

♣ 마라황과 (麻辣黃瓜)

- 냉장고 넣어 하루지나 먹는다
냉장고 보관 (3.4일 이내 먹는다)
A. 오이 5개, 꽃소금 1/2C, 물 1C ---> 20-30분 저린다. 뒤집거려서 저린다. 3번 정도 해준다.
B. 식초 3/4C, 설탕 1C, 두반장 2T, 고추기름 3T, 마늘 5쪽, 홍고추 2 => MIX

♣ 닭안심마늘콩소스

- 한입크기로 잘라다 (힘들게 잘라낸다)
A. 닭안심 200g (소금, 후추, 생강술 약간씩)
녹말 3T, 박력분 1T, 달걀 1개 ---> 170도 튀김용. 2번 튀기면 좋다.
B. 식용유 2T, 마늘 4쪽, 양파 1/2개, 목이(표고) 3개, 죽순 1쪽, 양파살려준다.
홍피망 1/2개, 피망 1/2개 ---> 소스로 만든다. (냉장고에 넣어 보관)
C. 식용유 2T, 마늘콩소스 1T, (설탕, 식초, 청주, 육수 2T씩, 굴소스, 녹말 1t씩), A, B ---> 참기름

♣ 게살소스두부구이

- 두부 한쪽사각형 -> 중간에 직사각형으로 돌려낸다.
A. 두부 2모(2x4x6cm) ---> 6조각씩, 소금 ---> 수분제거 ---> 녹말 (윗쪽만 뿌려준다).
B. 돼지고기 100g (생강술 1T, 표고 2T, 파 1 1/2T, 달걀 1/3개, 굴소스 2t, 녹말 1/2T, 후추 약간) ---> 150g 이하 양으로 만든다.
C. 마요네즈 약간 ---> 200도 오븐, 15분 전. 후 -> 뒤집고 마요네즈 손으로 바른다.
D. 식용유 2T, 게살 70g, 생강술 1T, 육수 1C, 소금, 실파(송송) 3T, 물녹말, 참기름

♣ 파인애플볶음밥

- 파인애플 1/2통 -> 중간에 십자로 잘라낸다 -> 통으로 가장자리 1cm 정도 두께로 잘라낸다 -> 손가락으로
A. 파인애플 1/2통 -> 중간에 십자로 잘라낸다 -> 통으로 가장자리 1cm 정도 두께로 잘라낸다 -> 손가락으로
B. 식용유 2T, 달걀 1개 + 노른자 1개, 소금 -> 스크램블.
C. 식용유 2T, 양파 1/2개, 새우 100g, 청주 1t, 표고 5개, (파인애플 1/2통, 홍피망 1/2개, 소금, 후추)
D. 식용유 2T, 밥 300g, 소금, 후추, B, C -> 파인애플 100g, 굴소스 1t -> 파인애플 반통에
섞어준다.