hasta que estén dorados mientras se rocía un poco de salsa de condimento y servir en un plato.
-

Шаньдок из грибов (Пэсот-санджок)

Ингредиенты

- **Основное:** 400g Сосновые грибы (сонги), 5 Свежих грибов шиитаке, 200g Говядина, 5 Перьев зеленого лука, 10 Перцев сисито (кваригочу), Зеленый лук, Чеснок
- **Приправа:** Соевый соус, Кунжутная соль, Перец, Сахар, Кунжутное масло

Приготовление

- **Подготовка и маринование:** Тонко счистить верхнюю кожицу с сосновых грибов и нарезать толстыми ломтиками. Говядину нарезать тонкими широкими кусочками. Зеленый лук нарезать кусочками длиной 7 см и смешать с кунжутным маслом; говядину замариновать с различными специями.
- **Подготовка грибов и перца:** Грибы шиитаке также нарезать толстыми ломтиками, смешать с соевым соусом и кунжутным маслом. Перец слегка бланшировать в кипящей воде и смешать с соевым соусом и кунжутным маслом.
- **Нанизывание и жарка:** Нанизать подготовленные ингредиенты на шпажки, чередуя по цвету. Обжарить на сковороде до золотистого цвета, постепенно поливая соусом, и выложить на тарелку.

