

♣ 케이준치킨샐러드

A. 닭가슴살 4쪽(4등분), 소금, 후추 → ^{아 안심} ^{4등분} ^{조금씩} ^{양념} ^{맛각각} ^{물림}

→ 밀가루, (케이준파우더 2T + 우유 1/4C + 달걀 1개) → ^{시리얼} ^{비닐봉투에 넣어 크게} ^{안맛 약간} ^{부서준다}
 ---> 150-160도 기름에 튀겨낸다 (채반에 쫄면) → ^{손가락으로} ^{썬다} → ^{칼 위에서} ^{슬러한칼에} ^{자른다}

B. 양상추, 오이, 양파, 방울토마토, 삶은달걀, 치즈, 베이컨 → ^{피망} ^(등게자름)

C. 허니머스터드소스

마요네즈 3T, 씨겨자 3T, 꿀 2T, 연유 1T, 식초 1T,

레몬즙 1T, 소금 1/2t, 후추 약간, (버터 1T)
 ↳ ^{사용해도 되고} ^{안해도 됨}

→ ^{조리야} ^{구운데다가} ^{마요네즈+양겨자와} ^{바르고} → ^{양상추} → ^(야채볶음기+달) → ^{체다슬라이스} ^{치즈} ^{물리고} ^{말아준다}

♣ 화이트

A. 올리브유, 닭가슴살 2쪽(레몬즙 1t, 간장 1t, 후추, 올리브유) → ^{유산지} ^에 ^{말은} ^{다음} ^{반씩} ^{섞어} ^{준다}

(양파 1/2개, 청.홍피망 1개, 양송이 4개) 우스터소스 1T, 소금, 파프리카피망(파프리카) ^{아 파프리카} ^{사용함}

B. 토마토 (마요네즈 1+ 양겨자 1), 양상추, 치즈슬라이스, 양파

C. 구아카몰소스, 사와 크림, 살사소스

살사소스 ; 양파 1/4개, 토마토 3T, 청양고추 1/2개씩, (할라피뇨고추 1t)

레몬즙 1T, 올리브오일 1t, 소금, 후추 약간

⑥ : 토마토 넣은거에 (제시위에) 나머지 작은 각쪽씩 해서 볶아 위에 물리고 슬라이스스 등분해서 전자렌지에 돌려낸다. like pizza 위에 핫한 아삭소스 뿌려 먹는다.

♣ 녹차쉐이크

A. 가루녹차 2T, 우유 2C, 바닐라아이스크림 5T, 얼음 100g

B. 녹차가루 약간