

WEBVTT

00:00:09.101 --> 00:00:14.761
이번 시간에는 채소볶음하고
홍쇼두부입니다.

00:00:14.861 --> 00:00:19.209
그래서 오늘 채소볶음에 들어가는
재료는 청경채, 표고버섯,

00:00:19.309 --> 00:00:24.934
죽순, 피망, 당근, 셀러리,
대파, 마늘, 생강, 양송이고요.

00:00:25.034 --> 00:00:27.060
홍쇼두부에도 오늘 두부.

00:00:27.160 --> 00:00:28.831
주재료가 두부입니다.

00:00:28.931 --> 00:00:32.908
두부하고 청경채, 홍고추,
양송이, 표고, 죽순.

00:00:33.008 --> 00:00:37.069
여러분 재료 확인할 때 혹시
뭐가 빠졌는지 확인해보시고

00:00:37.169 --> 00:00:41.252
그 채소볶음은 채소는
일정한 크기로 썰어서

00:00:41.352 --> 00:00:46.062
채소를 파, 마늘, 생강만
제외한 그런 것을 다 데쳐서

00:00:46.162 --> 00:00:47.608
빨리 볶아내는 거고요.

00:00:47.708 --> 00:00:53.064
오늘 홍쇼두부는, 두부는 잘
튀겨서 부재료는 다 편 썰어서

00:00:53.164 --> 00:00:54.689
볶으면 되겠습니다.

00:00:54.789 --> 00:00:59.047
그래서 지금 제가 채소 볶는
것부터 시작하겠습니다.

00:00:59.147 --> 00:01:01.320
냄비에 이렇게 물부터 올리세요.

00:01:01.420 --> 00:01:03.456
그래서 살짝 불 켜놓으시고요.

00:01:03.556 --> 00:01:05.712
지금 차례대로 썰어주시면 돼요.

00:01:05.812 --> 00:01:14.149
썰어줄 때 지금 청경채 잘라서 오늘
그 채소볶음의 길이는 4cm입니다.

00:01:18.363 --> 00:01:22.696
청경채는 굵이 꼭 cm가 4cm가 아니라

00:01:22.796 --> 00:01:24.376
이렇게 입이 연결이 돼서

01_(중식)홍쇼두부,채소볶음

00:01:24.476 --> 00:01:26.691
이런 식으로 하셔도 괜찮습니다.

00:01:26.791 --> 00:01:29.055
이렇게 해서 나머지.

00:01:34.366 --> 00:01:37.696
끝부분만 정리해주시고요.

00:01:39.832 --> 00:01:42.954
그리고 이제 흑시라도
청경채가 너무 두꺼우면

00:01:43.054 --> 00:01:47.704
이렇게 반 가르셔도 괜찮는데
이 정도 크기는 괜찮을 것 같아요.

00:01:47.804 --> 00:01:50.391
그래서 해주시고요.

00:01:52.348 --> 00:01:57.136
그리고 피망, 피망도 4cm.

00:01:57.236 --> 00:02:01.024
양 끝 4cm로 맞춰주시고.

00:02:01.124 --> 00:02:06.676
지금 이제 가로 폭은 몇cm라는
말이 없거든요.

00:02:06.776 --> 00:02:11.153
대강 보기 좋은 cm가 한
1.5cm 정도예요.

00:02:11.253 --> 00:02:14.613
폭을 가로 폭을 이렇게 준비하셔서

00:02:14.713 --> 00:02:20.247
여러분이 한 1.5cm 정도 나오게
썰어주시면 될 것 같아요.

00:02:25.251 --> 00:02:27.199
이렇게 해서 이런 크기입니다.

00:02:27.299 --> 00:02:29.352
이런 네모진 크기.

00:02:33.994 --> 00:02:39.599
해주시고 축순도 4cm
길 이로 맞춰주시고요.

00:02:39.699 --> 00:02:44.523
끝부분 이렇게 살짝 이 껍질
단단한 부분 저며내시고

00:02:44.623 --> 00:02:47.094
흑시 빗살 모양이어도
상관없습니다.

