

1. 닭고기 간(肝)요리

<재료>

닭간.....	400g
파.....	10cm길이 1뿌리
생간(얇게 썰어서).....	4~5조각
간장.....	3T.S
참기름.....	1 1/2 T.S
설탕.....	2 t.s
정종.....	2T.S
물.....	3 cup

<만드는 법>

- ① 간을 깨끗이 씻는다.
- ② 냄비에 물 3cup 술 1T.S 그리고 간을 넣

고 불에 올려놓아 색깔이 변할때까지 익힌후 조리예 받혀 물을 끼얹고 냄새를 뺀다.

③ 불에 간. 간장. 술. 파 다진 것 생강을 얇게 썬것을 넣고 찹통에 찹때(그릇에 넣고 1~2시간 정도 찜다.

④ 다 찜낸후 참기름 설탕을 넣고 조미하여 식힌다.

- ⑤ 식힌 간을 얇게 썬다.

<답는법>

접시에 보기 좋게 닭고 걸들이로 오이, 당근도 썰어 놓는다.

※ 간과 같은 제법이 활용되는 것은 닭의 모래주머니(흔히 똥집)를 재료로 하여 만들 수도 있다.

2. 달걀 부추말이

<재료>

달걀.....	3개
물.....	3T.S
녹말가루.....	1T.S
소금.....	1t.s
후추.....	1/4 t.s
화학조미료.....	1/4 t.s

고기.....	200g
당근.....	(소)1개
표고.....	2개
부추썬것.....	2cup
양파.....	(소)1개
소금.....	2t.s
후추.....	1/4 t.s
기름.....	4 T.S
파아슬이.....	3알

<만드는 법>

① 달걀을 황, 백을 잘풀어서 물, 녹말 소금, 후추, 화학조미료를 고루 섞어서 후라이팬에 알파하게 3쪽을 알지단 부치듯이 한다.

- ③ 살고기로 채를 썰고

② 부추는 4~5cm정도로 썬다

④ 양파, 당근도, 채를 썰고,

⑤ 표고는 물에 불려 채를 썰고,

⑥ 고기, 양파 당근, 부추 표고등소금, 후추로 조미한 다음 후라이팬에 기름을 치고 볶는다.

⑦ 부쳐놓은 달걀에 볶아 놓은 것을 김밥 말듯이 잘말

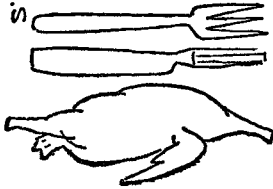
아 끝을 녹말가루를 물에 타두었다가 잘 붙이고 후라이팬에 잠시 굴리면 떨어질 염려가 없다.

⑧ 달걀 부추말이가 식은 다음 모양있게 썬다.

<답는법>

썰어 놓은 것을 접시에 보기 좋게 닭고 파아슬이로 장식한다.

닭 및 달걀 요리



원 치 경 <진명 여고 교사>

