**백종원 레시피 공개 '맛있게 전 부치는 법'**

2019.09.12 07:39

<https://news.mt.co.kr/mtview.php?no=2019090915131366927&outlink=1&ref=https%3A%2F%2Fsearch.daum.net>

추석 맞아 자신의 유튜브 채널 '백종원의 요리비책' 통해 전 부치는 비법 소개

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| |  | | --- | | image | | 사진= 이미지 투데이 제공 |   요식 사업가 겸 방송인 백종원이 자신의 유튜브 채널 '백종원의 요리비책'에서 추석을 맞아 '진짜 쉬운 전' 레시피를 공개했다.   전은 대표적인 명절 음식이지만 명절 허리통증의 주요 원인이기도 하다. 장시간 땅 바닥에 앉아 전을 부치는 것은 허리 디스크를 키우기 좋은 자세다. 백종원은 지난 4일 게시한 이번 영상에서 올 추석에는 "가족끼리 오순도순 전을 부치자"고 제안했다.   |  | | --- | | 사진= 유튜브 채널 '백종원의 요리비책' 영상 캡쳐본 | | 사진= 유튜브 채널 '백종원의 요리비책' 영상 캡쳐본 |   백종원은 이번 영상을 통해 배추전·애호박전·버섯전·동태전·육전·새우전 등 총 6가지 전 요리법을 보였다. 전의 주재료 이외 필요한 재료는 밀가루와 계란 그리고 식용유뿐이다. 여기에 약간의 간을 더할 소금과 후추만 있으면 된다.  백종원은 해당 영상에서 요리초보자를 위해 계란후라이 하듯 쉬운 전을 선보였다. 요리 초보를 위해 재료에 대한 친절한 설명도 덧붙였다. 백종원은 꽃소금보다는 맛소금을 추천했으며 밀가루대신 부침가루를 추천했다. 부침가루는 밀가루에다 전분을 더한 것으로 간이 되어 있어 더 맛있다고 전했다. 또 올리브유로는 전을 부칠 수 없다며 비추했다.   |  | | --- | | 사진= 유튜브 채널 '백종원의 요리비책' 영상 캡쳐본 | | 사진= 유튜브 채널 '백종원의 요리비책' 영상 캡쳐본 |   각 전마다 더 맛있게 부치는 비법도 담았다. 배추전의 경우 둥근 배추의 등을 칼등으로 평평하게 누르면 팬 바닥에 잘 붙어 더 맛있게 먹을 수 있다. 또 배추에 약간의 소금을 뿌리면 배추의 단맛을 더 잘 느낄 수 있다. 동물성 전(육전이나 동태전)의 경우 부치기 전에 후추와 소금으로 밑간을 미리 해놓는 것이 중요하다고 덧붙였다. 초록 색감을 더해주는 애호박전의 경우 센 불에 겉면만 익히듯 굽는 것이 식어도 맛있게 먹을 수 있는 비법이라고 설명했다. 이번 영상은 게시 며칠 만에 150만 조회수 이상을 기록하는 등 인기를 끌고 있다. |