



AUSSIE BEEF RECIPE BOOK

by 홍신애 요리연구가





호주청정우

호주청정우는 전세계에서도 손 꼽히는 청정 지역인 호주의 자연환경에서 자라고 철저한 품질관리를 거쳐 생산된 호주산 소고기를 말합니다.

호주청정우는 생산 단계에서부터 사육 방법에 따라 목초사육/곡물비육/와규 등으로 구분.

소비자의 다양한 선호도를 고려해 각자의 특성에 따른 맛과 질감을 제공합니다.

목초사육(Grass-Fed Beef)

호주의 목초 사육 소고기는 풀만 먹고 자란 소를 의미합니다. 드넓은 초원에서 방목되어 자라 운동량이 많기 때문에 근내지방이 상대적으로 적은 것이 특징으로 담백한 맛을 선호하는 분들에게 적합합니다.





곡물 비육(Grain-Finished Beef)

호주의 곡물 비육 소고기는 생후 18-24개월 가량까지 푸른 초원에서 자유롭게 방목되다가 도축 전 일정기간동안 보리,콩,수수,밀 등 곡물사료를 먹인 소고기를 일컫습니다.

마블링이 풍부하며 부드러운 맛과 풍미를 즐길 수 있는 것이 특징입니다.

와규(Wagyu)

호주산 와규는 풍부한 불포화지방과 촘촘한 살코기 섬유 조직을 지닌 프리미엄 품질의 소고기로, 한층 더 부드럽고 고급스러운 풍미와 식감을 제공합니다.





AUSSIE BEEF RECIPE BOOK

호주청정우 홍보대사

홍신애

셰프 겸 요리연구가

건강하고 신선한 재료가 요리 맛의 90%를 결정한다고 믿는 홍신애 셰프는 국내를 대표하는 요리연구가이자 방송인으로, 다양한 활동을 이어가고 있습니다.

2023년 호주 축산농장을 직접 방문한 계기를 통해 레스토랑 솔트의 메뉴에 호주 목초육을 적극 활용하며, 청정 대자연에서 자란 호주청정우의 가치를 알리고 있습니다.

홍신애 셰프는 호주청정우 홍보대사로 활동하며 소비자에게 건강한 식재료와 지속 가능한 식문화를 전하기 위해 노력하고 있습니다.

AUSSIE BEEF RECIPE BOOK



신선한 전국 각지의 제철 채소와 호주청정우를 활용해
건강함과 맛의 균형을 살린 레시피.

제철의 풍미를 담아낸 자연 친화적인 한식 스타일 요리.



호주청정우를 활용해 일상에서 누구나 쉽게 즐길 수 있는 레시피.

덮밥, 찌개 등 친숙한 요리를 통해, 간편하게 따라 할 수 있으면서도
프리미엄 재료의 풍미를 경험할 수 있는 실용적이며 특별한 요리.

AUSSIE BEEF RECIPE BOOK



Recipe developed by 홍신애 요리연구가



호주청정우 꽃갈비살 양념구이

Aussie beef Marinated Boneless Short Rib



호주청정우 돌배김치 비빔국수

Aussie beef Pear Kimchi Bibim Noodles



호주청정우 표고버섯 페퍼소스 안심스테이크

Aussie beef Tenderloin Steak with
Shiitake Pepper Sauce



호주청정우 살치살 양배추 팬케이크

Aussie beef Chuck Flap Cabbage Pancake



호주청정우 고추냉이 스테이크 솔밥

Aussie beef Wasabi Steak Rice Pot



호주청정우 함양파 불고기

Aussie beef Bulgogi with Sweet Onions



호주청정우 쇠고기 산나물 편백찜

Aussie beef Steamed Mountain
Vegetables with Hinoki



호주청정우 블루베리 스테이크 브런치

Aussie beef Blueberry Steak Brunch



호주청정우 꽃갈비살 양념구이

Aussie beef Marinated Boneless Short Rib





호주청정우 꽃갈비살 양념구이

Aussie beef Marinated Boneless Short Rib

재료

호주청정우 꽃갈비살 500~600g
돌배 약간, 양조간장 3큰술, 설탕 2큰술, 다진 마늘 1큰술,
다진 생강 1/4큰술, 청주 1큰술, 참기름 1큰술, 후추, 식용유

호주청정우 꽃갈비살 양념구이



조리방법

- 01 꽃갈비살을 두드려 준비합니다.
- 02 돌배를 잘게 다집니다.
- 03 간장에 설탕을 녹인 후, 다진 돌배, 마늘, 생강, 참기름을 넣고 섞어 갈비 양념을 만듭니다.
- 04 꽃갈비살과 양념이 잘 섞이도록 버무려 줍니다.
- 05 준비된 숯불에 양념한 고기를 올려 굽습니다.
- 06 상황에 따라 뱃짚을 올려 고기에 향을 입힙니다.



