WEBVTT

00:00:34.094 --> 00:00:37.612
생선살을 이렇게 봤을 때
여러분이 혹시

00:00:37.674 --> 00:00:39.920
가시 같은 게
있을 수 있으니까

00:00:40.000 --> 00:00:45.151
이런 가시가 있는지 확인해서
이렇게 제거해 주시고요.

00:00:45.195 --> 00:00:48.667
혹시 뒤쪽에 또
껍질이 있는지 확인해 보셔서

00:00:48.785 --> 00:00:51.239
껍질 있으면 제거해 주시고.

00:00:51.330 --> 00:00:53.425
손질을 먼저 하세요,
이런 부분.

00:00:53.502 --> 00:00:58.354
지금 보니까 이 부분이
가시가 있는 부분이네요.

00:00:59.502 --> 00:01:03.128
아까 여러분이 봤을 때
생선살은 사방 1cm가

00:01:03.155 --> 00:01:04.558
되게 하시오, 그랬어요.

00:01:04.585 --> 00:01:07.521
그래서 생선살은
사방 1cm가 되게.

00:01:11.565 --> 00:01:15.698
살짝 데쳐서
피시스톡으로 사용할 겁니다.

00:01:15.796 --> 00:01:18.357
피시스톡으로.

00:01:27.931 --> 00:01:31.341
이렇게 해서 준비가 됐고요.

00:01:36.583 --> 00:01:41.387
샐러리는 섬유질 제거해 주시고.

00:01:44.521 --> 00:01:47.426
채소는 아까
사방 0.7이라고 했어요.

00:01:47.539 --> 00:01:50.521
여러분 샐러리 썰기가 뭐해서
시험장에서 보면

00:01:50.592 --> 00:01:52.494
이렇게 동글동글 써는
사람도 있고 그래요.

00:01:52.521 --> 00:01:54.902
그런데 양쪽이 조금 너무 넓어요.

00:01:55.010 --> 00:02:00.815
그래서 0.7이 되게 해 주셔서
1cm가 안 되죠.

00:02:00.929 --> 00:02:04.350
1cm가 안 되기 때문에
0.7 정도.

00:02:04.377 --> 00:02:05.227
이렇게 해서.

00:02:05.319 --> 00:02:11.185
사실은 이제 안쪽을
이렇게 저며내시고요.

00:02:11.273 --> 00:02:13.327
이 부분을 썰으셔도 돼요.

00:02:13.399 --> 00:02:19.283
바닥에 놓고 써셔도 되고.
그리고 두께는 0.1이에요.

00:02:19.387 --> 00:02:24.634
두께는 0.1이기 때문에
이렇게 해서 이 두 개를.

00:02:36.007 --> 00:02:40.025
이 부분 이렇게 제거를 했어요.
그 다음에 0.7.

00:02:40.026 --> 00:02:43.521
0.7, 0.7.

00:02:52.312 --> 00:02:59.036
지금 이거 살짝 데쳐서
피시스톡은 이따가 뜨거우면

00:02:59.097 --> 00:03:02.222
안 되거든요.
그래서 식게끔 물을 올려놓고

00:03:02.315 --> 00:03:06.741
생선살을 넣어서 물이 끓으면
피시스톡을 만들기 위해서

00:03:06.812 --> 00:03:10.156
이렇게 불을 올려놨습니다.

00:03:42.557 --> 00:03:48.465
양파도 이렇게 겉하고 속을
분리하셔서 썰어주시면

00:03:48.552 --> 00:03:52.741
크기가 일정하게 나올 수 있게.

00:04:58.998 --> 00:05:05.269
지금 물이 끓으니까
살짝 데칠게요.

00:05:07.299 --> 00:05:10.942
생선살은 흰살 생선이기 때문에
금세 익어요.

00:05:11.039 --> 00:05:14.443
살이 하얘지면 다 익은 겁니다.

00:05:28.021 --> 00:05:33.290
그리고 이 물은

피시스톡으로 사용하기 위해서

00:05:33.419 --> 00:05:39.028
깨끗한 면보에다가 걸러서
미리 식혀 놓을게요.

00:05:48.842 --> 00:05:54.118
화이트 루 볶을 때 얘가 뜨거우면
뭉쳐서 풀어지지 않거든요.

