

도전! 태국음식

어디를 가나 먹을거리가 풍부한 태국. 하지만 어떤 음식이 있는지, 어떤 맛인지 모르는 초보 여행자에게는 그야말로 풍요속에 빈곤일 수밖에 없습니다. 여기 초보 태국 여행자들이 쉽게 다가갈 수 있는 추천 태국 음식을 소개합니다. 우선 여기에 있는 것들부터 시도해 보세요. 그리고 차츰차츰 응용도 해보고 식당 메뉴판에 있는 다른 음식들도 도전해 보세요. 먹는게 즐거워야 여러분의 태국 여행이 더욱 더 재미있어집니다.

copyright © 2014 by 유슬왕자 안민기 / E#사랑 thailand.net All Right Reserved.

단품식사

ข้าวผัดกุ้ง

카우팟 **궁** / 새우 볶음밥

ผัดซีอิ๊วทะเล

팟씨유 **탈레** / 해물 볶음국수. 보통 삶은 면을 사용한다.

ผัดไทยไก่

팟타이 **까이** / 닭고기를 넣은 태국식 볶음국수. 새콤 달콤하며 숙주, 땅콩가루가 들어간다. 중간 굵기 면 사용.

ราดหน้าทะเล

랏나 **탈레** / 삶은 면을 걸쭉한 국물과 함께 볶은 것

มาม่าผัดขี้เมากุ้ง

마마 팻키마오 **궁** / 새우를 넣고 매콤하게 볶은 라면

볶음요리

ผัดผักรวมมิตรกุ้ง

팟팍루암 **궁** / 새우 야채 볶음(야채 외에 다른 재료를 넣지 않으려면 팻팍루암만 말하면 된다)

เนื้อผัดน้ำมันหอย

느어 팻 남판 히이 / 소고기 굴소스 볶음

ไก่ผัดเม็ดมะม่วงหิมพานต์

까이 팻 멧마우앙 / 닭고기 캐슈넛 볶음

ปลาหมึกผัดน้ำพริกเผา

쁠라묵 팻 남프릭파우 / 오징어 태국 고추장 볶음

ผัดกะเพราหมูสับ

팟 까파오 **무쌈** / 다진 돼지고기에 바질을 넣어 매콤하게 볶은 것

그밖의 음식들

맨밥 카우쑤어이 ข้าวสวย

참쌀밥 카우니여우 ข้าวเหนียว

끓인밥 카우똥 ข้าวต้ม **죽** 죽 โจ๊ก

닭고기덮밥 카우만까이 ข้าวมันไก่

닭고기커리밥 카우목까이 ข้าวหมกไก่

죽발덮밥 카우카우 ข้าวขาหมู

쌀국수 구어이띠여우 ก๋วยเตี๋ยว

생라면 바미 มะหมี่

커피소면 카놈찐 ขนมจีน

파빠기도넛 빠뚜고 ป้าทองโก๋

스프링롤튀김 빠빠야റ്റ് ปอเปี๊ยะทอด

소시지 싸이그릭 ไส้กรอก

닭구이 까이앙 ไก่ย่าง

돼지고기커리양념치즈 무사떼 หมูสะเต๊ะ

돼지고기조림 무당 หมูแดง

돼지목살구이 커무앙 คอหมูย่าง

파파야생채무침 솜땀 ส้มตำ

양념소스 남짱 น้ำจิ้ม

전골 쑈끼 สุกี้

육류 · 해산물

닭고기 까이 **ไก** **달걀** 카이 **ไข่**

소고기 느어 **เนื้อ** **돼지고기** 무 **หมู**

튀긴삼겹살 무고랍 หมูกรอบ

다진돼지고기 무쌈 หมูสับ

돼지갈비 씨콩무 찜เครื่องหมู

해산물 아한탈레(ห่อต๋อ) อาหารทะเล(ห่อต๋อ)

