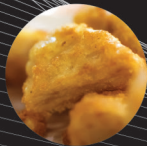


BRUNO

ROLLING OVEN

통돌이 오븐 | RECIPE BOOK



CONTENTS

구이요리

01. 통삼겹살구이	4
02. 돼지쪽갈비구이	5
03. 통닭구이	6
04. 고등어구이	7
05. 새우구이	8
06. 닭날개구이	9
07. 떡갈비구이	10
08. 군만두	11

꼬치요리

01. 양꼬치	22
02. 돼지고기야채꼬치	23
03. 불닭꼬치	24
04. 떡꼬치	25
05. 모듬꼬치	26
06. 닭고기데리야끼꼬치	27

밥요리

01. 소고기밥	36
02. 야채밥	37
03. 곤드레밥	38
04. 김치볶음밥	39

양식요리

01. 안심스테이크	14
02. 등심스테이크	15
03. 닭가슴살스테이크	16
04. 바비큐폭립	17
05. 크림스파게티	18
06. 찹스테이크	19

곡물요리

01. 팝콘만들기	30
02. 옥수수구이	31
03. 밤구이	32
04. 군고구마	33
05. 감자구이	34

볶음요리

01. 소불고기	42
02. 제육볶음	43
03. 순대볶음	44
04. 멸치짜리고추볶음	45
05. 잡채	46
06. 닭볶음탕	47

※조리시간은 재료의 크기 및 환경에 따라 달라질 수 있으니 조리 중에 확인하시어 시간을 조절하여 주십시오.



홈메아드로 맛있게 즐기는

구이요리

-
01. 통삼겹살구이 02. 돼지쪽갈비구이 03. 통닭구이
04. 고등어구이 05. 새우구이 06. 닭날개구이
07. 떡갈비구이 08. 군만두

01 통삼겹살구이

재 료

통삼겹살 1~2kg, 소금, 후추,
화이트와인 또는 소주 약간

만드는 법

1. 통삼겹살을 가로 세로 3cm 두께로 길게 잘라 소금과 후추, 와인을 곁에 약간 뿌린다.
2. 드럼솔 기름배출구를 열고 칸막이를 결합한 후 각 칸에 한 덩어리씩 삼겹살을 넣는다.
3. 뚜껑에 있는 스팀배출구 마개를 닫고 유리뚜껑을 닫는다.
4. 드럼솔을 본체에 결합한다.
5. 전원을 켜고 시간 40분으로 설정한다.
6. 조리가 완료되면 하나씩 꺼내 먹기 좋은 크기로 썰어 접시에 담는다

Tip

통삼겹은 두께에 따라 익는 시간이 다르다. 따라서 두꺼우면 시간을 늘린다.



02 돼지쪽갈비구이

재 료

돼지갈비2kg, 소금, 후추

만드는 법

1. 돼지갈비는 물에 담가 핏물을 제거하고 소금후추로 양념한다.
2. 드럼솔 기름배출구를 열고 칸막이를 결합한다.
3. 각 칸에 돼지갈비를 한 두 개씩 넣는다.
4. 뚜껑에 있는 스팀배출구 마개를 닫고 뚜껑을 닫는다.
5. 드럼솔을 본체에 결합한다.
6. 전원을 켜고 시간을 40분으로 설정한다.

Tip

쪽갈비는 끓는 물에 한번 삶아내고 굽기도 하고 그냥 구워도 된다.
또한 소금 후추만 뿌려 구워 먹거나 취향에 따라 바비큐소스를 발라 구워도 맛이 있다.



03 통닭구이

재 료

닭1마리. 굵은소금1컵, 로즈마리1큰술, 통후추1작은술

만드는 법

1. 닭을 손질하여 굵은 소금을 많이 뿌려 30분간 재워 둔다.
2. 재워둔 닭을 물에 깨끗이 씻는다.
3. 닭에 로즈마리와 통후추를 뿌린다.
4. 드럼솔 기름배출구를 열고 칸막이를 빼낸 후 통닭을 넣는다.
5. 뚜껑에 있는 스팀배출구 마개를 닫고 뚜껑을 닫는다.
6. 드럼솔을 본체에 결합한다.
7. 전원을 켜고 시간을 50분으로 설정한다.

Tip

닭은 크기가 다양하므로 크기에 따라 조리시간을 조절하여 사용한다.



04 고등어구이

재 료

고등어3마리, 레몬1/2개, 소금 약간.

