

고기를 맛있게 먹는 방법

1. 냉동육은 먹기 하루 전에 냉장실에서 해동시킨다

냉장육이 맛이나 영양면에서는 월등히 좋지만 보관상 어쩔 수 없이 냉동을 시킨 고기는 저온에서 천천히 녹여야 한다. 그래야만 고기의 맛있는 육즙이 빠져 나오는 양이 적다. 한번 녹인 고기는 다시 얼리지 않도록 먹을 양만큼 적당히 해동시키는 요령이 필요하다. 해동시킬 시간적인 여유가 없을 경우에는 랍에 싸서 흐르는 물에 담가 해동시킨다. 해동을 했다가 김치찌개나 비빔밥에 넣는 등 요리 부재료로 쓰고 나면 또 남게 돼 다시 냉동시키는 일이 생길까 하는데, 이것을 미리 방지하기 위해서는 저유부터 소포장으로 먹을 만큼만 사거나 남아서 냉동시킬 때는 큰 덩어리, 작은 덩어리로 나누어 백에 싸 냉동시키면 편리하다.

2. 고기는 조리 직전에 자른다

고기를 잘라서 오래 두면 육즙이 나와 맛이 떨어지고, 공기중에서는 신선도가 떨어지므로 잘 드는 칼로 조리 직전에 자르는 것이 좋다.

3. 고기결과 직각으로 자르면 연해진다

고기결과 직각으로 자르면 연해진다.

덩어리 고기를 얇게 썰어서 사용할 때는 고기결과 직각으로 잘라야 고기가 연하고 조리하기가 쉽다. 그러나 채썰기 등 하거나 장조림 등을 할 경우에는 고기결과 나란히 잘라야 부서지거나 으러지지 않고 쫄깃한 육질을 느낄 수 있다. 고기가 완전히 녹아버린 상태에서는 고기가 늘끓는 경해져 썰기가 어려우므로 해동이 약간 덜된 상태에서 썰는 것이 요령이다.

4. 고기는 딱 한번만 뒤집는다

고기를 구울 때 보편 채 익기도 전에 젓가락으로 뒤집는 경우를 볼 수 있다. 아마 이런 사람들은 성비가 급하거나, 가만히 앉아 있기 뺏해서 부의식적으로 젓가락으로 부산을 떠는 경우이다. 그러나 이러한 부심한 행동으로 맛있는 고기는 영 불 건너가 버린다. 자꾸 뒤집었다 보면 육즙이 다 빠져나와 쫄깃하게 되고 속은 전혀 익지 않게 되어 고기 고유의 맛을 살릴 수 없다. 고기를 구워 먹는 것이 아니라 말려 먹는 것이다. 쐐에 올려놓은 후 고기 위로 육즙이 배어 나오면 그때 한번 뒤집었다가 익었을 때 먹으면 된다. 자꾸 뒤집고 싶은 중독이 이 사람은 고기를 쐐에 올려놓고 나면 아예 두 손을 상 밑에 내려놓고 기다려라. 맛있는 고기를 먹으려면 기다릴 줄도 알아야 한다.

5. 가능한 짧은 시간에 구워라

육즙과 구수한 맛의 손실을 막으려면 쐐불에서 가능한 짧은 시간에 굽는 것이 좋다.

