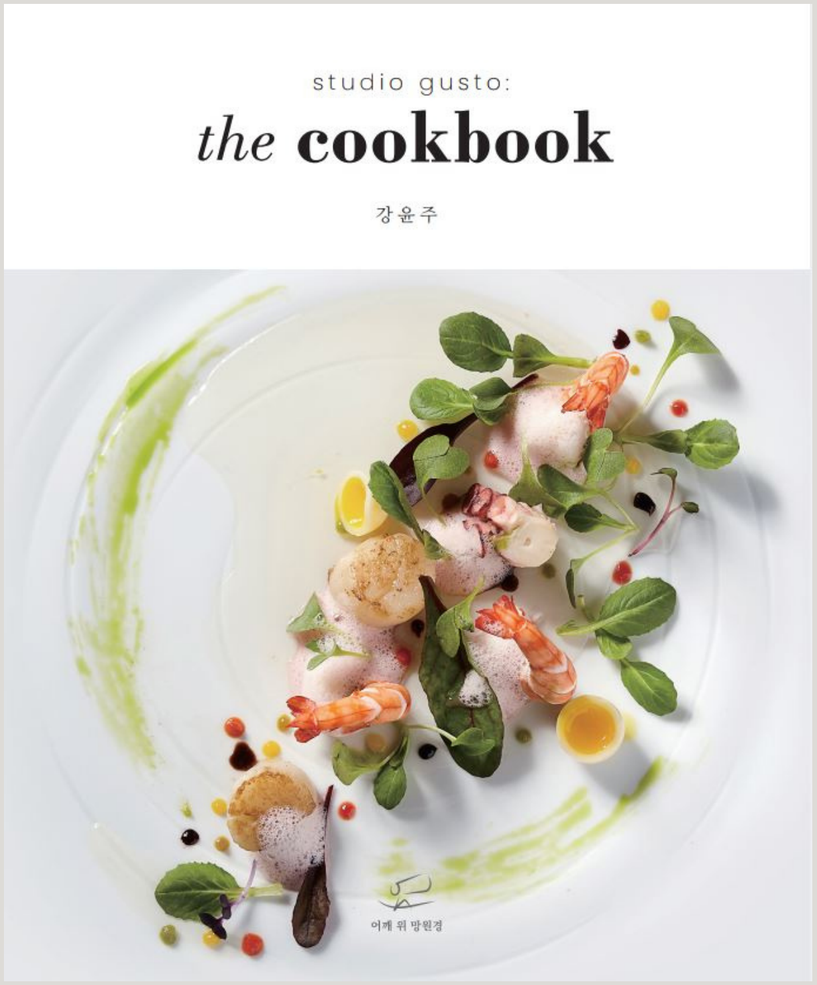


강윤주 요리연구가

the cookbook

7월 출간

강윤주



- 이탈리아 ICIF 요리학교 졸업
- Le Cordon Bleu 요리학교 수석 졸업(그랑디플롬)
- 츠지원 프랑스 요리 전문가 심화과정 수료
- 숙명여자대학교 전통문화예술대학원 전통식생활문화 석사
- 한국보건의료인국가시험원 영양사 자격증, 한국산업인력공단 한식, 양식, 중식, 일식 조리 기능사 및 복어, 제과, 제빵 자격증 소유

- 스튜디오 구스또 요리학원 및 프라이빗 레스토랑 운영
- 경기도 부천시 저탄소 학교급식 채식메뉴개발 자문위원
- 『고기 요리, 어디까지 해봤니』 요리책 저자(Yes24, 교보문고 등 베스트셀러)
- 신세계 아카데미/현대백화점 문화센터 요리부문 강사
- 숙명여자대학교 한국음식연구원 특강 강사 및 재외공관 조리사 교육 담당
- 부천대학교 식품영양학과 외부 특별 강사
- 궁중 요리, 이탈리안, 브런치 카페, 멕시칸 등 다양한 레스토랑 메뉴 컨설팅 및 자문

- KBS「무엇이든 물어보세요」 객원 요리 자문 및 출연
- OBS「깐깐하게 안심하게」 요리 자문 및 MC
- YTN「당뇨보감」 메인 셰프
- 그외 MBC, KBS, SBS, 케이블 교양프로그램 다수

요즘 요리책?

