

발간등록번호

11-1541000-001290-01

한식메뉴 외국어 표기
길라잡이

INTERNATIONAL
KOREAN
M E N U
G U I D E

한식메뉴 외국어 표기
길라잡이

INTERNATIONAL
KOREAN
M E N U
G U I D E

Message from the Publisher

Recently, with the 'Korean wave' through K-POP, many people worldwide have become interested in Korean food, which represents health food. But in many circumstances, Korean restaurants at home and abroad have menus in other languages with varying menu names causing foreigners confusion.

Thus, in order to simply explain our food to foreigners and to plant a consistent image of Korean Food, we have created standardized menu names in foreign languages in the book we are publishing.

This book is for those Korean restaurants operating at home and abroad and for foreigners. The 154 representative food photos & name, main ingredient, recipes, and soup/sauces accompanied are presented in Korean, English, Japanese, Chinese, French, Italian, Spanish, German, Arabic, and Vietnamese.

We have used aesthetic and health terms for the food descriptions to appeal to foreigners.

We hope that this book serves as a reference for people who want to taste Korean food and helps plant a fond image of our food in Korean restaurants at home and abroad by standardizing the names of foods in foreign languages.

April 2012

Minister of the Ministry for Food, Agriculture, Forestry, and Fisheries

Suh Kyu Yong

발간사

최근 K-POP 등 한류 확산과 함께 한국 음식이 대표적인 건강식으로 세계인들의 관심을 끌고 있습니다. 하지만 국내외 한식당에서 사용하는 메뉴의 외국어 표기가 아직도 제각각인 경우가 많아 외국인들이 혼란스러워하고 있습니다.

이에 따라 외국인들에게 우리 음식을 쉽게 설명하고, 한식에 대한 일관된 이미지를 심어주고자 한식 메뉴에 대한 통일된 외국어 표기를 마련하여 책자를 발간하게 되었습니다.

이 책은 국내외에서 한식당을 운영하시는 분과 외국인들을 위한 것입니다. 한국의 대표적인 154개 음식의 사진과 명칭, 주재료, 조리법, 곁들여 먹는 국이나 양념장 등을 한국어, 영어, 일본어, 중국어, 불어, 이탈리아어, 스페인어, 독일어, 아랍어, 베트남어로 설명하였습니다.

외국인들이 음식 설명을 보고 호기심을 가질 수 있도록 미각적이고 건강식을 표현하는 용어를 사용하였습니다.

국내외 한식당에서 이 책을 참고로 외국어 표기를 통일함으로써 우리 음식을 제대로 알고 맛보고 싶어 하는 사람들에게 친숙한 한식 이미지를 심어주게 되기를 희망합니다.

2012년 4월

농림수산식품부 장관 서규용

CONTENTS



012 밥 BAP



027 죽 JUK



033 면 MYEON



077 찜 JJIM



087 나물 NAMUL



098 조림 JORIM



139 회 HWE



143 김치 KIMCHI



154 장·장아찌 JANG & JANGAJJI



**180 음청류
EUMCHEONG-RYU**



188 상차림 SANGCHARIM



044 국/탕 GUK·TANG



061 찌개 JJIGAE



068 전골 JEONGOL



106 볶음 BOKKEUM



114 구이 GUI



129 전 JEON



162 젓갈 JEOTGAL



168 떡 TTEOK



175 한과 HANGWA

한식메뉴 외국어 표기안 제작과정

How the International Menu Guide for Hansik Was Created

외국인이 한식을 보다 쉽고 정확하게 이해하면서 즐길 수 있도록 한식메뉴 외국어 표기안을 마련하였습니다. 음식, 조리, 외국어 전문가들이 참여하였고 문화체육관광부, 외교통상부, 국제교류재단 등 관련기관이 협력하여 한식 메뉴의 통일된 외국어 표기안을 제작하였습니다.

The International Menu Guide for Hansik was created to make Korean food more accessible and enjoyable to foreigners.

Many experts were involved in the process, including culinary, gastronomy, and language experts as well as the Ministry of Culture, Sports and Tourism, the Ministry of Foreign Affairs and Trade, and the Korea Foundation.

한식메뉴 외국어 번역에 관한 표기법 개정

한글 음식명의 로마자 표기는 외국인들의 편리한 발음을 위해 맞춤법 통일안과 다를 수 있습니다. 음식의 분류를 쉽게 하기 위해 범주에 해당하는 말은 띄어썼으며, 이는 필요에 따라 붙여 쓸 수 있습니다. (japgokbap → japgok bap, jeonbokjuk → jeonbokjuk, tteokguk → tteokguk kalguksu, samgyetang, yukgaejang 등)

Revised Romanization of Korean Menu Items

The International Korean Menu Guide does not strictly follow the official standard romanization rule in Korea. Slight changes were made to allow foreigners to read the menu with more ease. In addition, most names have been re-spaced to indicate the type of dish or cooking method, while some were left as one word when deemed more appropriate.

(japgokbap → japgok bap, jeonbokjuk → jeonbokjuk, tteokguk → tteokguk kalguksu, samgyetang, yukgaejang . . .)

대상 메뉴

국내외 한식당의 외국인 선호 메뉴를 기초로 전문가 자문을 거쳐 154개 메뉴 선정

메뉴 설명 작업

| 메뉴 한글 설명문을 만든 다음 영어로 번역을 하였고, 영어 설명문을 바탕으로 일본어, 중국어, 불어, 이태리어, 스페인어, 독일어, 아랍어, 베트남어로 번역 작업 실시

| 음식의 주재료, 음식(맛)의 특징, 조리법을 포함하여 국내외 식당에서 실제 사용할 수 있도록 음식설명

| 국내외 식당에서 메뉴판에 사용할 용도를 감안하여 메뉴설명 내용 등을 2~3줄 이내로 정리

외국어표기 방법

| **표준화 내용** 한식당 메뉴판에 실제 활용할 수 있는 한글명, 로마자 표기, 메뉴설명 등에 대해 표준화 작업

돌솥비빔밥

| 로마표기명 dolsot bibim bap

| 영문 Hot Stone Pot Bibimbap

| 일문 トルソッピビムパッ (石焼ピビムパッ)

| 중문 石锅拌饭

표준화 방법

| 메뉴명은 한글표기와 로마자 표기를 병행하고 각국 언어로 표기

| 메뉴 설명은 한글 표기를 바탕으로 영어, 일본어, 중국어, 불어, 이태리어, 스페인어, 독일어, 아랍어, 베트남어로 그 나라의 문화적 특성을 반영하여 특징 있게 설명

| 외국어표기 작업시에 현지인에 의한 번역 및 감수

관련 부처 협력 및 전문가위원회 구성

- | 농식품부, 문화관광부, 외교부, 한국관광공사, 국제교류재단, 국립국어원 등과 협력하여 추진
- | 한국음식 전문가(조리, 외식, 푸드스타일리스트 등)와 음식 관련 전문도서 발간 및 번역자, 통번역대 교수 등

외국인 최종감수

- | 이화여대 통역번역대학원 이진영 교수님 관리하에 해당 언어권별 한식 관련 분야 현지인에게 번역 및 감수

증보·개정판 발간 주요 내용

로마자 표기법 일부 변경

- | 로마자 표기를 원칙으로 하였으나, 일부메뉴는 외국인들이 이해하기 쉽고, 쉽게 읽을 수 있도록 변경
예) 밥·탕·차·떡 등 조리법 단어를 기준으로 띄어쓰기 함
(japgokbap → japgok bap, jeonbokjuk → jeonbok juk, tteokguk → tteok guk 등)
- | 이미 외국에 널리 알려진 메뉴 또는 3음절 이하는 기존 로마자 표기원칙 따름
예) 비빔밥 (Bibimbap), 삼계탕 (samgyetang), 육개장 (yukgaejang)
- * 보통 4음절 이상은 띄어 쓰는 것이 외국인이 발음하기 편함

영문표기의 일부 수정

- | 통상적으로 알려진 표현 중 오류가 확실한 메뉴명 수정
- | 다양한 표현이 가능한 경우, 현재 공식적으로 사용하는 영어표현 유지
- | 너무 상세한 설명보다는 외국인이 인식 가능하고, 국제적으로 통용되는 표현으로 변경

증보 개정판 출간

- | 2009년 10월, 4개국(한국어, 영어, 일본어, 중국어) 합본으로 초판 제작
- | 2012년 4월, 초판을 기본으로 한식 메뉴 30개 메뉴 추가, 서비스 언어 추가, 메뉴 이미지 업그레이드하여 증보·개정판 출간

한식메뉴 외국어 표기 대상품목(154개)

| 구분 | 품목수 | 세부품목 |
|--------|-----|--|
| 밥 | 13 | 밥, 잡곡밥, 비빔밥, 산채비빔밥, 돌솥비빔밥, 영양돌솥밥, 김치볶음밥, 불고기덮밥, 오징어덮밥, 콩나물국밥, 김밥, 쌈밥, 불고기쌈 |
| 죽 | 5 | 자죽, 전복죽, 팔죽, 호박죽, 흑임자죽 |
| 면 | 10 | 만두, 수제비, 칼국수, 바지락칼국수, 잔치국수, 쟁반국수, 비빔국수, 콩국수, 비빔냉면, 물냉면 |
| 국·탕 | 15 | 떡국, 만둣국, 떡만둣국, 된장국, 미역국, 북엇국, 갈비탕, 우거지갈비탕, 곰탕, 설렁탕, 삼계탕, 감자탕, 육개장, 매운탕, 해물탕 |
| 찌개 | 6 | 김치찌개, 된장찌개, 청국장찌개, 순두부찌개, 해물순두부찌개, 부대찌개 |
| 전골 | 7 | 국수전골, 두부전골, 만두전골, 버섯전골, 불낙전골, 곱창전골, 신선로 |
| 찜 | 9 | 수육, 보쌈, 갈비찜, 닭매운찜, 아귀찜, 해물찜, 닭백숙, 족발, 순대 |
| 나물과 전체 | 10 | 구절판, 삼색나물, 아홉가지나물, 도토리묵, 탕평채, 해파리냉채, 죽순채, 대하냉채, 잡채, 오이선 |
| 조림 | 6 | 두부조림, 장조림, 갈치조림, 고등어조림, 은대구조림, 병어고추장조림 |
| 볶음 | 6 | 떡볶이, 궁중떡볶이, 제육볶음, 낙지볶음, 오징어볶음, 두부김치 |
| 구이 | 13 | 소고기편채, 떡갈비, 뚝배기불고기, 소갈비구이, 돼지갈비구이, 오리구이, 춘천닭갈비, 곱창구이, 삼겹살, 더덕구이, 황태구이, 굴비구이, 고등어구이 |
| 전 | 9 | 녹두전, 감자전, 파전, 해물파전, 김치전, 계란말이, 송이산적, 화양적, 모듬전 |
| 회 | 3 | 육회, 생선회, 홍어회무침 |
| 김치 | 10 | 배추김치, 백김치, 겉절이, 나박김치, 동치미, 무생채, 깍두기, 총각김치, 오이소박이, 보쌈김치 |
| 장·장아찌 | 6 | 고추장, 약고추장, 간장, 된장, 간장계장, 장아찌 |
| 젓갈 | 4 | 젓갈(명란젓, 오징어젓, 굴젓), 황석어젓, 멸치젓, 새우젓 |
| 떡 | 5 | 경단, 꿀떡, 백설기, 약식, 화전 |
| 한과 | 4 | 강정, 다식, 약과, 포(육포, 어포, 어란) |
| 음청류 | 7 | 식혜, 수정과, 인삼차, 유자차, 매실차, 녹차, 오미자화채 |
| 상차림 | 6 | 한정식, 비빔밥상(비빔밥, 무쇠고기국, 나물, 약고추장, 나박김치) 죽상(전복죽, 나박김치, 매실장아찌), 국숫상(장국국수, 편육, 김치) 찜상(녹차, 다식, 약과), 술상(청주, 육포, 어란, 은행) |



밥:BAP

COOKED GRAINS

쌀, 보리, 콩 등의 곡물을 씻어 솥에 안친 뒤 물을 부어 낱알이 풀어지지 않고 물기가 잦아들게 끓여 익힌 음식이다.

Bap refers to boiled grains, such as rice, barley, and beans. The grains are rinsed, placed in a heavy pot, covered with water, and cooked until the individual kernels absorb moisture without becoming mushy.

밥 bap_014

잡곡밥 japgok bap_015

비빔밥 bibim bap_016

산채비빔밥 sanchae bibim bap_017

돌솥비빔밥 dolsot bibim bap_018

영양돌솥밥 yeongyang dolsot bap_019

김치볶음밥 kimchi bokkeum bap_020

불고기덮밥 bulgogi deop bap_021

오징어덮밥 ojingeo deop bap_022

콩나물국밥 kongnamul guk bap_023

김밥 gim bap_024

쌈밥 ssam bap_025

불고기쌈 bulgogi ssam_026



014 [밥(쌀밥)] bap(ssal bap)

밥(쌀밥) 멥쌀을 씻어 솥에 안치고 물을 알맞게 붓고 끓여 익힌 것으로 한국인의 주식이다. 부드럽고 소화가 잘되며 여러 반찬과 두루 어울린다.

Cooked Rice Regular short grain rice cooked until soft, moist, and glossy. It is the central and staple dish of the Korean meal, easy to digest, and goes well with any *banchan* (side dish).

パッ(白飯) 白米を洗って水と一緒に釜で炊いたもので、韓国人の主食となる。柔らかい口当たりで消化によく、あらゆるおかずに合う。

米饭(白米饭) 将大米洗净放入锅中加入适量水煮制而成，是韩国人的主食。米饭软嫩易消化，适宜与各种配菜佐餐。

Riz nature Riz cuit à la vapeur, facile à digérer, qui accompagne à merveille tous les repas. Aliment de base de la cuisine coréenne.

Riso Bianco Bollito Riso normale a grano corto cotto finché diventa morbido, umido e lucido. E' il piatto base principale della cucina coreana, facile da digerire; si accompagna bene con ogni *banchan* (contorno).

Arroz blanco cocinado Arroz de grano corto cocinado hasta que esté blando, húmedo y brillante. Es el plato central y básico de la comida coreana, fácil de digerir y va bien con cualquier *banchan* (plato).

Gekochter weißer Reis Gewöhnlicher Rundkornreis, der gekocht wird, bis er weich und saftig ist und glänzt. Reis ist der wichtigste Bestandteil und das Hauptnahrungsmittel in der koreanischen Küche. Er ist leicht verdaulich und kann zu jeder *banchan* (Beilage) serviert werden.

أرز أبيض مطبوخ أرز عادي قصير مطبوخ ليصبح طرياً ورطباً ولامعاً. هذا هو الطبق الرئيسي ويعتبر قوام الوجبة الكورية. سهل الهضم ويرافق أي طبق جانبي (*banchan*) بشكل جيد.

Cơm Gạo thường loại hạt ngắn nấu chín cho đến khi mềm, ướt và bóng. Đây là món ăn chính trong bữa ăn Hàn Quốc, dễ tiêu hoá và hợp với mọi *banchan*(món ăn kèm).



[잡곡밥] japgok bap

015

잡곡밥 멥쌀에 콩, 수수, 팥 등 잡곡을 섞거나 잡곡만으로 지은 밥이다. 찰쌀에 기장, 찰수수, 검정콩, 붉은팥의 다섯 가지 곡식을 섞어 지은 오곡밥도 잡곡밥의 일종이다.

Nutritious Grain Rice Bap made with multi grains such as rice, beans, millet, red beans, etc. One version of *japgok bap* is *ogokbap* (five grain rice), a combination of sweet rice, glutinous millet, glutinous sorghum, black beans and sweet red beans.

チャッコッパツ(雑穀ご飯)うるち米に豆、きび、小豆などの雑穀を混ぜたり、雑穀だけで炊いたご飯。もち米、きび、高きび、黒豆、小豆を混ぜた五穀ご飯も、この雑穀ご飯のひとつ。

杂谷饭 在粳米中掺入大豆、高粱、红豆等杂谷，或仅将杂谷放入锅中煮制。五谷饭是杂谷饭之一，是在糯米中掺入黍子、糯玉米、黑豆、红豆这五种谷物煮制而成。

Bap aux céréales Riz nature accompagné d'orge, de millet et de haricots noirs cuits à la vapeur. L'Ogok bap (Bap aux cinq céréales : riz gluant, millet, sorgho glutineux, haricots rouges et haricots noirs) est un type de *Japgokbap*.

Riso e alimenti nutrienti Bap è composto da vari cereali come riso, fagioli, miglio, fagioli rossi, ecc. Una versione del *japgokbap* è *ogokbap* (riso ai cinque cereali), una combinazione di riso dolce, miglio glutinoso, sorgo glutinoso, fagioli neri e fagioli rossi dolci.

Arroz nutritivo en grano Bap hecho con diversos granos, tales como arroz, frijol, mijo, frijol rojo, etc. Una versión del *japgokbap* es el *ogokbap* (arroz de cinco granos), una combinación de arroz dulce, mijo glutinoso, sorgo glutinoso, frijol negro y frijol rojo dulce.

Nahrhafter Vollkornreis Bap wird mit Reis, Bohnen, Hirse, roten Bohnen, etc. vermischt. Eine Variation von *japgokbap* ist *ogokbap* (Fünfkornreis), eine Kombination aus süßem Reis, klebriger Hirse, klebrigem Sorghum, schwarzen Bohnen und süßen roten Bohnen.

حبوب الأرز المغذية حبوب متنوعة مطبوخة مكونة من الأرز والفاصوليا والدخن والفاصوليا الحمراء وغيرها. ومن أنواع هذا الطبق *ogokbap* المكون من خمسة أنواع من الأرز هي الأرز الحلو والدخن الغلوتيني والذرة السكرية الغلوتينية والفاصوليا السوداء والفاصوليا الحمراء الحلوة.

Cơm dinh dưỡng Bap làm từ nhiều loại hạt như gạo, đậu, kê, đậu đỏ, vv. Một phiên bản *japgokbap* là *ogokbap* (cơm ngũ cốc), là kết hợp của gạo nếp, kê, cao lương, đậu đen và đậu đỏ ngọt.



016 [비빔밥] bibim bap

비빔밥 쌀밥에 고기볶음, 갓은 나물 등 반찬과 고명을 올리고 고추장에 비벼 먹는 음식이다. 다양한 제철 재료와 참기름을 첨가하면 더욱 맛있다.

Bibimbap Steamed rice topped with sautéed beef and a variety of colorful vegetables. Mixed at the table with spicy *gochujang* sauce and sesame oil.

ピピムパツ (混ぜご飯) ご飯に炒めた肉や数種類のナムルをのせ、コシオンを飾りつけたものにコチュジャンを混ぜて食べる。旬の材料とごま油を加えるといっそう風味が増す。

韩国拌饭 (拌饭) 米饭中加入炒肉丝、各种山野菜和装饰菜，用辣酱搅拌即可。适当加入应季食材和麻油将更加美味。

Riz aux légumes et à la viande Riz nature recouvert de légumes, viande et de différents ingrédients de saison. Plat au goût relevé, grâce à la pâte de piment rouge et à l'huile de sésame.

Riso misto con verdure e carne bovina Riso cotto al vapore con sauté di carne bovina e verdure di vari colori. Da miscelare in tavola con una salsa *gochujang* piccante e olio di sesamo.

Arroz mezclado con verduras y carne Arroz cocinado al vapor, cubierto con carne de res salteada y una variedad colorida de verduras. Para mezclar en la mesa con salsa picante *gochujang* y aceite de sésamo.

Reis, der mit Gemüse und Rindfleisch gemischt wird Gekochter Reis mit gedünstetem Rindfleisch und verschiedenen farbenfrohen Gemüsesorten. Wird am Tisch mit scharfer *gochujang*-Gewürzpaste und Sesamöl gemischt.

الأرز مع الخضار المشكّلة ولحم البقر أرز مطبوخ على البخار مغطى بلحم البقر السوتيه مع مجموعة من الخضار الملونة. تخلط عند التقديم مع صلصة *gochujang* الحارة وزيت السمسم.

Cơm trộn với rau và thịt bò Cơm trắng có thịt bò xào và nhiều loại rau màu sắc xếp lên trên. Được trộn ngay tại bàn cùng với nước sốt *gochujang* và dầu vừng.



[산채비빔밥] sanchae bibim bap

017

산채비빔밥 산에서 나는 각종 나물을 밥 위에 올리고 고추장에 비벼 먹는 음식이다. 각각 특유의 맛과 향을 지닌 산나물들이 어우러져 입맛을 돋운다.

Mountain Vegetable Bibimbap A version of *bibimbap* topped with wild mountain greens, herbs, sprouts, and roots. Mixed at the table with spicy *gochujang*. A fragrant dish filled with the flavor of wild mountain vegetables.

サンチェピビムパツ (山菜ピビムパツ) 山でとれるナムルに火を通してご飯の上へのせ、コチュジャンを混ぜて食べる。山菜の豊かな味と香りが食欲をそそる一品。

山菜拌饭 山菜拌饭是用辣酱拌上各种煮熟或炒熟山野菜而成，各种山野菜特有的美味，可使人食欲大增。

Bibimbap aux légumes sauvages *Bibimbap* garni de légumes sauvages. Le riz s'imprègne de façon harmonieuse du goût et du parfum de chacun des légumes sauvages.

Bibimbap con verdure di montagna Una versione di *bibimbap* con erbe selvatiche di montagna, germogli e radici. Da miscelare a tavola con *gochujang* piccante. Un piatto ricco di profumi e sapori delle erbe selvatiche di montagna.

Bibimbap de verduras de montaña Una versión de *bibim bap* cubierto con verduras silvestres de las montañas, hierbas, brotes y raíces. Para mezclar en la mesa con *gochujang* picante. Un plato lleno de aroma con el sabor de las verduras silvestres.

Bibimbap mit Gemüsesorten aus dem Gebirge Eine Variation von *bibimbap* mit wildem Grüngemüse, Kräutern, Sprossen und Wurzelgemüse aus den Bergen. Wird am Tisch mit scharfer *gochujang* Gewürzpaste gemischt. Ein aromatisches Gericht mit dem Geschmack wilder Gebirgsgemüsesorten.

Bibimbap خضار الجبل شكل آخر من أشكال *Bibimbap* مغطى بطبقة من النباتات والأعشاب والبراعم والجذور البرية الجبلية. تخلط على الطاولة مع صلصة *gochujang* الحارة وزيت السمسم. وهو طبق لذيذ يتميز بنكهة الخضار البرية الجبلية.

Bibimbap rau trên núi Một phiên bản *bibimbap* có các loại rau, thảo mộc, mầm và rễ từ núi xếp lên trên. Được trộn ngay tại bàn cùng với nước sốt *gochujang*. Một món nhiều hương vị với hương các loại rau vùng núi.



018 [돌솥비빔밥] dolsot bibim bap

돌솥비빔밥 뜨거운 돌솥에 밥을 담고 갖은 나물과 고기볶음을 얹은 뒤 고추장에 비벼 먹는 음식이다. 돌솥의 열기로 밥을 다 먹을 때까지 온도가 따뜻하게 유지된다.

Hot Stone Pot Bibimbap *Bibimbap* served in a sizzling hot stone pot.

The crisped rice at the bottom, mixed with the toppings and *gochujang* sauce, remains piping hot until the end of the meal.

トルソッピビムパツ (石焼ピビムパツ) 熱い石釜にご飯、ナムル、炒めた肉をのせ、コチュジャンで混ぜて食べる。石釜の熱で最後までアツアツのご飯が食べられるのが特徴。

石锅拌饭 在加热的石锅中分别放入米饭、各种山野菜和炒肉丝，用辣酱搅拌即可。用餐时，石锅可使拌饭一直保持一定热度。

Bibimbap servi dans une marmite en pierre chaude Riz servi dans une marmite en pierre chaude, recouvert de divers légumes et de viande sautée, à mélanger avec la pâte de piment rouge. La marmite permet de maintenir le plat à température tout au long du repas.

Bibimbap in tegame di pietra rovente *Bibimbap* servito in un tegame di pietra rovente. Il riso croccante del fondo, mischiato con gli alimenti di contorno e con la salsa *gochujang* rimane bollente fino alla fine del pasto.

Bibimbap en olla de piedra caliente *Bibimbap* servido en una olla de piedra caliente que chisporrotea. El arroz crujiente al fondo de la olla se mezcla con los ingredientes y la salsa de *gochujang* y el plato sigue siendo muy caliente hasta el final de la comida.

Bibimbap im heißen Steintopf *Bibimbap*, das in einem heißen Steintopf serviert wird. Der knusprige Reis am Topfboden, gemischt mit den anderen Zutaten und der *gochujang* Gewürzpaste, bleibt die ganze Mahlzeit über heiß.

طبق الأرز والخضار ولحم البقر في وعاء حجري حار جدا Sizzling طبق الأرز بالخضار ولحم البقر يقدم في وعاء حجري يغلي *Sizzling*. يبقى الأرز الهش في قاع الوعاء، مخلوطاً مع الخضار واللحم وصلصلة *gochujang* ساخناً حتى نهاية تناول الوجبة.

bibimbap nóng sôt trong nồi đá *Bibimbap* được dùng trong một nồi đá nóng sôt.

Những hạt cơm giòn tan ở đáy nồi, cùng với các loại thịt và rau xếp lên trên và nước tương *gochujang* nóng sôt cho đến cuối bữa ăn.



[영양돌솥밥] yeongyang dolsot bap

019

영양돌솥밥 돌솥에 멥쌀과 잡곡을 섞어 담고 밤, 대추, 은행, 콩 등을 넣어 즉석에서 지은 밥이다. 다 먹고 나면 바닥에 눌러붙은 밥에 물을 부어 눌은밥을 만들어 먹는다.

Nutritious Stone Pot Rice Rice, multi grains, chestnuts, ginko nuts and pine nuts cooked and served in individual stone pots. After the contents are emptied, hot water is poured on to the crusty layer of rice to make *nurunbab* (browned rice tea).

ヨンヤント르소ప్ప(榮養釜飯) 石釜に白米、雑穀、栗、銀杏、松の実などの堅果類を入れ、一人前ずつ即席で炊く。ご飯を食べ終えたら水を加え、ヌルンジ(おこげ)をふやかして食べる。

营养石锅饭 石锅中放入可供一人食用的大米、杂谷、板栗、银杏、松籽等新鲜食材煮制而成。吃完饭还可在石锅底留下的锅巴中加入水，制成锅巴汤食用。

Riz "nutritif" servi dans une marmite en pierre chaude Riz nature, céréales et fruits secs (marrons, fruits de ginkgo, et pignons) cuits à la vapeur dans une marmite en pierre. Une fois ce plat consommé, on verse de l'eau au fond de la marmite pour obtenir le *nureungjibap*, soupe réalisée à partir du riz restant.

Riso nutriente in tegame di pietra Una miscela di riso, vari cereali, castagne, semi di ginkgo e pinoli cotti in tegami di pietra individuali. Dopo che si è consumato il contenuto, si versa dell'acqua nel tegame di pietra rovente, che trasforma il fondo croccante di riso in un *nurungi* bollente (riso bruciacchiato bollito).

Arroz nutritivo en olla de piedra Una mezcla de arroz, varios granos, castañas, nueces y piñones de *ginko* cocinados en una olla de piedra de porción individual. Después de comer o vaciar los contenidos, se vierte agua en la olla de piedra caliente transformando la capa inferior de arroz crujiente en *nurungi* caliente (arroz hervido quemado).

Nahrhafter Steintopfreis Reis, Vollkorn, Esskastanien, Ginkgonüsse und Pinienkerne werden gekocht und in individuellen Steintöpfen serviert. Nachdem das Gericht verzehrt wurde, wird heißes Wasser auf den am Steintopfboden verkrusteten Reis gegossen, um *nurunbab* (gerösteten Reistee) zuzubereiten.

أرز مغذي في وعاء حجري خليط من الأرز والحبوب المتنوعة والكستناء وبذور الجنكة والصنوبر، مطبوخة في وعاء حجري تعدّ لشخص واحد. بعد إفراغ المحتويات يتم صب الماء الساخن في الوعاء الحجري فتتحول طبقة الأرز المحمص في القاع إلى *Nurungi*، وهو شاي الأرز المحمص.

Cơm dinh dưỡng trong nồi đá Cơm, các loại hạt, hạt dẻ, hạt ginko và hạt quả thông được nấu và sấp trong các nồi đá riêng rẽ. Sau khi ăn xong, nước nóng được đổ lên lớp cơm giòn để làm thành *nurunbab* (trà cơm cháy).



[김치볶음밥] kimchi bokkeum bap

김치볶음밥 김치를 잘게 썰어 밥과 함께 볶은 뒤 달걀프라이를 얹은 음식이다. 기호에 따라 쇠고기나 돼지고기, 채소 등을 함께 넣어 볶기도 한다.

Kimchi Fried Rice Rice fried with finely chopped *kimchi*. Beef, pork, onions, green onions, and other vegetables may be added according to taste.

キムチポックムパツ (キムチチャーハン) 細かく刻んだキムチとご飯をフライパンに入れ、弱火で炒めた料理。好みに合わせて牛肉や豚肉、野菜などを加える。

泡菜炒饭 将泡菜切成细丝，并和米饭一起放在炒锅中用小火炒制而成。可根据个人喜好，加入牛肉或猪肉、蔬菜等一起炒制食用。

Riz sauté au Kimchi Riz sauté à la poêle à feu doux avec du *kimchi* (chou fermenté) haché. On peut y ajouter, selon les goûts, du bœuf, du porc ou des légumes.

Riso fritto con Kimchi Riso fritto a fiamma bassa con *kimchi* tritato fino. Manzo, maiale e altre verdure possono essere aggiunte a piacere.

Kimchi con arroz frito Arroz con *kimchi* finamente picado frito a fuego lento. Se puede agregar carne de res, carne de cerdo y verduras, según se guste.

Gebratener Reis mit Kimchi Reis, der mit fein gehacktem *kimchi* gebraten wird. Rindfleisch, Schweinefleisch, Frühlingszwiebeln und andere Gemüsesorten können je nach Geschmack hinzugefügt werden.

أرز كيمشي المقلّي أرز مقلّي مع الكيمشي المفروم ناعماً فوق نار هادئة. يمكن إضافة لحم البقر والخنزير والبصل وخضروات أخرى حسب الطعم المرغوب.

Cơm rang Kimchi Cơm rang cùng kim chi được thái mỏng. Thịt bò, thịt lợn, hành củ, hành lá và các loại rau khác có thể được trộn thêm tùy khẩu vị.



[불고기덮밥] bulgogi deop bap

021

불고기덮밥 간장 양념장에 재운 불고기를 익힌 후 밥 위에 얹어 먹는 음식이다. 불고기에 채소를 넉넉히 넣고 국물이 자작하게 익혀서 밥을 비벼 먹기에 좋다.

Bulgogi with Rice Pan-fried *bulgogi* served over steamed rice. The succulent juice released from the meat and vegetables makes it easy to mix the *bulgogi* with rice.

ブルコギトッパツ(ブルコギ丼) 醤油ベースのたれに漬けた牛肉に火を通し、ご飯の上に乗せて食べる。野菜をふんだんに加え、煮詰めた汁も一緒にかけて食べるとおいしい。

烤肉盖饭 将腌制的牛肉炒熟后浇在米饭上食用。
在腌制的牛肉中加入适量蔬菜，翻炒到出现汤汁，再拌上米饭食用。

Bulgogi sur un lit de riz Riz nappé de *Bulgogi* (bœuf mariné à la sauce de soja). On y ajoute des légumes, qui rendent leur jus, ce qui permet de mélanger le tout facilement.

Bulgogi con riso *Bulgogi*(manzo marinato grigliato) servito su riso al vapore. Il sugo succulento della cottura della carne e delle verdure fa amalgamare facilmente il *bulgogi* col riso.

Bulgogi con arroz *Bulgogi* (carne marinada a la parrilla) servido con arroz al vapor. El *bulgogi* se mezcla fácilmente con arroz empapado del jugo succulento de la carne y las verduras.

Bulgogi mit Reis In der Pfanne gebratene *bulgogi* mit gekochtem Reis. Das saftige Fleisch und die knackigen Gemüse des *bulgogi* können mit dem Reis vermischt werden.

Bulgogi مع الأرز يقدم لحم البقر المقلّي بعد نقعه بالتوابل مع الأرز المطبوخ على البخار. تجعل الصلصة والعصارات التي تنطلق من اللحم والخضار من السهل خلط الـ *Bulgogi* مع الأرز.

Bulgogi với Cơm *Bulgogi* rán xếp trên cơm trắng. Nước cốt từ thịt và rau làm cho việc trộn *bulgogi* với cơm được dễ dàng.



022 [오징어덮밥] ojingeo deop bap

오징어덮밥 손질한 오징어를 먹기 좋게 썰어 양파, 당근 등의 채소와 함께 매콤하게 양념하여 볶은 뒤 밥 위에 얹어 먹는 음식이다.

Spicy Stir-Fried Squid with Rice Squid marinated in a spicy sauce with onions and carrots, stir-fried and served over steamed rice.

オジンオトッパツ (甘辛いか炒め丼) 下処理をしたいかを食べやすい大きさに切り、玉ねぎ、にんじんなどの野菜と一緒に辛い薬味で炒め、ごはんの上に乗せて食べる。

鱿鱼盖饭 将洗净的鱿鱼切成适当大小，与洋葱、胡萝卜等蔬菜并以辣酱一同炒熟后，浇在米饭上食用。

Calamar sauté sur un lit de riz Calamars, oignons et carottes émincés, le tout sauté à la sauce piquante, servi sur un lit de riz nature.

Calamaro piccante saltato con riso Calamaro marinato in una salsa piccante con cipolle e carote, saltato e servito su riso cotto al vapore. Questo piatto a basso tenore di grassi e ad alto tenore proteico è preferito da chi tiene sotto controllo il proprio peso.

Calamar salteado picante con arroz Calamar marinado en una salsa picante con cebolla y zanahorias, se fríe y se sirve con arroz al vapor. Este plato con poca grasa y muchas proteínas es muy popular entre los comensales que son conscientes de su peso.

Scharfer, kurz gebratener Tintenfisch mit Reis Tintenfisch, der in einer scharfen Soße mariniert und dann mit Zwiebeln und Karotten mariniert, kurz gebraten und mit gekochtem Reis serviert wird. Dieses fettarme und proteinreiche Gericht ist unter figurbewussten Genießern sehr populär.

الحَبَّار بالتوابل مقلّي مع الأرز بعد نقع الحَبَّار بالصلصة الحارة مع البصل والجزر، يتم قليه بسرعة وتقديمه مع الأرز المطبوخ على البخار. هذا الطبق قليل الدهون وعالي البروتين ومرغوب لدى الذين يريدون الحفاظ على وزنهم وقوامهم.

Mực xào cay với Cơm Mực được tẩm với nước tương cay với hành củ và cà-rốt xào và rưới lên trên cơm trắng. Món ăn ít béo và nhiều đạm này rất được những người sợ tăng cân yêu thích.



[콩나물국밥] kongnamul guk bap

023

콩나물국밥 삶은 콩나물과 밥에 육수를 붓고 끓인 음식으로, 새우젓으로 간을 맞춰 먹는다. 해산물을 우린 국물을 사용하면 맛이 더욱 개운하다.

Bean Sprout Soup with Rice Soybean sprouts and rice simmered together in broth and seasoned with salted shrimp at the table. Using a seafood stock will yield an even richer, more flavorful dish.

コンナムルクッパツ (豆もやしのスープご飯) ゆがいた豆もやしとご飯にだし汁を加えて煮たもので、アミの塩辛で味を加減して食べる。魚介類でだしを取るととっさうさっぱりした口当たりになる。

黄豆芽汤饭 将煮熟的黄豆芽和米饭加入高汤煮熟，再加入虾酱食用。用煮制海鲜的汤汁做高汤将更加爽口美味。

Riz servi dans une soupe de germes de graines de soja Riz porté à ébullition avec des germes de graines de soja cuits dans du bouillon. Le tout est assaisonné de saumure de crevettes. Ce plat est encore plus savoureux lorsqu'il est réalisé à base de bouillon de fruits de mer.

Zuppa di germogli con riso Germogli di soia e riso fatti sobbollire in brodo e conditi a tavola con gamberetti salati. Se si utilizza un brodo di pesce si avrà un piatto ancora più ricco e saporito.

Sopa de brotes de soja con arroz Los brotes de soja y el arroz son cocinados a fuego lento con caldo, sazonados en la mesa con camarón salado. Si se usa un caldo de mariscos se obtiene un plato aún más rico y sabroso.

Bohnensprossensuppe mit Reis Sojabohnensprossen und Reis werden in einer Brühe gekocht und dann am Tisch mit gesalzenen Shrimp gewürzt. Ein Fond aus Meeresfrüchten macht das Gericht noch aromatischer und köstlicher.

حساء براعم الفاصوليا مع الأرز براعم فول الصويا والأرز، يتم غليهما معاً على نار هادئة مع المرق وإضافة الربيان المملح على الطاولة. يعطي استخدام حساء المأكولات البحرية الطبق نكهة أقوى وألذ.

Súp giá với Cơm Giá đỗ và cơm hầm cùng với nước thịt và ướp với tôm muối tại bàn. Thêm hải sản sẽ đem lại một món ăn đậm đà và nhiều hương vị hơn.



024 [김밥] gim bap

김밥 흰밥을 소금과 참기름으로 밑간한 뒤 살짝 구운 김 위에 얇게 펼쳐 놓고 시금치, 당근, 단무지, 고기볶음 등을 넣어 돌돌 말아 알맞은 크기로 썰어 먹는 음식이다.

Dried Seaweed Rolls (Korean Rolls) Rice seasoned with salt and sesame oil and rolled up in a sheet of roasted *gim* (dried laver) with spinach, carrots, and pickled white radish. The long roll is sliced and served as bite-size pieces.

キムパッ(韓国式のり巻き) 塩とごま油で下味をつけたご飯を、さつとあぶった海苔の上に薄くのばし、ほうれん草、にんじん、たくあんなどをのせて巻いたものを一口大に切って食べる。

紫菜饭卷 白米饭拌入适量食盐和麻油，然后薄薄摊在烤制的紫菜上，再加入菠菜、胡萝卜、泡萝卜等，然后把它们卷起来，并切成适当大小食用。

Riz servi enroulé dans une feuille d'algue Riz nature assaisonné, roulé dans une feuille d'algue avec des épinards, des carottes et du radis vinaigré. Au moment de le servir, on coupe le *Gimbap* en rondelles.

Involtini di alghe essiccate Riso condito con sale e olio di sesamo e arrotolato in un foglio di *gim* (alga rossa essiccata) grigliata con spinaci, carote e rafano bianco sott'aceto. Il rotolo è affettato e servito in piccoli bocconi.

Rollos de algas secas Arroz sazonado con sal y aceite de sésamo y enrollado en una hoja tostada de *gim* (algas secas) con espinaca, zanahoria y rábano blanco en vinagre. El rollo se corta en rebanadas y se sirve en trozos pequeños.

Getrocknete Seetangrollen Reis wird mit Salz und Sesamöl gewürzt und dann in einem Blatt geröstetem *gim* (getrockneter Seetang) mit Spinat, Karotten und gegorenem weißen Rettich aufgerollt. Die lange Rolle wird in Scheiben geschnitten und in mundgerechten Stückchen serviert.

أعشاب بحرية مجففة وملفوفة أرز مملح ومضاف اليه زيت السمسم ملفوف داخل لوحة من عشب اللافر البحري المحمص (*gim*) مع السبانخ والجزر والفجل الأبيض المخلل. يتم تقطيع اللفافة الطويلة وتقديمها قطعاً صغيرة.

Cuốn rong biển khô CƠM trộn với muối và dầu vừng được cuộn trong lá rong biển khô đã nướng cùng rau bi-na, cà-rốt và củ cải trắng muối. Cuốn dài được thái lát mỏng và trình bày thành các miếng nhỏ vừa miệng ăn.



[쌈밥] ssam bap

025

쌈밥 푸성귀와 해조류를 깨끗이 씻어 넓게 편 다음 밥과 양념장을 올려 싸 먹는 음식이다. 상추, 깻잎, 배춧잎, 호박잎, 양배추, 김, 미역, 다시마 등이 주요 쌈 재료다.

Rice with Leaf Wraps Steamed rice wrapped in leafy vegetables or seaweed with seasoned sauce. Lettuce, perilla leaves, napa cabbage, squash leaves, cabbage, dried laver, brown seaweed, and kelp may be served as wraps.

サムパツ(葉野菜包みご飯)きれいに洗った青菜や海藻類の上に、ごはんを薬味をのせて包んで食べる。包み野菜にはちしゃ、ごまの葉、白菜、かぼちゃの葉、キャベツ、海苔、わかめ、昆布などが使われる。

蔬菜包饭 (饭团) 将青菜和海藻类洗净，摊平后放上米饭和调味酱，并将它们卷起来食用。饭团包可采用生菜、苏子叶、白菜叶、南瓜叶、圆白菜、紫菜、海带、昆布等。

Riz enveloppé dans une feuille de légume Bouchées de riz, accompagnées d'une sauce épaisse, enveloppées dans une feuille d'algue, de laitue, sésame, chou coréen, potiron, chou blanc etc.

Riso avvolto in foglie Riso cotto al vapore avvolto in foglie di verdure o alghe condito con salsa. Lattuga, foglie di perilla, cavolo cinese, foglie di squash, alghe rosse essiccate, alghe brune e alghe kelp possono servire da involucro.

Arroz envuelto en hojas Arroz al vapor servido envuelto en hojas de verduras o algas con salsa condimentada. Para la envoltura se usa lechuga, hojas de perilla, repollo napa o chino, hojas de calabaza, repollo, algas secas, algas marrones y queipo.

Reis in Gemüseblättern Gekochter Reis wird in Blattgemüse oder Seetang gewickelt und mit einer aromatischen Soße gewürzt. Salatblätter, Perilla-Blätter, Chinakohl, Kürbisblätter, Kohlblätter, getrockneter Seetang, gebräunter Seetang und Algen- und Riesentangblätter können zum Einwickeln verwendet werden.

الأرز مع لفائف ورق النباتات أو الأعشاب البحرية أرز مطبوخ على البخار ملفوف في أوراق النباتات أو الأعشاب البحرية مع صلصة بالتوابل. يمكن تقديمها مع لفائف الخس أو البريلا أو ملفوف النابا أو أوراق القرع أو الملفوف العادي أو أعشاب اللافر البحرية المجففة أو أعشاب البحر البنية أو أعشاب Kelp البحرية.

Cơm trắng cuộn lá Cơm trắng cuộn trong các loại lá rau hoặc rong biển với nước chấm. Các loại lá cuộn được sử dụng gồm rau diếp, lá tía tô, cải thảo, rau bí, bắp cải, rong biển khô, rong biển nâu, tảo bẹ.



026 [불고기쌈] bulgogi ssam

불고기쌈 상추, 깻잎 등의 채소에 불고기를 얹어 싸 먹는다. 식성에 따라 밥을 함께 싸 먹거나 저민 마늘, 고추 등을 얹어 먹기도 한다.

Bulgogi with Lettuce Wraps *bulgogi* wrapped in leafy greens such as lettuce or perilla leaves. Steamed rice, fresh garlic slices or green chili peppers may also be added.

プルコギサム(プルコギの葉野菜包み) プルコギサムーチシャ、ゴマの葉などの野菜にプルコギをのせて食べる。好みでご飯と一緒に包んだり、スライスしたニンニクや唐辛子をのせて食べる。

烤肉饭团 用生菜、苏子叶等蔬菜将烤肉包住食用。根据个人喜好, 还可以一同包入米饭、蒜头辣椒等。

Ssam et boeuf mariné *Bulgogi* (bœuf mariné) enveloppé dans une feuille de salade. Selon les goûts, la viande peut être accompagnée de riz, d'ail et de piment vert.

Bulgogi avvolti in foglie di lattuga *Bulgogi* avvolti in foglie piatte conditi con salsa.

Bulgogi envuelto en lechuga

Bulgogi envuelto en hojas de verduras verdes o de planas con salsa condimentada.

Bulgogi mit Salatblättern

Bulgogi wird in Blattgemüse gewickelt und mit einer aromatischen Soße gewürzt.

لحم البقر المشوي Bulgogi مع لفائف الخس Bulgogi ملفوف في خضار ورقية أو أعشاب بحرية مع صلصة التوابل.

Rau diếp cuốn bulgogi *Bulgogi* cuốn trong lá rau hoặc cùng với nước chấm.

죽: JUK PORRIDGE

밥을 지을 때보다 물을 5배가량 더 많이 붓고 무르게 끓여낸 주식으로,
병후 회복식이나 전식으로 즐겨 먹는다.

Juk is cooked with five times more water compared to bap.
It serves as a main dish as well as an appetizer. *Juk* is also popular as
nourishment for recovering patients.

자죽 jat juk_028

전복죽 jeonbok juk_029

팔죽 pat juk_030

호박죽 hobak juk_031

흑임자죽 heugimja juk_032





жат죽 잣과 쌀을 곱게 간 다음 물을 부어 끓인 죽이다. 고소한 맛이 좋고, 영양이 풍부해 환자들의 회복식으로 애용된다.

Pine Nut Porridge Rice and pine nuts puréed and simmered until thick. The nutty aroma and velvety texture make it a wonderful appetizer.

チャッチュツ (松の実のお粥) 松の実と米を細かく挽き、水を加えて煮たお粥。香り高く栄養豊富なため、病人の回復食にも最適。

松籽粥 松籽粥是用松籽粉和米粉加水熬煮而成，它口感香醇，营养丰富，适于患者食用。

Potage aux pignons de pin Savoureux potage à base de riz et de pignons de pin finement broyés. Un plat recommandé aux malades pour ses propriétés nutritives et ses vertus fortifiantes.

Porridge di pinoli Riso e pinoli macinati insieme e cotti lentamente fino a farli addensare. L'aroma di noci e la consistenza vellutata ne fanno un fantastico stuzzichino. Servito anche come pietanza.

Gachas de piñones Arroz y piñones molidos juntos y cocinados a fuego lento hasta quedar una pasta espesa. El aroma de nuez y la textura aterciopelada de este plato proporcionan un aperitivo maravilloso. También sirve como plato principal.

Reispolenta mit Pinienkernen Reis und Pinienkerne werden püriert und dann so lange gekocht, bis die Polenta zähflüssig ist. Das nussige Aroma und die samtige Konsistenz machen dieses Gericht zur idealen Vorspeise. Die Polenta eignet sich ideal als Kost für Kranke.

عصيدة حبوب الصنوبر يتم طحن حبوب الأرز والصنوبر معاً وعلوها على نار هادئة إلى أن تصبح عصيدة تجعلها رانحتها الحبوبية وتركيباتها المخملية من بين المقبلات اللذيذة. تقدّم كذلك كطعام ذو قيمة غذائية عالية.

Cháo hạt quả thông Gạo và hạt quả thông được xay nhuyễn và đun cho đến khi sánh đặc. Mùi hương của quả thông cùng với độ sánh của gạo làm thành một món khai vị tuyệt hảo. Đây cũng là một món ăn bổ dưỡng.



[전복죽] jeonbok juk

029

전복죽 잘게 썬 전복과 쌀을 참기름으로 볶다가 물을 부어 끓인 보양죽이다. 전복의 쫄깃한 식감과 구수한 맛이 일품이다.

Rice Porridge with Abalone A nourishing porridge made with rice and minced abalone sautéed in sesame oil and simmered until thick. Well-loved for the chewy texture of abalone and a subtle flavor that envelopes the palate.

チョンボッチュツ (あわびのお粥) 小さく切ったあわびと米をごま油で炒め、水を加えて炊いた健康食。あわびの歯ごたえと濃厚な風味が絶品。

鲍鱼粥 将鲍鱼切碎，同白米一起用麻油翻炒一下，加入水熬制而成，是兼具鲍鱼的咀嚼口感和醇香口味的保健饮食。

Potage à l'ormeau Potage fortifiant à base de riz connu pour son goût savoureux et sa texture épaisse, grâce aux ormeaux hachés, revenus dans de l'huile de sésame, avant d'avoir longuement mijoté.

Porridge di riso con abalone Un porridge nutriente fatto con riso e abalone sminuzzato, saltato in olio di sesamo e cotto lentamente fino a farlo addensare. Molto apprezzato per la consistenza dell'abalone e la lieve fragranza che pervade il palato.

Gachas de arroz con oreja de mar Una papilla nutritiva a base de arroz y abulón picado salteado en aceite de sésamo y cocinado a fuego lento hasta quedar espeso. Preferido por la textura masticable del abulón y un sabor sutil que invade el paladar.

Reispolenta mit Meerohr Eine nahrhafte Polenta mit Reis und Meerohr, das in Sesamöl angebraten wird. Die Polenta wird gekocht, bis sie zähflüssig ist. Dieses Gericht ist besonders wegen der zarten Meerohren und des subtilen Aromas geschätzt, das den Gaumen verwöhnt.

عصيدة الأرز مع أذن البحر عصيدة مغذية معدة من الأرز وأذن البحر المطحون على نار هادئة مع زيت السمسم إلى أن تصبح كثيفة. تتمتع بشعبية نتيجة لتركيباتها التي يمكن مضغها، الناتجة عن أذن البحر.

Cháo bào ngư Món cháo bổ dưỡng làm từ gạo và bào ngư thái nhỏ được ướp với dầu mè và ninh cho đạt độ sánh. Là món ăn rất được ưa thích vì độ dai của bào ngư và hương vị tinh tế cảm nhận trong miệng.



030 [팥죽] pat juk

팥죽 붉은팥을 삶아 거른 팥물에 쌀을 넣고 끓인 죽이다. 새알심을 넣기도 하며 소금이나 설탕으로 간한다.

Red Bean Porridge Rice porridge made with boiled red beans and rice. Rice is simmered in the strained liquid of boiled red beans. Small sweet rice balls are sometimes added. The porridge is seasoned with salt or sugar at the table.

パッチュツ (小豆のお粥) ゆでた小豆をこし、米を加えて炊いたお粥。もち粉で作った団子を入れることもある。塩か砂糖で味付けして食べる。

甜红豆粥 (红豆粥) 在煮过红豆的水中放入白米熬煮成粥，有时还加入适量年糕球，并用适量食盐和砂糖调味。

Potage aux haricots rouges Potage obtenu à partir de riz mijoté dans un bouillon de haricots rouges. On peut y ajouter de petites boulettes de riz gluant. Se mange salé ou sucré.

Porridge di fagioli rossi Porridge di riso fatto con fagioli rossi lessati e riso. Il riso è cotto lentamente nel liquido colato dei fagioli rossi lessati. Talvolta si aggiungono polpettine di riso dolce. Il porridge è condito a tavola con sale o zucchero.

Papilla de frijol rojo Papilla de arroz hecha con alubias rojas cocinadas y arroz. El arroz se cuece en el líquido colado de alubias rojas cocinadas. A veces se le agregan pequeñas bolas de arroz dulce. La papilla se sazona con sal o azúcar en la mesa.

Polenta aus roten Bohnen Reispolenta aus gekochten roten Bohnen und Reis. Reis wird in der Flüssigkeit der gekochten roten Bohnen gegart. Gelegentlich werden auch kleine süße Reisbällchen dazu serviert. Die Polenta wird am Tisch mit Salz oder Zucker abgeschmeckt.

عصيدة الفاصوليا الحمراء عصيدة الأرز المعدّة مع الفاصوليا الحمراء المغلية مع الأرز. يتم إعداد الأرز على نار هادئة في ماء الفاصوليا الحمراء بعد غليها. يتم أحياناً إضافة كرات صغيرة من الأرز الحلو ويتم إضافة الملح والسكر على الطاولة.

Cháo đậu đỏ Cháo làm từ gạo cùng đậu đỏ luộc. Đậu đỏ sau khi luộc được xay lọc lấy nước và ninh với gạo. Đôi khi còn cho thêm bồng gạo nếp. Cháo được trộn thêm muối và đường khi ăn.



[호박죽] hobak juk

031

호박죽 껍질 벗긴 늙은 호박이나 단호박을 삶아 으갠 다음 끓이다가 찹쌀가루나 새알심을 넣어 익힌 죽이다. 팔이나 콩, 옥수수 등을 넣기도 한다.

Pumpkin Porridge A smooth porridge made with mashed pumpkin flesh and sweet rice powder or rice balls. Red beans, black beans, or corn may be added.

ホバッチュツ (かぼちゃのお粥) 皮をむいたかぼちゃを蒸し、それをつぶして煮たものに、もち米粉やもち粉で作った団子を入れて炊く。小豆や豆、とうもろこしなどを加えることもある。

南瓜粥 南瓜剥皮后煮熟并捣碎，加入水和糯米粉以及年糕球熬粥，有时还加入红豆、大豆、玉米等。

Potage au potiron Potage de riz, obtenu à partir de potiron épluché, précuit et écrasé, et de poudre de riz gluant, ou de petites boulettes de riz. On peut y ajouter des haricots rouges, des haricots ou du maïs.

Porridge di zucca Un porridge delicato fatto con zucca schiacciata e farina di riso dolce o palline di riso. Si possono aggiungere fagioli rossi, fagioli neri o cereali.

Gachas de calabaza Una papilla suave hecha con puré de calabaza y polvo de arroz dulce o arroz en bolas. Se le pueden añadir alubias rojas, frijoles negros o maíz.

Kürbispolenta Eine weiche Polenta aus püriertem Kürbis und süßem Reispulver oder süßen Reisklößchen. Das Gericht kann auch mit roten Bohnen, schwarzen Bohnen oder Mais zubereitet werden.

عصيدة القرع عصيدة ناعمة مصنوعة من لب القرع المهروس ومسحوق الأرز الحلو أو كرات الأرز. يمكن إضافة الفاصوليا الحمراء أو السوداء أو الذرة.

Cháo bí đỏ Cháo nhuyễn làm từ bí đỏ xay nhuyễn và bột gạo nếp hay bỏng gạo nếp. Có thể cho thêm đậu đỏ, đậu đen hoặc ngô.



032 [흑임자죽] heugimja juk

흑임자죽 검은깨와 쌀을 곱게 갈아 끓인 죽으로 씹쌀하면서도 고소한 풍미가 있다. 소화가 잘되고 간장과 신장을 보호해 병후 회복식으로 좋다.

Black Sesame and Rice Porridge Porridge made of finely ground black sesame and rice, resulting in a bittersweet and nutty flavor. Black sesame is abundant with digestive enzyme, helps keep liver and kidneys healthy, and ideal for recovering patients.

フギムジャチュツ(黒ごまのお粥) 黒ごまと米を細かく挽いて炊いたお粥で、香ばしくほろ苦い風味が特徴。消化酵素が豊富に含まれ、肝臓や心臓を保護する作用があるため、病後の回復食に最適。

黑芝麻粥 用黑芝麻粉和米粉熬煮而成，口感醇香，有助于增强消化功能，并有保护肝肾功能，适于患者恢复体力。

Potage au sésame noir Savoureux potage, légèrement amer, à base de sésame noir et de riz finement broyés. Riche en enzyme digestive, ce plat est recommandé pour les personnes en convalescence car il est bénéfique pour le foie et les reins.

Porridge di sesamo nero e riso Porridge fatto con sesamo nero macinato fino e riso, con un aroma agrodolce e di noci. Il sesamo nero contiene molti enzimi digestivi, aiuta a mantenere sani il fegato e i reni ed è ottimo per i convalescenti.

Sésamo negro y papilla de arroz Papilla hecha de sésamo negro molido y arroz, con un sabor agridulce y de nuez. El sésamo negro contiene muchas enzimas digestivas, ayuda a mantener sanos el hígado y los riñones y es bueno para la recuperación de los pacientes.

Brei aus schwarzen Sesamkörnern und Reis Brei aus fein gemahlene schwarzen Sesamkörnern und Reis, was einen halbbitteren und nussigen Geschmack ergibt. Schwarze Sesamkörner enthalten viele Verdauungsenzyme, die gut für Leber und Nieren sind und diese Polenta zur idealen Kost für Kranke in der Genesungsphase macht.

عصيدة السمسم الأسود والأرز عصيدة مصنوعة من السمسم الأسود المطحون والأرز تعطي نكهة حلوة مرة وحبوبية. السمسم الأسود (الإزحة أو حبة البركة) مليئة بإنزيمات الهضم التي تساعد على إبقاء الكبد والكلية صحية ونشطة، وهي جيدة للمرضى الذين يتعافون.

Cháo vừng đen Cháo làm từ vừng đen và gạo được xay nhuyễn, tạo ra một hương vị ngọt đắng và đặc trưng cho loại hạt này. Vừng đen có nhiều men tiêu hoá, giúp gan và thận khoẻ, là món ăn lý tưởng dành cho bệnh nhân trong thời kỳ hồi phục.

면:MYEON

NOODLES & DUMPLINGS

밀가루나 메밀가루 등을 반죽해 삶아 국물에 말거나 양념장에 비벼 먹는 음식이다.

Myeon refers to dishes made with wheat or buckwheat flour dough, either mixed with sauce or boiled in broth.

만두 mandu_034

수제비 sujebi_035

칼국수 kalguksu_036

바지락칼국수 bajirak kalguksu_037

잔치국수 janchi guksu_038

쟁반국수 jaengban guksu_039

비빔국수 bibim guksu_040

콩국수 kong guksu_041

비빔냉면 bibim naengmyeon_042

물냉면 mul naengmyeon_043





034 [만두] mandu

만두 밀가루를 반죽해 얇게 민 다음 동그랗게 모양을 찍어 고기나 채소로 만든 소를 넣고 빚어 삶거나 찐 음식이다. 기름에 튀기거나 굽기도 한다.

Dumplings Korean dumplings made of thinly rolled flour dough and a filling of ground meat and vegetables. Served boiled, steamed, deep-fried or pan-fried.

만도우 (韓国式餃子) 小麦粉をこねて薄く伸ばし、肉や野菜を混ぜて作った具を詰めてゆでたり蒸した料理。揚げ餃子や焼き餃子にしてもおいしい。

韩国饺子 将面粉和面擀皮，在面皮中放入肉或蔬菜馅料，煮熟或蒸熟即可。有时还可用油炸或煎制。

Ravioli coréen Raviolis dont la farce est composée de viande et de légumes ; les raviolis peuvent être cuits à la vapeur, dans de l'eau, de l'huile ou grillés.

Ravioli Ravioli coreani fatti con una sfoglia di pasta sottile e riempiti di carne e verdure macinati. Si servono bolliti, cotti al vapore, fritti o saltati in padella.

Albóndigas Albóndigas coreanas hechas de carne y verduras picadas envueltas en una camada fina de masa de harina. Se sirven cocidas, al vapor, fritas en aceite o en sartén plana.

Klöße Koreanische Klöße aus dünn ausgerolltem Teig und einer Füllung aus gehacktem Fleisch und Gemüse. Die Klöße können gekocht, frittiert oder gebraten serviert werden.

