WEBVTT

00:00:34.063 --> 00:00:38.690
감자 제가 한번
썰어서 준비해 놓을게요.

00:00:40.582 --> 00:00:41.810
한 5cm 정도.

00:00:41.906 --> 00:00:45.684
감자 들어가는 거는
몇 센티미터라는 말이 없어요.

00:00:45.777 --> 00:00:49.872
없는데 적당한 크기가
한 5cm 정도가 좋더라고요.

00:00:49.872 --> 00:00:54.196
5cm 정도인데 사방 0.7cm 정도.

00:00:57.894 --> 00:01:03.791
썰어서 한 4개 정도
이렇게 만들어주시면 될 것 같아요.

00:01:08.607 --> 00:01:14.152
썬 거니까 다시 한 번 물에
이렇게 빼주시고

00:01:14.278 --> 00:01:21.048
시금치도 씻어서 깨끗하게
여러분이 물이 나오면 데칠 겁니다.

00:01:21.120 --> 00:01:24.334
그리고 당근, 당근은 보통

00:01:24.410 --> 00:01:28.161
3개 정도 만들거든요.
그래서 한 0.5cm 정도

00:01:28.225 --> 00:01:31.045
두께로 한 3개 정도.

00:01:42.217 --> 00:01:47.269
당근이 지금 너무 지름이 넓죠?
이 당근 지름은

00:01:47.335 --> 00:01:50.169
보통 한 500원짜리 동전 크기가

00:01:50.196 --> 00:01:52.158
이런 크기가
보기가 좋은 것 같아요.

00:01:52.248 --> 00:01:56.792
그래서 두꺼우면
이렇게 가장자리를 잘라내서.

00:01:56.894 --> 00:02:02.438
그리고 양쪽 모서리 부분도
이렇게 굴려가면서 해 주시고요.

00:02:20.506 --> 00:02:25.865
물이 끓네요.
소금 좀 넣어서 넣어주시고.

00:02:25.965 --> 00:02:31.099
끓는 물에다가 시금치
줄기부터 데칠게요.

00:02:40.856 --> 00:02:43.589
데쳐주고 찬물에다 담궈주고요.

00:02:43.677 --> 00:02:49.999
그리고 감자도 삶고요.
당근도 같이 삶을게요.

00:02:50.068 --> 00:02:54.306
감자는 일찍 익으니까
빨리 꺼내고요.

00:02:59.721 --> 00:03:02.030
살캉하게 익을 정도만.

00:03:22.112 --> 00:03:25.317
5cm 정도로 이렇게

00:03:26.818 --> 00:03:34.691
잘라서 준비해 주고요.
당근은 조금 더 삶아지는 동안에

00:03:34.763 --> 00:03:38.536
양파.
시금치 볶을 때도 들어가고요.

00:03:38.585 --> 00:03:43.509
여기에도 들어갈 거예요,
고기에도. 그래서 잘게.

00:03:55.726 --> 00:03:59.381
양파가 겹쳐져서
썰기가 좀 그래서.

00:04:13.832 --> 00:04:17.261
당근이 다 삶아졌네요.

00:04:22.334 --> 00:04:26.169
당근 삶아졌으면
여러분이 다시 팬을 올려서

00:04:26.246 --> 00:04:29.132
어떤 걸 생각하냐면
양파 볶을 거 생각해야 돼요.

00:04:29.198 --> 00:04:31.633
고기 살리스버리 스테이크

00:04:31.714 --> 00:04:37.466
속으로 들어가기 때문에
볶는 거, 생으로 한 거,

00:04:37.561 --> 00:04:40.328
시금치에 들어가는 거
조금 남겨주고

00:04:40.394 --> 00:04:43.575
나머지는 다시 볶을 겁니다.

00:05:27.747 --> 00:05:31.333
이거는 시금치 가니쉬에
들어가는 거고요.

00:05:31.448 --> 00:05:34.229
이쪽으로 볶지 않는 거,
양파 볶음에서

00:05:34.289 --> 00:05:39.098

시금치 볶는 거 있으니까
볶아서 남기지 마시고요.

00:05:50.183 --> 00:05:53.590
버터 살짝 넣어서.

00:06:13.118 --> 00:06:18.061
고기 반죽할 볼에다가
아예 담을게요.

