

요리명

밀피유샤브전골



인분		4인분	
재료		필요량	
1	배추	11장	
2	갯잎	22장	
3	샤브용소고기	300g	
4	느타리버섯	200g	
5	미나리	300g	
육수			
1	물	2L	
2	가쓰오부시	10g	
3	멸치	10g	
4	무	180g	
5	대파, 양파	2대, 1개	
6	건표고	4개	
7	다시마	15g	
8	저염간장	60g	
9	꿀	30g	
10	통후추	3g	



1. 갯잎이 세척한 미나리를 적당한 크기로 자른 후 냄비에 깔아 놓는다.



2. 세척한 배추 위에 갯잎을 올린 후 그 위에 샤브용 소고기 순으로 차곡 차곡 쌓는다.



3. 차곡 차곡 쌓은 배추와 갯잎, 소고기를 3등분으로 자른다.
4. 냄비에 예쁘게 올린다.



5. 버섯을 가운데 넣어 밀피유샤브전골을 장식한다.



<육수만들기>
1. 팬에 물을 넣고 다시마, 무, 대파, 멸치, 가쓰오부시, 표고버섯, 양파를 넣고 끓여 준다.
2. 육수가 끓으면 다시마를 건져낸다.



3. 1시간 정도 끓인 육수는 건더기를 걸러낸다. 그리고 저염간장, 꿀, 통후추로 맛을 낸 후 육수를 완성한다.



6. 밀피유샤브전골에 육수를 넣어준다.



7. 보글 보글 끓여주면 완성

요리명

폰즈소스

인분

4인분

재료

필요량

1

저염간장

22g

2

꿀

17g

3

식초

10g

4

양파

40g



1. 저염간장, 꿀,
식초를
섞는다.



2. 양파를
다진다.



3. 1에 양파를
넣고
섞는다.



4. 완성

요리명

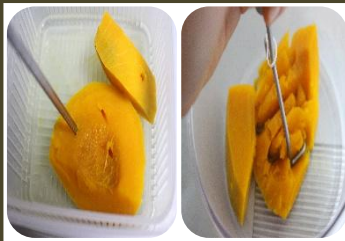
단호박 경단



인분		24개 (2인분)	
재료			필요량
1	1	참쌀가루	180g
2	1	소금	2g
3	1	단호박	100g
4	1	잣	적당량
5	1	카스텔라	100g



1. 단호박은 껍질을 벗긴 후 찌준다.



2. 충분히 잘 익었으면 곱게 으깨어준다.



3. 볼에 참쌀가루와 소금을 넣고 가볍게 섞어준다.



4. 으깬 뜨거운 단호박을 참쌀가루에 넣고 익반죽 한 후 반죽이 부드러워 질 때까지 충분히 치댄다.



5. 반죽을 적당한 크기로 나눈다.
6. 반죽 안에 잣을 넣어 준 후 동그랗게 빚어 준다.



7. 끓는 물에 경단을 넣고 끓인다.
8. 경단이 떠오르면 찬물에 담근 후 식힌다.
9. 체에 건져낸다.



10. 카스텔라를 체에 내려 카스텔라 가루를 만든다.



11. 건진 경단을 카스텔라 가루에 골고루 굴려 완성한다.