كرات العجين (Dumplings) كرات العجين الكورية المصنوعة من عجينة الطحين المرقوق والمحمشو باللحم المفروم والخضروات تقدم بعد سلقها أو طبخها على البخار أو قليها بالزيت أو بالمقلاة.

bánh bao Bánh bao Hàn quốc được làm từ bột mỳ cán mỏng có nhân thịt xay và rau. Có thể luộc, hấp hoặc rán.



[수제비] sujebi

035

수제비 밀가루를 반죽해 납작하게 떼어 맑은 장국에 넣고 끓인 음식이다. 멸치 국물을 주로 사용하며 기호에 따라 감자나 김치, 미역 등을 넣어 끓이기도 한다.

Korean Pasta Soup Soft flour dough hand-torn and dropped into boiling stock. The stock is usually made with dried anchovies, but chicken or seafood stock may also be used.

스제비 (韓國式すいとん) 小麦粉をこねて平たくちぎり、澄まし汁に入れて煮た料理。だしは主に煮干しで取るが、鶏や魚介類を使うこともある。

面片汤 将面粉和好擀成面皮，用手揪成小块放到汤中煮熟食用。一般用鳀鱼汤做面汤，有时也采用鸡汤或海鲜汤。

Soupe à la pâte de blé Bouillon à base d'anchois, de poulet ou de fruits de mer, contenant de la pâte de blé pétrie, aplatie et découpée à la main.

Zuppa di vermicelli coreana Un impasto morbido di farina fatto a mano e gettato in brodo bollente. Il brodo è generalmente fatto con acciughe essiccate, ma si utilizza anche brodo di pollo o di pesce.

Sopa de fideos coreana Masa de harina suave rasgada a mano en pedacitos echados al caldo hirviente. El caldo se hace generalmente con anchoas secas, pero también se usa pollo o mariscos.

Koreanische Nudelsuppe Weicher Mehnteig wird von Hand in Stücke gerissen und in kochenden Fond gegeben. Der Fond wird normalerweise aus getrockneten Sardellen zubereitet, kann aber auch aus Hühnerfleisch oder Meeresfrüchten zubereitet werden.

حساء الباستا الكوري عجین الطحین الناعم يتم تمزيقه باليد وإلقائه في مرق يغلي. المرق مصنوع عادة من الأنشوجة المجففة ويمكن استخدام مرق الدجاج أو المأكولات البحرية.

Súp Pasta Hàn Quốc Bột mì mềm kéo bằng tay và thả vào trong nồi nước dùng đang sôi. Nước dùng thường nấu với cá cơm khô, đôi khi gà hoặc hải sản cũng được dùng làm nguyên liệu.



칼국수 밀가루 반죽을 얇게 밀어 칼로 썬 다음 맑은 장국에 넣고 끓인 음식이다. 애호박, 감자를 함께 넣기도 한다.

Noodle Soup Fresh knife-cut noodles (*kalguksu*) cooked in anchovy stock. (Flour dough is rolled and sliced into thin noodles.) courgette, potatoes, and seafood may be added.

칼국수 (韓国式うどん) 小麦粉をこねて薄くのばし細切りにした麺を、煮干しでじっくりだしを取ったスープに入れ、ズッキーニ、じゃがいもなどを加えて煮た料理。

刀切面 将面和好擀成面皮，用刀切成细条，放到清汤中煮熟即可。有时还可加入葫芦、土豆等同煮。

Soupe de nouilles coupées au couteau Pâte de nouilles pétrie, étalée et coupée en lanières à l'aide d'un couteau. Les nouilles ainsi obtenues sont servies dans un bouillon d'anchois, avec des courgettes et des pommes de terre, une fois le tout porté à ébullition.

Zuppa di vermicelli Vermicelli freschi tagliati col coltello e cotti in un brodo di acciughe. (L'impasto di farina è arrotolato e tagliato in vermicelli sottili). Si possono aggiungere foglie di squash estivo, patate e frutti di mare.

Sopa de fideos Fideos frescos cortados al cuchillo cocinados en caldo de anchoa. (La masa de harina se enrolla y se corta en fideos finos.) Se pueden añadir calabazas de verano, papas y mariscos.

Nudelsuppe Frisch gemachte Nudeln (*kalguksu*) werden in Sardellenfond gekocht. (Mehlteig wird gerollt und dann in dünne Nudeln geschnitten.) Zucchini, Kartoffeln und Meeresfrüchte können hinzugefügt werden.

حساء شعيرات المعكرونة شعيرات المعكرونة الطازجة مقطعة بالسكين Kalguksu ومطبوخة في حساء الأنشوجة (يتم بسط عجين الطحين وتقطيعه إلى شعيرات المعكرونة الدقيقة). يمكن إضافة الكوسا الصيفية أو البطاطا أو المأكولات البحرية.

Súp mì Mỳ tươi thái bằng dao (*kalguksu*) nấu trong nước cốt cá cơm. (Bột mì được nhào và thái thành những sợi mì mỏng). Có thể thêm bí, khoai tây và hải sản.



[바지락칼국수] bajirak kalguksu

037

바지락칼국수 밀가루 반죽을 얇게 밀어 칼로 썬 다음 바지락을 끓인 국물에 국수를 넣어 삶은 음식이다.

Noodle Soup with Clams Fresh knife-cut noodles (*kalguksu*) cooked in a clear broth made of littleneck clams. (Flour dough is rolled and sliced into thin noodles.)

パジラッカルクッス (アサリ入り韓国式うどん) 小麦粉をこねて薄くのばし細切りにした麺を、アサリでだしを取ったスープに入れて煮た料理。

蛤蜊刀削面 将面和好擀皮切成细条，放入蛤蜊汤中煮熟即可。

Soupe de nouilles coupées au couteau aux petits coquillages On présente dans un bouillon les nouilles obtenues une fois la pâte de nouilles pétrie, étalée et coupée en lanières à l'aide d'un couteau. Le tout est ensuite porté à ébullition avec de petits coquillages.

Zuppa di vermicelli con vongole Vermicelli freschi tagliati col coltello e cotti in un brodo di vongole. (L'impasto di farina è arrotolato e tagliato in vermicelli sottili.)

Sopa de fideos con almejas Fideos frescos cortados al cuchillo cocinados en un caldo hecho con almejas. (La masa de harina se enrolla y se corta en fideos finos.)

Nudelsuppe mit Venusmuscheln Frisch gemachte Nudeln (*kalguksu*) werden in einer klaren Brühe aus Littleneck-Muscheln gekocht. (Mehlteig wird gerollt und dann in dünne Nudeln geschnitten.)

حساء شعيرات المعكرونة مع البطليينوس شعيرات المعكرونة الطازجة مقطعة بالسكين *Kalguksu* في مرق صافي مصنوع من بطليينوس (يتم بسط عجين الطحين وتقطيعه إلى شعيرات المعكرونة الدقيقة).

Súp mì với ngao Mỳ tươi thái bằng dao (*kalguksu*) nấu trong nước dùng trong làm từ ngao biển (Bột mì được nhào và thái thành những sợi mì mỏng).



[잔치국수] janchi guksu

잔치국수 삶은 국수에 고명을 얹고 멸치장국을 부어낸 국수로 예로부터 결혼식, 생일, 환갑 등 잔치 때 손님을 대접하는 대표 음식이다.

Banquet Noodles Noodles in hot anchovy broth with colorful garnishes. Typically served at weddings, birthdays, and other festive occasions.

찬치국수(韓國式にゅうめん) ゆでた麺に飾り付けをし、煮干しでだしを取ったスープをかけたもの。昔から結婚式、誕生日、還暦祝いなどのお祝いの席でもてなされた。

韩国婚庆面 (韩国宴席面) 宴席面是在煮熟的面条上放装饰菜，再浇上鳀鱼汤汁而成。宴席面自古用来在婚宴、生日宴、花甲宴时招待宾客。

Nouilles fines servies dans un bouillon d'anchois chaud Sur des nouilles cuites, on verse un bouillon à base d'anchois et ajoute une garniture. C'est un plat traditionnellement servi aux invités les jours de fêtes.

Vermicelli per banchetti Vermicelli da zuppa in un brodo caldo di acciughe con guarnizioni variopinte. E' un tipico piatto servito a matrimoni, compleanni e altre ricorrenze festive.

Fideos de banquete Sopa de fideos en caldo caliente de anchoas con guarniciones coloridas. Por lo general se sirve en bodas, cumpleaños y otras ocasiones festivas.

Bankettnudeln Suppennudeln in einer heißen Sardellenbrühe mit farbenfrohen Zutaten. Diese Suppe wird normalerweise bei Hochzeiten, Geburtstagen und anderen Festen serviert.

معكرونة الولايم حساء المعكرونة في مرق الأنشوجة الساخن مع خضروات زخرافية. تقدم عادة في حفلات الزواج وأعياد الميلاد وغيرها من المناسبات السعيدة.

Mỳ yến tiệc Mỳ nấu trong nước dùng nóng làm từ cá cơm với các loại rau trang trí nhiều màu sắc. Thường được phục vụ trong các đám cưới, tiệc sinh nhật và các dịp lễ hội khác.



[쟁반국수] jaengban guksu

039

쟁반국수 삶아서 물기를 뺀 메밀국수와 오이, 깻잎 등의 채소를 넓은 쟁반에 둘러 담고 초고추장에 버무려 시원하게 먹는 음식이다.

Jumbo Sized Buckwheat Noodles Chilled buckwheat noodles with shredded cucumber, perilla leaves and other vegetables. Served cold on a large platter with a vinegared *gochujang* mixing sauce.

첸뱅크스 (大皿辛味そば) ゆでて水気を切ったそばと、きゅうり、ごまの葉などの野菜を大皿にのせ、唐辛子酢味噌で和えて食べる。ひんやりとしてさっぱりした味わいの一品。

圆盘荞麦面 圆盘荞麦面是将荞麦面煮熟后捞出来放到大盘上，再加入黄瓜、苏子叶等蔬菜，用辣酱拌好食用。

Nouilles servies sur un plateau Sur une grande assiette, on dispose des nouilles de sarrasin cuites, des concombres et des feuilles de sésame. Le tout est assaisonné de pâte de piments rouges vinaigrée. Se mange froid.

Grossi vermicelli di grano saraceno Vermicelli di grano saraceno freddi mischiati con cetrioli spezzettati, foglie di perilla e altre verdure. Serviti freddi su un grande piatto da portata con una salsa *gochujang* alla vinaigrette.

Fideos de trigo sarraceno de tamaño grande Fideos de trigo sarraceno refrigerados mezclados con pepino picado, hojas de perilla y otras verduras. Se sirve frío en un plato grande con una salsa de vinagre *gochujang*.

Riesige Buchweizennudeln Kalte Buchweizennudeln mit geriebenen Gurken, Perilla-Blättern und anderen Gemüsesorten. Diese Nudeln werden kalt auf einem großen Teller mit einer fermentierten Gochujang-Soße serviert.

شعيرات معكرونة ضخمة من الحنطة السوداء شعيرات المعكرونة المبردة المصنوعة من الحنطة السوداء مخلوطة مع قطع الخيار الصغيرة المقطعة طولياً وأوراق البريلا وغيرها من الخضراوات. تقدم باردة على صحن كبير مع صحن صغير من صلصة *Gochujang* بالخل.

Mỳ cỡ lớn làm từ kiều mạch Mỳ lạnh làm từ kiều mạch với đu đủ, lá tía tô và các loại rau khác thái nhỏ. Trình bày trên một đĩa lớn dưới dạng mỳ lạnh với nước tương dấm *gochujang*.



040 [비빔국수] bibim guksu

비빔국수 삶아서 물기를 뺀 국수에 쇠고기, 달걀지단, 오이, 미나리, 깻잎 등의 채소를 넣고 새콤달콤한 초고추장이나 간장 양념장에 비벼 먹는 음식이다.

Spicy Mixed Noodles Chilled noodles served with beef, egg garnish, cucumber, Korean parsley, and perilla leaves. The noodles, garnishes and vegetables are mixed together with a vinegared *gochujang* sauce or seasoned soy sauce.

ピピムクッス (甘辛混ぜ素麺) 素麺をゆでて水気を切り、牛肉、錦糸卵、きゅうり、せり、ごまの葉などの野菜を加えて、甘酸っぱい唐辛子酢味噌や醤油ベースの薬味で和えて食べる。

韩国拌面 (拌面) 将干面煮熟捞出滤掉水分，用炒牛肉丝、鸡蛋、黄瓜、水芹、苏子叶等蔬菜与酸甜口味的辣酱搅拌而成。

Nouilles à la sauce épicée Sur un lit de nouilles cuites, on dispose du bœuf, des lamelles d'œuf, du concombre, du persil coréen et des feuilles de sésame. A mélanger avec la sauce de pâte de piment vinaigrée ou avec la sauce de soja assaisonnée.

Insalata di vermicelli piccanti Vermicelli secchi cotti e scolati, serviti con manzo, guarnizione di uova, cetrioli, prezzemolo coreano e foglie di perilla. I vermicelli, le guarnizioni e le verdure sono mescolati insieme con una salsa gochujang alla vinaigrette o con salsa di soia condita.

Fideos picantes mixtos Fideos hervidos y escurridos secos con guarnición de carne, huevo, pepino, perejil coreano y hojas de perilla. Los fideos, aderezos y verduras se mezclan con una salsa de vinagre *gochujang* o salsa de soja condimentada.

Scharfe gemischte Nudeln Kalte Nudeln mit Rindfleisch, Eiern, Gurken, koreanischer Petersilie und Perilla-Blättern. Die Nudeln, die Garnierung und das Gemüse werden mit einer fermentierten *Gochujang* Soße oder gewürzten Sojasoße gemischt.

شعيرات المعكرونة بالتوابل معكرونة مبردة تقدم مع لحم البقر وتزين بالبيض المسلوق، والخيار والبقدونس الكوري وأوراق نباتات البريلا. تخلط جميعها مع صلصة *Gochujang* بالخل أو صلصة الصويا بالتوابل.

Mỳ cay trộn Mỳ lạnh ăn cùng với thịt bò, trứng đánh kem, dưa chuột, rau mùi Hàn Quốc và lá tía tô. Mỳ, trứng đánh kem và rau được trộn lẫn cùng với nước tương đậm *gochujang* hoặc nước tương.



[콩국수] kong guksu

041

콩국수 콩을 삶아 곱게 간 다음 체에 거른 국물에 국수를 말고 소금으로 간한 뒤 얼음을 띄워 열무김치와 함께 먹는 여름철 음식이다.

Noodles in Cold Soy Milk Broth Noodles in chilled soybean soup. The soup is made of boiled and puréed soybeans and seasoned with salt. A summer staple served with floating ice and young radish (*yeolmu*) kimchi on the side.

콩국수 (豆乳素麵) 蒸した豆を細かく挽いてこしたスープに麺を入れ、塩で味を加減し氷を浮かべて食べる。ヨルムキムチを添えて食べる夏の定番メニュー。

豆汁面 (拌冷面) 煮熟的黄豆打浆过滤以后做成豆汁，其中加入煮熟的面条和少许食盐，并加入冰块和泡菜而成，多在夏季食用。

Nouilles froides au velouté de soja Sur un lit de nouilles cuites, on verse du jus de soja cuit, finement broyé, filtré et salé. Ce plat estival se mange froid avec le *yeolmu kimchi*.

Vermicelli in brodo di latte di soia freddo Vermicelli freddi in un brodo di latte di soia. Il brodo è fatto con soia bollita e ridotta a purè e condita con sale. Un tipico piatto estivo servito con cubetti di ghiaccio e accompagnato da *kimchi* di rafano fresco (*yeolmu*).

Fideos en caldo frío a base de leche de soja Fideos fríos en un caldo de leche de soja. El caldo se prepara con un puré de soja cocinada y se sazona con sal. Un plato típico de verano, se sirve con hielo flotante y *kimchi* de rábano joven (*yeolmu*) en un plato adicional.

Nudeln in kalter Sojamilchbrühe Kalte Nudeln in einer milchigen Sojabohnenbrühe. Diese Brühe besteht aus Sojabohnen, die gekocht und püriert und dann mit Salz abgeschmeckt werden. Ein Sommergericht, das mit Eiswürfeln und *kimchi* aus jungem Rettich (*yeolmu*) serviert wird.

معكرونة في مرق حليب الصويا البارد معكرونة باردة في مرقة فول الصويا البيضاء. تصنع المرقة من حبوب فول الصويا المغلية والمهروسة مع الملح البحري. طبق صيفي يقدم مع الثلج وكيمشي الفجل الصغير (*Yeolmu*) جانبياً.

Mỳ dùng với nước đậu nành lạnh Mỳ lạnh trong nước đậu nành. Nước dùng làm từ đậu nành đã luộc và xay cho thêm muối biển. Là món ăn chính vào mùa hè cho thêm đá và ăn kèm *kimchi* làm từ củ cải non (*yeolmu*).



042 [비빔냉면] bibim naengmyeon

비빔냉면 메밀로 만든 면을 삶아 찬물에 헹궈 물기를 뺀 다음 쇠고기나 홍어회무침, 무, 오이, 삶은 달걀 등을 얹고 고추장 양념장에 비벼 차갑게 먹는 음식이다.

Spicy Mixed Buckwheat Noodles Chilled buckwheat noodles garnished with cold slices of beef, fresh skate fish, radish or cucumber served with a spicy *gochujang* sauce for mixing.

ピビムネンミョン (甘辛混ぜ冷麺) ゆでたそばに、肉やホンオフエムチム、大根、きゅうりなどをのせ、スープの代わりにコチュジャンベースの薬味を混ぜて食べる冷麺。

韩国拌冷面 (汤汁冷面) 煮熟的荞麦面滤掉水分，与肉丝、生拌鲑鱼、萝卜、黄瓜、辣酱拌匀即可。

Nouilles froides de sarrasin à la sauce épicée Nouilles de sarrasin froides mélangées à une sauce de piment rouge épaisse. Peut être garni de sashimi de raie assaisonné, de viande, radis ou concombres.

Insalata di vermicelli di grano saraceno piccanti Vermicelli freddi di grano saraceno guarniti con fettine di carne fredda, pesce razza fresco, rafano o cetrioli e mescolati con una salsa *gochujang* piccante.

Fideos de trigo sarraceno picantes mixtos Plato de fideos de trigo sarraceno refrigerados adornado con rodajas de embutidos, peces raya frescos, rábano o pepino y mezclado en seco con una salsa picante *gochujang*.

Scharfe gemischte Buchweizennudeln Kalte Buchweizennudeln, garniert mit geschnittenem kaltem Rindfleisch, frischem Rochen, Rettich oder Gurken und scharfer *gochujang* Soße.

شعيرات معكرونة الحنطة السوداء بالتوابل معكرونة الحنطة السوداء المبردة مزينة بشرائح لحم البقر البارد وسمك السكيت البارد والفجل أو الخيار، ويتم تقديمها مع صلصة *Gochujang* بالتوابل.

Mỳ cay trộn làm từ kiều mạch Mỳ lạnh làm từ kiều mạch trộn với thịt bò, cá đuối thái mỏng, ướp lạnh, củ cải hoặc dưa chuột ăn cùng nước tương *gochujang* cay.



[물냉면] mul naengmyeon

043

물냉면 메밀로 만든 면을 삶아 동치미 국물과 쇠고기 육수 섞은 국물에 차갑게 말아 먹는 음식이다. 무, 배, 등을 얹고 겨자와 식초로 양념한다.

Chilled Buckwheat Noodles Buckwheat noodles served in chilled soup made of *dongchimi* (radish *kimchi*) liquid and beef broth. The noodle is garnished with white radish and Asian pear slices and seasoned with mustard and vinegar.

ムルネンミョン (水冷麵) ゆでたそばに、トンチミと牛肉だしを混ぜたスープをかけた冷麵。大根や梨などをのせ、好みで辛子や酢を加える。

韩国冷面 将荞麦面煮熟捞出以后，放入添加了泡萝卜汁和牛肉汁的冷汤汁中，加入萝卜片、梨片等，并用芥末和食醋调味食用。

Nouilles de sarrasin froides au bouillon Nouilles de sarrasin servies dans un bouillon froid avec des tranches de radis ou de poire coréenne et assaisonnées de moutarde et vinaigre.

Vermicelli di grano saraceno freddi Vermicelli di grano saraceno serviti in una zuppa fredda fatta con *dongchimi* (*kimchi* di rafano) liquidi e brodo di manzo. I vermicelli sono guarniti con rafano bianco e fette di pera asiatica e conditi con senape e aceto.

Fideos de trigo sarraceno refrigerados Fideos de trigo sarraceno servidos en sopa fría hecha de *dongchimi* (*kimchi* de rábano) líquido y caldo de carne. Los fideos se adornan con rábanos blancos y rebanadas de pera asiática y se sazona con la mostaza y vinagre.

Kalte Buchweizennudeln Buchweizennudeln in einer kalten Suppe aus *Dongchimi* (Rettich-*kimchi*)-Flüssigkeit und Rinderbrühe. Die Nudeln werden mit weißem Rettich und Scheiben asiatischer Birnen garniert und mit Senf und Essig abgeschmeckt.

معكرونة الحنطة السوداء المبردة معكرونة الحنطة السوداء تقدم في حساء مبرد مصنوع من *Dongchimi* (كيمشي الفجل) ومرق لحم البقر. تزين المعكرونة بالفجل الأبيض وشرائح الإنجاص الآسيوي وتبهر بالخردل والخل.

Mỳ lạnh làm từ kiều mạch Mỳ làm từ kiều mạch thả trong súp lạnh làm từ *dongchimi* (*kimchi* củ cải) và nước thịt bò. Mỳ được trang trí với củ cải trắng và lê thái mỏng, thêm mù tạt và dấm.



국 · 탕: GUK · TANG SOUPS

고기, 생선, 채소 등의 재료에 물을 많이 붓고 끓인 음식으로 국물과 건더기를 함께 먹는다.

Korean soups, called *guk* or *tang*, are made of a wide variety of ingredients including meat, fish, shellfish, seaweed and vegetables.

떡국 tteok guk_046

만둣국 mandut guk_047

떡만둣국 tteok mandut guk_048

된장국 doenjang guk_049

미역국 miyeok guk_050

북엇국 bugeot guk_051

갈비탕 galbi tang_052

우거지갈비탕 ugeoji galbi tang_053

곰탕 gom tang_054

설렁탕 seolleong tang_055

삼계탕 samgyetang_056

감자탕 gamja tang_057

육개장 yukgaejang_058

매운탕 maeun tang_059

해물탕 haemul tang_060



046 [떡국] tteok guk

떡국 쌀로 만든 가래떡을 얇게 썰어 육수에 넣고 끓인 음식으로 설날에 즐겨 먹는다. 쇠고기를 넣고 끓인 육수를 주로 쓰고, 닭고기나 해물육수를 사용하기도 한다.

Sliced Rice Cake Soup Oval shaped rice pasta cooked in broth. A traditional Lunar New Year dish. Clear beef broth is most common used, but chicken or seafood may be used.

トックツ(韓国式お雑煮) 米で作った棒状のお餅を薄切りにし、だし汁に入れて煮た料理。特にお正月に食べられる。だしは主に牛肉でとった澄まし汁が使われ、ズッキーニや鶏肉、魚介類を加えることもある。

年糕汤 将年糕切片，用肉汁煮熟食用。年糕汤多在春节食用，汤汁多采用牛肉汤，有时也采用鸡汤或海鲜汤。

Soupe de rondelles de pâte de riz Le Tteokguk, plat traditionnel du nouvel an, est préparé avec du Tteok, une pâte de riz découpée en rondelles que l'on fait mijoter dans un bouillon de viande de bœuf, de poulet ou de fruits de mer.

Zuppa di tortino di riso affettato Pasta di riso di forma ovale cotta in brodo. Un piatto tradizionale del Nuovo Anno Lunare. Si usa normalmente un brodo di manzo, ma si può aggiungere anche pollo o frutti di mare.

Sopa de pastel de arroz en rodajas Fideos de arroz en forma oval cocinados en caldo. Un plato tradicional del Año Nuevo Lunar. El caldo de carne fina es el más común, pero se puede usar un caldo de pollo o de mariscos.

Suppe mit Reiskuchenscheiben Ovale Reiskudeln, die in einer Brühe gekocht werden. Die traditionelle Neujahrssuppe. Meist wird klare Brühe verwendet, aber sie wird auch mit Hühnerfleisch oder Meeresfrüchten serviert.

حساء كعكة الأرز المقطعة اباستا الأرز البيضاء المطبوخة بالمرق. طبق تقليدي يقدم في رأس السنة القمرية. تستخدم مرقة البقر الصافي عادة، ويمكن إضافة الدجاج أو المأكولات البحرية.

Súp bánh gạo thái miếng Mỳ gạo hình ô-van nấu trong nước dùng. Một món ăn truyền thống trong dịp Tết âm lịch. Thường dùng nước thịt bò trong, đôi khi có thêm thịt gà và hải sản.



[만둣국] mandut guk

047

만둣국 밀가루 반죽을 얇게 밀어 고기나 채소로 만든 소를 넣고 빚은 만두를 육수에 넣어 끓인 음식이다.

Dumpling Soup Minced meat and vegetables wrapped in thin flour shells and boiled in beef broth. Oval shaped rice pasta may be added.

만도ুক쯔(餃子スープ) 小麦粉をこねて薄くのばしたものに肉や野菜を詰めて餃子を作り、スープに入れて煮た料理。薄く切ったお餅を加えることもある。

韩国饺子汤 在擀好的面皮上包入肉或蔬菜馅料，煮熟或蒸熟即可，有时还可以油炸或油煎。

Soupe de raviolis Soupe de raviolis farcis de viande ou de légumes, que l'on fait bouillir dans un bouillon de viande.

Zuppa di ravioli Carne e verdure tritate avvolte in sottili sfoglie di pasta e bollite in brodo di manzo. Talvolta si aggiungono delle fettine sottili di garae tteok (barrette di tortino di riso).

Sopa de albóndigas Albóndigas de carne picada y verduras envueltas en capas delgadas de harina y hervidas en caldo de carne. A veces se añaden rodajas finas de *garae tteok* (barra de pasta de arroz).

Kloßsuppe Klein geschnittenes Fleisch und Gemüse wird in dünne Teigscheiben gewickelt und dann in Rinderbrühe gekocht. Das Gericht kann auch mit ovalen Reismudeln serviert werden.

حساء كرات العجين لحم مفروم وخضراوات ملفوفة في طبقة رقيقة من الطحين ومغلية في مرقة لحم البقر. يمكن إضافة باستا الأرز البيضاء.

Súp bánh bao Thịt xay và rau được cuốn trong vỏ bột mì mỏng và luộc trong nước bò. Có thể cho thêm mì gạo hình ô-van.



048 [떡만둣국] tteok mandut guk

떡만둣국 만두와 얇게 썬 가래떡을 육수에 함께 넣어 끓여 먹는 음식이다. 떡국과 만둣국은 별개의 음식이었으나 한데 섞여 하나의 음식이 되었다.

Rice Cake and Mandu Soup Mandu (dumplings) and oval shaped rice pasta boiled in meat broth. Two separate dishes-*tteokguk* and *mandutguk*-merged into a single dish.

トツマンドウクツ (餃子入り雑煮) 餃子と薄切りのお餅をスープに入れて煮た料理。もとは別々の料理だったトックツとマンドウクツが、後にひとつの料理になったもの。

年糕饺子汤 将饺子和年糕片放入高汤中煮熟食用。年糕汤和饺子汤虽是不同的饮食，这里却合成一种饮食。

Soupe aux raviolis et aux Tteok Bouillon de viande aux raviolis et aux Tteok découpés en rondelles, et portés à ébullition. Une recette à mi-chemin entre le *Tteokguk* et le *Mandutguk*.

Tortino di riso e zuppa Mandu Fettine di *mandu* (ravioli) e garae tteok (barrette di tortino di riso) bollite in brodo di carne. Due piatti separati-*tteokguk* e *manduguk*-uniti a fare un'unica pietanza.

Pastel de arroz y sopa Mandu Rebanadas de *mandu* (bolas de masa hervida) y *tteok garae* (barra de pasta de arroz) hervidas en caldo de carne. Dos platos distintos, el *tteokguk* y el *guk mandu*, combinados en un solo plato.

Reiskuchen und Mandu-Suppe Mandu (Klöße) und ovale Reismudeln werden in Fleischbrühe gekocht. Das sind zwei Gerichte-*tteokguk* und *mandu guk*-in einem Gericht vereint.

كعكة الأرز وحساء الماندو الماندو (كرات العجين) وباستا الأرز البيضاء مغلقة في مرقة لحم البقر. طبقان منفصلان، *mandu guk* و *tteokguk* تم دمجهما في طبق واحد.

Bánh gạo và súp mandu Mandu (bánh bao) và mì gạo hình ô-van luộc trong nước thịt. Hai món riêng biệt-*tteokguk* và *manduguk*-được kết hợp thành một món.



[된장국] doenjang guk

049

된장국 마른 멸치, 다시마를 우린 국물이나 쌀뜨물에 된장을 풀고 푸른 잎 채소나 시래기, 두부, 조개, 생선, 고기 등을 넣고 끓인 음식이다.

Soybean Paste Soup Soybean paste (*doenjang*) soup with green vegetables, dried radish leaves, clams, fish, or meat. Basic stock is an anchovy-kelp broth or starchy water leftover from rinsing rice.

テンジャンクツ (韓国式みそ汁) 煮干しと昆布のだし汁か米のとぎ汁にテンジャンを溶き、青菜野菜や干し菜、貝、魚、肉などを加えて煮た韓国風みそ汁。

大酱清汤 (酱汤) 酱汤是用鳀鱼干、昆布煮的汤或淘米水中放入黄酱，再加入蔬菜、干菜、蛤蜊、鱼、肉等烧制而成。

Soupe de pâte de soja fermentée Soupe à base de pâte de soja fermentée, que l'on dilue dans un bouillon d'algues et d'anchois séchés porté à ébullition avec des feuilles de choux, de la chair de coquillages, du poisson ou de la viande.

Zuppa di pasta di soia Zuppa di pasta di soia (*doenjang*) con verdure verdi, foglie di rafano essiccate, vongole, pesce o carne. Il brodo di base è un brodo di acciughe e alghe kelp oppure si usa l'acqua con amido rimasta dal risciacquo del riso.

Sopa de pasta de soja Sopa de pasta de soja (*doenjang*) con verduras, hojas secas de rábano, almejas, pescado o carne. El caldo de base es un caldo de algas marinas y anchoas o son las aguas con almidón del enjuague de arroz.

Sojabohnenpastensuppe Suppe aus Sojabohnenpaste (*doenjang*) mit grünen Gemüsesorten, getrockneten Rettichblättern, Venusmuscheln, Fisch oder Fleisch. Die Grundbrühe besteht aus Sardellen-Riesentangbrühe oder stärkehaltigem Wasser, das nach dem Reiswaschen übrig bleibt.

حساء معجون فول الصويا حساء معجون فول الصويا *doenjang* مع الخضار وأوراق الفجل المجففة والبطلينوس والسمك أو اللحم. المرققة الرئيسية الأساسية هي مرق الأنشوجة - أعشاب البحر kelp أو الماء النشوي الناتج عن غسل الأرز.

Súp tương đậu nành tán nhuyễn Súp tương đậu nành tán nhuyễn (*doenjang*) với rau xanh, lá củ cải khô, ngao, cá hoặc thịt. Nước dùng là nước cốt cá cơm hoặc nước vo gạo.



050 [미역국] miyeok guk

미역국 쇠고기나 홍합, 멸치 국물에 미역을 넣고 끓인 국이다. 미역은 요오드와 칼슘이 풍부해 산모들에게 좋은 식품이다.

Seaweed Soup *Miyeok* (brown seaweed) simmered in clear beef, mussel, or anchovy broth. *miyeok* is rich in iodine and calcium and known to be particularly beneficial for postpartum mothers.

ミヨックツ (わかめスープ) 牛肉やイガイ、煮干しでだしを取ったスープにわかめを加えて煮た澄まし汁。わかめはヨウ素やカルシウムを豊富に含み、産後の健康食としても食べられる。

海带汤 海带汤用牛肉、海虹、鳀鱼汤中加入海带熬制而成。海带汤富含碘和钙，适于产妇食用。

Soupe aux algues Soupe d'algues au bouillon de bœuf, de moules ou d'anchois. Riche en iode et en calcium, ce plat est recommandé aux femmes qui viennent d'accoucher.

Zuppa di alghe *Miyeok* (alghe brune) lasciate sobbollire in brodo chiaro di manzo, cozze o acciughe. *Miyeok* è ricco di iodio e calcio e notoriamente benefico per le donne dopo il parto.

Sopa de algas *Miyeok* (alga parda) cocinada a fuego lento en un caldo claro de carne, mejillones o anchoas. La sopa *miyeok* es rica en yodo y calcio, y reputada particularmente beneficiosa para madres después del parto.

Seetangsuppe *Miyeok* (brauner Seetang) wird in einer klaren Brühe aus Rindfleisch, Muscheln oder Sardellen gegart. *miyeok* enthält viel Jod und Kalzium und ist eine gute Kost für Wöchnerinnen.

حساء الأعشاب البحرية *Miyeok* أو أعشاب البحر البنية المغلية في مرق صافي من لحم البقر أو بلح البحر أو الأنشوجة. هذا الحساء غني باليود والكالسيوم ومعروف أنه مفيد بشكل خاص للأمهات بعد الولادة.

Súp rong biển *Miyeok* (rong biển nâu) đun sôi trong nước thịt bò, hến hoặc cá cơm. *miyeok* là món giàu i-ốt và canxi và nổi tiếng bổ cho bà mẹ sau sinh.



[복엇국] bugeot guk

051

복엇국 잘게 뜯은 복어를 참기름에 볶은 뒤 물을 붓고 맑게 끓인 국으로 달걀을 풀어 넣기도 한다. 알코올 해독을 돕기 때문에 해장국으로 즐겨 먹는다.

Dried Pollack Soup A clear fish soup made with dried pollack. The dried flesh is shredded and sautéed in sesame oil before water is added. A beaten egg is sometimes dropped into the boiling soup. Reputed to be the best cure for hangovers, as it helps the body detoxify alcohol.

フゴクッ (干しスケトウダラのスープ) 小さく割いた干しスケトウダラをごま油で炒め、水を加えて煮たスープ。溶き卵を加えることもある。アルコールの分解を助けるため、二日酔いに効果的。

干明太鱼汤 (干明太汤) 将干明太撕成小块，用麻油翻炒一下，加水熬制成汤，还可以打些蛋花入汤。干明太汤有消解酒精功效，因此常用来做解酒汤。

Soupe de merlan jaune séché Soupe à base de merlan jaune séché, coupé en longueur et revenu dans de l'huile de sésame, puis porté à ébullition. En fin de cuisson, on ajoute un œuf battu. Idéale après une soirée bien arrosée, cette soupe aide à éliminer les toxines liées à la consommation d'alcool.

Zuppa di Pollack essiccato Una zuppa di pesce chiara fatta con pollack essiccato. La carne essiccata è spezzettata e saltata in olio di sesamo prima che sia aggiunta l'acqua. Talvolta si aggiunge un uovo sbattuto, versato nel brodo bollente. Si ritiene sia la miglior cura per i postumi di una sbornia, poiché aiuta il corpo a disintossicarsi dall'alcool.

Sopa de colín seco Una sopa de pescado clara hecha con colín o abadejo seco. La carne seca se tritura y saltea en aceite de sésamo antes de añadir el agua. A veces se agrega un huevo batido a la sopa hirviente. Tiene fama de ser la mejor cura para las resacas, ya que ayuda al cuerpo a desintoxicarse del alcohol.

Suppe aus getrocknetem Pollack Ein klare Fischsuppe aus getrocknetem Pollack. Das getrocknete Fleisch wird in kleine Stücke geschnitten und in Sesamöl angebraten, bevor es mit Wasser aufgegossen wird. Gelegentlich wird auch ein geschlagenes Ei in die kochende Suppe getropft. Diese Suppe soll bei Katerstimmung helfen und den Körper vom Alkohol entgiften.

حساء سمك البلوق المجفف حساء صافي معدة من سمك البلوق المجفف. يتم تقطيع لحم سمك البلوق المجفف وقلبه بزيت السمسم قبل إضافة الماء. يتم أحياناً إلقاء بيضة مخفوقة في الحساء أثناء غليانه. يقال أنها أفضل علاج آثار الاسراف في شرب الخمر حيث أنها تساعد الجسم على التخلص من الكحول.

Súp Cá pô-lắc khô Một loại súp cá nước trong với cá pô-lắc khô. Thịt cá khô được thái nhỏ và xào dầu mè trước khi thêm nước. Một quả trứng đánh tan được đổ vào nồi súp đang sôi. Đây là món nổi tiếng giúp rũ rượu nhờ giúp cơ thể loại bỏ độc tố từ rượu.



052 [갈비탕] galbi tang

갈비탕 소갈비를 토막 내어 무와 함께 푹 삶은 음식으로 맑은 국물이 구수하고 갈비를 뜯어 먹는 맛이 쫄쫄하다.

Short Rib Soup Beef ribs and white radish chunks simmered together until tender. The clear stock is rich and savory, as well as the tender meat that falls off the bone. (Glass noodles may be added.)

カルビタン (カルビの煮込みスープ) ぶつ切りにした牛カルビを大根と一緒にじっくり煮込んだスープ。スープの豊かな風味と骨ごとかぶりつくカルビの味が絶品。春雨を加えることもある。

排骨汤 (牛排骨汤) 将牛排骨切成段，与萝卜同煮而成，不但汤汁香醇，还可以品尝牛排骨美味。(还可以加入粉丝同煮。)

Soupe aux morceaux de côtes de bœuf Soupe claire, consistante et savoureuse, à base de morceaux de côtes de bœuf et de radis. On peut y ajouter des vermicelles. Et prendre plaisir à manger les morceaux de côtes de bœuf avec les doigts !

Zuppa di costine Costine di manzo e pezzi di rafano bianco lasciati sobbollire insieme fino a farli diventare teneri. Il brodo chiaro è ricco e saporito, come la carne succulenta che si stacca dall'osso. (Si possono anche aggiungere vermicelli cinesi.)

Sopa de costillas Costillas de res y pedazos de rábano blanco cocinados juntos a fuego lento hasta que estén tiernos. Esta sopa clara es rica y sabrosa, así como lo es la carne succulenta que cae de las costillas cocinadas. (También se le pueden añadir fideos transparentes.)

Suppe aus Rinderrippen Rinderrippen und weiße Rettichstücke werden miteinander gegart, bis sie weich sind. Die klare Brühe ist voll im Geschmack und aromatisch und das Fleisch fällt von den Knochen. (Glasnudeln können bei Bedarf hinzugefügt werden.)

حساء الأضلاع الأضلاع البقر وقطع الفجل الأبيض يتم غليهما معاً حتى يصبحان طريين. المرقة الصافية غنية طيبة النكهة و فاتحة للشهية، واللحم الطري يسقط عن العظم ويزوب في الفم. (يمكن كذلك إضافة شعيرات المعكرونة الشفافة).

Súp sườn Sườn bò và củ cải trắng thái miếng hầm đến khi mềm. Nước hầm trong nhưng đậm đà và thơm ngon, thịt bò mềm tuột khỏi xương (Có thể thêm miến).



[우거지갈비탕] ugeoji galbi tang

053

우거지갈비탕 갈비뼈를 오랫동안 끓인 국물에 우거지와 된장을 넣어 만든 탕이다. 우거지는 푸성귀를 다듬을 때 골라 놓은 걸대를 말한다.

Cabbage and Short Rib Soup Napa cabbage leaves slowly simmered in a beef rib stock and seasoned with *doenjang* (soybean paste). *ugeoji* refers to the green outer layer of napa cabbage or other leafy vegetables.

ウゴジカルビタン (白菜とカルビの煮込みスープ) あばら骨をじっくり煮込んだスープにウゴジとテンジャンを加えたスープ。ウゴジは白菜の外側の葉のことを指す。

干白菜排骨汤 (菜帮排骨汤) 在长时间熬煮的排骨汤中放入菜帮和黄酱煮制即可。菜帮是青菜的外表层菜叶。

Galbitang aux Ugeoji Soupe de bœuf aux *ugeoji* (feuilles de chou coréen situées le plus à l'extérieur du légume). Plat assaisonné de pâte de soja fermenté.

Zuppa di cavolo e costine Foglie di cavolo cinese sobbollite lentamente in un brodo di costine di manzo e condite con *doenjang* (pasta di soia). Per *ugeoji* si intende lo strato esterno del cavolo o altre verdure in foglia.

Repollo y sopa de costilla corta Las hojas de repollo chino cocinadas a fuego lento en un caldo de costilla de carne de res y sazonadas con *doenjang* (pasta de soja). *ugeoji* es el término que designa la parte externa del repollo y de otras verduras de hoja.

Suppe aus Kohl und Rinderrippen Chinakohlblätter werden langsam in einem Fond aus Rinderrippen gegart und mit *doenjang* (Sojabohnenpaste) abgeschmeckt. *ugeoji* bezeichnet die äußere Schicht des Kohls oder anderer Gemüsesorten.

حساء الملفوف وضع البقر يتم غلي أوراق ملفوف نابا ببطء في مرق ضلع البقر وإضافة معجون فول الصويا (*doenjang*). وتشير *Ugeoji* إلى الطبقة الخارجية للملفوف أو غيره من الخضراوات الورقية.

Súp bắp cải và sườn Lá cải thảo được hầm cùng với nước sườn bò và nêm với *doenjang* (tương đậu nành tán nhuyễn). *Ugeoji* là lớp ngoài của bắp cải hoặc các lá rau khác.



054 [곰탕] gom tang

곰탕 쇠고기나 사골, 도가니 등을 솥에 넣고 오랜 시간 푹 고아 만든 음식으로 단백질과 칼슘이 풍부해 산모와 노약자에게 좋다.

Thick Beef Bone Soup A thick soup made of beef, shank bones and/or knucklebones gently simmered for hours. Rich in protein and calcium, *gomtang* is a great alimental food for postpartum mothers or elderly patients.

コムタン (牛肉の煮込みスープ) 牛の肉や脚の骨、ひざ皿の骨と肉などを釜でじっくり煮たスープ。たんぱく質とカルシウムが豊富に含まれ、産後の女性やお年寄りのスタミナ食にうってつけの一品。

精熬牛骨汤 牛骨汤是将牛肉、牛骨、牛筋等，用铁锅长时间熬煮而成，其蛋白质和钙质丰富，适于产妇和老弱者食用。

Soupe de boeuf Soupe à base de bœuf et d'os à moelle, que l'on fait longuement bouillir à feu doux. Riche en protéines et en calcium, elle est conseillée aux femmes enceintes et aux personnes âgées.

Zuppa densa di ossa di manzo Una zuppa densa fatta con manzo, stinco e/o garretto cotta lentamente per ore. Ricca di proteine e calcio, *gomtang* è un ottimo alimento per le donne dopo il parto o per pazienti anziani.

Sopa espesa de carne del hueso Una sopa espesa hecha con carne, huesos de espinilla o tabas, cocinada suavemente a fuego lento durante horas. Rico en proteínas y calcio, la sopa *gomtang* es excelente para madres después del parto o pacientes de edad avanzada.

Dicke Rinderknochensuppe Eine dicke Suppe aus verschiedenen Rinderknochen, die stundenlang bei milder Temperatur gegart werden. *gomtang* ist reich an Protein und Kalzium und eine ideale Kost für Wöchnerinnen und ältere Patienten.

حساء عظم البقر الثقيل حساء سميك معد من عظم فخذ البقرة و/أو مفاصل أصابعها مغلي ببطء لمدة ساعات. يشكل الـ *Gomtang* الغني بالبروتين والكالسيوم طعاماً مغذياً للأمهات بعد الولادة أو المرضى الكبار في السن.

Súp xương bò kiểu đặc Một loại súp đặc làm từ thịt bò, xương ống được hầm nhỏ lửa nhiều giờ. Giàu chất đạm và canxi. *gomtang* là một món ăn cho các bà mẹ sau sinh hoặc bệnh nhân cao tuổi.



[설렁탕] seolleong tang

055

설렁탕 소머리, 쇠족, 쇠고기, 뼈, 내장 등을 함께 넣고 오랜 시간 푹 고아 만든 탕으로 국물이 뽀얗고 맛이 진하다.

Ox Bone Soup A savory soup made of ox head, feet, meat, bones, and innards. Hours, and sometimes days, of slow simmering produces the milky white broth and concentrated flavor.

ソルロンタン (牛骨肉の煮込みスープ) 牛の頭、足、肉、骨、内臓などを長時間煮込んだスープ。白く濃厚な味わいのスープが特徴。

先农汤 先农汤是用牛头、牛足、牛骨、牛内脏等长时间熬制而成，汤汁雪白，香味浓厚。

Soupe de bœuf épaisse Soupe épaisse et riche, à base de bœuf, de tête de veau, d'os à moelle, d'abats et de pied de bœuf, longuement mijotés.

Zuppa di ossa di bovino Una zuppa saporita fatta con la testa, il piede, le ossa e le interiora del bovino. Molte ore e talvolta giorni di lenta cottura producono un brodo bianco e lattiginoso di sapore intenso.

Sopa de huesos de buey Una sopa sabrosa hecha de carne y huesos de la cabeza, patas y entrañas de buey. Cocinada durante horas y a veces días a fuego lento, produce un caldo de color blanco lechoso y sabor intenso.

Ochsenknochensuppe Eine aromatische Suppe aus Ochsenkopf, Ochsenfüßen, Ochsenknochen und Ochseninnereien. Stunden-, oder manchmal tagelanges, langsames Garen führt zu dieser milchig weißen Brühe mit konzentriertem Geschmack.

حساء عظم الثور حساء لذيمصنوع من رأس الثور وأرجله ولحمه وعظمه وأحشائه الداخلية. تحتاج المرققة لساعات وأحياناً لأيام وهي تغلي على نار هادئة لتعطي الحساء الأبيض الحليبي اللون مذاقه المركز.

Súp xương bò Một món súp thơm ngon làm từ xương đầu, chân, thịt và lòng bò. Món này được ninh nhỏ lửa nhiều giờ, có lúc nhiều ngày tạo ra một thứ nước súp màu trắng sữa và một hương vị đậm đặc.



056 [삼계탕] samgyetang

삼계탕 어린 닭의 배 속에 인삼, 대추, 밤, 찹쌀, 마늘 등을 넣고 푹 고아 만든 음식이다. 닭고기와 인삼이 조화를 이룬 전통적인 여름철 보양식이다.

Ginseng Chicken Soup Tender whole young chicken stuffed with ginseng, jujubes, sweet rice, and whole garlic cloves and simmered until tender. The combination of chicken and ginseng creates a complex yet harmonious flavor. A classic summertime dish that revitalizes the body and soul.

サムゲタン (参鶏湯) 若鶏に高麗人参、なつめ、栗、もち米、にんにくなどを詰めてじっくり煮込んだスープ。鶏肉と高麗人参が抜群の相性を見せる、伝統的な夏のスタミナ料理。

参鸡汤(人参鸡) 在鸡雏腹中填入人参、大枣、米饭、糯米、蒜头等，经长时间熬煮而成。鸡肉和人参融合在一起，是夏季保健食品。

Soupe de poulet au ginseng Soupe de jeune poulet farci de ginseng, jujube, marrons, riz glant, ail, le tout longuement mijoté. Le poulet et le ginseng s'accordent parfaitement. Plat d'été énergisant.

Zuppa di pollo al ginseng Un tenero polletto intero stufato e sobbollito con ginseng, giuggiole, riso dolce e spicchi d'aglio interi. La combinazione di pollo e ginseng crea un sapore complesso ma armonioso. Un classico piatto estivo che rivitalizza il corpo e l'anima.

Sopa de pollo con ginseng Sopa de pollo entero tierno relleno de *ginseng*, azufaifa, arroz dulce y ajos enteros, cocinada a fuego lento. La combinación de pollo y *ginseng* crea un sabor complejo pero armonioso. Un plato clásico del verano que revitaliza el cuerpo y el alma.

Ginseng-Hühnersuppe Zarte ganze junge Suppenhühner werden mit Ginseng, chinesisches Datteln, süßem Reis und Knoblauchzehen gefüllt und dann so lange gegart, bis alle Zutaten weich sind. Die Kombination aus Hühnerfleisch und Ginseng verleiht dem Gericht einen komplexen und harmonischen Geschmack. Ein klassisches Sommergericht, das Körper und Seele belebt.

حساء الدجاج بالجنسنغ دجاجة صغيرة طرية كاملة محشوة بنبات الجنسنغ والعتاب والأرز الحلو والثوم مطهوه ببطء. يعطي خليط الدجاج والجنسنغ طعماً قوياً ولكنه متناغم. طبق صيفي كلاسيكي يعيد الحيوية للجسد والروح.

Súp gà sâm Gà non cả con được nhồi sâm, táo tàu, gạo nếp và cả nhánh tỏi rồi hầm cho đến khi mềm. Sự kết hợp giữa thịt gà và sâm tạo ra một hương vị vừa đa dạng, vừa hòa quyện. Đây là một món ăn kinh điển dành cho mùa hè giúp bồi bổ cơ thể và tinh thần.



[감자탕] gamja tang

057

감자탕 돼지 등뼈와 감자, 우거지, 들깨가루, 깻잎, 파, 마늘 등을 넣고 얼큰하게 끓인 탕으로 깊고 구수한 맛을 낸다.

Pork Back-bone Stew A thick soup made of pork backbones, potatoes, green cabbage leaves (*ugeoji*), crushed perilla seeds, perilla leaves, spring onions and garlic. A spicy dish with a deep and robust flavor.

カムジャタン (豚背骨肉とじゃがいも鍋) 豚の背骨とじゃがいも、ウゴジ、えごま、ごまの葉、にんにくなどを入って煮た辛口の鍋料理。濃厚で深い味わいのスープが特徴。

脊骨土豆汤 (土豆汤) 土豆汤是用猪腔骨、土豆、菜帮、芝麻粉、苏子叶、葱、蒜头等熬煮而成，口感略辣醇香。

Ragoût de porc épicé avec les os Ragoût épicé et savoureux, à base de morceaux de porc avec les os, de pommes de terre, feuilles de chou, graines de sésame sauvage, feuilles de sésame, poireaux et ail.

Zuppa di maiale con osso e patate Una zuppa densa fatta di ossa di maiale con midollo, patate, foglie di cavolo verde (*ugeoji*), semi di perilla pestati, foglie di perilla, cipollotti e aglio. E' un piatto piccante dal sapore forte ed intenso.

Sopa de huesos y carne de cerdo y papas Una sopa espesa hecha con lomo de cerdo, patatas, hojas de col verde (*ugeoji*), las semillas machacadas de perilla, hojas de perilla, cebolla y ajo. Es un plato picante con un sabor profundo y robusto.

Schweineknöchensuppe mit Kartoffeln Eine dicke Suppe aus Schweineknochen, Kartoffeln, grünen Kohlblättern (*ugeoji*), zerstoßenen Perilla-Blättern, Frühlingszwiebeln und Knoblauch. Ein scharfes Gericht mit aromatischem und robustem Geschmack.

حساء لحم الخنزير على العظم مع البطاطا حساء كثيف معد من عظم ظهر الخنزير والبطاطا وأوراق الملفوف الخضراء (*ugeoji*) وبذور البريلا المطحونة وأوراق البريلا والبصل الأخضر والثوم. طبق بالتوابل له نكهة عميقة وقوية.

Súp xương lợn khoai tây Một loại súp đặc làm từ xương sườn lợn, khoai tây, lá bắp cải xanh (*ugeoji*), hạt tía tô ép, lá tía tô, hành lá và tỏi. Một món ăn cay có hương vị đậm và lan tỏa.



058 [육개장] yukgaejang

육개장 소 양지머리와 무 등을 푹 삶은 뒤 대파, 토란대, 고사리 등의 채소를 넣고 고춧가루로 매콤하게 양념해 끓인 음식이다.

Spicy Beef Soup A soup made of beef brisket and innards, radish, leek, taro stems, and fiddleheads. Seasoned with red chili pepper for a spicy flavor.

ユッケジャン (牛肉と野菜の辛口スープ) 牛の胸部の肉と小腸、大根などをじっくりゆで、長ねぎ、里いもの茎、わらびなどの野菜を入れて、粉唐辛子を利かせた辛口のスープ。

香辣牛肉汤 (辣味牛肉汤) 用牛排骨、牛小肠、萝卜等长时间熬煮，再加入大葱、青芋茎、蕨菜和辣椒粉等调味而成。

Ragoût de bœuf épicé Soupe épicée à base de viande de bœuf, abats et navets, à laquelle on ajoute des poireaux, tiges de taro et fougères avant d'assaisonner avec de la poudre de piment.

Zuppa di manzo piccante Una zuppa fatta con punta di petto e interiora di manzo, rafano, porro, gambi di taro e felci fiddleheads. Condita con peperoncino rosso per dare un sapore piccante.

Sopa de carne picante Una sopa de pecho de res y vísceras, rábano, puerro, tallos de taro y helechos. Sazonada con pimienta de chile rojo para darle un sabor picante.

Scharfe Rindersuppe Eine Suppe aus dem Bruststück und den Innereien mit Rettich, Lauch, Tarostengel und Farnspitzen. Die Suppe bekommt ihre Schärfe von roten Chilischoten, die zum Würzen verwendet werden.

حساء لحم البقر بالتوابل حساء معد من قطع لحم البقر وأحشائه مع إضافة الفجل والكراث وسيقان القلقاس نبات الخنشار fiddleheads. يضاف إليه الفلفل الأحمر لإعطائه نكهة مميزة.

Súp bò cay Một món súp làm từ ức và lòng bò, củ cải, tỏi tây, lá khoai môn và dương xỉ đầu violôn. Được nêm với ớt đỏ để tạo vị cay.



[매운탕] maeun tang

059

매운탕 생선을 주재료로 하여 채소, 두부 등을 넣고 매운 고춧가루 양념장을 풀어 얼큰하게 끓인 탕이다. 대구, 우럭, 명태 등으로 끓인 매운탕을 즐겨 먹는다.

Spicy Fish Soup A traditional fish stew seasoned generously with red chili powder or *gochujang*. Most commonly used fishes are haddock, rock cod, and pollack.

メウントン (魚の辛味鍋) 魚、野菜、豆腐などに様々な薬味を加え、粉唐辛子やコチュジャンを溶いて煮た辛口の鍋。使う魚はタラ、ソイ、スケトウダラなどが一般的。

鲜辣鱼汤 (辣味汤) 用鱼、蔬菜、豆腐以及各种调味料，并辣椒粉和辣酱熬煮而成辣味汤，其中常用的鱼有鳕鱼、石斑鱼、明太鱼等。

Ragoût de poisson épicé Soupe de poisson (merlan, morue etc.) épicée, composée de légumes, tofu et poudre ou pâte de piment.

Zuppa di pesce piccante Uno stufato di pesce tradizionale condito generosamente con polvere di peperoncino rosso o pasta di peperoncino. I pesci più comunemente utilizzati sono l'eglefino, il merluzzo roccia e il pollack.

Sopa de pescado picante Un guiso tradicional de pescado sazonado generosamente con chile rojo en polvo o pasta. Los pescados más comunes usados son el eglefino, el bacalao de roca y el abadejo.

Scharfe Fischsuppe Ein traditioneller Fischeintopf, der mit viel Chilipulver oder roter Chilipaste gewürzt wird. Die am häufigsten verwendeten Fischarten sind: Haddock, Kabeljau und Pollack.

حساء السمك بالتوابل حساء السمك التقليدي المبهّر بمسحوق الفلفل الأحمر أو معجونته. أنواع السمك المستخدمة عادة هي الحدوق والقذ الصخري والبلوق.

Súp cá cay Một loại canh cá truyền thống được nêm nhiều ớt đỏ và tương ớt. Các loại cá thường dùng nhất là cá tuế, cá tuyết đá và cá pô-lắc (cá minh thái).



해물탕 생선, 꽃게, 낙지, 새우 등의 각종 해산물에 매운 고춧가루 양념장을 풀어 얼큰하게 끓인 탕이다. 시원한 국물 맛이 일품이다.

Spicy Seafood Soup A spicy stew made of fish, blue crab, baby octopus, shrimp, and other seafood. Seasoned with red chili powder for a hot, zesty flavor.

ヘムルタン (辛味海鮮鍋) 魚、ワタリガニ、タコ、エビなどの魚介類にコチュジャンベースの薬味を加えて煮た、あっさり辛口のスープ。魚介類のおいしさが引き立つ一品。

海鲜汤 海鲜汤是用鱼、螃蟹、章鱼、虾等各种海鲜及辣酱一同熬煮而成，口感略辣，具有海鲜特有的鲜味。

Ragoût de fruits de mer Soupe de fruits de mer (poisson, crabe, poulpe ou crevettes) relevée à la sauce de piment. Epicé et savoureux, ce plat laisse intact la saveur délicate de chacun des ingrédients.

Zuppa di molluschi piccante Uno stufato piccante fatto con pesce, granchio reale, polipetti, gamberetti e altri molluschi. Condito con polvere di peperoncino rosso per ottenere un sapore piccante e aromatico.

Sopa picante de mariscos Un guiso picante a base de pescado, cangrejo azul, pulpo tierno, camarones y otros mariscos. Sazonado con chile rojo en polvo tiene un sabor muy picante.

Scharfe Meeresfrüchtesuppe Ein scharfer Eintopf aus Fisch, Krabbenfleisch, jungem Tintenfisch, Shrimp und anderen Meeresfrüchten. Chillipulver roter gibt der Suppe das scharfe Aroma.

حساء المأكولات البحرية بالتوابل احساء بالتوابل معد من السمك والسرطان الأزرق والأخطبوط الصغير والربيان وغيرها من المأكولات البحرية. يبهّر بصلصة الـ *Gochujang* للحصول على نكهة التوابل الشهية.

Súp hải sản cay Một loại súp cay làm từ cá, cua càng xanh, bạch tuộc con, tôm và các loại hải sản khác. Được nêm với tương gochujang để tạo ra vị cay nồng.

찌개: JJIGAE STEWES

국이나 탕보다 국물을 적게 잡고 고기나 생선, 조개, 채소 등을
넉넉히 넣어 끓인 음식이다.

Jjigae is made with various ingredients
such as meat, fish, clams, tofu and vegetables.
It is thicker than soups (*guk* or *tang*) and served bubbling hot.

김치찌개 kimchi jjigae_062

된장찌개 doenjang jjigae_063

청국장찌개 cheonggukjang jjigae_064

순두부찌개 sundubu jjigae_065

해물순두부찌개 haemul sundubu jjigae_066

부대찌개 budae jjigae_067





062 [김치찌개] kimchi jjigae

김치찌개 잘 익은 김치에 돼지고기나 어패류, 두부와 굵게 썬 파 등을 함께 넣어 얼큰하게 끓인 음식이다. 반찬으로 즐겨 먹는 대표적인 찌개다.

Kimchi Stew A spicy stew made with sour *kimchi*, fatty pork, shellfish, and tofu and green onion chunks. Served hot with steamed rice.

