



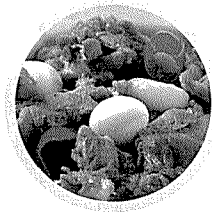
오리장조림

재 료

오리 1마리
마늘 6쪽
물엿 2T
메추리알

후추 1T
조선간장 1T
술 2T

진간장 3T
생강 3쪽
설탕 1T



duck

만들기

- 1_ 메추리알은 연한 소금물에 넣어 중불에서 삶아 껍질을 벗긴다. 메추리알은 깨지기 쉬우므로 주의한다.
- 2_ 오리고기는 끓는 물에 표면만 익을 정도로 살짝 데친다.
- 3_ 냄비에 간장을 비롯한 양념 등을 넣고 은근한 불에서 조리한다.
- 4_ 간장조림장이 자작하게 졸아들고 고깃살이 찢어질 정도가 되면 불에서 내린다.
- 5_ 오리고기는 먹기 좋게 찢어 메추리알과 담아낸다.





오리 감채



재 료

당근 500g
오리고기(살) 100g
표고버섯 5장
목이버섯 10g
피망

당근 식용유
양파 후춧가루
진간장 참기름
설탕 황백지단
소금

만들기

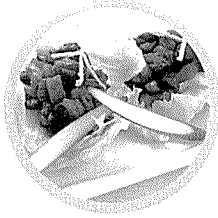
- 1_ 당면은 뜨거운 물에 물기를 뺀 후 후라이팬에 살짝 볶는다.
- 2_ 오리고기, 표고버섯은 진간장, 설탕, 후춧가루로 양념 후 볶는다.
- 3_ 목이버섯은 물에 불려 뒷면의 흙이 남지 않도록 손질한 후 소금간을 하여 살짝 볶아 식혀 놓는다.
- 4_ 당근, 양파, 피망은 가늘게 채썰어 후라이팬에 기름을 두른 후 소금간을 하여 살짝 볶아 식혀 놓는다.
- 5_ 계란은 황, 백으로 나누어 지단을 부쳐 놓는다.
- 6_ 따로따로 볶아두었던 당면과 고기, 야채 등이 식으면 커다란 볼에 넣고 참기름, 설탕 후춧가루를 넣고 다시 한번 무쳐낸 후 황백지단을 얹는다.



칠리 오리쌈

재료

- | | | |
|------------|-----------|----------|
| 오리다리살 200g | 마늘 2쪽 | 양상추 1개 |
| 청피망 1/2개 | 밀가루 1큰술 | 양송이버섯 4개 |
| 소금 약간 | 토마토케찹 3큰술 | 후추 약간 |
| 식용유 2큰술 | 양파 1/2개 | |



만들기

- 1_ 오리와 야채를 작은 주사위 모양으로 자르고 오리는 소금, 후추로 간을 하고 밀가루를 묻혀 둔다.
- 2_ 팬에 기름을 두르고 양파, 마늘을 볶은 후 밀가루 옷을 입힌 오리고기를 넣고 볶는다.
- 3_ 토마토케찹, 토마토, 양송이버섯, 고춧가루를 넣고 약 2분 동안 볶은 후 소금, 후추로 간을 한다.
- 4_ 양상추 잎을 손으로 손질하여 준비된 재료를 담아 낸다.

