

튀김과자의 종류와 제법



글 / 채동진
동우대학 제과제빵과 교수

튀김과자는 굽기 공정이 기름에 의해 이뤄지는데 이로 인해 내부가 소프트하고 표면이 바삭한 식감으로 매우 풍미가 좋은 표피가 만들어진다. 만드는 방법은 여러 가지가 있는데 발효생지, 슈생지, 또는 계란이 많이 사용된 미르베타이그와 비슷한 생지 등으로 만든다.

여러 가지 튀김과자의 제조법

도넛 Donat(독)

도넛은 발효생지로 만드는 빵도넛과 베이킹 파우더가 들어간 미르베타이그로 만드는 과자도넛이 있다. 발효생지에 의한 것은 생지를 약 5mm의 두께로 밀어퍼서 도넛 틀로 찍어 만든다. 이것을 발효시켜 가볍게 덧가루를 뿌린 철판에 놓고 전체 발효량의 ¾정도 발효시킨 후 180°C의 튀김기름에 넣어 튀긴다. 설탕, 풍당 등을 이용하여 글레이즈 한다. 베이킹 파우더가 들어간 과자도넛의 경우도 밀대로 밀어퍼서 찍어내고 튀긴 후 보통 시나몬 슈가를 묻혀준다.

베이킹 파우더가 들어간 튀김반죽의 배합 (과자도넛)

버터 35g, 노른자 35g, 계란 50g, 설탕 150g, 우유 200g
박력분 500g, 베이킹 파우더 15g, 레몬표피 1개분, 아몬드 65g

무젠 Muzen(독)

■ 배합

노른자 150g, 계란 100g, 분당 100g, 럼주 25g, 소금 소량,
바닐라 향 소량, 박력분 500g

■ 만드는 법

노른자와 계란, 분당을 거품기로 믹싱한 뒤 나머지 재료를 섞어 냉
장고에 휴지시킨다. 약 1.5mm로 얇게 밀어퍼서 5×7cm의 크기로 재

단한다. 180°C의 기름에 튀겨낸 뒤 바닐라 슈가를 뿌린다. 이 과자
는 가볍고 바삭한 식감에 풍미도 높아 인기가 있다.

슈토르히에네스타 Storchennester(독)

■ 배합

설탕 125g, 계란 200g, 노른자 50g, 녹인 버터(또는 우유) 75g
소금, 레몬표피 적당량, 중력분(또는 박력분) 750g
베이킹 파우더 10g

■ 만드는 법

설탕, 계란, 노른자를 넣고 믹싱한 뒤 나머지 재료를 넣고 섞어 냉
장 휴지시킨다. 냉장휴지 후 반죽을 2mm로 얇게 밀어퍼, 1cm 폭으로
가늘게 자르고 공처럼 둥글게 감아 만든다. 이것을 철망에 놓고 철망
째 기름에 담궈 튀긴 후 건져낸다(190~200°C). 튀겨낸 뒤 식혀서
분당을 뿌린다. 프랑스에서는 니드 시고뉴(Nids de cigognes)라고
부른다.



최근 기능성 제과제빵에 대한 관심이 높아짐에 따라 제과제빵 각계에서 연구가 활발히 진행되고 있다. 그 중 성인병의 원인이 되고 있는 콜레스테롤의 수치를 저하시킬 수 있는 기능성 제과 제빵의 제품과 비만으로 빵, 과자를 기피해 왔던 환자는 물론 일반 소비자들을 위한 저 열량 다이어트 제과제빵의 세미나 제품을 소개한다.

I. 콜레스테롤 저하 기능성 제품 배합

1. 케이크류 / 레어치즈케이크

■ 타르트 생지 (250g 분할/10~11개분)

버터 800g, 설탕 500g, 소금 5g, 노른자 180g
박력분 1,250g, 폴리만 27g

■ 레어 치즈크림 (6개분)

크림치즈 1,500g, 레몬주스 50cc
생크림 800g, 설탕 165g, 젤라틴 21g

2. 쿠키류 / 아메리칸 쿠키

설탕 500g, 소금 10g, 마가린 500g, 계란 100g
중력분 500g, 소다 10g, 폴리만 16g, 콘푸레이크 1통

3. 빵류 / 초코식빵

강력분 1,000g, 폴리만 27g, 설탕 80g, 소금 20g, 개량제 2g
계란 180g, 이스트 40g, 우유 250g, 묵은 반죽 750g
다크 초콜릿 150g, 물 250g