호주청정우 돌배김치 비빔국수

Aussie beef Pear Kimchi Bibim Noodles





호주청정우 돌배김치 비빔국수

Aussie beef Pear Kimchi Bibim Noodles

기본 재료

돌배 2개, 영양부추 1단, 쪽파 약간, 고추장 1큰술, 참기름 3큰술,
통깨 약간, 소면 3~4인분

김치 양념 재료

고춧가루 3큰술, 까나리액젓 3큰술, 소금 약간, 매실청 2큰술,
다진 마늘 2큰술, 다진 생강 1/2큰술

호주청정우 돌배김치 비빔국수



조리방법

- 01 돌배 채 썰고 영양부추는 한 마디 크기로 자릅니다.
- 02 김치 양념 재료를 섞어 양념을 만듭니다.
- 03 돌배와 영양부추를 양념에 버무립니다.
- 04 국수를 삶아 찬물에 헹군 뒤 물기를 뺍니다.
- 05 돌배 김치에 국수를 넣고 참기름을 둘러 버무립니다.
- 06 통깨를 뿌려 마무리합니다.
- 07 앞서 만든 <꽃갈비살 양념구이>를 얹으면 환상적인 호주청정우 돌배김치 비빔국수 완성!



호주청정우 표고버섯 페퍼소스 안심스테이크

Aussie beef Tenderloin Steak with Shiitake Pepper Sauce





호주청정우 표고버섯 페퍼소스 안심스테이크

Aussie beef Tenderloin Steak with Shiitake Pepper Sauce

기본 재료

호주청정우 안심 스테이크용 400g
표고버섯 8개, 양파 1개, 간마늘 6알, 감자 3개, 생크림 400ml,
버터 2큰술, 통후추 2큰술, 버번 위스키 4큰술, 파마산 치즈,
이탈리안 파슬리, 올리브 오일

조리방법

- 01 표고버섯은 굵게 자르고 감자는 삶습니다.
- 02 마늘과 양파를 손질합니다.
- 03 삶은 감자에 마늘, 후추, 생크림을 넣어 매시드포테이토를 만듭니다.
- 04 팬에 안심을 굽고 플람베합니다.
(와인으로 대체 가능, 소주는 X)
- 05 같은 팬에 버섯, 양파, 버터, 생크림을 넣어 끓입니다.
- 06 안심을 다시 넣고 버무립니다.
- 07 치즈와 파슬리를 뿌린 뒤 올리브 오일을 둘러 마무리합니다.





호주청정우 살치살 양배추 팬케이크

Aussie beef Chuck Flap Cabbage Pancake





호주청정우 살치살 양배추 팬케이크

Aussie beef Chuck Flap Cabbage Pancake

기본 재료

호주청정우 살치살 250g
양배추 ¼통, 양파 ¼개, 청고추, 홍고추 각 1개, 달걀 2개,
부침가루 1큰술, 소금, 오코노미 소스, 마요네즈, 대파, 고춧가루,
간장 1큰술, 청주 1큰술, 다진 마늘 2쪽, 설탕 ½큰술, 식초 ½큰술,
참기름 1큰술, 까나리 액젓 1큰술, 후추 약간

조리방법

- 01 살치살을 길게 썹니다.
- 02 마늘을 다진 후, 설탕, 청주, 간장, 까나리 액젓, 식초를 넣고 버무린 뒤 재워 둡니다.
- 03 양배추와 양파, 청고추, 홍고추를 잘게 채 썰어 준비합니다.
- 04 여기에 달걀과 부침가루 약간, 소금, 후추를 넣고 버무립니다.
- 05 프라이팬에 식용유를 두르고 재워 둔 살치살을 볶습니다.
- 06 그 위에 양배추 반죽을 올리고 뚜껑을 덮어 촉촉하게 익힙니다.
- 07 완성된 팬케이크 위에 오코노미 소스와 마요네즈, 고춧가루를 뿌려 마무리합니다.