00:02:47.194 --> 00:02:52.481
조금 두꺼우면 이면 살짝 한번
썰어주고, 이면 이렇게 썰 겁니다.

00:02:52.581 --> 00:02:55.013
그래서 네모로 이렇게 만들어주세요.

00:02:55.113 --> 00:02:57.435

거의 비슷하게.

00:03:00.174 --> 00:03:03.137
그래서 이런 쪽으로 나오게.

00:03:06.166 --> 00:03:09.584
이렇게 해서 해주시면 됩니다.

00:03:13.018 --> 00:03:15.192
그리고 표고버섯.

00:03:15.292 --> 00:03:19.169
표고버섯은 항상 하는 것처럼
지금 물이 끓으니까

00:03:19.269 --> 00:03:20.801
제가 물을 좀 꺼놓을게요.

00:03:20.901 --> 00:03:22.016
해주시고.

00:03:22.116 --> 00:03:24.177
기둥 떼주시고요.

00:03:25.324 --> 00:03:30.202
제가 저번에 하는 방법처럼
이 가장자리를 잘라내지 않으면

00:03:30.302 --> 00:03:32.066
좀 보기가 안 좋아요.

00:03:32.166 --> 00:03:36.193
그래서 이렇게 잘라주시고 다시.

00:03:47.748 --> 00:03:53.860
조금 저미기 편안하게
물기를 좀 제거해주세요.

00:03:53.960 --> 00:03:57.897
말랐던 거라 조금 물기
젖어있으면 좀 미끈거려요.

00:03:57.997 --> 00:04:01.863
그러면 여러분이
저미기가 힘들겠죠?

00:04:01.963 --> 00:04:06.755
그리고 지금 이제 표고는 그냥
표고 크기대로 그대로 저미세요.

00:04:06.855 --> 00:04:10.876
이렇게 cm 없이,
두드리고 이런 식으로.

00:04:21.358 --> 00:04:23.170
해주시고.

00:04:23.270 --> 00:04:28.192
너무 이게 표고가 두꺼우면
이 부분 살짝 저며내세요.

00:04:28.292 --> 00:04:30.459
폭이 너무 크게 나오니까.

00:04:37.468 --> 00:04:38.966
해주시고.

00:04:39.066 --> 00:04:42.505

01_(중식)홍쇼두부,채소볶음

애도 마찬가지로 저며주세요.

00:04:46.811 --> 00:04:51.601
조금 미끄러워서 그런데
이제 이때 이렇게 미끄러운데

00:04:51.701 --> 00:04:56.858
기둥 부분이 잘 불려지지
않으면 조금 더 하기가 힘들어요.

00:04:56.958 --> 00:05:00.159
그래서 잘 흑시라도 불린 거 주지만

00:05:00.259 --> 00:05:04.136
덜 불려져 있으면 여러분이
끓는 물에 한 번 다시

00:05:04.236 --> 00:05:07.311
한 번 불려서 사용하셔도 괜찮습니다.

00:05:07.411 --> 00:05:08.682
해주시고요.

00:05:08.782 --> 00:05:09.941
당근.

00:05:10.041 --> 00:05:16.935
당근도 4cm로 맞춰주시고,
썰어줄 때 이렇게 해서

00:05:17.035 --> 00:05:20.555
한 1.5cm 정도 아까 제가
폭을 잡으라고 그랬죠?

00:05:20.655 --> 00:05:22.586
그래서 이 밝은 쪽부터 써세요.

00:05:22.686 --> 00:05:27.205
밝은 쪽 살짝 저며주시고
네모를 항상 만들어놓고

00:05:27.305 --> 00:05:32.097
네모가 만들어져서 썰어줘야만이
크기가 일정하게 나와요.

00:05:32.197 --> 00:05:37.409
그래서 당근은 조금 단단한 채소니까
좀 얇게 써세요, 이렇게.

00:05:37.509 --> 00:05:41.981
그리고 끝에 손 안 잡히는
부분은 이렇게 제거해주시고.

00:05:46.536 --> 00:05:49.518
해주고 이거는 셀러리입니다.

00:05:49.618 --> 00:05:53.423
셀러리는 섬유질을 좀
제거해주시고요.