II. 저칼로리 다이어트 과자류 제품 배합

1. 구움과자 / 요구르트케이크(1개분 열량 84kcal)

■ 반죽 (알루미늄 케이스 10개분)

계란 6개, 흑설탕 180g, 박력분 480g, 베이킹 파우더 18g
저지방 요구르트(플레인) 480g, 파인애플 600g

■ 시럽 꿀 48g, 레몬즙 30g, 물 30cc

■ 마무리 재료 파인애플, 향도

■ 만드는 법

1. 계란, 흑설탕을 넣고 믹싱한다.
2. 체친 박력분과 베이킹 파우더를 ①에 넣고 섞는다.
(나무주걱 사용)

3. ②에 요구르트를 넣고 섞는다.

4. 알루미늄 케이스에 슬라이스한 파인애플을 깔고 ③을 팬닝한다.

5. 윗불180°C, 밑불150°C에서 25분간 굽는다.

2. 디저트 케이크류 / 호박 몽블랑(1개분 열량 92kcal)

■ 스펀지 반죽 (푸딩컵 20개분)

노른자 3개, 흰자 6개, 소금 소량, 설탕 120g, 박력분 120g
베이킹 파우더 6g, 바닐라 에센스 소량

■ 커스타드 크림

전분 30g, 흑설탕 48g, 저지방 우유 300cc
계란 3개, 럼주 소량

■ 마무리 재료

단호박 600g, 저지방 우유 90cc, 흑설탕 48g
레몬 에센스 소량, 계피가루 10g, 건포도 24개

■ 만드는 법

1. 불에 노른자, 흰자, 소금, 설탕을 넣고 믹싱한다.
2. ①에 박력분, 베이킹파우더, 바닐라에센스를 넣고 가볍게 섞는다.
3. ②를 푸딩컵에 담아 찐다. (약한 불에 12분)
4. 커스타드 크림을 만든다.
5. 호박을 찌서 우유, 흑설탕과 함께 넣고 푸레를 만든 후 계피가루로 향을 낸다.
6. ③의 스펀지에 ④를 짜넣고 몽블랑용 모양깎지로 ⑤의 크림을 둥글게 짜올린 뒤 건포도를 올린다.

3. 디저트 / 와인 젤리

■ 재료

물 750cc, 설탕 200g, 판 젤라틴 25g, 화이트 와인 250cc

■ 필링 마스카트(청포도 통조림) 적당량

■ 준비 투명한 와인컵(또는 플라스틱컵)

■ 만드는 법

1. 물과 설탕을 끓인 뒤 조금 식으면 물에 불려 건진 젤라틴을 넣어 섞고 체에 거른다.
2. ①이 37°C 정도가 되면 포도주를 넣고 기포가 생기지 않도록 섞는다.
3. 투명한 컵에 ②를 반정도 붓고 마스카트를 2~3개 정도 넣고 냉장고에서 굳힌다.
4. ③ 위에 다시 ②를 부어 채운다.

카메르나 Kameruner(독)

카메르나 생지는 발효생지와 베이킹 파우더가 들어간 미르베타이그를 적절한 비율로 겹쳐 만든 것으로 보통 1:1의 비율 또는 3:2, 2:3의 비율로 바꿔 만든다.

1차발효를 짧게 한 뒤 생지를 밀어퍼서 사각형으로 자르고 발효를 시킨다. 이것을 180°C의 튀김기름에 튀겨내면 내상의 입자가 고운 과자로 만들어진다. 튀겨진 뒤 식으면 시나몬 슈가를 뿌려 마무리한다.



www.bakery-net.co.kr

에 없는 제과정보는

www.bakinginfo.co.kr

에 있다.

8월 1일 국내 최고 전송속도를 보유한

한국통신 KORNETWORLD.COM과 제휴한

국내 최초 인터넷 MEMBER'S 제과정보전문 사이트

“베이킹인포”의 정보내용은 매일 추가됩니다.

매일 새로 추가되는 제과정보를 원하시면

E-Mail로 귀하의 전자메일주소를 알려주세요.

한국제과정보시스템 베이킹인포 사업부

서울 강남구 대치동 977-12 제과종합상가 311호

전화 : (02)569-2705/E-Mail:bakinginfo@bakinginfo.co.kr