

설, 가족 입맛 사로잡는다! 오리

▶가나안덕 일산점 : 경기도 고양시 일산동구 풍동 591-2 ☎ 031-907-5292



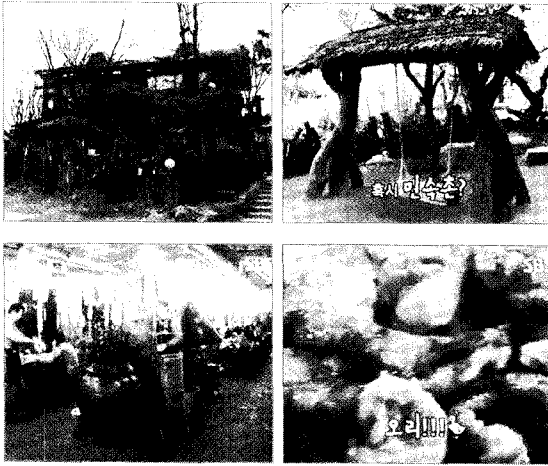
이제 며칠만 있으면 민족 대명절인 설이 다가오는데~ 오랜만에 가족들이 다 모이는 만큼 뭔가 특별한 곳에 가야만 할 것 같다. 도심에서 멀지 않은 곳에 가족 나들이로 안성맞춤인 곳이 하나 있다~! 예쁜 초가집들이 즐비하고, 약수터에 장독대까지 있는 이곳의 정체는? 바로 오리고기 식당! 가족들과 함께 맛있는 오리고기도 먹고, 한국 전통의 민속놀이까지 즐길 수 있단다. 무엇보다 숯불에 구워먹는 오리 맛이 일품이란다. 불포화지방산 덕분에 콜레스테롤 걱정은 무! 게다가 피부미용에 노화방지는 물론, 소화까지 잘되기 때문에 할아버지부터 손자까지 그야말로 3대의 입맛을 짝~ 사로잡았다. 여기, 이런 오리고기를 사랑

하는 대가족도 있다! 식구만 해도 무려 10명이 넘는다는 이집, 알고 보니 학생들로 가득한 하숙집이란다~ 고향에 내려가기 전, 학생들에게 명절 음식을 꼭 먹여야겠다는 우리의 하숙집 어머니~! 담백한 오리를 이용한 오리꼬치와 백숙, 오리만두 떡국까지. 과연 그 맛은? 영양도, 맛도 인기 만점~! 우리 가족 건강까지 책임지는 담백한 오리고기가 지금부터 펼쳐진다.



민족 대명절인 설. 이제 며칠만 있으면 설이 다가오는 데 이날만큼은 그동안 보기 힘들었던 가족들도 다 볼 수 있다. 그렇다면 뭔가 특별한 추억을 만들어야 되지 않을까?

마침 여기 온가족이 함께 나들이가기 좋은 곳이 있는데~



마치 시골집에 온것처럼 푸근한 이 느낌~ 가지런히 놓인 기화장에 장독대까지. 언뜻보니 공원 같기도 하고 민속촌 같기도 하다.

안으로 살짝 들어가 보니 일단 사람들 가득하고 뭔가에 푹 빠져 있다. 자세히 보니 이걸 혹시 오리?

맞습니다. 맞구요~

밖에서 나들이하고 나면 이렇게 실내에서 오리고기까지 먹을 수 있단다.

숯불에 구운 오리고기는 기름기가 쏘옥 빠져 더욱 향긋하고 담백한 맛을 낸다는데~

백문이 불여일식!

일단 잘 익은 오리 한점 골라서 입속으로 골인시켜주면 사르르 녹는다 녹아~



특히 요리와 환상궁합을 펼치는 부추를 곁들이면 그



맛이 배가 된다는데.

【손님 1】 담백하고 쫄깃쫄깃한 것 같기도 하고~

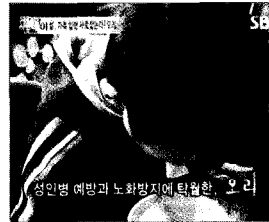


【손님 2】 기름이 다 빠지니까 좋아요. 다른 고기보다

우린 오리고기를 좋아하거든요. 맛있어요.

이곳은 유난히 가족단위의 손님들이 많은데 그 이유는 바로 오리의 무한

매력 때문이란단다.

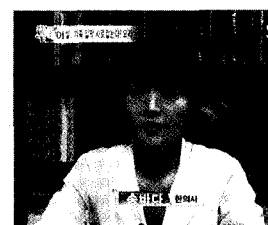


일단 오리고기 한 번 먹으면 소화가 잘되는 것은 기본이요, 성인병 예방에 노화방지까지 책임져주는 오리! 할아버지부터 손자들까지 3대의 입맛을 꼭 사로잡았단다.



