

21_솔모르네(Sole mornay)

WEBVTT

00:00:34.314 --> 00:00:40.430

지금 여러분이 가자매를 좀 깨끗이
씻어서, 가자미도 약간 비늘이 있어요.

00:00:40.530 --> 00:00:45.838

깨끗이 씻어줄 거니까 꼬리쪽
이용해서 이렇게 긁어주시면 돼요.

00:00:45.938 --> 00:00:48.850

워니엘 할 때도 제가 한번
보여드렸었는데요.

00:00:48.950 --> 00:00:52.677

이쪽 부분은 살 부분이기
때문에 이렇게 잘랐어요.

00:00:52.777 --> 00:00:56.717

이 부분은 이렇게 머리를
좀 제거하는 거고요.

00:00:56.817 --> 00:01:01.140

이쪽은 내장 부분 쪽이라
이쪽은 이렇게 잘라줬어요.

00:01:01.240 --> 00:01:08.156

자르는 거는 지금 내장이,
머리 자르고 나서.

00:01:34.514 --> 00:01:40.372

여러분은 옆에 물이 있으면 물을 한번
내장 부분 씻어서 하셔도 되는데,

00:01:40.472 --> 00:01:43.312

생선은 자꾸 물에 씻고 그러면 녹거든요.

00:01:43.412 --> 00:01:49.670

녹으면 살이 부스러질 경우가 있어서
그렇게 지저분하지 않으면,

00:01:49.770 --> 00:01:51.858

그냥 사용하셔도 돼요.

00:01:51.958 --> 00:01:54.305

그리고 이렇게 줄이 있다 그랬죠?

00:01:54.405 --> 00:02:00.661

줄 부분을 이용해서 칼을
넣으셔서 포를 떠주는 겁니다.

00:02:02.917 --> 00:02:10.401

잘라주고, 여기 가장자리에 칼집을
지느러미 쪽에서 한 0.3cm 정도?

00:02:10.501 --> 00:02:14.810

이렇게 하셔도 되고, 아니면
포 뜨면서 빼도 상관없어요.

00:02:14.910 --> 00:02:21.705

이쪽에도 제가 칼, 안쪽에
살 있는 부분입니다.

00:02:24.365 --> 00:02:26.343

이렇게 칼집을 넣어줬어요.

00:02:26.443 --> 00:02:32.866

그리고 나서 칼끝을 이용해서 제가

21_솔모르네(Sole mornay)

살을 뼈에서 분리시키라 그랬죠?

00:02:38.599 --> 00:02:43.487
이렇게 해서 뼈 굵는 소리가 나죠?
뼈 굵는 소리가.

00:02:57.701 --> 00:03:01.159
한쪽 살 발랐습니다.

00:03:01.186 --> 00:03:04.345
이제 이쪽으로 다시.

00:03:29.833 --> 00:03:32.052
이렇게 해서 2장입니다.

00:03:32.152 --> 00:03:41.364
뒤쪽으로, 뒤쪽에도 마찬가지로
가장자리 칼집 한 번 씩.

00:03:57.277 --> 00:04:01.520
여기도 이렇게 줄이있어요, 여기.

00:04:45.658 --> 00:04:48.683
이렇게 해서 또 1장.

00:04:48.783 --> 00:04:51.005
다시 반대쪽.

00:05:30.671 --> 00:05:35.185
1장, 2장, 3장, 4장 이렇게
해서 5장이라고 그랬습니다.

00:05:35.285 --> 00:05:41.046
이 부분 우리가 저번에 유니엘 할 때는
이 부분을 사용 안 했지만

00:05:41.146 --> 00:05:44.417
오늘은 피쉬스톡을 이 뼈를
이용해서 낼 겁니다.

00:05:44.517 --> 00:05:51.391
그래서 뼈를 이렇게 내장 붙어
있던 부분, 다 잘라내시고.

00:06:04.623 --> 00:06:09.734
이거는 피쉬스톡에 사용할 거니까
좀 깔끔하게 씻어서,

00:06:09.761 --> 00:06:14.571
이런 지저분한 거 없애고
스톡 만드는 데 사용할게요.

00:06:14.671 --> 00:06:19.289
그래서 지금 오장 떼기 해서 뼈는
스톡 만들 때 사용할 거고요.