만드는 법

1. 고등어를 깨끗이 손질한 후 굵은 소금과 레몬즙을 뿌린다.
2. 드럼솔 기름배출구를 열고 칸막이를 설치한다.
3. 각 칸에 고등어 한 쪽씩 넣는다.
4. 뚜껑에 있는 스팀배출구 마개를 열고 뚜껑을 닫는다.
5. 드럼솔을 본체에 결합한다.
6. 전원을 켜고 시간을 30분분으로 설정한다.

Tip

싱싱하지 않는 고등어는 부서지기 쉽다. 따라서 간 고등어나 약간 말린 고등어를 구우면 좋다.



05 새우구이

재 료

대하 12마리, 왕소금 적당량



만드는 법

1. 새우를 깨끗이 손질한 후 굵은 소금을 뿌린다.
2. 드럼솔 기름배출구를 닫고 칸막이틀을 결합한다.
3. 굵은 소금과 함께 각 칸에 새우를 넣는다.
4. 뚜껑에 있는 스팀배출구 마개를 열고 유리뚜껑을 닫는다.
5. 드럼솔을 본체에 결합한다.
6. 전원을 켜고 시간을 20분으로 설정한다.

Tip

새우소금구이를 할 때 드럼솔 칸막이를 꺼내고 새우와 함께 굵은 소금을 많이 넣고 구워도 맛있는 새우소금구이가 된다.

06 닭날개구이

재 료

닭날개 30개

양념장

간장 5큰술, 고추가루 1큰술, 설탕 4큰술, 물엿 1큰술, 생강즙 1큰술, 타바스코 1큰술, 후추 약간

만드는 법

1. 닭날개를 깨끗이 손질하여 칼집을 넣어 우유에 30분정도 재워둔다.
2. 위의 양념재료를 모두 넣고 양념장을 만든다.
3. 우유에서 건진 닭날개를 다시 양념장에 넣고 30분 다시 재운다.
4. 드럼솔 기름배출구를 열고 칸막이 틀을 결합한 후 각 칸에 닭날개를 넣는다.
5. 뚜껑에 있는 스팀배출구 마개를 닫고 뚜껑을 닫는다.
6. 드럼솔을 본체에 결합한다.
7. 전원을 켜고 시간을 30분으로 설정한다.

Tip

데리야끼소스를 발라 구워도 좋고 로즈마리와 소금, 레몬만 살짝 뿌려 구워먹기도 한다.



07 떡갈비구이

재 료

떡갈비 1봉지

만드는 법

1. 마트에 포장된 떡갈비를 구입하여 준비한다.
2. 드럼솔 기름배출구를 열고 칸막이틀을 결합한다.
3. 각 칸에 떡갈비를 넣는다.
4. 뚜껑에 있는 스팀배출구 마개를 열고 뚜껑을 닫는다.
5. 드럼솔을 본체에 결합한다.
6. 전원을 켜고 시간을 30분으로 설정한다.

Tip

시중에서 구입한 떡갈비는 대부분 냉동상태로 되어 있는 데 녹이지 말고 냉동상태로 그대로 넣고 조리하면 된다.



08 군만두

재 료

냉동만두 16개

만드는 법

1. 냉동만두를 구입하여 준비한다.
2. 드럼솔 뚜껑을 열고 칸막이를 설치한 후 만두를 가지런히 넣는다.
3. 뚜껑스팀배출구를 열어 놓고 유리뚜껑을 닫는다.
4. 드럼솔을 본체에 결합한다.
5. 전원을 켜고 시간을 30분으로 설정한다.

Tip

냉동상태 그대로 넣어서 조리한다.







홈메아드로 맛있게 즐기는

양식요리

01. 안심스테이크 02. 등심스테이크 03. 닭가슴살스테이크
04. 바비큐폭립 05. 크림스파게티 06. 찹스테이크

01 안심 스테이크

재 료

안심스테이크 200g, 채소(양송이, 양파, 통마늘, 당근, 아스파라거스 등)

만드는 법

1. 안심스테이크를 구입하여 올리브유를 바르고 소금, 후추를 뿌린다.
2. 채소는 먹기 좋은 크기로 잘라 준비한다.
3. 드럼솔 뚜껑을 열고 칸막이틀을 결합한 후 기름배출구를 열어 놓는다.
4. 각 칸에 한 덩어리씩 스테이크와 야채를 함께 넣는다.
5. 뚜껑의 스팀배출구를 닫고 유리뚜껑을 닫은 후 본체에 결합한다.
6. 쿠키의 전원을 켜고 시간을 20분으로 설정한다.
7. 조리가 완료되면 하나씩 꺼내 야채와 함께 접시에 담는다.