가성비 식단

간단요리 또는 대충요리

빠르게 한 끼 때우기

...

이제는

전문가의 비법이 담긴

정통 요리책으로

제대로 된 한 상을 만들어보세요



32년 경력 강윤주 요리 연구가의
노하우를 눌러담은 레시피북

한식, 중식, 양식, 일식 등 국적을 아우르는
요리 감각으로 레시피에 대한 철저한
연구를 고스란히 담았습니다.













무려 127개의 레시피!
단 한 권으로 코스 요리에 도전하세요

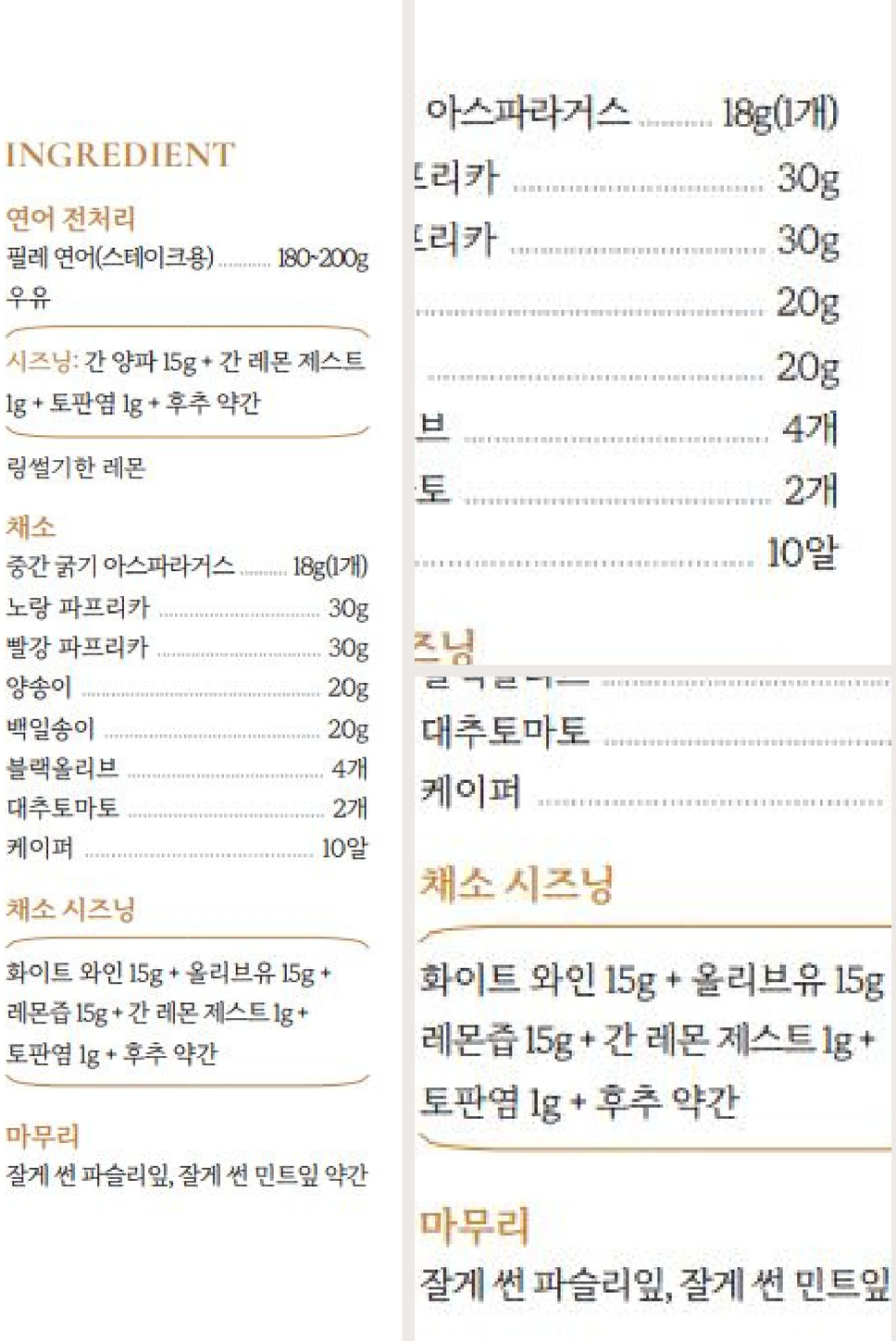
에피타이저부터 메인디쉬, 면과 빵을 활용한 요리, 그리고 디저트까지.
단 한권에 알차게 담았습니다.






