



## 2009 오리데이 페스티벌 요리열전

사진·글 | 편집부

올해 오리데이 페스티벌은 전국팔도의 대표 요리요리 52가지로 만든 대한민국 지도와 고등학교 학생들의 요리 경연인 신세대 요리왕 등의 행사로 시민들의 눈과 입을 즐겁게 했다.

오리요리 52가지로 만든 대한민국 지도는 우리나라에 이렇게 다양한 오리요리가 있다는 것을 널리 알리며, 많은 사람들의 관심과 시선을 한몸에 받기도 했다.

오리데이 개최와 함께 시작된 신세대 요리왕 선발대회에서는 젊고 패기넘치는 예비요리사 12팀이 오리의 환골탈태(換骨奪胎)를 주제로 한껏 요리솜씨를 뽐냈다.

우열을 가릴 수 없는 경합 끝에 이 날 오리요리왕으로 선발된 팀은 오리영양볼과 오리버섯들깨찜을 만든 팀이 차지하였다. 이 날 신세대 요리왕의 심사장을 맡은 안승춘 식생활개발연구회장은 “이번 심사의 주안점

은 화려하지만 손이 많이가는 요리보다는 집에서 누구나 쉽게 따라 해먹을 수 있으면서 맛도 좋은 요리에 많은 점수를 주었다.”고 밝혔으며, 함께 심사를 맡은 정연우 한국오리협회 충북도지회장은 “참가자들이 만든 요리 모두 예쁘고 맛있어서 심사가 매우 어려웠다”고 말했다.

한편, 이쉽게 요리왕을 놓친 금상은 오리테리아키와 샐러드를 만든 팀에게, 은상은 오리단호박매운찜&오리로스고치 팀과, 오리가슴살 크러스트와 오리 오렌지 슈제트 팀에게 각각 돌아갔다.



①② 대한민국 모양의 오리요리 52선 각 도별로 특색있는 오리요리를 대한민국 모형 인에 전시하여 이목을 집중시켰다. ③ 오리고기 신세대 요리왕을 수상한 참가번호 1번 오리영양볼과 버섯들깨찜팀이 분회 이창호 회장과 기념촬영을 하고 있다. ④ 오리영양볼과 버섯들깨찜

## 신세대 요리왕

### 1 오리왕 : 참가번호 1번 오리영양볼과 버섯들깨찜

오리 영양볼은 겉은 바삭하고 속은 부드러우며, 버섯 들깨찜은 담백하면서도 은은한 들깨향이 일품.

#### [오리 영양볼과 버섯들깨찜 레시피]

▶재료 : 오리2마리, 오리로스500g, 홍고추1, 풋고추 1, 마늘20쪽, 식용유, 간장, 소금, 후추 가루, 참기름, 깨소금, 물엿, 설탕, 식초, 콘프러스트, 새송이버섯, 생강, 마늘, 대파 소금, 청주, 들깨, 찹쌀

▶만드는 법 [오리 영양볼] ① 오리고기는 내장 속의 기름샘과 핏지의 지방덩이를 잘 떼어 낸다. ② 오리고기, 마늘, 인삼, 홍고추, 풋고추를 다진다. ③ 다진 오리고기에 양념(간장, 소금, 마늘, 후추가루, 참기름, 깨소금)을 한다. ④ 둥근볼 모양으로 만들어 밀가루반죽, 콘프러스트를 입혀 튀긴다. ⑤ 허니 머스타드소스를 곁들인다. [오리 버섯 들깨찜] ① 생강,

마늘, 대파, 소금, 청주, 물을 끓여 오리로스를 데친다. ② 들깨 볶은 것, 찹쌀 불린 것, 옥수, 소금을 곁게 갈아 체에 받힌다. ③ 들깨국을 끓여 새송이버섯, 오리로스를 넣고 찜을 한다.

### 2 금상 : 참가번호 12번 오리 데리야키와 샐러드

쫄쫄한 데리야키 소스를 오리 가슴살에 잘 배도록 해 씹을수록 감칠맛이 도는 데리야키와 아삭한 샐러드의 만남.

#### [오리 데리야키와 샐러드 레시피]

▶재료 [오리 데리야키] 오리 1마리, 새송이버섯, 간장, 설탕, 물엿 또는 꿀, 마늘, 청주, 생강즙, 참기름 [샐러드] 가지, 새송이버섯, 영양부추, 양파, 청경야채, 훈제오리 [소스] 간장, 마늘, 식초, 설탕

▶만드는 법 : ① 새송이버섯은 적당한 크기로 썰어 석쇠 또는 후라이팬에 굽는다. ② 오리는 먹기 좋은 크기로 썰어 살짝 데친다. 데칠 때 파, 생강, 야채 등



5 오리데리아키와 샐러드 6 이창호 회장이 상패를 수여하고 있다. 7 이창호 회장이 은상을 수상한 참가번호 4번에 상패를 수여하고 있다. 8 오리단호박매운찜과 로스오리꼬치

을 넣는다. 3 데친 오리에 간장 설탕 물엿 청주 다진 마늘, 생강즙을 넣고 윤기 나게 조리한다. 4 접시에 솔잎을 깔고 새송이 버섯을 놓은 다음 오리고기를 올려 놓는다. 5 가지와 버섯은 얇게 후라이팬에 굽는다. 6 야채는 적당한 길이로 썰어 5와 잘 섞이게 버무린다. 7 샐러드용 소스를 만들어 잘 버무려 오리 데리아키와 곁들인다.

