

샌드위치 클래스

샌드위치는 빵과 충전물의 소재 선택이 매우 다양해 근래 들어 많은 인기를 얻고 있다. 이에 본지에서는 최근 샌드위치 전문가로 활약하고 있는 최병철씨를 필자로 이번 호부터 매월 2제품씩 샌드위치 교실을 진행한다.

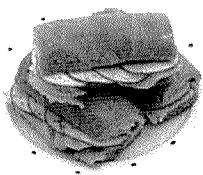
〈진행 / 임희정 lim@mbakery.co.kr〉



최병철

- 84~87년 자운제과점 공장장
- 93년 리버사이드 호텔 제과장
- 94년 건국대 사회교육원 강사
- 현 하모니푸드 제품개발팀장

샌드위치의 주재료

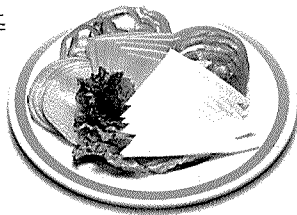


빵

저당과 저지방의 빵일수록 다양한 종류의 샌드위치로 응용하기 쉽다. 또한 섬유질이 풍부한 빵이면 더욱 좋다.

치즈

치즈는 자연치즈와 가공치즈 두 가지 종류가 있다. 일반적으로 자연치즈를 사용하여 맛과 영양이 높은 샌드위치 만들 수 있다.

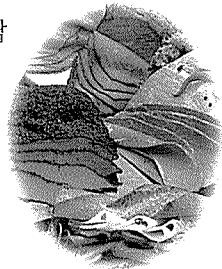


- 가공치즈(종전의 슬라이스 치즈): 기타 충전물과 함께 열을 가하여 유통기한을 늘린 상태의 치즈를 말한다. 이때 열을 가하는 과정에서 인체에 유익한 균마저 소멸된 상태로 변한다.
- 자연치즈(천연발효 식품 치즈): 우유를 1/10로 농축시켰기 때문에 인체에 유익한 균이 많이 형성되어 있다. 자연치즈 20g은 우유 한 컵 이상의 영양성분이 포함되어 있다. 자연치즈는 살아 숨을 쉬는 식품이므로 신선하고 수분이 충분한 야채실이 보관고로 적당하다.

햄

가능하면 종전에 사용했던 전분 등의 기타성분이 첨가되지 않은 육류를 사용해야 좋다. 맛과 향, 양념이 신선한 제품을 사용

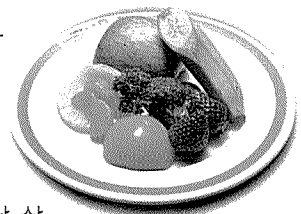
해야 샌드위치 특유의 신선하고 담백한 맛을 살릴 수 있다. 가능한 필요한 만큼씩 슬라이스해 사용해야 하며 신선한 햄의 경우 보통 1개월 미만의 유통기한을 가졌기 때문에 주의깊게 관리해야 한다.



과일

사과·배·토마토 등이 사용 가능하다.

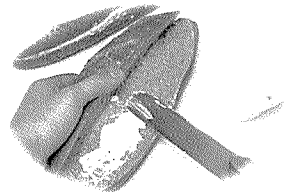
※ 토마토는 푸른빛이 들고 단단한 과육을 사용해야 샌드위치의 시원한 맛을 잘 살릴 수 있다.



소스

바질소스, 머시룸소스 등 재료와 배합에 따라 다양한 소스를 만들 수 있다.

기존의 케첩은 가능한 피하는 것이 좋다. 샌드위치 충전물이 케첩의 강한 향과 맛에 눌러 제 맛을 잃을 수 있다. 좋은 제품을 만들려면 향과 영양을 고려한 즉석 제조 소스를 사용하는 것이 바람직하다.





치아파타 샌드위치

이태리빵 치아파타는 누룽지와 같이 고소한 맛이 난다.

