



면역력밥상1등 요리  
‘입! 덕밥’



메뉴개발을 위해 평화로운 빅마마 하우스를 찾은 이영자.



이번주제는 면역력 밥상입니다.



이영자: 제가 면역력에 좋은 밥상을 찾으러 여러 곳 돌아다녀보면서 나름 연구해봤는데~



이영자: “오리” 만한 재료가 없어요.



이영자: 그래서 오리고기와 더덕을 함께 사용해 보려구요.



빅마마: 좋아요! 오리고기와 더덕의 궁합이 정말 좋아요.

KBS 2TV 편스토랑  
2020.6.12 방영



박미경 한의사 : 더덕엔 사포닌이 풍부해 면역력에 좋습니다. 그렇기 때문에 더덕과 오리고기를 같이 먹게 되면 최고의 궁합을 자랑합니다.



이영자 : 훈제오리를 넣고 싸악~ 볶아서 뉘뵤으로 만들어보고 싶어요.



빅마마 : 맛있겠는데요? 한번 해봅시다.

영자의 면역력 밥상 레시피 전격공개!



주 메뉴인 오리고기는 시중에서 편하게 구할 수 있는 “훈제오리”를 사용합니다.



오리고기는 기력 회복에 좋고 면역력을 활성화 시키기에 최고의 재료입니다.



재! 재료준비가 끝났으니 본격적인 요리 시작!



① 더덕을 얇게 채 썬다.



② 올리브유를 넣고 파기름을 낸 뒤 간장을 넣는다.



간장을 넣는 이유는? 바로 불 향 입히기!



3 파기름을 낸 팬에 훈제오리를 넣고 익힌다.



4 굴소스와 매실, 꿀을 한스푼 넣는다.



5 채 썰어 놓은 더덕과 훈제오리를 같이 넣고 볶아 준다.



갓 지은 밥 위에 오리고기와 더덕을 같이 올려주면



빅마마도 만족시킨 '훈제오리 덮밥' 완성~!

너무나 궁금한 그 맛은 과연?



한 수저 크게 담아, 바로 입속으로 직행.



빅마마 : 음~ 맛있어!



영자도 한 스푼 준비해서 한입에 소옥~



이영자: 먹자마자 힘이 쑥 뻗는 거 봤어요?



모두들 맛있는 향기에 이미 반해버렸습니다.



이영자: 그래서 이름이 '업(UP)'덕밥 이예요.



이영자: 이번 요리는 우리 대한민국 국민 모두의 파워 UP을 위한 요리입니다.

과연 이영자vs진성의 대결에서의 우승요리는?



메뉴평가단의 시식이 시작되고

스튜디오에 이영자의 훈제오리뎀밥이 등장하고,



평가단 모두 폭풍흡입과 함께 긍정적인 평가를 이어나갑니다.



박미경 한의사: 오리라는 재료 자체가 보양 재료로 유명한데 사포닌이 풍부한 더덕과 오리고기를 같이 먹었을 때, 지방질은 배출하고 내 몸에 좋은 영양소를 잘 흡수할 수 있게 도와주는 것 같아 조화로운 측면에서 굉장히 높은 점수를 드립니다.



이연복 셰프: 일단, 정말 맛있습니다. 그리고 씹는 식감과 음식의 비주얼까지 너무 좋았습니다.



정재훈 상품기획자: 요즘 단백질 보충을 원하는 고객들의 요구들이 굉장히 늘어났습니다. 그런데 면역력 강화에도 좋은 고기 요리를 만드신 것은 상품성 또한 훌륭한 메뉴라고 생각 됩니다.

연이은 극찬에도 긴장한 이영자



마지막으로 이승철 단장의 평가만이 남았다.



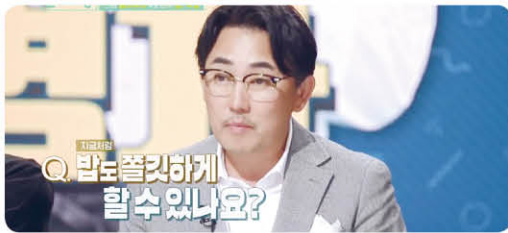
이승철: 저는 질문을 드리겠습니다. 상품화 하였을 때 오리 냄새 잘 잡을 수 있나요?



이영자 : 네!



이영자 : 감사합니다.



이승철 : 밥도 쫄깃하게 할 수 있나요?



이제 면역력밥상의 우승자를 가리기 위한 논의를 시작합니다.



이영자 : 네!



신상출시 편스토랑의 면역력밥상 출시 메뉴는 과연?



이승철 : 그렇다면 아마 이것은



역대급 출시 제품이 되지 않을까 싶습니다.



이영자의 오리 '업!덕밥'입니다.

※판매 수익금은 결식 아동들에게 기부됩니다.  
 ※오리 업!덕밥은 전국의 CU편의점에 출시됩니다.