호주청정우 살치살 양배추 팬케이크



호주청정우 고추냉이 스테이크 솔밥

Aussie beef Wasabi Steak Rice Pot





호주청정우 고추냉이 스테이크 솔밥

Aussie beef Wasabi Steak Rice Pot

재료

호주청정우 부채살 300g
고추냉이 근경 4개, 쌀(수향미 권장), 낫토 팩, 다진 쪽파 ½컵,
다진 고추냉이 ½컵, 들기름(참기름) 약간, 버터 1개

만능 양념장 재료

마늘 8쪽, 양조간장 4큰술, 설탕 2큰술, 양조식초 약간, 고추냉이 약간

호주청정우 고추냉이 스테이크 솔밥



조리방법

- 01 세척한 고추냉이 근경을 2-3등분으로 썰어 둡니다.
- 02 가마솥에 불린 쌀과 고추냉이를 함께 넣고 안쳐 둡니다.
- 03 프라이팬에 올리브 오일을 두른 후, 시즈닝한 호주청정우 부채살을 미디엄으로 굽습니다.
- 04 그 사이, 만능 양념장을 만들어 둡니다.
- 05 밥이 다 되면 다진 쪽파와 고추냉이 줄기, 그리고 부채살 스테이크를 올립니다.
- 06 기호에 따라 낫토, 버터, 들기름(또는 참기름)이나 만능 양념장을 추가해 드시면 됩니다.



호주청정우 함양파 불고기

Aussie beef Bulgogi with Sweet Onions





호주청정우 함양파 불고기

Aussie beef Bulgogi with Sweet Onions

재료

호주청정우 불고기감 500g (ex. 척롤, 전각, 설도, 토시살 등)
함양파 4개, 올리브 오일

불고기 양념

간장 2큰술, 설탕 2큰술, 청주 1큰술, 다진 마늘 1큰술,
다진 생강 1/4큰술, 참기름 약간

호주청정우 함양파 불고기



조리방법

- 01 호주청정우 불고기감을 서로 얹힐 정도로 잘게 다져 둡니다.
- 02 세척한 함양파와 마늘, 생강을 다집니다.
- 03 재료들을 한데 모아 불고기 양념 재료를 넣고 버무립니다.
- 04 프라이팬에 올리브 오일을 두르고 함양파를 골고루 구워 줍니다.
- 05 구운 함양파를 그릇에 세팅한 뒤, 함양파 향을 입은 올리브 오일에 불고기를 굽습니다.
- 06 불고기가 익으면, 구운 함양파 위에 얹어 플레이팅하여 함께 드시면 됩니다.



호주청정우 쇠고기 산나물 편백찜

Aussie beef Steamed Mountain Vegetables with Hinoki





호주청정우 쇠고기 산나물 편백찜

Aussie beef Steamed Mountain Vegetables with Hinoki

재료

호주청정우 자유방목 블랙앵거스 부채살 샤브샤브용 400g
제철 산나물 두어줌, 연근 100g, 숙주나물 300g, 두부 1모,
홍고추 2개, 표고버섯 6~7개

양념

간장 1큰술, 설탕 1/2큰술, 청주 1큰술, 식초, 소금 약간

땅콩 소스

간장 1큰술, 땅콩버터 2큰술, 설탕,
식초 1큰술, 다진 마늘,
다진 생강 1/2 큰술, 간장 1/2 큰술

된장 소스

된장, 고추장, 다진 마늘,
들기름 1큰술

호주청정우 쇠고기 산나물 편백찜



조리방법

- 01 산나물, 연근, 버섯, 홍고추를 손질합니다.
- 02 연근은 삶아 건지고,
홍고추는 세로로 썰어 둡니다.
- 03 팬에 올리브 오일을 두르고 호주청정우
살치살을 운 후 양념을 발라 익혀 줍니다.
- 04 같은 팬에 연근을 굽고, 두부는 간장,
설탕, 식초와 함께 조리합니다
- 05 살치살을 구운 팬에 연근을 굽고
두부는 간장, 설탕, 식초와 함께 조리합니다.
- 06 호주청정우 자유방목 블랙앵거스
부채살 샤브샤브용에 산나물과 채소를 넣어
말아 준비합니다.
- 07 찜기에 숙주, 산나물을 깔고 고기를 담습니다.
- 08 약 10분간 찜 주고, 소스와 함께 드시면 됩니다.



