

## ♣ 조개 스프(clam chowder)

- 이리 중량 3개 정도  
→ 감자 500g
- 레에 조개 1개 정도 + 새우 넣고 조개입이 조금 벌어지면 라인+물 넣는다
- A. 조개 500g, 중새우 5마리, 백포도주 1T, 물 5C → 한번 끓여  
B. 버터 20g, 베이컨 60g, 양파 100g, 파 2T, 셀러리 40g, 감자 200g, 당근 30g, 밀가루 2T → 조개데친물, 조개스톡 1t → 조갯살, 우유 1C, 소금, 후추, 생크림 1/2C

- A 끓여 식힌다음 조개, 새우, 껍질 벗겨 넣는다  
→ B 끓기 비슷하게 쉰다. 양파, 베이컨도 약간 으개 부는다.  
(당근은 특히 작게 쉰다)  
(후추 후르도록 끓인, 농도는 우유로 조절한다)
- 다지막에 넣는다 (우유, 소금 후추까지 넣고 끓이려고 생크림 끓여 넣는다)
- 끓기 시작하면 거품이 일고 거품 금방 걷어내고 끓인다 (파지막에 걸여낸다)

## ♣ 오렌지소스샐러드

- A. 샐러드용 야채

- 저어만큰다 → B. 오렌지쥬스 + 농축액 2/3C, 와인식초(레몬즙) 2T, 씨겨자 1T, 설탕 1T, 플레인요구르트 2T, (소금 1/3t), 포도씨기름 4T, 통후추 (덴마크플레인 4개) 안넣어도 됨

- C. 권넉거죽 편에 살짝 볶아 (노릇하게) 다른 그릇에 얹을 감아 놓는다  
샐러드위에 뿌려낸다.

## ♣ 코코넛흰살생선튀김

- 포물때 냉동에서 꺼내 조금 해동됐을때 드린다  
→ 돼이상 (포물때 크기 맞춰한다)
- A. 흰살생선 (5cm x 5cm) 10조각, 소금, 후추 → 녹말  
B. (오일 1T, 양파(다진것) 50g, 햄 30g, 피망 30g, 삶은감자 150g, 슬라이스치즈 2장, 파슬리 1t, 소금, 후추) → 살짝 볶음, 삶은 감자 으갠물에 넣어 끓인다.  
C. ① 녹말(생선 앞뒤 묻힘) → 중간에 B를 넣는다 (Like 샌드위치)  
② 달걀 1개 + 우스터소스 1T  
③ 빵가루 2C + 코코넛슬라이스 2T  
④ 160도 기름에 튀겨낸다

- 다지느 크기 비슷하게 한다 → D. 황도(통조림) 3쪽, 마요네즈 4T, 플레인요구르트 4T, 양파 3T, 오이피클 5T, 양겨자 1t, 파슬리, 흰후추, 소금 약간씩  
→ 다져물에 레터 꼭 짠다