

닭고기 알쌈

<재료>

닭고기(가슴살)	400 g
잔새우	200 g
소금	1½ t.s
후추가루	¼ t.s
호콩	3 t.s
술	½ t.s
달걀 흰자위	1 개
녹말가루	2 T.S
튀김기름	4 Cup
파아슬이	3 잎

<만드는 법>

① 닭고기 가슴살을 납작하고 얇게 저며서 소금과 후추를 뿌려 놓는다.

② 새우는 깨끗이 씻긴 후 곱게 다져서 술 소금을 섞어 놓는다.

③ 호콩은 속 껍질을 벗겨서 기름에 튀겨 다져 놓는다

④ 닭고기에 새우 다진것과 호콩 다진것을 섞어 도마에 올려 놓고 돌돌 말아 놓는다.

⑤ 달걀 흰자위에 녹말을 넣고 개어서 잘 저어 무쳐서 끓는 기름에 하나씩 튀겨낸다.

<담는 법>

접시에 보기 좋게 닭고 파아슬이로 장식하고 따뜻할때 식사한다.

달걀 계 볶음

<재료>

달걀	5 개
계	5 마리
죽순	1 개
생강즙	10½ t.s
소금	1 t.s
후추가루	¼ t.s

파(흰부분)	5cm
녹말가루	1 t.s
기름(사라다)	4 T.S

<만드는 법>

① 달걀은 노란자위가 되도록 노란색으로 택하여 잘 풀어 놓는다.

② 죽순은 곱게 채를 쳐서 놓는다.

③ 생강은 즙을 만들어 놓는다.

④ 녹말가루는 물에 되게 타놓는다.

⑤ 계는 잘 쪼서 살을 발려 놓는다.

⑥ 이상의 재료를 모두 섞어서 소금, 후추 가루, 파를 넣는다.

⑦ 기름을 후라이팬에 끓이다가 개빨리 넣고 저어 간이 조화되게 마춘다.

<담는 법>

따끈한 접시에 닭고 식기 전 식사하도록 한다.

달걀 조림

<재료>

달걀	3 개
간장	¼ Cup
설탕	2 t.s
후추	¼ t.s
참기름	2 t.s

<만드는 법>

① 달걀은 노른자위가 중심으로 가도록 완속하여 냉수에 담갔다가 건져낸다.

② 달걀의 껍질을 벗겨서 3~4 토막으로 썰어놓는다.

③ 간장을 냄비에 달고 끓여날 (설탕, 참기름을 준비된 분량에 반쯤 넣음) 무렵 달걀을 넣고 졸인다.

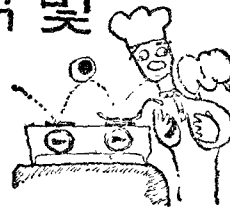
④ 거의 다 졸았을 때 나머지 설탕 참기름을 넣고 자작할때까지 졸인다.

※졸일때 간장국물을 떠서 위에 얹어주면서 졸이면 색이 고르게 된다.

<담는 법>

작은 접시에 조금씩 담는다.

닭뿔



달걀요리

원 치 경
(진명여고교사·요리연구가)