00:06:19.389 --> 00:06:22.071
여러분이 지금 이렇게 보면 껍질이 있죠?

00:06:22.171 --> 00:06:26.780
껍질 안쪽에 놓고 살과 껍질
사이에 칼을 밀어 넣고,

00:06:26.880 --> 00:06:31.984
자기가 껍질 부분을 잡아당기고
칼은 앞쪽으로 밀면서,

00:06:32.084 --> 00:06:34.934

21_솔모르네(Sole mornay)

이렇게 해서 껍질.

00:06:39.560 --> 00:06:43.572
그리고 이런 부분 잘라 버리고요.

00:06:44.745 --> 00:06:51.362
지금 이제 보통 책에, 저도 예전 책에는
제가 꼬치에 애를 말았거든요.

00:06:51.462 --> 00:06:54.812
시험장에서는 말든 이렇게
펼쳐 놓든 상관은 없어요.

00:06:54.912 --> 00:06:59.050
그런데 여러분이 지금은 꼬치가
제시되지 않았으니까,

00:06:59.150 --> 00:07:02.247
그냥 이렇게 접어서 같은
모양으로만 하시면 돼요.

00:07:02.347 --> 00:07:04.308
꼬치에 끼웠다고 떨어지지 않거든요.

00:07:04.408 --> 00:07:07.510
저도 제가 감독을 하고 있지만
꼬치 끼워서 떨어지지는 않아요.

00:07:07.610 --> 00:07:11.611
그런데 모양은 4개를 똑같은
모양으로 해주셔야 돼요, 4개를.

00:07:11.711 --> 00:07:17.643
생선을 봐가면서 여러분이 그냥 말고
싶지 않으면 그냥 하셔도 돼요.

00:07:17.743 --> 00:07:20.707
이렇게 되는데 보통 이대로
할 수는 없잖아요?

00:07:20.807 --> 00:07:22.526
그래서 이게 생선 머리쪽이에요?

00:07:22.626 --> 00:07:25.855
내는 방향은 생선 머리쪽을
왼쪽으로 잡아줄 거예요.

00:07:25.955 --> 00:07:29.481
그리고 길이가 너무 기니까 시험장에서
보면 자르는 사람도 있어요.

00:07:29.581 --> 00:07:30.971
잘라도 상관은 없습니다.

00:07:31.071 --> 00:07:34.832
그래서 여러분이 생선살이나 소스나
이런 거를 잘 만드시면 관계가 없고,

00:07:34.932 --> 00:07:37.971
아니면 약간 얇은 부분,
이렇게 접어주셔도 상관은 없어요.

00:07:38.071 --> 00:07:39.560
두꺼운 거는 잘라도 되고요.

00:07:39.660 --> 00:07:43.841
이 부분은 살짝 이렇게 칼집을 넣어줘야
애가 이렇게 둥글어지지 않으니까

21_솔모르네(Sole mornay)

00:07:43.941 --> 00:07:46.638
이렇게 했습니다, 해주고.

00:07:46.738 --> 00:07:50.168
가장자리에 이렇게, 지느러미에
빠 붙었던 부분이

00:07:50.268 --> 00:07:54.556
떨어져 나가는 게 있어요.
그런 건 손질해 주시면 돼요.

00:07:56.259 --> 00:07:59.539
그리고 지금도 이쪽도 마찬가지입니다.

00:07:59.639 --> 00:08:03.220
아까 하던 방법대로 똑같이.

00:08:03.320 --> 00:08:08.689
자기가 껍질을 잡을 수 있을만큼
이렇게 칼집을 넣어주고.

00:08:08.789 --> 00:08:13.550
칼은 중간에 끊기면 그러니까, 여러분이
이렇게 칼을 밀어주셔야 돼요.

00:08:13.650 --> 00:08:18.619
그래서 앞쪽으로 밀어주시고.

00:08:18.719 --> 00:08:22.986
이 부분도 다시 모양 잡아주고요.

00:08:23.086 --> 00:08:27.125
가장자리 떨어지는 거는 빼버리면 됩니다.

00:08:33.687 --> 00:08:37.601
크기가 너무 크고 두꺼우면
살짝 잘라도 돼요.

00:08:37.701 --> 00:08:42.553
그런데 줄어들 거를 감안해서,
길이가 몇cm라는 말은 없지만,

00:08:42.653 --> 00:08:50.861
보통 한 9cm 정도, 그래서 애가 익으면
한 7cm 정도 나오게 하면 무난합니다.