00:05:53.523 --> 00:05:57.249
섬유질 이렇게, 이 부분.

00:06:08.664 --> 00:06:10.998
애도 4cm로 4cm로.

00:06:11.098 --> 00:06:13.689
주어진 4cm 해주시고요.

01_(중식)홍쇼두부,채소볶음

00:06:13.789 --> 00:06:16.020
주어진 4cm.

00:06:16.120 --> 00:06:21.317
그리고 넓은 쪽은 그냥
이렇게 썰어주시고요.

00:06:21.417 --> 00:06:23.503
폭이 나오는 쪽은 썰어주시고.

00:06:23.603 --> 00:06:26.595
이 부분은 한번 살짝 저미세요.

00:06:28.411 --> 00:06:31.405
이거 다시 저며주시고요.

00:06:33.075 --> 00:06:38.852
같은 크기가 나올 수 있게끔
비슷하게 썰어주시면 됩니다.

00:06:45.158 --> 00:06:46.902
해주시고요.

00:06:47.002 --> 00:06:49.065
그리고 양송이.

00:06:49.165 --> 00:06:54.839
양송이는 자기 모양 그대로
편 썰기 해주시면 됩니다.

00:07:01.409 --> 00:07:03.657
그다음에 향채.

00:07:03.757 --> 00:07:07.095
생강은 마늘, 생강 다
편 썰기입니다.

00:07:07.195 --> 00:07:09.957
편이 너무 크지 않게.

00:07:20.678 --> 00:07:26.241
향채는 한 번에 볶으니까
한곳에 다 모아놓으셔도 됩니다.

00:07:26.341 --> 00:07:27.666
생강.

00:07:32.410 --> 00:07:34.272
그리고 대파.

00:07:34.372 --> 00:07:40.679
대파도, 지금 대파가 많이 크거든요.

00:07:40.779 --> 00:07:44.966
이렇게 클 때는 한 4등분 정도.

00:07:48.521 --> 00:07:50.836
너무 넓지 않게.

00:07:53.796 --> 00:07:57.352
썰어주시면 되겠습니다.

00:07:57.452 --> 00:07:59.411
지금 물이 끓고 있거든요.

00:07:59.511 --> 00:08:04.618
그래서 오늘 채소볶음에

01_(중식)홍쇼두부,채소볶음

요구사항에 보면 향채를 제외한

00:08:04.718 --> 00:08:07.737
모든 거는 한번 데치시오,
되어있어요.

00:08:07.837 --> 00:08:11.926
그래서 이제 파란 거는
한 번에 넣어도 괜찮습니다.

00:08:12.026 --> 00:08:15.053
이렇게 해서 데쳐주시고요.

00:08:31.017 --> 00:08:36.534
찬물에 혹시 파란색이
약간 변할 것 같아서.

00:08:43.201 --> 00:08:45.520
해주시고, 셀러리.

00:08:56.721 --> 00:09:01.764
다른 색깔은 그냥 찬물에
굳이 안 담가도 괜찮습니다.

00:09:01.864 --> 00:09:04.739
그런데 파란색은
혹시 색상 때문에.

00:09:06.655 --> 00:09:10.347
당근은 단단한 거니까
조금 더 익혀주고요.

00:09:21.996 --> 00:09:24.265
빼주시고.

00:09:24.365 --> 00:09:29.489
그리고 시간이 없으면 이렇게 표고
같은 것도 한 번에 데쳐도 됩니다.

00:09:29.589 --> 00:09:32.058
굳이 따로따로 안 하셔도.

00:09:52.134 --> 00:09:54.857
향채는 들어가면 안 됩니다.

00:10:12.856 --> 00:10:15.412
넣었다가 빼주시면.

00:10:20.788 --> 00:10:22.312
됐습니다.

00:10:22.412 --> 00:10:24.102
꺼주시고요.

00:10:25.491 --> 00:10:29.219
이거는 이제 홍쇼두부
끝나면 곧바로 볶아서

00:10:29.319 --> 00:10:32.337
마무리하면 되겠습니다.