3 은상 : 참가번호4번. 오리단호박매운찜과 로스오리꼬치 매콤하게 버무린 찹쌀, 오리, 밤, 대추 등과 어우러진 달콤한 단호박의 맛.

#### [오리 단호박매운찜과 로스오리꼬치 레시피]

▶재료 : 오리로스1kg, 단호박1개, 밤5개, 대추5개, 표고3장, 고추장, 고춧가루, 마늘, 양파, 설탕, 간장, 잣1c, 간장, 깨소금, 참기름, 설탕, 파, 마늘, 머스터드 허니소스, 올리브유, 꽃이 6cm

▶만드는 법 [단호박 오리 매운찜] 1 로스오리를 끓는 물에 살짝 데쳐 물기를 제거 한다. 2 데친 로스오리에 양념(고추장, 고춧가루, 마늘, 다진 양파, 설탕, 간장)을 해서 재운다. 3 단호박 속을 파내고 양념한 오리, 밤, 대추, 표고를 넣고 찜다. 4 은행을 소금, 참기름에 볶는다. 5 단호박을 자르고 은행으로 장식한다. [로스오리 꽃이불고기] 1 로스오리에 올리브유를 밑간하여 팬에 애벌구이 한다. 2 양념(간장, 깨소금,

참기름, 설탕, 파 마늘 다진 것)을 한다. 3 오리고기를 양념을 발라가며 석쇠에 굽는다. 4 꼬치에 오리 구운 것을 꿰고 잣소금, 머스터드 허니소스를 위에 뿌린다.

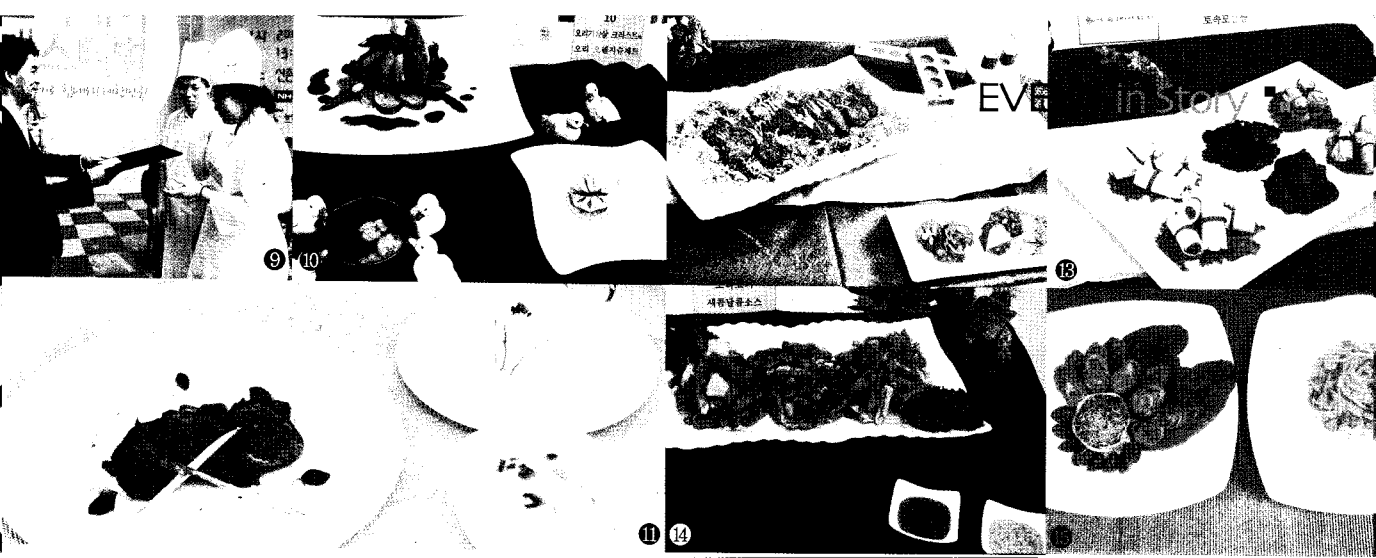
#### 4 은상 : 참가번호10번. 오리가슴살 크러스트와 오리 오렌지 슈제트

각종 향신료에 버무려 크런치한 식감에 향신료의 다양한 풍미를 즐길 수 있는 오리가슴살크러스트와 새콤달콤한 오렌지향을 느낄 수 있는 오리오렌지슈제트.

