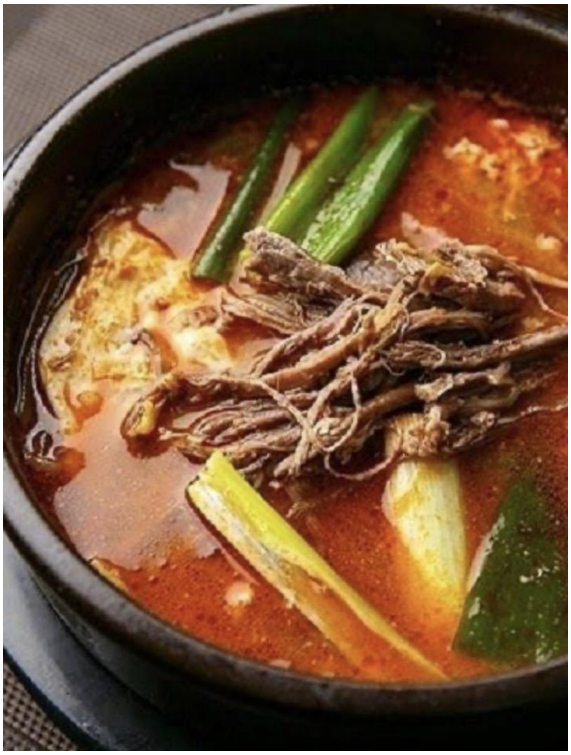
닭계장



1. 요리법

1) 요리재료

· **주재료 :** 닭 1 마리, 고사리 150g, 대파 3 뿌리, 버섯, 양파 1 개, 통마늘、숙주나물 150g

· **닭고기 양념 :** 양조간장 1 과 1/2 큰술, 참기름 1 큰술, 마늘(다진 마늘) 1 큰술,후추

· **국 양념 :** 국간장 3 큰술, 다진마늘 2 큰술, 양조간장 1 큰술, 참기름 1 큰술, 고춧가루 3 큰술, 후추, 식용유 4 큰술,소금

2) 기본정보

· 조리시간 : 60 분

· 분량 : 4 인분 기준

3) 요리과정

01. 닭고기는 깨끗이 씻어서 냄비에 넣고 대파와 양파, 통마늘을 넣고 잠길정도의 물을 넣고 40-50 분 정도 푹 삶아준다. (중간 중간에 거품을 걷어낸다.)

02. 삶아진 고기는 쭉쭉 손으로 찢어서 닭고기 양념으로 밑간을 해 놓는다.

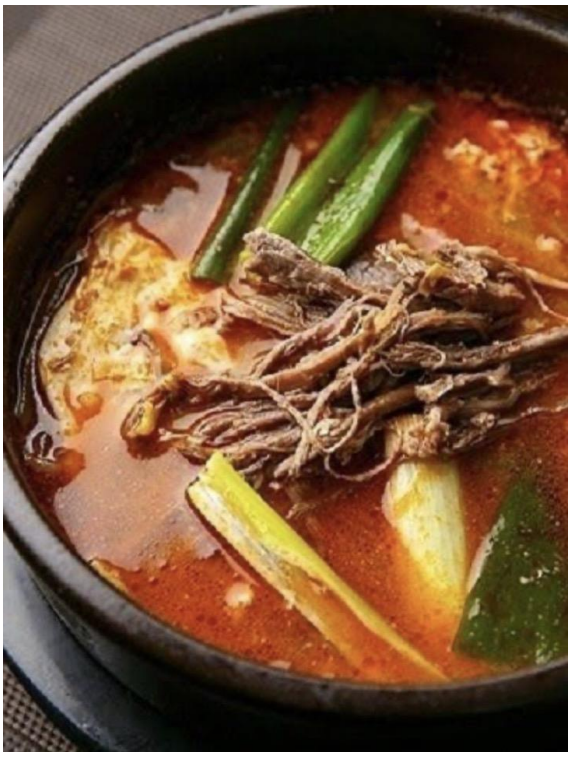
03. 고사리는 줄기부분의 뻣뻣한 부분은 다듬어서 볶아 놓는다.

삶아놓은 고사리를 사용할 경우는 물기를 빼고 닭과 함께 양념해 놓는다.

04. 재료에 닭 삶은 육수와 밑간을 해놓은 닭고기를 넣고 숙주나물, 버섯, 파, 다진마늘을 넣고 푹 끓인다.

05. 마지막으로 후추와 소금 또는 간장으로 입맛에 맞게 간을 한다.

鶏肉スープ



1.料理法

1) 料理材料

・**主な材料:** 鶏肉、ワラビ 150g、長ネギ 3 本、キノコ、玉ねぎ 1 個、にんにく、もやし 150g

・**鶏肉用ヤンニョム:** 醤油 1・1/2 大さじ、ごま油 1 大さじ、刻みニンニク、1 大さじ、コショウ

・**スープ用ヤンニョム:** 薄味醤油 3 大さじ、刻みニンニク 2 大さじ、ごま油 1 大さじ、一味唐辛子 3 大さじ、コショウ、サラダ油 4 大さじ、醤油、塩

2) 基本情報

・**調理時間:** 60 分

・**分量:** 4 人分基準

3) 料理の過程

01. 鶏肉はきれいに洗って鍋に長ネギ、玉ねぎ、にんにくとお水を入れ 40-50 分位煮る。

（その間アクは取ってあげる。）

02. 煮てきた肉は手で細かくちぎり鶏肉用ヤンニョムで下味をつけて置く。

03. ワラビはかたい茎の部分を処理してから中火で炒めておく。

茹でてあるワラビの場合は水気をとって鶏肉と一緒にヤンニョムで下味を付けておく。

04. 材料に鶏肉スープと鶏肉、もやし、キノコ、ネギ、刻みニンニクを入れ煮る。

05. 最後にコショウ及び醤油又は塩で好みの味を出す。