

치킨데리야끼샌드위치

등이랑 문성실의 이야기가 있는 밥상



오늘은 닭고기를 이용한 피크닉 음식 또는 미리 만들어 두어도 좋은 치킨데리야끼샌드위치입니다.

닭다리살을 닭정육이라고 부르는데요. 닭정육이 통으로 2쪽씩 들어간 아주 푸짐하고 든든한 샌드위치예요. 미리 간장소스에 바짝 조여서 채소와 치즈를 함께 넣어서 먹는 샌드위치로 닭고기를 좋아하는 분들이나 아이들이 즐겨 먹을 만한 메뉴랍니다.

샌드위치의 가장 큰 장점은 미리 만들어 두고 시간이 좀 경과한 후 먹어도 참 맛있다는 점!

샌드위치 좋아하시거나 닭고기 좋아하시는 분들은 오늘 메뉴가 맘에 쏙드실 거예요. 맛은 데리야끼소스에 조린 닭고기를 밥과 먹는 것이 아니라 빵과 함께 먹는 느낌?

그런 표현이 딱 맞는 듯 해요.

Recipe

(2인분)
(밥숟가락 계량)

◆ 주재료 : 치아바타나 포카차아 빵(2개), 닭다리살(4장), 체다슬라이스 치즈(4장), 치커리와 로메인 상추(적당량), 버터(1) ◆ 닭고기 밀간 재료 : 허브맛 소금(0.3), 올리브오일(2), 청주(1) ◆ 데리야끼소스 재료 : 설탕(1), 다진 마늘(0.5), 다진 생강(약간), 간장(2), 맛술(1), 청주(1), 올리고당(1)



1. 발라 놓은 닭다리살을 닭고기 밀간 재료를 골고루 뿌려 재운다. (허브맛소금 대신 소금, 통후춧가루를 사용하셔도 됩니다.)



2. 데리야끼소스 재료들을 한데 섞는다.



3. 빵을 반으로 잘라 아무 것도 두르지 않은 팬에 앞뒤로 굽는다. (팬 하나로 사용할 것이니까, 우선 팽부터 굽습니다.)



4. 달군 팬에 역시 아무 것도 두르지 않은 상태에서 닭고기 양념한 것을 넣고 중약불에서 앞뒤로 속까지 꽂 구워 익힌다.



5. 깨끗하게 닦아낸 팬에 미리 만들어 놓은 데리야끼소스를 끓고 불의 세기를 올려 전체적으로 윤기나게, 물기 없이 바짝 조려준다.



6. 구운 빵에 양쪽 모두 버터를 알게 퍼서 바른다. (버터 대신 크림치즈나 마요네즈를 알게 퍼서 발라주어도 좋답니다.)



7. 한쪽에는 치커리나 로메인 상추를, 또 한쪽에는 체다슬라이스 치즈를 펼쳐 올리고 충분히 식힌 조린 닭고기를 올리고, 빵을 서로 포개주면 끝.

TIME 123
INSURANCE

CA Lic. #0I77153

메디케어/ 메디칼

▶ 연중 가입기간

▶ 10/15~12/7

2022년 플랜 꼼꼼히
비교해 보세요

TIME 123 INSURANCE 는 서울 메디칼 그룹과 함께합니다.

SMG 서울 메디칼 그룹
SEOUL MEDICAL GROUP4년 연속 환자 만족도와 의료진 진료 수준
최고 5성급 메디칼 그룹

www.seoulmedicalgroup.com

100세 시대, 은퇴 상담

- ▶ Retirement Plan: 401K Rollover
- ▶ IRA를 통한 롱텀케어 평생 커버 보장
- ▶ 질병에 대한 롱텀케어 준비
- ▶ 평생 인컴 플랜
- ▶ 완벽한 장례절차 준비

Sussy Kim 김성원

Tel. 562.833.1885
714.994.2222

▶ 무료상담 언제든지 환영합니다.

sussy.w.kim@gmail.com Fax. 714.515.3697
5731 Beach Bl., #203, Buena Park, CA 90621

Kye's Microblading

카이 반영구화장

Grand Opening Special

눈썹시술 \$350→\$280

- 3D 자연눈썹
- 남자눈썹
- 탈모커버
- 4D 자연눈썹
- 입술 틴트
- 속눈썹 리프팅
- 아이라인
- 매력점
- 뽀티, 바디타투



909-706-7299

7700 Orangethorpe Ave., #3, Buena Park CA 90621 (뷰티박스 내)



Kyes.studio



Kye's Microblading

