

100년만에 되찾은 식탁

| 스페셜 레시피 |





독립요리집

독립요리집은

조국의 독립을 위해 싸우신 독립운동가들이
드셨던 식사를 현대식으로 재현한 요리집입니다.

독립운동가들의 하루살이와 그 분들이 드셨던 한 끼를 먹으며
그분들의 정신을 되새겨 보는
좋은 시간이 되셨기를 바랍니다.

독립료리집 판매 TOP 5 메뉴
◦ 레시피 특별 공개 ◦



김구 선생의 한 끼
짬뽕



지복영 선생의 간식
총아면



양봉근 선생의 하얀된장
꿔바로우



곽낙원 여사의 식탁
김치찌



윤건해 선생의 임시정부 요리특별위원의 식탁
홍사오된우



독립료리집

독립료리집은 조국의 독립을 위해 싸우신 독립운동가들이 드셨던 식사를 현대식으로 재현한 요리집입니다.

김구 선생의 한 끼 쫄즈

일제의 탄압을 피해 5년 간 쫓겨다니셨던
김구 선생이 피난 기간 동안 드셨던 대나무 주먹밥

참쌀, 쌀가루 등을 대나무 잎에 싸서 찐 주먹밥으로
중국어로 쫄즈라고 부른다.

독립운동가 **김구** 1876.8.29 ~ 1949.6.26

한국의 정치가, 독립운동가, 상해로 망명. 대한민국 임시정부 조직에 참여하고
1944년 대한민국 임시정부 주석에 선임 되었다. 신민회, 한인애국단 등에서 활발하게 활동하였고
1962년 건국훈장 대한민국장이 추서되었다.



Recipe

쫄쫄

재료 찹쌀밥 (찹쌀 500g, 노두유 1oz, 굴소스 2oz, 설탕 10g, 소금, 흑후추),
삶은 밤 (깐밤 200g, 스타아니스 3ea, 설탕 250g, 물 250ml),
닭다리 살 (닭다리 살 200g, 노두유 1t, 굴소스 1T, 스타아니스 3ea, 통계피 1ea,
간장 1T, 소금 1t, 설탕 1T), 호두 100g, 대나무잎, 마사끈

1차조리

· 찹쌀밥

- ① 찹쌀은 12시간 동안 물에 먼저 불린다.
- ② 체에 거른 찹쌀에 노두유, 굴소스, 설탕, 소금, 후추를 함께 섞어 찜기에 1시간 가량 쪄낸다.

· 삶은 밤

- ① 작은 냄비에 깐 밤, 스타아니스, 설탕, 물을 넣고 중불에서 익혀준다.
- ② 조리가 완성되면 체에 걸러 식혀준다.

· 닭 다리살

- ① 닭 다리 살은 껍질을 벗기고, 작은 사각형 모양으로 썰어준다.
- ② 준비된 닭 다리살과 나머지 재료를 섞어 1시간 가량 냉장에서 숙성한다.
- ③ 준비된 재료를 팬에서 중불로 익혀준다.

2차조리

- ① 준비된 찹쌀밥과 삶은 밤, 닭 다리살, 잘게 썬 호두를 같이 섞어준다.
- ② 재료가 고루 들어가도록 섞어서 먹기 좋은 크기로 뭉쳐준다.
- ③ 두 장의 대나무 잎을 세로로 겹치게 깔고, 그 위에 찹쌀밥을 올려 돌돌 말아준 뒤 다시 한 장으로 내용물이 세지 않도록 반대편으로 말아준다.



독립료리집

독립료리집은
조국의 독립을 위해 싸우신
독립운동가들이 드셨던 식사를
현대식으로 재현한
요리집입니다.

독립운동가 **지복영** 1920.4.11 ~ 2007.4.18

대한민국 임시정부의 여군이자 여성 광복군. 1940년 창설된 한국 광복군의 총사령관이었던 지청천 장군은 여성들도 한국 광복군에 참여할 수 있다고 밝혔고, 그의 딸이었던 지복영 선생의 광복군 여성 대원으로 참여하여 여성 동포들의 독립운동을 강조하였다.

