新型コロナウイルスに負けるな！

★2020 民団宮城文化センター自主勉強応援コーナー【7】★

担当月は下記の通りです。4 月孫龍雨先生/5 月金才努先生/6 月權珉廷先生/7 月金鉉哲先生/8 月金京憙先生/9 月鄭有静先生/10 月朴庭嬉先生

★　10 月担当　朴庭嬉先生

秋気肌にしみる季節ですが、皆様おかわりございませんでしょうか。
新型コロナウイルスの感染拡大に伴い自粛を余儀なくされるこの頃ですが民団のホームページに紹介されている「お家で作る簡単韓国料理教室」コーナーをご参考に自宅で韓国料理を楽しみながら憂鬱な気分を吹き飛ばしてみてはいかかがでしょうか。
ここで料理に関する韓国語の表現をいくつかご紹介いたします。

まず、実際に調理するときに使う韓国語を見ていきましょう

- 茹でる　→　삶다(例、ほうれん草を茹でる:시금치를　삶다)
- 蒸す　→　찌다(例、トウモロコシを蒸す:옥수수를　찌다)
- 炒める　→　볶다(例、野菜を炒める:버섯을　볶다)
- 焼く　→　굽다(例、お肉を焼く:고기를　굽다
- 煮る　→　조리다(例、豆を煮る:콩을　조리다. cf.콩조림)
- 沸かす　→　끓이다(例、水を沸かす:물을끓이다)
- 揚げる　→　튀기다(例、ジャガイモを揚げる:
- 切る　→　자르다(例、大根を切る:무를　자르다)
- 刻む　→　썰다(例、ネギを刻む:파를　썰다)
- みじん切り→　잘게　썰다(例、ニンジンをみじん切りにして:당근을　잘게　썰어서)
- 洗う　→　씻다　(例、サンチュを洗い水けをきる상추를　씻어서　물기를　빼다)
- 剥く　→　까다　(例、にんにくを剥く마늘을　까다)
- 和える　→　무치다(例、豆もやしをごま油で和える:콩나물을　참기름에　무치다)

<野菜一覧>

- ナス　→　가지
- じゃがいも　→　감자
- さつまいも　→　고구마

- エゴマの葉 → 깻잎
- カリフラワー→ 꽃양배추
- 人参 → 당근
- ネギ → 파
- にんにく → 마늘
- 大根 → 무
- トマト → 토마토
- ミニトマト → 방울토마토
- 白菜 → 배추
- きのこ → 버섯
- にら → 부추
- ブロッコリー→ 브로콜리
- カブ → 순무
- ほうれん草 → 시금치
- かぼちゃ → 호박
- キャベツ → 양배추
- レタス → 양상추
- 玉ねぎ → 양파
- レンコン → 연근
- きゅうり → 오이
- とうもろこし→ 옥수수
- ごぼう → 우엉
- ぎんなん → 은행
- たけのこ → 죽순
- 豆もやし → 콩나물
- ピーマン → 피망

〈韓国の調味料〉

- 砂糖 → 설탕
- 塩 → 소금
- 酢 → 식초
- 醤油 → 간장
- コチュジャン → 고추장
- 味噌 → 된장
- アミの塩辛 →새우젓
- イワシエキス → 멸치액젓
- サムジャン →쌈장

- 水あめ →물 엿
- ゴマ油→참 기 름
- えごま油→들 기 름
- 白ゴマ →참 깨
- えごま →들 깨
- 粉唐辛子 →고 춧 가 루

〈韓国語での味表現(会話風)〉

- 辛い → 매 워 요
- 甘い → 달 아 요
- 苦い → 써 요
- 酸っぱい →시 어 요
- 塩辛い → 짜 요
- 味が薄い → 싱 거 워 요

日本語のように原型のまま使うのではなく活用形などを用いて使います。
例えば、茹でる事は「삶+기」=삶기、茹でては삶+아서=삶아서、茹でてからは 삶+은 후= 삶은 후などなど。

次は、様々な調理器具、キッチン用品の韓国語での言い方は

- 箸 → 젓 가 락
- スプーン → 숟 가 락
- フォーク → 포 크)
- 鍋 → 냄 비
- フライパン→ 프 라 이 팬
- まな板 → 도 마
- 包丁 → 칼
- ハサミ → 가 위
- おたま → 국 자
- フライ返し→ 뒤 집 개
- しゃもじ → 밥 주 걱
- 炊飯器 → 밥 솥
- 皿 → 접 시
- おぼん → 쟁 반
- やかん → 주 전 자

- つまようじ→ 이쑤시개
- トング　→ 집게

最後に、お料理やまな板などの消毒にも使えるレモン塩のレシピをご紹介します。

<레몬소금>
- 재료: 레몬 3 개, 굵은 소금 2/3 컵
- 만드는 법

1 레몬을 베이킹소다로 깨끗이 씻는다.
2 굵은 소금은 팬에 볶아 수분을 제거하고 식힌다.
3 레몬은 슬라이스하여 씨를 제거한다.
（분량의 1/2 정도는 즙을 내어 사용해도 좋다）
4 레몬, 소금을 같이 병에 넣고 일주일간 냉장보관하여 숙성 후 액체를 사용한다

〈レモン塩〉
- 材料:レモン 3 個、粗塩 2/3 カップ、保存容器
- 作り方

1 レモンをベーキングソーダで綺麗に洗う。

2 粗塩はフライパンで炒めて水分をとばして冷ます。

3 レモンはスライスして種を取り除く。
　分量の 1/2 位は絞って汁を使っても良い。
4 レモン、塩を一緒にビンに入れて一週間冷蔵保管して、熟成後の液体を使用する。

お知らせ：自主勉強応援コーナーは 10 月分をもって終了となりました。

投稿して頂いた先生方、誠にありがとうございました。