

# 1. 닭고기 크림찜

## <재료>

- 닭고기.....1마리
- 소금..... 2 t.s
- 후추..... $\frac{1}{4}$  t.s
- 빼터..... 2T.S
- 밀가루..... 2T.S
- 숯(Soup)..... $2\frac{1}{2}$  Cup
- 세러리 줄기 ..... 10cm정도
- 난황 ..... 2 개
- 생크림..... 5T.S
- 당근 ..... 1 개
- 빼터 .....  $2\frac{1}{2}$  t.s
- 소금..... $\frac{1}{2}$  t.s
- 설탕 .....  $\frac{1}{2}$  t.s
- 물..... $\frac{1}{2}$  cup
- 표고..... 5개

## <만드는 법>

- ① 닭고기는 내장을 빼고 날개 끝 다리 목등은 빼고 4등분으로 소금과 후추로 조미한다.
- ② 당근은 달걀 모양으로 썬다.
- ③ 닭고기를 적은 냄비에 넣고 약한 불로 찜낸다. (당근을 같이 넣고)
- ④ 표고는 물에 불려 꼭지를 빼고 작은 것은 그대로 큰 것은 2조각으로 하여 빼터에 살짝 볶고 소금 후추로 조미 한다.
- ⑤ 냄비에 빼터를 녹이고 찜낸 닭고기를 넣고 늦지 않도록 하고, 결의 색깔이 변했을 때 밀가루를 섞고, 숯을 섞고, 약한 불에 올려놓는다. (여기에 세러리를 5cm 정도 썰어서 실로 묶어서 함께 30~40분간 찜다.)
- ⑥ 찜낸 닭고기를 꺼내서 따뜻하게 식지 않게 하고 국물에 달걀을(노란자위) 풀어 다시 끓여서 불에서 내려놓고 닭고기 넣었던 냄비에 가-제로 걸러서 넣고 다시 불에 올려 놓는다. 그리고 생크림을 넣고 3~4분간 데운 후

당근 표고등을 넣고 불에서 내려 놓는다.  
 ※ 생크림을 넣고 너무 끓이지 않도록 한다.  
 너무 끓이면 분리된다.

# 2. 달걀두부

## <재 료>

- 달걀..... 4 개
- 육수..... 1 cup
- 소금..... 1 t.s
- 간장..... 2 t.s
- 화학조미료..... $\frac{1}{4}$  t.s

## 양념간장

- 간장..... 2 T.S
- 설탕..... 1 t.s

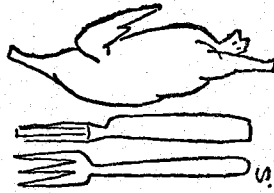
- 파(다져서) ..... 1 t.s
- 마늘(다져서) .....  $\frac{1}{2}$  t.s
- 깨소금 ..... 1 t.s
- 식초 ..... 1 t.s

※ 육수는 멸치 삶은 국물이 대용도 됨.

## <만드는 법>

- ① 달걀은 거품이 나지 않도록 깨뜨려 육수, 소금, 간장, 화학조미료를 섞어서 체에 걸러 혹시 덩어리가 생기지 않도록 한다.
- ② 찜내는 팬은(12×11×3cm) 작은 도사락을 대용하여 세로판을 깔고서 찜그릇에 뜨거운 증기가 올라 왔을 때 팬을 넣어서 처음 오분정도는 보통으로 하고 나중에는 극히 약한 불에서 증정도 굳어질때까지 15~20분간 찜다.
- ③ 찜 때는 젖은 수건을 깔고 그릇에 놓고 증기가 떨어 지지 않도록 행주를 뚜껑 덮기전에 깔고 뚜껑을 조금 열고 찜다. 80°C 이상 되지 않도록 하는 것은 찜면서 구멍이 생기지 않고 매끈하게 찜겨된다.
- ④ 썰 때는 달걀이 식은 다음에 썰어야 된다.
- ⑤ 계절에 따라 뜨겁게 또는 차게 할 수 있으니 기호에 맞춰야 한다.
- ⑥ 양념간장은 골고루 섞으면 된다.

## 닭 및 달걀 요리



원 치 경 <진명 여고 교사>