생선 플라 ปลา

농어 빠까풍 ปลากะพง

농성어(다금바리) 빠까오 ปลาเก๋า

새우 궁 **กุ้ง** **부채새우** 갱 **กั้ง**

닭새우(랍스터) 공망건 **กุ้งมังกร**

오징어 쵸라묵 ปลาหมึก

바지락 히이라이 หอยลาย

홍합 히이말랭푸 หอยแมลงภู่

마른새우 공헝 **กุ้งแห้ง**

채소류 · 기타 부재료

공심채 팍봉 ผักบุ้ง **오이** 멧과 แตงกวา

배추 팍깃카오 ผักกาดขาว

상추 팍깃헝 ผักกาดหอม

중국케일 카나 คะน้า

아스파라거스 너마이파랑 **หน่อไม้ฝรั่ง**

감자 만파랑 **มันฝรั่ง** **고구마** 만텃 **มันเทศ**

양파 후어헝 หัวหอม **쪽파** 톤헝 **ต้นหอม**

취풍고추 프릭키는 **พริกขี้หนู**

고추 꼬라티앙 **กระเทียม** **라임** 마나오 **มะนาว**

홀리바질 까파오 **กะเพรา**

방아잎 호라파 **โหระพา**

두부 따오후 **เต้าหู้** **버섯** 헛 **เห็ด**

당면 운센 **มันเส้น** **땅콩** 투아리송 **ถัสดึง**

숙주나물 투엥억 **ถั่วงอก**

김 썰라이 **สาหร่าย** **샐러디** 큰차이 **ขึ้นฉ่าย**

조미료 · 소스

MSG(미원) 풍추룻 **ผงชูรส**

설탕 남판 **น้ำตาล** **소금** 끄르아 **เกลือ**

코코넛밀크 가티 **กะทิ**

마늘 꼬라티앙 **กระเทียม**

후추 프릭타이 **พริกไทย**

고춧가루 프릭헝븐 **พริกแห้งบ่น**

간장 남싸우 **น้ำจิ้ม** **식초** 남쌈 **น้ำส้ม**

된장 따오찌여우 **เต้าเจี้ยว**

생선액젓 남빠 **น้ำปลา** **새우된장** 까빠 **กะปิ**

고추+액젓 프릭남빠 **พริกน้ำปลา**

영어·누룩

우리나라에서 순대국집에는 냉면을 안 파는 것처럼 태국도 특정한(그것만 하는) 식당에 가야 먹을 수 있는 음식이 있습니다. 이를테면 쌀국수나 쑈까(태국식 사부사부), 족발덮밥 같은 것은 이런 일반 식당에는 없으며 그것만 하는 식당에 따로 가야 합니다. 아래에 소개하는 음식들은 일반적인 태국의 식당(란아한땡쌈)들에서 주문할 수 있는 것들입니다. 즉, 볶음밥이나 볶음국수, 여러가지 찜개, 계란요리 등 주문을 하면 그때그때 바로바로 후라이팬을 갖고 음식을 만드는 가장 일반적인 식당에서 주문할 수 있는 메뉴입니다. 해산물 요리는 일반 식당에서 잘 없는 경우가 많으며 해산물 식당에 가야 합니다.

사용

1. 이 메뉴판을 보고 지금 들어온 식당에서 할만한 음식의 이름을 말하세요. 만약 못알아 듣는다면 태국어를 손가락으로 가리키세요.
2. 기본적으로 가장 잘 어울린다고 생각 되는 주재료(고기, 해물)를 조합하였습니다. 다른 것으로 바꾸고 싶다면 음식 이름에서 주항색 부분을 오른쪽 아래에 있는 주요재료를 참고하여 바꿔 말하면 됩니다. 예를 들어 새우 볶음밥인 '카우팟 궁'에서 '궁' 대신 '까이'를 붙여 '카우팟 까이' 라고 하면 닭고기 볶음밥이 되는 겁니다.
3. 대개의 볶음요리와 계란요리는 '음식이름+랏카우'를 하면 덮밥으로 주문할 수 있습니다. 요리따로 밥따로 주문하는 것보다 저렴합니다.
4. 그밖에 필요에 따라 추가 주문 사항(떡치는 넣지 마세요, 맵게 해주세요 등)을 말하거나 보여주세요.

계란요리

ไข่เจียวกุ้งสับ

카이 찌여우 **궁쌈** / 다진 새우를 넣은 태국식 오믈렛

ไข่ยัดไส้ไก่

카이얏 싸이 **까이** / 닭고기와 야채를 볶아 속을 채운 오믈렛

ไข่ดาว

카이 다우 / 계란 프라이

해산물요리

ปูผัดผงกะหรี่

뿌 팻 풍까리 / 게 커리 볶음

กุ้งอบวุ้นเส้น

궁 읍 운센 / 간장 양념한 당면 안에 새우를 넣어 요리 한 것

ปลาราดพริก

쁠라 랏 프릭 / 튀긴 생선 위에 고추 양념 소스를 얹은 것

ปลาหนึ่งชี๊ว

쁠라 능 싸유 / 간장 소스로 담백하게 찌낸 생선 요리

แกงส้มแป๊ะชะะ

깡쌈쌈싸 / 튀긴 생선에 매콤 새콤한 국물 넣어 끓인 찜개

กุ้งแช่น้ำปลา

궁 채 남빠 / 생새우에 양념장을 얹은 것

ทอดมันกุ้ง

톳만궁 / 다진 새우 튀김

กุ้งเผา

궁파오 / 새우구이

모바일에서 다운로드



이 메뉴판의 음식 설명보기



주요 재료

돼지고기 무 **หมู**

닭고기 까이 **ไก่**

소고기 느어 **เนื้อ**

새우 궁 **กุ้ง**

해물 탈레 **ทะเล**

모듬야채 팍 루암밋 **ผักรวมมิตร**

음식주문에 필요한 말

채식주의 긴제 **กินเจ**

특(곱빼기) 피셋 **พิเศษ**

맵지 않게 해주세요. 아오 마이펫 **เอาไม่เผ็ด**

보통 맵게 해주세요. 아오 펫탐마다 **เอาเผ็ดธรรมดา**

맵게 해주세요. 아오 펫펫 **เอาเผ็ด ๆ**

떡치는 넣지 마세요. 마이싸이 팍치 **ไม่ใส่ผักชี**

미원은 넣지 마세요. 마이싸이 풍추룻 **ไม่ใส่ผงชูรส**

설탕은 넣지 마세요. 마이싸이 남판 **ไม่ใส่น้ำตาล**

기름은 조금만 넣어주세요. 싸이 남만 다티여우 **ใส่น้ำมันนิดเดียว**

계산해주세요. 깡땡두어이 **เก็บดังค์ด้วย**

봉지/도시락에 넣다 싸이툽/싸이그렁 **ใส่ถุง / ใส่กล่อง**

덮밥으로 랏카우 **ราดข้าว**

보통 탐마다 **ธรรมดา**