Tip

스테이크는 익는 정도 즉 레어, 미디움, 웰던 등 기호에 따라 또는 두께에 따라 시간을 조절하여 알맞게 조리해야 한다.



02 등심 스테이크

재 료

등심스테이크 1인분용 4개.

만드는 법

1. 잘 잘라진 등심스테이크를 구입하여 올리브유를 바르고 소금, 후추를 뿌린다.
2. 드럼솔 뚜껑을 열고 칸막이틀을 결합한 후 기름배출구를 열어 놓는다.
3. 각 칸에 한 덩어리씩 스테이크를 넣는다.
5. 뚜껑의 스팀배출구를 닫고 유리뚜껑을 닫은 후 본체에 결합한다.
6. 쿠키의 전원을 켜고 시간을 20분으로 설정한다.
7. 조리가 완료되면 하나씩 꺼내 야채와 함께 접시에 담는다.

Tip

스테이크는 익는 정도 즉 레어, 미디움, 웰던 등 기호에 따라 또는 두께에 따라 시간을 조절하여 알맞게 조리해야 한다.



03 닭가슴살 스테이크

재 료

닭가슴살 4개, 양파, 당근, 부추, 식용유, 로즈마리.



만드는 법

1. 닭가슴살을 칼집을 넣어 얇게 저며서 우유에 30분 정도 담가둔다.
2. 채소는 깨끗이 씻어 모두 채썬다.
3. 닭가슴살에 식용유를 바르고 로즈마리를 뿌린다.
4. 드럼솔에 칸막이 틀을 결합하고 기름 배출구를 열어 놓는다.
5. 각 칸에 닭가슴살과 채소를 넣는다.
6. 뚜껑의 스팀배출구를 열고 유리뚜껑을 닫은 후 본체에 결합한다.
7. 전원을 켜고 시간을 30분으로 설정한다.
8. 조리가 완료되면 채소를 밑에 깔고 가슴살을 위에 얹는다.

Tip

기호에 따라 다양한 채소를 넣고 함께 굽는다.

04 바비큐 폭립

재 료

폭립12대, 바비큐소스1병.

만드는 법

1. 적당한 크기의 돼지갈비를 준비한다.
2. 돼지갈비에 바비큐소스를 뿌리고 잠시 둔다.
3. 드럼솔 기름배출구를 열고 칸막이들을 결합한 후 각 칸에 한 덩어리씩 돼지갈비를 넣는다.
4. 뚜껑에 있는 스팀배출구 마개를 닫고 뚜껑을 닫는다.
5. 드럼솔을 본체에 결합한다.
6. 전원을 켜고 시간을 40분으로 설정한다.

Tip

처음에는 소금후추 뿌려 초벌구이를 하고
중간에 바비큐소스를 발라 주면 더욱
깔끔하게 익는다.



05 크림 스파게티

재 료

삶은스파게티면 4인분, 양파 1/2개, 양송이 3개, 브로컬리 1개, 햄 2개, 크림소스 1병

만드는 법

1. 스파게티면은 9분정도 삶아 찬물에 식힌다.
2. 나머지 야채는 잘게 자른다.
3. 드럼솔 칸막이를 꺼내고 내부의 기름배출구를 마개로 막는다.
4. 모든 재료를 드럼솔에 넣는다.
5. 뚜껑의 스팀배출구를 닫고 유리뚜껑을 닫은 후 본체에 결합한다.
6. 전원을 누르고 시간을 10분으로 설정한다.

Tip

요즘 크림스파게티소스가 잘 나온다. 집에서 만들기 번거로우면 마트에서 구입해서 사용하면 간편하다.



06 찹스테이크

재 료

소등심 500g, 양파, 파프리카, 통마늘, 양송이

소 스

스테이크소스 4큰술, 케첩 3큰술, 굴소스 1큰술, 물엿1 큰술, 타바스코소스 1작은술

만드는 법

1. 소등심을 먹기 좋은 크기로 하여 사각모양으로 자른다.
2. 모든 야채도 사각 형태로 잘라 준비한다.
3. 드럼솔 칸막이를 꺼내고 내부의 기름배출구를 마개로 막는다.
4. 준비된 재료를 골고루 섞어 드럼솔에 넣고 뚜껑을 닫는다.
5. 뚜껑의 스팀배출구를 열고 유리뚜껑을 닫은 후 본체에 결합한다.
6. 전원을 누르고 시간을 30분으로 설정한다.