김치찌개 (김치鍋) 熟成した酸味の強い김치と、豚肉や魚介類、豆腐、太めに切ったねぎなどを一緒に煮た辛口の鍋。ごはんのおかずにとぴったりの代表的なチゲ料理。

泡菜锅(泡菜汤) 泡菜锅是用发酵好的泡菜，加入猪肉、鱼贝类、豆腐、葱段等一同熬煮而成，是佐餐用代表性炖汤。

Ragoût au Kimchi Ragoût épicé au *kimchi* (chou fermenté), tofu, poireaux et la viande de porc (ou fruits de mer). C'est un ragoût qui, traditionnellement, accompagne le riz presque à tous les repas.

Stufato al kimchi Uno stufato piccante fatto con kimchi agro, maiale grasso, frutti di mare, tofu e pezzi di cipolla verde. Le parti di *kimchi* in eccesso sono scartate per diminuire la sensazione piccante.

Guiso de Kimchi Un guiso picante hecho con *kimchi* agrio, carne de cerdo con mucha grasa, mariscos, queso de soja (tofu) y trozos de cebolla verde. El exceso de relleno de *kimchi* se descarta para disminuir el picante.

Kimchi-Eintopf Ein scharfer Eintopf aus saurem *kimchi*, fettem Schweinefleisch, Meeresfrüchten, Tofu und Frühlingszwiebelstückchen. Das restliche *kimchi* wird nicht verwendet, damit der Eintopf nicht zu scharf wird.

يخنة الكيمشي يخنة بالتوابل مَعْدَة من الكيمشي الحامض ولحم الخنزير المدهن والمحار والتوفو مع البصل الأخضر. يتم التخلص من حشوة الكيمشي الزائدة لتخفيف الحرارة.

Canh Kimchi Món canh cay làm từ kim chi chua, thịt mỡ, sò hên, đậu phụ và hành lá thái miếng. Nhân kim chi thừa sẽ được bỏ bớt để giảm độ cay.



[된장찌개] doenjang jjigae

063

된장찌개 육수에 된장을 풀고 고기나 조개류, 두부, 애호박 등을 넣어 끓인 음식이다. 국물이 걸쭉하고 여러 가지 재료가 어우러져 있어 밥을 비벼 먹기에 좋다.

Soybean Paste Stew *Doenjang*-seasoned stew made with anchovy broth, fish/clams, and summer squash. The broth is thick and flavorful. Good for mixing with rice.

テンジャンチゲ (みそ鍋) だし汁にテンジャンを溶き、肉や魚介類、豆腐、ズッキーニなどを入れて煮た鍋。豊富な食材が混ざり合ったとろみのあるスープに、ごはんを混ぜて食べてもおいしい。

大酱汤 高汤中放入黄酱，再将肉、鱼贝类、豆腐、葫芦等放入同煮而成。大酱汤汤汁浓厚，材料丰富，适合拌饭食用。

Ragoût de pâte de soja Ragoût épais de pâte de soja, morceaux de viande (ou fruits de mer), tofu et courgettes. Il se mélange avec le riz qu'il accompagne à merveille.

Riso misto con verdure e carne Uno stufato condito con *doenjang* fatto con brodo di acciuga, pesce/molluschi e squash estivo. Il brodo è denso e molto saporito. Ottimo da mischiare col riso.

Guiso de pasta de soja Guiso sazonado con *doenjang* a base de caldo de anchoveta, pescado o almejas y calabaza de verano. El caldo es grueso y sabroso, bueno para mezclar con el arroz.

Eintopf mit Sojabohnenpaste Ein mit *doenjang* gewürzter Eintopf mit Sardellenbrühe, Fisch/Muscheln und Zucchini. Die Brühe ist sämig und aromatisch. Schmeckt auch gut mit Reis gemischt.

يخنة معجون فول الصويا يخنة مبهرة بـ *Doenjang* معد من مرقة الأنشوجا والسمك/البطلينوس والكوسا الصيفية. المرقة كثيفة وملينة بالطعم، تصلح للخلط مع الأرز.

Canh đậu tương tán nhuyễn Canh nêm *doenjang* với thành phần từ nước cốt cá cơm, cá/ngao và bí. Nước dùng sánh và có hương vị thơm. Ngon khi trộn với cơm.



064 [청국장찌개] cheonggukjang jjigae

청국장찌개 청국장은 꼭 삶은 콩을 따뜻한 곳에서 단시간에 발효시켜 만든 장이다. 육수에 고기, 김치, 두부, 고추 등을 넣고 청국장을 풀어 찌개를 끓여 먹는다.

Rich Soybean Paste Stew A thick stew made of beef, tofu, kimchi and other ingredients in a broth seasoned with *cheonggukjang* (quick fermented soybeans).

チョングッチャンチゲ (納豆みそ鍋) だし汁に肉、キムチ、豆腐、唐辛子などを入れ、チョングッチャンを溶いて煮た鍋。チョングッチャンは蒸した豆を温かい場所に置き、短時間で発酵させたもの。

清麴醬湯 豆瓣醬是将煮熟的黄豆，在一定温度下快速发酵而制成。在高汤中放入肉、泡菜、豆腐、辣椒等，再加入豆瓣醬熬煮而成清麴醬湯。

Ragoût de Cheonggukjang Ragoût à base de *Cheonggukjang* (pâte de graines de soja cuites, brièvement fermentée à température chaude), composé de *kimchi* (chou fermenté), viande, tofu et piments.

Stufato ricco alla pasta di soia Un denso stufato fatto con manzo, tofu, kimchi e altri ingredienti in un brodo condito con *cheonggukjang* (soia fermentata rapidamente).

Guiso pesado de pasta de soja Un guiso espeso hecho de carne, tofu, *kimchi* y otros ingredientes en un caldo sazonado con *cheonggukjang* (soja fermentada rápidamente).

Köstlicher Eintopf mit Sojabohnenpaste Ein dicker Eintopf aus Rindfleisch, Tofu, Kimchi und anderen Zutaten in einer Brühe, die mit *Cheonggukjang* (kurz fermentierten Sojabohnen) gewürzt ist.

يخنة معجون فول الصويا الغني بخنة كثيفة مصنوعة من لحم البقر والتوفو والكيمشي وغيرها من المكونات في مرق من فول الصويا المخمر بسرعة *cheonggukjang*.

Canh đậu tương tán nhuyễn ngậy Một loại canh sánh làm từ thịt bò, đậu phụ, kim chi và các nguyên liệu khác, hầm trong nước dùng được nêm bởi *cheonggukjang* (đậu tương lên men sơ).



[순두부찌개] sundubu jjigae

065

순두부찌개 뚝배기에 순두부, 쇠고기나 조개류, 채소를 넣고 육수를 부어 끓인 음식으로 달걀을 넣기도 한다. 고춧가루를 넣어 얼큰하게 또는 맑게 즐긴다.

Spicy Soft Tofu Stew Soft tofu stew with beef, fish, or clams in anchovy stock. A raw egg may be cracked into the hot stew. Flavors range from extra spicy to mild.

スンドゥブチゲ (おぼろ豆腐の辛味鍋) 土鍋におぼろ豆腐、牛肉や魚介類、野菜を入れ、スープを加えて煮た鍋。卵を割り入れることもある。粉唐辛子を加えて辛口で食べるか、そのままあっさり風味で食べる。

嫩豆腐汤 在砂锅中放入豆腐脑、牛肉或蛤蜊、蔬菜，再加入高汤熬煮而成，有时还可以加入鸡蛋。可加入辣椒粉，享用辛辣口味。

Ragoût de Sundubu Ragoût de Sundubu (tofu tendre), bœuf, coquillages, légumes et œufs, cuit dans une marmite en pierre. A relever avec de la poudre de piment, selon les goûts.

Stufato piccante di tofu morbido Stufato di tofu morbido con manzo, pesce o molluschi in un brodo di acciuga. Un uovo crudo può essere aggiunto allo stufato bollente. Il sapore varia da molto piccante a dolce.

Guiso picante de tofu blando Guiso de tofu blando con carne de res, pescado o almejas en un caldo de anchoa. Se puede echar un huevo crudo en el guiso caliente. Los sabores van desde extra picante a leve.

Eintopf aus scharfem weichen Tofu Eintopf aus weichem Tofu mit Rindfleisch, Fisch oder Venusmuscheln in einem Sardellenfond. Gelegentlich wird der heiße Eintopf mit einem rohen Ei garniert. Der Eintopf kann extra scharf oder auch mild sein.

بخنة التوفو الرخو بالتوابل بخنة التوفو الرخو بلحم البقر أو السمك أو البطليونس في مرقة الأنشوجا. يمكن كسر بيضة نيئة في الحساء الساخن. تتراوح النكهات من الحاد جداً بالتوابل إلى الخفيف.

Canh đậu mềm cay Canh đậu mềm với thịt bò, cá hoặc ngao trong nước cốt cá cơm. Trứng sống có thể được đập vào canh nóng. Hương vị có thể dao động từ rất cay đến cay nhẹ.



[해물순두부찌개] haemul sundubu jjigae

해물순두부찌개 순두부에 굴이나 모시조개, 새우 등 각종 해물을 넣고 육수를 부어 끓인 음식으로 얼큰하고 시원한 맛이 일품이다.

Soft Tofu Stew with Seafood Seafood *sundubu jjigae* with oysters, short-neck clams, and shrimps. The spicy broth is infused with flavors from the sea.

ヘムルスドゥブチゲ (魚介とおぼろ豆腐の辛味鍋) おぼろ豆腐と、カキやアサリ、エビなどの魚介類を入れ、スープを加えて煮た鍋。さっぱり辛口の風味が一品。

海鲜嫩豆腐汤 用豆腐脑、牡蛎或蛤蜊、虾等，加入高汤熬煮的辣味汤，口感鲜嫩。

Ragoût de Sundubu aux fruits de mer Ragoût de *sundubu* aux fruits de mer : huîtres, coquillages, crevettes etc. Plat épicé et savoureux grâce au goût délicat des fruits de mer.

Stufato di tofu morbido con frutti di mare *Sundubu jjigae* di frutti di mare con ostriche, vongole e gamberetti. Il brodo piccante è pervaso dai sapori del mare.

Guiso de tofu blando con mariscos Un *sundubu jjigae* de mariscos con ostiones, almejas de cuello corto y camarones. El caldo picante queda impregnado de los sabores del mar.

Eintopf aus weichem Tofu mit Meeresfrüchten Meeresfrüchte *sundubu Jjigae* mit Austern, Muscheln und Shrimp. Die scharfe Brühe wird mit Aromen der See verfeinert.

يخنة التوفو الرخو بالمأكولات البحرية يخنة المأكولات البحرية مع المحار والبطلينوس والربيان. المرققة بالتوابل مليئة بالنكهات البحرية.

Canh đậu phụ mềm và hải sản Món *Sundubu jjigae* hải sản gồm con hào, ngao và tôm. Nước dùng cay nồng hương vị từ biển.



[부대찌개] budae jjigae

067

부대찌개 햄, 소시지를 주재료로 하여 김치, 돼지고기, 두부 등을 한데 넣고 육수를 부어 얼큰하게 끓인 퓨전 요리. 라면을 넣어 먹기도 한다.

Spicy Sausage Stew A fusion dish made with ham, sausage, *kimchi*, pork, and tofu. Everything is combined and cooked in a spicy broth. Oftentimes, ramen noodles are added to the simmering stew.

プデチゲ (ソーセージの辛味鍋) ハムやソーセージを主材料に、キムチ、豚肉、豆腐などを加え、スープをかけて煮たフュージョン辛口鍋。即席麺を入れることもある。

泡菜香肠火锅 泡菜香肠火锅是以火腿肠为主食材，外加泡菜、猪肉、豆腐等，再加入高汤熬煮而成的辣味混合型料理，有时还可加入泡面食用。

Ragoût du chef (littéralement : ragoût de l'armée) Ragoût épicé à base de jambon et de saucisses ; on y ajoute ensuite du *kimchi* (chou fermenté), du porc et du tofu. On peut l'accompagner de nouilles frites.

Stufato di salsiccia piccante Un piatto composto fatto con prosciutto, salsiccia, *kimchi*, maiale e tofu. Tutto è combinato e cucinato in un brodo piccante. Spesso si aggiungono vermicelli ramen allo stufato durante la cottura.

Guiso picante de chorizo Un plato de fusión hecho con jamón, salchicha, *kimchi*, carne de cerdo y tofu. Se combinan todos los ingredientes y se cocinan en un caldo picante. A menudo, se añaden fideos ramen al guiso cocinando en una olla a fuego lento.

Scharfer Wursteintopf Ein Mischgericht aus Schinken, Wurst, *kimchi*, Schweinefleisch und Tofu. Alles wird miteinander kombiniert und dann in einer scharfen Brühe gekocht. Oft werden auch Ramen-Nudeln zum heißen Eintopf hinzugefügt.

بخنة السجق بالتوابل طبق يدمج لحم الخنزير والسجق والكيمشي والتوفو. يتم طبخ جميع المكونات معاً في المرققة بالتوابل. يتم أحياناً إضافة شعيرات معكرونة الرامين للحساء وهو يغلي ببطء.

Canh xúc xích cay Một món tổng hợp gồm thịt nguội, xúc xích, *kimchi*, thịt lợn và đậu phụ. Mọi thứ được kết hợp và nấu trong nước dùng cay. Thông thường khi ăn, mì tôm được cho thêm vào nồi canh đang sôi.







070 [국수전골] guksu jeongol

국수전골 얇게 썬 쇠고기와 채소를 육수에 넣고 끓인 뒤 생면을 넣어 한 번 더 끓인 음식이다.

Noodles Hot Pot A simmering pot of thinly sliced beef and vegetables cooked at the table. After consuming the beef and vegetables, fresh noodles are added to the remaining soup and brought to boil again.

クッスチョンゴル (麵入り寄せ鍋) 薄切りの牛肉、野菜、生麵にだし汁を加えて煮た鍋料理。

牛肉火锅面 牛肉火锅面是在高汤中放入牛肉与蔬菜以及生面熬煮而成。

Cassolette aux nouilles Cassolette à base de viande et de légumes bouillis; on y ajoute des nouilles fraîches puis on laisse reprendre l'ébullition.

Hot Pot con vermicelli Un recipiente che sobbolle con fettine sottili di manzo e verdure cucinati a tavola. Dopo aver consumato il manzo e le verdure si aggiungono vermicelli freschi alla zuppa rimasta che viene riportata a ebollizione.

Estofado de fideos Una olla de sopa hirviente con carne en rodajas finas y verduras cocinadas en la mesa. Después de consumir la carne y las verduras, se echan fideos frescos en la sopa restante y se hace hervir de nuevo.

Nudel-Schmortopf Ein Schmortopf mit dünnen Rindfleischscheiben und Gemüse, der am Tisch zubereitet wird. Nachdem das Rindfleisch und das Gemüse gegessen wurden, werden Nudeln zur restlichen Suppe hinzugefügt und das Gericht erneut zum Kochen gebracht.

طبق شعيرات المعكرونة الساخن وعاء يغلي ببطء من شرائح لحم البقر والخضار يتم طبخها على الطاولة. بعد تناول لحم البقر والخضراوات، تضاف شعيرات المعكرونة إلى الحساء المتبقي وتغلى مرة أخرى.

Lẩu mỳ Nồi lẩu sôi tại bàn có thịt bò thái mỏng và rau. Sau khi ăn thịt bò và rau, mỳ tươi được thả vào trong súp và đun sôi.



[두부전골] dubu jeongol

071

두부전골 두부와 양파, 당근, 미나리, 쇠고기 등을 보기 좋게 둘러 담고 육수를 자작하게 부어 끓여가며 먹는 음식이다. 맛이 순하고 담백하다.

Tofu Hot Pot Sliced tofu, onion, carrots, Korean parsley, and beef, artfully arranged and cooked in a hot pot. Loved by many for its mild and clean taste.

トubuチョンゴル (豆腐の寄せ鍋) 豆腐、玉ねぎ、にんじん、せり、牛肉などをきれいに並べ、スープを加えて煮ながら食べる。すっきりとした淡白な味わいの一品。

豆腐火锅 豆腐火锅是将豆腐与洋葱、胡萝卜、水芹、牛肉等整齐码放，倒入高汤，边煮边吃的料理，口感纯正清淡。

Cassolette de tofu Cassolette de tofu avec des oignons, des carottes, du persil coréen et du bœuf. On y ajoute du bouillon et on porte à ébullition. Ce plat n'est pas relevé.

Hot Pot di tofu Fettine di tofu, cipolle, carote, prezzemolo coreano e manzo sono sistemati con arte e cotti in un hot pot. Apprezzati da molti per il sapore delicato e pulito.

Estofado de tofu Rebanadas de tofu, cebolla, zanahorias, perejil coreano, y carne de res, ingeniosamente dispuestos y cocinados en una olla caliente. Amado por muchos por su sabor suave y nítido.

Tofu-Schmortopf In Scheiben geschnittener Tofu, Zwiebeln, Karotten, koreanische Petersilie und Rindfleisch in einem Schmortopf gegart. Dieses Gericht ist besonders wegen seines milden und reinen Geschmacks beliebt.

وعاء توفو الساخن شرائح التوفو والبصل والجزر والبقدونس الكوري ولحم البقر، منظمة بشكل فني ومطبوخة في وعاء ساخن، يحبها الكثيرون لطعمها الخفيف واللذيذ.

Lẩu đậu phụ Đậu phụ thái miếng, hành củ, cà rốt, rau mùi Hàn Quốc và thịt bò được bài trí một cách nghệ thuật và nấu trong một nồi lẩu. Được nhiều người ưa chuộng bởi hương vị nhẹ nhàng và tinh khiết.



072 [만두전골] mandu jeongol

만두전골 쇠고기, 버섯, 당근 등의 재료를 둘러 담고 만두를 얹어 끓인 음식이다. 다양한 재료가 어우러진 국물 맛과 함께 만두까지 즐길 수 있다.

Mandu Hot Pot *Mandu* (dumplings) simmered in broth with beef, mushrooms, carrots, and other vegetables. The many ingredients produce a savory soup that is enjoyed with the dumplings.

マンドゥチョンゴル (餃子の寄せ鍋) 鍋に牛肉、きのこ、にんじんなどを並べ、餃子を加えて煮た料理。様々な材料が生み出す風味豊かなスープと餃子が一度に楽しめる一品。

饺子火锅 将牛肉、蘑菇、胡萝卜等码放整齐，再放入饺子熬煮的饮食。可享受各种食材混合而成美味汤汁，并享受饺子的美味。

Cassiolette de raviolis Cassiolette de raviolis, bœuf, champignons et carottes : on dispose tous ces ingrédients dans une sauteuse, et on y verse le bouillon avant de porter à ébullition.

Hot Pot con mandu *Mandu* (ravioli) cotti a fuoco lento in brodo con manzo, funghi, carote e altre verdure. I molti ingredienti producono una zuppa saporita, ottima con i ravioli.

Estofado de mandu *Mandu* (empanadillas) cocinadas a fuego lento en un caldo con carne, setas, zanahorias y otras verduras. Los ingredientes variados producen una sopa sabrosa que se disfruta con las empanadillas hervidas.

Mandu-Schmortopf *Mandu* (Kloße) werden in einer Brühe aus Rindfleisch, Pilzen, Karotten und anderem Gemüse gegart. Eine sehr aromatische Suppe mit Klößen.

وعاء ماندو الساخن كرات العجين (Dumplings) مطهوه ببطء في المرق مع لحم البقر والفطر والجزر وغيرها من الخضراوات. تنتج المكونات العديدة حساء لذيذة ممتعة مع كرات العجين.

Lẩu mandu *Mandu* (bánh bao nhỏ - dumpling) đun sôi trong nước dùng gồm thịt bò, nấm, cà rốt và các loại rau khác. Các thành phần này tạo ra một loại súp thơm ngon ăn cùng với bánh bao nhỏ.



[버섯전골] beoseot jeongol

073

버섯전골 느타리, 표고, 송이 등 여러 가지 버섯을 주재료로 하여 채소, 쇠고기 등을 한데 담고 육수를 부어 끓인 음식이다.

Mushroom Hot Pot A hot pot of oyster, shiitake, pine and other assorted mushrooms. Beef and various vegetables are added to enhance the flavor of the broth.

ポソッチョンゴル (キノコの寄せ鍋) 平茸、椎茸、松茸などのきのこを主材料に、野菜や牛肉などを加え、だし汁をかけて煮た料理。

蘑菇火锅 以糙皮侧耳蘑菇、香菇、松茸等各种蘑菇为主食材，外加蔬菜、牛肉等，并加入高汤熬煮的饮食。

Cassolette de champignons Cassolette de champignons variés : pleurotes, shiitake, champignons Songi etc. Elle contient également des légumes et du bœuf, portés à ébullition dans un bouillon.

Hot Pot con funghi Un hot pot di funghi assortiti come pleurotus, funghi shiitake e matsutake. Varie verdure e carne di manzo sono aggiunti per rafforzare il sapore del brodo.

Estofado de setas Estofado de setas variadas, tales como *shitake* y hongos del pino y ostras. Se le agregan diversas verduras y carnes para mejorar el sabor del caldo.

Pilz-Schmortopf Ein Schmortopf mit Austern, Shiitake-, und Edelreizker-Pilzen. Um den Schmortopf noch aromatischer zu machen, werden Rindfleisch und verschiedene Gemüse beigefügt.

وعاء الفطر الساخن وعاء ساخن من أنواع الفطر المختلفة مثل فطر المحار والشيتاكي والفطر الصنوبري. تضاف الخضراوات المشكلة ولحم البقر لتعزيز النكهة في المرققة.

Lẩu nấm Lẩu gồm hàu, nấm hương, và hạt quả thông và nhiều loại nấm. Thịt bò và nhiều loại rau được bổ sung nhằm tăng gia vị nước dùng.



074 [불낙전골] bullak jeongol

불낙전골 불고기와 낙지, 채소를 한데 담고 육수를 부어 끓여가며 먹는 음식이다. 달콤하고 부드러운 불고기와 매콤하고 쫄깃쫄깃한 낙지가 잘 어우러진다.

Bulgogi and Octopus Hot Pot A hot pot of *bulgogi*, baby octopus and vegetables simmered in broth. The sweet and tender *bulgogi* goes well with the spicy and chewy baby octopus.

プルナッチョンゴル (牛肉とたこの寄せ鍋) 牛肉とたこ、野菜を鍋に入れ、スープを加えて煮ながら食べる。甘くて柔らかい牛肉と、辛くて歯ごたえのあるたこが絶妙なハーモニーを生む一品。

牛肉章鱼火锅 是将牛肉与章鱼及蔬菜加入高汤，边煮边吃的饮食。柔嫩的牛肉和鲜辣的章鱼混合在一起，相得益彰。

Cassolette de Bulgogi et de poulpe Cassolette de *bulgogi* (bœuf mariné), poulpe et légumes, dans un bouillon porté à ébullition. Le goût sucré du bœuf et sa texture moelleuse s'accordent à merveille avec le goût épicé et la texture ferme du poulpe.

Bulgogi e Hot Pot di polipo Un hot pot di *bulgogi*, polipetti e verdure cotto a fuoco lento nel brodo. Il *bulgogi* delicato e tenero si accompagna bene con i polipetti piccanti e consistenti.

Estofado de bulgogi y pulpo Estofado de pulpo tierno, *bulgogi* y verduras cocinado a fuego lento en caldo. El *bulgogi* dulce y tierno combina bien con el pulpo tierno picante y fibroso.

Schmortopf mit Bulgogi und Tintenfisch Ein Schmortopf mit *bulgogi*, jungem Tintenfisch und Gemüse, die in einer Brühe gegart werden. Das süße und zarte *Bulgogi* passt ideal zum scharfen und weichen jungen Tintenfisch.

وعاء الأخطبوط والبولغوجي الساخن وعاء ساخن من البولغوجي والأخطبوط الصغير والخضراوات المغلية ببطء في المرق. يتناسب البولغوجي الحلو جيداً مع الأخطبوط الصغير بالتوابل.

Lẩu bulgogi và bạch tuộc Lẩu *bulgogi*, bạch tuộc con và rau nấu sôi trong nước dùng. *Bulgogi* ngọt và mềm rất hợp với bạch tuộc con cay và dai.



[곱창전골] gopchang jeongol

075

곱창전골 소나 돼지의 내장을 손질해 양념한 다음 당근, 양파, 썩갓 등 여러 가지 채소와 함께 담아 육수를 부어 끓인 음식이다.

Spicy Beef Tripe Hot Pot Beef or pork innards cooked in a spicy broth with sliced carrots, onion, crown daisy and other fragrant vegetables.

コッチャンチョンゴル (牛もつ辛味鍋) 牛や豚の内臓を下ごしらえして薬味で味付けし、にんじん、玉ねぎ、春菊などの野菜と一緒に鍋に入れ、スープを加えて煮た鍋。

牛肠火锅 将牛小肠或猪小肠洗净腌制以后，与胡萝卜、洋葱、茼蒿等各种蔬菜一起，并加入高汤熬煮而成。

Cassolette d'abats Abats de bœuf ou de porc assaisonnés servis dans un bouillon avec des carottes, des oignons et du *ssukgat* (herbe coréenne), une fois le tout porté à ébullition.

Hot Pot piccante con trippa di manzo Interiora di manzo e maiale cotte in un brodo piccante con carote affettate, cipolle, crisantemi commestibili e altre verdure aromatiche.

Estofado picante de tripas de res Vísceras de res y cerdo cocinadas en un caldo picante con zanahorias en rodajas, cebolla, flores de margarita y otras verduras aromáticas.

Schmortopf mit scharfen Kutteln Innereien von Rindfleisch und Schweinefleisch in einer scharfen Brühe mit Karotten- und Zwiebelscheiben, Kronen-Wucherblume und anderen aromatischen Gemüsesorten.

وعاء أحشاء البقر الساخن أحشاء البقر والخنزير مطبوخة في مرقة بالتوابل مع الجزر والبصل والكرابون ديزي وغيرها من الخضروات العطرية.

Lẩu xách bò Xách bò và lòng lợn hầm trong nước dùng cay cùng cà-rốt, hành củ, cải cúc, và các loại rau thơm khác thái nhỏ.



076 [신선로] sinseollo

신선로 가운데 숯불을 담은 통이 있는 신선로라는 탕기에 고기와 해산물, 채소 등을 둘러 담고 육수를 부어 즉석에서 끓여 먹는 것으로 대표적인 궁중음식이다.

Royal Hot Pot A hot pot of seafood, meat, and vegetables cooked at the table in a brass *sinseollo* pot over hot charcoal burning in the central cylinder. A dish representative of the royal cuisine.

シンソルロ (神仙炉鍋) 中に炭火を入れたシンソルロと呼ばれる鍋に、肉、魚介類、野菜などを並べ、スープを加えて煮ながら食べる代表的な宮廷料理。

神仙炉 (涮锅子) 在中间设有炭火桶的器皿中，加入肉、海鲜、蔬菜等，再加入高汤边煮边吃的饮食，是典型的宫廷饮食。

Pot-au-feu royal Ce met se prépare dans un plat en métal appelé *sinseollo*, au centre duquel on place un morceau de bois incandescent, permettant de garder les aliments à température. Dans ce plat, on dispose de la viande, des fruits de mer et des légumes, que l'on recouvre de bouillon avant de porter le tout à ébullition. Plat le plus représentatif de la cuisine royale.

Royal Hot Pot Un hot pot di frutti di mare, carne e verdure cucinati a tavola in un recipiente per *sinseollo* di rame su carbonella che brucia nel cilindro centrale. Una pietanza tradizionalmente servita alla corte reale.

Estofado real Estofado de pescado y mariscos, carne y verduras cocinado en la mesa en una olla de latón (*sinseollo*) sobre brasas calientes que arden en el cilindro central. Un plato que tradicionalmente se servía en la corte real.

Fürstlicher Schmortopf Ein Schmortopf mit Meeresfrüchten, Fleisch und Gemüse, die am Tisch in einem Messingtopf, *sinseollo*, über heißer Steinkohle gekocht wird, die in einem Zylinder verbrannt wird. Ein fürstliches Gericht.

الوعاء الملكي الساخن وعاء ساخن من المأكولات البحرية واللحم والخضراوات مطبوخ على الطاولة في وعاء *Sinseollo* النحاسي فوق فحم ساخن يحترق في الاسطوانة الداخلية. يقدم هذا الطبق تقليدياً في البلاط الملكي.

Lẩu hoàng gia Lẩu hải sản, thịt và rau nấu tại bàn trong một nồi đồng đặt trên lò than nóng đặt trên một ống trụ ở giữa. Đây là món ăn đặc trưng của hoàng gia.

찜: JJIM BRAISED DISHES

육류, 해물, 채소 등에 양념한 다음 물을 약간 붓고 오래 끓이거나 수증기로 찜서 만든 음식이다.

Jjim dishes are made by slowly braising or stewing seasoned meat, seafood or vegetables in a sauce.

수육 [suyuk_078](#)

보쌈 [bossam_079](#)

갈비찜 [galbi jjim_080](#)

닭매운찜 [dak maeunjjim_081](#)

아귀찜 [agwi jjim_082](#)

해물찜 [haemul jjim_083](#)

닭백숙 [dak baeksuk_084](#)

족발 [jokbal_085](#)

순대 [sundae_086](#)



078 [수육] suyuk

수육 쇠고기나 돼지고기를 덩어리로 푹 삶아 한입에 먹기 좋게 썬 음식이다. 쇠고기수육은 초간장을, 돼지고기수육은 새우젓국을 찍어 배추김치에 싸 먹는다.

Boiled Beef or Pork Slices Boiled beef or pork sliced thin. Beef *suyuk* is served with a soy vinaigrette sauce. Pork *suyuk* is served with a salted shrimp dipping sauce, and can be wrapped in cabbage *kimchi* leaves.

스윽 (ゆで牛肉) 牛や豚のブロック肉をじっくりゆで、一口大に切った料理。牛肉は酢醤油、豚肉はアミの塩辛につけ、白菜キムチで包んで食べる。

白切肉 (熟肉) 将牛肉或猪肉整块煮熟，切成便于入口的适当尺寸。牛肉熟肉沾醋泡酱油，猪肉熟肉沾虾酱，并用白菜泡菜包起来食用。

Viande bouillie coupée en tranches Porc ou bœuf bouilli coupé en tranches. Servi avec de la sauce de soja vinaigrée pour le bœuf, et du *kimchi* (chou fermenté) et de la sauce à base de saumure de crevettes pour le porc.

Fettine di manzo o maiale bolliti Manzo o maiale bolliti affettati sottili. Il manzo *suyuk* è servito con una salsa di soia vinaigrette. Il maiale *suyuk* è servito con un dip ai gamberetti salati e può essere avvolto in foglie di cavolo *kimchi*.

Rodajas de carne de res o cerdo cocinada Carne de res o de cerdo cocinada, en rodajas finas, servida con una salsa vinagreta a base de soja. La carne de cerdo *suyuk* se sirve con una salsa de inmersión salada a base de camarones. La carne puede ser envuelta en hojas de col *kimchi*.

Gekochte Rindfleisch-oder Schweinefleischscheiben In dünne Scheiben geschnittenes gekochtes Rindfleisch oder Schweinefleisch. Rindfleisch *suyuk* wird mit einer Sojavinaigrette serviert. Schweinefleisch *suyuk* wird mit einer Soße aus gesalzenen Shrimp serviert und wird auch gelegentlich in Kohl-*kimchi*-Blätter eingewickelt.

لحم البقر المغلي أو شرائح لحم الخنزير المغلية شرائح لحم البقر أو الخنزير الرقيقة المغلية. يقدم *Suyuk* لحم البقر مع صلصة من الصويا، ويقدم *Suyuk* لحم الخنزير مع صلصة الربيان المملح، ويمكن وضعه في لفائف ورق ملفوف الكيمشي.

Thịt bò luộc hay thịt lợn thái mỏng Thịt bò luộc hoặc thịt lợn thái mỏng. Món bò *suyuk* chấm tương đậu nành. Món lợn *suyuk* được dùng với một loại nước chấm từ tôm muối, và có thể được cuốn trong lá cải *kimchi*.



[보쌈] bossam

079

보쌈 삶은 돼지고기를 얇게 썰어 매콤하게 무친 무와 절인 배추에 함께 싸 먹는 음식이다. 새우젓을 찍어 배추김치나 보쌈김치 등에 싸 먹기도 한다.

Napa Wraps with Pork Boiled pork wrapped in cabbage leaves with a spicy relish made of sliced radish. The meat may also be dipped in salted shrimp sauce and wrapped in cabbage or *bossam kimchi* leaves.

보쌈 (ゆで豚肉) ゆでて薄切りにした豚肉と辛い薬味で和えた大根を、塩漬けにした白菜で包んで食べる。豚肉をアミの塩辛につけ、魚介類を加えたボッサムキムチや白菜キムチで包んで食べてもおいしい。

菜包肉 (菜包白切肉) 煮熟的猪肉切成薄片，与辣味萝卜丝一起，用泡白菜包起来食用。还可以沾虾酱，用泡白菜包着食用。

Porc bouilli coupé en tranches Porc bouilli coupé en tranches, enveloppé dans une feuille de chou coréen légèrement saumuré. Se mange avec du navet râpé, assaisonné et épicé, de la saumure de crevettes et du *Baechu kimchi* ou du *bossam kimchi*.

Involtini di cavolo con maiale Maiale bollito avvolto in foglie di cavolo con rafano piccante fatto con rafano spezzettato. La carne può anche essere intinta in una salsa di gamberetti salati e avvolta in foglie di cavolo o di *kimchi bossam*.

Carne de cerdo envuelta en hojas de col napa Carne de cerdo cocinada envuelta en hojas de repollo, con un condimento picante hecho de rábano rallado. Los pedazos de carne también pueden ser sumergidos en salsa de camarones salada y envueltos en hojas de col o *bossam kimchi*.

Chinakohl-Wraps mit Schweinefleisch Gekochtes Schweinefleisch, das in Kohlblätter gewickelt und mit einem würzigen Relish aus Rettichscheiben serviert wird. Das Fleisch kann auch in eine Soße aus gesalzenen Shrimp getaucht und in Kohl-oder *bossam kimchi*-Blätter gewickelt werden.

لفائف النابا مع لحم الخنزير المغلي الملفوف بورق الملفوف مع مخلل مبهر مكون من الفجل المشرح. يمكن غمس اللحم كذلك في صلصة الربيان المملح ولفها بورق الملفوف أو أوراق الكيمشي.

Thịt lợn cuốn cải thảo Thịt lợn luộc được cuốn trong lá bắp cải cùng với gia vị cay làm từ củ cải thái mỏng. Thịt có thể được dùng với nước chấm từ tôm muối và cuộn trong cải thảo hoặc lá *kimchi bossam*.



080 [갈비찜] galbi jjim

갈비찜 소나 돼지 갈비의 지방을 제거하고 당근과 밤, 은행 등을 섞어 갖은 양념을 한 다음 간장으로 간을 하여 푹 찜 음식이다.

Braised Short Ribs Beef short ribs, trimmed of fat, seasoned in sweet soy sauce, and braised until tender with carrots, chestnuts, ginkgo nuts, and other vegetables.

カルビチム (牛カルビの煮込み) 牛や豚カルビの脂身を取りのぞき、にんじん、栗、銀杏などを混ぜ、薬味と醤油を加えてじっくり煮込んだ料理。

炖牛排骨 (蒸炖排骨) 牛排骨或猪排骨去除油脂，与胡萝卜、板栗、银杏等拌好调料，并用酱油调好咸淡蒸炖而成。

Côtes de porc ou de bœuf braisées Plat à base de côtes de porc ou de bœuf dégraissées et braisées. La viande, les carottes, les marrons et les fruits de ginkgo mijotent longuement dans une marinade.

Costine brasate Costine di manzo, senza grasso, condite con salsa di soia dolce e brasate fino a diventare tenere con carote, castagne, semi di ginkgo e altre verdure.

Costillas estofadas Carne de costillas de res cortas, sin grasa, sazonadas con salsa de soja dulce, y estofadas hasta que estén tiernas, con zanahorias, castañas, nueces de *ginkgo* y otras verduras.

Geschmorte Rinderrippchen Magere Rinderrippchen werden mit einer süßen Sojasoße gewürzt und dann mit Karotten, Esskastanien, Ginkgo-Nüssen und anderen Gemüsen so lange geschmort, bis sie weich sind.

ضلع البقر ضلع البقر بعد إزالة الدهن عنه وإضافة صلصة الصويا الحلوة، المطهو ببطء ليصبح طرياً مع الجزر والكستناء وبذور الجنكو وغيرها من الخضراوات.

Sườn om Sườn bò lọc mỡ, tẩm tương đậu ngọt và om với cà-rốt, hạt dẻ, hạt ginkgo và các loại rau khác cho đến khi mềm.



[닭매운찜] dak maeunjjim

081

닭매운찜 닭과 감자를 토막 내 냄비에 넣고 매운 양념장에 버무려 물을 붓고 끓인 음식이다. 국물이 자작자작한 조림 형태의 음식으로 닭매운탕이라고도 한다.

Braised Chili Chicken Chicken and potatoes cut and braised in spicy red chili sauce until just enough liquid is left to cover the ingredients. Also called *dak-maeuntang*.

タツメウンチム (鶏肉の辛味炒め煮)大きめに切った鶏とじゃがいもを鍋に入れて辛口の薬味をまぶし、水を加えてじっくり煮詰めた料理。タツメウンタンとも呼ばれる。

辣炖鸡块 (蒸炖辣子鸡) 将鸡和土豆分别切块放入蒸锅，拌入辣味调料，加水蒸炖。炖好的辣子鸡锅内留存一定汤汁，属于酱炖形式的辣子鸡汤。

Poulet braisé épicé Aussi appelé ragoût de poulet épicé, ce plat se prépare avec des pommes de terre et des morceaux de poulet, marinés dans de la sauce piquante puis mijotés.

Pollo brasato con peperoncino Pollo e patate tagliati a pezzi e brasati in una salsa piccante di peperoncino rosso finché rimane soltanto il liquido sufficiente per coprire gli ingredienti. Chiamato anche *dak-maeuntang*.

Estofado de pollo con chile Pollo y papas cortadas y estofados en salsa picante de chile rojo hasta que el líquido cubra a penas los ingredientes. También se llama *dak-maeuntang*.

Geschmortes Chili-Huhn Hühnerfleisch und Kartoffeln werden in Stücke geschnitten und in einer würzigen Soße aus roten Chilischoten so lange geschmort, bis nur noch so viel Flüssigkeit übrig ist, dass die Zutaten damit bedeckt werden. Auch als *dak-maeuntang* bezeichnet.

الدجاج باللفل الحار الدجاج والبطاطا المقطعة والمطهوه باللفل الأحمر الحار حتى يبقى القليل من المرق لتغطية المكونات. تسمى أيضاً *Dak Maeuntang*.

Thịt gà om ớt Thịt gà và khoai tây thái nhỏ và om trong tương ớt đỏ cay cho đến khi nước cốt còn lại chỉ đủ sâm sấp các thành phần trên. Món này còn có tên là *dak-maeuntang*.



082 [아귀찜] agwi jjim

아귀찜 아귀에 콩나물과 미나리 등 채소를 넣고 매운 양념장을 넣어 걸쭉하게 익힌 음식으로, 아귀의 쫄깃한 육질과 아삭한 채소 맛이 어우러진 별미다.

Spicy Monkfish with Soybean Sprouts Monkfish braised in a spicy seasoned sauce with soybean sprouts, Korean parsley, and green onion. Chewy monkfish and crispy vegetables are smothered in the thick spicy sauce.

アグイチム (あんこうの辛味蒸し煮) あんこうと豆もやし、せりなどの野菜に辛口の薬味を加え、とろみが出るまで煮込んだ料理。プリプリしたあんこうの身とシャキシャキした歯ごたえの野菜が絶品。

辣炖安康鱼 (蒸炖鮫鰈鱼) 是鮫鰈鱼与各种调味料及蔬菜一起蒸炖的饮食。鮫鰈鱼和辣味水芹味融合，口感鲜美。

Lotte à l'étouffée Morceaux de lotte, germes de graines de soja et persil coréen, cuits à l'étouffé avec de la sauce piquante. La texture ferme de la lotte s'accorde parfaitement avec des légumes croquants.

Rana pescatrice piccante con germogli di soia Rana pescatrice brasata in una salsa piccante condita con germogli di soia, prezzemolo coreano e cipolle verdi. La rana pescatrice consistente e le verdure croccanti sono amalgamati in una salsa densa e piccante.

Rape picante con brotes de soja Rape a la brasa en una salsa condimentada picante con brotes de soja, perejil coreano y cebolla verde. El rape (un pescado algo fibroso) y las verduras crujientes se cubren con la espesa salsa picante.

Würziger Seeteufel mit Sojabohnensprossen Seeteufel wird in einer würzigen Soße mit Sojabohnensprossen, koreanischer Petersilie und Frühlingszwiebeln geschmort. Zarter Seeteufel und knackiges Gemüse werden in einer sämigen, scharfen Soße geschmort.

سمك الراهب مع براعم فول الصويا سمك الراهب مطهو ببطء بصلصة بالتوابل وبراعم فول الصويا والبقدونس الكوري والبصل الأخضر. يغطي لحم سمك الراهب والخضراوات النضرة بالصلصة الكثيفة الحارة بالتوابل.

Cá la hán với giá đỗ cay Cá la hán om trong nước tương cay cùng giá đỗ, rau mùi Hàn quốc và hành lá. Cá la hán có vị dai còn rau thì giòn trong một thứ nước sốt sánh đặc.



[해물찜] haemul jjim

083

해물찜 새우, 오징어, 꽃게, 조개류 등 싱싱한 제철 해물에 콩나물, 미나리 등을 얹고 매운 양념장을 넣어 걸쭉하게 익힌 음식이다.

Braised Seafood Fresh shrimp, squid, crabs, fish and clams and other seasonal catches cooked with soybean sprouts and Korean parsley in a thick spicy sauce.

へムルチム (海鮮の辛味蒸し煮) えび、いか、ワタリガニなどの旬の魚介類に、豆もやし、せりなどをのせ、辛口の薬味を加えて蒸し煮にした料理。

蒸炖海鲜 将虾、鱿鱼、螃蟹、贝类等新鲜应季海鲜与黄豆芽、水芹等，加入辣味调味酱蒸炖而成。

Fruits de mer à l'étouffée Fruits de mer de saison (crevettes, calamars, crabes, coquillages etc.), germes de graines de soja et persil coréen cuits à l'étouffé avec de la sauce piquante. Ce plat rend une sauce épaisse.

Frutti di mare brasati Gamberetti freschi, calamari, granchi, pesce, vongole e altri pesci stagionali cotti con germogli di soia e prezzemolo coreano in una salsa densa e piccante.

Estofado de mariscos Camarones frescos, calamares, cangrejos, pescados y almejas y otros mariscos de temporada cocinados con brotes de soja y perejil coreano en una espesa salsa picante.

Geschmorte Meeresfrüchte Frische Shrimp, Tintenfisch, Krabben, Fisch und Venusmuscheln sowie andere Meeresfrüchte werden mit Sojabohnensprossen und koreanischer Petersilie in einer sämigen scharfen Soße gekocht.

المأكولات البحرية المطهوهة ببطء الرببان الطازج والحبار والسرطان والسماك والبطلينوس وغيرها من صيد الموسم مطبوخة مع براعم فول الصويا والبقدونس الكوري مع صلصة كثيفة بالتوابل.

Hải sản om Tôm, mực, cua, cá, ngao và các loại hải sản theo mùa được om với giá đỗ và rau mùi tây trong nước sốt cay.



084 [닭백숙] dak baeksuk

닭백숙 냄비에 닭을 통째로 담고 물을 부은 뒤 인삼, 마늘, 대추를 넣고 푹 삶은 음식이다. 삶은 고기는 소금을 곁들이고 국물은 찹쌀을 넣고 죽을 쑤어 먹는다.

Whole Chicken Soup Whole chicken boiled with garlic and served with sea salt. Sweet rice is boiled in the leftover stock to make a thick rice congee. Ginseng and jujube may be added for flavor.

タッペッスツ(鶏肉の水炊き) 鶏肉を丸ごと鍋に入れ、水とにんにくを加えてじっくり煮てから、身は塩をつけて、スープはもち米を入れてお粥にして食べる。にんにくの他に、高麗人参やなつめを入れることもある。

药膳炖鸡 (白斩鸡) 将整鸡与蒜头放入水中炖煮，鸡肉沾盐食用，汤中加入糯米煮成粥食用。除蒜头以外，还可以加入人参和大枣。

Poulet entier bouilli Poulet entier bouilli garni d'ail, de ginseng et de jujube. Après avoir mangé la viande, le riz gluant plongé dans le bouillon restant mijote pour donner le *guk*.

Zuppa di pollo intero Un pollo intero bollito con aglio e sale marino. Del riso dolce viene bollito nel brodo rimanente per farne un denso congee di riso. Per insaporire si possono aggiungere ginseng e giuggiole.

Sopa de pollo entero Pollo entero hervido con ajo y servido con sal de mar. Se cuece arroz blanco en el caldo sobrante para hacer una sopa de arroz espesa. Se puede añadir *ginseng* y azufaifo para dar más sabor.

Hühnersuppe Ein ganzes Huhn wird mit Knoblauch gekocht und mit Meersalz serviert. In der Brühe wird süßer Reis für ein Reis-Congee gekocht. Ginseng und chinesische Datteln können nach Belieben hinzugefügt werden.

حساء دجاج كاملة دجاجة كاملة تغلى مع الثوم وتقدم مع الملح البحري. يتم غلي الأرز الحلو في المرق المتبقي لإعداد طبق الأرز الكثيفة. يمكن إضافة الجنسنغ والعناب للنكهة.

Súp gà cả con Gà luộc cả con với tỏi và dùng với muối biển. Gạo nếp được nấu trong nước hầm gà tạo nên một món cháo đặc sánh. Có thể thêm sâm và táo tàu để gia tăng hương vị.



[족발] jokbal

085

족발 돼지족에 간장과 생강, 마늘, 양파를 넣고 조려 먹기 좋게 썰어낸 음식이다. 족발에는 젤라틴 성분이 풍부하여 피부 미용과 노화 방지에 효과가 있다.

Pig's Trotters Pig trotters glazed in a ginger-garlic-soy sauce. Served off the bone thinly sliced. The high gelatin content of *jokbal* is good for a healthy and youthful complexion.

チョッパル (豚肉のしょうゆ煮) 豚足を醤油、しょうが、にんにく、玉ねぎと一緒に煮込み、食べやすい大きさに切った料理。ゼラチンが豊富に含まれ、美容や老化防止に効果的。

韩国酱猪肘 (酱肘子) 将猪蹄与生姜、蒜头、洋葱并加入酱油炖煮，然后切成适当大小食用。酱肘子富含骨胶，因此具有美容和防止老化功能。

Pied de cochon braisé Pied de cochon braisé à la sauce de soja avec du gingembre et des oignons. Riche en gélatine, le pied de cochon est connu pour ralentir le vieillissement et raffermir la peau.

Zampetti di maiale Zampetti di maiale glassati in una salsa di soia con zenzero e aglio. Serviti staccati dall'osso e affettati sottili. L'alto contenuto di *jokbal* nella gelatina è ottimo per una carnagione sana e giovanile.

Manitas de cerdo Manitas de cerdo glaseado con salsa de jengibre, ajo y soja. Se sirven sin hueso cortadas en rodajas finas. El *jokbal* contiene mucha gelatina que es buena para un cutis sano y joven.

Schweinsfüße Schweinsfüße werden in einer Ingwer-Knoblauch-Sojasoße glasiert. Das Fleisch wird vor dem Servieren vom Knochen gelöst und in Scheiben geschnitten. Aufgrund des hohen Gelatinegehalts ist *Jokbal* gut für die Gesundheit und ein jugendliches Aussehen.

أقدام الخنزير أقدام الخنزير مغطاة بصلصة الصويا والثوم والجنزبيل. تقدم بدون العظم على شكل شرائح رقيقة. اللحم الغنية بمادة الجيلاتين مفيدة لبشرة نضرة صحية.

Chân giò lợn Chân giò lợn hầm trong nước sốt gừng - tỏi - đậu tương. Bỏ xương thái lát mỏng trước khi ăn. Hầm lượng giêlatin cao trong *jokbal* rất tốt cho việc tạo ra một làn da khỏe mạnh và trẻ trung.



086 [순대] sundae

순대 돼지 곱창에 당면, 채소, 찹쌀, 선지 등을 섞어 양념한 소를 채워 넣고 수증기에 찐 음식이다. 오징어순대, 찹쌀순대, 병천순대, 아바이순대 등 종류가 다양하다.

Korean Sausage Pork intestines stuffed with glass noodles, vegetable, sweet rice, coagulated pig blood (*seonji*) and steamed. Variations include *ojingeo sundae* (stuffed squid) and *chapssal sundae* (sweet rice sundae). This Korean blood sausage also comes in regional variations such as Byeongcheon or Abai sudaе.

スンデ (豚の腸詰め) 春雨、野菜、もち米、血などを混ぜて味付けしたものを豚の腸に詰め、蒸した料理。オジンオ (いか)スンデ、チャプサル (もち米)スンデなど、地方によって作り方や味も様々。

糯米肠 (米肠) 在猪小肠中填入粉丝、蔬菜、糯米、血豆腐等配制的馅料蒸熟即完成。米肠种类有鱿鱼米肠、糯米肠等，各地区米肠有各自独特的制作方法和口味。

Boudin coréen Boyaux de porc farcis de vermicelles, légumes, riz gluant et sang de porc, puis cuits à la vapeur. Il existe plusieurs types de *sundae* : au calamar ou au riz gluant, Byungcheon *sundae*, *abai sundae* etc.

Salsiccia coreana Budelli di maiale ripieni di vermicelli cinesi, verdure, riso dolce, sanguinaccio (*seonji*) e cotti al vapore. Le varianti prevedono *ojingeo sundae* (calamaro ripieno) e *chapssalsundae* (sundae di riso dolce). Questo sanguinaccio coreano ha anche varianti regionali.

Salchicha coreana Intestino de cerdo relleno con fideos transparentes, verduras, arroz, sangre de cerdo coagulada (*seonji*) y cocinado al vapor. Existen variaciones como *ojingeo sundae* (calamares rellenos) y *chapssal sundae* (sundae de arroz). También hay variaciones regionales de la morcilla coreana.

Koreanische Wurst Schweinsdarm wird mit Glasnudeln, Gemüse, süßem Reis, gestocktem Schweinsblut (*seonji*) gefüllt und dann im Dampf gegart. Variationen sind u.a. *ojingeo sundae* (gefüllter Tintenfisch) und *chapssal sundae* (Wurst mit süßem Reis). Diese koreanische Blutwurst wird je nach Region unterschiedlich zubereitet.

سجق كوري أمعاء الخنزير محشوة بالمعكرونة الشفافة والخضار والأرز الحلو ودم الخنزير المخثر (*Seonji*) والمطهوه على البخار. وتضم أشكال أخرى *Ojingeo Sundae* (الحبار المحشو) و *Chapssal Sundae* (بالأرز الحلو). هذا السجق الكوري بالدم له أنواع أخرى حسب المنطقة.

Xúc xích Hàn quốc Lòng lợn nhồi với miến, rau, gạo nếp làm đông bằng tiết lợn (*seonji*) và hấp lên. Một vài món tương tự khác là *ojingeo sundae* (xúc xích nhồi mực) và *chapssalsundae* (xúc xích nhồi xôi). Loại xúc xích làm từ tiết của Hàn Quốc này có đặc thù khác nhau theo vùng miền.

나물: NAMUL

SEASONED VEGETABLES

채소의 줄기나 잎, 뿌리를 생으로 또는 삶거나 볶아 양념을 넣고 무친 반찬이다.

Namul dishes are made of vegetables, herbs, roots, shoots, or sprouts that are seasoned, either fresh or parboiled.

구절판 gujeolpan_088

삼색나물 samsaek namul_089

9가지나물 ahopgaji namul_090

도토리묵 dotori muk_091

탕평채 tangpyeong chae_092

해파리냉채 haepari naengchae_093

죽순채 juksun chae_094

대하냉채 daeha naengchae_095

잡채 japchae_096

오이선 oiseon_097





구절판 아홉 칸으로 나뉜 그릇에 채소와 고기 등 여덟 가지 음식을 빛깔 맞춰 담고 가운데 담은 밀전병에 싸서 겨자초장을 찍어 먹는 궁중음식이다.

Platter of Nine Delicacies Eight kinds of colorful vegetables and meats served in an octagonal wooden box. The vegetables are wrapped in the thin wheat crepes stacked in the central compartment and dipped in a mustard-soy sauce.

クジヨルパン (8種のクレープ包み) 9つに仕切られた木製の器に、野菜や肉など8種類の具材を盛り付け、中央に置いた小麦粉のクレープに包み、辛子醤油につけて食べる宮廷料理。

九折坂 在隔成九节的木质餐盒中，将蔬菜和肉等八种饮食，搭好颜色摆放，用放在中间的薄面饼包住八种饮食，沾芥末醋酱食用，是宫廷饮食。

Huit ingrédients enrobés de galette Plat royal présenté dans un plat à neuf compartiments, contenant huit ingrédients finement émincés ainsi que des galettes de blé. Les convives remplissent chaque galette de blé avec un peu des huit ingrédients. A accompagner de sauce de moutarde vinaigrée.

Vassoio con nove prelibatezze Otto tipi diversi di verdure colorate e di carne serviti in una scatola di legno ottagonale. Le verdure si avvolgono nelle sottili crespelle di farina impilate nel comparto centrale e affogate in una salsa vinaigrette alla senape.

Plato de nueve delicias Ocho tipos de verduras de variados colores y carnes, servidas en una caja de madera octagonal. Las verduras envueltas en una fina crepe de trigo están apiladas en el centro del plato y se mojan en una salsa de vinagreta de mostaza y soja.

Platte mit neun Köstlichkeiten Acht farbenfrohe Gemüse und Fleischsorten werden in einem achteckigen Holzgefäß serviert. Das Gemüse wird in dünne Weizenpfannkuchen gewickelt, die sich in der Mitte des Gefäßes befinden, und wird mit einer Senf-Vinaigrette serviert.

طبق من تسعة مقبلات شهية ثمانية أنواع من الخضراوات الملونة واللحوم تقدم في علبة ثمانية خشبية. الخضراوات ملفوفة في رقائق عجينة القمح المرتبة في وسط العلبة وتغمس في صلصة فول الصويا مع الخردل.

9 món cao lương Tám loại rau và thịt nhiều màu sắc được trình bày trong một hộp gỗ hình bát giác. Các món rau được gói trong lớp vỏ bột mì mỏng xếp trong ngăn chính giữa, được chấm vào một loại nước chấm làm từ dầu mù tạt-nước tương.



[삼색나물] samsaek namul

089

삼색나물 도라지, 시금치, 고사리 세 가지 나물을 한 그릇에 담은 음식이다. 흰색, 갈색, 푸른색 나물을 차례로 담고 깨소금과 실고추를 뿌려 낸다.

Three-colored Vegetable Dishes Bellflower roots, spinach, and fiddlehead *namul* served on a plate. The white, green, and brown *namuls* are arranged by color and sprinkled with roasted sesame seeds and red pepper threads.

サムセツナムル (3色の野菜の和え物) ききょう、ほうれん草、わらびのナムルの3種盛り。白、緑、茶色のナムルを並べ、ごま塩と糸唐辛子を飾る。

三色野菜拼盘 (三色山野菜) 三色山野菜是由桔梗、菠菜、蕨菜三种山野菜组成，白色、绿色、棕色山野菜依次码放，在上面撒上芝麻盐和干辣椒丝而成。

Légumes de trois couleurs Trois légumes blanchis, assaisonnés et présentés par couleur : racines de campanule (blanc), épinards (vert), fougères (brun). A saupoudrer de graines de sésame et de tranches de piment.

Namul di tre colori Radici di crisantemo commestibile, spinaci e *namul* di felci fiddlehead serviti su un piatto da portata. I *namul* bianchi, verdi e bruni sono sistemati secondo i colori e cosparsi di semi di sesamo abbrustoliti e filetti di peperone rosso.

Namul de tres colores Las raíces de campánula, espinacas y *namul* de helechos de águila se sirven en un plato. Se organizan los *namuls* de color blanco, verde y marrón por color y se rocían con semillas de sésamo tostadas y pimiento rojo cortado en finas tiras.

Dreifarbigen Namul Glockenblumenwurzel, Spinat und Farnspitzen *namul* werden auf einem Teller serviert. Die weißen, grünen und braunen *namuls* werden nach Farbe arrangiert und dann mit gerösteten Sesamsamen und fein geschnittenen roten Paprikastreifen garniert.

ثلاثة مقبلات ملونة جذور الجريس والسبانخ ومقبلات نبات الخنشار الفiddlehead تقدم على صحن. هذه المقبلات البيضاء والخضراء والبنية مرتبة حسب اللون وقد نثرت عليها بذور السمسم المحمص وخيوط الفلفل الأحمر.

Rau trộn 3 màu Món rau trộn gồm rễ hoa chuông, rau bina, dương xỉ đầu violon được bày trên một đĩa. Đĩa rau trộn có các màu trắng, xanh và nâu được sắp xếp theo màu sắc và rắc thêm vừng rang và ớt thái dài.



아홉 가지 나물 정월 대보름에 오곡밥과 함께 먹는 나물로 호박고지, 박고지, 가지오가리, 말린 버섯, 고사리, 고비, 시래기, 무, 취 등 아홉 가지 묵은 나물을 볶아 먹는다.

Nine Vegetable Dishes Nine *namul* dishes made of dried courgette, calabash strips, aubergine, mushrooms, fiddleheads, radish leaves, aster leaves and fresh julienned white radish.

アホッカジナムル (9種のナムル) 年が明けて最初の満月が昇る小正月に、五穀ご飯と一緒に食べるナムル。ナムルには切干しかぼちゃ、かんぴょう、切干しなすび、干しきのこ、わらび、ぜんまい、干し菜、大根、シラヤマギクなどを用いる。

九种野菜拼盘 (九种山野菜) 是正月十五与五谷饭一同食用的山野菜，包括南瓜脯、葫芦脯、茄子干儿、蘑菇干儿、蕨菜、薇菜、干菜叶、萝卜、马蹄草共九种。

Neuf légumes différents Le jour de la première pleine lune du calendrier lunaire, les coréens mangent l'*ogokbap* avec les traditionnels neuf légumes assaisonnés: courgettes, courges, aubergines, fougères, feuilles de radis, navets, herbes sauvages etc.

Nove tipi di Namul Nove piatti *namul* fatti con zucchine essiccate, striscioline di zucca, melanzane, funghi, felci fiddleheads, foglie di rafano, foglie di astro e rafano bianco tagliato a julienne. Tradizionalmente servito con *ogokbap* (riso ai cinque cereali) per celebrare il Primo Giorno di Luna Piena del calendario lunare.

Nueve tipos de namul Nueve platos de *namul* hechos de calabacín seco, tiras de calabaza, berenjena, hongos, helechos, hojas de rábano, hojas de áster y rábano blanco fresco cortado en tiras. Tradicionalmente se sirve con *ogokbap* (arroz de cinco granos) para celebrar el primer día de luna llena del calendario lunar.