00:09:49.117 --> 00:09:53.622
이쪽은 얇으니까 제가 끝에
살짝 접을게요.

00:09:53.722 --> 00:09:57.891
양쪽 약간 얇은 쪽은.

00:09:57.991 --> 00:10:00.004
이렇게 해서.

00:10:00.873 --> 00:10:05.583
소금 살짝 뿌리시면 되겠어요.

00:10:05.683 --> 00:10:09.495
후춧가루 같은 경우는 지금
현재 재료에 흰후추가 없어서,

00:10:09.595 --> 00:10:14.006
안 뿌리는데 여러분이 집에서 하실 때는
후춧가루 같은 거 뿌리시면

21_솔모르네(Sole mornay)

00:10:14.106 --> 00:10:16.856
생선 비린내를 방지할 수
있는데 시험장에서는,

00:10:16.956 --> 00:10:20.398
주어진 재료 이외 거를
사용하면 오작 처리되니까

00:10:20.498 --> 00:10:23.798
그런 거 잘 보시고 잘
모르면 어제 제가 보여줬던

00:10:23.898 --> 00:10:29.084
그런 시험지 보시면서 재료
확인하시면 될 것 같아요.

00:10:29.109 --> 00:10:34.459
끓는 물이 준비가 돼서
여기에 살짝 데쳐서.

00:10:34.559 --> 00:10:37.216
솔모르네에 들어가는 건데요.

00:10:37.316 --> 00:10:44.950
양파를 약간 조금만 데쳐서
스톡 만드는 데 사용할게요.

00:10:50.696 --> 00:10:54.633
우유가 있어서 피시스톡을 많이
안 만들어도 상관없어요.

00:10:54.733 --> 00:10:59.674
우유가 있어서 그래서
버터 약간 돌려주고요.

00:11:18.981 --> 00:11:23.274
그래서 물도 부어주고요.

00:11:23.374 --> 00:11:28.776
그래서 이제 부케가르니인데 아까
제가 파슬리 줄기나 이거는

00:11:28.876 --> 00:11:33.050
향신료 다발이라 그랬거든요?
파슬리 줄기를 끼든 양파를 끼든

00:11:33.150 --> 00:11:37.893
여러분, 정향에 이렇게 월계수
얹고 파슬리하고 넣어주시고요.

00:11:37.993 --> 00:11:41.556
통후추 아까 넣었나요?
통후추 들어갔네요.

00:11:41.656 --> 00:11:46.426
여기에 레몬즙 좀 넣을게요.
레몬을 막 같이 썰어서 넣어서 끓이는 사람도 있는데

00:11:46.526 --> 00:11:50.403
이렇게 넣어주시면 될 것 같아요.

00:11:52.166 --> 00:11:55.243
지금 잠깐 끓여서 이것을 걸러 놓을게요.

00:11:55.343 --> 00:11:59.792
이게 식어야 화이트 루 할 때 좋거든요.

00:12:04.631 --> 00:12:07.976

21_솔모르네(Sole mornay)

생선살 포우칭 할 거예요.

00:12:08.076 --> 00:12:15.966
그래서 이렇게 채 썰어도 되고,
이렇게 굵게 하셔도 되고요.

00:12:16.066 --> 00:12:17.970
그리고 여기에.

00:12:18.070 --> 00:12:23.448
아까 포우칭할 때는 육수
약간 사용하셔도 상관없어요.

00:12:23.548 --> 00:12:26.920
남아있으면 이렇게.

00:12:28.399 --> 00:12:31.047
이 포우칭할 때 물 너무 잡지 마시고요.

00:12:31.147 --> 00:12:35.101
물 너무 많이 잡아주면 또 생선살 익으면
꺼낼 때 굉장히 조심하셔야 돼요.

00:12:35.128 --> 00:12:37.503
꺼내다가 또 부스러지는 경우가 있거든요.

00:12:37.530 --> 00:12:39.642
그런데 지금 끓을 때
들어가줘야 돼요, 끓을 때.

00:12:39.669 --> 00:12:43.685
그래서 생선살을 익히는 거예요, 넣어서.

00:12:43.712 --> 00:12:50.022
생선살는 포우칭 하기 위해서
버터거든요, 버터 살짝 돌려주고.