00:05:54.118 --> 00:05:57.080
그래서 미리 이렇게
식혀 놓을게요.

00:05:57.202 --> 00:06:00.778
그리고 이제 감자.
감자는 썰어서

00:06:00.865 --> 00:06:02.728
좀 물에 담궈놔야 할 것 같아요.

00:06:02.848 --> 00:06:07.556
 얘도 여러분이 0.7입니다.
이렇게 썰어주셔서

00:06:07.645 --> 00:06:15.500
0.7이 나왔는지 확인하고
그리고 두 개를 동시에 놓고

00:06:15.576 --> 00:06:21.647
전분을 좀 빼줘야 돼요.
항상 네모가 나왔는지

00:06:22.653 --> 00:06:26.406
그래서 이렇게
네모가 사방 0.7로.

00:06:35.492 --> 00:06:39.270
물에다가 이렇게 해서
전분도 빼주시고.

00:07:40.983 --> 00:07:44.633
피시차우더 스프는
깨끗한 거기 때문에

00:07:44.693 --> 00:07:47.788
여러분이 색이 나고
노르스름하면 안 돼요.

00:07:47.788 --> 00:07:51.609
그래서 버터 먼저
살짝 볶아주고요.

00:07:51.713 --> 00:07:56.168
각각 볶아도 되는데
넣는 순서대로 볶으셔도 돼요.

00:07:56.271 --> 00:07:59.043
저는 탈까봐
불에서 살짝 내려놓은 거거든요.

00:07:59.146 --> 00:08:02.172
너무 타지 않게
베이컨 들어가서

00:08:02.271 --> 00:08:07.220
기름이 나오면 양파 넣어주고요.

00:08:12.888 --> 00:08:18.558
베이컨이 부스러지지 않게
살살 잘 볶아주시고.

00:08:18.793 --> 00:08:22.663
그 다음에 샐러리 넣어주시고요.

00:08:25.870 --> 00:08:28.641
그리고 감자.

00:08:32.984 --> 00:08:36.160
감자를 아까 물에 담궈서
전분을 안 빼주면

00:08:36.296 --> 00:08:39.967
냄비 바닥에 착 달라붙으면
안 떨어질 수가 있어요.

00:08:40.050 --> 00:08:42.911
그래서 꼭 물에 빼주셔서
물에 담궜다가

00:08:43.015 --> 00:08:46.434
전분 빼주시기 바라고요.

00:08:51.799 --> 00:08:55.635
팬이 지저분하면
팬을 한번 닦아서 사용하시고

00:08:55.748 --> 00:08:57.913
아니면 다른 팬이 있으면

00:08:57.940 --> 00:09:02.089
팬을 사용하시든지 그래서
깔끔하면 그냥 쓰셔도 되는데

00:09:02.189 --> 00:09:05.543
피시차우더 스프는 아까처럼
제가 굉장히 깨끗한

00:09:05.602 --> 00:09:08.581
스프이기 때문에
약간 탄 거 이런 거 들어가면

00:09:08.661 --> 00:09:10.167
안 돼요.
그래서 여러분이

00:09:10.167 --> 00:09:12.494
냄비가 2개가 있다면
다른 냄비를

00:09:12.494 --> 00:09:15.766
사용하시는 게 좋습니다.
그래서 지금은

00:09:15.766 --> 00:09:19.264
이제 화이트 루을 만들 거예요.
밀가루에다가 버터를 넣어서.

00:09:19.367 --> 00:09:22.865
버터에다가 버터가 녹은 다음에
밀가루를 넣어서 깨끗하게

00:09:23.018 --> 00:09:26.714
그렇게 만드는 소스입니다.

00:09:28.182 --> 00:09:33.040

루가 보통 제가 한 20g 정도
버터 넣었고요.

00:09:33.133 --> 00:09:36.344
버터가 녹으면
밀가루 적정하게 여러분이

00:09:36.437 --> 00:09:38.459
한 2스푼 정도 봐가면서

00:09:38.547 --> 00:09:42.588
조금씩 더 사용하면서
농도를 보세요.

00:09:42.725 --> 00:09:47.933
얘도 마찬가지로 색깔 나지 않게.
불이 높으면 버터 같은 경우는

00:09:48.010 --> 00:09:50.344
금방 타요.