호주청정우 블루베리 스테이크 브런치

Aussie beef Blueberry Steak Brunch





호주청정우 블루베리 스테이크 브런치

Aussie beef Blueberry Steak Brunch

재료

호주청정우 채끝살 600g
블루베리 3컵, 화이트와인 1컵,
부침가루 3큰술, 옥수수 전분 약간, 쌈채소 100g, 감자2개,
마늘 5-6쪽, 설탕 3큰술, 소금, 후추, 올리브 오일 약간,
토마토 3개(생략가능)

조리방법

- 01 감자는 껍질째 썰어 소금, 후추로 간한 뒤 전분을 묻혀 노릇하게 굽습니다.
- 02 블루베리를 중불에 볶다 설탕, 소금, 화이트와인, 전분물을 넣어 졸이고 레몬즙으로 마무리해 콩포트를 만듭니다.
- 03 호주청정우 채끝살에 칼집을 내고 소금, 후추로 밑간한 뒤 부침가루를 고루 묻힙니다.
- 04 팬에 올리브 오일과 마늘을 볶아 향을 내고 채끝살을 올려 구워 줍니다.
- 05 고기를 레스팅 하는 동안 쌈채소와 블루베리를 그릇에 담아줍니다.
- 06 후추, 소금, 올리브 오일을 뿌려 버무려 샐러드를 만들어 줍니다.
- 07 감자, 콩포트, 스테이크, 샐러드를 함께 플레이팅 해줍니다.

호주청정우 블루베리 스테이크 브런치



AUSSIE BEEF RECIPE BOOK



Recipe developed by 홍신애 요리연구가



호주청정우 부채살 버섯전골
Aussie beef Chuck Flap Mushroom Hot Pot



호주청정우 부채살 육전
Aussie beef Chuck Flap Yukjeon
(Pan-fried Beef Pancake)



호주청정우 소고기 수삼 갈비찜
Aussie beef Ginseng Short Rib Stew



호주청정우 소고기 가지 덮밥
Aussie beef Eggplant Rice Bowl



호주청정우 차돌박이 순두부 찌개
Aussie beef Brisket Soft Tofu Stew



호주청정우 갈비 양념 윗등심구이
Aussie beef Marinated Top Sirloin BBQ



호주청정우 표고버섯만두
Aussie beef Shiitake Mushroom Dumplings



호주청정우 살치살 냉우동 샐러드
Aussie beef Chuck Flap Cold Udon Salad



호주청정우 부채살 버섯전골

Aussie beef Chuck Flap Mushroom Hot Pot





호주청정우 부채살 버섯전골

Aussie beef Chuck Flap Mushroom Hot Pot

재료

호주청정우 부채살 300g
분고버섯 2~3개, 느타리·백만송이 등 버섯 150g
양파 1/2개, 쪽파 4~5줄기

디핑 소스

양조간장 4큰술, 다진 마늘 1큰술, 설탕 1큰술
식초 2큰술, 레몬즙 1큰술, 청주 1큰술, 참기름 1큰술, 후추 약간

호주청정우 부채살 버섯전골



조리방법

- 01 간장, 마늘, 설탕, 청주, 참기름을 섞어 양념을 준비합니다.
- 02 부채살은 결을 따라 두드려 연하게 만들어줍니다.
- 03 버섯과 양파를 먹기 좋은 크기로 잘라줍니다.
- 04 버섯은 팬에 데친 뒤 물기 제거를 해줍니다.
- 05 냄비에 육수와 고기, 채소를 넣고 끓여줍니다.
- 06 디핑 소스 재료를 섞어 완성합니다.
- 07 고기와 채소를 소스에 찍어 먹어줍니다.
- 08 건더기와 국물은 밥이나 소면과 함께 즐깁니다.



호주청정우 부채살 육전

Aussie beef Chuck Flap Yukjeon (Pan-fried Beef Pancake)





호주청정우 부채살 육전

Aussie beef Chuck Flap Yukjeon (Pan-fried Beef Pancake)

재료

호주청정우 부채살 300g
양파 1/2개, 밀가루, 달걀, 식용유, 파채 100g

초간장 양념

식초 1큰술, 간장 1큰술

파채 양념

고춧가루, 식초, 설탕, 간장, 통깨, 참기름



조리방법

- 01 부채살에 간장·소금·후추로 밑간을 합니다.
- 02 달걀을 풀고 간장·참기름을 섞어줍니다.
- 03 고기에 밀가루를 묻힌 뒤 달걀물에 적십니다.
- 04 기름 두른 팬에 앞뒤로 구워줍니다.
- 05 파채 양념 재료를 섞어 소스를 만듭니다.
- 06 구운 고기 위에 파채를 올려줍니다.
- 07 기호에 따라 초간장을 곁들입니다.