지복영 선생의 간식 총유병

여성 동포들의 독립운동 참여를 강조했던
지복영 선생이 평소 즐겨드시던 중국식 파전병

총유병은 밀가루 반죽 안에 참기름과 쪽파를 넣고 구운 간식이다.
참기름과 쪽파의 고소하고 단맛의 조화가 훌륭한 요리로
닭고명으로 감칠맛을 더했다.



° R e c i p e °

총유병

재료 반죽 (중력분 500g, 물 280g, 소금 10g), 총유병 소스 (다시다 간장 2oz, 초대리 2oz, 물 8oz), 닭 가슴살 고명 (데친 닭 가슴살 200g, 총유병 소스 5oz, 물전분 1T), 쪽파 200g, 참깨 30g, 참기름 1oz

1차조리

• 총유병 반죽

① 반죽을 한 뒤 8등분하여 냉장고에서 휴지 시켜준다.

• 닭 가슴살 고명

- ① 작은 냄비에 총유병 소스를 넣고, 물 전분으로 걸쭉한 소스 농도로 맞혀준다.
- ② 소스에 데친 닭 가슴살을 넣어 함께 끓인 후 식혀준다.

2차조리

- ① 8등분한 반죽을 먼저 얇게 밀어준다.
- ② 얇게 퍼진 반죽 위에 참기름을 고루 바른 후, 잘게 썬 쪽파, 참깨를 뿌려준다.
- ③ 끝에서부터 안쪽으로 돌돌 말아준다.
- ④ 길쭉하게 말아진 반죽의 끝을 잡고 다시 원형으로 말아준 후 밀대로 후라이팬 크기로 밀어준다.
- ⑤ 중불의 팬에 얇게 밀은 총유병을 구워주고 적당한 크기로 잘라서 닭 가슴살 고명과 같이 접시에 담아낸다.



독립료리집

독립료리집은 조국의 독립을 위해 싸우신 독립운동가들이 드셨던 식사를 현대식으로 재현한 요리집입니다.

안중근 선생의 하얼빈 식단 꺾바로우

의거를 계획하신 안중근 선생이
하얼빈에서 드시던 돼지고기 튀김

튀김 옷을 입힌 돼지고기를 기름에 두 번 튀겨서 새콤달콤한 소스를 부어 먹는다. 청나라 당시 외국 사신들을 접대하는 과정에서 발달하게 된 요리이다.

독립운동가 **안중근** 1879.9.2 ~ 1910.3.26

한말의 독립운동가로 삼흥학교를 세우는 등 인재양성에 힘썼으며, 만주 하얼빈에서 이토 히로부미를 사살하고 순국하였다. 사후 건국훈장 대한민국장이 추서되었다.



Recipe

꺄바로우

재료 튀김 반죽 (감자 전분 500g, 물 적당량, 식용유 조금), 튀김 고기 (돈등심(통), 청주 1T, 소금 후추 약간), 소스 (초대리 10T, 설탕 5T, 진간장 2T, 물 2T, 노추 약간, 고추 기름 약간), 당근, 생강, 대파 채

1차조리

• 튀김 반죽

믹싱 볼에 감자 전분을 넣고, 물과 식용유를 넣어가면서 농도로 맞춘다.
(계란 흰자가 흐르는 정도의 농도)

• 튀김 고기

3mm 정도로 얇게 썬 돼지 등심에 청주, 소금, 후추를 넣고 밀간을 한다.

• 소스

설탕이 잘 녹을 때까지 소스 재료를 함께 섞어준다.

2차조리

- 1 충분한 양의 기름을 190도로 준비한다.
- 2 준비된 반죽에 등심을 넣고 잘 버무린 다음, 한 개 씩 기름 냄비에 넣어준다.
- 3 색이 나지 않게 한 번만 튀겨준 후 체에 거른다.
- 4 기름 온도가 다시 올라오면 살짝 갈색이 나고 바삭해 질 때까지 두 번째 튀김을 해준다.
- 5 후라이팬에 당근, 생강, 대파채, 소스를 넣고 살짝 조리준 후, 튀겨진 등심을 같이 넣어 잘 버무려준 후 접시에 담는다.



독립료리집

독립료리집은 조국의 독립을 위해 싸우신 독립운동가들이 드셨던 식사를 현대식으로 재현한 요리집입니다.