Neun Arten von Namul Neun *namul* Gerichte, die aus getrockneten Zucchini, Flaschenkürbisstreifen, Auberginen, Pilzen, Farnspitzen, Rettichblättern, Asternblättern und frischem gestifteltem weißen Rettich zubereitet werden. Wird traditionell mit *ogokbap* (Fünfkornreis) serviert, um den ersten Vollmond des Mondkalenders zu feiern.

تسعة أنواع من المقبلات تسعة أطباق من المقبلات من حبات الكوسا الصغيرة المجففة وشرائح الكالاباش والبادنجان والفطر ونبات الخنشار الـ fiddlehead وأوراق الفجل وأوراق الأسطر (النجمية) والفجل الأبيض الطازج المقطع. تقدم تقليدياً مع *Ogokbap* (خمسة أنواع من حبوب الأرز) للاحتفال بأول يوم من القمر البدر في التقويم القمري.

9 loại rau trộn Chín loại rau trộn làm từ bí khô, quả bầu, cà tím, nấm, dương xỉ đầu violon, lá củ cải, lá cúc tây, củ cải trắng thái dài. Theo truyền thống, món này được dùng với *ogokbap* (cơm ngũ cốc) để ăn mừng Ngày Rằm tháng giêng trong năm âm lịch.



[도토리묵(무침)] dotori muk(muchim)

091

도토리묵(무침) 도토리녹말을 물에 풀어 끓인 다음 굳힌 음식이다. 당근, 썩갓, 오이, 풋고추 등을 넣고 양념장에 버무려 먹는다.

Acorn Jelly Salad A smooth gelatin made of acorn starch sliced and tossed with carrots, crown daisy, cucumber, and green chili pepper in a seasoned soy-sesame sauce.

トトリムツムチム (どんぐりこんにゃくの和え物) どんぐりのでん粉を煮詰めてゼリー状に固めたもの。にんじん、春菊、きゅうり、青唐辛子などと一緒に薬味で和えて食べる。

橡子凉粉 橡子凉粉是用橡子粉与水混合，煮熟后凝固的食品。与胡萝卜、茼蒿、黄瓜、青辣椒、辣酱拌在一起食用。

Gelée de gland de chêne assaisonnée Gelée à base de poudre de gland de chêne que l'on mélange avec des carottes, des concombres, du piment vert et de la sauce.

Insalata di gelatina di ghianda Una gelatina delicata fatta con amido di ghianda affettato e saltato con carote, crisantemi commestibili, cetrioli e peperoncini verdi in un condimento di salsa di soia.

Ensalada de jalea de bellota Una suave gelatina hecha de almidón de bellota, cortada y mezclada con zanahorias, flores de margarita, pepino y pimiento verde en una salsa de soja y sésamo sazonada.

Eichelgeleesalat Ein geschmeidiges Gelee aus Eichelstärke wird in Scheiben geschnitten und mit Karotten, Kronen-Wucherblume, Gurken und grünen Chilischoten in einer würzigen Soja-Sesam-Soße vermischt.

سلطة هلام البلوط هلام خفيف معد من نشا البلوط يقدم على شكل شرائح مع الجزر والكرابون ديزي والخيار والفلفل الأخضر الحار في صلصة السمسم مع الصويا والتوابل.

Salát thạch quả sồi Một thứ thạch mịn làm từ bột quả sồi được thái miếng và trộn với cà rốt, rau cải cúc, dưa chuột, ớt xanh trong nước tương đậm nành-mè.



092 [탕평채] tang pyeong chae

탕평채(청포묵무침) 녹두녹말을 물에 풀어 끓인 다음 굳인 청포묵을 가늘게 채 썰고, 고기볶음, 미나리, 달걀지단, 김 등 다섯 가지 색깔의 재료를 섞어 만든 음식이다.

Mung Bean Jelly Mixed with Vegetables and Beef Thinly sliced mung bean *muk* (jelly) with sautéed beef, Korean parsley, egg garnish, and roasted dried laver. This dish of five colors is also called *cheongpomuk-muchim* (seasoned mung bean jelly).

タンピョンチェ(ところてんの和え物) 緑豆のでん粉をゼリー状に固めたものに、炒めた肉、せり、錦糸卵、海苔など五色の材料を混ぜた料理。チョンポムツムチムとも呼ばれる。

荡平菜 荡平菜是用绿豆豆腐条、炒肉丝、水芹、鸡蛋、紫菜等五种食材拌在一起而成，也称为拌绿豆豆腐。

Gelée de haricots verts assaisonnée Mélange de tranches de gelée de haricots verts et d'ingrédients de cinq couleurs : viande, lamelles de blanc et de jaune d'œuf, persil coréen et algues séchées. Egalement appelé *chungpomuk muchim*.

Gelatina di fagioli mung con verdure e manzo Gelatina di fagioli mung tagliata sottile con manzo saltato, prezzemolo coreano, guarnizione di uova e alghe rosse essiccate e grigliate. Questo piatto di cinque colori è anche chiamato *cheongpomuk-muchim* (gelatina di fagioli mung condita).

Jalea de frijol mungo con verduras y carne Gelatina de frijol mungo finamente cortada y frita con carne, perejil coreano, huevo picado, algas secas y tostadas. Este plato de cinco colores también se llama *cheongpomuk-muchim* (jalea sazónada de frijol mungo).

Mung-Bohnengelee mit Gemüse und Rindfleisch Dünn geschnittene Mung-Bohnen *muk* (Gelatine) mit gebratenem Rindfleisch, koreanischer Petersilie, hart gekochten Eiern und geröstetem getrocknetem Seetang. Dieses fünffarbige Gericht wird auch als *cheongpomuk-muchim* (gewürztes Mung-Bohnen-Gelee) bezeichnet.

هلام فول المونج مع الخضراوات ولحم البقر هلام فول المونج *muk* مع لحم البقر المقلي، بقندونس كوري، بيض، وعشب لافر البحري الناشف والمحمص. يسمى هذا الطبق ذو الألوان الخمسة أيضاً *Cheongpomuk-muchim* (هلام فول المونج الملون)

Thạch đậu xanh trộn với rau và thịt bò Thạch đậu xanh thái mỏng (gelatin) trộn với thịt bò, rau mùi Hàn Quốc, trứng kem và rong biển khô đã xào. Món ăn ngũ sắc này còn được gọi là *cheongpomuk-muchim* (thạch đậu xanh trộn).



[해파리냉채] haepari naengchae

093

해파리냉채 데친 해파리에 배와 오이채를 넣고, 겨자마늘초장에 버무려 먹는 음식이다. 꼬들꼬들한 식감과 새콤달콤하면서 톡 쏘는 맛이 일품이다.

Chilled Jellyfish Platter Thinly sliced parboiled jellyfish and julienned cucumbers drizzled with a mustard or garlic vinaigrette sauce. The crunchy texture, tangy sauce, and sharp bite of mustard fumes create a distinctively enjoyable dish.

へパリネンチェ (クラゲの冷菜) ゆがいたクラゲと細切りにしたきゅうりを、辛子ソースで和えて食べる。コリコリした食感と鼻につんとくる甘酸っぱいソースが一品。

凉拌海蜇 海蜇用开水焯好，与黄瓜丝、芥末醋酱、蒜蓉醋酱搅拌而成，口感脆嫩，酸甜适口。

Salade de méduse à la sauce moutarde Salade de méduse et concombre râpé. A accompagner de sauce moutarde vinaigrée. Le goût sucré et acidulé de la sauce accompagne à merveille la texture ferme de la méduse.

Piatto freddo di medusa Medusa parboiled, finemente affettata, e cetrioli tagliati a julienne cosparsi di una salsa vinaigrette alla senape o all'aglio. Apprezzata per la consistenza croccante, la salsa forte e l'aspro sapore piccante dei vapori di senape.

Plato de medusa frío Rodajas finas de medusa sancochada y pepinos rallados aderezados con una salsa vinagreta de mostaza o de ajo. Apreciado por su textura crujiente, salsa picante y el picor de la mostaza.

Haepari-Naengchae (Platte mit kalter Qualle) Dünn geschnittene, halb gekochte Qualle mit gestiftelter Gurke und einer Senf- oder Knoblauch-Vinaigrette. Der knusprige Fisch, die würzige Soße und die Scharfe der Vinaigrette geben diesem Gericht einen ganz besonderen Geschmack.

طبق السمك الهلامي المبرّد شرائح السمك الهلامي (قنديل البحر) المغلي والمبرّد، وشرائح الخيار مع صلصة الخردل أو الثوم. يفتت في فمك فتشعر بطعم الخردل الحاد.

Nộm sứa Sứa thái mỏng luộc sơ cùng dưa chuột thái dài và nước tương mù tạt hoặc tỏi. Vị giòn của sứa, nước sốt thơm và hương mù tạt cay sắc tạo nên một món ăn ngon lành và khác biệt.



094 [죽순채] juksun chae

죽순채 삶은 죽순을 납작하게 썰어 볶고, 쇠고기, 버섯, 미나리, 풋고추 등도 살짝 볶은 뒤 초간장 양념을 끼얹어 버무려 먹는 음식이다.

Seasoned Bamboo Shoots Boiled and sliced bamboo shoots stir-fried with beef, mushrooms, Korean parsley and green chili pepper. Drizzled with a soy vinaigrette sauce before serving.

チュッスンチェ (タケノコの和え物) ゆでたタケノコを薄切りにして炒め、牛肉、きのこ、せり、青唐辛子なども軽く火を通し、酢醤油をかけて和えたもの。

竹笋菜 将煮熟的竹笋切片炒熟，再将牛肉丝、蘑菇、水芹、青辣椒等分别炒熟，用醋和酱油拌匀而成。

Pousses de bambou sautées Pousses de bambou coupées en tranches et sautées avec du bœuf, des champignons, du persil coréen et des piments verts. A assaisonner avec de la sauce de soja vinaigrée.

Germogli di bambù conditi Germogli di bambù bolliti e affettati saltati con manzo, funghi, prezzemolo coreano e peperoncini verdi. Irrorati con una salsa di soia vinaigrette prima di servire.

Brotos de bambú sazonados Brotos de bambú hervidos, cortados y salteados con carne de res, champiñones, perejil coreano y pimienta de chile verde, rociados con una vinagreta de soja antes de servir.

Gewürzte Bambussprossen Gekochte und in Scheiben geschnittene Bambussprossen werden mit Rindfleisch, Pilzen, koreanischer Petersilie und grünen Chilischoten gebraten. Vor dem Servieren wird eine Sojavinaigrette darüber gegossen.

براعم الخيزران المتبلّة براعم الخيزران المغلية والمقطعة شرائح والمقلية مع لحم البقر والفطر والبقدونس الكوري والفلفل الأخضر الحار وتضاف صلصة الصويا قبل التقديم.

Măng dầm tương Măng luộc, thái mỏng xào với thịt bò, nấm, rau mùi Hàn quốc, và ớt xanh. Rưới thêm nước tương trước khi ăn.



[대하냉채] daeha naengchae

095

대하냉채 대하를 찌서 껍질을 벗기고 반으로 저민 다음 쇠고기수육, 죽순 오이 등과 함께 차게 식혀 잣소스를 끼얹어 먹는 음식이다.

Chilled Prawn Salad A cold salad of butterflyed prawns, beef slices, bamboo shoots, and cucumbers mixed in a pine nut dressing.

テハネンチェ (大正海老の冷菜) 大正海老を蒸し、殻をむいて半分に切る。これを蒸して薄切りにした牛肉、タケノコ、きゅうりなどと一緒に冷やし、松の実のソースをかけて食べる。

大虾冷盘 蒸煮后的大虾剥皮切开以后，与熟牛肉片、竹笋、黄瓜等，用松仁调味汁搅拌而成。

Gambas froides aux légumes Gambas cuites, décortiquées et tranchées en deux, accompagnées de tranches de bœuf, pousses de bambou, concombre et sauce de pignons.

Insalata fredda di gamberi Una insalata fredda di gamberi aperti a libretto, manzo affettato, germogli di bambù e cetrioli miscelati con un condimento di pinoli.

Ensalada de gambas refrigerada Una ensalada fría de camarones en mariposa, rebanadas de carne de res, brotes de bambú y pepinos, mezclada con un aderezo de piñones.

Kalter Langustensalat Ein Salat aus kalten Langusten, Rindfleischscheiben, Bambussprossen und Gurken mit einem Dressing aus Pinienkernen.

سلطة الربيان المبردة سلطة باردة من الربيان وشرائح لحم البقر وبراعم الخيزران والخيار مع تتبيلة حبوب الصنوبر.

Salát tôm lạnh Một loại salad lạnh gồm tôm xẻ hình bướm, bò thái lát, măng và dưa chuột trộn cùng nước sốt hạt quả thông.



잡채 삶은 당면과 볶은 채소, 버섯, 고기 등을 간장 양념에 함께 버무려 먹는 음식이다. 화려하면서도 품격 있어 잔치 때 빠지지 않고 상에 오르는 음식이다.

Glass Noodles with Sautéed Vegetables Glass noodles stir-fried with beef and assorted mushrooms and vegetables. A colorful classic dish that is always served at large gatherings or special occasions.

チャッチェ(野菜と春雨の炒め物) ゆでた春雨と、炒めた野菜、きのこ、肉などを和えた料理。見た目にも華やかで高級感があるため、お祝いの席にも欠かせない一品。

炒杂菜 将蔬菜、蘑菇、肉丝等炒熟，用调味料与煮好的粉丝一同搅拌而成。炒杂菜色泽华丽、味道鲜美，是宴席上不可缺少的饮食。

Vermicelles sautés avec légumes Mélange de vermicelles cuits avec du bœuf, des champignons et des légumes assaisonnés et sautés. Le plat des jours de fête par excellence.

Vermicelli cinesi con verdure saltate Vermicelli cinesi saltati con manzo, funghi vari e verdure. Un piatto classico colorato che è sempre servito in occasione di incontri numerosi o in momenti speciali.

Fideos transparentes con verduras salteadas Fideos transparentes salteados con carne y diversos champiñones y verduras. Un plato colorido clásico que siempre se sirve en grandes reuniones u ocasiones especiales.

Glasnudeln mit gebratenem Gemüse Glasnudeln werden mit Rindfleisch und gemischten Pilzen und Gemüsesorten gebraten. Ein farbenfrohes klassisches Gericht, dass immer bei Versammlungen und zu besonderen Anlässen serviert wird.

المعكرونة الشفافة مع الخضار المقلية شعيرات المعكرونة الشفافة مقلية مع لحم البقر وأنواع الفطر والخضار. طبق كلاسيكي ملون يقدم دائماً للمجموعات الكبيرة أو في المناسبات الخاصة.

Miến xào rau Miến xào với thịt bò, nấm và rau. Một món ăn nhiều sắc màu và kinh điển thường được phục vụ trong các bữa tiệc lớn hoặc các dịp đặc biệt.



[오이선] oiseon

097

오이선 오이에 칼집을 넣어 소금물에 절인 다음 고기, 버섯, 달걀지단 등으로 소를 채워 넣고 단춧물을 끼얹어 내는 음식이다.

Stuffed Cucumber Lightly salted cucumbers scored and stuffed with sautéed beef, mushrooms, and egg garnish and dressed with a tangy vinaigrette sauce.

オイソン (飾りきゅうりの甘酢がけ) きゅうりに切れ目を入れて塩漬にし、肉、きのこ、錦糸卵などの具を挟んで甘酢をかけた料理。

黄瓜膳 留刀口的黄瓜用盐腌渍以后，塞入肉、蘑菇、鸡蛋等馅料，再浇上酸甜调味汁而成。

Concombres farcis à la sauce aigre douce Concombres saumurés, farcis de viande, champignons et lamelles d'œuf. A accompagner de sauce aigre-douce.

Cetriolo ripieno Cetrioli leggermente salati svuotati e riempiti di manzo saltato, funghi e guarnizione di uova e conditi con una salsa vinaigrette forte.

Pepinos rellenos Pepinos ligeramente salados y rellenos con carne salteada, champiñones, y huevo duro picado, aderezados con una salsa de vinagreta picante.

Gefüllte Gurken Leicht gesalzene Gurken werden mit gebratenem Rindfleisch, Pilzen und hartgekochten Eiern gefüllt und mit einer aromatischen Vinaigrette serviert.

خيار محشي خيار مملح قليلاً ومحشي بلحم البقر المقلّي والفطر والبيض مع صلصة الخل المنعشة.

Dưa chuột nhồi Dưa chuột ướp một chút muối được chẻ và nhồi thêm thịt bò, nấm xào, trứng đánh kem và rưới lên trên bởi nước sốt dấm có hương vị thơm ngon.



조림: JORIM GLAZED DISHES

고기나 생선, 채소 등을 양념하여 약한 불에 국물이 거의 없게 바짝 끓여서 만든 음식이다.

Jorim refers to meat, fish, and vegetables seasoned and simmered over a low flame until the sauce is reduced to a glaze.

두부조림 dubu jorim_100

장조림 jang jorim_101

갈치조림 galchi jorim_102

고등어조림 godeungeo jorim_103

은대구조림 eundaegu jorim_104

병어고추장조림 byeongeo gochujang jorim_105



100 [두부조림] dubu jorim

두부조림 두부를 기름에 살짝 지진 다음 간장과 고춧가루, 설탕, 파, 마늘 등을 넣고 조린 반찬이다.

Braised Pan-fried Tofu Lightly pan-fried tofu simmered in soy sauce with red chili pepper, sugar, green onions and garlic. Served as *banchan* (side dish).

トウブチョリム (豆腐の煮付け) 油でさっと焼いた豆腐に、醤油、粉唐辛子、砂糖、ねぎ、にんにくなどを加えて煮たおかず。

炖豆腐 (酱炖豆腐) 将豆腐用食用油略微煎一下, 然后与酱油、辣椒粉、砂糖、葱、蒜头等炖制的佐餐菜。

Tofu mijoté Accompagnement mijoté à base de tofu poêlé, sauce de soja, poudre de piment, sucre, poireaux et ail.

Tofu fritto e brasato Tofu leggermente fritto e cotto a fuoco basso in salsa di soia con peperoncini rossi, zucchero, cipolle verdi e aglio. Servito come *banchan* (contorno).

Estofado de tofu frito Tofu ligeramente frito a fuego lento en salsa de soja con chile de pimienta roja, azúcar, cebollas verdes y ajo. Servido como *banchan* (plato de acompañamiento).

Gebratener Tofu Leicht angebratener Tofu wird in Sojasoße mit roten Chilischoten, Zucker, Frühlingszwiebeln und Knoblauch gekocht. Als *banchan* (Beilage) serviert.

التوفو المقلي الملمع توفو مقلي بشكل خفيف ومحمّر بصلصة الصويا مع الفلفل الأحمر والسكر والبصل الأخضر والثوم. يقدم كطبق جانبي *banchan*.

Đậu phụ rán om Đậu phụ rán sơ được om trong nước tương đậu với ớt đỏ, đường, hành lá và tỏi. Dùng làm *banchan* (món ăn kèm).



[장조림] jang jorim

101

장조림 쇠고기나 돼지고기 살코기를 큼직하게 토막 내어 물, 간장, 설탕, 마늘 등을 넣고 조린 음식이다. 먹을 때는 고기를 결대로 찢어 간장 국물을 끼얹어 낸다.

Beef Braised in Soy Sauce Lean cuts of beef or pork braised in soy sauce, sugar and garlic. The meat is shredded along the grain into small pieces and drizzled with the braising sauce.

チャンチョリム (肉の煮付け) 牛肉か豚肉をぶつ切りにし、醤油、砂糖、にんにくなどを加えて煮たおかず。食べるときは食べやすく割いて器に盛り、煮汁をかけて出す。

酱牛肉 (酱肉) 将瘦牛肉或猪肉切成块，用酱油、砂糖、蒜头等炖制的饮食。食用时把酱肉撕开，浇上酱肉汁即可。

Viande mijotée à la sauce de soja Morceaux de porc ou de bœuf mijotés à la sauce de soja, au sucre et à l'ail. Avant de servir, on découpe la viande en petits bâtonnets et on l'arrose de marinade.

Manzo brasato in salsa di soia Pezzetti magri di manzo o maiale brasati in salsa di soia, zucchero e aglio. La carne è spezzettata seguendo la venatura e irrorata con la salsa di cottura.

Estofado de carne en salsa de soja Trozos de carne de res o cerdo sin grasa braseados en salsa de soja, azúcar y ajo. La carne es picada a lo largo de la veta en pequeños trozos que se rocían con la salsa.

In Sojasoße geschmortes Rindfleisch Mageres Rindfleisch oder Schweinefleisch wird in Sojasoße und Knoblauch geschmort. Das Fleisch wird quer zur Faser in kleine Stücke geschnitten und mit der Schmorsoße begossen.

لحم البقر المطهو ببطء في قدر مغلقة مع صلصة الصويا قطع لحم البقر أو الخنزير قليلة الدهون مطهوه ببطء مع صلصة الصويا والسكر والثوم. تقطع اللحم إلى قطع صغيرة وتطهى ببطء مع إضافة الصلصة.

Thịt bò om xì dầu Thịt bò hoặc thịt lợn nạc thái miếng và om trong nước tương đậm nành, đường và tỏi. Thịt được thái theo thớ thành các miếng nhỏ và rưới thêm nước sốt.



102 [갈치조림] galchi jorim

갈치조림 갈치와 무, 풋고추 등을 냄비에 담고 매운 간장 양념장을 끼얹어 고루 간이 배도록 조린 음식이다.

Braised Cutlassfish Cutlassfish braised in a spicy soy sauce mixture with white radish or green chili peppers. The sauce is spooned over the ingredients while cooking to allow the flavors to seep in.

カルチチョリム(太刀魚の煮付け) 太刀魚、大根、青唐辛子などを鍋に入れ、辛口の醤油だれをかけて味がしみこむまでじっくり煮た料理。

辣炖带鱼 (酱炖刀鱼) 刀鱼与萝卜、青辣椒一同放入锅中，用辣味调味酱炖煮而成。

Poisson sabre mijoté Poisson sabre mijoté avec du radis, piment vert et condiment épicé à base de sauce de soja. Au cours de la cuisson, arroser régulièrement le poisson de sa marinade.

Pesce sciabola brasato Pesce sciabola affettato e brasato in salsa di soia piccante mischiata con rafano bianco e peperoncini verdi. La salsa è versata sugli ingredienti durante la cottura per far penetrare i sapori.

Estofado de pez sable Rebanadas de pez sable cocinadas en una mezcla de salsa de soja picante con rábano blanco o chiles verdes. La salsa se echa con cuchara sobre los ingredientes durante la cocción para que los sabores los penetren.

Geschmorter Cutlass-Fisch In Scheiben geschnittener Cutlass-Fisch wird in einer scharfen Sojasoßenmischung mit weißem Rettich und grünen Chilischoten geschmort. Die Soße wird beim Kochen immer wieder über die Zutaten gegossen, um die Aromen zu vertiefen.

سمك السيف المطهو ببطء في قدر مغلقة شرائح سمك السيف المقطع والمطهو في خليط من صلصة الصويا بالتوابل مع الفجل الأبيض أو الفلفل الأخضر الحار. تسكب الصلصة بالملعقة على المكونات أثناء الطبخ للسماح للنكهات بالتسرب إلى داخل السمك.

Cá dao om Cá dao (cutlassfish) thái mỏng om trong một hỗn hợp nước tương cay với củ cải trắng và ớt xanh. Nước tương được rưới lên thành phần trong quá trình nấu để các hương vị vị thấm kỹ.



[고등어조림] godeungeo jorim

103

고등어조림 고등어와 무, 풋고추 등을 냄비에 담고 매운 간장 양념장을 끼얹어 조린 음식이다. 우거지나 김치를 넣기도 한다.

Braised Mackerel Mackerel braised in a spicy soy sauce mixture with white radish or potatoes. Green napa cabbage leaves or *kimchi* may also be added.

코돈오초림 (さばの煮付け) さば、大根、青唐辛子などに辛口の薬味をまぶして煮る。ウゴジやキムチを加えることもある。

炖青花鱼 (酱炖鲭鱼) 鲭鱼与萝卜青辣椒等放入锅中，用辣味调味酱炖煮而成。有时还加入菜帮或泡菜一同炖制。

Maquereau mijoté Morceaux de maquereau mijotés avec du radis, piment vert et condiment épicé à base de sauce de soja. On peut y ajouter les feuilles extérieures de chou ou du *kimchi* (chou fermenté).

Maccarello brasato Pezzi di maccarello tagliati diagonalmente e brasati in una salsa di soia piccante mischiata con rafano bianco o patate. Si possono aggiungere foglie di cavolo cinese verde o *kimchi*.

Estofado de caballa Pedazos de caballa cortados en diagonal asados en una mezcla de salsa de soja picante con rábano blanco o patatas. Se pueden añadir hojas verdes de repollo napa o de *kimchi*.

Geschmorte Makrele Diagonal geschnittene Makrelenstücke werden in einer scharfen Sojasoßenmischung mit weißem Rettich oder Kartoffeln geschmort. Wird auch mit Chinakkohlblättern oder *kimchi* zubereitet.

سمك الماكريل "الاسقميري" مطهو ببطء في قدر مغلقة قطع سمك الماكريل مقطعة عرضياً مطهوه ببطء في خليط صلصة الصويا بالتوابل مع الفجل الأبيض أو البطاطا. يمكن أيضاً إضافة أوراق ملفوف نابا الخضراء أو الكيمشي.

Cá thu om Cá thu cắt khúc chéo om trong một hỗn hợp nước tương cay với củ cải trắng hoặc khoai tây. Có thể thêm lá cải thảo xanh hoặc *kimchi*.



104 [은대구조림] eundaegu jorim

은대구조림 은대구를 살짝 구운 뒤 무와 함께 달콤한 간장 양념장에 조린 음식이다. 부드럽고 담백한 맛을 즐길 수 있다.

Braised Black Cod Fresh black cod lightly seared and braised in a sweet soy sauce glaze with white radish. Black cod has a creamy texture and mild taste.

ウンテグチョリム (銀だらの煮付け / 메로초리ム (메로초리ム) 身が柔らかく淡白な味わいの銀だらをさっと焼き、甘辛い醤油だれで大根と一緒に煮た料理。

炖鳕鱼 (酱炖鳕鱼) 将鳕鱼略微煎一下，然后用微甜的酱油与萝卜一同炖制。

Merlan argenté mijoté Merlan argenté légèrement grillé et mijoté avec du radis et de la sauce de soja sucrée. Poisson à la texture moelleuse, très goûteux.

Merluzzo nero brasato Merluzzo nero fresco fatto appassire leggermente e brasato in una glassa di soia dolce con rafano bianco. Il merluzzo nero ha una consistenza cremosa e un sapore delicato.

Estofado de bacalao negro Bacalao negro fresco cocinado y ligeramente quemado con una salsa de soja dulce con rábano blanco. El bacalao negro tiene una textura cremosa y sabor suave.

Geschmorter Dorsch Frischer Dorsch wird leicht angebraten und dann in einer Glasur aus süßer Sojasoße mit weißem Rettich geschmort. Dorsch ist cremig und hat einen milden Geschmack.

سمك القد الأسود المطهو ببطء في قدر مغلقة سمك القد الأسود الطازج المقلي والمطهو ببطء في صلصة الصويا الحلوة مع الفجل الأبيض. سمك القد الأسود له بنية دسمة خفيفة وطعم سلس.

Cá tuyết đen om Cá tuyết đen tươi được phơi sơ và om trong nước tương đậu ngọt với củ cải trắng. Cá tuyết đen khi ăn mịn và có hương nhẹ nhàng.



[병어고추장조림] byeongeo gochujang jorim

105

병어고추장조림 병어를 포 뜨거나 통째로 칼집을 넣은 뒤 무와 감자를 썰어 넣고 고추장, 설탕 등으로 매콤하게 조린 음식이다.

Gochujang Braised Silver Pomfret Filleted or whole pomfret is scored and braised in a sweet and spicy *gochujang* sauce mix with white radish or potatoes.

ピョンオコチュジャンチョリム (마나갓오의코チュジャン煮) 마나갓오에切り込みを入れるか薄くスライスして、切った大根とじゃがいもを加え、コチュジャン、砂糖などで辛く煮た料理。

辣炖鲷鱼 (辣酱炖鲷鱼) 将鲷鱼鱼身留刀口，然后用萝卜、土豆以及辣酱、糖等一同炖制而成。

Stromatée mijotée Filet de stromatée avec des morceaux de radis et de pomme de terre, le tout mijoté avec une sauce à base de pâte de piment et de sucre.

Pomfret piccante brasato Un pomfret filettato o intero intaccato e brasato in una salsa *gochujangs* dolce piccante con rafano bianco o patate.

Estofado picante de palometa Palometa en filetes o entera entallada y cocinada en una mezcla de salsa dulce y picante *gochujang* con rábano blanco y papas.

Würziger geschmorter Pomfret-Fisch Filetierter oder ganzer Pomfret-Fisch wird in einer süßen und scharfen *Gochujang* Paste mit weißem Rettich oder Kartoffeln geschmort.

بومفريت مطهو بالتوابل ببطء فيليه أو كامل سمكة البومفريت مطبوخ ببطء في صلصة الـ *Gochujang* بالتوابل مع الفجل الأبيض أو البطاطا.

Cá chim om cay Cá chim cả con hoặc miếng fi-lê được chẻ và om với nước sốt *gochujang* ngọt và cay cùng củ cải trắng hoặc khoai tây.





볶음: BOKKEUM STIR-FRIED DISHES

고기, 해물, 채소 등에 양념을 하여 뜨거운 불에 볶은 음식이다.

Bokkeum refers to meat, seafood or vegetables, seasoned and quickly stir-fried over a high flame.

떡볶이 topokki_108

궁중떡볶이 gungjung topokki_109

제육볶음 jeyuk bokkeum_110

낙지볶음 nakji bokkeum_111

오징어볶음 ojingeo bokkeum_112

두부김치 dubu kimchi_113



108 [떡볶이] topokki

떡볶이 한입 크기로 썬 가래떡이나 가늘게 뽑은 떡볶이용 떡에 채소, 어묵을 함께 넣고 고추장 양념으로 볶은 음식이다.

Stir-fried Rice Cake Sliced rice cake bar (*garae tteok*) or thin rice cake sticks (*topokki tteok*) stir-fried in a spicy *gochujang* sauce with vegetables and fish cakes.

トッポッキ(トッポッキ (もちの甘辛煮)) 棒状のお餅を一口大に切ったものかトッポッキ用の細いお餅を、野菜や練り物と一緒にコチュジャンベースの薬味で煮た料理。

辣炒年糕 (炒年糕) 将年糕段与蔬菜、鱼糕以及辣味调味酱一同炒熟即可。

Gâteaux de riz à la sauce piquante *Garae tteok* (pâte de riz) coupé en petits morceaux, sauté avec des légumes et des pâtés de poisson frits dans une sauce à base de pâte de piment.

Tortino di riso saltato Barretta di tortino di riso (*garae tteok*) affettata o bastoncini finissimi di tortino di riso (*topokki tteok*) saltati in una salsa piccante *gochujang* (pasta di peperoncino rosso) con verdure e tortino di pesce.

Pastel de arroz salteado Rodajas de pastel de arroz (*garae tteok*) o varas finitas de torta de arroz (*topokki tteok*) salteadas en una salsa *gochujang* picante (pasta de chile rojo) con verduras y pasteles de pescado.

Gebratener Reiskuchen Geschnittene Reiskuchenstreifen (*garae Tteok*) oder extra dünne Reiskuchenstangen (*topokki Tteok*) werden in einer scharfen *gochujang* (rote Chilipaste) Soße mit Gemüse und Fischkuchen gebraten.

كعكة الأرز المقلية قطع كعكة الأرز المقطعة طويلاً *garae tteok* أو عصي كعكة الأرز *topokki tteok* المقلية في صلصة الـ *Gochunjang* (معجون الفلفل الأحمر) مع الخضراوات وكعك السمك.

Bánh gạo xào Thanh bánh gạo được thái lát mỏng (*garae tteok*) hoặc mì gạo rất mỏng (*topokki tteok*) được xào trong tương *gochujang* cay (tương ớt) với rau và chả cá.



[궁중떡볶이] gungjung topokki

109

궁중떡볶이 가래떡을 적당한 크기로 잘라 쇠고기와 표고버섯, 양파, 당근 등을 넣고 볶다가 간장, 설탕 등을 넣어 익힌 음식으로 궁중에서 먹던 떡볶이다.

Royal Stir-fried Rice Cake Long rice cake bars (*garae ttoek*) cut into pieces and stir-fried with beef, shiitake mushrooms, onion and carrots in a sweet soy sauce mixture. Traditionally a dish served in the royal court.

クンジュントッポッキ (宮廷もち炒め) 棒状のお餅を食べやすい長さに切り、牛肉、椎茸、玉ねぎ、にんじんなどと一緒に炒め、醤油、砂糖などを加えて炒め煮したもの。かつて宮廷で食べられた料理。

宮廷炒年糕 将年糕切成段，与牛肉、香菇、洋葱、胡萝卜等一同翻炒，并加入酱油和砂糖炒熟即可。

Tobokki royal *Garae tteok* (pâte de riz) coupé en petits morceaux, sauté avec du bœuf, du shiitake, des oignons, des carottes et de la sauce à base de soja et de sucre. Autrefois le plat des rois.

Sauté Royal di tortino di riso Barrette di tortino di riso a grano lungo (*garae ttoek*) tagliate a pezzi e saltate con manzo, funghi shiitake, cipolla e carote un una salsa di soia dolce. Tradizionalmente un piatto servito alla corte reale.

Pastel real de arroz salteado Tiras largas de pastel de arroz (*garae ttoek*) cortadas en trozos y salteadas con carne, setas shiitake, cebolla y zanahoria, en una mezcla de salsa de soja dulce. Tradicionalmente un plato que se sirve en la corte real.

Fürstlicher gebratener Reiskuchen Lange Reiskuchenstreifen (*Garae Ttoek*) werden in Stücke geschnitten und mit Rindfleisch, Shiitake-Pilzen, Zwiebeln und Karotten in einer süßen Sojasoße geschmort. Wurde traditionell im Königshaus serviert.

كعكة الأرز الملكية المقلية قطع طولية من كعكة الأرز المقلية (*Garae Ttoek*) مقطعة إلى قطع ومقلية مع لحم البقر وفطر *shitake* والبصل والجزر في خليط صلصة الصويا الحلوة. يقدم هذا الطبق تقليدياً في البلاط الملكي.

Bánh gạo xào kiểu hoàng gia Thanh bánh gạo dài (*garae ttoek*) được cắt thành miếng nhỏ và xào với thịt bò, nấm hương, hành củ, cà-rốt trong nước tương ngọt. Đây là một món truyền thống trong hoàng gia.



110 [제육볶음] jeyuk bokkeum

제육볶음 돼지고기를 얇게 저며 생강즙을 넣은 고추장 양념에 재웠다가 볶은 음식이다. 기호에 따라 양파, 당근, 깻잎, 양배추 등을 넣기도 한다.

Stir-fried Pork Thinly sliced pork marinated in spicy ginger-gochujang sauce and stir-fried with onion, carrots, perilla leaves or cabbage. Ingredients vary according to taste.

チェユッポックム(豚肉甘辛炒め) 細切りにした豚肉を、しょうが汁を加えたコチュジャンベースの薬味に漬け込み、炒めた料理。好みで玉ねぎ、にんじん、ごまの葉、キャベツなどを加える。

辣炒猪肉 辣炒猪肉是将猪肉切成片，用加入生姜汁的辣酱腌制一下然后炒制的饮食。炒制时还可根据个人喜好加入洋葱、胡萝卜、苏子叶、圆白菜等。

Porc sauté aux légumes Tranches de porc, marinées dans une sauce à base de pâte de piment et de jus de gingembre ; elles sont ensuite sautées avec des oignons, carottes, feuilles de sésames ou du chou blanc selon les goûts.

Maiale saltato Maiale affettato sottile e marinato in una salsa piccante *gochujang* allo zenzero, saltato con cipolla, carote, foglie di perilla o cavolo. Gli ingredienti possono variare a piacere.

Cerdo salteado Cerdo en rodajas finas marinado y salteado en una salsa de jengibre y *gochujang* con cebolla, zanahorias, hojas de perilla o repollo. Los ingredientes pueden variar según el gusto.

Gebratenes Schweinefleisch In dünne Scheiben geschnittenes Schweinefleisch, das in scharfer Ingwer-*Gochujang* Soße mariniert und mit Zwiebeln, Karotten, Perilla-Blättern oder Kohl gebraten wird. Die Zutaten können je nach Geschmack variieren.

لحم الخنزير المقلد شرائح الخنزير المنقوعة في صلصة الزنجبيل بالتوابل *gochujang* والمقلية مع البصل والجزر وأوراق البريلا أو الملفوف. تختلف المكونات حسب النكهة المطلوبة.

Thịt lợn xào Thịt lợn xào thái mỏng ướp trong nước tương *gochujang* - gừng cay và xào với hành, cà-rốt, lá tía tô hoặc bắp cải. Thành phần có thể thay đổi tùy khẩu vị.



[낙지볶음] nakji bokkeum

111

낙지볶음 살짝 데친 낙지를 적당히 썰어 고춧가루, 다진 마늘 등을 섞은 양념장에 볶은 음식이다. 양파, 당근 등의 채소를 함께 넣는다.

Stir-fried Octopus Blanched baby octopus cut into pieces and stir-fried in a spicy sauce made of red chili powder and minced garlic. Onions, carrots and other vegetables can be added.

ナッチポックム (たこの甘辛炒め) さつとゆがいたたこを食べやすい大きさに切り、粉唐辛子、にんにくのみじん切りなどを混ぜた薬味で炒めた料理。玉ねぎ、にんじんなどの野菜を加えることもある。

辣炒章鱼 (炒章鱼) 略微焯过的章鱼切成段，与用辣椒粉、蒜蓉等调成的调味酱一同翻炒即可，还可加入洋葱、胡萝卜等蔬菜一同炒制。

Poulpe sauté aux légumes Morceaux de poulpe, légèrement blanchis, sautés dans une sauce à base de poudre de piment et d'ail haché. A faire sauter, selon les goûts, avec des oignons ou des carottes.

Polipo saltato Polipetti spellati tagliati a pezzi e saltati in una salsa piccante fatta con polvere di peperoncino rosso e aglio sminuzzato.

Pulpo salteado Pulpitos blanqueados cortados en trozos y salteados en una salsa picante hecha de chile rojo en polvo y ajo picado. Se le pueden agregar cebollas, zanahorias y otras verduras.

Gebratene Krake Blanchierte junge Krake, die in Stücke geschnitten und in einer scharfen Soße aus rotem Chilipulver und gehacktem Knoblauch gebraten wird. Das Gericht kann auch mit Zwiebeln, Karotten und anderen Gemüsesorten zubereitet werden.

الأخطبوط المقلي الأخطبوط الصغير المعالج بالماء الحار أو البخار المقطع والمقلي في صلصة بالتوابل معدة من مسحوق الفلفل الأحمر والثوم المطحون. يمكن إضافة البصل والجزر وغيرها من الخضراوات.

Bạch tuộc xào Bạch tuộc sau khi tẩy được cắt thành miếng nhỏ và xào trong nước tương cay gồm bột ớt đỏ và tỏi băm. Có thể thêm hành củ, cà-rốt và các loại rau khác.



112 [오징어볶음] ojingeo bokkeum

오징어볶음 살짝 데친 오징어에 양파, 당근, 양배추 등을 넣고 고춧가루와 고추장을 넣은 매운 양념장에 볶은 음식이다.

Spicy Stir-fried Squid Blanched squid stir-fried with onions, carrots and cabbage in a spicy mixture of *gochujang* and red chili powder.

오징어볶음 (いか甘辛炒め) さつとゆがいたいかを、玉ねぎ、にんじん、キャベツなどと一緒に、粉唐辛子とコチュジャンを入れた辛口の薬味で炒めた料理。

辣炒鱿鱼 (炒鱿鱼) 略微焯过的鱿鱼与洋葱、胡萝卜、圆白菜等，用辣椒粉和辣酱调成的调味酱炒制即可。

Calamar sauté aux légumes Morceaux de calamar, légèrement blanchis, sautés à la sauce piquante à base de poudre et pâte de piment avec des oignons, des carottes et du chou blanc.

Calamaro saltato Calamaro spellato saltato con cipolla, carote e cavolo in una salsa piccante *gochujang* e peperoncino rosso.

Calamar salteado Calamar blanqueado salteado con cebollas, zanahorias y repollo, en una mezcla picante de *gochujang* y chile rojo en polvo.

Gebratener Tintenfisch Blanchierter Tintenfisch wird mit Zwiebeln, Karotten und Kohl in einer scharfen Mischung aus *Gochujang* und rotem Chilipulver mariniert.

الحبار المقلي حَبَّار معالج بالماء الحار أو البخار ومقلي مع البصل والجزر والملفوف في خليط بالتوابل من الـ *Gochujang* ومسحوق الفلفل الأحمر.

Mực xào Mực sau khi tẩy được xào với hành củ, cà-rốt và bắp cải trong nước tương cay gồm tương *gochujang* và bột ớt đỏ.



[두부김치] dubu kimchi

113

두부김치 잘 익은 김치에 돼지고기 목살이나 삼겹살을 얇게 썰어 넣고 볶은 뒤 따뜻하게 데운 두부를 곁들여 먹는 음식이다.

Tofu with Stir-fried Kimchi Well-aged sour *kimchi* stir-fried with thinly sliced pork shoulder or belly and served with warm tofu.

トubuキムチ (豆腐キムチ) 豚の肩ロースや三枚肉を薄切りにし、熟成したキムチと一緒に炒め、アツアツの豆腐に添えて食べる料理。

炒泡菜豆腐 将泡菜和五花肉一同翻炒，然后与热豆腐一同食用。

Tofu avec Kimchi sauté Tranches de tofu chaud, servies avec *du Kimchi* (chou fermenté), sauté avec de l'échine ou de la poitrine de porc.

Tofu con kimchi saltato Un *kimchi* agro ben invecchiato saltato con spalla o pancetta di maiale affettate sottili e servito con tofu caldo.

Tofu con kimchi salteado *Kimchi* agrio maduro salteado con rodajas finas de lomo de cerdo o panceta, servido con tofu tibio.

Tofu mit gebratenem Kimchi Lange fermentierter *kimchi* wird mit dünn geschnittener Schweineschulter oder Schweinebauch gebraten und mit warmem Tofu serviert.

التوفو مع الكيمشي المقلي الحامض المعتق مقلي مع شرائح كتف الخنزير الرقيقة أو معدته يقدم مع التوفو الدافئ.

Đậu phụ xào kim chi *Kimchi* đã đến độ chua được xào với thịt nạc vai hoặc thịt ba chỉ thái mỏng. Ăn cùng đậu phụ ấm.



구이:GUI GRILLED DISHES

고기나 생선, 채소 등을 불에 구워 만든 음식으로 굽는 방법과 양념에 따라 다양한 맛을 낸다.

Gui refers to grilled meat, fish or vegetables. Different methods of grilling and seasoning result in a great variety of *gui* dishes.

소고기편채 sogogi pyeonchae_116

떡갈비 tteok galbi_117

뚝배기불고기 ttukbaegi bulgogi_118

소갈비구이 so galbi gui_119

돼지갈비구이 dwaeji galbi gui_120

오리구이 ori gui_121

춘천닭갈비 Chuncheon dak galbi_122

곱창구이 gopchang gui_123

삼겹살 samgyeopsal_124

더덕구이 deodeok gui_125

황태구이 hwangtae gui_126

굴비구이 gulbi gui_127

고등어구이 godeungeo gui_128

116 [소고기편채] sogogi pyeonchae



소고기편채 소고기를 얇게 썰어 찹쌀가루 옷을 입혀 구운 뒤 생채소를 돌돌 말아 겨자소스에 찍어 먹는 음식이다. 소고기 부위에 따라 안심편채 또는 등심편채라고도 한다.

Pan-fried Beef with Vegetables Sliced beef coated with sweet rice powder and pan-fried until crisp. Shredded vegetables are wrapped in the beef and dipped in a soy-mustard sauce. Called *deungshim pyeonchae* (beef sirloin and vegetables) or *anshim pyeonchae* (beef tenderloin and vegetables) according to the beef cut.

セコギピョンチェ (牛로스 슬라이스) 薄切りにした牛肉にもち米粉をまぶして焼き、生野菜で巻いて辛子ソースにつけて食べる料理。ばら肉を使ったものはアンシムピョンチェ、ひれ肉を使ったものはトゥンシムピョンチェとも呼ばれる。

肉片菜丝 (牛肉卷) 将牛肉切成薄片裹上糯米粉，烤熟后卷上新鲜蔬菜，沾芥末汁食用。根据牛肉部位的不同，又称为里脊肉卷和背脊肉卷。

Bouchée de bœuf aux légumes Légumes frais enveloppés d'une fine tranche de bœuf (avec du bifteck on obtient du *Anshim pyeonchae* ; avec de l'entrecôte, le plat se nomme *Deungshim pyeonchae*) farinée et grillée. A assaisonner de sauce à la moutarde.

Manzo grigliato con verdure Manzo affettato passato nella farina di riso dolce e cotto in padella fin a farlo diventare croccante. Verdure sminuzzate avvolgono la carne che viene intinta in una salsa di senape e soia. Chiamato *deungshim pyeonchae* (lombata di manzo e verdure) o *anshim pyeonchai* (filetto di manzo e verdure) secondo il taglio di carne.

Carne frita con verduras Carne en rodajas embadurnadas con polvo de arroz, fritas hasta que estén crujientes. Las verduras ralladas se envuelven en la carne y se sumerge en una salsa de soja y mostaza. Llamado *deungshim pyeonchae* (solomillo de buey y verduras) o *anshim pyeonchae* (filete de res y verduras) según el corte de carne.

In der Pfanne gebratenes Rindfleisch mit Gemüse In Scheiben geschnittenes Rindfleisch wird mit süßem Reispulver bestreut und dann in der Pfanne gebraten, bis es knusprig ist. Das mit Gemüse gefüllte Rindfleisch wird dann in ein Soja-Senf-Soße getaucht. Wird auch je nach Fleischstück als *Deungshim Pyeonchae* (Rinderlende und Gemüse) oder *Anshim Pyeonchae* (Rinderfilet und Gemüse) bezeichnet.

لحم البقر المقلّي مع الخضار شرائح لحم البقر مغطاة بمسحوق الأرز الحلو ومقلية لتصبح مقرمشة. تلف الخضراوات المقطعة في لحم البقر وتغرق في صلصة الصويا والخردل. تسمى *Deungshim Pyeonchae* (لحم الخاصرة مع الخضار) أو *Anshim Pyeonchae* (لحم خاصرة البقرة الطري مع الخضار) حسب قطعة اللحم.

Thịt bò rán với rau Thịt bò thái mỏng bọc bột nếp rán giòn. Rau thái nhỏ cuộn trong thịt bò, chấm với nước tương – mù tạt. Món này mang tên *deungshim pyeonchae* hoặc *anshim pyeonchai* (thăn bò cuộn rau).



[떡갈비] tteok galbi

117

떡갈비 갈비 살을 곱게 다져 간장, 다진 마늘 등으로 양념하여 치댄 뒤 갈비뼈에 도톰하게 붙여 남은 양념장을 발라가며 구워 먹는 음식이다.

Grilled Short Rib Patties Minced beef rib meat seasoned with garlic and soy sauce, molded around the bone and chargrilled while brushing with a soy sauce mixture.

トッカルビ(粗挽きカルビ焼き) 挽いた牛ばら肉に、醤油、にんにくのみじん切りなどの薬味を加えてこね、あばら骨にくっつけて、残った薬味を塗りながら焼いた料理。

牛肉饼 (牛排饼) 将牛排骨肉切碎，与酱油、蒜蓉等调味料搅拌均匀再贴到排骨上，并把剩余的调味料抹到牛排上烤熟即可。

Côtes de bœuf hachées et grillées Côtes de bœuf hachées, assaisonnées à la sauce de soja et à l'ail haché, pétries puis aplaties. On rassemble ensuite la viande pétrie autour d'un os avant de faire griller le tout, nappé de marinade.

Polpette grigliate di costine Carne tritata di costina di manzo condita con aglio e salsa di soia, modellata intorno all'osso e grigliata alla brace spennellandola con una salsa di soia.

Empanadas de costillas cortas a la parrilla Carne picada de costillas sazonada con ajo y salsa de soja, que se moldea alrededor del hueso y se brasa, mientras se va aplicando una mezcla de salsa de soja con un pincel.

Gegrillte Rippchenbuletten Gehacktes Rinderrippchenfleisch wird mit Knoblauch und Sojasoße gewürzt, um den Knochen gewickelt und dann gegrillt. Während des Grillens wird das Fleisch mit einer Sojasoßenmischung bestrichen.

الكفتة المشوية لحمة الضلع المفرومة والمتبلّة بالثوم وصلصة الصويا، والمركبة حول العظم والمشوية أثناء تغطيتها بخليط صلصة الصويا.

Thịt sườn viên nướng Thịt từ sườn bò được băm nhỏ ướp tỏi và nước tương, được nặn thành hình miếng sườn nhỏ và nướng than thêm một chút nước tương.



118 [뚝배기불고기] ttukbaegi bulgogi

뚝배기불고기 간장 양념장에 썬 쇠고기를 뚝배기에 담고 육수를 넉넉하게 부어탕 처럼 끓인 음식이다. 당면을 함께 익혀 건져 먹기도 한다.

Bulgogi in an Earthenware Pot Soy-marinated *bulgogi* cooked with broth in an earthenware pot. Glass noodles may be added.

トウツペギブルコギ (土鍋ブルコギ) 醤油ベースの薬味に漬けた牛肉を土鍋に入れ、だし汁を加えて煮た料理。春雨を加えることもある。

砂锅烤牛肉 (砂锅烤肉) 将腌制的牛肉放入砂锅，再加入高汤煮熟即可。还可以放入粉丝食用。

Bulgogi dans une marmite en pierre chaude *Bulgogi* (bœuf mariné à la sauce de soja) cuit dans une marmite en pierre où l'on verse du bouillon. Selon les goûts, on peut y ajouter des vermicelles.

Bulgogi in un tegame di terracotta *Bulgogi* marinato nella soia e cotto nel brodo in un tegame di terracotta. Si possono aggiungere vermicelli cinesi.

Bulgogi en cazuela de barro *Bulgogi* marinado en soja cocinado con caldo en una olla de barro. Se le pueden añadir fideos transparentes.

Bulgogi im Tontopf In Sojasoße marinierte *bulgogi* werden in einem Tontopf mit Brühe gekocht. Glasnudeln können bei Bedarf hinzugefügt werden.

Bulgogi في أنية خزفية *Bulgogi* منقوع في الصويا ومطبوخ مع المرق في وعاء حجري. يمكن إضافة شعريات المعكرونة الشفافة.

Bulgogi in an Earthenware Pot *Bulgogi* ướp nước tương nấu cùng nước dùng trong nồi đất. Có thể thêm miến.



[소갈비구이] so galbi gui

119

소갈비구이 소갈비 살을 얇게 펴서 손질한 뒤 간장 양념장에 재었다가 숯불에 구워 먹는 음식이다.

Grilled Beef Ribs Beef short ribs butterflied or accordion cut, marinated in a sweet soy sauce mixture and chargrilled.

ソカルビクイ (牛カルビ焼き) 牛カルビの身を開いて醤油だれに漬けこみ、炭火で焼いた料理。

烤牛排 将牛排肉用调味汁腌制一下，放到炭火上烤熟即可。

Côte de bœuf grillée Côte de bœuf, coupée en fines tranches, ensuite marinée à la sauce de soja et grillée au feu de bois.

Costolette di manzo grigliate Pezzi di costolette tagliate a libretto o a fisarmonica, marinate in una salsa di soia dolce e grigliate alla brace.

Costillas de res a la parrilla Trocitos de costilla de res cortados en mariposa o acordeón, marinados en una salsa de soja dulce y asados a la parrilla.

Gegrillte Rinderrippchen Rinderrippchen werden vom Knochen geschält, in einer süßen Sojasoßenmischung mariniert und dann gegrillt.

ضلع البقر المشوي ضلع بقرية قصيرة مقطعة ومنقوعة في خليط الصويا الحلوة ومشوية.

Sườn bò nướng Sườn bò được xẻ hình bướm hoặc khứa, ướp trong nước tương ngọt và nướng than.

[돼지갈비구이] dwaeji galbi gui



돼지갈비구이 돼지갈비 살을 얇게 펴서 손질한 뒤 간장 양념장에 재었다가 숯불에 구워 먹는 음식이다. 고춧가루나 고추장을 넣어 맵게 양념하기도 한다.

Grilled Spareribs Pork spareribs butterflied or accordion cut, marinated in a sweet soy sauce mixture and chargrilled. Red chili powder or *gochujang* may be added for a spicier taste.

テジカルビクイ (豚カルビ焼き) 豚カルビの身を開いて醤油だれに漬けてみ、炭火で焼いた料理。粉唐辛子やコチュジャンで辛味を加えることもある。

烤猪排 将猪排肉用调味汁腌制以后放到炭火上烤熟即可。如果喜欢辣味，可在调味汁中可加入辣椒粉和辣酱。

Côte de porc grillée Côtes de porc coupées en tranches, marinées à la sauce de soja et grillées au feu de bois. A assaisonner, selon les goûts, avec de la poudre ou pâte de piment rouge.

Costine grigliate Pezzi di costine tagliate a libretto o a fisarmonica, marinate in una salsa di soia dolce e grigliate alla brace. Si può aggiungere polvere di peperoncino rosso o *gochujang* (pasta di peperoncino rosso) per dare un sapore piccante.

Costillas a la parrilla Trozos cortos de costilla de res cortados en mariposa o acordeón, marinados en una salsa de soja dulce y asados a la parrilla. Para dar un sabor más picante se puede agregar chile rojo en polvo o *gochujang* (pasta de chile rojo).

Gegrillte Spareribs Spareribs werden vom Knochen geschält, in einer süßen Sojasoßenmischung mariniert und dann gegrillt. Wenn es schärfer sein soll, kann *Gochujang* (rote Chilipaste) hinzugefügt werden.

أطراف أضلاع الخنزير أطراف أضلاع الخنزير مقطعة ومنقوعة في خليط صلصة الصويا الحلوة ومشوية. يمكن إضافة مسحوق الفلفل الأحمر أو الـ *Gochunjang* (معجون الفلفل الأحمر) للحصول على نكهة حادة وحارة.

Sườn nướng Sườn lợn được xẻ hình bướm hoặc khúc, tẩm ướp trong nước tương ngọt và nướng. Có thể cho thêm bột ớt đỏ hoặc *gochujang*(tương ớt) để gia tăng vị cay.



[오리구이] ori gui

121

오리구이 오리를 껍질째 먹기 좋게 썰어 소금, 후춧가루 등을 뿌려 구운 음식이다. 된장소스, 겨자소스 등을 찍어 먹고, 채소 쌈을 싸먹기도 한다.

Grilled Duck Sliced duck with skin on, seasoned with salt and pepper, and grilled. Served with *doenjang* (soybean paste) or mustard-soy dipping sauce. Also eaten wrapped in crispy vegetable leaves.

オリクイ (鴨肉焼き) 鴨肉を食べやすい大きさに皮ごと切り、塩、胡椒などをふって焼いた料理。テンジャンソースや辛子ソースにつけて食べたり、野菜で包んで食べる。

烤鸭肉 将鸭肉带皮切成适当大小，撒上盐和胡椒粉烤熟，食用时可沾黄酱或芥末汁，可也用蔬菜包起来食用。

Canard grillé Canard coupé en tranches avec sa peau, salé, poivré et grillé. A accompagner de sauce à base de pâte de soja ou de moutarde. Selon les goûts, peut se servir enveloppé dans une feuille de salade.

Anatra grigliata Anatra affettata con la sua pelle, condita con sale e pepe e grigliata. Servita con *doenjang* (pasta di soia) o con un dip di salsa di soia e senape. Si mangia anche avvolta in foglie di verdura croccanti.

Pato a la plancha Pato con su piel, en rodajas, sazonado con sal y pimienta y asado a la parrilla. Servido con *doenjang* (pasta de soja) o con una salsa de mostaza y soja para inmersión. También se come envuelto en hojas de verduras crujientes.

Gegrillte Ente In Scheiben geschnittenes Entenfleisch mit Haut wird mit Salz und Pfeffer gewürzt und dann gegrillt. Wird mit *doenjang* (Sojabohnenpaste) oder Senf-Soja-Soßen-Dip serviert. Wird auch in knackige Gemüseblätter gewickelt.

بط مشوي شرائح بط مع الجلد مبهرة بالملح والفلفل ومشوية. تقدم مع *Doenjang* (معجون فول الصويا) أو صلصة الخردل بالصويا. تؤكل أيضاً ملفوفة في أوراق الخضراوات الطازجة.

Vịt nướng Thịt vịt thái mỏng để nguyên da, ướp muối, hạt tiêu và nướng. Dùng cùng với *doenjang* (đậu nành tán nhuyễn) hoặc nước chấm mù tạt-đậu tương. Cũng được cuốn trong lá rau giòn.



122 [춘천닭갈비] Chuncheon dak galbi

춘천닭갈비 닭고기를 토막 내 고추장 양념장에 재었다가 뜨겁게 달군 팬에 기름을 두르고 양배추, 고구마, 당근, 떡 등과 함께 볶아 먹는 강원도 춘천의 향토 음식이다.

Chuncheon-Style Spicy Chicken Chicken pieces marinated in a *gochujang* sauce, and stir-fried in a flat grill pan with cabbage, sweet potato, carrots, or *tteok* (rice cakes). A local dish of Chuncheon city in Gangwon Province.

춘천닭갈비 (鶏肉の辛味鉄板焼き) 鶏肉をコチュジャンベースの薬味に漬けこみ、キャベツ、さつまいも、にんじん、お餅などと一緒に油をひいた鉄板で炒める。江原道春川(カンウォンド・춘천)의 郷土料理。

春川鸡胸肉 将鸡肉切成块状，用辣酱腌制一下，在煎锅中放入食用油，将腌制后的鸡肉和圆白菜、红薯、胡萝卜、年糕等一起炒熟食用。春川烤鸡肉是江原道春川的乡土饮食。

Poulet mariné grillé Plat typique de la région de Chuncheon. Morceaux de poulet marinés à la sauce de pâte de piment, sautés avec du chou blanc, des patates douces, des carottes et du *ttoek* (pâte de riz)

Pollo piccante grigliato Pezzi di pollo marinati in una salsa *gochujang* e saltati in una padella piatta per grigliate con cavolo, patata dolce, carote o *tteok* (tortino di riso). Un piatto locale della città di *chuncheon* nella provincia di *gangwon*.

Pollo a la parrilla picante Trozos de pollo marinado en una salsa *gochujang* y fritos en una sartén plana con repollo, batata, zanahoria o *tteok* (tortas de arroz). Un plato típico de la ciudad de Chuncheon en la Provincia de Gangwon.

