

대패삼겹살 바삭불고기

15분

난이도 쉬움

2-3인분

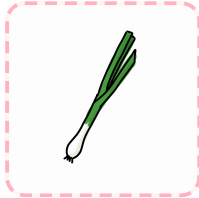
대패삼겹살의 대변신! 초간단 바삭불고기



재료 12



냉동 대패삼겹살
600g



대파
1대



설탕
2큰술



미림
1큰술

- 간장 3큰술 ○ 참기름 1큰술
- 후추 약간 ○ 마늘 1.5~2큰술
- 통깨 약간 ○ 상추 적당량 (선택)
- 밥 적당량 (선택)
- 쌈장 적당량 (선택)

조리 순서

1



고기 밑간하기

대패삼겹살 600g에 설탕 2T, 미림 1T, 간장 3T, 참기름 1T, 후추 약간을 넣고 잘 버무려 줍니다.

3



마늘 다지기

통마늘을 칼등으로 으갠 뒤 잘게 다져 1.5T~2T 분량을 만듭니다.

5



고기 볶기

중불

중불에서 뭉친 고기를 풀어가며 살살 볶아줍니다.

7



통깨 뿌려 마무리

불을 끄고 통깨를 듬뿍 뿌려 가볍게 섞어 완성합니다.

2



대파 썰기

대파 한 개를 송송 얇게 썰어 준비합니다.

4



재료 섞기

밑간해 둔 고기에 썬 대파와 다진 마늘을 넣고 골고루 섞어줍니다.

6



센불에 수분 날리기

센불

마지막에 센불로 올려 수분을 확 날려주며 바삭 구워줍니다.

8



쌈밥 만들기

상추 위에 밥, 바삭 구운 고기, 쌈장을 올려 한 입 크기로 싸서 먹습니다.

세프의 팁

💡 대패삼겹살은 얇아서 양념이 금방 배고 조리 시간이 짧아 초보자에게 좋습니다.

💡 볶는 과정에서 나오는 과도한 돼지기름을 중간에 걷어내면 느끼하지 않고 담백해집니다.