곽낙원 여사의 식탁 김치찜

백범 김구 선생의 어머니 곽낙원 여사께서
버려진 배춧잎을 주워와 만들었던 김치찜

배추 김치에 물을 넣고 자작하게 졸인 찜 요리이며
두툼한 돼지고기와 함께 끓여 깊은 맛을 더하였다.

독립운동가 **곽낙원** 1859 ~ 1939

한말의 독립운동가·민족운동가. 김구의 어머니이다. 대한민국 임시정부가 있는 상해로 아들을 따라 옮기기도 했고 자신이 쓸 비용을 군자금으로 충당하기도 하였다. 1992년 건국훈장 애국장이 추서되었다.



° R e c i p e °

김치찜

재 료 묵은지, 돈목심 양념 (돈목심 1kg, 고추가루 3T, 간마늘 2T, 다진 파 2T, 청주 2T, 국간장 1T), 육수 (다시 멸치 100g, 건 새우 50g, 건 다시다 1장, 멸치 액젓)

1차조리

• 돈목심 양념

- ① 돈목심은 먹기 좋은 크기로 약간 두툽하게 썰어준다.
- ② 썰어놓은 고기에 나머지 재료를 넣고 잘 버무려 준다.
- ③ 냉장에서 한 시간 보관한다.

• 육수

- ① 적당량의 물에 멸치, 건새우, 다시다를 넣어준다.
- ② 물이 끓기 시작하면 약불로 줄이고, 15분간 더 끓여준다.
- ③ 불을 끄고 액젓으로 간을 해준다.

2차조리

- ① 고기를 냄비 바닥에 깔아준다.
- ② 그 위에 물에 살짝 행군 묵은지를 올려놓는다.
- ③ 준비된 육수를 묵은지가 잠길 때까지만 부어준다.
- ④ 끓기 시작하면 뚜껑을 닫고 약불에서 30~40분 더 끓여준다.



독립료리집

독립료리집은 조국의 독립을 위해 싸우신 독립운동가들이 드셨던 식사를 현대식으로 재현한 요리집입니다.

임시정부 요인들의 식탁 (오건해 선생님) 홍샤오로우

만주의 거센 추위에도 불구하고 한국인의 독립과 자유를 위해 투쟁한 임시정부 요인들에게 오건해 선생이 대접했던 돼지고기 요리

홍샤오로우는 두툽한 돼지고기를 간장 양념으로 조린 요리이며 단맛과 짠맛이 조화롭고 부드러운 식감을 가지고 있다.

독립운동가 **오건해** 1894. 2. 29 ~ 1963. 12. 25

신건식 임시정부 재무부 차장의 부인이자 독립운동가 박찬익 지사와 사돈 관계를 맺어 일가족이 독립운동을 하였다.

1940년 한국 혁명 여성 동맹 창립에 기여하시고 임시정부의 안살림과 독립운동가의 수발을 드셨다.



° R e c i p e °

홍샤오로우

재료 찹고기 삶기 (삼겹살(통) 2kg, 생강 100g, 대파 2줄, 청주 4oz),
고기 조림용 양념 (노추 2oz, 굴소스 3oz, 설탕 70g, 스타아니스 5ea, 간장 4oz),
청경채, 물전분

1차조리

• 고기 삶기

- ① 고기를 적당한 크기로 잘라준 후 기름을 두른 팬에 색이 나게 구워준다.
- ② 냄비에 넣은 후, 구워진 고기가 잘 잠길 때까지 물을 채워준다.
- ③ 생강, 대파, 청주를 넣어 약불에서 1시간 동안 삶아준다.

• 고기 조림

- ① 삶은 삼겹살에 준비된 재료를 반씩만 넣고 한 시간 졸여준다.
- ② 한 시간 후 나머지 재료를 마저 넣고 한 시간을 더 졸여준다.

2차조리

- ① 부드럽게 삶아진 고기는 따로 건져 놓고, 남은 육수를 반으로 줄여준 후 마지막 소금간을 해준다.
- ② 준비된 물전분으로 소스 농도로 맞춘 후, 삶은 삼겹살과 청경채를 올리고 그 위에 소스를 부어 마무리한다.

독립료리집

2019년 6월 19일부터 7월 21일까지 한 달간 독립료리집을 찾아주신 모든 분들께 진심으로 감사드립니다.