호주청정우 소고기 수삼 갈비찜

Aussie beef Ginseng Short Rib Stew





호주청정우 소고기 수삼 갈비찜

Aussie beef Ginseng Short Rib Stew

재료

호주청정우 찜갈비 600g
수삼 2뿌리, 무 400g, 표고버섯 5장, 당근 1개, 대파 4뿌리,
밤 4알, 물 600ml, 청주 500ml, 통후추, 정향 5개

갈비 양념

양조간장 6큰술, 설탕 4큰술, 식초 2큰술, 다진 마늘 1큰술,
다진 생강 1/2큰술, 후추 약간

호주청정우 소고기 수삼 갈비찜



조리방법

- 01 갈비살에 칼집을 넣어 찬물에 담가 핏물을 제거합니다.
- 02 수삼은 깨끗이 씻어 절단합니다.
- 03 무와 당근은 큼직하게 썰고 표고버섯은 동그랗게 찹니다.
- 04 버섯은 향이 남지 않도록 살짝 데칩니다.
- 05 대추는 씨를 빼고 통후추와 함께 준비합니다.
- 06 압력솥에 물, 청주, 통후추, 정향, 수삼, 무, 당근, 밤, 간장을 넣고 20분간 끓입니다.
- 07 고기를 건져내고 채소를 아래에 깔아 다시 고기를 올려 한 번 더 끓입니다.
- 08 마지막으로 다진 마늘, 생강, 버섯, 대추, 밥과 수삼을 넣고 함께 끓이면 완성합니다.



호주청정우 소고기 가지 덮밥

Aussie beef Eggplant Rice Bowl





호주청정우 소고기 가지 덮밥

Aussie beef Eggplant Rice Bowl

재료

호주청정우 치마살 300g
가지 2개, 소금, 후추, 밀가루 2큰술, 우유 2큰술, 식용유,
다진 양파 1컵, 다진 마늘 2큰술, 다진 쪽파 2큰술, 다진 당근 2큰술,
다진 셀러리 2큰술, 우스터소스 2큰술, 설탕 1큰술, 간장 1큰술,
토마토케첩 3큰술, 참기름, 후추 약간

조리방법

- 01 치마살은 결을 따라 큼직하게 썹니다.
- 02 가지는 도톰하게 썰어 소금과 후추로 간을 합니다.
- 03 풀어 놓은 달걀에 치마살과 가지를 버무린 후 밀가루와 우유를 넣어 한 번 더 버무립니다.
- 04 팬에 기름을 두르고 치마살과 가지를 앞뒤로 노릇하게 지킵니다.
- 05 다른 팬에 다진 양파, 마늘, 쪽파, 당근, 셀러리를 넣어 볶다가 우스터소스, 설탕, 간장, 케첩, 참기름, 후추를 넣어 소스를 만듭니다.
- 06 완성된 소스에 지져낸 치마살과 가지를 넣어 한번 볶은 뒤, 따뜻한 밥 위에 얹어 완성합니다.

호주청정우 소고기 가지 덮밥





호주청정우 차돌박이 순두부 찌개

Aussie beef Brisket Soft Tofu Stew





호주청정우 차돌박이 순두부 찌개

Aussie beef Brisket Soft Tofu Stew

재료

호주청정우 차돌박이 150g
순두부 1줄, 양파 1/4개, 청양고추 1개, 홍고추 약간, 달걀 1개

양념 재료

참기름 1큰술, 고춧가루 1큰술, 까나리 액젓 1큰술, 간장 1큰술,
설탕 1큰술, 다진 마늘 1큰술

호주청정우 차돌박이 순두부 찌개



조리방법

- 01 양파, 청양고추, 파를 작게 썩니다.
- 02 달걀, 고춧가루, 까나리 액젓, 간장, 설탕, 참기름을 넣어 양념을 만듭니다.
- 03 냄비에 참기름을 두르고 기름 코팅을 합니다.
- 04 차돌박이를 먼저 볶은 후, 만든 양념을 넣고 함께 볶습니다.
- 05 물을 넣지 않은 상태에서 순두부를 넣고 뚜껑을 덮어 끓여 줍니다.
- 06 순두부에서 물이 나오면 차돌박이 순두부찌개가 완성됩니다.