00:06:24.499 --> 00:06:30.220
지금 양파 다진 거 뒀고요.
이제 소고기가 간 거를 줬지만

00:06:30.323 --> 00:06:34.057
한번 더 여러분이 다져주세요.

00:06:48.360 --> 00:06:51.309
기계로 뺀 거라
약간 뭉쳐져 있어요.

00:06:51.309 --> 00:06:54.818
뭉쳐져 있어서
그냥 사용하면 나중에

00:06:54.826 --> 00:06:56.748
살리스버리 스테이크를 만들었을 때

00:06:56.819 --> 00:07:00.599
겉면이 매끄러워 보이지 않고
우둘우둘해 보인달까요.

00:07:00.689 --> 00:07:03.886
거칠어 보이기 때문에
여러분들이 한번 더

00:07:03.975 --> 00:07:07.408
곱게 다져주세요.

00:07:08.599 --> 00:07:11.442
이렇게 다져서 사용하면
식감도 더 쫀득한 맛을

00:07:11.519 --> 00:07:14.715
느낄 수가 있어요.

00:07:34.966 --> 00:07:37.241
다시 아까 양파
볶아놓은 거에다가

00:07:37.318 --> 00:07:40.677
들어갈게요, 이쪽에.

00:08:06.297 --> 00:08:09.363
이렇게 잘 섞어주세요.

00:08:16.194 --> 00:08:21.241
일단은 제가 아직은 양파하고
고기만 사용하고 있어요.

00:08:21.371 --> 00:08:25.819
여기 이제 우유도 들어가고
소금도 들어가고

00:08:25.891 --> 00:08:27.646
달걀물도 들어가요.

00:08:27.730 --> 00:08:31.946
그래서 촉감이 부드럽게
만들어줄 거예요.

00:08:32.032 --> 00:08:36.193
그래서 달걀 이렇게 들어가는데
다 사용하지 않아요.

00:08:36.293 --> 00:08:38.338
적당히 여러분이 사용해 주시고.

00:08:38.445 --> 00:08:43.668
그 다음에 이게 우유거든요.
준 우유양 다 사용하시면 됩니다.

00:08:43.762 --> 00:08:45.392
우유 5mL라고 그랬어요.

00:08:45.522 --> 00:08:50.998
넣어주고 다시 농도 한번 확인하면서
소금 넣어주고요.

00:08:53.468 --> 00:08:56.414
또 후추가루 넣어주고요.

00:09:00.685 --> 00:09:02.097
살리스버리 스테이크 같은 경우도

00:09:02.173 --> 00:09:05.324
원래 소스가 있는데
소스는 제시하지 않았거든요.

00:09:05.412 --> 00:09:09.339
그래서 원래 소금간은
많이 세게 하지는 않습니다.

00:09:10.883 --> 00:09:12.796
자기가 달걀하고 우유하고

00:09:12.883 --> 00:09:18.309
넣은 농도를 봐가면서
빵가루를 넣을 줄 거예요.

00:09:31.867 --> 00:09:34.785
빵가루.

00:09:51.597 --> 00:09:53.493
마른 빵가루가 들어가서

00:09:53.579 --> 00:09:56.701
고기 속에 수분을 잡아줘요.
그래서 너무 많이 들어가면

00:09:56.778 --> 00:09:57.785
안 되거든요.

00:09:57.849 --> 00:10:01.618
너무 딱딱해지니까.
다 반죽이 섞였으면

00:10:01.693 --> 00:10:03.924
많이 쳐주세요.

00:10:15.830 --> 00:10:18.695
홀렌다이 소스는

다른 거하고 나왔을 때

00:10:18.790 --> 00:10:23.654
나중에 하는 게 좋아요.
나중에 식으면 빨리 굳어버려서.

00:10:30.571 --> 00:10:31.620
이렇게 많이 쳐졌어요.

00:10:31.647 --> 00:10:35.192
손에다 해도 되고
그릇에다 해도 상관은 없습니다.

00:10:38.051 --> 00:10:40.329
다 잡아줬어요.
그러면 팬에서

00:10:40.458 --> 00:10:44.074
살리스버리 스테이크 모양이
어떤 모양이냐면

00:10:44.178 --> 00:10:48.307
약간 타원형 모양이에요.
약간 럭비공 모양이라고 할까요?