00:09:55.958 --> 00:09:59.762
버터가 충분히 녹았다고
생각하시면.

00:10:02.283 --> 00:10:04.673
밀가루.

00:10:06.821 --> 00:10:11.493
화이트 루를 여러분이
대충 볶아버리면

00:10:11.591 --> 00:10:14.673
나중에 밀가루 냄새가 나요.
그래서 색 나지 않게

00:10:14.678 --> 00:10:17.858
어느 정도는 볶아줘야 돼요.
불 세지 않게

00:10:17.920 --> 00:10:21.659
약간 자기가 불 조절해 가면서
충분히 볶아서

00:10:21.763 --> 00:10:24.959
밀가루 냄새가 나지 않게.

00:10:26.922 --> 00:10:29.894
바글바글 끓죠.
끓으면 자기가 얘를

00:10:30.032 --> 00:10:32.489
불 앞에서 이렇게 꺼내세요.
꺼내놓고

00:10:32.583 --> 00:10:35.991
지금 바로 우유 들어가면
잘못하면 탈 수가 있어서

00:10:36.053 --> 00:10:38.315
아까 피시스톡
만들어 놓은 걸 넣어서

00:10:38.435 --> 00:10:42.071
조금 푸세요,
풀어서 얘도

00:10:42.137 --> 00:10:45.429

채에 거를 수 없기 때문에
많이 한 번에 넣어버리면

00:10:45.514 --> 00:10:47.816
몽울이 생겨거려요.
그래서 그거 푸는 데도

00:10:47.896 --> 00:10:52.062
시간이 많이 걸리니까
처음에는 소량 넣어서

00:10:52.110 --> 00:10:58.717
잘 풀어지면 조금씩 조금씩
더 넣는 양을 늘리시면 돼요.

00:10:58.837 --> 00:11:01.209
그래서 지금 초보자들은
이렇게 불에서 하면

00:11:01.265 --> 00:11:05.651
잘못하면 밑에서는 눌고
위에서는 이렇게 색깔이 풀고

00:11:05.743 --> 00:11:07.992
이렇게 바쁘니까
아예 불 앞에서 내려놓고

00:11:08.067 --> 00:11:12.199
천천히 푼 다음에
불 위로 올리셔도 괜찮아요.

00:11:13.342 --> 00:11:17.642
지금 들어가는 피시스톡은
제가 얼마큼이라고

00:11:17.723 --> 00:11:19.833
말할 수 없는 게
여러분이 밀가루하고 버터를

00:11:19.860 --> 00:11:24.030
얼마큼 볶았는지 모르기 때문에
여러분들이 이렇게 봐가면서

00:11:24.030 --> 00:11:25.803
넣으세요.
봐가면서.

00:11:25.889 --> 00:11:29.230
여기 스톡으로 갔다
다 맞추는 게 아니라

00:11:29.325 --> 00:11:32.225
우유를 넣어서
하얀색을 만들어줘야 되니까.

00:11:32.318 --> 00:11:34.757
우유 사용하는 것도
생각하셔야 돼요.

00:11:34.834 --> 00:11:38.852
그래서 이렇게 잘 풀어졌어요.
풀어져서.

00:11:38.978 --> 00:11:41.531
우유가 200mL기 때문에
거의 우유를 다

00:11:41.612 --> 00:11:44.863

사용하라는 거예요.
제가 이 정도까지만

00:11:44.923 --> 00:11:48.661
피시스톡 넣어서 약간 풀었어요.
그래서 지금 이제

00:11:48.727 --> 00:11:52.312
소스 얘를 볶은 거를 넣고
끓여만 내면 돼요.

00:11:52.361 --> 00:11:58.347
우유를 넣고 끓일 겁니다.
잘 풀어졌으면

00:11:58.411 --> 00:12:02.732
이제 아까 볶아놓은 거
생선살은 익었기 때문에

00:12:02.793 --> 00:12:05.966
조금 이따 넣을게요.
지금 아까 볶아 놓은 거

00:12:06.046 --> 00:12:12.321
다 집어넣고.
우유 넣어주시고요.

99:59:59.999 --> 99:59:59.999

00:12:26.304 --> 00:12:31.024
얘도 양이 나가는
양이 있기 때문에 여러분이

00:12:31.096 --> 00:12:33.308
그 양조절을 잘하셔야 돼요.