00:12:50.049 --> 00:12:52.788
여기에 양파 넣어주고요.

00:12:53.253 --> 00:12:58.803
피시스톡이 아까 만들어 놓은 거
많이 남으면 그거 부으셔도 돼요.

00:12:58.903 --> 00:13:03.256
제가 이거 이따 사용할 거, 살짝
지금 물 위에 식히고 있거든요.

00:13:03.356 --> 00:13:08.126
이거 피시스톡, 이거는 남는 거니까
여기에 넣어서 사용할게요.

00:13:08.911 --> 00:13:14.701
양이 적으면 조금 더 물을
넣어주는데 이 물이 많이 들어가면

00:13:14.801 --> 00:13:17.890
생선 포우칭하고 꺼낼 때
여러분이 힘들어져요.

00:13:17.990 --> 00:13:21.253
물은 조금만, 생선이 약간
잠길 정도로만 있으면 돼요.

00:13:21.353 --> 00:13:24.746
그래서 끓을 때 포우칭 할 겁니다.

00:13:25.679 --> 00:13:30.718

21_솔모르네(Sole mornay)

끓으면 여러분이 여기에 포우칭 할 겁니다.

00:13:55.839 --> 00:14:00.710
이때 여러분이 조심하셔야 합니다.

00:14:07.610 --> 00:14:14.725
지금 머리 잘랐던 쪽이거든요?
그 부분을 제가 왼쪽으로.

00:14:21.553 --> 00:14:29.688
이렇게 그냥 나란히 놔도 되고요.
이렇게 옆으로 놓으셔도 상관 없습니다, 4개를.

00:14:57.966 --> 00:14:59.554
이렇게 해주고요.

00:14:59.654 --> 00:15:06.264
버터 한 20g 정도 넣어주시고.

00:15:06.364 --> 00:15:10.722
버터를 잘 녹인 다음에 밀가루.

00:15:30.956 --> 00:15:39.491
2 스푼 정도 넣으셔서 이제 한번
농도 확인하면서 밀가루 사용할게요.

00:15:39.591 --> 00:15:42.656
농도 잘 맞네요.

00:15:42.977 --> 00:15:47.841
얘는 색이 나면 안 된다 그랬거든요.
화이트 루입니다.

00:15:47.941 --> 00:15:52.071
그래도 너무 안 볶아주면 나중에
밀가루 냄새가 나니까

00:15:52.171 --> 00:15:57.408
약간 볶아 주셔서 충분히
잘 볶아 졌으면 이때,

00:15:57.508 --> 00:16:03.220
어제 피시차우더 수프할 때랑 똑같아요.

00:16:03.320 --> 00:16:08.824
지금 우유를 붓는 게 아니라 일단
아까 피시스톡 만들어 놓은 것을

00:16:08.924 --> 00:16:12.010
조금씩 넣어가면서 풀게요.

00:16:12.110 --> 00:16:15.132
조금 식혔거든요?
너무 뜨거운 거 들어가면

00:16:15.232 --> 00:16:19.635
여기서 또 굳어버리면 루가 안 풀려요.

00:16:22.982 --> 00:16:26.328
다시 넣어주고요.

00:16:31.283 --> 00:16:33.955
이거는 꼭 불 위에서 안 하셔도 괜찮아요.

00:16:34.055 --> 00:16:39.423
자기가 다 풀고 나서 불 위에
가서 살짝 끓여주면 되니까요.

21_솔모르네(Sole mornay)

00:16:41.961 --> 00:16:46.129

이렇게 해서 약간 되직하게
폴린 상태예요, 폴린 상태고.

00:16:46.229 --> 00:16:50.803

하얀 소스는 지금 우유가 200mL기 때문에
거의 우유를 많이 넣어주시면 돼요.

00:16:50.903 --> 00:16:54.133

하얗게 만들어주기 위해서인데,
일단 우유를 넣었어요.

00:16:54.233 --> 00:16:58.197

우유를 넣어서 하얀 소스,
이게 크림소스예요.

00:16:58.297 --> 00:17:02.411

여기까지가 베사멜 소스입니다.
여기까지가 베사멜 소스고요.

00:17:02.511 --> 00:17:04.835

치즈가 들어가면 이제 모르네 소스예요.