호주청정우 갈비 양념 윗등심구이

Aussie beef Marinated Top Sirloin BBQ





호주청정우 갈비 양념 윗등심구이

Aussie beef Marinated Top Sirloin BBQ

재료

호주청정우 윗등심 400g
대파 흰 부분 1대, 올리브 오일

양념 재료

양조간장 2큰술, 설탕 2큰술, 다진 마늘 1큰술, 다진 생강 약간,
청주 1큰술, 후추 약간, 참기름 1큰술

호주청정우 갈비 양념 윗등심구이



조리방법

- 01 간장, 설탕, 다진 마늘·생강, 청주, 후추 참기름을 혼합하여 갈비 양념을 만듭니다.
- 02 윗등심은 칼로 두드려 연육합니다.
- 03 대파는 굵게 어슷 썰고, 마늘은 편으로 썹니다.
- 04 고기에 양념을 넣어 고루 버무립니다.
- 05 팬에 올리브 오일을 두른 후 대파와 마늘을 볶아 향을 냅니다.
- 06 고기를 넣어 앞뒤로 노릇하게 굽습니다.



호주청정우 표고버섯만두

Aussie beef Shiitake Mushroom Dumplings





호주청정우 표고버섯만두

Aussie beef Shiitake Mushroom Dumplings

재료

호주청정우 부채살 200g
생표고 10장, 다진마늘 1큰술, 다진 생강 1/2큰술,
옥수수 전분 4큰술, 올리브 오일 적당량

초간장 재료

식초 1큰술, 간장 1큰술

양념 재료

간장 1큰술, 청주 1큰술, 설탕 1큰술



조리방법

- 01 생표고는 꼭지를 제거하고, 꼭지는 잘게 다져 놓습니다.
- 02 소고기는 칼로 작게 잘라서 다지듯이 두드려 줍니다.
- 03 다진 마늘, 다진 생강, 간장, 청주, 설탕 양념을 섞어 줍니다.
그리고 소고기와 양념을 손으로 치대어 찰지게 만들어 줍니다.
- 04 표고버섯 안쪽에 옥수수 전분을 바르고 양념한 소고기로 속을 채워 놓은 후, 다시 옥수수 전분을 뿌려 겉면을 코팅해 줍니다.
- 05 올리브 오일에 앞뒤로 잘 익히고 초간장에 찍어 먹습니다.
(혹은 찜통에 10분간 찌서 완성합니다)



호주청정우 살치살 냉우동 샐러드

Aussie beef Chuck Flap Cold Udon Salad





호주청정우 살치살 냉우동 샐러드

Aussie beef Chuck Flap Cold Udon Salad

재료

호주청정우 살치살 300g
우동면 2팩, 토마토 1개, 양배추 채 100g, 깻잎 5장, 상추 5장, 레몬 1/2개

소고기 마리네이드 양념 재료

다진 마늘 1큰술, 다진 생강 약간, 소금 약간, 후추 약간, 올리브 오일 1큰술

까나리액젓 드레싱 재료

양조간장 2큰술, 양조식초 2큰술, 설탕 2큰술, 까나리 액젓 1큰술
와사비 약간, 올리브 오일 1큰술, 참기름 1큰술

호주청정우 살치살 냉우동 샐러드



조리방법

- 01 깻잎과 상추는 손으로 작게 뜯어 양배추 채와 버무려 줍니다.
- 02 토마토는 썰어주세요. (레몬즙은 취향에 맞게)
- 03 소고기 마리네이드 양념은 다진 마늘 1큰술, 다진 생강 약간, 소금과 후추를 섞어 줍니다.
- 04 까나리 액젓 드레싱을 만들어줍니다
- 05 삶은 우동면을 차갑게 식혀, 물기를 뺀 뒤 까나리액젓 드레싱에 버무려 줍니다.
- 06 버무려 둔 살치살은 기름을 두른 프라이팬에 빠르게 구워 줍니다.
- 07 접시에 양배추, 상추 등 야채를 담고 우동, 살치살, 토마토를 올린 뒤 드레싱을 곁들여 완성합니다.



AUSSIE BEEF RECIPE BOOK

by 홍신애 요리연구가