Tip

찹스테이크는 마트나 인터넷쇼핑몰에서도 구매할 수 있다.







홈메아드로 맛있게 즐기는

꼬치|요리

-
01. 양꼬치 02. 돼지고기야채꼬치
03. 불닭꼬치 04. 떡꼬치 05. 모듬꼬치
06. 닭고기데리야끼꼬치

01 양꼬치

재 료

구입한 양꼬치 12개

만드는 법

1. 양고기를 정리하여 사각으로 자른 후 양념재료를 넣고 30분간 재워둔다.
2. 양고기를 꼬치에 가지런히 끼운다.
3. 스파이스재료를 분쇄기에 넣고 곱게 갈아 양고기에 뿌린다.
4. 드럼솔 기름배출구를 열고 칸막이틀을 결합한 후 각 칸에 꼬치 1~2개를 넣는다.
5. 뚜껑의 스팀배출구를 닫고 유리뚜껑을 닫는다.
6. 드럼솔을 오븐에 결합한다.
7. 제품의 전원을 켜고 시간을 20분으로 설정한다.
8. 고기가 익으면 꺼내 스파이스에 찍어 먹는다.

Tip

양꼬치는 기름이 있는 고기를 사용하는 것이 맛이 있다.



02 돼지고기 야채꼬치

재 료

돼지고기 300g, 홍·청피망 1개씩, 양송이버섯 20개, 파프리카 각 1개, 통마늘 20쪽, 소금 후추 약간씩

만드는 법

1. 돼지고기는 사각 모양으로 썰어 소금과 후추를 뿌리고 버무려 재워둔다.
2. 야채는 큼직하게 썰어준다.
3. 긴 꼬치를 준비해 순서대로 재료를 번갈아 가며 끼운다.
4. 드럼솔 기름배출구를 열고 칸막이들을 결합한 후 각 칸에 꼬치 1~2개를 넣는다.
5. 뚜껑의 스팀배출구를 닫고 유리뚜껑을 닫는다.
6. 드럼솔을 본체에 결합한다.
7. 제품의 전원을 켜고 시간을 30분으로 설정한다.
8. 고기가 익으면 꺼내 스파이스 양념장에 찍어 먹는다.

Tip

돼지고기는 적당히 기름이 섞인 고기가 맛있다.



03 불닭꼬치

재 료

닭고기꼬치

양념장

고추장 2큰술, 고춧가루 2큰술, 간장 2큰술, 올리고당 2큰술, 설탕 2큰술, 청양고추 약간



만드는 법

1. 닭고기는 사각으로 썰어 꼬치에 끼워 불닭소스에 재워둔다.
2. 드럼솔 기름배출구를 열고 칸막이 틀을 결합한다.
3. 닭고기 꼬치를 각 칸에 꼬치 1~2개를 넣는다.
4. 뚜껑의 스팀배출구를 열고 유리뚜껑을 닫는다.
5. 드럼솔을 본체에 결합한다.
6. 전원을 켜고 시간을 20분으로 설정한다.

Tip

불닭꼬치를 만들 때 양념장이 가장 중요하다. 매운 양념장이 발린 상품을 구매하거나 고추장 양념을 만들어 사용한다. 각자의 취향에 따라 캡사이신을 넣기도 한다.

04 떡꼬치

재 료

떡볶기떡 50개

소 스

케찹 5큰술, 고추장 2큰술, 간장 1큰술, 물엿 2큰술, 마늘1 큰술, 참깨 1작은술

만드는 법

1. 떡볶기 떡을 따듯한 물에 담가 말랑해질 때까지 담가둔다.
2. 말랑해진 떡을 꼬치에 다섯 개씩 끼워 넣는다.
3. 소스는 위의 분량대로 잘 섞어 준비한다.
4. 양념을 떡꼬치에 바른다.
5. 드럼솔 기름배출구를 열고 칸막이틀을 결합한 후 각 칸에 꼬치 1~2개를 넣는다.
6. 뚜껑의 스팀배출구를 닫고 유리뚜껑을 닫는다.
7. 드럼솔을 본체에 결합한다.
8. 전원을 켜고 시간을 20분으로 설정한다.

Tip

떡꼬치를 구울 때 양념을 바르지 않고 구운 후에 케찹에 찍어 먹으면 깨끗하다.



05 모듬꼬치

재 료

모듬꼬치

만드는 법

1. 모듬꼬치를 준비한다.
2. 드럼솔 기름배출구를 열고 칸막이 틀을 결합한 후 각 칸에 꼬치를 한두개씩 넣는다.
3. 뚜껑에 있는 스팀배출구를 닫고 유리뚜껑을 닫는다.
4. 드럼솔을 본체와 결합한다.
5. 전원을 켜고 타이머를 20분으로 설정한다.