00:10:32.437 --> 00:10:36.893
그리고 이제 홍쇼두부에
두부를 먼저 썰겠습니다.

00:10:37.702 --> 00:10:43.058
홍쇼두부는 두부를 튀길 거니까
물기를 한번 닦아주세요.

01_(중식)홍쇼두부,채소볶음

00:10:50.880 --> 00:10:57.408
그리고 이제 여러분 요구사항에 보면
두부는 5cm 두께, 1cm로 해서

00:10:57.508 --> 00:10:59.974
삼각형으로 하시오,
이렇게 쓰여 있어요.

00:11:00.074 --> 00:11:04.404
그러면 주어진 두부를 보면 거의
이렇게 정사각형이 될 겁니다.

00:11:04.504 --> 00:11:08.799
그러면 애를 반을 먼저 자르세요,
반을 먼저 잘라주셔서

00:11:08.899 --> 00:11:11.454
애를 그대로 누세요.

00:11:11.554 --> 00:11:17.246
누어서 지금 1cm로
잘라주시면 됩니다.

00:11:17.346 --> 00:11:23.591
1cm 지금 이렇게 보니까 한
3등분 정도 하면 되겠네요.

00:11:23.691 --> 00:11:25.706
이렇게 하나씩 잘라주시고.

00:11:28.364 --> 00:11:29.710
이렇게 해서.

00:11:38.047 --> 00:11:41.070
다시 이쪽으로 마찬가지로요.

00:11:47.442 --> 00:11:49.077
이렇게 해서.

00:11:53.013 --> 00:11:58.165
지금 이제 홍쇼두부에서
채소는 어떤 cm는 없고요.

00:11:58.265 --> 00:11:59.456
편 썰기예요.

00:11:59.556 --> 00:12:04.554
편 썰기니까 항상 청경채
썰 때 사용하는 방법 똑같습니다.

00:12:04.654 --> 00:12:08.720
이렇게 해서 해주시고요.

00:12:08.820 --> 00:12:12.212
끝에 앞사귀 영그려서 해주시고

00:12:12.312 --> 00:12:19.495
그리고 홍고추 지금 반
갈라서 씨를 좀 뺐게요, 씨.

00:12:38.601 --> 00:12:45.209
해주시고 애도 편 썰기니까
여러분 조금 편안하게 끝에만 살짝

00:12:45.309 --> 00:12:46.967
잘라내시고요.

01_(중식)홍쇼두부,채소볶음

00:12:47.067 --> 00:12:50.017
이렇게 해서 이런
모양으로 하시면 됩니다.

00:12:50.117 --> 00:12:52.468
편 썰기.

00:12:52.568 --> 00:12:57.112
그리고 다시 끝에 살짝
잘라내 주시고요.

00:13:00.881 --> 00:13:03.797
이렇게 해서 이런
모양으로 하시면 됩니다.

00:13:03.897 --> 00:13:04.673
이런 모양.

00:13:04.818 --> 00:13:06.888
잡아주시고요.

00:13:08.598 --> 00:13:11.658
양송이는 자기 모양 그대로입니다.

00:13:11.758 --> 00:13:13.400
양송이.

00:13:21.956 --> 00:13:25.560
거의 이제 시험에서는 이렇게
양송이 통조림이에요.

00:13:25.660 --> 00:13:27.510
통조림을 주거든요.

00:13:44.336 --> 00:13:45.942
해주시고.

00:13:47.508 --> 00:13:49.664
표고.

00:13:49.764 --> 00:13:52.511
안에 이 구부러진 거.

00:13:52.611 --> 00:13:57.996
항상 포 뜨는 것처럼 썰어줄 때는
이걸 좀 제거하는 게 좋아요.

00:14:00.947 --> 00:14:07.244
그리고 포 뜨기 편안하게
미끈거리니까 물기 제거해주시고요.

00:14:12.553 --> 00:14:14.580
다시.

00:14:30.855 --> 00:14:33.045
그리고 죽순.

00:14:33.145 --> 00:14:36.584
죽순도 빗살 모양 그대로
들어가면 좋은데

00:14:36.684 --> 00:14:41.112
편 썰기는 여러분 생각에
한 3,4cm라고 생각하세요.