00:10:48.389 --> 00:10:49.724
이렇게 해 주는데

00:10:49.795 --> 00:10:54.927
여기에 달라붙을 수가 있으니까
식용유를 살짝 둘러놓고

00:10:55.047 --> 00:10:58.711
만드셔도 상관 없고
그냥 하셔도 상관은 없는데

00:10:58.782 --> 00:11:00.712
식용유를 발라주는 게 좋아요.

00:11:00.793 --> 00:11:06.374
발라줘서 고기가 잘 떨어지게.
그리고 모양.

00:11:07.014 --> 00:11:10.656
구워지면 얘가 모양이
이 각이 길지가 않으면

00:11:10.714 --> 00:11:12.790
나중에 햄버거처럼 동그래져요.

00:11:12.872 --> 00:11:18.080
약간 길게 잡아주세요.
여기를 약간 길게.

00:11:19.633 --> 00:11:22.708
그리고 고기는 익으면서
이렇게 가운데로 몰리면서

00:11:22.806 --> 00:11:24.301
이렇게 올라올 경우가 있어요.

00:11:24.366 --> 00:11:28.824
그래서 여기를 많이 두드려서
평평하게.

00:11:37.258 --> 00:11:41.293

각이 이렇게 좀 길게, 길쭉하게.

00:11:48.074 --> 00:11:50.546
이렇게 손을 대도 되고
여러분이 이렇게

00:11:50.646 --> 00:11:52.775
칼을 대고 하셔도 상관은 없어요.

00:11:52.873 --> 00:11:58.538
어떤 거든지 모양만 이렇게
럭비공 모양으로 비슷하게.

00:11:58.615 --> 00:12:01.495
그렇다고 해서
이렇게 각을 잡는 건 아니고요.

00:12:01.589 --> 00:12:04.739
이렇게 이런 모양으로.

00:12:21.272 --> 00:12:23.804
그리고 가운데 많이
이렇게 두드려주시고요,

00:12:23.923 --> 00:12:26.516
평평하게.

00:13:07.828 --> 00:13:12.470
여기가 모양이 자꾸 두껍네요,
여기가.

00:13:17.618 --> 00:13:20.875
그래서 잡아줬어요.

00:13:27.346 --> 00:13:29.950
식용유 둘러주고요.

00:13:50.523 --> 00:13:51.860
처음에는 약간 센불에서

00:13:51.925 --> 00:13:55.743
겉을 익혀줘서 안에 육즙이
빠져나오지 않게 해 주고

00:13:55.830 --> 00:13:59.404
나중에 어느 정도
겉이 표면이 단단하게 익으면

00:13:59.516 --> 00:14:02.753
그때부터는 불을 낮춰서
서서히 익혀주셔야 돼요.

00:14:02.817 --> 00:14:04.317
그래서 살리스버리 스테이크나

00:14:04.394 --> 00:14:07.781
햄버거 스테이크나 대부분
속이 안 익어나오는 경우가 많아서

00:14:07.865 --> 00:14:11.324
여러분이 많이
실패하는 경우가 있습니다.

00:14:22.783 --> 00:14:26.170
그리고 이제 안에서
익기 시작하면서

00:14:26.255 --> 00:14:27.577
육즙이 막 흘러나와요.

00:14:27.657 --> 00:14:31.853
그러면 안 닦아내면
그게 다 고기에 달라붙으니까

00:14:31.880 --> 00:14:35.598
자꾸 닦아줘가면서.

00:14:43.886 --> 00:14:46.875
불은 약하게 할게요.
불 약하게 하고

00:14:46.974 --> 00:14:49.597
혹시 뚜껑이 있으면
살짝 뚜껑을 덮어서

00:14:49.657 --> 00:14:52.187
익히셔도 괜찮아요.
그러면 속에까지

00:14:52.252 --> 00:14:53.738
완벽하게 익힐 수 있어요.

00:14:53.778 --> 00:14:56.769
여러분 맞는 뚜껑이나
프라이팬 같은 게 있으면

00:14:56.836 --> 00:14:59.972
살짝 덮어주면 불은 약하게.

00:15:00.063 --> 00:15:03.306
이렇게 구우면서
다른 거 시작할게요.

