

꼬마 김밥 레시피

재료:

- 밥 2컵
- 참기름 1큰술
- 소금 1 작은 술
- 김 5장
- 당근 1개 (작은 크기), 채썬 것
- 오이 1개 (작은 크기), 채썬 것
- 계란 2개, 풀어서 준비
- 게맛살 100g (약 3.5 oz), 얇게 썬 것
- 단무지, 채썬 것



조리법:

1. 밥을 준비해 주세요:

- 밥에 참기름과 소금을 넣고 섞은 후, 실온에서 식힙니다.

2. 재료를 준비해 주세요:

- 팬에 채썬 당근을 부드러워질 때까지 볶습니다.
- 계란을 풀어 얇게 지단을 만든 후 채썰어 준비합니다.
- 오이, 단무지, 게맛살을 얇게 채썰어 줍니다.

3. 김밥 재료를 김 위에 놓아주세요 :

- 대나무 발 위에 김 한 장을 올립니다.
- 김 위에 밥을 얇게 펴 바르고, 위쪽 1인치는 남겨 둡니다.
- 밥 위에 당근, 오이, 계란, 게맛살, 단무지를 올립니다.

4. 김밥을 말아주세요:

- 대나무 발을 이용해 김과 밥, 속재료를 말아줍니다.
- 가장자리를 물로 살짝 적셔서 떨어지지 않게 붙여줍니다.

5. 꼬마 김밥을 맛있게 드세요:

- 간장이나 디핑 소스와 함께 곁들여 드시면 좋습니다.

KFAM

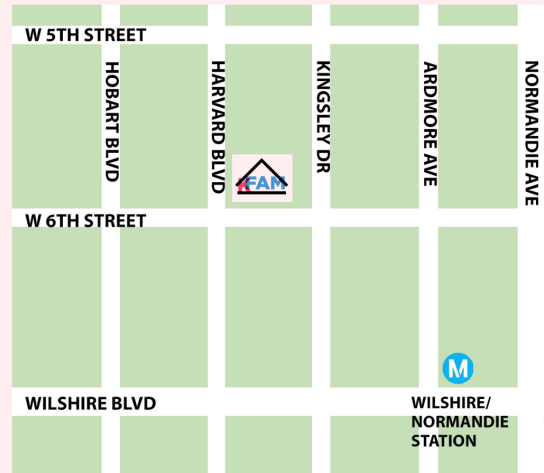
3727 West 6th Street, Suite 320
Los Angeles, CA 90020

운영 시간 :

월요일 - 금요일
오전 9시 - 오후 5시 30분

전화: (213) 389-6755
팩스: (213) 389-5172

이메일: admin@kfamla.org
웹사이트: www.kfamla.org



ABOUT KFAM

KFAM은 1983년 설립 이후, 여성, 어린이, 이민자, 저소득 가정을 포함한 수만 명의 한인들에게 도움을 제공해왔습니다. KFAM은 이중 언어와 이중 문화에 능숙한 직원들을 통해, 언어와 문화에 맞춘 서비스를 전문적으로 제공하고 있습니다.



어린이 및 성인 웰니스 프로그램

어린이 영양 프로그램
(CCFP)

건강한 삶, 행복한 가정

WWW.KFAMLA.ORG



어린이 영양 프로그램(CCFP)은 연방 및 주 정부의 지원을 받아 저소득층 아동들이 추가 비용 없이 건강하고 영양가 있는 식사와 간식을 제공받을 수 있도록 돕는 중요한 프로그램입니다.

KFAM의 CCFP 프로그램은 로스앤젤레스와 오렌지 카운티에 있는 허가된 유치원 및 어린이집 운영자들에게 교육, 상담, 감독을 제공하며, 이를 통해 매일 3,000명 이상의 아동들이 영양가 있는 식사와 간식을 즐길 수 있도록 지원하는 것을 목표로 하고 있습니다.

저희는 USDA 및 주 규정과 지침에 따라 각 유치원 및 어린이집 운영자에게 교육과 훈련을 제공하고, 이를 통해 유치원 및 어린이집 운영자들이 정부로부터 환급을 받을 수 있도록 돕고 있습니다.



HOME

"어린이집"

최대 14명의 어린이를 돌볼 수 있도록 주 정부 허가를 받은 어린이집입니다.

자세한 내용은 (213) 235-4841로 문의해 주세요.



CENTER

"유치원"

주 정부 허가를 받은 유치원, 방과 후 프로그램 및 아동을 위한 단체 시설입니다.

자세한 내용은 (213) 235-4846로 문의해 주세요.



KFAM의 CCFP 프로그램을 통해 정부로부터 받는 연평균 지원 금액은 다음과 같습니다.

유치원의 경우 \$21,052

어린이집의 경우 \$10,316

