



北九州市韓国国際交流員の韓国物語22

# 韓国人おすすめ!韓国料理YouTube



インターネットでレシピを検索した経験はありますか?韓国でも同じくブログ・SNS・YouTubeなどでレシピを探し参考にすることが多々あります。今日は韓国人もよく見ている韓国料理の簡単レシピ、本格レシピのYouTubeを紹介します。

チャンネル名 One day meal (하루한끼)

難易度 ★☆☆☆☆

ほとんどの動画が5分以内。誰にでも真似できる簡単レシピを紹介するチャンネル。登録者数は434万人。外国人の登録者も多いので英語のコメントがよく目に入る。インスタントラーメンのアレンジ方法など韓国で今流行っている話題のレシピがたくさん掲載されている。日本語字幕設定可能。

おすすめレシピ

**トーンパラーメン** アメリカ発祥レストランのメニュー、ピリ辛味の「トーンバパスタ」をイメージしたレシピ。韓国で大流行したインスタントラーメンのアレンジレシピの一つ。



▲レシピを確認

チャンネル名 korean home cooking (집밥)

難易度 ★★☆☆☆

おかず専門レシピチャンネル。登録者58.3万人。3分以内の短い動画が多い。「エリンギ」、「ズッキーニ」、「豆腐」、「きゅうり」などをメイン材料にするヘルシーなレシピを紹介しているのでダイエット中にも活用できる。ほぼ毎日のように更新されるのでもう一品ほしい時にすぐ参考にできる。韓国語と英語字幕を設定可能。

おすすめレシピ

**エリンギの辛し和え** 軽くゆでたエリンギと細く切ったきゅうり、人参、かに玉を入れて酢、辛子などで味付け。簡単なのに美味しい!食欲がない時に召し上がれ◎



▲レシピを確認

チャンネル名 Paik's Cuisine (백종원의 요리비책)

難易度 ★★★★★

日本にも進出している有名な韓国外食チェーンの代表兼料理研究家「ペク・ジョンウォン」が運営するチャンネル。料理に困った時に「ペク・ジョンウォン レシピ」を検索する韓国人が非常に多く、登録者はなんと519万人に上る。キムチチゲ、チムタク(鶏の甘辛煮)などの本格韓国料理の作り方を紹介しているが、日本では入手しにくい材料が必要な時もあるのでハードルが高い。日本語字幕設定可能。

おすすめレシピ

**チムタク(鶏の甘辛煮)** 韓国旅行中に食べたチムタクの味が恋しい人は必見! 味付けは醤油、みりん、砂糖、長ネギだけでOK。



▲レシピを確認



作成者 北九州市韓国国際交流員 姜 志守 (カン ジス)

姉妹都市である韓国・仁川広域市出身。2017年4月から国際交流員として北九州市で働いています。今日紹介したチャンネルの中では特に「One day meal」を見ています◎