



## 밤 껍데기 5초 만에 까는 방법

안녕하세요.  
코코 언니예요~  
요즘 밤이 참 맛있죠~

저도 추석 때  
산에 가서 주워온 밤을  
아주 맛있게 먹고 있어요  
밤은 먹는 건 참 쉬운데  
껍질을 까는데 번거로워서  
잘 안 드시는 분들도  
있더라고요.

하지만 오늘 제가  
소개해드리는  
꿀팁을 알게 되면  
밤 까는 게 세상에서 가장  
쉬운 일이 될 거예요

맨손으로 밤 껍데기를  
5초 만에 말끔히 제거하는 법  
지금부터 보여드릴게요^^

밤 드실 때 어떻게 드세요?  
보통 밤을 삶아서 쪼갠 후  
티스푼으로 퍼서 먹죠.



물론 어떻게 먹어도  
맛있는 밤이지만  
한입에 통째로  
넣어서 먹는 맛이 최고잖아요

그렇게 먹기 위해선  
밤의 겉껍질과 속껍질을  
말끔히 제거해야 하는데요.  
그 비법이 생각보다  
아주 아주 간단하답니다^^



아무 도구 없이 맨손으로  
밤 껍데기를 말끔히

제거하기 위한

첫 번째  
포인트는 물에 불리 기예요.  
밤을 찬물에  
1시간 정도 담가놓으면  
껍질을 제거할 때  
한결 수월해요!~

1시간 정도 불린  
밤을 불 위에 올려요.



이때 밤을  
맛있게 먹기 위해서는  
삶는 것보다  
찌는 조리법을 추천할게요.  
밤은 삶으면  
영양 소거 파게 된다고 해요.  
그래서 찜기에 넣고  
찌서 먹는 게 좋아요^^

이제 뚜껑을 닫고  
센 불에서 20분 정도 찜 주세요.

뜨거운 김을 내뿜으면서  
밤이 맛있게 찜지고 있어요.



20분이 지나고 가스불을  
끈 후  
뚜껑을 바로 열면...  
절대 안 돼요!!



맨손으로 밤 껍데기를  
말끔히 제거하기 위한

두 번째  
포인트는 뜸 들이기예요.  
센 불에서 20분간 찐 밤을  
뚜껑을 열지 않은 채로  
10분간 뜸을 들여주세요.

그러면 껍데기  
제거하기가 더  
수월해져요!



10분이 지나고  
뚜껑을 열면~  
안에 갇혀있던 김이  
확 빠져요.

이제 밤 껍데기  
쉽게 벗겨내는 마자막  
꿀팁으로 넘어가 볼가요.





맨손으로 밤 껍데기를  
말끔히 제거하기 위한

세 번째  
포인트는 찬물 샤워예요.  
뜨거운 불 위에서 찌 내고  
10분 동안  
뜨거운 김 속에서  
땀을 들인 밤을

바로  
찬물 샤워를 시키면  
껍질 속 알맹이가  
수축되기 때문에  
알맹이와 껍질 사이에  
공간이 생겨서  
껍질을 제거하기가  
더더욱 수월해져요



찬물 샤워를 마친 밤을  
칼이나 밤칼 없이  
맨손으로 껍질을 벗겨볼게요~



우선 밤을 맨손으로  
잡았을 때  
딱딱했던 겉껍질이  
말랑말랑해지고  
속에 공간이 있다는 게  
확실히 느껴 저요!



그리고 손으로 살짝  
뜯어내듯이 겉껍질을  
벗겨내면 힘 들이지 않고  
껍질이 떨어져요.

굳이 힘들게

벗겨내려고 하지 않아도  
껍질이 알아서  
떨어지더라고요^^

물론 겉껍질만 쉽게  
분리되는 건 아니에요  
속 껍질도  
맨손으로 벗겨내는데  
아깝게 버리는  
부분 1도 없이 기가 막히게  
껍질만 분리돼요!



짜잔~  
처음부터  
껍질이 없었던 것처럼  
말끔하게 벗겨내는데  
5초 정도 걸린 것 같아요.  
이대로 한입에  
쑥 넣어서 먹으면  
입안 가득 짭 차는 달달한  
밤 맛을 볼 수 있어요.





밤 껍데기를 발라내고  
통째로 놓으면  
먹기도 편하고 훨씬 더  
맛있지만,  
밤 껍데기를 벗겨내는  
과정이 귀찮아서  
매번 손가락으로 퍼서  
드셨다면~



이제부터는

1. 찬물에 1시간 둔 안 불리기
2. 센 불에서 20분 저낸 후

10분간 뜸 들이기  
3. 찬물 샤워



제철 맞아 맛있는 밤!

이 3가지  
포인트만 기억하면  
밤 껍데기 제거하는 게  
세상에서 가장 쉬운 일이  
될 수 있어요^



제철 맞아 맛있는 밤!  
껍질 까서 더 맛있게  
통째로 드셔 보세요~

이상 아무 도구 없이 맨손으로  
5초 만에 밤 껍데기  
분리하는 꿀팁이었습니다.



우리 벗님들~!  
健康조심하시고  
親舊들 만나  
茶 한잔 (소주 한잔) 나누시는  
여유롭고 幸福한  
나날 되세요~^