00:14:41.212 --> 00:14:44.516
3, 4cm 정도로 편으로.

01_(중식)홍쇼두부,채소볶음

00:14:58.504 --> 00:15:03.601
돼지고기도 마찬가지로
편 썰기입니다.

00:15:04.788 --> 00:15:07.656
그래서 이런 편이 나오시면
될 것 같아요.

00:15:07.756 --> 00:15:10.699
이런 편으로.

00:15:10.799 --> 00:15:13.599
너무 넓으면 옆으로 써셔도 되고

00:15:13.699 --> 00:15:16.666
아니면 이렇게 해서.

00:15:38.418 --> 00:15:41.141
이렇게 해서 편 썰기 해서 주시고요.

00:15:41.241 --> 00:15:47.162
그리고 대파, 마찬가지로
한 3cm 정도 해서

00:15:47.262 --> 00:15:49.309
지금 파가 많이 굵어서 제가 지금

00:15:49.409 --> 00:15:52.405
한 4등분 정도 하고 있거든요.

00:16:02.360 --> 00:16:09.282
하면서 여러분이 팬에 두부 튀길
프라이팬을 올려주세요, 팬을.

00:16:11.181 --> 00:16:14.192
그리고 마늘 편 썰기.

00:16:19.785 --> 00:16:24.122
생강도 편 썰기 할 건데
여러분이 제가 다음 단계에 두부를

00:16:24.222 --> 00:16:29.383
튀길 거니까 팬에 이렇게 해서
기름 좀 올려놓으세요.

00:16:30.797 --> 00:16:32.411
그리고 생강 썰 거 있거든요.

00:16:32.511 --> 00:16:36.478
여러분이 불을 켜 때 뭘
썰 건지 생각하시면 돼요.

00:16:36.578 --> 00:16:39.358
다음번에 뭘 할 건지.

00:16:43.623 --> 00:16:45.932
해주고 생강.

00:16:52.832 --> 00:16:56.232
조금만 사용하겠습니다.

00:16:56.332 --> 00:17:00.697
그리고 기름이 올라오는
동안에 제가 이렇게 해서

00:17:00.797 --> 00:17:03.461
달걀 좀 풀어놨습니다, 달걀.

01_(중식)홍쇼두부,채소볶음

00:17:03.561 --> 00:17:07.985
왜 그러냐면 고기에 또 우리
매번 하는 것처럼

00:17:08.085 --> 00:17:10.956
지금 간을 좀 하기 위해서 그럴거든요.

00:17:11.056 --> 00:17:13.050
기름 한번 확인해볼게요.

00:17:13.150 --> 00:17:16.811
팬에서는 금방 올라오는데
원래 이제 두부는

00:17:16.911 --> 00:17:21.520
여러분이 튀김 종류를 하고
나서 여유 있는 기름 있으면

00:17:21.620 --> 00:17:22.956
거기에 튀겨도 됩니다.

00:17:23.056 --> 00:17:25.852
튀기는 게 사실 깊은 기름에서 튀겨주는 게

00:17:25.952 --> 00:17:28.056
색깔이 더 예쁘게 나와요.

00:17:28.156 --> 00:17:31.062
오늘 두부는 유부 같은
색깔이 나와야 돼요.

00:17:31.162 --> 00:17:33.758
그런데 우리가 한식
스타일로 팬에 지지면

00:17:33.858 --> 00:17:35.102
그렇게 예쁘게 안 나와요.

00:17:35.202 --> 00:17:36.101
사실.

00:17:36.201 --> 00:17:39.241
그런데 만약에 이제 팬에
지져야 한다 그럴 때는 기름이

00:17:39.341 --> 00:17:41.793
넉넉한 기름에서 해주세요.

00:17:41.893 --> 00:17:45.538
물기 한번 다시 한번 제거해주시고요.

00:17:51.439 --> 00:17:54.797
우리가 난자완자할 때처럼
색깔이 그렇게 나오는데

00:17:54.897 --> 00:17:58.920
애도 색이 좀 유부 색깔이
나올 수 있게끔

00:17:59.020 --> 00:18:02.219
바짝 튀겨주는 게 좋습니다.