00:12:33.413 --> 00:12:37.217
그래서 끓여주면서 또
물만 많으면 건더기가

00:12:37.316 --> 00:12:43.147
보이지 않으면 안 되거든요.
그래서 이렇게 부어줬어요.

00:12:43.289 --> 00:12:45.967
그리고 우리가 정향에다가
월계수잎.

00:12:46.048 --> 00:12:48.750
지금 월계수잎이 제가 작아서
그냥 넣고요.

00:12:48.832 --> 00:12:52.141
너무 큰 거는 좀 잘라내세요.
얘가 월계수잎을

00:12:52.240 --> 00:12:54.427
말린 거기 때문에
안에서 익혀지면

00:12:54.491 --> 00:12:58.766
또 녹색이 조금 많이
진하게 우러나더라고요.

00:13:06.008 --> 00:13:08.977
워낙 두께가 0.1이기 때문에

00:13:09.056 --> 00:13:11.721
금세 익어요.
그리고 우유가 들어가 있어서

00:13:11.775 --> 00:13:15.197
냄비에서 금방 달라붙어서
누를 수가 있으니까

00:13:15.262 --> 00:13:18.359
옆에서 여러분이 끓으면
바로 이렇게 살짝 저어주면서

00:13:18.425 --> 00:13:20.624
잠깐만 끓이면 돼요.
잠깐만.

00:13:21.609 --> 00:13:24.047
그래서 우유는 200mL
다 사용하지 않아도 돼요.

00:13:24.109 --> 00:13:26.889
제가 피시스톡을 사용했기 때문에
여러분이 200mL를

00:13:26.979 --> 00:13:29.431
다 쓰는 게 아니라
내가 적절하게 넣어줘야지

00:13:29.518 --> 00:13:32.892
200mL 다 넣어서 나중에
국처럼 나오면 안 되거든요.

00:13:32.990 --> 00:13:35.615
건더기가 어느 정도 보여야 돼요,
담아냈을 때.

00:13:35.676 --> 00:13:39.793
원래 스프는 묽긴 하지만
그래도 지금 피시차우더 스프는

00:13:39.859 --> 00:13:41.903
건더기가 있기 때문에
이 건더기가 보일 정도로

00:13:41.930 --> 00:13:43.762
해 주셔야 돼요.
그래서 국물을

00:13:43.862 --> 00:13:47.037
너무 다 부어버리면
나중에 안 보이면 또 그렇잖아요.

00:13:47.090 --> 00:13:50.349
그래서 여러분이 우유 같은 경우는
적절하게 사용하시고

00:13:50.408 --> 00:13:53.722
남기셔도 상관이 없으니까
지금 소스 자체 색깔은

00:13:53.749 --> 00:13:57.148
하얗게 나와 있어요.

00:14:06.203 --> 00:14:10.299
조금 끓여서 되지면
남아있는 우유를 사용하든지

00:14:10.402 --> 00:14:13.321

남아있는 치킨스톡으로 해서
농도를 조절해 주세요.

00:14:13.413 --> 00:14:18.167
지금 피시차우더 스프가
흔들어서 흔들려져야 하는데

00:14:18.259 --> 00:14:21.517
루가 들어갔기 때문에
시간이 지나면 금방 굳어버려요.

00:14:21.594 --> 00:14:24.619
그래서 처음에 내실 때는
약간 묽은 상태로 내시는 게

00:14:24.705 --> 00:14:27.184
좋습니다.

00:14:29.667 --> 00:14:35.024
그래서 마지막에 이제
이렇게 생선살.

00:14:36.943 --> 00:14:40.206
생선살 넣어주시고
부케가르니 빼내시고요.

00:14:40.286 --> 00:14:44.194
소금, 후추 간할게요.

00:14:58.520 --> 00:15:02.158
우유에도 약간의 간이 있으니까
보통 때보다는

00:15:02.245 --> 00:15:05.935
조금 덜 사용하세요, 소금을.

00:15:21.126 --> 00:15:23.547
담아볼게요.

00:16:19.383 --> 00:16:24.290
자기가 흔들어서 그리고 건더기가
살짝 보여야 돼요.

00:16:24.487 --> 00:16:27.048
이렇게 해서.