

제육볶음



15분

난이도 쉬움

2인분

기사식당 스타일 제육볶음!



재료 13



앞다리살 (또는 삼겹살)

400g



양파

0.5개



대파

0.5단



설탕

0.5스푼

- 다진 마늘 1스푼 ○ 후추 약간
- 식초 1스푼 ○ 식용유 약간
- 고추장 1큰술 ○ 굴소스 3큰술
- 고춧가루 2큰술 ○ 물엿 2스푼
- 통깨 약간 (선택)

세프의 팁



고기 밀간 단계에서 식초 1스푼을 넣어주면 잡내를 완벽하게 잡을 수 있습니다.



고기를 먼저 완전히 익힌 후 양념과 야채를 넣어 센 불에 빠르게 볶아야 야채에서 물이 생기지 않고 바삭한 식감이 유지됩니다.

조리 순서

1



고기 밀간하기

볼에 앞다리살 400g을 넣고 설탕 0.5스푼, 다진 마늘 1스푼, 후추 넉넉히, 식초 1스푼을 넣어 조물조물 버무려 줍니다.

2



야채 손질하기

양파 반 개는 얇게 채 썰고, 대파 반 단은 큼직큼직하게 썰어서 준비해 둡니다.

3



고기 초벌 볶기

🕒 센 불

달군 프라이팬에 식용유를 넉넉히 두르고 밀간해 둔 고기를 먼저 센 불에서 빠르게 익혀 줍니다.

4



양념과 야채 넣기

고기가 어느 정도 익으면 고추장 크게 1큰술, 굴소스 3큰술, 고춧가루 2큰술과 썰어둔 양파, 대파를 모두 넣어 줍니다.

5



센 불에 빠르게 볶기

🕒 센 불

양념과 야채가 고루 섞이도록 센 불에서 빠르게 볶아 야채에서 수분이 나오지 않도록 만듭니다.

6



물엿으로 윤기 내기

마지막 단계에 물엿 2스푼을 넣어 단맛을 더하고 먹음직스러운 윤기를 올려줍니다.

7



통깨 뿌려 완성

완성된 제육볶음을 그릇에 예쁘게 담고 통깨를 솔솔 뿌려 마무리합니다.