00:18:15.278 --> 00:18:21.927
튀겨지는 동안에 제가 여기 지금
물 전분을 좀 만들어놓을게요.

00:18:38.533 --> 00:18:42.123
그래서 고기에 간장 살짝 넣어주고요.

01_(중식)홍쇼두부,채소볶음

00:18:42.223 --> 00:18:45.139
청주 좀 넣어주시고요.

00:18:45.239 --> 00:18:50.223
그리고 우리 매번 경장육사나
고추 잡채나 부추 잡채에서

00:18:50.323 --> 00:18:55.477
하던 것처럼 달걀 물 살짝
푼 거에다 이거는 흰자 노른자

00:18:55.577 --> 00:18:57.302
같이 들어가도 돼요.

00:18:57.402 --> 00:19:00.565
그리고 전분 가라앉힌 녹말입니다.

00:19:00.665 --> 00:19:04.399
살짝 해서 버무려주세요.

00:19:11.896 --> 00:19:15.358
이것도 기름에 이따 삶을 겁니다.

00:19:15.458 --> 00:19:17.443
삶아서 준비할 거고요.

00:19:17.543 --> 00:19:21.124
지금 한번 제가 보겠습니다.

00:19:26.459 --> 00:19:30.470
색이 좀 진한듯 하게 해주시고.

00:19:33.349 --> 00:19:37.390
기름양이 적으면 두부가
너무 이렇게 두면

00:19:37.490 --> 00:19:39.757
약간 탭듯하게
보일 수가 있거든요.

00:19:39.857 --> 00:19:43.134
황금색이 나오게 해주시면 됩니다.

00:19:43.234 --> 00:19:47.536
지금 색깔이 잘
나왔으니까 건져볼게요.

00:20:01.229 --> 00:20:05.746
그리고 바로 돼지고기 익히겠습니다.

00:20:14.948 --> 00:20:19.831
지금 이제 두부가 튀겨졌으니까
고기 익힐게요.

00:20:54.988 --> 00:20:58.842
여기서 고기를 완전히
익히는 겁니다.

00:21:01.029 --> 00:21:02.979
해주시고요.

00:21:03.079 --> 00:21:04.667
다시.

00:21:19.659 --> 00:21:24.039
지금 팬 달궈서 식용유
넣습니다, 기름.

01_(중식)홍쇼두부,채소볶음

00:21:24.139 --> 00:21:25.690
홍쇼두부 하는 겁니다.

00:21:25.790 --> 00:21:28.543
향채 다 들어가 주고요.

00:21:34.011 --> 00:21:41.906
지금 향이 살짝 우려나면
지금 버섯류 볶다가 청주하고

00:21:42.006 --> 00:21:44.951
간장을 조금 넣으셔도
상관없습니다.

00:21:45.051 --> 00:21:48.218
청주 향 내주시고요.

00:21:48.318 --> 00:21:53.116
그리고 간장 살짝 넣어주고요.

00:21:56.190 --> 00:21:58.765
청경채.

00:22:00.801 --> 00:22:05.147
그리고 지금 물을 좀
넣겠습니다, 물.

00:22:07.166 --> 00:22:10.734
두부가 잠길 정도입니다.

00:22:10.834 --> 00:22:12.977
두부가 잠길 정도로.

00:22:13.077 --> 00:22:15.038
그리고 여기 간장 넣어주세요.

00:22:15.138 --> 00:22:17.823
색깔 맞춰주고요.

00:22:19.740 --> 00:22:23.915
간장 색깔 관촬합니다.

00:22:24.015 --> 00:22:28.943
약간 조금 더 넣어주고요.

00:22:29.043 --> 00:22:31.715
지금 고기 들어갈 겁니다.

00:22:31.815 --> 00:22:33.441
고기 들어가고요.

00:22:33.541 --> 00:22:35.671
두부 들어가고요.

00:22:42.935 --> 00:22:45.951
그리고 전분 처리하겠습니다.

00:22:51.638 --> 00:22:55.571
전분은 제가 중간에 이렇게 만들어놨어요.