Tip

데리야끼소스를 발라 구워도 좋고 로즈마리와 소금, 레몬만 살짝 뿌려 구워먹기도 한다.



06 닭고기 데리야끼꼬치

재 료

닭 300g, 대파 2~3대, 데리야끼소스

만드는 법

1. 닭 다리살을 기름 부분은 제거하고 깨끗이 정리하여 소금, 후추, 청주를 뿌려서 10분간 재워준다.
2. 재워둔 닭 다리살과 대파는 4cm 길이로 잘라 준비한다.
3. 위의 재료를 번갈아가며 꼬치에 끼운다.
4. 드럼솔 기름배출구를 열고 칸막이 틀을 결합한 후 각 칸에 꼬치 1~2개를 넣는다.
5. 뚜껑의 스팀배출구를 닫고 유리뚜껑을 닫는다.
6. 드럼솔을 본체에 결합한다.
7. 전원을 켜고 시간을 30분으로 설정한다.

Tip

시중에 양념되어 있는 꼬치를 구입하여 구우면 편리하다.







홈메아드로 맛있게 즐기는

곡물요리

01. 팝콘만들기 02. 옥수수구이 03. 밤구이
04. 군고구마 05. 감자구이

01 팝콘 만들기

재 료

팝콘용 옥수수 100g, 버터 1큰술,
식용유 1큰술, 설탕 1큰술, 소금 약간



만드는 법

1. 마트에서 팝콘용 옥수수를 구입하여 준비한다.
2. 드럼솔 칸막이를 꺼내고 내부의 기름 배출구를 마개로 막는다.
3. 드럼솔에 위의 재료를 모두 넣는다.
4. 드럼솔 뚜껑의 스팀배출구를 열고 유리뚜껑을 닫은 후 본체에 결합한다.
5. 전원을 켜고 시간을 20분으로 설정한다.

Tip

옥수수 재료에 따라 튀겨지는 시간이 달라질 수 있다. 튀겨진 상태를 밖에서 볼 수 있으므로 어느 정도 시간이 지나면 주의를 기울여 타기 전에 꺼내야 한다

02 옥수수 구이

재 료

통옥수수 4개 혹은 8개

만드는 법

1. 옥수수를 구입하여 껍질을 벗기고 깨끗하게 정리한다.
2. 드럼솔 칸막이를 설치하고 칸막이 마다 1~2개의 옥수수를 넣는다.
3. 뚜껑스팀배출구를 열어 놓고 뚜껑을 닫는다.
4. 드럼솔을 본체에 결합한다.
5. 전원을 켜고 시간을 40분으로 설정한다.

Tip

옥수수에 버터와 설탕을 발라 구워도 맛이 있다.



03 밤구이

재 료

밤 20개



만드는 법

1. 밤을 깨끗이 손질하고 칼집을 조금씩 넣어준다.
2. 드럼솔 뚜껑을 열고 칸막이를 설치한 후 밤을 넣는다.
3. 뚜껑스팀배출구를 열어 놓고 뚜껑을 닫는다.
4. 드럼솔을 본체에 결합한다.
5. 전원을 켜고 시간을 40분으로 설정한다.

Tip

밤은 칼집을 넣어줘야 튀지 않고 잘 익는다.