00:17:04.935 --> 00:17:09.154

그런데 지금 요구사항에
모르네 소스를 만드시오, 했는데.

00:17:09.254 --> 00:17:11.417

예전에도 그 이야기만 안 들어가 있었지.

00:17:11.517 --> 00:17:14.644

우리가 베사멜 소스 만들어서
치즈 넣어서 다 했었거든요.

00:17:14.744 --> 00:17:18.371

그런데 그 내용이 추가된 말이에요.
추가된 거라고 생각하시고,

00:17:18.471 --> 00:17:21.713

지금 이게 크림소스입니다,
크림소스 지금 됐어요.

00:17:21.813 --> 00:17:23.765

농도 확인 할게요, 농도.

00:17:23.865 --> 00:17:26.479

이 루는 조금만 있으면 또 금방 굳어요.

00:17:26.579 --> 00:17:31.225

굳는데 여러분이 내기 직전에 남아있는
우유를 조금 더 사용하셔도 돼요.

00:17:31.325 --> 00:17:36.310

만약에 미리 만들어놔으면 지금 농도,
제가 좀 더 넣었더니 약간 묽어졌어요.

00:17:36.410 --> 00:17:41.775

여기에 이제 치즈를 넣을 건데 주어진
치즈 1장이 다 들어가면 너무 노래요.

00:17:41.875 --> 00:17:47.490

너무 노래서 여러분 이제 이것을
적절하게 넣어가면서 색을 좀 보세요.

00:17:47.590 --> 00:17:52.385

지금 안에가 뜨거워서, 제가 다
떨었지만 또 다 달라 붙어있네요.

21_솔모르네(Sole mornay)

00:17:52.485 --> 00:17:55.358
이거를 살짝 넣으셔서.

00:17:55.458 --> 00:17:58.842
그런데 아예 안 넣으면 표 나요,
또 아예 안 넣으면 표 나는 거고.

00:17:58.942 --> 00:18:04.558
넣으면 또 이게 자연스럽게 감독하시는
분들은 다 알아요, 넣었나 안 넣었나.

00:18:04.658 --> 00:18:08.782
그런데 이제 본인이 조금 덜 넣고
많이 넣고는 요령껏 하셔도

00:18:08.882 --> 00:18:10.815
다 알고 있어도 괜찮아요.

00:18:10.915 --> 00:18:14.962
그러니까 애가 너무 많이 들어가면
지금 누리끼리 한 색깔,

00:18:15.062 --> 00:18:18.613
누가 봐도 치즈 사용 했구나,
그 정도 되면 돼요.

00:18:18.713 --> 00:18:22.325
색깔 보니까 약간 노르스름
해져서 저는 그만 넣고,

00:18:22.425 --> 00:18:27.202
이제 치즈가 풀어져서
익을 정도만 사용할게요.

00:18:28.133 --> 00:18:33.886
그래서 이 소스 여기에 기본 간을
하는데, 치즈에도 약간 간이 되어있어요.

00:18:33.986 --> 00:18:38.992
그래서 소량만 사용해요. 소량은
수저 끝으로 조금만 사용할 겁니다.

00:18:39.092 --> 00:18:42.026
수저 끝으로 소량.

00:18:45.668 --> 00:18:48.690
다 완성이 됐어요.

00:18:49.712 --> 00:18:51.791
잠깐 있으면 애가 또 굳어요.

00:18:51.891 --> 00:18:53.956
그래서 저는 우유를 약간 남겨 놔거든요.

00:18:54.056 --> 00:18:58.350
여러분이 내기 직전에, 저는 이제 하나가
완성이 돼서 지금 바로 끼얹을 거지만

00:18:58.450 --> 00:19:05.947
여러분 잠깐 있으면 굳어졌을 때,
우유 버리지 말고 사용하세요, 내기 직전에.

00:19:25.217 --> 00:19:33.946
생선살이 혹시라도 부스러질 수
있으니까 다 덮어버리세요, 이렇게.

00:19:36.598 --> 00:19:40.057
그리고 마지막에 카이엔페퍼를 뿌려주는데,

21_솔모르네(Sole mornay)

00:19:40.157 --> 00:19:44.104
4개라는 것을 표시하기 위해서
네 군데에 뿌리시면 돼요.

00:19:44.204 --> 00:19:48.027
4군데에 놔 주시면.