이 제품은 산뜻한 페파로니의 향과 영양이 풍부한 자연치즈가 어울려 색다른 식감을 자아낸다.

치아파타 / 재료 중량(g)

강력분 1,400, 중력분 400, 크라프트콘 믹스 200,
물 1,250, 디어바게뜨 140, 드라이이스트 30, 올리브 오일 100

만드는 법

1. 올리브 오일을 제외한 전 재료를 넣고 저속 5분,
중속 15분으로 90%까지 믹싱해 반죽을 완성한다. (반죽 온도 24°C)
※ 재료를 90% 정도 믹싱했을 때 올리브 오일을 넣는다.
2. 30분 정도 1차 발효시키고 타원형으로 성형한 후 20분간 2차 발효시킨다.
3. 190°C에서 스팀을 주입한 후 20분간 굽는다.

마무리 재료

치아바타 1개, 머시룸 소스 적당량, 바질 소스 적당량, 햄 4장,
양파 소량, 토마토 소량, * 에담 치즈 4장, 양상추 4장

만드는 법

1. '치아파타'를 수평으로 삼등분 슬라이스 한 후 아래쪽에
'바질 소스'를 바른다.
2. ① 위에 양상추를 깔고 에담 치즈 4장을 올린 후

'충전물'과 다진 토마토를 소량 토핑한다.

3. 슬라이스 한 나머지 치아파타에 '머시룸 소스'를 바른 후
양상추와 햄을 올린다.
4. ③ 위에 가늘게 채친 양파를 올려준다.
5. ④의 치아파타 위에 ②의 치아파타를 샌드한 후
나머지 치아파타를 덮어 완성한다.

충전물 / 재료 중량(g)

페파로니 캔 100, 양상추 80, * 스모크 치즈 60
전 재료를 잘게 다져 섞는다.

※페파로니 캔의 내용물은 물기를 제거한 후 사용한다.

머시룸 소스 / 재료 중량(g)

버섯(양송이) 100, 마요네즈 130
잘 다진 버섯과 마요네즈를 섞는다.

바질 소스 / 재료 중량(g)

바질(허브) 100, * 미스터 치즈(스프레드 치즈) 100, 마요네즈 100
바질과 미스터 치즈를 섞다가 마요네즈를 넣는다.



치즈빵 샌드위치

치즈빵 / 재료 중량(g)

강력분 700, 찹쌀 300, 생이스트 40, 설탕 80, 버터 50,
* 미스터 치즈 50, 소금 15, 계란 4개, 물 200, 땅콩 100

만드는 법

1. 버터와 치즈를 제외한 전 재료를 넣고 믹싱한 후 클린업 단계에서 버터와 치즈를 넣어 믹싱을 완료한다.
2. 50분간 1차 발효한 후 120g씩 분할한다.
3. ②를 바게트 모양으로 성형한 후 40~50분간 2차 발효시킨다.
4. 180°C에서 스팀을 넣고 구운 후 색이 나면 150°C로 낮춰 15분간 굽는다.

마무리 재료

머시룸 소스 적당량, 양상추 2장,
* 에담 치즈 2장, 토마토 소량, 햄 2장, 양파 소량, 소금 소량, 후추 소량,
다진 마늘 소량, 올리브 오일 소량

※머시룸 소스는 137쪽의 치아파타 샌드위치 참조.

만드는 법

1. '치즈빵'을 수평으로 슬라이스한 후 머시룸 소스를 양면에 바른다.
2. ①에 양상추를 깔고 에담 치즈를 올린다.
3. 햄과 양파를 깔고 토마토를 올려 완성한다.

※ 토마토는 살짝 데쳐 껍질을 벗긴 후 깍둑썰기한다.

소금, 후추로 간을 맞추고 올리브 오일과 다진 마늘을 넣어 버무린다.

*표시 제품의 구입처 : 하모니푸드 ☎ (02)554-7748