04 군고구마

재 료

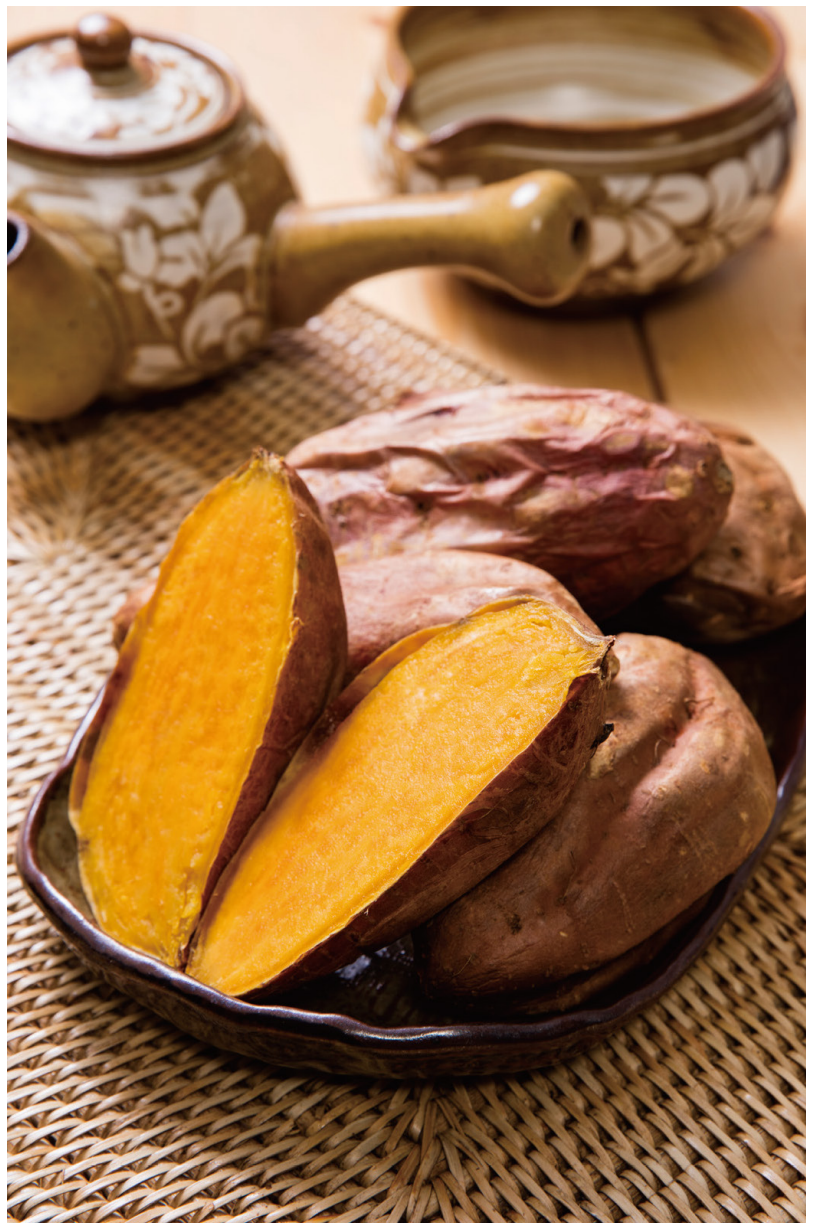
고구마 8개

만드는 법

1. 고구마를 깨끗이 씻어 손질한다.
2. 드럼솔 뚜껑을 열고 칸막이를 설치한 후 고구마를 넣는다.
3. 뚜껑스팀배출구를 열어 놓고 뚜껑을 닫는다.
4. 드럼솔을 본체에 결합한다.
5. 전원을 켜고 시간을 40분으로 설정한다.

Tip

큰 고구마는 칸막이 없이 굽고, 작은 고구마는 칸막이를 설치하고 굽니다.



05 감자구이

재 료

통감자 12개

만드는 법

1. 감자를 깨끗이 손질하여 호일에 싰다.(싸지 않아도 무방함)
2. 드럼솔 뚜껑을 열고 칸막이를 설치한 후 감자를 넣는다.
3. 뚜껑스팀배출구를 열어 놓고 뚜껑을 닫는다.
4. 드럼솔을 본체에 결합한다.
5. 전원을 켜고 시간을 40분으로 설정한다.

Tip

감자는 호일에 싸서 구워도 잘 익는다.





홈메아드로 맛있게 즐기는

밥요리

01. 소고기밥 02. 야채밥
03. 곤드레밥 04. 김치볶음밥

01 소고기밥

재 료

불린쌀 3컵, 다진소고기 100g, 실파 2뿌리, 당근 50g, 양파 1/4개, 버터 1큰술, 마늘 5쪽, 통깨 1작은술, 소금 1/2t, 물 2컵

만드는 법

1. 소고기, 당근, 양파, 마늘은 잘게 썰어 준비한다.
2. 드럼솔 칸막이를 꺼내고 내부의 기름배출구를 마개로 막는다.
3. 준비된 재료를 모두 드럼솔에 넣고 뚜껑을 닫는다.
4. 뚜껑의 스팀배출구를 열고 유리뚜껑을 닫은 후 본체에 결합한다.
5. 전원을 누르고 시간을 30분으로 설정한다.

Tip

1. 쌀이 입구나 뚜껑에 묻지 않도록 안으로 밀어 넣어야 한다.
2. 많은 양의 밥을 할 때는 뚜껑의 패킹이 잘 부착되어 있는 지 확인한다.
3. 뚜껑입구 스팀배출구 위까지 물이 넘지 않을 정도로 한다.