00:15:03.420 --> 00:15:06.963
타지 않게 조심하시고
속까지 잘 익을 수 있게끔

00:15:07.033 --> 00:15:09.395
해 주시고요.

00:15:09.447 --> 00:15:11.818
수시로 여러분이
냄비 속에 있는

00:15:11.911 --> 00:15:14.104
고기 확인하셔야 돼요.

00:15:14.223 --> 00:15:19.463
확인하셔서 가장자리
이물질 나오는 거 이런 거

00:15:19.523 --> 00:15:24.784
자꾸 닦아주시고
이 밑에도 자꾸 닦아주시고요.

00:15:24.862 --> 00:15:27.405
이렇게 눌러보면
육즙이 나오는 경우가 있어요.

00:15:27.502 --> 00:15:33.959
그래서 이렇게 살짝

해 주시고

00:15:34.716 --> 00:15:38.820
꺼낼 때 이제 보면
보통 여기에다가

00:15:38.923 --> 00:15:44.383
버터를 발라서 꺼내놔도
나중에 스며들면 따뜻할 때는

00:15:44.491 --> 00:15:49.099
윤기가 있는 것 같은데
식으면 별 차이가 없더라고요.

00:15:49.187 --> 00:15:51.450
그래서 제가 굳이
얘기를 안 하는데

00:15:51.521 --> 00:15:53.614
여러분이 혹시
집에서 드실 것 같으면

00:15:53.701 --> 00:15:58.557
마지막 나올 때
이렇게 버터 발라서 윤기나게

00:15:58.557 --> 00:16:01.358
이런 식으로 발라주세요.

00:16:05.256 --> 00:16:09.147
그래서 완성.
나왔고요.

00:16:09.239 --> 00:16:16.676
지금 팬 한번 살짝 닦아내서
가니쉬, 버터 둘러주고.

00:16:20.812 --> 00:16:23.781
버터가 녹아 있어서
젓가락이나 숟가락에

00:16:23.864 --> 00:16:25.454
자꾸 달라붙네요.

00:16:25.562 --> 00:16:34.872
그리고 양파.
시금치 넣어주고요.

00:16:41.503 --> 00:16:47.003
꺼내주시고
옮겨놨다가 완성접시에 담을게요.

00:16:55.375 --> 00:17:00.007
이제 감자 튀길 겁니다.

00:17:06.376 --> 00:17:11.009
감자에도 소금 약간 넣어주고요.

00:17:27.881 --> 00:17:31.960
감자도 여러분이 튀긴 것처럼
보이시면 돼요.

00:17:32.074 --> 00:17:37.530
아까 삶아서 익었기 때문에.
이게 튀겼구나 이 정도로만.

00:17:51.022 --> 00:17:52.727

식용유만 들어가니까

00:17:52.813 --> 00:17:56.651
빨리 색깔이 안 나서
옆에 있는 버터 조금 넣었어요.

00:17:56.732 --> 00:17:58.638
버터가 내용에
살리스버리 스테이크에

00:17:58.713 --> 00:18:02.002
있는 거니까
조금 사용해도 상관 없어요.

00:18:02.114 --> 00:18:05.117
자기가 빨리 꺼내기 위한 거니까.

00:18:08.301 --> 00:18:11.890
버터 들어가니까
금세 튀겨지네요.

00:18:11.972 --> 00:18:16.375
색깔이.
버터가 없는 데 사용하면

00:18:16.495 --> 00:18:20.074
큰일나지만 버터가 있는 거니까.

00:18:30.904 --> 00:18:35.425
이제 팬이 달궈져 있으니까
바로 당근 비치스타일로

00:18:35.497 --> 00:18:37.559
만들어 놓을게요.

00:18:39.587 --> 00:18:47.968
물 조금 넣어주시고요.
여기에 설탕 넣어주고요.

00:18:52.277 --> 00:18:58.145
소금 약간 넣어주고요.
버터도 넣어주고요.

00:18:58.773 --> 00:19:00.620
이미 얘도 삶아진 거니까

00:19:00.671 --> 00:19:05.538
다시 윤기나게 조릴게요.
좀 기울여서.

00:19:33.673 --> 00:19:36.430
시금치.

00:20:08.540 --> 00:20:11.463
그래서 살리스버리 스테이크가
완성이 됐습니다.

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