



치즈를 품은 치킨롤과 수제 뇨끼

· 재료

[주재료] 닭가슴살 400g, 치즈 3장, 적/황 파프리카 각 ½개, 부추/파채 각 5g, 오징어 먹물 30g, 밀가루 300g

[부재료] 양송이 100g, 양파 1개, 시금치 20g, 단호박 200g, 빵가루 400g, 계란 3개

· 소스

간장 10ml, 설탕 10g, 물 40ml, 버터 20g, 소금/후추 약간, 치즈가루 약간

· 조리 포인트

1. 닭가슴살은 얇게 펴쳐 말기 쉽게 준비하고 소금, 후추로 밑간을 한다.
2. 시금치는 착즙을 해서 뇨끼 반죽을 하고, 단호박은 찌서 수분 제거 후 반죽을 해야 쫄득하다.
3. 소스는 짜지 않게 주의하고 치킨은 속까지 잘 익혀 준다.



조리방법

1. 닭가슴살은 얇게 두들겨 펴서 소금과 후추로 밑 간을 해 둔다.
2. 튀셀을 만들어 식혀 두고, 파프리카와 부추는 7~8cm 같은 길이로 썬다.
3. 시금치 착즙과 찐 단호박을 각각 넣어 반죽한 후 잠시 휴지시킨다.
4. 밑간한 닭가슴살에 치즈를 깔고 튀셀, 파프리카, 부추를 올린 후 돌돌 말아 랩으로 감싼다.
5. 밀가루, 계란, 오징어 먹물을 섞은 빵가루로 튀김 옷을 입혀 170~180℃ 기름에 천천히 튀긴다.
6. 뇨끼는 삶아 버터에 버무리고, 치킨 롤에 간장버터소스를 입혀 먹기 좋은 크기로 썰어 담아 낸다.