02 야채밥

재 료

불린쌀 3컵, 물 2컵, 양파, 파프리카, 당근, 아스파라거스, 표고버섯, 식용유, 소금 약간

만드는 법

1. 쌀을 깨끗이 씻어 불려놓는다.
2. 모든 야채도 잘게 썰어 준비한다.
3. 드럼솔 칸막이를 꺼내고 내부의 기름 배출구를 마개로 막는다.
4. 준비된 재료를 골고루 섞어 모두 드럼솔에 넣고 뚜껑을 닫는다.
5. 뚜껑의 스팀배출구를 닫고 유리뚜껑을 닫은 후 본체에 결합한다.
6. 전원을 누르고 시간을 30분으로 설정한다.



03 곤드레밥

재 료

불린쌀 2컵, 물 1컵, 곤드레나물, 양파, 참기름, 소금 약간

양념장

간장 4큰술, 다진파 1큰술, 다진마늘 1작은술, 생강즙 1작은술, 참기름 1작은술, 고춧가루 1/2작은술, 후추

만드는 법

1. 쌀과 곤드레나물을 깨끗이 씻어 물에 불린다.
2. 드럼솔 칸막이를 꺼내고 내부의 기름배출구를 마개로 막는다.
3. 준비된 재료를 골고루 섞어 드럼솔에 넣고 뚜껑을 닫는다.
4. 뚜껑의 스팀배출구를 닫고 유리뚜껑을 닫은 후 본체에 결합한다.
5. 전원을 누르고 시간을 30분으로 설정한다.
6. 밥이 완성되면 양념장에 비벼 먹는다.

Tip

곤드레 나물은 물에 불려 여러 번 잘 씻은 후 물기를 제거하고 사용한다.



04 김치볶음밥

재 료

밥 2공기, 삼겹살 60g, 다진마늘 1큰술, 신김치 150g, 양파 1/2개, 다진마늘 1T, 굴소스 1T, 참기름 1작은술, 실파 2뿌리, 계란2개

만드는 법

1. 신김치와 삼겹살은 잘게 채 썰어 준비한다.
2. 양파와 마늘은 곱게 다지고 실파는 잘게 썬다.
3. 드럼솔 칸막이를 꺼내고 내부의 기름 배출구를 마개로 막는다.
4. 준비된 재료를 모두 드럼솔에 넣고 뚜껑을 닫는다.
5. 뚜껑의 스팀배출구를 열고 유리뚜껑을 닫은 후 본체에 결합한다.
6. 전원을 누르고 시간을 30분으로 설정한다.
7. 조리가 완료되면 뚜껑을 열고 참기름과 실파를 뿌린다.
8. 밥을 꺼내 접시에 예쁘게 담고 계란은 후라이로 부쳐 위에 얹어 낸다.

Tip

김치는 양념이 적은 신김치를 사용하는 것이 맛이 좋다.







홈메아드로 맛있게 즐기는

볶음요리

-
- 01. 소불고기 02. 제육볶음 03. 멸치파리고추볶음
 - 04. 순대볶음 05. 잡채 06. 닭볶음탕

01 소불고기

재 료

양념된 소불고기

만드는 법

1. 양념한 소불고기를 준비한다.
2. 드럼솔 칸막이를 꺼내고 내부의 기름배출구를 마개로 막는다.
3. 드럼솔에 소불고기를 넣는다.
4. 뚜껑의 스팀배출구를 닫고 유리뚜껑을 닫는다.
5. 드럼솔을 본체에 결합한다.
6. 전원을 누르고 시간을 20분으로 설정한다.

Tip

1. 불고기는 가는 당면을 물에 불려 넣어서 조리하기도 한다.
2. 스팀배출구를 열고 조리해도 무방하다.



02 제육볶음

재 료

목살 450g, 대파 2뿌리, 당근 1/4개, 양파 1개

양념장

고추장 3큰술, 된장 1작은술, 간장 1큰술, 설탕 1큰술, 물엿 2큰술, 맛술 3큰술, 고춧가루 1큰술, 참기름 1작은술, 다진마늘 1작은술, 다진생강 1작은술, 후춧가루 약간

만드는 법

1. 목살을 구입하여 슬라이스로 썰고 나머지 재료도 모두 채 썰어 준비해 놓는다.
2. 양념장은 위의 분량대로 넣고 잘 섞어 준비한다.
3. 양념장에 모든 재료를 넣고 주물러 양념이 잘 베이도록 한다.
4. 드럼솔 칸막이를 꺼내고 내부의 기름배출구를 열어 놓는다.
5. 드럼솔에 위의 재료를 모두 넣는다.
6. 뚜껑의 스팀배출구를 열고 유리뚜껑을 닫은 후 본체에 결합한다.
7. 전원을 누르고 시간을 30분으로 설정한다.

