

닭도리탕

<재 료>

닭.....1	마리
당근..... $\frac{1}{2}$	개
목이 비섯.....3	개
후추..... $\frac{1}{4}$	T.S
생강.....1	쪽
마늘.....2	쪽
파(5cm 길이).....1	개
진간장.....8	T.S
설탕.....2	T.S
기름.....3	T.S
후추..... $\frac{1}{4}$	T.S
육수.....1	cup
실고추.....약	간

<만드는 법>

- ① 닭을 깨끗이 손질 해서 머리와 발을 자르고 뼈를 칼 등으로 두들겨서 적당한 크기로 토막을 친다.
- ② 당근을 얇게 썰다.
- ③ 목이는 물에 불려 씻어서 적당히 뜯어 놓는다.
- ④ 파는 가늘게 채친다.
- ⑤ 마늘, 생강은 곱게 다진다.
- ⑥ 냄비에 기름을 치고 먼저 생강을 넣고 볶다가 닭고기를 넣어 고루 볶는다.

- ⑦ 거기에 진간장 설탕을 넣고 고기가 잘 부르도록 육수에 푹 끓인다.
- ⑧ 다른 냄비에 기름을 약간 치고 먼저 당근을 볶다가 파 목이 진간장을 약간 넣어 간을 맞춰 끓인다.
- ⑨ 닭고기가 푹 물렸으면 그 위에 ⑧을 얹어 살짝 조리한다.

<담는 법>

따뜻하게 데운 찜그릇에 담아 식사하도록 한다.

Mogardor식 달걀요리

<재 료>

달걀.....6	개
감자.....4	개
버터.....3	T.S
우유.....3	T.S
빵.....3	조각
(Bechamelle Sauce)	
베샤멜소스.....2	cup
산피니온.....5	개
파아슬이.....3	잎
소금..... $\frac{1}{2}$	T.S
후추..... $\frac{1}{4}$	T.S
토마토.....1	개
화락조미료.....약	간

<만드는 법>

- ① 달걀은 5개를 5분간 삶아서 껍질을 까준다.



원 치 경
(전명여교교사·요리연구가)

올려 버터와 우유를 넣고 고루 섞어서 멧슈드-포테토(mashed potato)를 만든다.

여기에 소금 후추 조미료를 두어 간을 맞추고 불에서 내린다음 달걀 노른자 한개를 떨어 뜨리고 재빨리 섞어 노르스름하게 빛을 낸다.

⑦ 찰주머니에 ⑥을 넣고 쟁반위에 여러 모양으로 고루 짜낸다.

⑧ 짜낸 멧슈드포테토 위에 삶은 달걀을 예쁘게 얹고 그 위에 진한 베샤멜소스를 끼얹은 다음 산피니온을 그 위에 얹는다.

⑨ 토마토는 6등분으로 칼집을 넣어 꽃처럼 벌리고 그 속에 나머지 버터를 흘려넣고 소금을 조금 뿌린다.