

GS25 '칼로리라인업' 시리즈 중 아마도 마지막으로 먹어볼 메뉴.

시리즈 4종 중 가장 비싼 녀석(4800원)이다.



당근 라페 제외 후 렌지업 하라고 해서 빼고 2분간 돌렸다.

발사믹 스테이크 소스는 제외하라고 적혀있진 않지만 뭔가 찜찜해서 당근 라페와 같이 빼고 돌렸다.

처음에 라페를 라페로 보고 살짝 당황했다. 라페가 뭔가 찾아보니 그냥 샐러드이다. 당근 라페니까 당근 샐러드.

카로트 라페(프랑스어: *carottes râpées*) 또는 살라드 드 카로트 라페(프랑스어: *salade de carottes râpées*)는 프랑스의 당근 샐러드이다. 당근 라페(唐根 *râpées*)나 그냥 라페(*râpées*)라 불리기도 한다.

https://ko.wikipedia.org/wiki/%EC%B9%B4%EB%A1%9C%ED%8A%B8_%EB%9D%BC%ED%8E%98

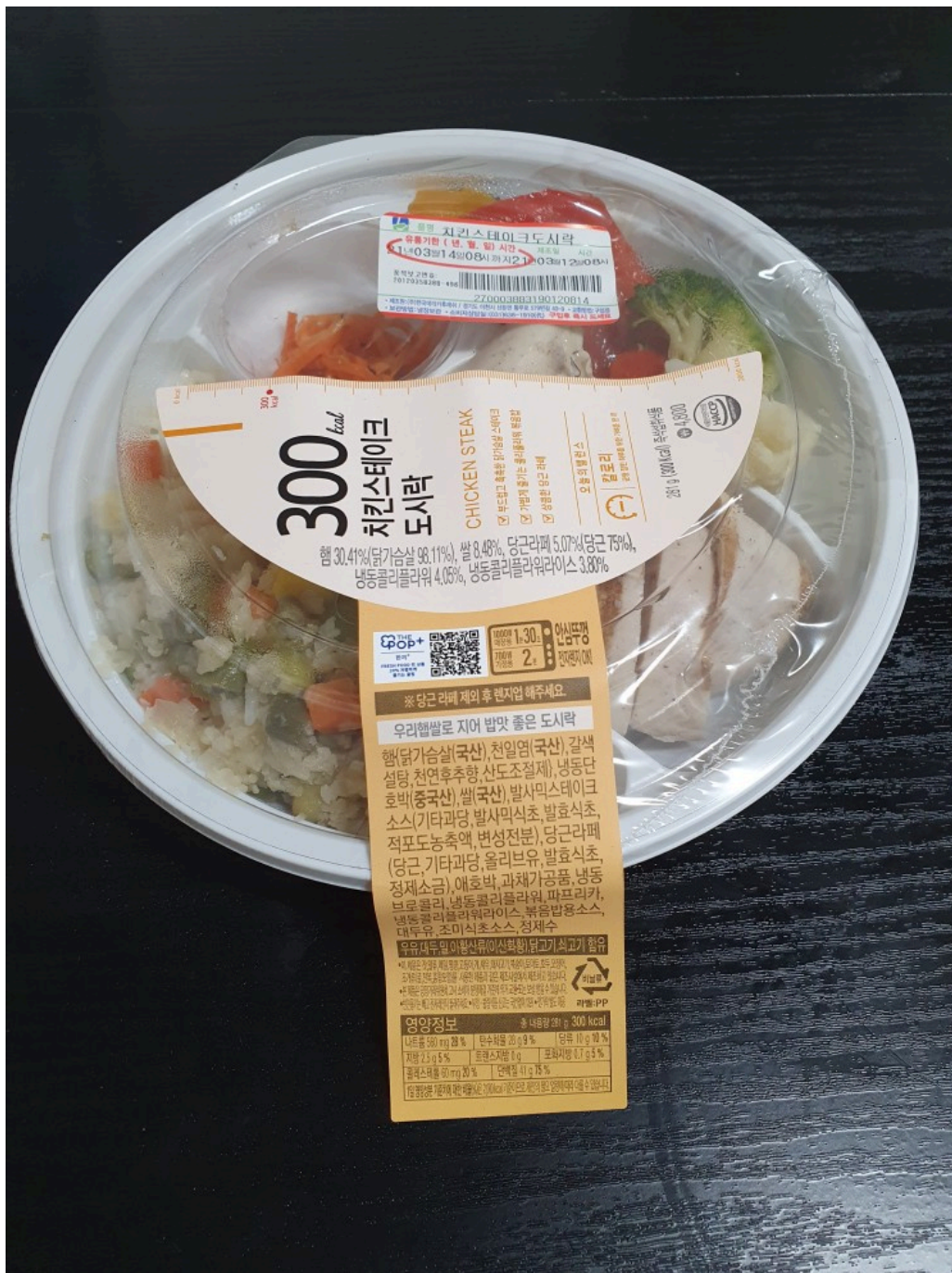


원재료명에 볶음밥용소스가 적혀있길래 볶음밥용 소스겠거니 하고 밥에 들입다 부었는데 위에 사진 보니 포장지에 친절하게 발사믹 스테이크소스라고 적혀있다.



<https://youtu.be/ZSBDy5xh4mA>

눈을 장식으로 달고 다니는 나.



짜지 않고 건강한 맛이다.

소스가 시큼하니 물리지 않게 맛있게 잘 먹었다.

비싼 값을 하는구나 싶었다.

원재료명으로 나와있는 냉동콜리플라워라이스는 최근에 승우아빠 채널에도 나왔던 식재료이다.

탄수화물 함량이 적고 칼로리도 낮아 곤약밥처럼 쌀밥과 섞어 넣은 듯 했다.

맛이 괜찮아서, 마침 집에 쌀도 다 떨어진 김에 몇 개 사둬야겠다 싶었다.

닭가슴살은 촉촉하고 나름 맛있었는데 식을수록 딱딱해지는 게 확 느껴졌다.

데우자마자 얼른 먹자.



빙글빙글

후식으로는 빙그레 밀크티맛단지 우유를 먹었다.

240ml에 195kcal니까 칼로리로 따지면 대략 1.5 빙그레 밀크티맛 단지 = 1 치킨스테이크도시락인 셈이다.
어질어질하다.



맛은... 밀크티 맛이다.

인상적인 기억을 남길 맛은 아니다.

밀크티를 좋아해서 맛있게 먹긴 했는데 또 먹을 지는 모르겠다.

한끼내놔 [3화] : 승우아빠



위 영상을 보고나서부터 맛있는 닭가슴살 요리가 정말 정말 먹고 싶어졌다.

잘 익은 치킨 닭가슴살, 도시락 닭가슴살도 맛있지만
그보다 더 맛있는 닭가슴살이 있을 것 같고 그걸 먹고 싶다.

승우아빠급 인물이 되어서 당사자에게 닭가슴살 요리를 부탁하는 것이 빠른가
내가 요리를 배워서 혼자 비스무리하게 해먹는 게 빠른가
어느 쪽으로든 노력해야 한다는 건 매한가지.

+

#43 Skyline (Official)



요리하는 부분 노래가 궁금해서 찾아봤는데
Ikson의 Skyline이라는 곡.
Paradise라는 곡도 참 좋다.

두 곡 다 유튜브에서 자주 들어볼 수 있는데
아마 무료로 이용할 수 있는 음악이라 그런 것 같다.