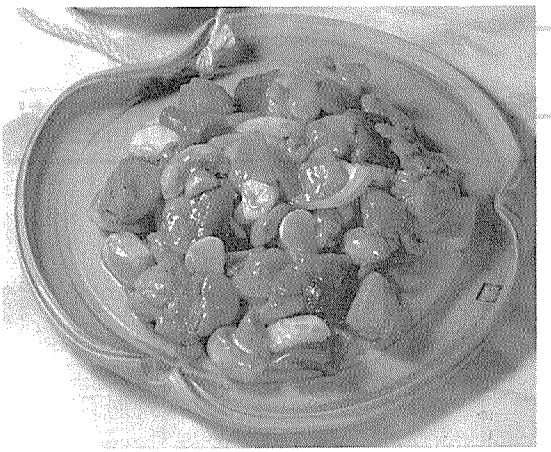


오리고기 찹스테이크

■재 료
- 오리가슴살 400g, 피망 1개, 붉은피망 1개, 양송이 50g, 양파 1개, 버터
- 오리양념: 소금, 후추, 백포도주(청주), 생강즙
- 소스재료: 버터 2큰술, 밀가루 3큰술, 토마토케찹 3큰술, 우스터 소스 2큰술, 레드와인 1큰술, 핫소스 1큰술, 육수 1컵, 월계수잎 1잎, 소금, 후추

■만드는 법
1. 오리고기는 2cm 정도의 크기로 썰어 양념한다.
2. 피망은 반을 갈라 씨를 털어내고 2cm 크리고 썰고 양파도 같은 크기로 썬다.
3. 양송이는 얇게 썬다.
4. 팬에 버터를 두른 후 양파, 피망, 양송이를 살짝 볶아 소금, 후추로 간을 한다.
5. 양념한 오리고기도 팬에 노릇노릇하게 구워낸다.
6. 바닥에 두툼한 팬에 버터를 녹인 후 밀가루를 넣어 은근한 불에서 연한 갈색으로 볶다가 토마토케찹, 우스터소스, 와인, 핫소스, 육수, 월계수잎을 넣어 윤기나게 저어가며 끓인다.
7. 6의 소스가 끓으면 오리고기를 넣고 익히다가 볶아둔 채소를 넣고 살짝 끓여 소금, 후추로 맛을 낸 후 담아낸다.

오리한방 오향장육

■재 료
- 오리 1마리, 마늘 1쪽, 생강 1쪽, 대파 1쪽, 양파 1쪽, 계피 1쪽, 감초 1쪽
- 조림장: 육수 1/2컵, 간장 6큰술, 설탕 5큰술, 팔각 2개, 정향 5알, 통후추
- 초절이무: 무 1/2개, 설탕 1컵, 식초 1컵, 소금 2큰술
- 겨자장: 겨자 1큰술, 설탕 1큰술, 식초 1큰술, 배즙 약간
- 가니쉬: 영양부추 1/2단, 깻잎, 대파

■만드는 법
1. 오리는 깨끗이 씻어 뼈와 살을 분리한다.(껍질이 상하지 않도록 주의한다.)
2. 발라낸 살은 껍질을 이용하여 돌돌 말아 면실을 이용하여 감싸준다.
3. 끓는 물에 정향 5알, 마늘, 생강, 대파, 양파, 계피, 감초, 팔각을 넣고 2의 오리가 골고루 익도록 삶아준다.
4. 조림장에 3의 삶아낸 고기를 넣고 센불에서 한번 바글바글 끓어 오르면 불을 줄여 조린다. 국물이 거의 없을 때 물엿을 약간 넣어 윤기나도록 센불에서 잠깐 저어준다.
5. 완전히 식으면 얇게 편으로 썰어 부추, 깻잎, 대파채, 초절이무와 겨자장을 곁들인다.

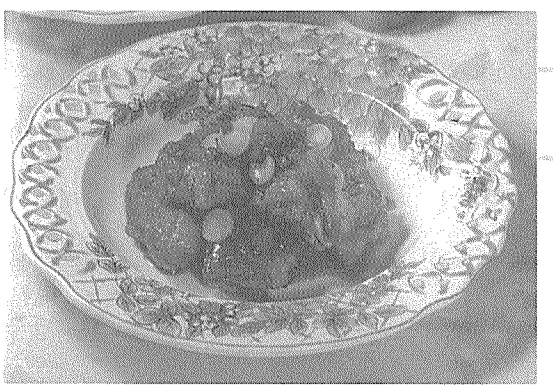
한방오리 모듬채소와 영양수제비

■재 료

- 오리 1/2마리, 콩나물 100g, 게맛살 2개, 당근 1/2개, 해파리 100g, 피망 1개, 표고 3장, 호부추(중국부추) 50g, 팽이버섯 1봉, 양파 1/2개, 향신료(당귀, 대추, 마늘, 생강, 정향) 약간씩
- 수제비 반죽: 밀가루 3컵, 물, 소금
- 소스: 갠 겨자 4큰술, 육수 3큰술, 설탕 4큰술, 식초 4큰술, 다진마늘 1큰술, 달걀노른자 1개, 소금, 참기름, 레몬즙

■만드는 법

1. 냄비에 물을 끓여 오리를 데친후 건져 냉수를 뿌린다.
2. 다른 냄비에 물을 담고 향신료를 넣고 끓으면 1을 넣어 푹 삶아 건져 살만 찢어 놓고 뼈는 다시 국물에 넣고 끓여 면보에 걸러 수제비 국물로 사용한다.
3. 콩나물은 거두절미하여 삶아 건지고 게맛살은 5cm 길이로 찢어 놓는다.
4. 양파, 당근, 피망, 표고버섯은 채썰고 호부추는 5cm 길이로 썰어 각각 약간의 소금을 넣고 볶아 식힌다. 팽이버섯은 신선한 것으로 사용한다.
5. 접시에 3, 4를 색스럽게 담고 가운데는 오리고기를 놓고 소스재료를 섞어 뿌려 낸다.
6. 밀가루에 소금, 물을 넣고 반죽하여 얇게 밀어 2의 오리육수에 떼어 넣고 끓여 소금으로 간을 맞추어 수제비를 끓인다.



한방오리 모듬채소와 영양수제비

■재 료

- 오리 1/2마리, 소금, 후추, 녹말, 식용유, 청주
- 인삼소스: 수삼 2뿌리, 풋고추 1개, 붉은고추 1개, 잣 1큰술, 간장 4큰술, 물엿 4큰술, 황설탕 4큰술, 다진마늘 1큰술, 다진생강 1큰술, 고추기름 2큰술, 청주 1큰술, 육수 1/2컵, 소금, 후추

■만드는 법

1. 토막낸 오리고기는 깨끗이 씻어 물기를 뺀 후 소금, 후추, 청주로 양념하여 10분정도 재웠다가 녹말을 묻혀 170℃의 식용유에 2번 튀겨낸다.
2. 수삼은 깨끗이 씻어 동글동글하게 썰고 풋고추와 붉은고추는 반으로 갈라 씨를 털어내고 사방 0.5cm크기로 썬다.
3. 팬에 고추기름을 두르고 마늘, 생강을 넣어 향이 우러나면 썰어놓은 수삼과 고추를 넣어 살짝 볶는다.
4. 3에 간장, 설탕, 물엿, 청주를 넣고 육수를 부어 윤기나게 끓인 후 소금, 후추로 간을 하고 잣을 넣는다.
5. 1의 튀겨낸 오리를 4의 인삼소스에 넣어 버무려 담아낸다.