【손님 3】 어머니가 이가 없으셔서 잘게 잘라드리면 부드러우니까 잘 잡주세요.

【송바다 한의사】 오리의 지방에는 혈액 속 콜레스테롤 수치를 낮춰주는 불포화지방산이 돼지고기나 소고기보다



20%이상 많은 반면에 해로운 포화지방산은 더 적게 들어 있어서 성인병 예방에도 좋습니다. 특히 오리기름에 있는 리놀렌산은 피부노화를 방지하는 효과가 있습니다. 동의보감에서도 오리는 기운을 돋고 위를 보호해준다고 했는데 특히 열량이 높아 겨울철 보양식으로 제격이지만 불포화지방산이 풍부해 살은 찌지 않는단다.



그야말로 고영양 다이어트 식품인 셈인데~ 가족단위 손님들이 많다보니 시설 또한 특별하다는데..

어른들은 모닥불 주위에서 차 한잔의 여유를 즐기고 아이들은 민속놀이인 투호에 시소까지, 놀이터에 꼭 빠져서 집에 갈 생각을 안한다고.



[어린이 손님 1] 놀이터가 있으니 운동도 할 수 있고 좋아요.

[손님 4] 어른들은 먹는 거 좋아하고 애들은 노는 거 좋아하고~



이렇게 오리고기로 몸보신도 하고 가족들과 추억까지 만들어 보는건 어떨까?

여기 오리를 사랑하는 대가족도 있다는데?



[리포터] 대가족이 사신다고 해서 왔는데 대가족이 맞아요?

[최경선氏] 네. 맞아요.

사실은 제가 하숙집을 하고 있어서요. 하숙생들도 가족이나 마찬가지로 대가족 맞잖아요.



유난히 오리고기를 좋아하는 가족들. 물론 메뉴에도 오리가 빠질 수 없다는데.

게다가 오늘은 좀 더 특별한 오리가 기다리고 있었다.



[최경선氏] 명절인데 아직 고향에 못 내려간 애들이 있거든요. 그래서 오리고기를 이용해서 맛있는 음식을 먹어보고요.



먼저 부드러운 오리고기를 잘게 다져서 으갠 두부에 넣어주는데, 이집에선 오리가족이라는 이름에 걸맞게 만두 속에도

오리고기를 넣는단다. 이렇게 완성된 오리고기 만두~ 이렇게 직접 빚은 만두로 떡국을 끓여먹어야 나이도



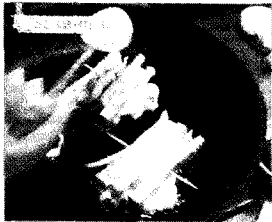
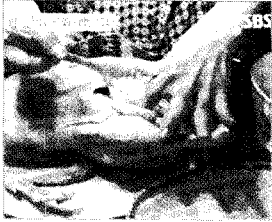
한살 더 먹는법. 특히 담백한 오리고기를 넣어 만두를 만들면 더 깔끔한 맛을 낼 수 있단다.

[최혜화氏] 만두 속 안에

오리고기를 넣으면 맛이 좋아요.

정성스레 빻은 만두를 육수 떡국에 듬뿍 넣어주고 보글보글 끓여주는데,

들어는 보셨나 오리떡만두국!



오리하면 또 빠질 수 없는 것이 오리백숙.

마늘, 대추, 찹쌀로 뱃속을 든든히 채워주고 폭고와주기만 하면 끝.

뭐니뭐니 해도 명절음식의 꽃은 꼬치인데 여기에도 오리고기가 들어간단다.

【최경선氏】 명절에 음식을 많이 먹잖아요. 꼬치를 먹어도 부담스럽지 않고 가벼울 것 같고 그래서 저희는 다른 고기보다 오리고기를 많이 사용하는 편이에요.

때마침 오리백숙까지 완성 되는데.

든든한 오리백숙 먹고 나면 한겨울에도 땀이

뻘뻘난다고.

오리가 명절음식과 만났다.

담백한 백숙과 부드러운 꼬치, 여기에 깔끔한 떡만두국까지 오리로 만든 명절음식 삼총사 대령이요.

그맛은? 어때요?

기름졌던 명절음식도 이제 담백해 진 것 같아요?



【학생 1】 정말 맛있어요.

【학생 2】 고기도 연한 것 같고 먹기도 편하고 가족끼리 먹기 좋은 음식인 것 같아요.



【학생 3】 명절요리는 다 정해져 있는 것 같은데 명절에 이렇게 오리고기로 새롭고 가벼워보는 것도 좋은 것 같아요.

이번 명절엔 오리고기 드시고 건강하세요.

