

우유를 이용한 요리



식빵

〈재료〉

우유	½컵
밀가루(강력분)	5컵
설탕	¼컵
달걀	1개
버터	2큰술
이스트	½큰술
물	1컵
소금	½작은술
달걀노른자	2개분
우유	½컵

〈만드는 법〉

- ① 밀가루와 소금을 체에 내려 놓는다.
- ② 이스트를 따뜻한 물(25~30℃) 1컵에 5분 정도 담가두면 발효된다.
- ③ 달걀과 설탕을 거품이 나도록 저으면서 설탕을 녹인 후 우유와 버터를 고풍 혼합한다.
- ④ 체에 내린 밀가루에 이스트 발효된 것과 ③을 한데 혼합하여 잘 치대어 반죽을 한다.
- ⑤ ④의 반죽을 따뜻한 곳에 윗면에 물에 적신 베보자기를 덮어 두어 가스가 발생하면 치대어 가스를 빼주는 것을 몇차례 반복하여 4~5 시간을 둔다.
- ⑥ 가스를 뺀 반죽을 빵틀에 버터를 바르고 조그맣게 9등분하여 둥글게 모양을 낸 후 틀에 담아 다시 물에 적신 베보자기를 덮어 따뜻한 곳에 20분 정도 둔다.
- ⑦ ⑥의 반죽을 220~230℃ 오븐에서 20분간 굽는다.
- ⑧ 빵이 거의 구워질 무렵 달걀노른자와 우유를 섞은 것을 빵 표면에 발라 달걀이 익을 정도만 구워낸다.

우유를 이용한 요리



우 유 카 레

〈재 료〉

우유	1 컵
정어리	200g
양파	50g
당근	50g
감자	50g
완두	30g
카레가루	1 큰술
밀가루	2 큰술
버터	3 큰술
육수	2 컵
소금	½작은술
조미료	½작은술

〈만드는 법〉

- ① 정어리는 살로만 준비하여 큼직하게 썰고 양파, 당근, 감자도 1cm 각으로 썰어서 준비한다.
- ② 프라이팬에 버터와 밀가루를 볶다가 카레가루를 같이 넣어 잘 볶아서 준비해 놓는다.
- ③ 다른 프라이팬에서 버터를 두르고 양파, 당근, 감자, 완두를 볶다가 육수를 붓고 끓으면 정어리와 ②의 카레를 잘 풀어서 끓인다.
- ④ 거의 완성될 무렵에 우유를 넣고 소금, 조미료로 간을 맞춘다.