Tip

기름이 많은 고기는 기름배출구를 열고
기름이 적은 고기는 닫고 조리한다.



03 멸치 파리 고추볶음

재 료

멸치 100g, 파리고추 250g, 간장 2큰술, 매실청 1큰술,
올리고당 2큰술, 올리브유 1큰술, 마늘 5개.

만드는 법

1. 멸치와 파리고추는 깨끗이 손질하여 준비한다.
2. 멸치와 고추 양념을 모두 넣고 잘 버무린다.
3. 드럼솔 칸막이를 꺼내고 내부의 기름배출구를 마개로 막는다.
4. 드럼솔에 위의 재료를 모두 넣는다.
5. 뚜껑의 스팀배출구를 닫고 유리뚜껑을 닫은 후 본체에 결합한다.
6. 전원을 누르고 시간을 20분으로 설정한다.

Tip

파리고추는 바늘로 구멍을 뚫어서 사용해야 한다.



04 순대볶음

재 료

순대 500g, 당면 50g, 양배추 1/5, 양파 1/2, 깻잎 10장, 들깨 2큰술, 다진마늘 1큰술, 대파 3뿌리

고추장 양념장

고추장 1큰술, 고춧가루 2큰술, 간장 2큰술, 물엿 1큰술, 참기름 1작은술

만드는 법

1. 순대, 양배추, 양파, 깻잎, 대파를 손질하여 적당한 크기로 자른다.
2. 고추장양념은 위의 분량대로 만들어 준비한다.
3. 1을 고추장양념에 버무린다.
4. 드럼솔 칸막이를 꺼내고 내부의 기름배출구를 마개로 막는다.
5. 양념에 버무린 순대를 드럼솔에 넣는다.
6. 뚜껑의 스팀배출구를 열고 유리뚜껑을 닫은 후 본체에 결합한다.
7. 전원을 누르고 시간을 30분으로 설정한다.

Tip

순대볶음에 떡볶이 떡을 넣어도 맛있다.



05 잡채

재 료

당면 4인분, 돼지고기 100g, 양파 1개, 당근 1/4개, 느타리버섯 3개, 부추 1/2단

양념장

간장 4큰술, 물 3큰술, 설탕 1큰술, 식용유 2큰술, 청주 1큰술, 소금 후추 약간,
참기름 1큰술, 통깨 1/2큰술



만드는 법

1. 물에 불린 당면을 삶아서 찬물에 식힌 후 채에 받쳐 물기를 뺀다.
2. 다른 재료는 일정한 크기로 채 썰어 준비한다.
3. 양념장은 위의 분량대로 넣고 잘 저어준 후 재료를 모두 섞는다.
4. 내솥 칸막이를 꺼내고 내부의 기름 배출구를 막는다.
5. 내솥에 재료를 모두 넣는다.
6. 뚜껑에 있는 스팀배출구를 열고 유리 뚜껑을 닫은 후 본체와 결합한다.
7. 전원을 켜고 시간을 20분으로 설정한다.
8. 조리가 되면 깨와 참기름을 넣는다.

Tip

당면은 약간 덜 삶은 것이 좋다.

06 닭볶음탕

재 료

닭 1마리, 감자 3개, 당근 1/2개, 양파 1/2개, 대파 1뿌리, 청/홍고추 각 1개씩, 당면 한줌

양념장

고추장 1큰술, 고춧가루 2큰술, 설탕 1큰술, 올리고당 1큰술, 간장 3큰술, 생강 1개, 후추 약간.

만드는 법

1. 닭은 닭볶음용으로 구입한다.
2. 야채는 크게 사각으로 자른다.
3. 고추와 대파는 어슷썰기를 한다.
4. 양념장은 위의 분량대로 잘 섞어준다.
5. 드럼솔 칸막이를 꺼내고 내부의 기름 배출구를 닫는다.
6. 모든 재료를 잘 섞어 드럼솔에 넣는다.
7. 뚜껑의 스팀배출구를 열고 유리뚜껑을 닫은 후 본체에 결합한다.
8. 전원을 누르고 시간을 40분으로 설정한다.

Tip

닭볶음탕에 고추장을 너무 많이 넣으면 텁텁한 맛이 난다.



BRUNO