Scharfes gegrilltes Huhn Hühnerfleischstücke werden in *Gochujang* Soße mariniert und dann in einer Pfanne mit Kohl, Süßkartoffeln oder *Tteok* (Reiskuchen) gegrillt. Ein typisches Gericht der Stadt *chuncheon* in der *gangwon*-Provinz.

دجاج مشوي بالتوابل قطع من الدجاج منقوعة بصلصة الـ *Gochunjang* ومقلية في مقلية منبسطة مع الملفوف والبطاطا الحلوة والجزر أو *tteok* (كعك الأرز). طبق محلي في مدينة *Chuncheon* بمقاطعة *Gangwon*.

Thịt gà nướng cay Thịt gà thái miếng được ướp trong nước tương *gochujang* và xào trong một chảo nướng mỏng với bắp cải, khoai lang, cà-rốt, (bánh gạo). Một món ăn địa phương của thành phố *Chuncheon* tại Tỉnh Gangwon.



[곱창구이] gopchang gui

123

곱창구이 소의 내장인 양과 곱창을 냄새가 나지 않도록 손질한 뒤 불에 구워 양념장을 찍어 먹거나 갖은 양념해서 구운 음식이다.

Grilled Beef Tripe Beef innards either marinated and grilled, or simply grilled and served with a seasoned sauce. The innards are thoroughly cleaned to remove any residual odor.

코ッチャンクイ (牛もつ焼き) 牛の内臓を下処理して臭みを取り、下味をつけて焼くか、焼いて薬味につけて食べる。

烤牛肠 将牛内脏洗净，放在火上烧烤，烤后可沾调味酱食用，或者将牛肚和牛小肠拌好调味酱再烤制食用。

Abats de bœuf grillés Abats de bœuf, préalablement nettoyés pour en ôter l'odeur, ensuite marinés et grillés. On peut également faire une grillade simple, sans marinade.

Trippa di manzo grigliata Trippa e frattaglie di manzo marinate e grigliate o semplicemente grigliate e servite con una salsa. Le interiora sono pulite a fondo per eliminare ogni odore residuo.

Callos de buey a la parrilla Callos y menudencias marinados y luego asados a la parrilla, o simplemente asados y servidos con una salsa condimentada. Las entrañas se limpian a fondo para eliminar cualquier olor residual.

Gegrillter Rindermagen Rindermagen und Innereien werden entweder mariniert und gegrillt oder einfach gegrillt und mit einer würzigen Soße serviert. Die Innereien werden gründlich gewaschen, um alle Gerüche zu entfernen.

أحشاء البقر المشوية أحشاء البقر والسجق إما منقوعة ومشوية أو مشوية فقط، تقدم مع صلصة بالتوابل. يتم تنظيف الأحشاء جيداً لإزالة أية روائح أو بقايا.

Xách bò nướng Xách bò và lòng non được ướp và nướng, hoặc nướng không và dùng với nước chấm. Các đồ trên được rửa sạch để loại bỏ mùi.



124 [삼겹살] samgyeopsal

삼겹살구이 돼지의 배 부위로 살코기와 지방이 삼겹으로 되어 있어 육질이 부드럽고 고소하다. 양념을 하지 않고 구워 소금이나 쌈장을 찍어 먹고 채소에 쌈을 싸 먹기도 한다.

Grilled Pork Belly Streaky pork belly grilled and dipped in salt or *ssamjang* (red soy paste dip). Also eaten wrapped in lettuce leaves.

サムギョクサルクイ(豚の三枚肉焼き) 豚の腹部の肉は赤身と脂身が交互に3層になっているため、柔らかく味も良い。そのまま焼いて、塩や合わせ味噌をつけて食べたり、野菜で包んで食べる。

烤五花肉 五花肉是猪肚腩，因瘦肉和脂肪交替，因此肉质软嫩可口。五花肉直接上火烤熟后沾盐食用，或用蔬菜包起来食用。

Poitrine de porc grillée Grillade de poitrine de porc, tendre et savoureuse grâce à ses trois couches alternées de viande et de gras. A accompagner de sauce ou à envelopper dans une feuille de salade.

Pancetta di maiale grigliata Strisce di pancetta di maiale grigliate e tuffate in sale o *ssamjang* (dip di pasta di soia rosso). Si possono mangiare anche avvolte in foglie di lattuga.

Panceta a la plancha Panceta con grasa asada a la plancha y mojada en sal o *ssamjang* (salsa de pasta de soja roja). También se come envuelta en hojas de lechuga.

Gegrillter Schweinebauch Durchwachsener Schweinebauch wird gegrillt und dann in Salz oder *Ssamjang* (Dip aus roter Sojapaste) getaucht. Wird auch in Salatblätter eingewickelt serviert.

معدة الخنزير المشوية معدة خنزير مخططة مشوية ومغطسة بالملح أو *ssamjang* (معجون الصويا الحمراء). تؤكل أيضاً ملفوفة بورق الخس.

Ba chỉ nướng Thịt ba chỉ nướng và chấm muối hoặc *ssamjang* (đậu tương đỏ tán nhuyễn). Còn được gói trong lá rau diếp.



[더덕구이] deodeok gui

125

더덕구이 인삼 못지않은 약효와 특유의 씹살한 맛과 향을 지닌 뿌리채소 더덕에 매콤 달콤한 고추장 양념장을 발라 구운 음식이다.

Grilled Deodeok *Deodeok* (bonnet bellflower root) brushed with sweet and spicy *gochujang* sauce and grilled. The slightly bitter *deodeok* root also has health benefits similar to ginseng.

トドクイ (つるにんじんの辛味焼き) ファンテは冬に干したスケトウダラこと。開いて骨を取り除き、ぶつ切りにしたものに、コチュジャンベースの薬味を塗って焼いた料理。

烤沙参 沙参具有不亚于人参的药效及特有的微苦口感。烤沙参时，将辣中微甜的辣酱涂抹到沙参片烤熟即完成。

Racine de Codonopsis lanceolata grillée Grillade de *Deodeok* (racine de *Codonopsis lanceolata*) à la sauce sucrée-salée à base de pâte de piment. Cette racine est connue pour ses propriétés médicinales semblables à celles du ginseng, et pour son goût caractéristique.

Deodeok grigliato *Deodeok* (radice di *codonopsis lanceolata*) spennellata con salsa *gochujang* dolce e piccante e grigliata. La radice di *deodeok* leggermente amara ha dei benefici per la salute simili a quelli del ginseng.

Deodeok a la parrilla *Deodeok* (raíz de la flor de campanilla) mojado con salsa dulce y picante *gochujang* y asado a la plancha. La raíz *deodeok* es ligeramente amarga y tiene virtudes saludables similares a las del *ginseng*.

Gewürzter und getrockneter Pollack *Deodeok* (Glockenblumenwurzel) wird mit süßer und scharfer *Gochujang* Soße bepinselt und dann gegrillt. Die etwas bittere *Deodeok* Wurzel hat eine ähnliche gesundheitliche Wirkung wie Ginsen.

الـdeodeok المشوي جذور زهرة الجريس مغطاة بصلصة *Gochujang* الحلوة المتبلة والمشوية. جذور زهرة الجريس المرّة قليلاً لها فوائد صحية شبيهة بفوائد نبات الجنسنغ.

Deodeok nướng *Deodeok* (rễ hoa chuông) nêm với nước tương *gochujang* ngọt và cay rồi nướng. Loại rễ *deodeok* có vị hơi đắng này còn có ích lợi cho sức khỏe tương tự như sâm.



126 [황태구이] hwangtae gui

황태구이 황태는 명태를 겨울바람에 말린 것으로, 반으로 갈라 등뼈와 가시를 발라내고 적당히 토막 낸 다음 고추장 양념장을 발라 구운 음식이다.

Seasoned and Grilled Dried Pollack Winter air-dried pollack (*hwangtae*) filleted, deboned, and brushed with a *gochujang* sauce and grilled.

ファンテクイ (スケトウダラの辛味焼き) ファンテは冬に干したスケトウダラこと。開いて骨を取り除き、ぶつ切りにしたものに、コチュジャンベースの薬味を塗って焼いた料理。

烤干明太鱼 (烤黄鱼) 黄鱼是在冬季将明太鱼晾晒而成。烤黄鱼时，将黄鱼剖开，剔除鱼骨，切成段，裹上辣酱烤制即可。

Merlan séché grillé *Hwangtae* (merlan séché au vent d'hiver) désarrêté, coupé et grillé avec une sauce à base de pâte de piment rouge.

Pollack essiccato condito e grigliato Pollack (*hwangtae*) invernale essiccato, filettato, disossato e spennellato con una salsa *gochujang* e grigliato.

Colín seco sazonado y asado Colín de invierno secado al aire (*hwangtae*) fileteado, deshuesado, rozado con una salsa de *gochujang* y asado a la plancha.

Gewürzter und getrockneter Pollack Winter-luftgetrockneter Pollack (*Hwangtae*) wird filetiert, entgrätet, mit *Gochujang* Soße bepinselt und gegrillt.

سمك البولاق المجفف والمشوي بالتوابل فيليه سمك البولاق المجفف في الهواء في فصل الشتاء *hwangtae* مغطى بصلصة الـ *Gochujang* ومشوي.

Cá pô-lắc khô tẩm và nướng Cá pô-lắc phơi qua gió đông (*hwangtae*) được thái fi-lê, lọc xương, nêm thêm tương *gochujang* và nướng.



[굴비구이] gulbi gui

127

굴비구이 굴비는 조기에 소금을 뿌려 말린 것으로 석쇠나 팬에 기름을 두르고 그 위에 올려 구운 음식이다. 씨알이 굵고 기름기가 적은 영광 지방 굴비를 최고로 친다.

Grilled Dried Yellow Croaker Salted and dried yellow croaker (*gulbi*) grilled or pan-fried. Yellow croakers from the Yeong-gwang region are considered to be of the highest quality and taste.

库尔ビクイ (塩イシモチ焼き) 库尔ビは塩をふったイシモチを干したもの。油をひいたフライパンや焼き網で焼いて食べる。卵がぎゅっと詰まって脂の少ない全羅南道靈光(チョルラナムド・ヨンガン)の库尔ビが最高とされる。

烤鱼 (烤干黄花鱼) 干黄花鱼是将新鲜黄花鱼用盐腌渍晾晒而成。烤干黄花鱼时, 在鱼身涂抹一层食用油, 在烤架或煎锅中烤制即可。鱼籽饱满、脂肪含量低的灵光干黄花鱼最受欢迎。

Ombrine séchée grillée Le *gulbi* (ombrine salée et séchée) se mange grillé ou poêlé. C'est dans la région Younggwang, que ce poisson est réputé être le meilleur car sa chair est épaisse et pauvre en graisses.

Ombrina gialla essiccata e grigliata Ombrina gialla (*gulbi*) salata ed essiccata grigliata o saltata. Le ombrine gialle della zona di Yeong-gwang sono considerate di ottima qualità e sapore.

Corvina seca asada Corvina salada y seca (*gulbi*) a la parrilla o frita en sartén. Se considera que la corvina amarilla de la zona de Yeong-Gwang es de la más alta calidad y mejor sabor.

Gegrillter getrockneter gelber Umberfisch Gesalzener und getrockneter gelber Umberfisch (*gulbi*) wird gegrillt oder in der Pfanne gebraten. Gelber Umberfisch aus der Yeong-Gwang-Region hat die höchste Qualität und den besten Geschmack.

سمك النعاب الأصفر المجفف المشوي سمك النعاب الأصفر المجفف والمملح مشوي أو محمص بالمقلي. تعتبر سمكة النعاب الأصفر من منطقة Yeong Gwang الأفضل نوعية ونكهة.

Cá dù vàng khô nướng Cá dù vàng khô muối (*gulbi*) nướng hoặc rán. Cá dù vàng đến từ vùng Yeong-gwang được coi là có chất lượng cao và hương vị ngon nhất.

128 [고등어구이] godeungeo gui



고등어구이 고등어에 굵은 소금을 뿌린 뒤 반으로 갈라 석쇠나 팬에 구운 음식이다. 미리 소금을 뿌려 꾸덕꾸덕하게 말리거나, 소금에 절여 구워 먹기도 한다.

Grilled Mackerel Mackerel sprinkled with coarse sea salt and grilled or pan-fried. Mackerel is sometimes salted and half dried, or heavily salted for storage.

コドンオクイ (塩さば焼き) あら塩をふったさばを開いて、フライパンや焼き網で焼いたもの。塩をふって干したり、塩漬けにしたものを焼いて食べてもおいしい。

烤青花鱼 (青花鱼) 把用粗盐腌渍的青花鱼剖开, 用烤架或煎锅烤熟即可。

Maquereau grillé Le *godeungeo* (maquereau) se mange grillé ou poêlé. Le maquereau peut être salé et séché bien à l'avance ou juste avant la cuisson.

Maccarello grigliato Maccarello aperto a libretto, cosperso con sale marino grosso e grigliato o saltato. Il maccarello è talvolta salato e semi-essiccato o salato moltissimo per la conservazione.

Caballa a la plancha Caballa cortada en mariposa, con sal marina gruesa, asada a la parrilla o frita en sartén. La caballa a veces se sala y se seca no completamente, o se sala mucho para su almacenamiento.

Gegrillte Makrele Im Schmetterlingsschnitt aufgeschnittene Makrele wird mit grobem Salz bestreut und dann gegrillt oder in der Pfanne gebraten. Makrele wird auch manchmal eingesalzen und halb getrocknet oder zur längeren Aufbewahrung ganz eingesalzen.

سمك الماكريل المشوي قطع سمك الماكريل يرش عليه الملح البحري الخشن ويشوى أو يحمص في المقلية. يملح سمك الماكريل أحياناً ويجفف جزئياً، أو يملح كثيراً للتخزين.

Cá thu nướng Cá thu xẻ hình bướm rắc thêm muối biển rồi nướng hoặc rán. Cá thu đôi khi đã được tẩm muối và sấy gần khô hoặc tẩm đậm muối để bảo quản.

전: JEON

PAN-FRIED DELICACIES

해물이나 고기, 채소 등을 얇게 썰거나 다져 양념한 뒤 밀가루나 달걀을 묻혀 기름에 지진 음식이다.

Jeon refers to seafood, meat or vegetables thinly sliced and seasoned, coated with flour and pan-fried.

녹두전 nokdu jeon_130

감자전 gamja jeon_131

파전 pajeon_132

해물파전 haemul pajeon_133

김치전 kimchi jeon_134

계란말이 gyeranmari_135

송이산적 songi sanjeok_136

화양적 hwayang jeok_137

모듬전 modeum jeon_138





130 [녹두전] nokdu jeon

녹두전 녹두를 물에 불려 껍질을 벗긴 뒤 곱게 갈아 쇠고기나 돼지고기, 숙주, 고사리, 배추김치 등을 넣고 지진 음식이다. 불린 멥쌀을 갈아 섞으면 맛이 더 부드럽다.

Mung Bean Pancake Stone ground mung beans, sliced beef or pork, mung bean sprouts, fiddleheads, and cabbage *kimchi* mixed into a batter and shallow-fried on a griddle. Ground rice may be added to soften the taste.

ノットウチョン=ピンデトツ (緑豆のチヂミ) 水でふやかした緑豆の皮をむいて細かく挽き、牛肉や豚肉、緑豆もやし、わらび、白菜キムチなどを加えて油で焼いた料理。水でふやかしたうるち米を挽いて混ぜると、いっそうなめらかな口当たりになる。

煎绿豆饼 将绿豆用水泡发，去皮后磨浆，然后加入牛肉或猪肉、绿豆芽、蕨菜、泡菜等煎制而成。如果将大米泡发磨浆后加入其中，口感会更软嫩。

Galette de poudre de haricots mungo Galette à base de *nokdu* (haricots mungo) écosés dans de l'eau et finement broyés. Le *nokdu* est mélangé avec des pousses de haricots mungo, du bœuf ou du porc, des fougères, du *kimchi* (chou fermenté) ou du riz non gluant (pour adoucir le goût) puis on poêle la galette ainsi obtenue.

Pancake di fagioli Mung Fagioli mung macinati con la pietra, manzo o maiale affettati, germogli di fagioli mung, felci fiddleheads e kimchi di cavolo immersi nella pastella e fritti in poco olio su una piastra. Si può aggiungere riso macinato per ammorbidire il sapore.

Tortilla de frijol mungo Pasta hecha con una mezcla de frijoles mungo molidos en un molino de piedras, carne de res o de cerdo en rodajas, brotes de frijol mungo, helechos y *kimchi* de col y frita en una sartén poco profunda. Se le puede añadir arroz molido para suavizar el sabor.

Mung-Bohnen-Pfannkuchen Gemahlene Mung-Bohnen, in Scheiben geschnittenen Rindfleisch oder Schweinefleisch, Mung-Bohnensprossen, Farnspitzen und Kohl-*Kimchi* werden in einen Teig gerührt und dann zu Pfannkuchen herausgebacken. Um den Geschmack zu mildern kann auch gemahlener Reis hinzugefügt werden.

fiddlehead **كعكة فول المانغ بالمقلی** فول المانغ المطحون بالحجر، شرائح البقر أو الخنزير، براعم فول المانغ، نبات الخنشار وملفوف الكمشي، يتم خلطه. كما يمكن إضافة الأرز المطحون.

Bánh xèo đậu xanh Đậu xanh xay, thịt bò hay lợn thái mỏng, giá đậu xanh, dương xỉ đầu violon, *kimchi* cải thảo trộn thành bột và rán. Có thể thêm gạo xay để tăng mùi hương nhẹ nhàng.



[감자전] gamja jeon

131

감자전 감자를 강판에 간 다음 건더기와 가라앉힌 앙금에 소금을 넣어 지진 전이다. 불린 멥쌀 간 것을 섞거나 당근, 양파, 부추 등을 넣기도 한다.

Pan-fried Potato Pancake Grated potato mixed with seasoning and shallow-fried on a griddle. The potato starch sediment is also salted and added to the batter. Ground rice can be added as well as carrots, onion, or chives.

カムジャチョン (じゃがいものチヂミ) すりおろしたじゃがいもに塩を加え、油で焼いた料理。水でふやかしたうるち米を挽いたものや、にんじん、玉ねぎ、にらなどを加えることもある。

土豆煎饼 土豆饼是把土豆绞碎后，加入盐煎制而成，还可以加入米浆或胡萝卜、洋葱、韭菜等。

Galettes de pommes de terre Galette de pommes de terre râpées et mélangées à leur amidon. On mélange cette pâte avec du riz non gluant préalablement trempé dans de l'eau et puis broyé, des carottes, des oignons ou de la ciboulette.

Pancake di patate saltate Patate grattugiate e fritte in poco olio su una piastra. Il residuo di amido di patate è salato e aggiunto alla pastella. Si può aggiungere riso macinato oppure carote, cipolla o erba cipollina.

Tortilla de patata frita Patata rallada mezclada con condimento y frita en una sartén poco profunda. El sedimento de fécula de patata se sala y se añade a la masa. Se le puede añadir arroz molido, así como zanahorias, cebolla o cebollino.

In der Pfanne gebratene Kartoffelpfannkuchen Geriebene Kartoffeln werden gewürzt und dann in einer Pfanne herausgebacken. Die Kartoffelstärke wird gesalzen und zum Teig hinzugefügt. Es können auch gemahlener Reis, Karotten, Zwiebeln oder Schnittlauch hinzugefügt werden.

كعك البطاطا الرقيقة المقلية بطاطا مبروشة ومخلوطة مع التوابل مقلية على صفيحة الشواء. يتم كذلك إضافة الملح إلى الرواسب النشوية من البطاطا وإضافتها إلى الخليط. كما يمكن إضافة الأرز المطحون والجزر والبصل أو الثوم المعمر.

Bánh xèo khoai tây Khoai tây nạo trộn với gia vị và rán. Bột khoai lắng ở dưới được trộn thêm chút muối và cho thêm vào bột nhào. Có thể thêm gạo xay, cà-rốt, hành củ hoặc hành lá.



132 [파전] pajeon

파전 연한 쪽파를 주재료로 만든 전으로 밀가루 반죽에 길쭉길쭉하게 썬 파를 섞어 부친 다음 초간장을 찍어 먹는다.

Green Onion Pancake Tender young green onions mixed with a flour batter and pan-fried in oil. Served with a soy vinaigrette dipping sauce.

パチョン (ねぎのチヂミ) 柔らかい細ねぎを主材料にしたチヂミ。小麦粉の生地にもめに切ったねぎを混ぜて油で焼き、酢醤油につけて食べる。

葱煎饼 把小葱切成长段，与面糊拌在一起煎制，沾酱汁食用。

Galettes de poireaux Galette de petits poireaux coupés en longueur, accompagnée de sauce de soja vinaigrée.

Pancake di cipolle verdi Cipollotti verdi teneri in una pastella di farina fritti nell'olio. Serviti con un dip di salsa di soia vinaigrette.

Tortilla de cebolla verde Cebollas verdes tiernas mezcladas con una masa de harina y fritas en aceite. Servido con una salsa vinagreta de soja para mojar los pedazos de tortilla.

Pfannkuchen mit Frühlingszwiebeln Zarte junge Frühlingszwiebeln werden mit einem Teig gemischt und dann herausgebacken und mit einer Soja-Vinaigrette serviert.

كعك البصل الأخضر الرقيق بصل أخضر ناعم طري مع خليط من الطحين ومقلي بالزيت. يقدم مع صلصة الصويا للغمس.

Bánh xèo hành lá Hành lá non trộn với bột mỳ và rán dầu. Chấm với nước tương.



[해물파전] haemul pajeon

133

해물파전 밀가루 반죽에 길쭉길쭉하게 썬 쪽파와 오징어, 새우, 조갯살, 굴 등을 넣어 부친 음식이다. 초간장을 곁들여 찍어 먹는다.

Seafood and Green Onion Pancake Tender young green onion stems folded into a flour batter with squid, clam meat, and oysters, and pan-fried. Served with a soy vinaigrette dipping sauce.

해물파전 (海鮮とねぎのチヂミ) 小麦粉の生地、長めに切ったねぎ、いか、えび、貝、牡蠣などを混ぜて油で焼いた料理。酢醤油につけて食べる。

海鮮煎饼 面糊中加入小葱段、鱿鱼、虾、蛤蜊肉、牡蛎等煎制，沾酱汁食用。

Galettes aux fruits de mer Galette de poireaux coupés en longueur et de calamars, crevettes, chair de coquillages ou huîtres. S'accompagne de sauce de soja vinaigrée.

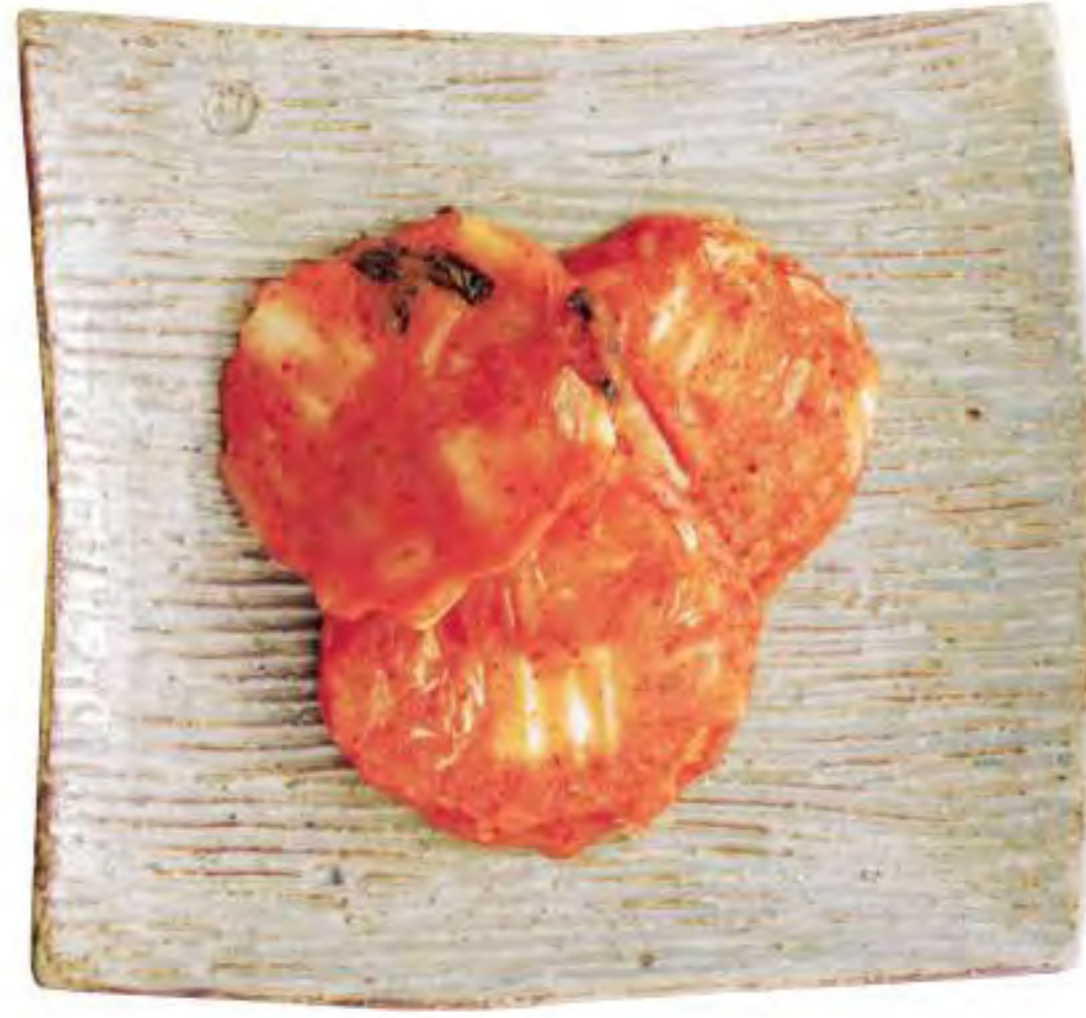
Pancake di frutti di mare e cipolle verdi Gambi di cipollotti verdi teneri avvolti in una pastella di farina con calamari, molluschi e ostriche e fritti. Serviti con un dip di salsa di soia vinaigrette.

Tortilla de marisco y cebolla verde Tortilla de tallos tiernos de cebolla verde inmersos en una masa de harina con calamar, carne de almeja y ostras, frita en sartén. Servido con una salsa vinagreta de soja para mojar los pedazos de tortilla.

Pfannkuchen mit Meeresfrüchten und Frühlingszwiebeln Zarte junge Frühlingszwiebeln werden mit Teig und Tintenfisch, Krabbenfleisch und Austern gemischt und dann herausgebacken und mit einer Soja-Vinaigrette serviert.

أعشاب بحرية مع كعك البصل الأخضر الرقيق سيقان البصل الأخضر الطري المغطاة بخليط من الطحين مع الحبار أو لحم البطليوس والمحار. يتم قليه وتقديمه مع صلصة الصويا.

Bánh xèo hải sản và hành lá Cọng hành lá non trộn trong bột mỳ với mực, ngao, hào và rán. Chấm với nước tương.



134 [김치전] kimchi jeon

김치전 밀가루 반죽에 잘 익은 김치를 송송 썰어 넣고 부친 전이다. 잘게 썬 돼지고기나 오징어, 조갯살 등을 섞어 부치기도 한다.

Kimchi Pancake Slices of well-fermented *kimchi* mixed into a flour batter and pan-fried. Finely chopped pork, squid, and clam meat may be added to the batter.

김치쵸ン (김치의치미) 小麦粉の生地に熟成したキムチを切り入れて、油で焼いた料理。豚肉の細切れや、いか、貝などを混ぜてもおいしい。

泡菜餅 (泡菜煎餅) 泡菜切丝拌入面糊中煎制而成，还可加入猪肉、鱿鱼、蛤蜊肉等煎制。

Galettes de Kimchi Galette de *Kimchi* (chou fermenté) haché. Selon les goûts, on peut ajouter du porc haché, des calamars ou de la chair de coquillages.

Kimchi Pancake Fettine di *kimchi* ben fermentato intinte in una pastella di farina e fritte in padella. Si può aggiungere alla pastella maiale, calamari e vongole tritati fini.

Tortilla de kimchi Rebanadas de *kimchi* bien fermentado en una masa de harina y fritas en sartén. Se puede añadir a la masa carne de cerdo finamente picada, calamar y carne de almeja.

Kimchi-Pfannkuchen Scheiben von lange fermentiertem *kimchi* werden mit Teig gemischt und herausgebacken. Fein gewürfeltes Schweinefleisch, Tintenfisch und Krabbenfleisch können auch zum Teig hinzugefügt werden.

كعك الكيمشي الرقيق اشرايح الكيمشي المخمرة جيداً مع عجين الطحين، المقلية. يمكن إضافة لحم الخنزير المفروم جيداً أو الحبار أو لحم البطلينوس إلى الخليط.

Bánh xèo kim chi Những miếng *kimchi* lên men đủ độ được thái mỏng, trộn với bột và rán. Thịt bò, mực và ngao thái mỏng có thể thêm vào bột nhào.



[계란말이] gyeranmari

135

계란말이 달걀을 깨뜨려 저은 뒤 송송 썬 파와 곱게 다진 당근, 양파 등의 채소를 넣고 소금 간하여 기름을 두른 팬에 얇게 펼치고 서서히 익혀 둥글게 만 음식이다.

Rolled Omelette Eggs mixed with chopped green onions, carrots, and onions, fried and rolled up.

タルギョルマリ (韓国式卵焼き) 溶き卵に、刻んだねぎ、にんじん、玉ねぎなどの野菜を加え、塩で味付けしたものを、油をひいたフライパンに広げて焼きながら巻いた料理。

鸡蛋卷 把小葱、胡萝卜、洋葱等蔬菜切碎放入鸡蛋浆中，并加入食用盐，在煎锅中放入食用油，将鸡蛋浆倒入煎锅中煎熟并卷起来即完成鸡蛋卷。

Omelettes roulées Œufs battus, légèrement salés et mélangés avec des poireaux, des carottes ou des oignons hachés. Cuit à feu doux, dans une poêle huilée, en repliant progressivement l'omelette sur elle-même.

Omelette arrotolata Uova sbattute con cipolle verdi, carote e cipolle tritate, fritte in una padella e arrotolate.

Tortilla enrollada Tortilla de huevos batidos mezclados con cebolla verde picada, zanahorias y cebollas, frita en una sartén y enrollada.

Gerolltes Omelette Geschlagene Eier werden mit gehackten Frühlingszwiebeln, Karotten und Zwiebeln gebraten und dann aufgerollt.

عجة ملفوفة بيض مخفوق مخلوط مع البصل الأخضر والجزر والبصل المفروم، مطبوخة في مقلى وملفوفة.

Ốp-lét cuộn Trứng đánh kỹ trộn với hành lá, cà rốt, hành củ thái mỏng, rán và cuộn tròn kiểu ốp-lét.



136 [송이산적] songi sanjeok

송이산적 송이버섯은 소금과 참기름으로 간하고 쇠고기는 송이버섯과 비슷한 길이로 썰어 양념한 다음 꼬치에 번갈아 꿰어 구운 음식이다.

Pine Mushroom Brochette Pine mushrooms brushed with salt and sesame oil, and alternately threaded on a skewer with soy-marinated beef strips and grilled.

ソングイサンジョツ (松茸の串焼き) 塩とごま油で味付けした松茸と、松茸と同じ長さに切って薬味で味付けした牛肉を、串に交互に通して焼いた料理。

松茸烤肉串 松茸用盐和麻油调味, 将牛肉和松茸切成同样大小, 调味以后依次串起来烤制即可。

Brochettes de champignons Songi Brochettes de tranches de Songi (champignon des pins) et de bœuf mariné. Les ingrédients sont préalablement salés et assaisonnés d'huile de sésame.

Spiedino di funghi matsutake Funghi matsutake spennellati con sale e olio di sesamo, infilati sullo spiedo alternati con strisce di manzo marinato nella soia e grigliati.

Brocheta de hongos de pino Hongos de pino pincelados con sal y aceite de sésamo, ensartados en un pincho alternativamente con tiras de carne marinada en salsa de soja, asados a la parrilla.

Reizker am Spieß Reizkerpilz wird mit Salz und Sesamöl bepinselt und abwechselnd mit in Sojasoße mariniertem Rindfleisch auf Holzspieße aufgespießt und gegrillt.

الفطر الصنوبري على السبخ الفطر الصنوبري مغطى بالزيت والسهم مشكوك بالأسياخ مع شرائح لحم البقر المنقوعة بالصويا والمشوية.

Xiên nấm mỡ Nấm mỡ được rắc chút muối và dầu mè gắn lên xiên xen kẽ với thịt bò đã ướp nước tương và nướng.



[화양적] hwayang jeok

137

화양적 도라지, 쇠고기, 당근, 버섯, 파 등을 살짝 볶은 다음 색을 맞춰 꼬치에 꿰어 기름에 부친 음식으로 추석 때 많이 먹는다. 화양은 도라지를 의미한다.

Beef and Vegetable Brochette A multicolored brochette of sautéed bellflower roots, beef, carrots, mushrooms and green onions threaded onto a skewer and pan-fried. Traditionally made on Chuseok (Harvest Moon Festival). ‘*Hwayang*’ means ‘bellflower.’

フヤンジョツ (五色の串焼き) ききょう、牛肉、にんじん、きのこ、ねぎなどにさっと火を通し、彩りよく串に通して油で焼いた料理。日本の旧盆にあたるチュソクによく食べられる。フヤン(華陽)はトラジ(ききょう)のこと。

华阳炙 (华阳烤串) 将桔梗、牛肉、胡萝卜、蘑菇、葱等略微炒一下，然后颜色搭配串起来，用食用油煎制而成。这里华阳代表桔梗，华阳烤串多在中秋节食用。

Brochettes colorées Brochettes d’ingrédients divers : Hwayang (racines de campanule), bœuf, carottes, champignons et poireaux. Ces ingrédients sont revenus à la poêle avant d’être cuits en brochette. C’est un plat typique de Chuseok, la fête des moissons.

Spiedino di manzo e verdure Un coloratissimo spiedino di radici di crisantemo commestibile, manzo, carote, funghi e cipolle verdi infilzati in uno spiedo e saltati in padella. Tradizionalmente fatta per il chuseok (Festival del raccolto e della luna). ‘*hwayang*’ significa “crisantemo”.

Brocheta de carne y verduras Una brocheta multicolor hecha de raíces de flor de campanilla salteadas, carne de res, zanahorias, champiñones y cebollas verdes ensartados en una brocheta y fritos en sartén. Tradicionalmente se prepara para el *chuseok* (festival de la luna de cosecha). ‘*hwayang*’ es la flor de campanilla.

Rindfleisch und Gemüse am Spieß Ein Spieß aus gebratener Glockenblumenwurzel, Rindfleisch, Karotten Pilzen und Frühlingszwiebeln. Traditionell zum Chuseok (Herbstmondfest) zubereitet. ‘*hwayang*’ bedeutet in etwa ‘Glockenblume.’

لحم البقر والخضراوات على السيخ سيخ متعدد الألوان من جذور زهرة الجريس المقلية ولحم البقر والجزر والفطر والبصل الأخضر، مقلية بقليل من الزيت. تعد تقليدياً يوم *chuseok* (مهرجان حصاد القمر). معنى *hwayang* هو زهرة الجريس.

Xiên thịt bò rau Xiên nhiều màu sắc gồm rễ hoa chuông, thịt bò, cà-rôt, nấm và hành lá và rân. Thường được làm trong dịp lễ (Lễ hội Trung thu). ‘*Hwayang*’ nghĩa là ‘hoa chuông.’



모듬전_생선전·쇠고기전·애호박전·표고전 고기, 생선, 채소 등 다양한 재료에 밀가루나 달걀옷을 입혀 부친 전을 색깔 맞춰 보기 좋게 담아낸 음식이다. (셋, 다섯, 아홉 등 주로 홀수로 담아 낸다.)

Assorted Pan-fried Delicacies: fish jeon, beef jeon, courgette jeon, shitake mushroom jeon A colorful dish of beef, fish, and vegetable slices coated in flour or egg batter and pan-fried. The assorted *jeons* are tastefully arranged on a plate. (The assortment usually consists of an odd number of *jeons* such as three, five or seven.)

모듬전_생선전·쇠고기전·애호박전·표고전 (チヂミの盛り合わせ_魚のチヂミ・牛肉のチヂミ・ズッキーニのチヂミ・椎茸のチヂミ) 肉、魚、野菜などの様々な材料に小麦粉や卵の衣をつけて油で焼いたものを、彩りよく盛った料理。(3、5、9種など奇数の組み合わせが多い。)

煎饼拼盘-煎鱼·剪牛肉·煎葫芦·煎香菇 把肉、鱼、蔬菜等多种食材裹上蛋清煎好，然后根据颜色装盘。(一般以三、五、九种装盘，多拼成单数。)

Assortiment de petites galettes Assortiment de galettes composées d'ingrédients divers (poisson, bœuf, courgettes et Shiitake), farinés, trempés dans de l'œuf battu puis poêlés. Ces galettes se servent en nombre impair : 3, 5 ou 7 galettes par assiette.

Assortimento di prelibatezze fritte: jeon di pesce, jeon di manzo, jeon di zucchine, jeon di funghi shitake Un piatto colorato di fettine di manzo, pesce e verdure infarinate o passate in una pastella di uovo e fritte. I vari *jeon* sono disposti ad arte su un piatto da portata.

Surtido de delicias fritas: jeon de pescado, jeon de carne de res, jeon de calabacín, jeon de hongos shitake Un plato colorido de cortes de carne, pescado y verduras, recubiertos de masa de harina o huevo y fritos en sartén. Los *jeons* variados se disponen artísticamente en un plato.

Gemischte in der Pfanne gebratene Köstlichkeiten: Fisch Jeon, Rindfleisch Jeon, Zucchini Jeon, Shiitake-Pilz Jeon Ein farbenfrohes Gericht aus Rindfleisch, Fisch und Gemüsescheiben, die in Teig getaucht und dann herausgebacken werden.

مأكولات متنوعة شهية مقلية: سمك مقلي, لحم بقر مقلي, الكوسا الصغير المقلي, فطر شيتاكي المشوي طبق مكون من لحم البقر والسمك وشرائح الخضار المغطاة بالطحين أو البيض المخفوق بالطحين ومقلية. تُرتب العناصر المقلية بشكل جميل على الطبق.

Các món rán: jeon cá, jeon bò, jeon bí xanh, jeon nấm hương Một món ăn nhiều sắc màu làm từ thịt bò, cá, rau thái mỏng bọc bột hoặc trứng rồi rán. *Jeons* được trình bày ngon mắt trên đĩa.



회: HWE RAW DISHES

고기나 생선 등을 날것으로 썰어 먹거나 살짝 익혀 먹는 음식이다.

Fresh meat or fish, sliced and eaten raw or rare.

육회 yuk hwe_140

생선회 saengseon hwe _141

홍어회무침 hongeo hwe muchim _142



140 [육회] yuk hwe

육회 소의 살코기를 가늘게 썰어 간장이나 고추장을 넣고 다진 마늘, 참기름, 설탕으로 버무린 다음 채 썬 배와 함께 먹는 날 음식이다. 달걀노른자를 곁들여 섞어 먹기도 한다.

Korean Beef Tartare Thinly sliced lean cut of raw beef seasoned with soy sauce or *gochujang*, sesame oil and sugar and mixed with julienned Asian pear. Sometimes topped with an egg yolk.

ユツフェ (ユツケ) 牛肉の赤身を細切りにし、醤油やコチュジャン、にんにくのみじん切り、ごま油、砂糖などを加えて和え、細切りにした梨と一緒に食べる。卵の黄身を添え、混ぜて食べてもおいしい。

生拌牛肉 (生肉片) 将瘦牛肉切丝，放入酱油或辣酱，再加入蒜蓉、麻油、糖拌匀，与梨丝一同食用，有时还拌入蛋黄食用。

Tartare de bœuf à la coréenne Bœuf cru finement tranché, mariné à la sauce de soja ou de pâte de piment et assaisonné d'ail haché, d'huile de sésame, et de sucre. A manger avec des tranches de poire coréenne et, selon les goûts, mélanger à un jaune d'œuf.

Tartare coreana di manzo Carne di manzo magra, cruda, finemente tritata condita con salsa di soia o *gochujang*, olio di sesamo e zucchero e mischiata con una pera asiatica tagliata a julienne. Talvolta con l'aggiunta di un tuorlo d'uovo.

Tartar coreano de carne Lonchas de corte magro de carne cruda de res aderezada con salsa de soja o *gochujang*, aceite de sésamo y azúcar y se mezcla con pera asiática cortada en tiras. A veces cubierto con una yema de huevo.

Koreanischer Rindertartar In dünne Scheiben geschnittenes Rindfleisch, das mit Sojasoße oder *Gochujang*, Sesamöl und Zucker gewürzt und mit gestiftelten koreanischen Birnen gemischt wird. Gelegentlich wird der Tartar mit einem rohen Eigelb serviert.

لحم البقر الكوري النيء لحم البقر النيء غير الدهني مقطع بشرائح رقيقة مع صلصة الصويا أو *Gochunjang* وزيت السمسم والسكر مع الأجااص الآسيوي المقطع طولياً. يضاف إليها أحياناً صفار بيضة.

Thịt bò ướp kiểu Hàn Thịt bò nạc được thái mỏng trộn với nước tương hoặc *gochujang*, dầu mè, đường và trộn với lê thái dài. Đôi khi lòng đỏ trứng được trang trí lên trên.



[생선회] saengseon hwe

141

생선회 살아 있는 생선의 가시와 껍질을 발라낸 다음 살을 얇게 저며 초고추장이나 간장, 된장 등을 찍어 먹는다. 채소 쌈을 싸 먹기도 한다.

Sliced Raw Fish Live whole fish skinned, deboned and thinly sliced. Dipped in soy sauce, *doenjang* (soybean paste) or *gochujang* (red chili paste), or wrapped in vegetable leaves.

センソソフエ (魚の刺身) 生きた魚の骨と皮を取り除き、薄切りにした身を、唐辛子酢味噌や醤油、テンジャンなどにつけて食べる。野菜で包んで食べてもおいしい。

生鱼片 将活鱼去皮去骨，鱼肉切成薄片，沾酸辣酱或酱油、黄酱等食用，也可以用蔬菜包起来食用。

Poisson cru Tranche de poisson cru, qui se mange avec la sauce de pâte de piment vinaigrée, de la sauce ou pâte de soja. Selon les goûts, peut être servi enveloppé dans une feuille de salade.

Pesce crudo affettato Pesce intero spellato, tolte le lische e affettato finemente. Immerso in salsa di soia, *doenjang* (pasta di soia) o *gochujang* (pasta di peperoncino rosso), o avvolto in foglie di verdura.

Pescado crudo en rodajas Pescado entero vivo, sin piel, deshuesado y cortada en rebanadas finas. Sumergido en salsa de soja, *doenjang* (pasta de soja) o *gochujang* (pasta de chile rojo) o envuelto en hojas de verduras.

In Scheiben geschnittener roher Fisch Ein frischer ganzer Fisch, der enthäutet, entgrätet und in dünne Scheiben geschnitten wird. Der Fisch wird in Sojasoße, *Doenjang* (Sojabohnenpaste) oder *gochujang* (rote Chilipaste) getaucht oder in Gemüseblätter gewickelt.

شرائح السمك النيء سمكة كاملة، يزال جلدها وعظمها وتقطع شرائح رقيقة. تغمس في صلصة الصويا ومعجون الصويا *Doenjang* أو *Gochujang* (معجون الفلفل الأحمر) أو تلفت بأوراق الخضار.

Cá tươi thái mỏng Cả con cá sống còn nguyên da, bỏ xương và thái mỏng. Chấm với nước tương, *doenjang* (đậu tương tán nhuyễn) hoặc *gochujang* (tương ớt), hoặc cuốn trong lá rau.



142 [홍어회무침] hongeo hwe muchim

홍어회무침 홍어를 식초에 담가 삭히거나 생으로 썰어 소금에 절인 무와 오이, 곱게 채 썬 배와 미나리를 한데 섞어 초고추장으로 버무린 음식이다

Spicy Skate in Vinegar Fresh or vinegar-pickled skate sliced and mixed with white radish, Asian pear, and Korean parsley in a spicy *gochujang*-vinegar sauce.

ホンオフムチム (えいの和え物) 生のままか酢に漬けて発酵させたえいを薄切りにし、塩漬けにした大根、きゅうり、太めに切った梨、せりなどと一緒に、唐辛子酢味噌で和えて食べる。

生拌斑鯧 把用醋腌渍的鲳鱼或生鲳鱼切片, 与腌渍萝卜或黄瓜以及梨丝和水芹等, 用辣酱拌匀即可。

Raie crue assaisonnée au vinaigre *Hongeom* (raie) crue, nature ou marinée au vinaigre, mélangée à du radis saumuré, des concombres, des tranches de poire coréenne et du persil coréen ; le tout est ensuite assaisonné avec de la sauce de pâte de piment vinaigrée.

Razza piccante in aceto Razza fresca o marinata in aceto affettata e mescolata con rafano bianco, pera asiatica e prezzemolo coreano in una salsa *gochujang* piccante all'aceto.

Raya picante en vinagre Raya fresca o encurtida en vinagre, en rodajas, mezclada con rábano blanco, pera asiática y perejil coreano, en una salsa *gochujang* con vinagre.

Scharfer Rochen in Essig Frischer oder in Essig eingelegter Rochen wird in Scheiben geschnitten und mit weißem Rettich, koreanischer Birne und koreanischer Petersilie in einer scharfen *gochujang*-Essigsoße vermischt.

سمك السكيت المبهر بالخل سمك السكيت الطازج أو المخلل المقطع بشرائح والمخلوط بالفجل الأبيض والأجاص الآسيوي والبقونس الكوري في صلصة *Gochujang* بالخل والتوابل.

Cá đuối ngâm dấm cay Cá đuối tươi hoặc ngâm dấm thái mỏng và trộn với củ cải trắng, lê và rau mùi Hàn Quốc trộn với tương dấm cay *gochujang*.



김치: KIMCHI FERMENTED VEGETABLES

채소를 소금에 절여 수분을 뺀 뒤 다양한 양념을 넣고 숙성시킨 한국 고유의 발효식품이다.

Kimchi is a uniquely Korean dish made by salting, washing, draining, seasoning and fermenting vegetables.

배추김치 baechu kimchi_144

백김치 baek kimchi_145

겉절이 geotjeori_146

나박김치 nabak kimchi_147

동치미 dongchimi_148

무생채 mu saengchae_149

깍두기 kkakdugi_150

총각김치 chonggak kimchi_151

오이소박이 oi sobagi_152

보쌈김치 bossam kimchi_153



144 [배추김치] baechu kimchi

배추김치 배추를 소금에 절인 다음 잎 사이사이에 무채, 고춧가루, 다진 마늘, 젓갈 등을 버무린 소를 넣어 담근 김치다. 밥과 함께 밥상에 오르는 대표적인 반찬이다.

Kimchi Salted napa cabbage stuffed with a mixture of white radish, red chili powder, minced garlic and salted fish. Along with rice, *kimchi* is an indispensable dish in the Korean meal.

ペチュキムチ (白菜キムチ) 塩漬けにした白菜の間に、細切りにした大根、粉唐辛子、にんにくのみじん切り、塩辛などを混ぜ合わせた薬味をまぶして漬けたキムチ。韓国の食卓に欠かせない一品。

辣白菜 (白菜泡菜) 在盐渍过的白菜叶片之间拌入用萝卜丝、辣椒粉、蒜蓉、鱼露等制成的调味酱料而成。白菜泡菜和米饭是韩国人餐桌上最具代表性的饮食。

Choux coréens fermentés Accompagnement de base de la cuisine coréenne : les choux, macérés dans du sel sont assaisonnés de poudre de piment, d'ail haché et de saumure de poisson.

Kimchi Cavolo cinese farcito con un composto di rafano bianco, polvere di peperoncino rosso, aglio tritato e pesce salato. Con il riso, il *kimchi* è una pietanza indispensabile della cucina coreana.

Kimchi Repollo de napa salado relleno con una mezcla de rábano blanco, chile rojo en polvo, ajo picado y pescado salado. Junto con el arroz, el *kimchi* es un plato indispensable en la comida coreana.

Kimchi Gesalzener Chinakohl wird mit einer Mischung aus weißem Rettich, rotem Chilipulver, gehacktem Knoblauch und gesalzenem Fisch gefüllt. Wie Reis, ist *kimchi* eines der wichtigsten Bestandteile einer koreanischen Mahlzeit.

كيمشي ملفوف النابا المملح المحشي بخليط من الفجل الأبيض ومسحوق الفلفل الأحمر والثوم المطحون والسلك المملح. الكيمشي، الذي يقدم مع الأرز، طبق لا يمكن الاستغناء عنه في الوجبة الكورية.

Kimchi Cải thảo muối với củ cải trắng, bột ớt đỏ, tỏi băm và cá khô muối. Cùng với cơm trắng, *kimchi* là món không thể thiếu trong bữa ăn Hàn Quốc.



[백김치] baek kimchi

145

백김치 배추를 소금에 절인 다음 잎 사이사이에 무채, 배, 미나리, 밤 등을 버무린 소를 넣고 국물이 자작하게 담긴 김치다. 고춧가루를 넣지 않아 맵지 않고 청량한 맛이다.

White Kimchi Salted napa cabbage stuffed with a mixture of white radish, Asian pear, Korean parsley, chestnuts and salted fish. Extra water is poured onto the kimchi. The absence of red chili pepper gives this *kimchi* a mild and refreshing taste.

ペッキムチ (白キムチ) 塩漬けにした白菜の間に、大根、梨、せり、栗、塩辛などを混ぜ合わせた薬味をまぶして漬けた、汁気たっぷりのキムチ。粉唐辛子が入らないため、辛味がなくあっさりした味わい。

白泡菜 (清泡白菜) 在盐渍过的白菜叶片之间拌入用萝卜、梨、水芹、板栗、鱼露等调成的调味料泡制而成。因为没有加辣椒粉，因此口感不辣而清爽。

Choux coréens fermentés sans piment Choux coréens fermentés sans piment : on farcit des choux macérés dans du sel de radis, de persil coréen, de la poire, des marrons et de la saumure de poisson. *kimchi* non épicé, dont le jus est rafraîchissant.

Kimchi bianco Cavolo cinese salato farcito con un composto di rafano bianco, pera asiatica, prezzemolo coreano, castagne e pesce salato. Si aggiunge altra acqua sul *kimchi*. L'assenza di peperoncino rosso dà a questo *kimchi* un sapore delicato e rinfrescante.

Kimchi blanco Repollo de napa salado relleno con una mezcla de rábano blanco, pera asiática, perejil coreano, castañas y pescado salado. Se le añade más agua al *kimchi*. Esta receta no contiene ají rojo, lo que da a este *kimchi* un sabor suave y refrescante.

Weißes Kimchi Gesalzener Chinakohl wird mit einer Mischung aus weißem Rettich, koreanischer Birne und koreanischer Petersilie, sowie Esskastanien und gesalzenem Fisch gefüllt. Das *kimchi* wird mit Wasser begossen. Und weil dieses *kimchi* nicht mit rotem Chilipulver gewürzt ist, hat es einen milden und erfrischenden Geschmack.

الكيمشي الأبيض ملفوف النابا المملح محشي بخليط من الفجل الأبيض والأجاص الآسيوي والبقدونس الكوري والكستناء والسمك المملح. يضاف الماء إلى الكيمشي. يعطي غياب الفلفل الأحمر لهذا الكيمشي طعمًا خفيفًا منعشًا.

Kimchi trắng Cải thảo muối cùng củ cải trắng, lê, rau mùi Hàn Quốc, hạt dẻ và cá khô muối. *Kimchi* có thêm nước. Do không có ớt đỏ nên loại *kimchi* này có hương vị nhẹ nhàng và dễ chịu.



146 [겉절이] geotjeori

겉절이 배추, 상추 등을 소금에 잠깐 절이거나, 그대로 간장, 고춧가루, 참기름 등의 양념에 무쳐 먹는 즉석 김치이다. 풋풋한 맛이 입안을 산뜻하게 한다.

Fresh Kimchi Napa cabbage or lettuce mixed with with soy sauce, red chili pepper, and sesame oil and served. This is a fresh-tasting unfermented *kimchi*.

コッチョリ (浅漬けキムチ) 軽く塩漬けにした白菜やちしゃなどを、醤油、粉唐辛子、ごま油などの薬味で和えて食べる即席キムチ。サラダ感覚であっさり食べられる。

凉拌菜 (拌菜) 将白菜、生菜等用盐稍微渍一下，或者直接与酱油、辣椒粉、麻油等拌在一起食用，口感比较鲜爽

Salades assaisonnées à la façon Kimchi *Kimchi* non fermenté à base de chou assaisonné de sauce de soja, de poudre de piment et d'huile de sésame. On retrouve dans ce plat le goût du légume nature.

Kimchi fresco Cavolo cinese o lattuga con salsa di soia, peperoncino rosso e olio di sesamo. Questo è un *kimchi* non fermentato dal sapore fresco.

Kimchi fresco Repollo napa o lechuga mezclado con salsa de soja, el pimiento rojo picante y aceite de sésamo. Este es un *kimchi* de sabor fresco sin fermentar.

Frisches Kimchi Chinakohl oder Salat wird mit Sojasoße, roten Chilischoten und Sesamöl gemischt und serviert. Das ist ein frisches unfermentiertes *kimchi*.

الكيمشي الطازج يخلط ملفوف النابا أو الخس مع صلصة الصويا والفلفل الأحمر وزيت السمسم ويقدم هذا الكيمشي طازجاً غير مخمر.

Kimchi tươi Cải thảo hoặc các loại rau diếp trộn với nước tương, ớt đỏ, dầu vừng. Đây là một loại *kimchi* tươi, không lên men.



[나박김치] nabak kimchi

147

나박김치 무를 얇고 네모지게 썰어 소금에 절인 뒤 고추, 파, 마늘, 미나리를 넣고 국물을 넉넉히 부어 담근 물김치다. 배추를 적당히 썰어 섞거나 사과, 배를 넣어 단맛을 내기도 한다.

Chilled Water Kimchi Sliced and salted white radish squares combined with peppers, green onions, garlic and Korean parsley in brine. Napa cabbage, apples, or pears may be added to sweeten the brine.

ナバッキムチ (大根と白菜の水キムチ) 大根を四角く薄切りにして塩漬けにし、唐辛子、ねぎ、にんにく、せりを加えて漬けた水キムチ。好みに白菜を混ぜたり、りんごや梨を加えて甘みを出す。

萝卜片水泡菜 把萝卜切成四方片，用盐渍一下，并加入辣椒、葱、蒜头、水芹，并加入足量的水进行腌渍，还可以加入白菜和梨，以增加甜味。

Kimchi au radis coupé en morceaux baignant dans le jus Soupe froide de *kimchi* avec du radis coupé en morceaux puis macéré dans du sel ; contient aussi des piments, des poireaux, du persil coréen et du chou. Pour adoucir le goût, on peut ajouter des pommes ou des poires.

Kimchi in acqua fredda Quadrati di rafano bianco affettati e salati con peperoni, cipolle verdi, aglio e prezzemolo coreano in salamoia. Si può aggiungere cavolo cinese, mele o pere per addolcire la salamoia.

Kimchi en agua fría Cubitos de rábano blanco salados combinados con pimientos, cebollas verdes, ajo y perejil coreano en salmuera. Se puede añadir repollo napa, manzanas o peras para endulzar la salmuera.

Kaltes Wasser-Kimchi In Scheiben geschnittene und gesalzene weiße Rettichscheiben werden mit Paprikaschoten, Knoblauch und koreanischer Petersilie in einer Salzlake vermischt. Chinakohl, Äpfel oder Birnen können zur Lake hinzugefügt werden, um ihr eine gewisse Süße zu verleihen.

الكميشي المائي المبرد شرائح الفجل الأبيض المملحة على شكل مكعبات مع الفلفل والبصل الأخضر والثوم والبقدونس الكوري في ماء مالح. يمكن إضافة ملفوف النابا والتفاح أو الأجاص لتحلية طعم الماء المالح.

Kimchi nước ướp lạnh Củ cải trắng thái vuông đã được ướp muối và cắt lát được trộn với hạt tiêu, hành lá, tỏi và rau tây Hàn quốc ngâm muối. Cải thảo, táo hoặc lê có thể được thêm vào để làm ngọt nước.



148 [동치미] dongchimi

동치미 소금에 절인 통무에 짜지 않게 끓여 식힌 소금물을 가득 붓고 담근 김치다. 주로 겨울철에 담그며 죽이나 떡을 먹을 때 곁들이면 시원한 맛이 좋다.

Radish Water Kimchi A wintertime *kimchi* made of salted whole radishes immersed in salt brine. A good accompaniment to *juk* (porridge) or *tteok* (rice cakes).

トンチミ (大根入り水キムチ) 塩漬けにした大根に、一度沸かして冷ました塩水をかけて漬けたキムチ。主に冬場に漬けられ、さっぱりした風味が絶品。お粥やお餅と相性が良い。

水萝卜泡菜 (整泡萝卜) 把一定咸度的盐水烧开冷却后, 把盐渍过的整只萝卜放进去进行泡制。主要在冬季食用, 与粥或米糕一同食用则口感鲜爽。

Kimchi de radis entier dans le jus *Kimchi* de radis entier, macéré dans du sel, sur lequel on verse de l'eau salée préalablement bouillie et refroidie. Ce plat hivernal rafraîchissant accompagne le *Juk* ou le *Ttoek*.

Rafano e Kimchi in acqua Un *kimchi* invernale fatto con rafani interi salati in salamoia. Si accompagna bene al *juk* (porridge) o al *tteok* (tortino di riso).

Kimchi de rábano en agua Un *kimchi* para el invierno hecho con rábanos salados enteros en salmuera. Buen acompañamiento para *juk* (sopa de arroz) o *tteok* (tortas de arroz).

Rettich-Wasser-Kimchi Ein Winter-*kimchi* aus gesalzenem ganzem Rettich, der in einer Salzlake mariniert wird. Eine gute Beilage zu *juk* (Polenta) oder *Tteok* (Reiskuchen).

كيمشي ماء الفجل كيمشي شتوي مصنوع من حبات الفجل الكاملة المملحة المغمورة بملح وماء البحر. يتوافق جيداً مع الـ *Juk* (العصيدة) أو *tteok* (كعكة الأرز).

Kimchi củ cải với nước Một loại *kimchi* mùa đông được làm từ củ cải ngâm muối và để lên men. Ngon khi ăn kèm với *juk* (cháo) hoặc bánh gạo (*tteok*).



[무생채] mu saengchae

149

무생채 채 썬 무에 식초, 설탕, 고춧가루 등을 넣고 새콤달콤하게 무쳐 먹는 반찬이다. 고춧가루를 넣지 않고 하얗게 무쳐 먹기도 한다.

Julienned Korean Radish Salad A sweet and tangy dish of julienned white radish seasoned with vinegar, sugar and red chili powder. Chili powder may be omitted for a milder version.

