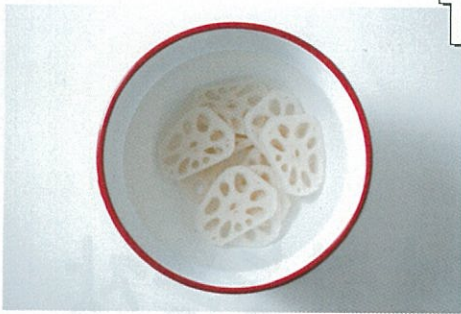


닭고기 연근하사미아게

일식 요리인 하사미아게는 재료와 재료 사이에 다른 재료를 넣어서 튀긴 것을 말한다.
사각사각 씹히는 연근에 닭고기의 담백함이 더해져 음식의 맛은 배가된다.





연근은 슬라이스한 다음 찬물에 담가둔다.



간 닭고기, 간장, 대파, 차조기잎을 잘 섞는다.



연근은 물기를 제거하고 밀가루옷을 가볍게 입힌다.



연근에 닭고기소를 올리고 다시 연근을 덮어 연근샌드를 만든다.



재료

연근 100g, 닭고기 간 것 150g, 간장 2작은술, 차조기잎 10장, 대파 1/2대, 밀가루 적당량, 튀김옷(찬물 200g, 박력분 50g, 달걀노른자 1개분, 얼음 4~5개), 튀김용 식용유 적당량



만드는 법

1. 연근은 껍질을 벗겨 3mm 두께로 슬라이스한 뒤 찬물에 담가 갈변을 막는다.
2. 차조기잎은 돌돌 말아 채 썰어 잘게 다진다. 대파는 곱게 다진다.
3. 큰 볼에 닭고기 간 것과 간장, 대파, 차조기잎을 넣고 고루 치대어 섞는다.
4. ①의 연근은 체에 건져 물기를 제거한 뒤 밀가루옷을 가볍게 입힌다.
5. 연근 한 장 위에 ③의 닭고기소를 적당히 올리고 다시 연근으로 덮어 지그시 눌러 연근샌드를 만든다.
6. 튀김옷 재료를 볼에 넣고 가볍게 섞는다. 냄비에 기름을 반 정도 넣어 불에 올린다.
7. ⑥의 반죽에 연근샌드를 하나씩 넣고 건진 뒤 170°C의 기름에 넣어 표면이 노릇노릇해지도록 튀긴다. 속이 보이도록 반으로 잘라서 접시에 담아낸다. 🍴