

닭고기 장채



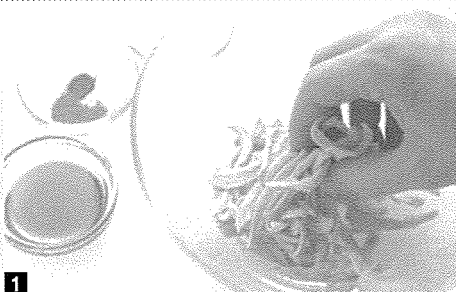
재 료

닭가슴살	2쪽
느타리버섯	40g
표고버섯	2개
팽이버섯	1봉지
달걀	1개
기름장	
소금	1작은술
다진 파	2큰술
다진 마늘	1큰술
깨소금	2작은술
참기름	1큰술
흰 후춧가루	약간

만드는 법

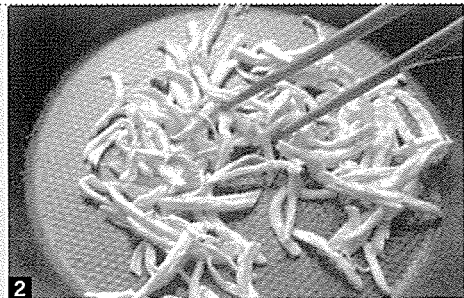
1. 닭가슴살은 김 오른 찜통에 찌거나 끓는 물에 삶아낸다. 찜통에 찌 때는 접시에 대파나 생강 조각을 깔고 닭살을 얹은 다음 청주를 뿌려서 7~8분 정도 찜다.
2. 닭살이 익으면 꺼내어 한 김 식힌 다음 바로 가늘게 찢는다. 식으면 잘 찢어지지 않고 살이 부서진다.
3. 느타리버섯은 끓는 물에 데쳐 찬물에 담가 식힌 다음 물기를 꼭 짜고 가늘게 찢는다. 표고버섯은 미지근한 물에 불려 기둥을 잘라내고 2~3번 정도 포를 떠서 가늘게 채썬다. 팽이버섯은 밑동을 잘라낸다.
4. 분량의 재료를 섞어 기름장을 만든다.
5. 닭살과 느타리버섯, 표고버섯을 각각 기름장으로 조물조물 무친다.
6. 팬을 달군 다음 느타리버섯과 표고버섯, 닭살 순으로 재빨리 볶아낸 다음 고루 섞는다.
7. 달걀에 소금을 넣고 푼 다음 얇게 지단을 부쳐 4~5cm 길이로 가늘게 채썬다. 닭살볶음 위에 고명으로 올린다. C

Point 1



1 닭살을 찢 다음 가늘게 찢어서 소금, 후춧가루, 참기름으로 무친다.

Point 2



2 팬을 달궈 느타리버섯과 표고버섯, 닭살 순으로 재빨리 볶아낸 다음 고루 섞는다.