ムセンチェ (細切り大根の酢の物) 細切りにした大根に、酢、砂糖、粉唐辛子などを加え、甘酸っぱく和えて食べる。粉唐辛子を省けば、淡白な仕上がり。

拌萝卜丝 萝卜切丝后加入醋、糖、辣椒粉等拌匀即可。也可以不放辣椒粉，拌成白色萝卜丝。

Radis râpés marinés au vinaigre Accompagnement fait de radis marinés au vinaigre et au sucre. A assaisonner, selon les goûts, de poudre de piment.

Insalata fresca di rafano Un piatto dolce e intenso di rafano bianco tagliato a julienne condito con aceto, zucchero e polvere di peperoncino rosso. Per una versione più delicata si può omettere la polvere di peperoncino.

Ensalada de rábano fresco Un plato dulce y picante de rábano blanco cortado en tiras, sazonado con vinagre, azúcar y chile rojo en polvo. Se puede omitir el chile en polvo para obtener una versión más suave.

Frischer Rettichsalat Ein süßes und pikantes Gericht aus gestifteltem weißen Rettich, der mit Essig, Zucker und rotem Chilipulver vermischt wird. Wenn es nicht so scharf sein soll, kann das Chilipulver weggelassen werden.

سلطة الفجل الطازجة طبق حلو ومنعش من الفجل الأبيض المقطع طولياً ومتبل مع الخل والسكر ومسحوق الفلفل الأحمر. يمكن عدم إضافة مسحوق الفلفل للحصول على طعم أخف.

Salát củ cải tươi Một đĩa ngọt và thơm gồm củ cải trắng thái mỏng và dài được nêm với dấm, đường và bột ớt đỏ. Có thể bỏ qua bột ớt đỏ để độ cay nhẹ hơn.



150 [깍두기] kkakdugi

깍두기 무를 한입 크기로 팔모썰기 하여 소금에 절인 뒤 고춧가루에 버무리고 파, 마늘, 생강, 새우젓 등으로 양념하여 담근 김치다.

Radish Kimchi Cubed bite-size radish seasoned with red chili powder, green onions, garlic, ginger and salted shrimp.

カトウギ (角切り大根キムチ) 一口大のさいころ型に切った大根を塩漬けにし、唐辛子、ねぎ、にんにく、しょうが、アミの塩辛などを混ぜて漬けたキムチ。

萝卜块泡菜 萝卜切成丁，腌渍以后拌入辣椒粉以及葱、蒜头、生姜、虾酱等进行泡制。

Kimchi de radis découpé en cube Radis coupés en cube, macérés dans du sel et assaisonnés de poudre de piment, de poireaux, d'ail, de gingembre et de saumure de poisson.

Kimchi di rafano Cubetti di rafano conditi con polvere di peperoncino rosso, cipolle verdi, aglio, zenzero e gamberetti salati.

Kimchi de rábano Rábanos cortados en cubitos del tamaño de un bocado, sazonados con chile rojo en polvo, cebolla, ajo, jengibre y camarones salados.

Rettich-Kimchi In Würfel geschnittener Rettich wird mit Chilipulver, Frühlingszwiebeln, Knoblauch, Ingwer und gesalzenen Shrimp gewürzt.

كيمشي بالفجل مكعبات صغيرة من الفجل مبهّرة بمسحوق الفلفل الأحمر والبصل الأخضر والثوم والزنجبيل والربيان المملح.

Kimchi củ cải Củ cải được cắt theo hình lập phương vừa với miệng được nêm với bột ớt đỏ, hành lá, tỏi, gừng và tôm ướp muối.



[총각김치] chonggak kimchi

151

총각김치 총각무를 무청째 다듬어 씻은 뒤 큰 것은 적당히 쪼개고 작은 것은 그대로 소금에 절였다가 고춧가루와 갖은 양념에 버무려 담근 김치다.

Whole Radish Kimchi Whole or half-split young white radishes with leaves, salted and mixed with red chili powder and seasonings.

쵸ン갸킴치쵸ン갸킴치 (미니大根킴치) 미니大根을 葉ごときれいに洗って塩漬けにし、粉唐辛子などの薬味をまぶして漬けたキムチ。

嫩萝卜泡菜 将嫩萝卜带缨洗净，个头比较大的适当切开，用盐腌渍，然后用辣椒粉和各种调味酱拌匀泡制。

Kimchi de petits radis coréens et leurs tiges Petits radis entiers avec leurs tiges, rincés et macérés ; on y ajoute divers condiments ainsi que de la poudre de piment avant de laisser fermenter.

Kimchi di rafano fresco Rafano bianco fresco intero o tagliato a metà con le foglie, salato e mischiato con polvere di peperoncino rosso e condimenti.

Kimchi de rábano joven Rábanos blancos jóvenes con hojas, enteros o cortados por la mitad, mezclados con sal, chile rojo en polvo y condimentos.

Kimchi aus jungem Rettich Ganzer oder halber weißer Rettich mit Blättern, der eingesalzen und mit rotem Chilipulver und anderen Gewürzen gemischt wird.

كيمشي الفجل الصغير فجل أبيض صغير كامل أو مقسم نصفين مع أوراقه، مملحاً ومخلوطاً مع مسحوق الفلفل الأحمر والتوابل.

Kimchi củ cải bao tử Củ cải trắng bao tử còn lá được để nguyên hoặc cắt đôi được ướp muối và trộn với bột ớt và các gia vị khác.



152 [오이소박이] oi sobagi

오이소박이 연한 오이를 토막 내 칼집을 넣어 소금에 절인 다음 부추, 마늘, 고춧가루 등을 버무린 소를 채워 익힌 여름철 별미 김치다. 아삭하고 시원한 맛이 일품이다.

Cucumber Kimchi Cucumbers cut in length, slit and stuffed with a mixture of chives, garlic, and red chili powder. A crunchy and refreshing summer *kimchi*.

오이소박이 (きゅうりキムチ) 身の柔らかい若いきゅうりをぶつ切りにし、十字に切り込みを入れて塩漬けにしたものに、にら、にんにく、粉唐辛子などを混ぜた薬味を挟んで漬けたキムチ。シャキシャキした食感とあっさり風味が特徴の夏の定番キムチ。

黄瓜泡菜 (腌黄瓜) 将黄瓜切成段切上刀口，用盐腌渍后填入用韭菜、蒜头、辣椒粉等制成的调味料进行泡制。腌黄瓜口感鲜爽，是夏季美食。

Kimchi de concombre *Kimchi* de concombre macéré dans du sel, farci d'un mélange de ciboulette, d'ail et de poudre de piment avant de laisser fermenter. Accompagnement estival frais et croquant.

Kimchi di cetriolo Cetrioli tagliati nel senso della lunghezza, incisi e farciti con erba cipollina, aglio e polvere di peperoncino rosso. Un kimchi estivo croccante e fresco.

Kimchi de pepino Pepinos cortados a lo largo, abiertos y rellenos con una mezcla de cebollino, ajo y chile rojo en polvo. Un kimchi crujiente y refrescante para el verano.

Gurken-Kimchi Gurken werden der Länge nach aufgeschnitten und mit einer Mischung aus Schnittlauch, Knoblauch und rotem Chilipulver gefüllt. Ein knackiges und erfrischendes Sommer-*Kimchi*.

كيمشي الخيار خيار مقطع طولياً ومحمشو بخليط من الثوم المعمر والثوم ومسحوق الفلفل الأحمر. كيمشي صيفي مقرمش ومنعش.

Kimchi dưa chuột Dưa chuột được cắt khúc, chẻ và nhồi với họ, tỏi và bột ớt đỏ. Một loại kim chi mùa hè giòn và tươi mát.



[보쌈김치] bossam kimchi

153

보쌈김치 무와 배추를 소금에 절여 썬 다음 여러 가지 소를 넣고 배춧잎으로 감싸 담근 김치다. 보쌈 안에 낙지, 전복, 굴, 밤 등이 들어 있어 골라 먹는 재미가 있다.

Wrapped Kimchi Napa cabbage, white radish, and assorted ingredients wrapped in a large cabbage leaf. Ingredients, such as baby octopus, abalone, oyster, and chestnuts are added for variety and flavor.

보쌈김치(白菜의包み김치) 浅漬けにした大根と白菜を切って薬味をまぶし、白菜の葉で包んで漬けたキムチ。食べるときは、たこ、あわび、牡蠣、栗などの具と一緒に楽しむ。

包卷泡菜 (包泡菜) 把盐渍的萝卜和白菜切成段，用白菜把各种馅料包裹起来泡制的泡菜。包泡菜里可包有章鱼、鲍鱼、牡蛎、板栗等，食用时可根据个人口味进行选择。

Kimchi enveloppé d'une feuille de chou coréen Kimchi farci d'un mélange d'ingrédients (radis rapés, chou coupé, macéré et assaisonné, poulpe, ormeaux, huîtres, marrons etc.) enveloppé d'une feuille de chou coréen.

Involtini di Kimchi Cavolo cinese, rafano bianco e ingredienti vari avvolti in una grande foglia di cavolo. Per variare e insaporire si aggiungono ingredienti come polipetti, abalone, ostriche e castagne.

Kimchi envuelto Repollo napa, rábano blanco y una variedad de ingredientes envueltos en una hoja de repollo grande. Se le agregan ingredientes como pulpo joven, abulón, ostión y castañas para obtener más variedad y sabor.

Kimchi Wrap Chinakohl, weißer Rettich und andere Zutaten werden in ein großes Kohlblatt gewickelt. Zutaten wie junger Tintenfisch, Abalone, Austern und Esskastanien werden je nach Belieben hinzugefügt.

الكيمشي الملفوف ملفوف النابا والفجل الأبيض ومكونات متنوعة ملفوفة بورقة ملفوف كبيرة تضاف مكونات مثل الأخطبوط الصغير والصفيلح والمحار والكستناء للحصول على نكهات متنوعة.

Kimchi cuốn Cải thảo, củ cải trắng và các thành phần khác nhau được bọc trong một lá bắp cải lớn. Các thành phần như bạch tuộc con, bào ngư, sò và hạt dẻ được cho thêm vào để tạo hương vị và sự đa dạng.



장 · 장아찌: JANG · JANGAJJI SAUCES AND PICKLES

한국 전통 발효식품인 장은 콩을 발효시켜 만든 된장, 간장, 고추장을 통틀어 이른다.
장아찌는 채소류를 장에 넣어 삭힌 저장음식이다.

Jang refers to traditional condiments such as *ganjang* (soy sauce), *doenjang* (soybean paste), and *gochujang* (red chili paste) – all made with fermented soybeans.

고추장 gochu jang_156

약고추장 yak gochu jang_157

간장 gan jang_158

된장 doen jang_159

간장게장 ganjang ge jang_160

장아찌 jangajji_161



156 [고추장] gochu jang

고추장 고춧가루를 주재료로 하여 찹쌀풀과 메줏가루, 소금 등을 섞어 항아리에서 발효시킨 전통 양념 중 하나다. 붉은 빛깔을 띠며 매운맛을 낸다.

Gochujang A traditional condiment made of red chili powder, sweet rice, powdered *meju* (fermented soybean), and salt, and fermented in earthenware jars. Bright red in color and very spicy.

コチュジャン (唐辛子味噌) 主材料の粉唐辛子に、もち米麹、豆麹粉、塩などを混ぜて瓶で発酵させた、伝統的な調味料のひとつ。鮮やかな赤色で、辛い。

辣椒酱 以辣椒粉为主材料，与糯米饭、酱曲粉、食盐等放入坛中进行发酵而成，是传统调味料之一，色泽光亮，呈辣味。

Pâte de piment rouge Pâte de piment rouge fermentée dans un récipient de terre cuite, avec du riz gluant, de la poudre de soja fermenté et du sel. C'est l'un des condiments traditionnels coréen.

Pasta di peperoncino rosso Un condimento tradizionale fatto con polvere di peperoncino rosso, riso dolce, *meju* in polvere (soia fermentata) e sale e fermentata in vasi di ceramica. Di un colore rosso vivace e molto piccante.

Pasta de chile rojo Un condimento tradicional hecho de chile rojo en polvo, arroz dulce, *meju* en polvo (soja fermentada) y sal, fermentado en tinajas de barro. Es de color rojo brillante y muy picante.

Rote Chilipaste Eine traditionelle Würzpaste aus rotem Chilipulver, süßem Reis, *Meju* Pulver (fermentierte Sojabohnen), und Salz, die in einem Tontopf fermentiert werden. Rot und sehr scharf.

معجون الفلفل الأحمر بهار تقليدي مصنوع من مسحوق الفلفل الأحمر والأرز الحلو ومسحوق فول الصويا المخمر (*meju*) والملح، مخمر في أوعية فخارية ولونه أحمر زاه وهو حار جدا.

Tương ớt Một loại gia vị truyền thống được làm từ bột ớt đỏ, gạo nếp, bột *meju* (đậu nành lên men) và muối và được lên men trong bình đất nung. Có màu đỏ tươi và rất cay.



[약고추장] yak gochu jang

157

약고추장 고추장에 다진 쇠고기를 넣고 볶은 후 꿀을 섞어 만든 양념이다. 주로 밥이나 비빔밥을 먹을 때 곁들여 먹는다.

Gochujang with Ground Beef *Gochujang* and minced beef stir-fried and mixed with honey. A summertime condiment that is good mixed with plain rice or *bibimbap*.

ヤッコチュジャン (辛肉味噌) コチュジャンに牛ひき肉を入れて炒め、蜂蜜を混ぜた調味料。主にご飯やピビンパツに添えて出される。

肉辣椒酱 (加味辣椒酱) 辣椒酱中放入牛肉馅炒制以后再加入蜂蜜即可。可与米饭或拌饭佐餐，是夏季美味。

Pâte de piment rouge sautée *Gochujang* sauté avec du bœuf haché et du miel. Accompagnement de Bap ou de *bibimbap*.

Pasta di peperoncino rosso con manzo macinato *Gochujang* e manzo macinato saltato e mischiato con miele. Un condimento estivo ottimo col riso semplice o col *bimbimbap*.

Pasta de chile rojo con carne molida *Gochujang* con carne de res molida salteada y mezclada con miel. Un condimento de verano que es muy bueno mezclado con arroz blanco o *bimbimbap*.

Rote Chilipaste mit Rinderhack *Gochujang* und Rinderhack werden gebraten und mit Honig gemischt. Perfekt für den Sommer und köstlich, wenn es mit Reis oder *bibimbap* gemischt wird.

معجون الفلفل الأحمر مع لحم البقر المفروم *Gochujang* مع لحم البقر المفروم مقلي ومخلوط مع العسل. تابل صيفي يمكن خلطه مع الأرز العادي أو ال *Bimbimbap*.

Thịt bò nghiền tương ớt Thịt bò nghiền đã được chiên được trộn với *gochujang* (tương ớt) và mật ong. Một món ăn mùa hè tuyệt vời khi trộn với cơm hay *bibimbap*.



158 [간장] gan jang

간장 콩을 삶아 만든 메주를 발효시켜 소금물에 담가 우려낸 뒤 그 국물을 달여서 만든 액체 상태의 장이다. 음식의 간을 맞추는 양념으로 짠맛이 나며 특유의 향을 지니고 있다.

Soy Sauce Boiled and fermented soybean (*meju*) cured in brine yields a dark liquid. This liquid is brewed to make *ganjang* (soy sauce). *ganjang* is a salty seasoning and has a unique flavor.

カンジャン (醤油) 蒸した豆で作った麴を発酵させて塩水に漬け、分離した液体を沸かしたもの。あらゆる料理の味付けに使われ、塩辛く独特の風味がある。

酱油 把酱曲泡在盐水中，之后将盐水滤出熬煮，就成为液体状酱油。酱油用来调味，并拥有特殊的酱香。

Sauce de soja Sauce liquide à base de Méju (bloc de pâte de soja fermenté), trempé dans de l'eau salée. Après la fermentation, on récupère la partie liquide que l'on fait bouillir. C'est l'un des principaux condiments salés, caractérisé par son goût particulier.

Salsa di soia Dalla soia bollita e fermentata (*meju*) conservata in salamoia si ottiene un liquido scuro. Questo liquido è fermentato per fare il *ganjang* (salsa di soia). *ganjang* è un condimento salato ed ha un sapore particolare.

Salsa de soja Soja hervida y fermentada (*meju*) curada en salmuera, que da un líquido oscuro. Este líquido se elabora para hacer *ganjang* (salsa de soja). *ganjang* es un condimento salado y tiene un sabor único.

Sojasoße Gekochte und fermentierte Sojabohnen (*meju*) werden in einer Lake fermentiert, woraus eine dunkle Flüssigkeit entsteht. Diese Flüssigkeit wird dann gebraut, um *ganjang* (Sojasoße) herzustellen. *ganjang* ist salzig und hat einen eigenen Geschmack.

صلصة الصويا يعطي فول الصويا المغلي والمخمّر *meju* سائلاً داكناً بعد معالجته بالماء المالح. يتم غلي هذا السائل لصنع *Ganjang* (صلصة الصويا) *Ganjang* تابل مالح له نكهة مميزة.

Nước tương – xì dầu Đậu nành đã được đun sôi và lên men (*meju*) được ngâm nước muối để tạo ra một dung dịch màu đen. Dung dịch này được ủ để tạo ra nước tương (*ganjang*). *ganjang* là một gia vị mặn và có hương vị đậm đặc.



[된장] doen jang

159

된장 콩을 삶아 만든 메주를 발효시켜 간장을 담갔다가, 장물을 떠내고 남은 건더기를 숙성시킨 장이다. 구수하고 짭짤한 맛으로 국, 찌개, 쌈장 등을 만들 때 쓴다.

Soybean Paste After removing the liquid from the *meju* and brine mixture, the residual solid is aged to make *doenjang* (soybean paste). It is a salty condiment with a nutty taste used for seasoning soups and stews, and to make *ssamjang* (red soy paste dip).

テンジャン (韓国式みそ) 蒸した豆で作った麴を発酵させて塩水に漬け、分離した固体を熟成させたもの。塩の利いた香ばしい味が特徴で、スープ、チゲ、合わせ味噌などに使われる。

大酱 (黄酱) 把酱曲泡在盐水中，滤出的盐水熬制成酱油，剩下的酱曲进行发酵即成为黄酱。黄酱味道咸香，用来做清汤、炖汤、包菜酱等。

Pâte de soja Pâte fermentée à base de graines de soja cuites. On récupère la partie solide du *ganjang* (voir la page *ganjang*), que l'on fait à nouveau fermenter. Condiment servant à assaisonner les soupes ou les ragoûts.

Pasta di soia Dopo aver tolto il liquido dal composto di *meju* e salamoia, il residuo solido viene fatto invecchiare per fare il *doenjang* (pasta di soia). E' un condimento salato con un sapore di noce utilizzato per condire zuppe e stufati e per fare il *ssamjang* (dip di pasta di soia).

Pasta de soja Después de retirar el líquido de la mezcla de *meju* con salmuera, el sólido residual se envejece para hacer la *doenjang* (pasta de soja). Es un condimento salado con un sabor a nuez que se utiliza para sazonar sopas y guisos, y para hacer *ssamjang* (salsa de pasta de soja roja).

Sojabohnenpaste Nachdem die Flüssigkeit vom *Meju* und die Lake abgegossen wurden, wird die zurückbleibende feste Masse gereift, um *Doenjang* (Sojabohnenpaste) herzustellen. Eine salzige Würzpaste mit einem nussigen Geschmack zum Würzen von Suppen, Eintöpfen und zur Zubereitung von *Ssamjang* (roter Sojapasten-Dip).

معجون فول الصويا بعد إزالة السائل من خليط الـ *meju* والماء المالح، يتم تعتيق الخليط المتبقى لصنع الـ *Doenjang* (معجون فول الصويا). وهو بهار مالح له طعم الحبوب يستخدم لتبهير الشوربات والحساء وصنع *Ssamjang* (معجون الصويا الأحمر للتغميس).

Đậu tương tán nhuyễn Sau khi loại bỏ nước từ hỗn hợp *meju* (đậu nành đã đun sôi và lên men) và nước muối, các chất rắn còn lại tạo ra *doenjang* (đậu tương tán nhuyễn). Loại gia vị mặn với hương vị hấp dẫn này được sử dụng làm gia vị cho súp và các món hầm và để làm *ssamjang* (đậu đỏ tán nhuyễn)



160 [간장게장] ganjang ge jang

간장게장 살아 있는 싱싱한 게에 끓인 양념 간장을 식혀 붓기를 여러 번 반복한 다음 저장해두고 먹는 음식이다. 알을 배고 있는 암게로 담가야 제맛이다.

Soy Sauce Marinated Crab Fresh live crabs pickled in a brine of soy sauce, ginger and garlic. The brine is strained, boiled and poured over the crabs several times. The best tasting *ganjang-gejang* is made with egg-bearing female crabs filled with roe.

カンジャン게장 (かにの醤油漬) 生きた新鮮なかにに煮立てた醤油だれをかけて漬け、これを何度か繰り返してから保管したもの。卵を持つかにで漬けるといっそう美味。

酱蟹 把酱油煮开冷却以后浇在鲜活螃蟹上，如此反复进行多次以后进行储藏即成为酱蟹。制作酱油泡蟹时，最好采用蟹黄饱满的母蟹。

Crabes crus à la sauce de soja Crabes crus marinés à la sauce de soja. La sauce de soja est bouillie, refroidie puis versée sur les crabes. L'opération est renouvelée plusieurs fois pour que les crabes s'imprègnent de sauce. Les crabes femelles, avec leurs œufs, sont meilleurs.

Granchio marinato con salsa di soia Granchi freschi marinati in salsa di soia condita. Il liquido marinato viene filtrato, bollito e versato sui granchi più volte. Il *ganjang-gejang* più saporito è fatto con granchi femmina contenenti le uova e riempito di uova di pesce.

Escabeche de cangrejo en salsa de soja Cangrejos vivos marinados en salsa de soja condimentada. El líquido de la marinada se cuele, se hierve y se vierte sobre los cangrejos varias veces. El *ganjang-gejang* de mejor sabor se hace con cangrejos hembras con huevas.

In Sojasoße marinierte Krabben Frische lebende Krabben werden in einer würzigen Sojasoße mariniert. Die Marinade wird durch ein Sieb gefiltert, gekocht und dann mehrere Male über die Krabben gegossen. Das beste *Ganjang-Gejang* wird mit weiblichen, Eier tragenden Krabben zubereitet, die dann mit Rogen gefüllt werden.

السرطان المنقوع بصلصة الصويا سرطانات مخزنة في صلصة الصويا والزنجبيل والثوم وهي حية. تتم تصفية سائل النقع وغليه وصبه فول السرطان عدة مرات. يصنع أفضل ال *Ganjang-gejang* طعاماً ونكهة من السرطان الإناث التي تحمل البيض.

Cua ướp xì dầu Cua tươi ướp xì dầu, gừng, tỏi. Nước ướp được chắt lọc, đun sôi và dười lên cua. Hương vị ganjang-gejang ngon nhất khi dùng cua gạch.



[장아찌] jangajji

161

장아찌 무, 오이, 마늘, 마늘쫑, 갯잎 등의 채소를 소금이나 간장, 된장, 고추장에 절여 숙성시킨 음식이다. 오래 저장해두고 사시사철 먹는 반찬이다.

Pickled Vegetables Radish, cucumber, garlic, garlic stems, perilla leaves and other vegetables pickled and aged in soy sauce, soy bean paste, or red chili paste. Preserved and enjoyed throughout the year.

チャンアチ (漬物) 大根、きゅうり、にんにく、にんにくの茎、ごまの葉などの野菜を、塩や醤油、テンジャン、コチュジャンに漬けて熟成させたもの。保存して一年中食べられる。

酱菜 (盐渍咸菜) (把萝卜、黄瓜、蒜头、蒜苗、苏子叶等, 用酱油、黄酱、辣酱腌制发酵后即可食用, 可长期进行储藏, 四季皆可享用。

Légumes fermentés Divers légumes (radis, concombre, ail, tige d'ail ou feuille de sésame) fermentés aux condiments traditionnels. Accompagnement qui se conserve bien et se consomme tout au long de l'année.

Verdure in salamoia Rafano, cetriolo, gambi di aglio, foglie di perilla e altre verdure in salamoia e invecchiate in salsa di soia, pasta di soia o pasta di peperoncino rosso. Conservato e apprezzato tutto l'anno.

Verduras encurtidas Rábano, pepino, ajo, tallos de ajo, hojas de perilla y otras verduras en escabeche, envejecidos en la salsa de soja, pasta de frijoles o pasta de chile rojo. Preservado y disfrutado durante todo el año.

Eingelegtes Gemüse Rettich, Gurken, Knoblauch, Knoblauchgrün, Perilla-Blätter und andere Gemüse werden in Essig eingelegt und dann in Sojasoße, Sojabohnenpaste oder roter Chilipaste gereift. Dieses Gemüse kann das ganze Jahr über gegessen werden.

خضراوات مخللة فجل وخيار وثوم وسيقان الثوم وأوراق البريلا وخضلاوات أخرى مخللة ومعتقة في صلصة الصويا ومعجون الصويا أو معجون الفلفل الأحمر. تحفظ ويتم الاستمتاع بها في جميع فصول السنة.

Rau trộn dấm Củ cải, dưa chuột, tỏi, thân tỏi và các loại rau khác đã được ngâm đủ lâu trong nước tương, đậu tương tán nhuyễn và tương ớt. Món này được bảo quản và ăn quanh năm.



젓갈: JEOTGAL SALTED SEAFOOD

각종 어패류의 살이나 알, 내장을 소금에 절여 숙성시킨 발효식품이다.

Jeotgal refers to salted and fermented meat, roe, or entrails of fish and shellfish.

젓갈 jeotgal_164

황석어젓 hwangseokeo jeot_165

멸치젓 myeolchi jeot_166

새우젓 saeu jeot_167





젓갈(명란젓, 오징어젓, 굴젓) 명태의 알을 막이 터지지 않게 소금에 삭혀 양념한 명란젓과 싱싱한 오징어를 채 썰어 소금에 삭힌 뒤 매콤하게 양념한 오징어젓갈, 생굴을 소금에 삭혀 양념한 굴젓은 한국의 대표적인 젓갈 반찬이다.

Salted Pollack Roe, Squid, and Oysters The three most popular *jeotgal* dishes in Korea are: *myeongran jeot*-pollack roe cured in salt with care taken not to puncture the sacks; *ojingeo jeot*-sliced squid cured in salt and seasoned in hot spice; and *guljeot* - salted and seasoned fresh oysters.

チョッカル (ミョンナンチョツ、オジンオチョツ、クルチョツ) ミョンナンチョツ(辛子明太子)、オジンオチョツ(いかの塩辛)、クルチョツ(牡蠣の塩辛)などに代表されるチョッカルはテンジャン、カンジャン、コチュジャン、キムチなどと共に韓国の5大発酵食品に数えられ、広く親しまれているおかず。

鱼虾酱 (明太鱼籽酱, 鱿鱼酱, 牡蛎酱) 明太鱼籽酱是将包在膜中明太鱼籽盐渍以后拌入调味酱而成, 鱿鱼酱是将鱿鱼切丝盐渍以后拌入辣味调味酱而成, 牡蛎酱是将牡蛎盐渍以后拌入调味酱而成, 它们是韩国最具代表性的佐餐用鱼酱。

Fruits de mer saumurés et assaisonnés Il existe trois *Jeotgal* principaux: *myongranjeot* (oeufs de merlan), *ojingeojeot* (calamars coupé en bâtonnets), *guljeot* (huîtres).

Uova salate di Pollack, calamari e ostriche I tre piatti *jeotgal* più popolari in Corea sono: *myeongran jeot*, uova di Pollack conservate nel sale e trattate con cura per non perforarne l'involucro; *ojingeo jeot*, calamario affettato conservato nel sale e condito con spezie piccanti; e *guljeot*, ostriche fresche salate e condite.

Huevo de abadejo, calamar y ostiones salados Los tres platos *jeotgal* más populares en Corea son: *jeot myeongran* que son huevos de abadejo curadas en sal, con cuidado de no perforar los sacos; *jeot ojingeo* que es calamar cortado y curado en sal, sazonado de especias picantes, y *guljeot* que son ostras frescas saladas y condimentadas .

Gesalzener Pollackrogen, Tintenfisch und Austern Die drei populärsten *Jeotgal*-Gerichte in Korea sind: *myeongran jeot*, oder Pollackrogen, der vorsichtig eingesalzen wird, damit die Säcke nicht durchstoßen werden; *ojingeo jeot*, oder in Scheiben geschnittener Tintenfisch, der eingesalzen und mit scharfen Gewürzen gewürzt wird, und *guljeot*, oder gesalzene und gewürzte frische Austern.

بيض سمك البولاق أو الحبار أو المحار المملح أكثر ثلاثة أطباق من هذا الصنف شعبية في كوريا هي *Myeongran Jeot*، وهي بيض سمك البولاق المملح والمقعد بعناية خاصة لعدم ثقب أكياس البيض و *Ojingeo Jeot*، وهو شرائح الحبار المقددة بالملح والمبهرة بالتوابل الحارة و *Guljeot* وهو المحار الطازج والملح والمبهر.

Cá pô-lắc, mực và hào Ba món *jeotgal* nổi tiếng ở Hàn Quốc là *myeongran jeot* - trứng cá pô-lắc muối mà không làm vỡ trứng; *ojingeo jeot* - mực thái mỏng muối và tẩm gia vị cay; và *guljeot* - hào tươi muối và tẩm.



[황석어젓] hwangseokeo jeot

165

황석어젓 참조기라고도 불리는 황석어를 소금에 절여 3개월 이상 발효시킨 젓갈이다. 잘게 썰거나 살을 발라 양념에 무쳐 반찬으로 먹거나 김치를 담글 때 넣는다.

Salted Yellow Croaker *Hwangseokeo* (yellow croaker)-also called '*chamjogi*'-must be fermented at least three months. Served as a side dish thinly sliced or filleted and seasoned. Also used as an ingredient for *kimchi*.

ファンソゴチョツ (キグチの塩辛) 韓国ではチャムチョギとも呼ばれるキグチを塩漬けにし、3カ月以上発酵させたもの。小さく切るか身だけを薬味で和えておかずにしたたり、キムチを漬けるときの薬味に使う。

黄石鱼酱 黄石鱼亦称小黄鱼，黄石鱼酱是将黄石鱼盐渍3个月以上进行发酵而成。可切成块状或取其肉拌入调味酱佐餐用，或是制作泡菜时使用。

Ombrines fermentées *Hwangseokeo* (Ombrines) saumurées pendant plus de trois mois : le poisson fermenté peut être servi après assaisonnement ou utilisé pour préparer le *kimchi*.

Ombrina gialla salata *Hwangseokeo* (piccole ombrine gialle)-chiamate anche '*chamjogi*' -devono fermentare almeno tre mesi. Servite come contorno, affettate finemente o filettate e condite. Usate anche come ingrediente per il *kimchi*.

Corvina salada *Hwangseokeo* (corvina pequeña)-también llamado "*chamjogi*"-debe ser fermentada por al menos tres meses. Se sirve como guarnición en rodajas o en filetes finos sazonados. También se utiliza como un ingrediente para el *kimchi*.

Eingesalzener gelber Umberfisch *Hwangseokeo* (kleiner gelber Umberfisch)-auch als '*Chamjogi*' bezeichnet-muss mindestens drei Monate lang fermentiert werden. Er wird in Scheiben geschnitten oder filetiert und gewürzt als Beilage serviert. Auch als Zutat für *kmchi* verwendet.

سمك النعاب الأصفر المملح يجب تخمير الـ *Hwangseokeo*، وهو سمك النعاب الأصفر الصغير، ويسمى أيضاً *Chamjogi* لمدة ثلاثة شهور على الأقل. تقدم على شكل شرائح رقيقة كطبق جانبي أو على شكل فيليه مبهرة. تستخدم كذلك كمكوّن للكيمشي.

Cá ãu vàng muối *Hwangseokeo* (cá ãu vàng nhỏ) – còn ãuợc gọi là '*chamjogi*' - phải ãuợc lên men ít nhất 3 tháng. ãuợc dùng làm món ăn kèm, thái mỏng hoặc thái fi-lê, tẩm gia vị. Cũng ãuợc dùng làm nguyên liệu cho *kimchi*.



166 [멸치젓] myeolchi jeot

멸치젓 멸치를 소금에 절여 2~3개월간 숙성시킨 젓갈이다. 갖은 양념에 무쳐 반찬으로 먹거나 김치를 담글 때 넣는다.

Salted Anchovies Salted anchovies aged two to three months. Seasoned with spices and served as a side dish or added to *kimchi* for flavor.

ミヨルチチョツ (イワシの塩辛) イワシを塩漬けにし、2~3カ月熟成させた塩辛。薬味で和えておかずにしたり、キムチを漬けるときに加える。

鯷鱼酱 鯷鱼酱是将鯷鱼盐渍2~3个月进行发酵而成，可拌入调味酱佐餐用，或制作泡菜时使用。

Anchois fermentés Anchois saumurés et fermentés pendant deux à trois mois : après assaisonnement, ils peuvent accompagner du riz ou être utilisés pour préparer le *Kimchi*

Acciughe salate Acciughe salate e conservate per due o tre mesi. Condite con spezie e servite come contorno o aggiunte al *kimchi* per insaporirlo.

Anchoas saladas Anchoa en salazón por dos a tres meses. Sazonado con especias y servido como guarnición o añadido al *kimchi* para darle sabor.

Eingesalzene Sardellen Gesalzene Sardellen werden zwei bis drei Monate gereift, gewürzt und als Beilage serviert oder zu *Kimchi* hinzugefügt, um diesem mehr Geschmack zu verleihen.

الانشوجة المملحة سمك الأنشوجا المملح والمقعد لمدة شهرين أو ثلاثة، مبهر بالتوابل ويقدم كطبق جانبي أو تضاف إلى الكيمشي للحصول على نكهة.

Cá cơm muối Cá cơm được ướp muối từ 2 tới 3 tháng. Được nêm với các gia vị khác và được dùng làm món ăn kèm hoặc để tạo hương vị cho *kimchi*.



[새우젓] saeu jeot

167

새우젓 빛이 흰 잔 새우를 소금에 절여 만든 젓갈이다. 김치를 담글 때, 찌개의 간을 맞출 때, 돼지고기 수육을 먹을 때 주로 사용한다.

Salted Shrimp Salted and fermented small white shrimp. Used for making *kimchi*, seasoning stew (*jjigae*), or served as a dipping sauce for boiled pork.

セウチョツ (アミの塩辛) アミを塩漬けにして作った塩辛。キムチを漬けるときやチゲの味付けに使ったり、ゆで豚を食べるときなどに添えられる。

虾酱 虾酱是用白色小虾盐渍而成。主要用于做泡菜，或炖汤时调味，以及吃熟猪肉时调味。

Crevettes fermentées Petites crevettes blanches saumurées et fermentées, utilisées pour préparer le *kimchi*, saler un ragoût ou accompagner du porc bouilli.

Gamberetti salati Piccoli gamberetti bianchi salati e fermentati. Utilizzati per fare il *kimchi*, per condire lo stufato (*jjigae*) o serviti come salsa per il maiale bollito.

Camarón salado Camarón blanco pequeño salado y fermentado. Se utiliza para hacer el kimchi, estofado de condimento (*jjigae*), o se sirve como salsa de carne de cerdo cocinado.

Eingesalzene Shrimp Gesalzene und fermentierte kleine weiße Shrimp. Zur Zubereitung von Kimchi, zum Würzen von Eintöpfen (*jjigae*) oder als Dip für gekochtes Schweinefleisch.

الربيان المملح ربيان أبيض صغير مملح ومخمّر. يستخدم لصنع الكيمشي، وحساء التوابل *Jjigae* أو يقدم كصلصة للتغميس للحم الخنزير المغلي.

Tôm muối Tôm trắng nhỏ được ướp muối và lên men. Dùng để làm *kimchi*, gia vị hầm (*jjigae*) hoặc làm nước chấm thịt heo luộc.



떡: TTEOK RICE CAKE

곡식의 가루를 찌거나 삶아 익힌 뒤 모양을 빚어 먹는 음식으로
주로 찹쌀이나 멥쌀이 사용된다.

Tteok refers to powdered grain, steamed and
molded into various shapes.
Mostly made of regular or sweet rice.

경단 gyeongdan_170

꿀떡 kkul tteok_171

백설기 baekseolgi_172

약식 yaksik_173

화전 hwa jeon_174



170 [경단] gyeongdan

경단 찹쌀이나 찰수수 가루를 반죽해 밤톨만 한 크기로 둥글게 빚어 끓는 물에 삶은 다음 여러 가지 고물을 묻혀 만든 떡이다. 고물 종류에 따라 깨경단, 팔경단, 밤경단 등으로 불린다.

Sweet Rice Balls Sweet rice or glutinous millet powder shaped into small balls, boiled in water and coated in dressing powder (*gomul*). Called sesame *gyeongdan*, red bean *gyeongdan*, or chestnut *gyeongdan*, depending on the dressing powder.

キョンドン (韓国式団子)もち米やきび粉をこねて栗ほどの大きさに丸め、熱湯でゆでたものに様々な粉をまぶしたお餅。まぶし粉にはごま、あずき、栗などが使われる。

琼团糕 糯米粉或糯高粱粉和面后，团成板栗大小，用水煮熟捞出，粘各种豆沙食用。根据豆沙种类，分为芝麻糯米团、小豆糯米团、板栗糯米团等。

Boulettes colorées de gâteau de riz Boulettes à base de riz ou de millet gluant, bouillies et enrobées de diverses poudres : sésame (*ggae gyungdan*), haricot rouge (*pat gyungdan*) ou marron (*bam gyungdan*).

Palline di riso dolce Farina di riso dolce o di miglio glutinoso modellata in palline, bollite nell'acqua e avvolte in una polvere condita (*gomul*). Chiamate *gyeongdan* di sesamo, *gyeongdan* di fagioli rossi o *gyeongdan* di castagne, secondo il tipo di condimento.

Bolas de arroz dulce Pequeñas bolitas de polvo de arroz o polvo de mijo glutinoso que se hierven en agua y se recubren de polvo de condimento (*gomul*). Según el polvo de condimento usado, se llama *gyeongdan* de sésamo, *gyeongdan* de frijol rojo, o *gyeongdan* de castaña.

Süße Reisbällchen Süßes Reispulver oder klebriges Hirsepulver wird in kleine Bällchen geformt, in Wasser gekocht und in einem Pulver (*gomul*) gerollt. Je nach Pulver werden die Bällchen als Sesam *gyeongdan*, Rote Bohnen *gyeongdan* oder Esskastanien *gyeongdan* bezeichnet.

كرات الأرز الحلو مسحوق الأرز الحلو أو مسحوق الدخن الغلوتيني على شكل كرات صغيرة تغلى بالماء وتغلف في مسحوق التوابل (*gomul*). تسمى *Gyeongdan* السمسم أو الفاصوليا الحمراء أو الكستناء، حسب التوابل المستخدمة.

Bông gạo nếp Gạo nếp hoặc bột kê nếp được nặn thành các hạt bông tròn, đun sôi trong nước và được phủ bột màu (*gomul*). Tùy thuộc vào loại bột phủ, *gyeongdan* có các tên khác nhau như *gyeongdan* mè, *gyeongdan* đậu đỏ hoặc *gyeongdan* hạt dẻ.



[꿀떡] kkul tteok

171

꿀떡 찹쌀가루에 꿀을 섞어 체에 내린 뒤 밤, 대추, 잣 등을 쪼개어 넣고 찌거나 찹쌀가루 반죽에 꿀이나 설탕을 넣어 빚은 떡이다.

Honey-filled Rice Cakes Sweet rice powder mixed with honey, sifted through a sieve, layered with jujube and pine nuts, and steamed. Also refers to *tteok* made with honey or sugar mixed into the sweet rice dough.

쿠르트ツ(蜂蜜もち)もち米に蜂蜜を混ぜてふるいにかけて、栗、なつめ、松の実などを層ごとにあしらって蒸すか、もち米をこねて中に蜂蜜や砂糖を入れて作ったお餅。

蜜糕 (蜂蜜糕) 糯米粉中加入蜂蜜，边用筛子筛下，边加入板栗、大枣、松籽等蒸熟食用，或用糯米粉和面后，用蜂蜜或砂糖做馅料团起来即可。

Gâteau de riz au miel Gâteau à base de riz gluant et de miel ou de sucre, cuit à la vapeur. On peut y ajouter des marrons, jujubes ou pignons de pin.

Tortini di riso riempiti di miele Composto di farina di riso dolce e miele, passata attraverso un setaccio, messo a strati con giuggiole e pinoli e cotto al vapore. Oppure un *tteok* fatto con miele o zucchero miscelato nell'impasto di riso dolce.

Pasteles de arroz con miel Polvo de arroz dulce mezclado con miel, tamizado a través de un tamiz, con capas de azufaífo y piñones, cocinado al vapor. También se refiere al *tteok* hecho con miel o azúcar mezclado con la pasta de arroz dulce.

Mit Honig gefüllte Reiskuchen Süßes Reispulver wird mit Honig gemischt und dann gesiebt, mit chinesischen Datteln und Pinienkernen gemischt und im Dampf gegart. Wird auch als *Tteok* bezeichnet, für das Honig oder Zucker in den süßen Reisteig gemischt werden.

كعك الأرز بالعسل مسحوق الأرز الحلو مع العسل، يمرر بالمنخل ويوضع مع طبقات العناب والصنوبر ثم يطبخ على البخار. يشير الاسم كذلك لكعكات الأرز المعدة بالعسل أو السكر المخلوط مع عجينة الأرز الحلو.

Bánh gạo nhân mật ong Bột gạo nếp trộn với mật ong, sàng qua lưới lọc, thêm táo tàu, hạt thông xếp lớp và được hấp. Còn được gọi là *tteok* khi làm từ mật ong hoặc đường trộn với bột gạo nếp.



172 [백설기] baekseolgi

백설기 멥쌀가루에 설탕물을 섞어 체에 내린 뒤 고물 없이 시루에 안쳐 찌낸 흰떡. 깨끗하고 신성한 음식이라는 뜻에서 아이의 백일이나 첫돌 잔치 때 만들어 먹는다.

Snow White Rice Cakes Powdered rice mixed with sugared water, sifted, and steamed in a *siru* (earthenware steamer) without any dressing powder. Due to its white color, believed to symbolize innocence and purity, *baekseolgi* is traditionally prepared to celebrate a baby's 100th day or first birthday.

ペッソルギ (白蒸しもち)うるち米に砂糖水を混ぜてふるいにかけて、蒸し器で蒸した白いお餅。真っ白なことから神聖な食べ物とされ、生後100日のお祝いや1歳のお祝いに作って食べる。

白米蒸糕 (白蒸糕) 粳米粉加入糖水用筛子筛下后直接蒸熟即可。因蒸糕呈白色，取其洁净神圣之意，多用于孩子的百日和一周岁生日宴。

Gâteau de riz blanc Gâteau à base de riz non gluant, mélangé à de l'eau sucrée, et cuit à la vapeur. En Coréen, ce plat signifie "met sain et sacré" ; il est servi à l'occasion du premier anniversaire d'un enfant, ou de la fête organisée le centième jour suivant une naissance.

Tortino di riso bianco come la neve Farina di riso miscelata con acqua zuccherata, setacciata e cotta al vapore in un *siru* (pentola di terracotta per la cottura al vapore) senza nessun condimento in polvere. Per il suo bianco puro simbolico, il *baekseolgi* è preparato tradizionalmente per celebrare il centesimo giorno di un bambino o il suo primo compleanno.

Pasteles de arroz muy blancos Arroz en polvo mezclado con agua azucarada, tamizado y cocinado al vapor en un *siru* (olla de barro) sin ningún tipo de condimento en polvo. Debido a la blancura pura simbólica, los *baekseolgi* se preparan tradicionalmente para celebrar los 100 primeros días de un bebé o su primer cumpleaños.

Rein weiße Reiskuchen Reispulver wird mit gezuckertem Wasser vermischt, gesiebt und dann in einer *Siru* (Tonschüssel) ohne Dressingpulver im Dampf gegart. Die weiße Farbe symbolisiert Unschuld und Reinheit, daher wird *Beakseolgi* traditionell am 100. Tag nach der Geburt eines Kindes oder an dessen 1. Geburtstag zubereitet.

كعكات الأرز الأبيض بياض الثلج مسحوق الأرز المخلوط مع الماء المحلى بالسكر والمصفى بالمنخل والمطبوخ على البخار في الـ *siru* (وعاء فخاري للطبخ على البخار) دون أي مسحوق من التوابل. نظراً لبياضه الشديد الذي يعتبر رمزاً للبراءة والنقاء، يعدّ *Baekseolgi* تقليدياً للاحتفال بعيد المئة يوم للطفل أو عيده الأول.

Bánh gạo Bạch tuyết Bột gạo trộn với nước đường, sàng và hấp trong asiru (nồi hấp bằng đất nung) không có bột phủ. Nhờ màu trắng của bánh, tượng trưng cho sự ngây thơ, tinh khiết, baekseolgi được dùng để ăn mừng các em bé khi tròn 100 ngày hay vào lần sinh nhật đầu tiên.



[약식] yaksik

173

약식 찹쌀을 물에 불려 시루에 찐 다음 밤, 대추, 잣, 참기름, 꿀 또는 흑설탕, 간장으로 버무려 다시 시루에 찐 음식이다.

Sweet Rice with Nuts and Jujubes Steam-cooked sweet rice mixed with chestnuts, jujubes, pine nuts, sesame oil, honey, brown sugar or soy sauce, and re-steamed for a sticky texture.

ヤッシツ (韓国式おこわ) 水に漬け置いたもち米を蒸し、栗、なつめ、松の実、ごま油、蜂蜜または黒砂糖、醤油を混ぜて再び蒸したものだ。

韩国八宝饭 (八宝饭) 将泡发的糯米上屉蒸熟后，与板栗、大枣、松籽、麻油、蜂蜜或红糖、酱油拌匀，再上屉蒸熟即完成。

Gâteau de riz aux fruits secs Gâteau à base de riz gluant contenant des marrons, jujubes et des pignons de pin, assaisonné d'huile de sésame, de sauce de soja, de miel ou de sucre, et cuit à la vapeur.

Riso dolce con noci e giuggiole Riso dolce cotto al vapore miscelato con castagne, giuggiole, pinoli, olio di sesamo, miele, zucchero bruno o salsa di soia e cotto nuovamente al vapore per ottenere una consistenza viscosa.

Arroz dulce con frutos secos y azufaias Arroz cocinado al vapor al cual se mezclan castañas, azufaias, piñones, aceite de sésamo, miel, azúcar moreno o la salsa de soja, y se vuelve a cocinar al vapor para darle una textura pegajosa.

Süßer Reis mit Nüssen und chinesischen Datteln Im Dampf gegarter süßer Reis wird mit Esskastanien, chinesischen Datteln, Pinienkernen, Sesamöl, Honig, braunem Zucker oder Sojasoße gemischt und dann noch einmal im Dampf aufgewärmt, damit er klebrig wird.

الأرز الحلو مع الجوز والبندق والعناب أرز حلو يطبخ على البخار مع الكستناء والعناب وحبوب الصنوبر وزيت السمسم والعسل والسكر البني أو صلصة الصويا، ويعاد طهيها على البخار للحصول على لزيادة لزوجته.

Bánh gạo nếp với táo tàu và các loại hạt Gạo nếp đã được hấp-nấu trộn với hạt dẻ, táo tàu, hạt quả thông và dầu mè, mật ong, đường đỏ hoặc xì dầu, và được hấp lại để keo dính.



174 [화전] hwa jeon

화전 찹쌀가루를 뜨거운 물로 반죽해 동글납작하게 빚은 다음 꽃잎을 붙여 기름에 지진 떡이다. 계절별로 진달래화전, 장미화전, 국화전 등이 있다.

Flower Rice Cakes Sweet rice powder kneaded with boiling water, shaped flat and round, decorated with flower petals, and pan-fried. *hwajeon* was traditionally made with seasonal flowers - most commonly azalea, rose, and chrysanthemum.

ファクション (花びらの焼きもち) 熱湯でこねたもち米を小分けにして丸め、平たく伸ばして花びらをのせ、油で焼いたお餅。季節によって、つつじ、ばら、菊の花などをあしらう。

花煎饼 糯米粉用开水和面，压成扁平状，贴上花瓣后用食用油煎熟即可。根据季节，有杜鹃花煎饼、玫瑰煎饼、菊花煎饼等。

Gâteau de riz aux fleurs Pâte de poudre de riz gluant, pétrie avec de l'eau chaude, sur laquelle on pose une fleur avant de la poêler : selon la saison, il peut s'agir d'une azalée, d'une rose ou d'un chrysanthème.

Tortini di farina di riso Farina di riso dolce impastata con acqua bollente, appiattita e arrotondata, decorata con petali di fiori e frita in padella. *hwajeon* era tradizionalmente fatto con fiori di stagione – normalmente azalee, rose e crisantemi.

Pasteles de harina de arroz Harina de arroz dulce amasado con agua hirviendo, que se forma en pasteles planos y redondos, decorados con pétalos de flores y fritos en sartén. El *hwajeon* se preparaba tradicionalmente con flores de temporada, generalmente azalea, rosa y crisantemo.

Blumen-Reiskuchen Süßes Reispulver wird mit kochendem Wasser verknetet, dann flach und rund ausgerollt, mit Blumenblättern dekoriert und herausgebacken. *hwajeon* wurde traditionell mit saisonalen Blumen zubereitet – meistens Azaleen, Rosen und Chrysanthemen.

كعكات أرز الأزهار مسحوق الأرز الحلو يعجن مع الماء المغلي ويمد رقيقاً ومدوراً، يزين بوريقات الزهور ويقلّى. يعدّ الـ *Hwajeon* تقليدياً من الأزهار الموسمية، عادة الأزاليا والورد والأقحوان.

Bánh gạo hình hoa Bột gạo nếp nhào với nước sôi, nặn hình tròn và dẹt, được trang trí với cánh hoa và được chiên lên. Theo truyền thống, *hwajeon* được làm cùng với các loại hoa theo mùa, phổ biến nhất là hoa đỗ quyên, hoa hồng và hoa cúc.

한과: HANGWA KOREAN SWEETS

곡물가루나 과일 등에 꿀, 엿, 설탕을 넣어 달콤하게 만들어 먹는 한국의 전통 과자이다.

Hangwa refers to traditional sweets made with powdered grains, honey, malt and sugar.

강정 gangjeong_138

다식 dasik_139

약과 yakgwa_140

포 po_141





176 [강정] gangjeong

강정 찹쌀가루를 술과 꿀로 반죽해 여러 모양으로 썰어 말린 다음 기름에 튀겨 꿀이나 조청을 바르고 콩이나 깨, 잣가루, 송홧가루 등을 입힌 과자이다.

Sweet Rice Puffs Sweet rice powder mixed with liquor and honey, cut into various shapes, air-dried, deep-fried, dipped in grain syrup (*jocheong*) or honey, and coated with powdered beans, sesame seeds, crushed pine nuts, or pine pollen.

カンジョン (韓国式おこし)もち米を酒と蜂蜜でこね、これを切って干したものを油で揚げ、蜂蜜や水あめを絡ませて、豆やごま、松の実、松の花粉などをまぶしたお菓子。

江米糕 糯米粉用酒和蜂蜜和成面，切成不同形状，晾干后用油炸熟，先裹上蜂蜜或糖稀，再裹上豆粉或芝麻粉、松籽粉、松黄粉即完成。

Gâteau de riz au miel frit Gâteau à base de poudre de riz gluant, pétrie avec de l'alcool et du miel ; la pâte ainsi obtenue est ensuite coupée, séchée et frite avant d'être roulée dans du soja concassé, des pignons de pin ou du pollen de pin.

Sfogliatelle di riso dolce Farina di riso dolce miscelata con liquore e miele, tagliata in varie forme, essiccate all'aria, fritte, intinte in sciroppo di grano (*jocheong*) o miele e infarinate con fagioli in polvere, semi di sesamo, pinoli schiacciati o polline di pino.

Bombas de arroz dulce Pasta de polvo de arroz dulce mezclado con licor y miel, cortada en diferentes formas, secadas al aire, fritas en aceite, sumergidas en jarabe de grano (*jocheong*) o miel, y cubiertas con polvo de frijoles, semillas de sésamo, nueces trituradas o polen de pino.

Süße Reishappen Süßes Reispulver wird mit Likör und Honig gemischt, in verschiedene Formen geschnitten, an der Luft getrocknet, frittiert, in Kornsirup (*jocheong*) oder Honig getaucht und dann mit Bohnenpulver, Sesamsamen, klein gehackten Pinienkernen oder Pinienpollen beschichtet.

كرات الأرز الحلو المنفوخة مسحوق الأرز الحلو يخلط مع شراب الفواكه الكحولي (*liquor*) والعسل، ويقطع بأشكال مختلفة ويجفف في الهواء ثم يقلب بالزيت العميق ويغطس في شراب الحبوب *Jocheong* أو العسل، ويغطي بطبقة من مسحوق الفاصوليا والسهم وحبوب الصنوبر المهروسة أو مسحوق لقاح الصنوبر.

Bánh gạo ngọt Bột gạo trộn với rượu và mật ong, cắt thành nhiều hình dạng khác nhau, sấy khô, chiên giòn, nhúng trong nước sirô từ các loại hạt (*jocheong*) hoặc mật ong và phủ với bột đậu nành, hạt mè, hạt thông nghiền hoặc phấn hoa thông.



[다식] dasik

177

다식 쌀, 밤, 콩 등의 곡물을 곱게 가루 내어 꿀이나 조청으로 반죽한 다음 다양한 글자와 문양이 새겨진 다식판에 박아 만든 색색의 아름다운 과자이다.

Tea Confectionery Powdered rice, chestnuts or beans combined with honey or syrup and pressed in a patterned wooden mold (*dasik-pan*). A colorful and decorative sweet.

タシツ (韓国式らくがん) 米、栗、豆などの穀物を細かく挽き、蜂蜜や水あめでこねてから、模様や文字が刻まれた型で抜いた色鮮やかなお菓子。

茶食 将白米、板栗、大豆等谷物碾成粉，加入蜂蜜或糖稀和面后，用模子压出各种纹样制成的糖果。

Gâteau coloré Gâteau à base de poudre de diverses céréales (riz, marron, soja), que l'on pétrit avec du miel avant de placer la pâte ainsi obtenue dans un moule pour la servir.

Pasticcini da tè Farina di riso, di castagne o di fagioli combinata con miele o sciroppo e pressata in uno stampo di legno decorato (*dasik-pan*). Un dolce colorato e decorativo.

Confiterías para el té Pasta de arroz en polvo, castañas o frijoles combinados con miel o jarabe que se moldea presionando la pasta en moldes de madera de diversos diseños (*dasik-pan*), lo que produce dulces coloridos y decorativos.

Teegebäck Reispulver, Esskastanien oder Bohnen werden mit Honig oder Sirup kombiniert und in eine Holzform (*dasik-pan*) gepresst. Eine farbenfrohe und dekorative Süßspeise.

حلويات الشاي مسحوق الأرز والكستناء أو الفاصوليا مع العسل أو شراب السيروب Syrop، يضغط بقالب خشبي (*Dasik Pan*). حلويات مزينة وملونة.

Bánh trà Bột gạo, hạt dẻ hoặc đậu nành trộn với mật ong hay sirô và ép bằng khuôn gỗ. Một loại bánh ngọt nhỏ nhiều màu sắc có tính chất trang trí.



178 [약과] yakgwa

약과 밀가루를 꿀과 참기름으로 반죽해 약과판에 박아 모양을 만들어 기름에 지지거나 튀긴 다음 계핏가루를 넣은 조청이나 꿀에 담갔다가 잣가루를 뿌린 과자이다.

Honey Cookies Flour mixed with honey and sesame oil, pressed in a *yakgwapan* (*yakgwa mold*), shallow-fried or deep-fried, dipped in grain syrup or honey, and sprinkled with chopped pine nuts.

ヤックア (揚げ菓子) 小麦粉を蜂蜜とごま油でこねて専用の型で抜き、油で焼くか揚げ、シナモンを混ぜた水あめや蜂蜜に浸けて、砕いた松の実をまぶしたお菓子。

韩国蜜油饼 (蜜饯) 将面粉与蜂蜜、麻油混合和面，用模子压出不同纹样后用油煎或炸出，在加有桂皮粉的蜂蜜中浸泡一下再撒上松籽粉即可。

Gâteau à la farine de blé frit Pâte de farine de blé pétrie avec du miel et de l'huile de sésame que l'on place dans un moule avant de la faire frire. On roule le gâteau ainsi obtenu dans du miel et de la poudre de cannelle et le saupoudre de pignons de pin broyés.

Dolcetti al miele Farina mescolata con miele e olio di sesamo, pressata in un *yakgwapan* (*stampo yakgwa*), frita in poco olio o in olio abbondante, intinta in uno sciroppo di grano o miele e cosparsa di pinoli sminuzzati.

Galletas de miel Mezcla de harina con miel y aceite de sésamo, presionada en un *yakgwapan* (*molde yakgwa*), frita en una sartén plana o frita en aceite, luego sumergida en jarabe de grano o miel y cubierta con piñones picados.

Honigplätzchen Mehl wird mit Honig und Sesamöl gemischt, in eine *yakgwapan* (*Yakgwa Form*) gepresst, herausgebacken, in Kornsirup oder Honig getaucht und mit gehackten Pinienkernen berieselt.

بسكوييت العسل طحين مخلوط مع العسل وزيت السمسم مضغوط بـ *Yakgwapan*، مقلي بزيت خفيف أو عميق، مغطس في شراب الحبوب أو العسل، وتنتثر عليه حبوب الصنوبر المقطعة.

Bánh quy mật ong Bột trộn với mật ong và dầu mè, ép bằng *yakgwapan* (*khuôn yakgwa*), chiên sơ hoặc giòn, nhúng trong nước sirô từ các loại hạt hoặc mật ong và rắc hạt thông băm nhỏ.



[포(육포, 어포, 어란)] po (yukpo, eopo, eoran)

179

포(육포, 어포, 어란) 쇠고기나 생선을 양념하여 말린 육포와 어포, 대구알을 양념하여 말린 뒤 얇게 썬 어란 등은 술상에 오르는 대표적인 안주다.

Dried Beef, Fish, and Fish Roe A dry accompaniment (*anju*) enjoyed with alcoholic drinks. Po ranges from seasoned and dried beef (*yukpo*), fish (*eopo*), or pollack roe (*eoran*). Eoran is served thinly sliced.

ユッポ、オポ、オラン (ジャーキー、魚の干物、魚卵) 牛肉や魚を味付けして干したり、たら卵を味付けして干し、薄く切ったもの。お酒のおつまみに最適。

脯(肉脯, 鱼脯, 鱼籽) 将牛肉或鱼腌制以后进行干燥处理的肉脯或鱼脯, 还有将鳕鱼籽腌制干燥以后切成薄片的鱼籽等, 是韩国酒席上典型的下酒菜。

Produits séchés (bœuf, poisson, œufs de poisson) Œufs de morue, tranches de bœuf ou de poisson assaisonnées et séchées. Se consomment comme amuse-bouche secs pour accompagner différents alcools.