00:22:55.671 --> 00:22:58.219
그래서 한번 확인해주시고요.

00:22:58.319 --> 00:23:01.309
다시 한번 농도 한번 보세요.

00:23:01.409 --> 00:23:04.790

01_(중식)홍쇼두부,채소볶음

나눠서 또 넣어주세요, 살짝.

00:23:07.442 --> 00:23:11.956
살은 중국요리는 끓는 물을 넣어주면
이 색상이 그대로 지금 살아있죠.

00:23:12.056 --> 00:23:14.893
그런데 시험장에서는
이렇게 안 돼서 볼 하나라.

00:23:14.993 --> 00:23:16.232
여러분이 어쩔 수 없어요.

00:23:16.332 --> 00:23:20.824
차가운 물 부어서 끓이셔도.
그리고 다 됐거든요.

00:23:20.924 --> 00:23:23.996
마지막에 참기름.

00:23:25.172 --> 00:23:29.024
그래서 완성 접시에 담겠습니다.

00:23:36.524 --> 00:23:40.169
그리고 이제 여러분이 팬을
빨리 다른 팬으로 바꿔서

00:23:40.269 --> 00:23:45.873
바로 이제 채소 볶기를
하시면 되겠습니다.

00:23:46.691 --> 00:23:48.455
식용을 넣어주시고요.

00:23:48.555 --> 00:23:50.975
채소볶음 하겠습니다.

00:23:51.075 --> 00:23:54.322
항상 달궜나 확인하시고요.

00:23:55.742 --> 00:23:58.419
그리고 향채.

00:24:06.015 --> 00:24:07.157
술도 살짝 넣어주고요.

00:24:07.257 --> 00:24:12.228
간장 살짝만 넣으세요.

00:24:12.228 --> 00:24:18.510
오늘 너무 많이 들어가면
어둡게 나옵니다, 그리고 버섯.

00:24:20.195 --> 00:24:22.790
다 넣으세요.

00:24:30.251 --> 00:24:36.899
해주시고 이제 피망하고 청경채만
조금 이따가 들어가겠습니다.

00:24:36.999 --> 00:24:40.826
그리고 물 약간만
짜작짜작할 정도로

00:24:40.926 --> 00:24:42.687
마른 볶음은 아닙니다.

00:24:42.787 --> 00:24:45.741

01_(중식)홍쇼두부,채소볶음

마른 볶음은 아니고
촉촉한 볶음이거든요.

00:24:45.841 --> 00:24:47.415
그래서 넣어주시고요.

00:24:47.515 --> 00:24:49.872
소금 조금 넣고요.

00:24:51.529 --> 00:24:54.445
소금 간 약간 할 겁니다.

00:24:54.545 --> 00:24:56.453
소금 간 해주시고.

00:24:56.553 --> 00:24:58.264
흰 후추.

00:24:58.364 --> 00:25:03.933
그리고 전분 처리, 전분.

00:25:04.033 --> 00:25:07.995
거의 뭐 이렇게 무슨 소스가
있는 그런 건 아니고요.

00:25:08.095 --> 00:25:10.141
약간 촉촉한 그런 볶음이에요.

00:25:10.241 --> 00:25:14.015
그래서 살짝 넣어서.

00:25:14.115 --> 00:25:16.564
몽쳐지지 않게.

00:25:16.664 --> 00:25:18.599
그래서 꺼주시고요.

00:25:18.699 --> 00:25:22.380
참기름 살짝 넣겠습니다.

00:25:22.480 --> 00:25:24.690
끝난 겁니다.

00:25:33.037 --> 00:25:37.029
색깔이 그대로 살아있는 색깔이.

00:25:37.129 --> 00:25:39.673
청색이.

00:25:39.773 --> 00:25:43.167
그리고 조금 마무리해주세요.

00:25:44.140 --> 00:25:47.730
이렇게 녹색이 그대로 살아있게요.

00:25:49.164 --> 00:25:53.635
이렇게 해서 채소볶음하고
홍쇼두부를 끝냈습니다.

00:25:54.941 --> 00:25:58.269
수고하셨습니다.