



## 꽃쌈이 입안 가득한 황제 보양식

### · 재료

[주재료] 한우 400g, 전복 500g, 종삼 50g, 배 600g, 미나리 20g, 완두콩순 20g, 비트 100g,  
영양부추 30g, 깻잎 20g

[부재료] 치커리 30g, 양파 300g, 다시마 100g, 쪽파 20g, 잣 30g, 계란 200g, 밀가루 100g, 미림 80g, 물 800g

### · 소스

마늘 25g, 사과술 80g, 식초 40g, 설탕 15g, 간장 100g, 고춧가루 15g, 들깨가루 10g, 해초 20g, 무 300g

### · 조리 포인트

1. 끓는 물에 사과술을 넣고, 전복에 다시마, 무를 올려 찌서 감칠맛과 코로나 면역력을 강화한다.
2. 육전에는 스트레스 해소에 좋은 종삼을 넣는다.
3. 새콤한 들깨 해초 드레싱으로 땅과 바다의 향기를 입안에 가득 풍미를 살린다.



### 조리방법

1. 전복을 깨끗이 손질 후 뜨거운 물에 사과술을 넣고 찌기에 전복을 넣고 위에 다시마, 무를 올려서 40분 찐다.
2. 쌈 속에 넣을 재료를 손질 후 가지런히 정리하고 쪽파는 데쳐서 준비한다.
3. 들깨 해초 드레싱 만들기  
(믹서기에 들깨가루, 해초, 마늘을 갈아주고 간장, 미림, 배 즙, 무 즙, 식초 넣고 섞어준다.)
4. 고기에 양념을 (간장, 배 즙, 양파 즙, 사과술, 다진 마늘) 바르고 밀가루, 계란 물을 적셔 육전을 만든다.
5. 깻잎으로 치커리, 영양부추, 완두콩 순, 배, 비트를 말아주고 얇게 썬 전복으로 감싸주고 쪽파로 풀리지 않게 묶어준다.
6. 육전에 치커리, 미나리, 영양부추, 종삼, 배, 비트를 감싸주고 쪽파로 풀리지 않게 묶어준다.
7. 전복 쌈과 육전 쌈 밑을 정리하고 완성 접시에 담은 후 육전 쌈 위에 잣가루를 뿌려 정갈하게 담아낸다.