Manzo, pesce e uova di pesce essiccati Un anju (accompagnamento) ottimo con bevande alcoliche. Po consiste in diversi alimenti conditi ed essiccati : manzo (*yukpo*), pesce (*eopo*), o uova di pollack (*eoran*). Eoran si serve affettato finemente.

Carne seca de res, pescado y huevas de pescado Un anju seco (acompañamiento) que se disfruta con bebidas alcohólicas. Los po se elaboran con carne sazónada y secada (*yukpo*), o con pescado (*eopo*), o con huevas de abadejo (*eoran*). Los eoran se sirven en rodajas finas.

Getrocknetes Rindfleisch, getrockneter Fisch und getrockneter Fischrogen
Ein trockener *Anju* (snack), der zu alkoholischen Getränken gereicht wird. Po kann gewürztes und getrocknetes Rindfleisch (*yukpo*), getrockneter Fisch (*eopo*) oder Pollackrogen (*eoran*) sein. *Eoran* wird in dünne Scheiben geschnitten serviert.

لحم البقر أو السمك أو بيض السمك المجفف مرافق جاف (*Anju*) يمكن الاستمتاع به مع المشروبات الكحولية. يتراوح الـ *Po* بين لحم البقر (*Yukpo*) والسمك (*eopo*) أو بيض سمك البولاق (*eoran*) وجميعها مجففة ومبهررة. يقدم الـ *Eoran* على شكل شرائح رقيقة.

Bò, cá và trứng cá khô Một loại anju (đồ nhấm) ăn kèm với nước uống có cồn. Có nhiều loại po như bò khô tẩm (*yukpo*), cá khô tẩm (*eopo*), hay trứng cá po-lắc (*eoran*). Eoran được thái mỏng.



음청류: EUMCHEONG-RYU BEVERAGES AND TEA

한국 고유의 차와 음료는 재료가 가진 특성을 그대로 살려
맛도 좋고 몸에도 이로운 것이 특징이다.

Traditional Korean beverages and tea emphasize and enhance the
flavors and nutritional benefits of natural ingredients.

식혜 sikhye_181

수정과 sujeonggwa_182

인삼차 insam cha_183

유자차 yuja cha_184

매실차 maesil cha_185

녹차 nok cha_186

오미자화채 omija hwachae_187



[식혜] sikhye

181

식혜 밥을 엿기름물로 삭힌 다음 설탕을 넣어 달콤하게 만든 음료로 차갑게 즐긴다. 밥알을 띄워서 마시면 식혜, 밥알을 걸러내고 마시면 감주라고 부른다.

Rice Punch A traditional dessert beverage made by fermenting rice in malt. Always served cold, it also is called *dansul*, or *gamju*.

シッケ (韓国式甘酒) ご飯を麦芽で発酵させたものに砂糖を加え、冷やしたもの。ご飯粒が浮かんだもの、ご飯粒をこしたのものなどがあり、カムジュ(甘酒)とも呼ばれる。

甜米露 (酒酿) 把米饭与麦芽一同发酵，然后加入砂糖制成的甜味饮料，多以冷饮食用。带米粒饮用时，称为酒酿，滤掉米粒饮用时，称为甘酒。

Boisson sucrée au riz Boisson sucrée à base de riz fermenté, qui se boit froide. Son nom diffère selon sa composition : *sikhye* si elle contient des grains de riz, *gamju* si elle n'en contient pas.

Punch di riso Una tradizionale bevanda da dessert fatta fermentando il riso nel malto. Sempre servito freddo, è anche chiamato *dansul* o *gamju*.

Ponche de arroz Una bebida tradicional para el postre, elaborada por fermentación de arroz en malta. Siempre que se sirve frío, sino que también se llama *dansul* o *gamju*.

Reispunsch Ein traditionelles Dessertgetränk, das durch die Fermentierung von Reis in Malz zubereitet wird. Wird immer kalt serviert und ist auch unter den Namen *dansul* oder *gamju* bekannt.

شراب الأرز شراب تقليدي يقدم مع الحلويات مصنوع من الرز المخمر بالشعير (المالت). يقدم بارداً دائماً. يسمى *Sikhye* عندما تكون حبوب الأرز طافية على سطحه، ويسمى *Gamju* عندما يقدم السائل فقط بعد تصفيته.

Nước gạo Một thứ đồ uống trắng miệng truyền thống được làm bằng cách lên men gạo trong mạch nha. Được giữ lạnh, được gọi là *sikhye* khi có hạt gạo nổi và gọi là *gamju* khi chỉ dùng nước chắt.



182 [수정과] sujeonggwa

수정과 계피와 생강을 달인 물에 설탕이나 꿀을 섞은 뒤 차게 식혀 마시는 음료이다. 마실 때는 수정과에 불린 곱감을 넣고 잣을 띄워 먹는다.

Cinnamon Punch A cool drink of simmered fresh ginger and cinnamon sweetened with sugar or honey. Served with softened dried persimmons and pine nuts.

スジョンガ (しょうがとシナモンの飲み物) シナモンやしょうがを煮出して、砂糖や蜂蜜を混ぜ、冷やした飲み物。ふやかした干し柿を入れ、松の実を浮かべて飲む。

水正果(生姜桂皮茶) (柿餅汁) 桂皮和生姜煮水，加入砂糖和蜂蜜，冷却后饮用。饮用时可加入泡制好的柿饼和松籽。

Boisson à la cannelle Infusion à base de cannelle, gingembre, sucre ou miel, qui se boit froide et se sert avec des kakis séchés plongés dans l'infusion et des pignons de pin.

Punch alla cannella Una bevanda fredda di zenzero fresco sobbollito, addolcita con zucchero e miele. Servita con cachi essiccati e ammollati e pinoli.

Ponche de canela Un bebida fría de jengibre fresco y canela hervido a fuego lento, endulzada con azúcar o miel. Se sirve con caquis secos suavizados y piñones.

Zimtpunsch Ein kaltes Getränk aus gekochtem frischen Ingwer und Zimt, das mit Zucker oder Honig gesüßt ist. Der Punsch wird mit weichen getrockneten Fuji-Früchten und Pinienkernen serviert.

شراب القرفة شراب بارد من الجوزبيل الطازج المغلي والقرفة المحلاة بالسكر أو العسل. يقَدَّم مع فاكهة البرسيمون المجففة والمرطبة وحبوب الصنوبر.

Nước quế Nước uống lạnh làm từ gừng tươi và quế hầm đường hoặc mật ong. Thêm quả hồng khô và hạt quả thông mềm.



[인삼차] insam cha

183

인삼차 인삼을 물에 넣고 달여 꿀이나 설탕을 섞어 마시는 차로, 달일 때 대추를 함께 넣으면 향이 훨씬 좋다. 팔팔 끓인 물에 인삼가루를 타서 마시기도 한다.

Ginseng Tea A traditional tea made of brewed fresh ginger or and sweetened with sugar. Jujubes may be added to enhance the aroma. Also made by adding ginseng tea powder to boiled water.

인삼차 (高麗人參茶) 高麗人參を煮出して、蜂蜜や砂糖を加えた飲み物。なつめを加えて煮ると、香りがいっそう引き立つ。高麗人參の粉を熱い湯で溶かして飲むこともある。

人參茶 人參煮水放入蜂蜜或砂糖饮用，或者在开水中沏入人參粉饮用。熬煮人參时，加入大枣会使人參茶味道更佳。

Thé au ginseng Thé à base de ginseng longuement bouilli dans de l'eau, à feu doux. Se boit avec du miel ou du sucre. On peut aussi utiliser de la poudre de ginseng à la place. Le thé est plus parfumé s'il est préparé avec, en plus, des jujubes.

Tè al Ginseng Un tè tradizionale fatto con ginseng fresco o in polvere. Si possono aggiungere giuggiole per rafforzare l'aroma.

Té de ginseng Un té tradicional hecho de *ginseng* fresco o en polvo. Para darle más sabor se le pueden agregar azufafos.

Ginseng-Tee Ein traditioneller Tee aus frischem Ingwer oder Ingwerpulver. Um das Aroma zu vertiefen, können auch chinesische Datteln hinzugefügt werden.

شاي الجنسنغ شاي تقليدي معدّ من الجنسنغ الطازج أو المسحوق. يمكن إضافة العناب لتعزيز نكهته.

Trà sâm Trà truyền thống làm từ sâm tươi hoặc bột sâm tươi. Có thể cho thêm táo tàu để làm tăng hương thơm.



184 [유자차] yuja cha

유자차 유자를 껍질째 얇게 저며 설탕이나 꿀에 재운 다음 겨울에는 뜨겁게, 여름에는 시원하게 마시는 새콤달콤한 맛의 음료다.

Citrus Tea Tea made with *yuja* (Korean citrus) concentrate, which is a preserve made with sliced *yuja* fruit and sugar or honey. It is a sweet and tart tea served hot in the winter and cold in the summer.

ユジャチャ (柚子茶) 柚子を薄切りにし、砂糖や蜂蜜で漬けたものを、冬は熱湯で溶いて、夏は冷たくして飲む。甘酸っぱい味が特徴。

柚子茶 将柚子切薄片用砂糖腌制以后泡水饮用。冬天可用热水、夏天可用冷水浸泡即可享受酸甜可口的饮料。

Thé aux citrons coréens Thé à base de *yuja* (citron coréen) confit dans du sucre ou du miel. Boisson sucrée et acidulée, à servir chaude en hiver ou froide en été.

Tè al limone Tè fatto con concentrato di *yuja* (limone coreano), che è una conserva fatta con fettine del frutto *yuja* e zucchero o miele. E' un tè agrodolce servito caldo d'inverno e freddo d'estate.

Té de fruta cítrica Té hecho con *yuja* (fruta cítrica coreana) concentrado. La *yuja* es un dulce hecho con rodajas de la fruta *yuja* con azúcar o miel. Es un té dulce y agrio que se sirve caliente en invierno y frío en verano.

Zitrus-Tee Tee aus *Yuja* (koreanischem Zitruskonzentrat), ein Konzentrat aus geschnittener *yuja* Frucht und Zucker oder Honig. Ein süßer und saurer Tee, der im Winter heiß und im Sommer kalt serviert wird.

شاي الحمضيات شاي معدّ من الـ *Yuja* (الحمضيات الكورية) المركزة، وهي حمضيات معلّبة من شرائح فاكهة الـ *Yuja* والسكر أو العسل. وهي شاي حلو/حامض يقدم ساخناً في فصل الشتاء وبارداً في الصيف.

Trà chanh Trà được làm ra từ *yuja* (chanh Hàn quốc) cô đặc, một loại mứt làm ra từ quả *yuja* thái lát và đường hoặc mật ong. Một loại trà uống kèm với bánh ngọt được dùng nóng trong mùa đông và lạnh trong mùa hè.



[매실차] maesil cha

185

매실차 제철에 딴 매실에 같은 양의 설탕을 섞어 서늘한 곳에서 발효시킨 다음 건더기를 건져내고 시원한 곳에 숙성시켰다가 뜨거운 물이나 찬물을 섞어 마시는 차다.

Green Plum Tea Tea made of green plum syrup, served hot or cold. The syrup is made in spring by mixing fresh green plums with an equivalent amount of sugar, leaving it in a cool place, and straining the liquid after it ferments.

メシルチャ (梅の実茶) 梅の季節に、梅と同量の砂糖を混ぜて涼しい場所で発酵させ、できた液体を熱湯や水で溶いた飲み物。

青梅茶 (梅子茶) 将梅子用与其等量的砂糖混合进行发酵，将梅果取出后放置阴凉处继续发酵，饮用时可用热水或冷水勾兑饮用。

Thé aux mirabelles Thé à base de Maeshils (mirabelles coréennes). Après avoir fait fermenter des mirabelles dans l'équivalent de leur poids en sucre, dans un lieu frais, on récupère le jus que l'on dilue dans de l'eau froide ou chaude avant de servir.

Tè di prugne verdi Tè fatto con sciroppo di prugne verdi, servito caldo o freddo. Lo sciroppo è fatto in primavera mescolando prugne verdi fresche con un quantitativo equivalente di zucchero, lasciato in un posto fresco e filtrato dopo la fermentazione.

Té de ciruela verde Té hecho con jarabe de ciruela verde, servido caliente o frío. El jarabe se elabora en la primavera mezclando ciruelas verdes frescas con una cantidad igual de azúcar, dejándolo en un lugar fresco para fermentar y luego colando el líquido.

Grüner Pflaumentee Tee aus grünem Pflaumensirup, der heiß oder kalt serviert wird. Der Sirup wird im Frühjahr hergestellt, indem frische grüne Pflaumen mit der gleichen Menge Zucker vermischt werden und diese Mischung dann an einem kühlen Ort fermentiert. Nach der Fermentierung wird die Flüssigkeit abgossen.

شاي البرقوق الأخضر شاي من شراب البرقوق الأخضر المحلى، يقدم ساخناً أو بارداً. يصنع الشراب المحلى في الربيع بخلط البرقوق الأخضر الطازج مع كمية مماثلة من السكر ويترك في مكان بارد، ثم يصفى السائل بعد تخمره.

Trà mận xanh Trà làm từ nước sirô mận xanh được uống nóng hoặc lạnh. Sirô được làm vào mùa xuân bằng cách trộn mận xanh tươi với lượng đường tương đương và để ở nơi mát mẻ, sau khi lên men trở thành chất lỏng sệt.



186 [녹차] nok cha

녹차 차나무의 잎을 푸른빛이 그대로 나도록 말린 것으로 뜨거운 물에 우려 마신다. 대표적인 명산지인 보성의 녹차는 감칠맛이 뛰어나고 하동의 녹차는 맑고 풋풋한 맛이 난다.

Green Tea Green tea leaves, dried carefully to preserve the color, are brewed in boiled hot water. Boseong green tea is famous for its deep, long-lasting flavor, and Hadong green tea is famous for its pure, fresh aroma.

ノッチャ (緑茶) 色が変わらないよう乾燥させたお茶の葉を、熱い湯で煎じて飲む。お茶の産地として有名な全羅南道宝城(チョン라남도·포송)의 緑茶は旨みが強く、慶尙南道河東(キョン산남도·하동)의 緑茶は澄んだ清々しい味で名高い。

绿茶 将茶叶晾干以后,用热水泡饮。宝城绿茶口感醇香,河东绿茶口感清爽,是韩国典型的绿茶品种。

Thé vert coréen Thé à base de feuilles d'arbre de Cha (arbre à thé) séchées, mais qui conservent leur couleur naturelle. Le thé vert de la région de Boseong est connu pour son goût puissant et celui de Hadong pour son parfum simple et délicat.

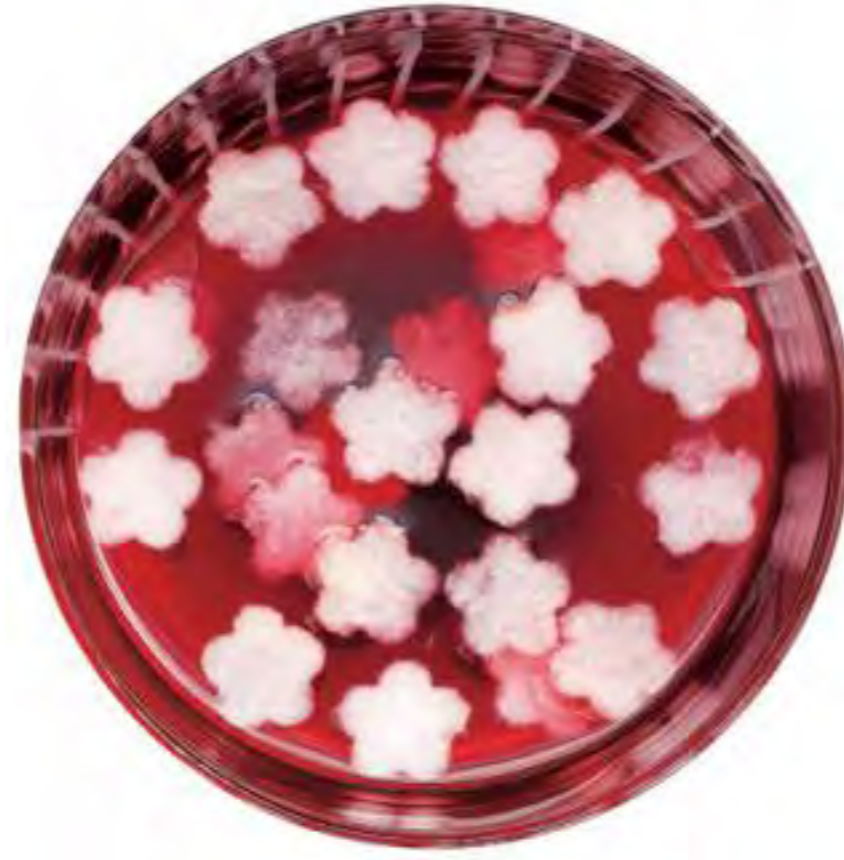
Tè verde Foglie di tè verde, essiccate con cura per mantenerne il colore, sono lasciate in infusione in acqua bollente. Il tè verde di Boseong è famoso per il suo aroma intenso e persistente e il tè verde di Hadong è famoso per il suo aroma puro e fresco.

Té verde Hojas de té verde cuidadosamente secadas para preservar el color se echan en agua caliente hervida. El té verde *boseong* es famoso por su sabor profundo y duradero. El té verde *hadong* es famoso por su aroma puro y fresco.

Grüner Tee Grüne Teeblätter werden sorgfältig getrocknet, um die Farbe beizubehalten und werden dann in heißem Wasser gekocht. Grüner Boseong-Tee ist für seinen tiefen, lang anhaltenden Geschmack bekannt und Hadong-Tee für sein reines, frisches Aroma.

الشاي الأخضر أوراق الشاي الأخضر مجففة بعناية للحفاظ على لونها، تغلى في الماء الساخن. شاي *Boseong* الأخضر شهية بطعمه القوي الذي يبقى لفترة طويلة. كما يشتهر شاي *Hadong* الأخضر بنكهته الصافية الطازجة.

Trà xanh Lá trà xanh được sấy khô cẩn thận giữ nguyên màu sắc và được ủ trong nước đun sôi. Trà xanh Boseong rất nổi tiếng bởi hương vị đậm đà, dài lâu, và trà xanh Hadong nổi tiếng bởi hương thơm tinh khiết.



[오미자화채] omija hwachae

187

오미자화채 단맛, 신맛, 쓴맛, 짠맛, 매운맛 다섯 가지 맛이 나는 오미자를 말려 물에 담가 우린 물에 설탕이나 꿀, 물을 섞고 꽃 모양으로 만든 배를 띄운 음료이다.

Omija Punch A sweet and tangy punch made with *omija* (schisandra berry), which boasts a complex flavor of five tastes-sweet, sour, bitter, salty and spicy.

The *omija* is brewed in water and sweetened with sugar or honey. The punch is served with floating slices of Asian pear cut into flower shapes.

오미자화채 (五味子の飲み物) 甘味、酸味、苦味、塩味、辛味など五つの味を含む五味子を水に浸け、これを煮出したものに砂糖や蜂蜜、水を混ぜ、花をかたどった梨を浮かべた飲み物。

五味子甜茶 将赋有甜、酸、苦、咸、辣五种口味的五味子用水浸泡，加入砂糖或蜂蜜，再加入切成花纹模样的梨片饮用

Thé aux cinq parfums Thé à base d'*omija* (fruits de Schisandra sinensis) qui contient cinq goûts différents : sucré, acidulé, amer, salé et épicé. On y ajoute du miel ou du sucre, et décore avec des tranches de poire coréenne découpée en forme de fleur avant de servir.

Omija Punch Un punch dolce e intenso fatto con *omija* (bacche di schizandra) essiccate. Ha tre sapori: dolce, acido, amaro, salato e piccante. L'*omija* è lasciato in infusione e addolcito con zucchero o miele. Una pera asiatica tagliata a forma di fiore viene fatta galleggiare nel punch.

Ponche omija Un ponche dulce y picante hecho con *omija* seca (baya de schisandra) que tiene cinco sabores: dulce, ácido, amargo, salado y picante. El *omija* se elabora con agua y se endulza con azúcar o miel. Se corta una pera asiática en forma de flor para flotarla en el ponche.

Omija-Punsch Ein süßer und saurer Punsch aus getrockneten *omija* (Schisandra-Beeren): dieser Punsch ist süß, sauer, bitter, salzig und würzig zugleich. *omija* wird in Wasser gekocht und mit Zucker oder Honig gesüßt. Der Punsch wird mit koreanischen Birnenscheiben serviert, die in Blumenmuster geschnitten wurden.

شراب الأوميجا شراب حلو منعش معد من الـ *Omija* (توت الشيزاندر) الجاف، وله خمسة مذاقات حلوة وحامضة ومرّة ومالحة ومبهرة. يتم غلي الـ *omija* بالماء وتحليتها بالسكر أو العسل. ويقدم الشراب مع الأجاص الآسيوي الذي يتم تقطيعه على شكل زهرة تطفو على وجه الشراب.

Trà hoa Omija Nước uống ngọt và thơm được tạo ra từ *omija* khô (quả dâu schisandra), là tổng hợp của 5 vị ngọt, chua, cay đắng, mặn. *omija* được ủ trong nước và làm ngọt với đường hoặc mật ong. Nước khi uống được trang trí thêm bởi những lát lê hình hoa nổi.



상차림: SANGCHARIM TABLE SETTING

한식은 밥과 반찬으로 대표되는 주식과 부식 이외에도 다양한 음식과 상차림이 있다.

The traditional hanjeongsik is a set meal with a number of side dishes served with rice and soup.

This pre-set 'meal table,' or sangcharim, follows certain rules and varies accordingly.

한정식 hanjeongsik_190

비빔밥상 bibim bap sang_191

죽상 juk sang_192

국수상 guksu sang_193

찜상 chat sang_194

술상 sul sang_195





한정식 한국의 전통 반상차림을 서양의 정찬처럼 순서대로 격식을 갖춰 차려내는 현대적인 상차림이다. 전통적인 한식 식단을 바탕으로 전식, 곡물 위주의 주식과 부식 및 후식으로 구성되어 있다.

The Traditional Hanjeongsik The Traditional *hanjeongsik* is a set meal with an array of side dishes served with rice and soup. For a more modern dining experience, the meal is served in courses including appetizer, rice or noodles as main dish, side dishes, and dessert.

ハンジョンシツ (韓定食) 韓国の伝統的な膳ごしらは、格式を重んじて順に出される。韓国固有の献立を基本として、前菜、穀物を中心とした主食と副食、デザートで構成される。

高級韩定食 (韩定食) 韩定食是将韩国传统饮食，按西式正餐顺序上席的现代餐席，以传统韩式菜单为基础，以餐前菜、谷物为主的主食和副食、餐后饮食组成。

Dîner (pour une personne) Contrairement au dîner coréen traditionnel où tous les plats sont servis en même temps, lors du *hanjeongsik*, le dîner gastronomique, on sert à les plats dans un ordre prédéfini : entrée, plat, dessert. Le plat principal est composé d'un bol de riz et de ses accompagnements.

Menu fisso coreano per una persona L'*hanjeongsik* tradizionale è un pasto completo con un assortimento di contorni serviti con riso e zuppa. Per seguire uno stile più moderno, questo piatto è servito in varie portate: un antipasto, un piatto forte principale e un dessert.

EMenú fijo coreano para una persona El *hanjeongsik* tradicional es una combinación de comida con una gran variedad de platos servidos con arroz y sopa. Para una cena más moderna, la comida se sirve en los cursos, incluyendo aperitivo, arroz o fideos, como plato principal, guarnición y postre.

Koreanisches Prix-Fix-Menü für eine Person Das traditionelle *hanjeongsik* ist ein Prix-Fix-Menü mit zahlreichen Beilagen, das mit Suppe und Reis serviert wird. Heutzutage wird das Gericht auch in Gängen serviert, wobei zunächst eine Vorspeise serviert wird, gefolgt von einem Reis- oder Nudelgericht als Hauptspeise, Beilagen und einem Dessert.

الـ hanjeongsik التقليدي عبارة عن مجموعة من الأطباق التي تقدم معا وتشمل عدد من الأطباق الجانبية بالإضافة إلى الأرز والحساء. من الممكن تقديم الأطباق الواحد تلو الآخر كمقبلات وطبق رئيسي يحتوي على النشويات وأطباق جانبية تليها الحلوى

Thực đơn bữa ăn Hàn Quốc dành cho một người *Hanjeongsik* truyền thống là một bữa ăn với nhiều món kèm ăn cùng với cơm và súp. Để bữa ăn thêm hiện đại, bữa ăn được bắt đầu bằng một món khai vị, một món chính có chất bột, các món kèm và một món tráng miệng.



[비빔밥상] bibim bap sang

191

비빔밥상(비빔밥, 쇠고기뭇국, 나물, 약고추장, 나박김치) 비빔밥상에는 목이 메지 않도록 쇠고기뭇국과 나박김치를 올리고, 취향에 따라 맛을 조절할 수 있도록 약고추장과 약간의 나물을 곁들인다.

Bibimbap Set Menu: bibimbap, radish soup, namul, yak-gochujang, chilled water kimchi *Bibimbap* served with radish and beef soup and chilled water (*nabak kimchi*) to moisten the palate. Also includes *yak-gochujang* (*gochujang* with ground beef) for seasoning the *bibimbap* and a few *namul* side dishes.

ピビムパツ膳 ピビムパツ膳にはのどごしを良くするため、牛肉と大根のスープとナバッキムチが添えて出される。好みに応じて味を調整できるよう、ヤッコチュジャンとナムルも添えられる。

拌饭套餐 (拌饭, 萝卜牛肉汤, 山野菜, 加味辣酱, 萝卜片水泡菜) 拌饭套餐包括萝卜牛肉汤和萝卜片水泡菜, 还提供加味辣酱和山野菜, 可根据个人口味调整拌饭口感。

Repas autour du Bibimbap *Bibimbap* accompagné de soupe de navet au bouillon de bœuf et de *Nabak Kimchi* et, selon les goûts, de *Yakgochujang* ou de légumes assaisonnés.

Menu fisso Bibimbap: bibimbap, zuppa di rafano, namul, yak-gochujang, kimchi in acqua fredda *Bibimbap* è servito con rafano e zuppa di manzo *kimchi* in acqua fredda (*nabak*) per inumidire il palato. Comprende anche il *yak-gochujang* per condire il *bibimbap* e alcuni contorni *namul*.

Menú fijo de bibimbap: bibimbap, sopa de rábano, namul, yak-gochujang, kimchi de agua frío Es un *bibimbap* servido con rábano, sopa de carne y *kimchi* de agua frío (*nabak*) para humedecer el paladar. Incluye también el *yak-gochujang* para sazonar el *bibimbap* y algunos platos *namul* de acompañamiento.

Bibimbap Prix-Fix-Menü: Bibimbap, Rettich-Suppe, Mamul, Yak-Gochujang, kaltes Wasser-Kimchi *Bibimbap* wird mit Rettich und Rindssuppe und kaltem Wasser-Kimchi (*Nabak*) serviert, um den Gaumen vorzubereiten. Das Menü umfasst auch *yak-gochujang* (rote Chilipaste mit Rinderhack) zum Würzen des *bibimbap* sowie ein paar *namul*-beilagen.

قائمة Bibimbap: bibimbap وحساء الفجل و Namul و Yak Gochujang وكيمشي بالماء المبرّد يقدم الـ *Bibimbap* مع حساء الفجل ولحم البقر وكيمشي الماء المبرّد (*nabak*) لترطيب المذاق. يضم كذلك *Yak Gochujang* (معجون الفلفل الأحمر الحار مع لحم البقر المفروم) لتبهير الـ *Bibimbap* وبعض أطباق *namul* الجانبية.

Thực đơn bữa ăn Bibimbap: bibimbap, súp củ cải, rau trộn, yak-gochujang, kim chi nước ướp lạnh *Bibimbap* được dùng với củ cải và súp thịt bò và kim chi nước ướp lạnh (*nabak*). *Yak-gochujang* (nước sốt tương ớt với bò nghiền) được nêm vào *bibimbap* và một vài món rau trộn ăn kèm.

[죽상(전복죽, 나박김치, 매실장아찌)] juk sang



죽상(전복죽, 나박김치, 매실장아찌) 영양가 높은 전복죽으로 차린 죽상에는 기름진 반찬을 따로 곁들이지 않는다. 목이 메지 않도록 나박김치를 올리고 소화를 돕는 매실장아찌를 곁들인다.

Porridge Set Menu: abalone porridge, chilled water kimchi, green plum jangajji

The creamy abalone porridge is in itself a satisfying meal. The only necessary accompaniments are a chilled bowl of *nabak kimchi*, and a green plum relish as a digestive.

チュッ膳 (あわびのお粥、ナバッキムチ、梅の漬物) あわび粥は栄養価が高く、他に油気のあるおかずは要らない。のどごしを良くするためのナバッキムチと、消化を助ける梅の漬物が添えられる。

粥套餐 (鲍鱼粥, 萝卜片水泡菜, 梅子咸菜) 因为鲍鱼粥富含营养, 因此不需要其他油腻的佐餐菜。只需提供萝卜片水泡菜, 以及有助于消化的梅子咸菜。

Repas autour d'un potage aux ormeaux Le *juk* (potage) aux ormeaux, plat hautement nutritif, est servi avec des accompagnements simples, comme le *Nabak kimchi* et *Jjangajji* aux mirabelles pour faciliter la digestion.

Menu fisso di porridge : porridge di abalone, kimchi in acqua fredda, jangajji

di prugne verdi Il porridge cremoso di abalone è di per sé un pasto soddisfacente. Una ciotola fredda di *kimchi nabak* per annaffiare il porridge e una prugna verde sott'aceto sono tutto quello che si può aggiungere.

Menú fijo de atole: atole de orejas de mar, kimchi de agua frío, ciruela verde

jangajji La papilla o atole cremosa de oreja de mar es una buena comida por sí sola. Sólo falta agregarle un plato de *kimchi* frío *nabak* para acompañar el atole y una ciruela verde como un digestivo.

Polenta-Prix-Fix Menü: Abalone-Polenta, kaltes Wasser-Kimchi, grünes

Pflaumen Jangajji Das cremige Abalone-Polenta ist eine wohltuende Mahlzeit. Die einzige Beilage sollten eine Schüssel *Nabak kimchi* und ein grünes Pflaumen-Relish als Digestive sein.

قائمة معدة بالعصيدة: عصيدة الصفيح، كيمشي الماء المبرد، **Jangajji** البرقوق الأخضر عصيدة الصفيح (abalone) تشكل وجبة بحد ذاتها. يكفي إضافة طبق من كيمشي الـ *Nabak* ، ومخلل البرقوق الأخضر كمهضم.

Thực đơn bữa cháo: cháo báo ngư, kim chi nước ướp lạnh, mận xanh jangajji Cháo bào ngư nấu như kem tự nó đã là một món ngon. Chỉ cần cho thêm một bát *nabak kimchi* lạnh và quả mận xanh để dễ tiêu hóa.



[국숫상(장국국수, 편육, 김치)] guksu sang

193

국숫상(장국국수, 편육, 김치) 국숫상에는 장국국수만으로는 허기가 덜 채워질 수 있으므로 속을 든든히 채울 수 있는 편육을 올리고 반찬으로는 김치를 곁들인다.

Noodle Set Menu: noodles in anchovy stock, boiled meat, kimchi

The light *jangguk guksu* (noodles in anchovy stock) is complemented with a dish of sliced boiled and pressed meat (*pyeon yuk*) and *kimchi*.

クッス膳 (韓国式にゆうめん、ゆで肉、キムチ) あっさりとしたクッスに、ゆで肉とキムチでボリューム感を添えた膳。

面条套餐 (汤面, 熟肉片, 泡菜) 为增加饱腹感, 面条套餐除了汤面以外, 还提供熟肉片以及泡菜。

Repas autour d'un plat de nouilles Pour accompagner les nouilles qui sont assez légères, on les présente avec le *Pyunyook* (fines tranches de boeuf), et du *Kimchi* (chou fermenté).

Menu fisso di vermicelli: vermicelli in brodo di acciuga, carne bollita, kimchi

Poiché una ciotola di *jangguk guksu* (vermicelli in brodo di acciuga) può non saziare abbastanza, questo menu fisso comprende un piatto di carne bollita affettata (*pyeon yuk*) e *kimchi*.

Menú fijo de fideos: fideos en sopa de anchoa, carne cocinada, kimchi Ya que un plato de *jangguk guksu* (fideos en sopa de anchoa) puede no bastar par calmar el hambre, este menú incluye un plato de carne hervida en rodajas (*puaj pyeon*) y *kimchi*.

Nudel-Prix-Fix-Menü: Nudeln in Sardellenbrühe, gekochtes Fleisch, Kimchi

Die leichten *jangguk guksu* (Nudeln in Sardellenbrühe) werden mit in Scheiben geschnittenem gekochtem Fleisch (*pyeon yuk*) und *kimchi* serviert.

guksuJangguk قائمة معدة من شعيرات المعكرونة: شعيرات المعكرونة في مرق الأنشوجا، لحم مقلي، كيمشي يرافق طبق الـ (شعيرات المعكرونة بمرق الأنشوجا) طبق من اللحم المسلووق والمقسم كشرائح (*pyeon yuk*) والـ الكيمشي.

Thực đơn bữa mì: mì nước cốt cá cơm, thịt luộc, kimchi Jangguk guksu nhạt (mì trong nước cốt cá cơm) được bổ sung thêm món thịt luộc thái lát (*pyeon yuk*) và *kimchi*.



차상(녹차, 다식, 약과) 차와 이에 어울리는 다식을 함께 내는 것을 차상이라고 한다. 녹차를 마실 때는 녹차 특유의 쌉쌀한 맛과 어울리는 달콤한 맛의 다식과 약과를 곁들인다.

Tea Table Menu: green tea, tea confectionary, yagwa

Chat sang refers to the low table used for setting teacups and tea-making utensils. On this *chat sang*, a few sweets are served to soften the tannin taste of green tea.

茶膳 (綠茶、韓國式らくがん、揚げ菓子) お茶に茶菓子を添えたものを茶膳と呼ぶ。緑茶特有の苦味と相性の良い韓國式らくがんのタシッや、揚げ菓子のヤックアなどが添えられる。

茶套餐(綠茶, 茶食, 蜜饯) (茶桌) 茶桌上备有茶杯和茶具, 喝綠茶时, 一般提供甜味茶食和蜜饯。

En-cas autour du thé vert, accompagné de gâteau Gâteaux sucrés présentés avec du *Nokcha* (thé vert) pour compenser le goût amer du thé.

Menu per il tè: tè verde, pasticcini da tè, yagwa Il tavolo basso usato per apparecchiare le tazze da tè e gli utensili per fare il tè è chiamato '*chat sang*.' Su questo *chat sang*, si servono alcuni dolcetti insieme al tè verde per ammorbidire il sapore di tannino.

Menú para el té: té verde, repostería para el té, yagwa La mesa baja para poner las tazas de té y los utensilios del té se llama '*chat sang*'. Para suavizar el sabor tanino del té, se sirven algunos dulces en esa mesa '*chat sang*'.

Tee-Menü: grüner Tee, Teegebäck, Yagwa Der niedrige Tisch, an dem der Tee und das dafür notwendige Zubehör aufbewahrt werden, heißt '*Chat Sang*.' Auf dem *chat sang* werden ein paar Süßigkeiten mit grünem Tee serviert, um den Geschmack der Tanninsäure zu mildern.

قائمة طاولة الشاي: شاي أخضر، حلويات الشاي، **Yagwa** الطاولة المنخفضة المستخدمة لإعداد فناجين الشاي وأدوات إعداد الشاي تسمى **Chat Sang**. تقدم بضعة حلويات على هذه الطاولة مع الشاي الأخضر لتلطيف مذاق الشاي الذي يحتوي على التانين.

Thực đơn trà: trà xanh, bánh trà, yagwa Bàn thấp được sử dụng với một bộ chén trà và đồ pha trà gọi là '*chat sang*'. Trên '*chat sang*' này, một vài đồ ngọt được phục vụ với trà xanh để làm dịu vị chát của trà



[술상(청주, 육포, 어란, 은행)] sul sang

195

술상(청주, 육포, 어란, 은행) 쌀, 누룩, 물을 원료로 하여 빛은 맑은 술을 청주라고 한다. 청주를 마시는 술상에는 안주로 육포, 어란, 은행 등과 전, 편육, 김치 등을 올린다.

The Wine Table Menu: cheongju, dried beef, dried fish roe, ginko nuts Cheongju is a clear wine made of rice, *nuruk* (fermentation starter) and water. The traditional wine table with *cheongju* includes plates of dried beef (*yukpo*), dried fish roe (*eopo*), and ginko nuts.

酒膳 (清酒、ジャーキー、魚卵、銀杏) 清酒は、米、麴、水を仕込んで発酵させた澄んだお酒。清酒には、ジャーキー、魚卵、銀杏などのつまみや、チヂミ、蒸し肉、キムチなどがよく合う。

酒套餐(清酒, 肉脯, 鱼籽, 银杏) (酒桌) 清酒是用米、酒曲、水为原料而酿制, 经过过滤处理的透明酒。喝清酒时, 一般以肉脯、鱼籽、银杏以及煎饼、熟肉片、泡菜等为下酒菜。

Repas autour du Cheongju On boit du *cheongju* (alcool à base de riz et de levure) avec du *Yukpo* (bœuf séché), de l'*Eoran*, (œufs de poisson fermentés) des fruits de ginkgo, du *pyunyouk* (tranches de bœuf) ou du *kimchi* (chou fermenté).

Menu per la tavola del vino: cheongju, manzo essiccato, uova di pesce essiccate, semi di ginkgo Cheongju è un vino chiaro fatto col riso, *nuruk* (starter di fermentazione) e acqua. La tavola del vino tradizionale con *cheongju* comprende piatti di manzo essiccato (*yukpo*), uova di pesce essiccate (*eopo*) e semi di ginkgo.

Menú para el vino: cheongju, carne seca, huevas de pescado secas, nueces de ginko Cheongju es un vino de arroz, *nuruk* (iniciador de fermentación) y agua. La mesa tradicional para el vino con cheongju incluye platos de carne seca (*yukpo*), huevas de pescado secas (*eopo*) y nueces de ginko.

Wein-Menü: Cheongju, getrocknetes Rindfleisch, getrockneter Fischrogen, Ginko-Nüsse Cheongju ist ein klarer Wein, der aus Reis, *nuruk* (Fermentationsstarter) und Wasser gebraut wird. Am traditionellen Weintisch mit Cheongju gibt es Teller mit getrocknetem Rindfleisch (*yukpo*), getrocknetem Fischrogen und (*eopo*) Ginko-Nüssen.

قائمة طاولة النبيذ: Cheongju, لحم البقر المجفف، بيض السمك المجفف، حبوب الجينكو *Cheongju* نبيذ صافي معد من الأرز، *Nuruk* (مباشر عملية التخمر) مع الماء، تضم طاولة النبيذ التقليدية مع الـ *Cheongju* أطباق من لحم البقر المجفف (*Yukpo*) وبيض السمك المجفف (*eopo*) وحبوب الجينكو.

Thực đơn rượu: cheongju, thịt bò khô, trứng cá khô, hạt ginko Cheongju là một loại rượu trắng làm từ gạo, *nuruk* (men rượu) và nước. Rượu truyền thống với Cheongju bao gồm thịt bò khô (*yukpo*), trứng rán khô (*eopo*) và hạt ginko.

KOREAN INDEX

ㄱ

| | |
|----------------------------|-----|
| 간장 [gan jang] | 158 |
| 간장게장 [ganjang ge jang] | 160 |
| 갈비찜 [galbi jjim] | 080 |
| 갈비탕 [galbi tang] | 052 |
| 갈치조림 [galchi jorim] | 102 |
| 감자전 [gamja jeon] | 131 |
| 감자탕 [gamja tang] | 057 |
| 강정 [gangjeong] | 176 |
| 겉절이 [geotjeori] | 146 |
| 경단 [gyeongdan] | 170 |
| 계란말이 [gyeranmari] | 135 |
| 고등어구이 [godeungeo gui] | 128 |
| 고등어조림 [godeungeo jorim] | 103 |
| 고추장 [gochu jang] | 156 |
| 곰탕 [gom tang] | 054 |
| 곱창구이 [gopchang gui] | 123 |
| 곱창전골 [gopchang jeongol] | 075 |
| 구절판 [gujeolpan] | 088 |
| 국수상 [guksu sang] | 193 |
| 국수전골 [guksu jeongol] | 070 |
| 굴비구이 [gulbi gui] | 127 |
| 궁중떡볶이 [gungjung topokki] | 109 |
| 김밥 [gim bap] | 024 |
| 김치볶음밥 [kimchi bokkeum bap] | 020 |
| 김치전 [kimchi jeon] | 134 |
| 김치찌개 [kimchi jjigae] | 062 |
| 깍두기 [kkakdugi] | 150 |
| 꿀떡 [kkul tteok] | 171 |

ㄴ

| | |
|----------------------|-----|
| 나박김치 [nabak kimchi] | 147 |
| 낙지볶음 [nakji bokkeum] | 111 |
| 녹두전 [nokdu jeon] | 130 |
| 녹차 [nok cha] | 186 |

ㄷ

| | |
|----------------------------|-----|
| 다식 [dasik] | 177 |
| 닭매운찜 [dak maeunjjim] | 081 |
| 닭백숙 [dak baeksuk] | 084 |
| 대하냉채 [daeha naengchae] | 095 |
| 더덕구이 [deodeok gui] | 125 |
| 도토리묵 [dotori muk] | 091 |
| 돌솥비빔밥 [dolsot bibim bap] | 018 |
| 동치미 [dongchimi] | 148 |
| 돼지갈비구이 [dwaeji galbi gui] | 120 |
| 된장 [doen jang] | 159 |
| 된장국 [doenjang guk] | 049 |
| 된장찌개 [doenjang jjigae] | 063 |
| 두부김치 [dubu kimchi] | 113 |
| 두부전골 [dubu jeongol] | 071 |
| 두부조림 [dubu jorim] | 100 |
| 떡갈비 [tteok galbi] | 117 |
| 떡국 [tteok guk] | 046 |
| 떡만둣국 [tteok mandutguk] | 048 |
| 떡볶이 [topokki] | 108 |
| 떡배기불고기 [ttukbaegi bulgogi] | 118 |

ㄹ

| | |
|----------------------|-----|
| 만두 [mandu] | 034 |
| 만두전골 [mandu jeongol] | 072 |
| 만둣국 [mandut guk] | 047 |
| 매실차 [maesil cha] | 185 |
| 매운탕 [maeun tang] | 059 |
| 멸치젓 [myeolchi jeot] | 166 |

| | |
|----------------------|-----|
| 모듬전 [modeum jeon] | 138 |
| 무생채 [mu saengchae] | 149 |
| 물냉면 [mul naengmyeon] | 043 |
| 미역국 [miyeok guk] | 050 |

ㅂ

| | |
|-----------------------------------|-----|
| 바지락칼국수 [bajirak kalguksu] | 037 |
| 밥 [bap] | 014 |
| 배추김치 [baechu kimchi] | 144 |
| 백김치 [baek kimchi] | 145 |
| 백설기 [baekseolgi] | 172 |
| 버섯전골 [beoseot jeongol] | 073 |
| 병어고추장조림 [byeongeogochujang jorim] | 105 |
| 보쌈 [bossam] | 079 |
| 보쌈김치 [bossam kimchi] | 153 |
| 부대찌개 [budae jjigae] | 067 |
| 북엇국 [bugeot guk] | 051 |
| 불고기덮밥 [bulgogi deop bap] | 021 |
| 불고기쌈 [bulgogi ssam] | 026 |
| 불낙전골 [bullak jeongol] | 074 |
| 비빔국수 [bibim guksu] | 040 |
| 비빔냉면 [bibim naengmyeon] | 042 |
| 비빔밥 [bibim bap] | 016 |
| 비빔밥상 [bibimbap sang] | 191 |

ㅅ

| | |
|---------------------------|-----|
| 산채비빔밥 [sanchae bibim bap] | 017 |
| 삼겹살 [samgyeopsal] | 124 |
| 삼계탕 [samgye tang] | 056 |
| 삼색나물 [samsaek namul] | 089 |
| 새우젓 [saeu jeot] | 167 |
| 생선회 [saengseon hwe] | 141 |
| 설렁탕 [seolleong tang] | 055 |
| 소갈비구이 [so galbi gui] | 119 |
| 소고기편채 [sogogi pyeonchae] | 116 |
| 송이산적 [songi sanjeok] | 136 |
| 수육 [suyuk] | 078 |
| 수정과 [sujeonggwa] | 182 |
| 수제비 [sujebi] | 035 |
| 순대 [sundae] | 086 |
| 순두부찌개 [sundubu jjigae] | 065 |
| 술상 [sul sang] | 195 |
| 식혜 [sikhye] | 181 |
| 신선로 [sinseollo] | 076 |
| 쌈밥 [ssam bap] | 025 |

ㅇ

| | |
|------------------------------|-----|
| 아홉가지 나물 [ahopgaji namul] | 090 |
| 아귀찜 [agwi jjim] | 082 |
| 약고추장 [yak gochu jang] | 157 |
| 약과 [yakgwa] | 178 |
| 약식 [yaksik] | 173 |
| 영양돌솥밥 [yeongyang dolsot bap] | 019 |
| 오리구이 [ori gui] | 121 |
| 오미자화채 [omija hwachae] | 187 |
| 오이선 [oiseon] | 097 |
| 오이소박이 [oi sobagi] | 152 |
| 오징어덮밥 [ojingeo deopbap] | 022 |
| 오징어볶음 [ojingeo bokkeum] | 112 |
| 우거지갈비탕 [ugeoji galbi tang] | 053 |
| 유자차 [yuja cha] | 184 |
| 육개장 [yukgae jang] | 058 |
| 육회 [yuk hwe] | 140 |
| 은대구조림 [eundaegu jorim] | 104 |

| | |
|-----------------|-----|
| 인삼차 [insam cha] | 183 |
|-----------------|-----|

ㅈ

| | |
|-----------------------|-----|
| 잔치국수 [janchi guksu] | 038 |
| 잡곡밥 [japgok bap] | 015 |
| 잡채 [japchae] | 096 |
| жат죽 [jat juk] | 028 |
| 장아찌 [jangajji] | 161 |
| 장조림 [jang jorim] | 101 |
| 쟁반국수 [jaengban guksu] | 039 |
| 전복죽 [jeonbok juk] | 029 |
| 젓갈 [jeotgal] | 164 |
| 제육볶음 [jeyuk bokkeum] | 110 |
| 족발 [jokbal] | 085 |
| 죽상 [juk sang] | 192 |
| 죽순채 [juksunchae] | 094 |

ㅊ

| | |
|------------------------------|-----|
| 찰상 [chat sang] | 194 |
| 청국장찌개 [cheonggukjang jjigae] | 064 |
| 총각김치 [chonggak kimchi] | 151 |
| 춘천닭갈비 [Chuncheon dak galbi] | 122 |

ㅋ

| | |
|--------------------------|-----|
| 칼국수 [kalguksu] | 036 |
| 콩국수 [kong guksu] | 041 |
| 콩나물국밥 [kongnamul gukbap] | 023 |

ㅌ

| | |
|------------------------|-----|
| 탕평채 [tang pyeong chae] | 092 |
|------------------------|-----|

ㅍ

| | |
|---------------------------|-----|
| 파전 [pajeon] | 132 |
| 팔죽 [pat juk] | 030 |
| 포 [육포, 어포, 어란] | |
| [po (yukpo, eopo, eoran)] | 179 |

ㅎ

| | |
|---------------------------------|-----|
| 한정식 [hanjeongsik] | 190 |
| 해물순두부찌개 [haemul sundubu jjigae] | 066 |
| 해물찜 [haemul jjim] | 083 |
| 해물탕 [haemul tang] | 060 |
| 해물파전 [haemul pajeon] | 133 |
| 해파리냉채 [haepari naengchae] | 093 |
| 호박죽 [hobak juk] | 031 |
| 홍어회무침 [hongeohoe muchim] | 142 |
| 화양적 [hwayang jeok] | 137 |
| 화전 [hwa jeon] | 174 |
| 황석어젓 [hwangseokeo jeot] | 165 |
| 황태구이 [hwangtae gui] | 126 |
| 흑임자죽 [heugimja juk] | 032 |

ENGLISH INDEX

A

| | |
|-------------------------------|-----|
| Acorn Jelly Salad | 091 |
| Assorted Pan-fried Delicacies | 138 |

B

| | |
|----------------------------------|-----|
| Banquet Noodles | 038 |
| Bean Sprout Soup with Rice | 023 |
| Beef Braised in Soy Sauce | 101 |
| Beef and Vegetable Brochette | 137 |
| Bibimbap Set Menu | 191 |
| Bibimbap | 016 |
| Black Sesame and Rice Porridge | 032 |
| Boiled Beef or Pork Slices | 078 |
| Braised Chili Chicken | 081 |
| Black Cod | 104 |
| Braised Cutlassfish | 102 |
| Braised Mackerel | 103 |
| Braised Pan-Fried Tofu | 100 |
| Braised Seafood | 083 |
| Braised Short Ribs | 080 |
| Gochujang Braised Silver Pomfret | 105 |
| Bulgogi and Octopus Hot Pot | 074 |
| Bulgogi in an Earthenware Pot | 118 |
| Bulgogi with Lettuce Wraps | 026 |
| Bulgogi with Rice | 021 |

C

| | |
|-------------------------------|-----|
| Cabbage and Short Rib Soup | 053 |
| Chilled Buckwheat Noodle Soup | 043 |
| Chilled Jellyfish Platter | 093 |
| Chilled Water Kimchi | 147 |
| Chilled Prawn Salad | 095 |
| Chuncheon-style Spicy Chicken | 122 |
| Cinnamon Punch | 182 |
| Citrus Tea | 184 |
| Cooked Rice | 014 |
| Cucumber Kimchi | 152 |

D

| | |
|-----------------------------------|-----|
| Dried Pollack Soup | 051 |
| Dried Seaweed Rolls(Korean Rolls) | 024 |
| Dried Beef / Fish, and Fish Roe | 179 |
| Dumplings | 034 |
| Dumplings Hot Pot | 072 |
| Dumplings Soup | 047 |

F

| | |
|-------------------|-----|
| Flower Rice Cakes | 174 |
| Fresh Kimchi | 146 |

G

| | |
|------------------------------|-----|
| Ginseng Chicken Soup | 056 |
| Ginseng Tea | 183 |
| Glass Noodles with | 096 |
| Sautéed Vegetables | |
| Green Onion Pancake | 132 |
| Green Tea | 186 |
| Green Plum Tea | 185 |
| Grilled Beef Ribs | 119 |
| Grilled Beef Tripe | 123 |
| Grilled Deodeok | 125 |
| Grilled Dried Yellow Croaker | 127 |
| Grilled Duck | 121 |
| Grilled Mackerel | 128 |
| Grilled Pork Belly | 124 |
| Grilled Short Rib Patties | 117 |

| | |
|-------------------|-----|
| Grilled Spareribs | 120 |
|-------------------|-----|

H

| | |
|-------------------------|-----|
| Honey Cookies | 178 |
| Hot Stone Pot Bibimbap | 018 |
| Honey-filled Rice Cakes | 171 |

J

| | |
|-------------------------------|-----|
| Julienned Korean Radish Salad | 149 |
| Jumbo Sized Buckwheat Noodles | 039 |

K

| | |
|---------------------|-----|
| Kimchi | 144 |
| Kimchi Fried Rice | 020 |
| Kimchi Pancake | 134 |
| Kimchi Stew | 062 |
| Korean Beef Tartare | 140 |
| Korean Pasta Soup | 035 |
| Korean Sausage | 086 |

M

| | |
|-----------------------------|-----|
| Mountain Vegetable Bibimbap | 017 |
| Mung Bean Jelly Mixed with | 092 |
| Vegetables and Beef | |
| Mung Bean Pancake | 130 |
| Mushroom Hot Pot | 073 |

N

| | |
|--------------------------------|-----|
| Napa Wraps with Pork | 079 |
| Nine Vegetable Dishes | 090 |
| Noodle Soup | 036 |
| Noodle Soup with Clams | 037 |
| Noodle Set Menu | 193 |
| Noodles Hot Pot | 070 |
| Noodles in Cold Soy Milk Broth | 041 |
| Nutritious Grain Rice | 015 |
| Nutritious Stone Pot Rice | 019 |

O

| | |
|--------------|-----|
| Omija Punch | 187 |
| Ox Bone Soup | 055 |

P

| | |
|--------------------------------|-----|
| Pan-fried Beef with Vegetables | 116 |
| Pan-fried Potato Pancake | 131 |
| Pickled Vegetables | 161 |
| Pig's Trotters | 085 |
| Pine Mushroom Brochette | 136 |
| Pine Nut Porridge | 028 |
| Platter of Nine Delicacies | 088 |
| Pork Back-bone Stew | 057 |
| Porridge Set Men | 192 |
| Pumpkin Porridge | 031 |

R

| | |
|------------------------------|-----|
| Radish Kimchi | 150 |
| Radish Water Kimchi | 148 |
| Red Bean Porridge | 030 |
| Gochujang with Ground Beef | 157 |
| Gochujang | 156 |
| Rice Cake and Dumplings Soup | 048 |
| Rice Porridge with Abalone | 029 |
| Rice Punch | 181 |
| Rice with Leaf Wraps | 025 |
| Rich Soybean Paste Stew | 064 |
| Rolled Omelet | 135 |
| Royal Hot Pot | 076 |
| Royal Stir-fried Rice Cake | 108 |

S

| | |
|-------------------------------------|-----|
| Salted Anchovies | 166 |
| Salted Yellow Croaker | 165 |
| Salted Seafood | 164 |
| Salted Shrimp | 167 |
| Seasoned Bamboo Shoots | 094 |
| Seafood and Green Onion Pancake | 133 |
| Seasoned and Grilled Dried Pollack | 126 |
| Seaweed Soup | 050 |
| Short Rib Soup | 052 |
| Sliced Raw Fish | 141 |
| Sliced Rice Cake Soup | 046 |
| Snow White Rice Cakes | 172 |
| Soft Tofu Stew with Seafood | 066 |
| Soy Sauce | 158 |
| Soy Sauce Marinated Crab | 160 |
| Soybean Paste | 159 |
| Soybean Paste Soup | 049 |
| Soybean Paste Stew | 063 |
| Spicy Beef Soup | 058 |
| Spicy Beef Tripe Hot Pot | 075 |
| Spicy Fish Soup | 059 |
| Spicy Mixed Buckwheat Noodles | 042 |
| Spicy Mixed Noodles | 040 |
| Spicy Monkfish with Soybean Sprouts | 082 |
| Spicy Sausage Stew | 067 |
| Spicy Seafood Soup | 060 |
| Spicy Skate in Vinegar | 142 |
| Spicy Soft Tofu Stew | 065 |
| Spicy Stir-fried Squid | 112 |
| Spicy Stir-fried Squid with Rice | 022 |
| Stir-fried Octopus | 111 |
| Stir-fried Pork | 110 |
| Royal Stir-fried Rice Cake | 109 |
| Stuffed Cucumber | 097 |
| Sweet Rice Balls | 170 |
| Sweet Rice Puffs | 176 |
| Sweet Rice with Nuts and Jujubes | 173 |

T

| | |
|--------------------------------|-----|
| Tea Confectionery | 177 |
| Tea Table Menu | 194 |
| The Wine Table Menu | 195 |
| Thick Beef Bone Soup | 054 |
| Three-colored Vegetable Dishes | 089 |
| Tofu Hot Pot | 071 |
| Tofu with Stir-fried Kimchi | 113 |
| The Traditional Hanjeongsik | 190 |

W

| | |
|---------------------|-----|
| White Kimchi | 145 |
| Whole Chicken Soup | 084 |
| Whole Radish Kimchi | 151 |
| Wrapped Kimchi | 153 |

JAPANESE INDEX

| | | | | | | |
|--------------------|-----|-------------|-----|----------------------|------|-----|
| ア | | | | | | |
| アゲイチム | 082 | センゾンフェ | 141 | ファチョン | 174 | |
| アホッカジナムル | 090 | セウチョツ | 167 | ファヤンジョツ | 137 | |
| ファンソゴチョツ | 165 | ソカルビクイ | 119 | ファンテクイ | 126 | |
| ミヨルチチョツ | 166 | ソルロンタン | 055 | フギムジャチュツ | 032 | |
| インサムチャ | 183 | ソンスンジョツ | 136 | ブゴクツ | 051 | |
| ウゴジカルピタン | 053 | タ | | | ブデチゲ | 067 |
| ウンデグチョリム | 104 | チュッスンチェ | 094 | ブルコギサム | 026 | |
| オイソバギ | 152 | タシツ | 177 | ブルコギトツパツ | 021 | |
| オイソン | 097 | タツペッスツ | 084 | ブルナツチョンゴル | 074 | |
| オジンオトツパツ | 022 | タツメウンチム | 081 | ペチュキムチ | 144 | |
| オジンオポックム | 112 | タンピョンチェ | 092 | ベッキムチ | 145 | |
| オミジャファチェ | 187 | チエユツポックム | 110 | ペツソルギ | 172 | |
| オリクイ | 121 | チェンバンクッス | 039 | ヘパリネンチェ | 093 | |
| カ | | | | ヘムルスンドゥブチゲ | 066 | |
| カットウギ | 150 | モドウムチョン | 138 | ヘムルタン | 060 | |
| カムジャタン | 057 | チャツコツパツ | 015 | ヘムルチム | 083 | |
| カムジャチョン | 131 | チャツチェ | 096 | ヘムルパチョン | 133 | |
| カルクッス | 036 | チャツチュツ | 028 | ボソツチョンゴル | 073 | |
| カルチチョリム | 102 | チャンアチ | 161 | ポッサム | 079 | |
| カルピタン | 052 | チャンクッス | 038 | ポッサムキムチ | 153 | |
| カルピチム | 080 | チャンチョリム | 101 | ホバツチュツ | 031 | |
| カンジャン | 158 | チュツ膳 | 192 | ホンオフエムチム | 142 | |
| カンジャンケジャン | 160 | チュンチョンタツカルビ | 122 | マ | | |
| カンジョン | 176 | チョツカル | 164 | マナガツオのコチュジャン煮付け | 105 | |
| キムチチゲ | 062 | チョツパル | 085 | マンドゥ | 034 | |
| キムチチョン | 134 | チョンガツキムチ | 151 | マンドウクツ | 047 | |
| キムチポックムパツ | 020 | チョングツチャンチゲ | 064 | マンドウチョンゴル | 072 | |
| キムパツ | 024 | チョンボツチュツ | 029 | ミヨクツ | 050 | |
| キョンドン | 170 | テジカルビクイ | 120 | ムセンチェ | 149 | |
| クジョルパン / 9種のクレープ包み | 088 | テハネンチェ | 095 | ムルネンミョン | 043 | |
| クッス膳 | 193 | テンジャン | 159 | メウンタン | 059 | |
| クッスチョンゴル | 070 | テンジャンクツ | 049 | メシルチャ | 185 | |
| クルトツ | 171 | テンジャンチゲ | 063 | ヤ | | |
| クンジュントツポッキ | 109 | トゥッペギブルコギ | 118 | ヤックア | 178 | |
| ケランマリ | 135 | トゥブキムチ | 113 | ヤツシツ | 173 | |
| コチュジャン | 156 | トゥブチョリム | 100 | ユジャチャ | 184 | |
| コツチャンクイ | 123 | トゥブチョンゴル | 071 | ユツケジャン | 058 | |
| コツチャンチョンゴル | 075 | トゥツカルビ | 117 | ユツフェ | 140 | |
| コツチョリ | 146 | トゥクツ | 046 | ヨンヤントルソツパツ | 019 | |
| コドウンオクイ | 128 | トゥポッキ | 108 | ラ | | |
| コドウンオチョリム | 103 | トゥマンドウクツ | 048 | セコギピョンチェ (牛ローススライス) | 116 | |
| コムタン | 054 | トドクイ | 125 | 茶膳 (緑茶、韓国式らくがん、揚げ菓子) | 194 | |
| コンクッス | 041 | トトリムツ | 091 | 酒膳 (清酒、ジャーキー、魚卵、銀杏) | 195 | |
| コンナムルクツパツ | 023 | トルソツピビムパツ | 018 | ヤッコチュジャン (辛肉味噌) | 157 | |
| サ | | | | ユツボ、オボ、オラン | 179 | |
| サムギョツサル | 124 | トンチミ | 148 | (ジャーキー、魚の干物、魚卵) | | |
| サムゲタン | 056 | ナ | | | | |
| サムセツナムル | 089 | ナツチポックム | 111 | | | |
| サムパツ | 025 | ナバッキムチ | 147 | | | |
| サンチェピビムパツ | 017 | ノツチャ | 186 | | | |
| シツケ | 181 | ノットウチョン | 130 | | | |
| シンソルロ | 076 | パ | | | | |
| スジェビ | 035 | パジラツカルクッス | 037 | | | |
| スジョンガア | 182 | パチョン | 132 | | | |
| スユツ | 078 | パツ | 014 | | | |
| スンデ | 086 | パツチュツ | 030 | | | |
| スンドゥブチゲ | 065 | ハンジョンシツ | 190 | | | |
| センソクイ | 127 | ピビムクッス | 040 | | | |
| | | ピビムネンミョン | 042 | | | |
| | | ピビムパツ | 016 | | | |
| | | ピビムパツ膳 | 191 | | | |