#### [오리가슴살 크러스트와 오리 오렌지 슈제트 레시피]

▶재료 : 오리1마리, 오렌지1개, 양파2개, 달걀2개 우유 100ml, 밀가루1c, 버터100g, 당근1/3, 가지1/2, 애호박1/4, 마늘3쪽, 육수1c(다임10g, 월계수잎2잎, 마늘가루10g, 통후추10g, 겨자씨10g, 파프리카가루10g, 머스타드 약간)

▶만드는 법 [오리가슴살 크러스트] 1 오리는 가슴 뼈를 남기고 살을 발라낸다. 2 간을 하고 버터와 달걀노른자를 바르고 향신료 크러스트 옷을 입힌다. (향신 크러스트: 다임5g, 월계수잎1잎, 마늘가루5g, 통후추5g, 겨자씨5g, 파프리카가루10g, 소금, 빵가루) 3 팬에 15분정도 익힌다. 4 당근, 가지, 애호박은 모양 내어 썰어서 간하여 익힌다. 5 야채, 오리가슴살, 데미글라스 소스를 곁들인다.(소스: 양파,



9 이창호 회장이 참가번호 10번에 상패를 수여하고 있다. 10 오리 가슴살 크러스트와 오리 오렌지 슈제트 11 오리버섯말이구이 12 입선작, 인삼 오리 떡갈비 16 입선작, 오리 토속삼 10 입선작, 새콤달콤 오리고기 잔치 13 입선작, 오리 크림 파스타와 미니 오리가스

당근, 샐러리, 마늘을 채 썰어 볶다가 브라운 루와 쇠고기 육수를 1C을 넣고 끓인다. 간을 하고 거른 후 농도를 조절) [오리 오렌지 슈제트] 1 설탕에 졸인 오렌지 껍질, 볶은 양파와 파프리카, 데친 오리 가슴살은 1cm정육면체로 썰어 섞어준다. 2 달걀에 설탕 소금을 녹이고 우유를 넣어 풀어준다. ... 밀가루와 중탕한 버터를 넣고 반죽을 완성한 후 휴지 시킨다. 3 팬에 버터를 두른 후 적당량을 덜어 크랩을 부친다. 4 크랩에 속을 넣고 주머니 모양을 잡아준다. 5 오렌지 소스를 곁들인다(팬에 버터를 두르고 분량의 설탕을 넣어 녹인다. 오렌지즙, 레몬주스를 넣고 끓여낸다.

**5 은상 : 참가번호9번, 오리버섯말이구이 팀**

쫄깃한 오리 넓적다리살과 각종 야채의 맛이 잘 어우러져 독특한 풍미를 가진 오리버섯말이구이.

**[오리버섯말이구이 레시피]**

▶재료 : 오리 넓적다리, 계살, 버섯, 실파, 레몬, 당근, 감자, 아스파라거스, 양파, 비트, 버터, 소금, 후추

▶만드는 법 : 1 오리 넓적다리를 뼈와 살을 발라 껍질을 살리고, 오리 다리살을 다져준다. 2 계살, 버섯, 실파, 다진 오리 다리살, 소금, 후추를 넣고 섞어 껍질 속에 채워 넣어 묶어 버터에 살짝 초벌구이 해 준 뒤 오븐에 굽는다. 3 감자, 당근, 비트는 올리베

토로 깎아 한 번 데쳐서 볶아준다. 4 아스파라거스는 손질 후 소금물에 데쳐서 찬물에 담가 놓았다가 볶아준다. 5 양파는 남은 비트로 졸여 색을 입혀 놓는다. 6 팬에 버터를 녹여 레몬즙을 뿌리고 레몬소스를 만든다.

**6 기타 입선작들**

입선작들에서도 오리를 이용한 다양한 요리가 선보여, 시민들의 눈길을 사로잡았는데, 그 중에서도 인상적인 요리요리를 몇 가지 소개한다.

◎ 오리인삼떡갈비

찬 성질의 오리와 따뜻한 성질의 인삼의 만남. 형형색색의 오리 토속삼.

◎ 훈제오리 토속모듬삼

치자물과 시금치즙, 당근즙 등 천연재료로 고운 색을 입혀 장미모양으로 곱게 빚은 월남삼에 오리고기가 쏙.

◎ 오리고기 새콤달콤소스

바삭하게 튀긴 훈제오리에 새콤달콤 소스의 맛이 일품인 오리고기 잔치

◎ 오리크림파스타와 미니오리가스

아이들과 여성들이 좋아하는 오리크림파스타와 미니 오리가스