CHINESE INDEX

| | | | | | | |
|----------------|-----|----------------|--------------|------------------|----------------|-----|
| B | | | 脊骨土豆汤 / 土豆汤 | 057 | 糯米肠 / 米肠 | 086 |
| 白米蒸糕 / 白蒸糕 | 172 | 煎绿豆饼 | 130 | P | | |
| 白切肉 / 熟肉 | 078 | 煎饼拼盘 | 138 | 排骨汤 / 牛排骨汤 | 052 | |
| 白泡菜 / 清泡白菜 | 145 | 饺子火锅 | 072 | 泡菜炒饭 | 020 | |
| 包卷泡菜 / 包泡菜 | 153 | 酱牛肉 / 酱肉 | 101 | 泡菜香肠火锅 | 067 | |
| 鲍鱼粥 | 029 | 酱油 | 158 | 泡菜锅(泡菜汤) | 062 | |
| 拌饭套餐 | 191 | 酱菜 / 盐渍咸菜 | 161 | 泡菜饼 / 泡菜煎饼 | 134 | |
| C | | | 酱蟹 | 160 | Q | |
| 茶食 | 177 | 精熬牛骨汤 | 054 | 青梅茶 / 梅子茶 | 185 | |
| 茶套餐 / 茶桌 | 194 | 九种野菜拼盘 / 九种山野菜 | 090 | 清麴酱汤 | 064 | |
| 菜包肉 / 菜包白切肉 | 079 | 江米糕 | 176 | 琼团糕 | 170 | |
| 炒泡菜豆腐 | 113 | 九折坂 | 088 | R | | |
| 炒杂菜 | 096 | 酒套餐 / 酒桌 | 195 | 人参茶 | 183 | |
| 春川铁板鸡 | 122 | K | | | 肉辣椒酱 / 加味辣椒酱 | 157 |
| 葱煎饼 | 132 | 烤干明太鱼 / 烤黄鱼 | 126 | 肉片菜丝 / 牛肉卷 | 116 | |
| 参鸡汤(人参鸡) | 056 | 烤沙参 | 125 | 脯(肉脯, 鱼脯, 鱼籽) | 179 | |
| D | | | 烤五花肉 | 124 | S | |
| 大虾冷盘 | 095 | 烤牛排 | 119 | 砂锅烤牛肉 / 砂锅烤肉 | 118 | |
| 大酱 / 黄酱 | 159 | 烤牛小肠 | 123 | 山菜拌饭 | 017 | |
| 大酱汤 | 063 | 烤牛肉盖饭 | 021 | 神仙炉 / 涮锅子 | 076 | |
| 大酱清汤 / 酱汤 | 049 | 烤猪排 | 120 | 生拌斑鲻 | 142 | |
| 刀切面 | 036 | 烤青花鱼 / 青花鱼 | 128 | 生拌牛肉 / 生肉片 | 140 | |
| 豆腐火锅 | 071 | 烤鱼 / 烤干黄花鱼 | 127 | 生鱼片 | 141 | |
| 豆浆面 / 拌冷面 | 041 | 烤鸭肉 | 121 | 石锅拌饭 | 018 | |
| 炖豆腐 / 酱炖豆腐 | 100 | L | | | 蔬菜包饭 / 饭团 | 025 |
| 炖牛排骨 / 蒸炖排骨 | 080 | 辣白菜 / 白菜泡菜 | 144 | 水正果(生姜桂皮茶) / 柿饼汁 | 182 | |
| 炖青花鱼 / 酱炖鲭鱼 | 103 | 辣炒年糕 / 炒年糕 | 108 | 水萝卜泡菜 / 整泡萝卜 | 148 | |
| 炖鳕鱼 / 酱炖鳕鱼 | 104 | 辣炒章鱼 / 炒章鱼 | 111 | 松茸烧烤串 | 136 | |
| 荡平菜 | 092 | 辣炒猪肉 | 110 | 松仁粥 | 028 | |
| G | | | 辣椒酱 | 156 | 三色野菜拼盘 / 三色山野菜 | 089 |
| 干明太鱼汤 / 干明太汤 | 051 | 辣炒鱿鱼 / 炒鱿鱼 | 112 | T | | |
| 干白菜排骨汤 / 菜帮排骨汤 | 053 | 辣炖安康鱼 / 蒸炖鮫鱈鱼 | 082 | 甜米露 / 酒酿 | 181 | |
| 高级韩定食 / 韩定食 | 190 | 辣炖海鲜 | 083 | 甜红豆粥 / 红豆粥 | 030 | |
| 宫廷炒年糕 | 109 | 辣炖带鱼 / 酱炖刀鱼 | 102 | 土豆煎饼 | 131 | |
| H | | | 辣炖鲷鱼 / 辣酱炖鲷鱼 | 105 | X | |
| 海带汤 | 050 | 辣炖鸡块 / 蒸炖辣子鸡 | 081 | 鲜辣鱼汤 / 辣味汤 | 059 | |
| 海鲜嫩豆腐汤 | 066 | 凉拌菜 / 拌菜 | 146 | 先农汤 | 055 | |
| 海鲜葱饼 | 133 | 凉拌海蜇 | 093 | 小萝卜泡菜 | 151 | |
| 海鲜汤 | 060 | 拌萝卜丝 | 149 | 香辣牛肉汤 / 辣味牛肉汤 | 058 | |
| 韩国冷面 | 043 | 萝卜块泡菜 | 150 | 橡子凉粉 | 091 | |
| 韩国蜜油饼 / 蜜饯 | 178 | 萝卜片水泡菜 | 147 | W | | |
| 韩国拌冷面 / 汤汁冷面 | 042 | 绿茶 | 186 | 五味子甜茶 | 187 | |
| 韩国拌面 / 拌面 | 040 | M | | | Y | |
| 韩国拌饭 / 拌饭 | 016 | 米饭 / 白米饭 | 014 | 药膳炖鸡 / 白斩鸡 | 084 | |
| 韩国八宝饭 / 八宝饭 | 173 | 蜜糕 / 蜂蜜糕 | 171 | 营养石锅饭 | 019 | |
| 韩国婚庆面 / 韩国宴席面 | 038 | 面片汤 | 035 | 鱿鱼盖饭 | 022 | |
| 韩国酱猪肘 / 酱肘子 | 085 | 面条套餐 | 193 | 柚子茶 | 184 | |
| 韩国饺子 | 034 | 牡蛎刀削面 | 037 | 鱼虾酱 / 鱼酱 | 164 | |
| 韩国饺子汤 | 047 | 蘑菇火锅 | 073 | 圆盘荞麦面 | 039 | |
| 黑芝麻粥 | 032 | N | | | 银鱼酱 | 166 |
| 花煎饼 | 174 | 南瓜粥 | 031 | Z | | |
| 黄瓜膳 | 097 | 嫩豆腐汤 | 065 | 紫菜卷饭 | 024 | |
| 黄瓜泡菜 / 腌黄瓜 | 152 | 年糕汤 | 046 | 杂粮饭 | 015 | |
| 黄豆芽汤饭 | 023 | 年糕饺子汤 | 048 | 粥套餐 | 192 | |
| 黄花鱼酱 | 165 | 牛肉章鱼火锅 | 074 | 竹笋菜 | 094 | |
| 华阳灸 / 华阳烤串 | 137 | 牛肉火锅面 | 070 | | | |
| 虾酱 | 167 | 牛肉饼 / 牛排饼 | 117 | | | |
| J | | | 牛肠火锅 | 075 | | |
| 鸡蛋卷 | 135 | 烤肉饭团 | 026 | | | |

FRENCH INDEX

| | | |
|---|-----|-----|
| A | | |
| Abats de bœuf grillés | | 123 |
| Anchois fermentés | | 166 |
| Assortiment de petites galettes | | 138 |
| B | | |
| Bap aux céréales | | 015 |
| Bibimbap aux légumes sauvages | | 017 |
| Bibimbap servi dans une marmite en pierre chaude | | 018 |
| Boisson à la cannelle | | 182 |
| Boisson sucrée au riz | | 181 |
| Bouchée de bœuf aux légumes | | 116 |
| Boudin coréen | | 086 |
| Boulettes colorées de gâteau de riz | | 170 |
| Brochettes colorées | | 137 |
| Brochettes de champignons Songi | | 136 |
| Bulgogi dans une marmite en pierre chaude | | 118 |
| Bulgogi sur un lit de riz | | 021 |
| C | | |
| Calamar sauté aux légumes | | 112 |
| Calamar sauté sur un lit de riz | | 022 |
| Canard grillé | | 121 |
| Cassolette aux nouilles | | 070 |
| Cassolette d'abats | | 075 |
| Cassolette de Bulgogi et de poulpe | | 074 |
| Cassolette de champignons | | 073 |
| Cassolette de raviolis | | 072 |
| Cassolette de tofu | | 071 |
| Choux coréens fermentés | | 144 |
| Choux coréens fermentés sans piment | | 145 |
| Concombres farcis à la sauce aigre douce | | 097 |
| Côte de bœuf grillée | | 119 |
| Côte de porc grillée | | 120 |
| Côtes de bœuf hachées et grillées | | 117 |
| Côtes de porc ou de bœuf braisées | | 080 |
| Crabes crus à la sauce de soja | | 160 |
| Crevettes fermentées | | 167 |
| D | | |
| Dîner (pour une personne) | | 190 |
| E | | |
| En-cas autour du thé vert, accompagné de gâteau | | 194 |
| F | | |
| Fruits de mer à l'étouffée | | 083 |
| Fruits de mer saumurés et assaisonnés | | 164 |
| G | | |
| Galbitang aux Ugeoji | | 053 |
| Galette de poudre de haricots mungo | | 130 |
| Galettes aux fruits de mer | | 133 |
| Galettes de Kimchi | | 134 |
| Galettes de poireaux | | 132 |
| Galettes de pommes de terre | | 131 |
| Gambas froides aux légumes | | 095 |
| Gâteau à la farine de blé frit | | 178 |
| Gâteau colorés | | 177 |
| Gâteau de riz au miel | | 171 |
| Gâteau de riz aux fleurs | | 174 |
| Gâteau de riz blanc | | 172 |
| Gâteau de riz au miel frit | | 176 |
| Gâteau de riz à la sauce piquante | | 108 |
| Gâteau de riz aux fruits secs | | 173 |
| Gelée de gland de chêne | | 091 |
| assaisonnée | | |
| Gelée de haricots verts assaisonnée | 092 | |
| H | | |
| K | | |
| Huit ingrédients enrobés de galette | 088 | |
| Kimchi au radis coupé en morceaux baignant dans le jus | 147 | |
| Kimchi de concombre | 152 | |
| Kimchi de petits radis coréens et leurs tiges | 151 | |
| Kimchi de radis découpé en cube | 150 | |
| Kimchi de radis entier dans le jus | 148 | |
| Kimchi enveloppé d'une feuille de chou coréen | 153 | |
| L | | |
| Légumes de trois couleurs | 089 | |
| Légumes fermentés | 161 | |
| Lotte à l'étouffée | 082 | |
| M | | |
| Maquereau grillé | 128 | |
| Maquereau mijoté | 103 | |
| Merlan argenté mijoté | 104 | |
| Merlan séché grillé | 126 | |
| N | | |
| Neuf légumes différents | 090 | |
| Nouilles à la sauce épicée | 040 | |
| Nouilles de sarrasin froides au bouillon | 043 | |
| Nouilles fines servies dans un bouillon d'anchois chaud | 038 | |
| Nouilles froides au velouté de soja | 041 | |
| Nouilles froides de sarrasin à la sauce épicée | 042 | |
| Nouilles servies sur un plateau | 039 | |
| O | | |
| Ombrine séchée grillée | 127 | |
| Ombrines fermentées | 165 | |
| Omelettes roulées | 135 | |
| P | | |
| Pâte de piment rouge | 156 | |
| Pâte de piment rouge sautée | 157 | |
| Pâte de soja | 159 | |
| Pied de cochon braisé | 085 | |
| Poisson cru | 141 | |
| Poisson sabre mijoté | 102 | |
| Poitrine de porc grillée | 124 | |
| Porc bouilli coupé en tranches | 079 | |
| Porc sauté aux légumes | 110 | |
| Potage à l'ormeau | 029 | |
| Potage au potiron | 031 | |
| Potage au sésame noir | 032 | |
| Potage aux haricots rouges | 030 | |
| Potage aux pignons de pin | 028 | |
| Pot-au-feu royal | 076 | |
| Poulet braisé épicé | 081 | |
| Poulet entier bouilli | 084 | |
| Poulet mariné grillé | 122 | |
| Poulpe sauté aux légumes | 111 | |
| Pousses de bambous sautées | 094 | |
| Produits séchés | 179 | |
| R | | |
| Racine de Codonopsis lanceolata grillée | 125 | |
| Radis râpés marinés au vinaigre | 149 | |
| Ragoût au Kimchi | 062 | |
| Ragoût de bœuf épicé | 058 | |
| Ragoût de Cheonggukjang | 064 | |
| Ragoût de fruits de mer | 060 | |
| Ragoût de pâte de soja | 063 | |
| Ragoût de poisson épicé | 059 | |
| Ragoût de porc épicé avec les os | 057 | |
| Ragoût de Sundubu | 065 | |
| Ragoût de Sundubu aux fruits de mer | 066 | |
| Ragoût du chef (littéralement : ragoût de l'armée) | 067 | |
| Raie crue assaisonnée au vinaigre | 142 | |
| Ravioli coréen | 034 | |
| Repas autour du Cheongju | 195 | |
| Repas autour d'un plat de nouilles | 193 | |
| Repas autour d'un potage aux ormeaux | 192 | |
| Repas autour du Bibimbap | 191 | |
| Riz "nutritif" servi dans une marmite en pierre chaude | 019 | |
| Riz aux légumes et à la viande | 016 | |
| Riz enveloppé dans une feuille de légume | 025 | |
| Riz nature | 014 | |
| Riz sauté au Kimchi | 020 | |
| Riz servi dans une soupe de germes de graines de soja | 023 | |
| Riz servi enroulé dans une feuille d'algue | 024 | |
| S | | |
| Salade de méduse à la sauce moutarde | 093 | |
| Salades assaisonnées à la façon Kimchi | 146 | |
| Sauce de soja | 158 | |
| Soupe à la pâte de blé | 035 | |
| Soupe aux algues | 050 | |
| Soupe aux morceaux de côtes de bœuf | 052 | |
| Soupe aux raviolis et aux Tteok | 048 | |
| Soupe de boeuf | 054 | |
| Soupe de bœuf épaisse | 055 | |
| Soupe de merlan jaune séché | 051 | |
| Soupe de nouilles coupées au couteau | 036 | |
| Soupe de nouilles coupées au couteau aux petits coquillages | 037 | |
| Soupe de pâte de soja fermentée | 049 | |
| Soupe de poulet au ginseng | 056 | |
| Soupe de raviolis | 047 | |
| Soupe de rondelles de pâte de riz | 046 | |
| Ssam et boeuf mariné | 026 | |
| Stromatée mijotée | 105 | |
| T | | |
| Tartare de bœuf à la coréenne | 140 | |
| Thé au ginseng | 183 | |
| Thé aux cinq parfums | 187 | |
| Thé aux citrons coréens | 184 | |
| Thé aux mirabelles | 185 | |
| Thé vert coréen | 186 | |
| Tofu avec Kimchi sauté | 113 | |
| Tofu mijoté | 100 | |
| Topokki royal | 109 | |
| V | | |
| Vermicelles sautés avec légumes | 096 | |
| Viande bouillie coupée en tranches | 078 | |
| Viande mijotée à la sauce de soja | 101 | |

ITALIAN INDEX

A

| | |
|-------------------------------------|-----|
| Anatra grigliata | 121 |
| Assortimento di prelibatezze fritte | 138 |
| Acciughe salate | 166 |

B

| | |
|--------------------------------------|-----|
| Bibimbap con verdure di montagna | 017 |
| Bibimbap in tegame di pietra rovente | 018 |
| Bulgogi avvolti in foglie di lattuga | 026 |
| Bulgogi con riso | 021 |
| Bulgogi e Hot Pot di polipo | 074 |
| Bulgogi in un tegame di terracotta | 118 |

C

| | |
|------------------------------------|-----|
| Calamaro piccante saltato con riso | 022 |
| Calamaro saltato | 112 |
| Cetriolo ripieno | 097 |
| Costine brasate | 080 |
| Costine grigliate | 120 |
| Costolette di manzo grigliate | 119 |

D

| | |
|-----------------------------------|-----|
| Deodeok grigliato | 125 |
| Di frutti di mare e cipolle verdi | 133 |
| Dolcetti al miele | 178 |

F

| | |
|-----------------------------------|-----|
| Fettine di manzo o maiale bolliti | 078 |
| Frutti di mare brasati | 083 |

G

| | |
|---|-----|
| Gamberetti salati | 167 |
| Gelatina di fagioli mung con verdure e manzo | 092 |
| Germogli di bambù conditi | 094 |
| Granchio marinato con salsa di soia | 160 |
| Grossi vermicelli di grano saraceno | 039 |

H

| | |
|---|-----|
| Hot Pot con funghi | 073 |
| Hot Pot con mandu | 072 |
| Hot Pot con vermicelli | 070 |
| Hot Pot di tofu | 071 |
| Hot Pot piccante con trippa di manzo | 075 |

I

| | |
|--|-----|
| Insalata di gelatina di ghianda | 091 |
| Insalata di vermicelli di grano saraceno piccanti | 042 |
| Insalata di vermicelli piccanti | 040 |
| Insalata fredda di gamberi | 095 |
| Insalata fresca di rafano | 149 |
| Involtini di alghe essiccate | 024 |
| Involtini di cavolo con maiale | 079 |
| Involtini di Kimchi | 153 |

K

| | |
|-------------------------|-----|
| Kimchi | 144 |
| Kimchi Pancake | 134 |
| Kimchi bianco | 145 |
| Kimchi di cetriolo | 152 |
| Kimchi di rafano | 150 |
| Kimchi di rafano fresco | 151 |
| Kimchi fresco | 146 |
| Kimchi in acqua fredda | 147 |

M

| | |
|----------------------|-----|
| Maccarello brasato | 103 |
| Maccarello grigliato | 128 |

| | |
|----------------|-----|
| Maiale saltato | 110 |
|----------------|-----|

| | |
|---|-----|
| Manzo brasato in salsa di soia | 101 |
| Manzo grigliato con verdure | 116 |
| Manzo, pesce e uova di pesce essiccati | 179 |
| Menu fisso Bibimbap | 191 |
| Menu fisso coreano per una persona | 190 |
| Menu fisso di porridge | 192 |
| Menu fisso di vermicelli | 193 |
| Menu per il tè | 194 |
| Menu per la tavola del vino | 195 |
| Merluzzo nero brasato | 104 |

N

| | |
|---------------------|-----|
| Namul di tre colori | 089 |
| Nove tipi di Namul | 090 |

O

| | |
|--------------------------------------|-----|
| Ombrina gialla essiccata e grigliata | 127 |
| Ombrina gialla salata | 165 |
| Omelette arrotolata | 135 |
| Omija Punch | 187 |

P

| | |
|--|-----|
| Palline di riso dolce | 170 |
| Pancake di cipolle verdi | 132 |
| Pancake di fagioli Mung | 130 |
| Pancake di patate saltate | 131 |
| Pancetta di maiale grigliata | 124 |
| Pasta di peperoncino rosso | 156 |
| Pasta di peperoncino rosso con manzo macinato | 157 |
| Pasta di soia | 159 |
| Pasticcini da tè | 177 |
| Pesce sciabola brasato | 102 |
| Piatto freddo di medusa | 093 |
| Polipo saltato | 111 |
| Pollack essiccato condito e grigliato | 126 |
| Pollo brasato con peperoncino | 081 |
| Pollo piccante grigliato | 122 |
| Polpette grigliate di costine | 117 |
| Pomfret piccante brasato | 105 |
| Porridge di fagioli rossi | 030 |
| Porridge di pinoli | 028 |
| Porridge di riso con abalone | 029 |
| Porridge di sesamo nero e riso | 032 |
| Porridge di zucca | 031 |
| Punch alla cannella | 182 |
| Punch di riso | 181 |

R

| | |
|--|-----|
| Rafano e Kimchi in acqua | 148 |
| Rana pescatrice piccante con germogli di soia | 082 |
| Ravioli | 034 |
| Razza piccante in aceto | 142 |
| Riso avvolto in foglie | 025 |
| Riso Bianco Bollito | 014 |
| Riso dolce con noci e giuggiole | 173 |
| Riso e alimenti nutrienti | 015 |
| Riso fritto con Kimchi | 020 |
| Riso misto con verdure e carne bovina | 016 |
| Riso nutriente in tegame di pietra | 019 |
| Royal Hot Pot | 076 |

S

| | |
|---|-----|
| Salsa di soia | 158 |
| Salsiccia coreana | 086 |
| Sauté Royal di tortino di riso | 109 |
| Sfogliatelle di riso dolce | 176 |
| Spiedino di funghi matsutake | 136 |
| Spiedino di manzo e verdure | 137 |
| Stufato al kimchi | 062 |
| Stufato alla pasta di soia | 063 |
| Stufato di salsiccia piccante | 067 |
| Stufato di tofu morbido con frutti di mare | 066 |
| Stufato piccante di tofu morbido | 065 |
| Stufato ricco alla pasta di soia | 064 |

T

| | |
|-------------------------------------|-----|
| Tartare coreana di manzo | 140 |
| Pesce crudo affettato | 141 |
| Tè al Ginseng | 183 |
| Tè al limone | 184 |
| Tè di prugne verdi | 185 |
| Tè verde | 186 |
| Tofu con kimchi saltato | 113 |
| Tofu fritto e brasato | 100 |
| Tortini di farina di riso | 174 |
| Tortini di riso riempiti di miele | 171 |
| Tortino di riso bianco come la neve | 172 |
| Tortino di riso e zuppa Mandu | 048 |
| Tortino di riso saltato | 108 |
| Trippa di manzo grigliata | 123 |

U

| | |
|--|-----|
| Uova salate di Pollack, calamari e ostriche | 164 |
|--|-----|

V

| | |
|--|-----|
| Vassoio con nove prelibatezze | 088 |
| Verdure in salamoia | 161 |
| Vermicelli cinesi con verdure saltate | 096 |
| Vermicelli di grano saraceno freddi | 043 |
| Vermicelli in brodo di latte di soia freddo | 041 |
| Vermicelli per banchetti | 038 |

Z

| | |
|------------------------------------|-----|
| Zampetti di maiale | 085 |
| Zuppa densa di ossa di manzo | 054 |
| Zuppa di alghe | 050 |
| Zuppa di cavolo e costine | 053 |
| Zuppa di costine | 052 |
| Zuppa di germogli con riso | 023 |
| Zuppa di maiale con osso e patate | 057 |
| Zuppa di manzo piccante | 058 |
| Zuppa di molluschi piccante | 060 |
| Zuppa di ossa di bovino | 055 |
| Zuppa di pasta di soia | 049 |
| Zuppa di pesce piccante | 059 |
| Zuppa di Pollack essicato | 051 |
| Zuppa di pollo al ginseng | 056 |
| Zuppa di pollo intero | 084 |
| Zuppa di ravioli | 047 |
| Zuppa di tortino di riso affettato | 046 |
| Zuppa di vermicelli | 036 |
| Zuppa di vermicelli con vongole | 037 |
| Zuppa di vermicelli coreana | 035 |

SPANISH INDEX

| | | | | | |
|--|-----|--|-----|--|-----|
| A | | Estofado picante de tripas de res | 075 | Pastel real de arroz salteado | 109 |
| Albóndigas | 034 | Estofado real | 076 | Pasteles de arroz con miel | 171 |
| Anchoas saladas | 166 | Estofadopicante de palometa | 105 | Pasteles de arroz muy blancos | 172 |
| Arroz blanco cocinado | 014 | F | | Pasteles de harina de arroz | 174 |
| Arroz dulce con frutos secos y azufafas | 173 | Fideos de banquete | 038 | Pato a la plancha | 121 |
| Arroz envuelto en hojas | 025 | Fideos de trigo sarraceno de tamaño grande | 039 | Pepinos rellenos | 097 |
| Arroz mezclado con verduras y carne | 016 | Fideos de trigo sarraceno picantes mixtos | 042 | Pescado crudo en rodajas | 141 |
| Arroz nutritivo en grano | 015 | Fideos de trigo sarraceno refrigerados | 043 | Plato de medusa frío | 093 |
| Arroz nutritivo en olla de piedra | 019 | Fideos en caldo frío a base de leche de soja | 041 | Plato de nueve delicias | 088 |
| B | | Fideos picantes mixtos | 040 | Pollo a la parrilla picante | 122 |
| Bibimbap de verdurasde montaña | 017 | Fideos transparentes con verduras salteadas | 096 | Ponche de arroz | 181 |
| Bibimbap en olla de piedra caliente | 018 | G | | Ponche de canela | 182 |
| Bolas de arroz dulce | 170 | Gachas de arroz con oreja de mar | 029 | Ponche omija | 187 |
| Bombas de arroz dulce | 176 | Gachas de calabaza | 031 | Pulpo salteado | 111 |
| Brocheta de carne y verduras | 137 | Gachas de piñones | 028 | R | |
| Brocheta de hongos de pino | 136 | Galletas de miel | 178 | Rape picante con brotes de soja | 082 |
| Brotos de bambú sazonados | 094 | Guiso de kimchi | 062 | Raya picante en vinagre | 142 |
| Bulgogi con arroz | 021 | Guiso de pasta de soja | 063 | Repollo y sopa de costilla corta | 053 |
| Bulgogi en cazuela de barro | 118 | Guiso de tofu blando con mariscos | 066 | Rodajas de carne de res o cerdo cocinada | 078 |
| Bulgogi envuelto lechuga | 026 | Guiso pesado de pasta de soja | 064 | Rollos de algas secas | 024 |
| C | | Guiso picante de tofublando | 065 | S | |
| Caballa a la plancha | 128 | Guisopicante de chorizo | 067 | Salchicha coreana | 086 |
| Calamar salteado | 112 | H | | Salsa de soja | 158 |
| Calamar salteado picante con arroz | 022 | Hueva de abadejo, calamar y ostiones salados | 164 | Sésamo negro y papilla de arroz | 032 |
| Callos de buey a la parrilla | 123 | J | | Sopa de albóndigas | 047 |
| Camarón salado | 167 | Jalea de frijol mungo con verduras y carne | 092 | Sopa de algas | 050 |
| Carne de cerdo envuelta en hojas de col napa | 079 | K | | Sopa de brotes de soja con arroz | 023 |
| Carne frita con verduras | 116 | Kimchi | 144 | Sopa de carne picante | 058 |
| Carne seca de res, pescado y huevas de pescado | 179 | Kimchi blanco | 145 | Sopa de colín seco | 051 |
| Cerdo salteado | 110 | Kimchi con arroz frito | 020 | Sopa de costillas | 052 |
| Colín seco sazonado y asado | 126 | Kimchi de pepino | 152 | Sopa de fideos | 036 |
| Confiterías para el té | 177 | Kimchi de rábano | 150 | Sopa de fideos con almejas | 037 |
| Corvina salada | 165 | Kimchi de rábano en agua | 148 | Sopa de fideos coreana | 035 |
| Corvina seca asada | 127 | Kimchi de rábano joven | 151 | Sopa de huesos de buey | 055 |
| Costillas a la parrilla | 120 | Kimchi en agua fría | 147 | Sopa de huesos y carne de cerdo y papas | 057 |
| Costillas de res a la parrilla | 119 | Kimchi envuelto | 153 | Sopa de pasta de soja | 049 |
| D | | Kimchi fresco | 146 | Sopa de pastel de arroz en rodajas | 046 |
| Deodeok a la parrilla | 125 | M | | Sopa de pescado picante | 059 |
| E | | Manitas de cerdo | 085 | Sopa de pollo con ginseng | 056 |
| Empanadas de costillas cortas a la parrilla | 117 | Menú fijo coreano para una persona | 190 | Sopa de pollo entero | 084 |
| Ensalada de gambas refrigerada | 095 | Menú fijo de atole | 192 | Sopa espesa de carne del hueso | 054 |
| Ensalada de jalea de bellota | 091 | Menú fijo de fideos | 193 | Sopa picante de mariscos | 060 |
| Ensalada de rábano fresco | 149 | Menú fijo debibimbap | 191 | Surtido de delicias fritas | 138 |
| Escabeche de cangrejo en salsa de soja | 160 | Menú para el té | 194 | T | |
| Estofado de bacalao negro | 104 | Menú para el vino | 195 | Tartar coreano de carne | 140 |
| Estofado de bulgogi y pulpo | 074 | N | | Té de ciruela verde | 185 |
| Estofado de caballa | 103 | Namul de tres colores | 089 | Té de fruta cítrica | 184 |
| Estofado de carne en salsa de soja | 101 | Nueve tipos de namul | 090 | Té de ginseng | 183 |
| Estofado de costillas | 080 | P | | Té verde | 186 |
| Estofado de fideos | 070 | Panceta a la plancha | 124 | Tofu con kimchisalteado | 113 |
| Estofado de mandu | 072 | Papilla de frijol rojo | 030 | Tortilla de cebolla verde | 132 |
| Estofado de mariscos | 083 | Pasta de chile rojo | 156 | Tortilla de frijol mungo | 130 |
| Estofado de pez sable | 102 | Pasta de chile rojo con carne molida | 157 | Tortilla de kimchi | 134 |
| Estofado de pollo con chile | 081 | Pasta de soja | 159 | Tortilla de marisco y cebolla verde | 133 |
| Estofado de setas | 073 | Pastel de arroz salteado | 108 | Tortilla de patata frita | 131 |
| Estofado de tofu | 071 | Pastel de arroz y sopa mandu | 048 | Tortilla enrollada | 135 |
| Estofado de tofu frito | 100 | V | | Verduras encurtidas | 161 |

GERMAN INDEX

B

| | |
|---|-----|
| Bankettnudeln | 038 |
| Bibimbap im heißen Steintopf | 018 |
| Bibimbap mit Gemüsesorten aus dem Gebirge | 017 |
| Bibimbap Prix-Fix-Menü | 191 |
| Blumen-Reiskuchen | 174 |
| Bohnensprossensuppe mit Reis | 023 |
| Brei aus schwarzen Sesamkörnern und Reis | 032 |
| Bulgogi im Tontopf | 119 |
| Bulgogi mit Reis | 021 |
| Bulgogi mit Salatblättern | 026 |

C

| | |
|-------------------------------------|-----|
| Chinakohl-Wraps mit Schweinefleisch | 079 |
|-------------------------------------|-----|

D

| | |
|--------------------------|-----|
| Dicke Rinderknochensuppe | 054 |
| Dreifarbige Namul | 089 |

E

| | |
|---|-----|
| Eichelgeleesalat | 091 |
| Eingelegtes Gemüse | 161 |
| Eingesalzene Sardellen | 166 |
| Eingesalzene Shrimp | 167 |
| Eingesalzener gelber Umberfisch | 165 |
| Eintopf aus scharfem weichen Tofu | 065 |
| Eintopf aus weichem Tofu mit Meeresfrüchten | 066 |
| Eintopf mit Sojabohnenpaste | 063 |

F

| | |
|-----------------------------------|-----|
| Frischer Rettichsalat | 149 |
| Frisches Kimchi | 146 |
| Fürstlicher gebratener Reiskuchen | 108 |
| Fürstlicher Schmortopf | 076 |

G

| | |
|--|-----|
| Gebratene Krake | 112 |
| Gebratener Reis mit Kimchi | 020 |
| Gebratener Reiskuchen | 110 |
| Gebratener Tintenfisch | 113 |
| Gebratener Tofu | 100 |
| Gebratenes Schweinefleisch | 111 |
| Gefüllte Gurken | 097 |
| Gegrillte Deodeok | 126 |
| Gegrillte Ente | 122 |
| Gegrillte Makrele | 130 |
| Gegrillte Rinderrippchen | 120 |
| Gegrillte Rippchenbuletten | 118 |
| Gegrillte Spareribs | 121 |
| Gegrillter getrockneter gelber Umberfisch | 128 |
| Gegrillter Rindermagen | 124 |
| Gegrillter Schweinebauch | 125 |
| Gekochte Rindfleisch- oder Schweinefleischscheiben | 078 |
| Gekochter weißer Reis | 014 |
| Gemischte in der Pfanne gebratene Köstlichkeiten | 135 |
| Gerolltes Omelette | |
| Gesalzener Pollackrogen, Tintenfisch und Austern | 164 |
| Geschmorte Makrele | 103 |
| Geschmorte Meeresfrüchte | 083 |
| Geschmorte Rinderrippchen | 080 |
| Geschmorter Cutlass-Fisch | 102 |
| Geschmorter Dorsch | 104 |

| | |
|--|-----|
| Geschmortes Chili-Huhn | 081 |
| Getrocknete Seetangrollen | 024 |
| Getrocknetes Rindfleisch, getrockneter Fisch und getrockneter Fischrogen | 179 |
| Gewürzte Bambussprossen | 094 |
| Gewürzter und getrockneter Pollack | 127 |
| Ginseng-Hühnersuppe | 056 |
| Ginseng-Tee | 183 |
| Glasnudeln mit gebratenem Gemüse | 096 |
| Grüner Pflaumentee | 185 |
| Grüner Tee | 186 |
| Gurken-Kimchi | 152 |

H

| | |
|----------------|-----|
| Honigplätzchen | 178 |
| Hühnersuppe | 84 |

I

| | |
|---|-----|
| In der Pfanne gebratene Kartoffelpfannkuchen | 132 |
| In der Pfanne gebratenes Rindfleisch mit Gemüse | 117 |
| In Scheiben geschnittener roher Fisch | 141 |
| In Sojasoße geschmortes Rindfleisch | 101 |
| In Sojasoße marinierte Krabben | 160 |

K

| | |
|--|-----|
| Kalte Buchweizennudeln | 043 |
| Kalter Langustensalat | 095 |
| Kaltes Wasser-Kimchi | 147 |
| Kimchi | 144 |
| Kimchi aus jungem Rettich | 151 |
| Kimchi Wrap | 153 |
| Kimchi-Eintopf | 062 |
| Kimchi-Pfannkuchen | 134 |
| Klöße | 034 |
| Kloßsuppe | 047 |
| Koreanische Wurst | 086 |
| Koreanischer Rindertartar | 140 |
| Koreanisches Prix-Fix-Menü für eine Person | 190 |
| Koreanische Nudelsuppe | 035 |
| Köstlicher Eintopf mit Sojabohnenpaste | 064 |
| Kürbispolenta | 031 |

M

| | |
|---|-----|
| Mandu-Schmortopf | 072 |
| Mit Honig gefüllte Reiskuchen | 171 |
| Mung-Bohnengelee mit Gemüse und Rindfleisch | 092 |
| Mung-Bohnen-Pfannkuchen | 131 |

N

| | |
|---------------------------------|-----|
| Nahrhafter Steintopfreis | 019 |
| Nahrhafter Vollkornreis | 015 |
| Neun Arten von Namul | 090 |
| Nudeln in kalter Sojamilchbrühe | 041 |
| Nudel-Prix-Fix-Menü | 193 |
| Nudel-Schmortopf | 070 |
| Nudelsuppe | 036 |
| Nudelsuppe mit Venusmuscheln | 037 |

O

| | |
|--------------------|-----|
| Ochsenknochensuppe | 055 |
| Omija-Punsch | 187 |

P

| | |
|-----------------------------------|-----|
| Pfannkuchen mit Frühlingszwiebeln | 133 |
| Pilz-Schmortopf | 073 |
| Platte mit kalter Qualle | 093 |

| | |
|--------------------------------|-----|
| Platte mit neun Köstlichkeiten | 088 |
| Polenta aus roten Bohnen | 030 |
| Polenta-Prix-Fix-Menü | 192 |

R

| | |
|--|-----|
| Rein weiße Reiskuchen | 172 |
| Reis in Gemüseblättern | 025 |
| Reis, der mit Gemüse und Rindfleisch gemischt wird | 016 |
| Reiskuchen und Mandu-Suppe | 048 |
| Reispolenta mit Meerohr | 029 |
| Reispolenta mit Pinienkernen | 028 |
| Reispunsch | 181 |
| Reizker am Spieß | 136 |
| Rettich-Kimchi | 150 |
| Rettich-Wasser-Kimchi | 148 |
| Riesige Buchweizennudeln | 039 |
| Rindfleisch und Gemüse am Spieß | |
| Rote Chilipaste | 156 |
| Rote Chilipaste mit Rinderhack | 157 |

S

| | |
|--|-----|
| Scharfe Fischsuppe | 059 |
| Scharfe gemischte Buchweizennudeln | 042 |
| Scharfe gemischte Nudeln | 040 |
| Scharfe Meeresfrüchtesuppe | 060 |
| Scharfe Rindersuppe | 058 |
| Scharfer Rochen in Essig | 142 |
| Scharfer Wursteintopf | 067 |
| Scharfer, kurz gebratener Tintenfisch mit Reis | 022 |
| Scharfes gegrilltes Huhn | 123 |
| Schmortopf mit Bulgogi und Tintenfisch | 074 |
| Schmortopf mit scharfen Kutteln | 075 |
| Schnell gebratene Gerichte | 109 |
| Schweineknochensuppe mit Kartoffeln | 057 |
| Schweinsfüße | 085 |
| Seetangsuppe | 050 |
| Sojabohnenpaste | 159 |
| Sojabohnenpastensuppe | 049 |
| Sojasoße | 158 |
| Suppe aus getrocknetem Pollack | 051 |
| Suppe aus Kohl und Rinderrippen | 053 |
| Suppe aus Rinderrippen | 052 |
| Suppe mit Reiskuchenscheiben | 046 |
| Süße Reiskügelchen | 170 |
| Süße Reishappen | 176 |
| Süßer Reis mit Nüssen und chinesischen Datteln | 173 |

T

| | |
|----------------------------|-----|
| Teegebäck | 177 |
| Tee-Menü | 194 |
| Tofu mit gebratenem Kimchi | 116 |
| Tofu-Schmortopf | 071 |

W

| | |
|---|-----|
| Wein-Menü | 195 |
| Weißes Kimchi | 145 |
| Würziger geschmorter Pomfret-Fisch | 105 |
| Würziger Seeteufel mit Sojabohnensprossen | 082 |

Z

| | |
|------------|-----|
| Zimtpunsch | 182 |
| Zitrus-Tee | 184 |

ARABIC INDEX

| ا | |
|-----|--|
| 095 | أحشاء البقر المشوية |
| 085 | الأخطبوط المقلي |
| 001 | أرز أبيض مطبوخ |
| 136 | الأرز الحلو مع الجوز والبندق والعناب |
| 007 | أرز كيمشي المقلي |
| 003 | الأرز مع الخضار المشكّلة ولحم البقر |
| 012 | الأرز مع لفائف ورق النباتات أو الأعشاب البحرية |
| 006 | أرز مغذي في وعاء حجري |
| 092 | أطراف أضلاع الخنزير |
| 011 | أعشاب بحرية مجففة وملفوفة |
| 104 | أعشاب بحرية مع كعك البصل الأخضر الرقيق |
| 064 | أقدام الخنزير |
| 131 | الانشوجة المملحة |
| ب | |
| 072 | براعم الخيزران المتبلّة |
| 140 | بسكويت العسل |
| 093 | بط مشوي |
| 081 | بومفريت مطهو بالتوابل ببطء |
| 129 | بيض سمك البولاق أو الحبار أو المحار المملح |
| 004 | Bibimbap خضار الجبل |
| 008 | مع الأرز Bulgogi |
| ت | |
| 068 | تسعة أنواع من المقبلات |
| 087 | التوفو مع الكيمشي المقلي |
| 076 | التوفو المقلي الملمّع |
| ث | |
| 067 | ثلاثة مقبلات ملونة |
| ح | |
| 009 | الحبار بالتوابل مقلي مع الأرز |
| 086 | الحبار المقلي |
| 002 | حبوب الأرز المغذية |
| 035 | حساء الأضلاع |
| 033 | حساء الأعشاب البحرية |
| 020 | حساء الباستا الكوري |
| 039 | حساء الدجاج بالجنسنغ |
| 063 | حساء دجاج كاملة |
| 010 | حساء براعم الفاصوليا مع الأرز |
| 042 | حساء السمك بالتوابل |
| 034 | حساء سمك البلوق المجفف |
| 021 | حساء شعيرات المعكرونة |
| 022 | حساء شعيرات المعكرونة مع البطليونس |
| 037 | حساء عظم البقر الثقيل |
| 038 | حساء عظم الثور |
| 030 | حساء كرات العجين |
| 029 | حساء كعكة الأرز المقطّعة |
| 041 | حساء لحم البقر بالتوابل |
| 040 | حساء لحم الخنزير على العظم مع البطاطا |
| 043 | حساء المأكولات البحرية بالتوابل |
| 032 | حساء معجون فول الصويا |
| 036 | حساء الملفوف وضع البقر |
| 139 | حلويات الشاي |
| خ | |
| 128 | خضراوات مخللة |
| 075 | خيار محشي |
| د | |
| 060 | الدجاج بالفلفل الحار |
| 094 | دجاج مشوي بالتوابل |
| ر | |
| 132 | الربيان المملح |

| س | |
|-----|---|
| 065 | سجق كوري |
| 127 | السرطان المنقوع بصلصة الصويا |
| 073 | سلطة الريبان المبردة |
| 118 | سلطة الفجل الطازجة |
| 069 | سلطة هلام البلوط |
| 098 | سمك البولاق المجفف والمشوي بالتوابل |
| 061 | سمك الراهب مع براعم فول الصويا |
| 112 | سمك السكيت المبهّر بالخل |
| 078 | سمك السيف المطهو ببطء في قدر مغلقة |
| 080 | سمك القد الأسود المطهو ببطء في قدر مغلقة |
| 079 | سمك الماكريل "الاسقميري" مطهو ببطء في قدر مغلقة |
| 100 | سمك الماكريل المشوي |
| 099 | سمك النعاب الأصفر المجفف المشوي |
| 130 | سمك النعاب الأصفر المملّح |
| ش | |
| 147 | الشاي الأخضر |
| 146 | شاي البرقوق الأخضر |
| 144 | شاي الجنسنغ |
| 145 | شاي الحمضيات |
| 111 | شرائح السمك النيء |
| 142 | شراب الأرز |
| 148 | شراب الأوميجا |
| 143 | شراب القرفة |
| 025 | شعيرات المعكرونة بالتوابل |
| 027 | شعيرات معكرونة الحنطة السوداء بالتوابل |
| 024 | شعيرات معكرونة ضخمة من الحنطة السوداء |
| ص | |
| 125 | صلصة الصويا |
| ض | |
| 059 | ضلع البقر |
| 091 | ضلع البقر المشوي |
| ط | |
| 005 | طبق الأرز والخضار ولحم البقر في وعاء حجري حار جدا |
| 071 | طبق السمك الهلامي المبرّد |
| 050 | طبق شعيرات المعكرونة الساخن |
| 066 | طبق من تسعة مقبلات شهية |
| ع | |
| 106 | عجة ملفوفة |
| 015 | عصيدة الأرز مع أذن البحر |
| 014 | عصيدة حبوب الصنوبر |
| 018 | عصيدة السمسم الأسود والأرز |
| 016 | عصيدة الفاصوليا الحمراء |
| 017 | عصيدة القرع |
| ف | |
| 017 | الفطر الصنوبري على السيخ |
| ق | |
| 151 | قائمة معدة بالعصيدة |
| 152 | قائمة معدة من شعيرات المعكرونة |
| 153 | قائمة طاولة الشاي |
| 154 | قائمة طاولة النبيذ |
| 150 | قائمة Bibimbap |
| ك | |
| 133 | كرات الأرز الحلو |
| 138 | كرات الأرز الحلو المنفوخة |
| 019 | كرات العجين |
| 134 | كعك الأرز بالعسل |
| 103 | كعك البصل الأخضر الرقيق |
| 102 | كعك البطاطا الرقيقة المقلية |

| 105 | كعك الكيمشي الرقيق |
|-----|---|
| 083 | كعكة الأرز المقلية |
| 082 | كعكة الأرز الملكية المقلية |
| 031 | كعكة الأرز وحساء المانندو |
| 101 | كعكة فول المانغ بالمقلي |
| 135 | كعكات الأرز الأبيض بياض الثلج |
| 137 | كعكات أرز الأزهار |
| 089 | الكفتة المشوية |
| 113 | كيمشي |
| 114 | الكيمشي الأبيض |
| 119 | كيمشي بالفجل |
| 121 | كيمشي الخيار |
| 115 | الكيمشي الطازج |
| 120 | كيمشي الفجل الصغير |
| 117 | كيمشي ماء الفجل |
| 116 | الكيمشي المائي المبرّد |
| 122 | الكيمشي الملفوف |
| ل | |
| 109 | لحم البقر والخضراوات على السيخ |
| 110 | لحم البقر الكوري النيء |
| 013 | لحم البقر المشوي Bulgogi مع لفائف الخس |
| 141 | لحم البقر أو السمك أو بيض السمك المجفف |
| 057 | لحم البقر المغلي أو شرائح لحم الخنزير ا لمغلية |
| 077 | لحم البقر المطهو ببطء في قدر مغلقة مع صلصة الصويا |
| 088 | لحم البقر المقلي مع الخضار |
| 084 | لحم الخنزير المقلي |
| 149 | لشخص واحد |
| 058 | لفائف النابا مع لحم الخنزير |
| م | |
| 062 | المأكولات البحرية المطهوه ببطء |
| 108 | مأكولات متنوعة شهية مقلية |
| 096 | معدة الخنزير المشوية |
| 123 | معجون الفلفل الأحمر |
| 124 | معجون الفلفل الأحمر مع لحم البقر المفروم |
| 126 | معجون فول الصويا |
| 023 | معكرونة الولايم |
| 028 | معكرونة الحنطة السوداء المبردة |
| 074 | المعكرونة الشفافة مع الخضار المقلية |
| 026 | معكرونة في مرق حليب الصويا البارد |
| هـ | |
| 070 | هلام فول الـ Mung مع الخضراوات ولحم البقر |
| و | |
| 055 | وعاء أحشاء البقر الساخن |
| 054 | وعاء الأخطبوط والأرز Bulgogi الساخن |
| 051 | وعاء توفو الساخن |
| 053 | وعاء الفطر الساخن |
| 052 | وعاء ماندو الساخن |
| 056 | الوعاء الملكي الساخن |
| ي | |
| 047 | يخنة التوفو الرخو بالتوابل |
| 048 | يخنة التوفو الرخو بالمأكولات البحرية |
| 049 | يخنة السجق بالتوابل |
| 044 | يخنة الكيمشي |
| 045 | يخنة معجون فول الصويا |
| 046 | يخنة معجون فول الصويا الغني |
| 190 | الـ hanjeongsik |

VIETNAMESE INDEX

| | | | | | |
|--------------------------------|-----|--------------------------------|-----|-------------------------------|-----|
| B | | Cua ướp xì dầu | 160 | Súp cá pô-lắc khô | 051 |
| 9 loại rau trộn | 090 | Cuốn rong biển khô | 024 | Súp gà cả con | 084 |
| 9 món cao lương | 088 | D | | Súp gà sâm | 056 |
| Ba chỉ nướng | 124 | Đậu phụ rán om | 100 | Súp giá với Cơm | 023 |
| Bạch tuộc xào | 111 | Đậu phụ xào kim chi | 113 | Súp hải sản | 060 |
| Bánh bao | 034 | Đậu tương tán nhuyễn | 159 | Súp mỳ | 036 |
| Bánh gạo Bạch tuyết | 172 | Deodeok nướng | 125 | Súp mỳ với ngao | 037 |
| Bánh gạo hình hoa | 174 | Thực đơn rượu | 195 | Súp Pasta Hàn Quốc | 035 |
| Bánh gạo nếp với táo | 173 | Dưa chuột nhỏ | 097 | Súp rong biển | 050 |
| tàu và các loại hạt | | H | | Súp sườn | 052 |
| Bánh gạo ngọt | 176 | Hải sản om | 083 | Súp tương đậu nành tán nhuyễn | 049 |
| Bánh gạo nhân mật ong | 171 | K | | Súp xương bò | 055 |
| Bánh gạo và súp mandu | 048 | Kim chi | 144 | Súp xương bò kiểu đặc | 054 |
| Bánh gạo xào | 108 | Kim chi củ cải | 150 | Súp xương lợn khoai tây | 057 |
| Bánh gạo xào kiểu hoàng gia | 109 | Kim chi củ cải bao tử | 151 | T | |
| Bánh quy mật ong | 178 | Kim chi củ cải với nước | 148 | Thạch đậu xanh trộn | 092 |
| Bánh trà | 177 | Kim chi cuốn | 153 | với rau và thịt bò | |
| Bánh xèo đậu xanh | 130 | Kim chi dưa chuột | 152 | Thịt bò luộc hay thịt | 078 |
| Bánh xèo hải sản và hành lá | 133 | Kim chi nước ướp lạnh | 147 | lợn thái mỏng | |
| Bánh xèo hành lá | 132 | Kim chi trắng | 145 | Thịt bò nghiền tương ớt | 157 |
| Bánh xèo khoai tây | 131 | Kim chi tươi | 146 | Thịt bò om xì dầu | 101 |
| Bánh xèo kim chi | 134 | L | | Thịt bò rán với rau | 116 |
| Bibimbap rau trên núi | 017 | Lẩu bulgogi và bạch tuộc | 074 | Thịt bò ướp kiểu Hàn | 140 |
| Bibimbap nóng sốt trong nồi đá | 018 | Lẩu đậu phụ | 071 | Thịt gà nướng cay | 122 |
| Bò, cá và trứng cá khô | 179 | Lẩu hoàng gia | 076 | Thịt gà om ớt | 081 |
| Bông gạo nếp | 170 | Lẩu mandu | 072 | Thịt lợn cuốn cải thảo | 079 |
| Bulgogi trong nồi đất | 118 | Lẩu mỳ | 070 | Thịt lợn xào | 110 |
| Bulgogi với cơm | 021 | Lẩu nấm | 073 | Thịt sườn viên nướng | 117 |
| C | | Lẩu xách bò | 075 | Thực đơn bữa ăn Bibimbap | 191 |
| Cá chim om cay | 105 | M | | Thực đơn bữa ăn | 190 |
| Cá cơm muối | 166 | Măng dầm tương | 094 | Hàn Quốc dành cho 1 người | |
| Cá dao om | 102 | Miến xào rau | 096 | Thực đơn bữa cháo | 192 |
| Cá đù vàng khô muối | 127 | Mực xào | 112 | Thực đơn bữa mỳ | 193 |
| Cá đù vàng muối | 165 | Mực xào cay với Cơm | 022 | Thực đơn trà | 194 |
| Cá đuối ngâm dấm cay | 142 | Mỳ cay trộn | 040 | Tôm muối | 167 |
| Cá la hán với giá đỗ cay | 082 | Mỳ cay trộn làm từ kiều mạch | 042 | Trà chanh | 184 |
| Cá pô-lắc khô tẩm và nướng | 126 | Mỳ cỡ lớn làm từ kiều mạch | 039 | Trà hoa Omija | 187 |
| Cá pô-lắc, mực và hào | 164 | Mỳ dùng với nước đậu nành lạnh | 041 | Trà mạn xanh | 185 |
| Cá thu nướng | 128 | Mỳ lạnh làm từ kiều mạch | 043 | Trà sâm | 183 |
| Cá thu om | 103 | Mỳ yến tiệc | 038 | Trà xanh | 186 |
| Cá tươi thái mỏng | 141 | N | | V | |
| Cá tuyết đen om | 104 | Nước gạo | 181 | Vịt nướng | 121 |
| Các món rán | 138 | Nước quế | 182 | X | |
| Canh đậu mềm cay | 065 | Nước tương- xì dầu | 158 | Xách bò nướng | 123 |
| Canh đậu phụ mềm và hải sản | 066 | Nước tương và dưa góp | 156 | Salát tôm lạnh | 095 |
| Canh đậu tương tán nhuyễn | 063 | O | | Xiên nấm mỡ | 136 |
| Canh đậu tương tán nhuyễn ngay | 064 | Ốp-lết cuộn | 135 | Xiên thịt bò rau | 137 |
| Canh Kim chi | 062 | R | | Xúc xích Hàn quốc | 086 |
| Canh xúc xích cay | 067 | Rau diếp cuốn bulgogi | 026 | | |
| Chân gò lợn | 085 | Rau trộn 3 màu | 089 | | |
| Cháo bào ngư | 029 | Rau trộn dấm | 161 | | |
| Cháo bí đỏ | 031 | S | | | |
| Cháo đậu đỏ | 030 | Salát thạch quả sồi | 091 | | |
| Cháo hạt quả thông | 028 | Salát củ cải tươi | 149 | | |
| Cháo vùng đen | 032 | Sườn bò nướng | 119 | | |
| Nộm sứa | 093 | Sườn nướng | 120 | | |
| Cơm | 014 | Sườn om | 080 | | |
| Cơm dinh dưỡng | 015 | Súp bánh bao | 047 | | |
| Cơm dinh dưỡng trong nồi đá | 019 | Súp bánh gạo thái miếng | 046 | | |
| Cơm rang Kim chi | 020 | Súp bắp cải và sườn | 053 | | |
| Cơm trắng cuốn lá | 025 | Súp bò cay | 058 | | |
| Cơm trộn với rau và thịt bò | 016 | Súp cá cay | 059 | | |

참여하신 분들

국문 원고_유승준

감수_정혜숙 / **교열**_박애경

영어 번역_이진영 (이화여대 통역번역대학원 부교수)

일어 번역_강방화 (이화여대 통역번역대학원 강사)

중국어 번역_최연 (이화여대 통역번역대학원 겸임교수)

불어 번역_김시연 (번역가 및 동시통역사)

감수_박수경 (번역가 및 동시통역사) / Sarah Lanzi (번역가 및 동시통역사)

이태리어 번역_Laura Bidussi (원어민 번역가)

스페인어 번역_Jean-Pierre Allan (원어민 번역가)

독일어 번역_Andrea Hofmann-Miller,

Monterey Institute of International Studies(원어민 번역가)

아랍어 번역_Rania Kattan (원어민 번역가)

베트남어 번역_Quynh Trang Nguyen (원어민 번역가)

음식 촬영 요리_이보은 (요리연구가)

촬영_전택수

사진협찬_동아일보 Digital Library

참여기관

| 외교통상부, 문화체육관광부, 국립국어원, 한국관광공사, 한국국제교류재단

참고문헌

| 한국국제교류재단 / 외국인을 위한 한국음식안내 (2003)

| 한국관광공사 / 음식메뉴 및 접객회화 (2010)

International HANSIK Menu Guide

Published in April 2012

Published by (Korean Food Foundation(KFF):
#1306 aT Center, 232 Yangjae-dong, Seoul, Korea,
T.+82(0)2_6300_2050~4

Website www.hansik.org

Produced by DongA E&D

Printed in Korea

한식메뉴 외국어 길라잡이

발행일 2012년 4월

발행처 (재)한식재단 서울시 서초구 양재동 232 aT센터 1306호
T.+82(0)2_6300_2050~4

홈페이지 www.hansik.org

제작 (주)동아이앤디

Copyright ©Korean Food Foundation(KFF)

No part of this book may be used or reproduced in any manner whatsoever without the written permission of the Korea Food Foundation.

Aucune partie de ce livre ne peut être utilisée ou reproduite de quelque manière que ce soit sans l'autorisation écrite de l'Editeur.

이 책 내용의 전부 또는 일부를 재사용하려면 반드시 저작권자의 동의를 얻어야 합니다.

한 식 메 뉴 외 국 어 표 기 길 라 잡 이
**INTERNATIONAL
KOREAN MENU GUIDE**

이 책은 국내외에서 한식당을 운영하는 사람들과 외국인들을 위해 발행된 책으로 한국을 대표하는 음식(154 가지)의 명칭, 주재료, 조리법 등을 한국어, 영어, 일어, 중국어, 프랑스어, 이탈리아어, 스페인어, 독일어, 아랍어, 베트남어로 표기하였습니다. 한식에 대한 올바른 설명으로 한식을 보다 맛있게 즐기시길 바랍니다.

This book at home and abroad, and foreigners who operate hansikdang published a book for those of Korea's food (154 kinds) name, main ingredients, recipes, and Korean, English, Japanese, Chinese, French, Italian, Spanish, German, Arabic, Vietnamese was written. As for the correct description hansik hope you enjoy more delicious.