Point 1. 상세한 과정사진

전문가의 손길을 그대로 살린 사진을 통해
레시피 이해도를 더욱 높였습니다.



INGREDIENT

연어 전처리

필레 연어(스테이크용) ..... 180~200g

우유

시즈닝: 간 양파 15g + 간 레몬 제스트 1g + 토판염 1g + 후추 약간

링썰기한 레몬

채소

중간 굵기 아스파라거스 ..... 18g(1개)

노랑 파프리카 30g

빨강 파프리카 30g

양송이 20g

백일송이 20g

블랙올리브 4개

대추토마토 2개

케이퍼 10알

채소 시즈닝

화이트 와인 15g + 올리브유 15g + 레몬즙 15g + 간 레몬 제스트 1g + 토판염 1g + 후추 약간

마무리

잘게 썬 파슬리잎, 잘게 썬 민트잎 약간

아스파라거스 ..... 18g(1개)

트리카 30g

트리카 30g

..... 20g

..... 20g

브 4개

토 2개

..... 10알

즈닝

대추토마토 .....

케이퍼 .....

채소 시즈닝

화이트 와인 15g + 올리브유 15g

레몬즙 15g + 간 레몬 제스트 1g +

토판염 1g + 후추 약간

마무리

잘게 썬 파슬리잎, 잘게 썬 민트잎

Point 2. 정확한 계량단위

오랜 연구 끝에 개발한

전문가의 섬세한 요리를

집에서 그대로 재현할 수 있습니다.

TIP

로메스코 소스는 다양한 요리에 활용 가능한 만능 소스로, 특히 해산물과 구운 채소 요리에 아주 잘 어울린다. 로메스코 소스에 찍어 먹는 대표 요리로 스페
칼솟타다(대파구이)를 들 수 있다. 우리나라 대파와 비슷한 채소를 불에 까맣게 구운 뒤, 구운 부분을 벗겨 로메스코 소스에 찍어먹는다. 로메스코 소스는
가능한데, 여기에 들어가는 토마토홀 캔 대신에 중간 크기의 완숙토마토 3개(340g)를 겉만 불에 살짝 구워서 껍질을 벗긴 뒤 사용하면 좀 더 상큼한 맛을
들어가는 올리브유는 농도를 보면서 양을 조절하면 된다.

Point 3. 알찬 팁

어느 요리책에서도 볼 수 없는
요리 전문가의 비기가 구석구석 담겨있습니다.
백방으로 활용가능한 팁으로 요리의 한끗을 높입니다.







































목차

CONTENTS

PREFACE 005

Appetizer, Soup & Banchan

가지 토마토 조림 012
겨울 동치미 014
고소한 관자 크림 수프 016
관자 토마토 수프 018
구운 가지 페타 치즈 샐러드 020
굴 된장 전골 022
궁중 닭갈비 024
나박김치 026
녹두전 028
단호박 밀전병 쌈 030
로제 수프 032
백합 조개죽 034
삼색 나물 무침 036
새우전과 굴전 038
솜탕 040
수삼 냉채 042
시저 샐러드와 구운 감자 044
신열구자탕(신선로) 046
에어룸토마토 샐러드 048
열무김치 050
완두콩 버질 수프 052
우럭 매운탕 054
자몽 모테이토(영국식 통감자구이) 056
주디스 알파 수프 058
토마토 수프의 라타투이 060
해물탕 062
화려한 탕평채 064

Main - Beef

LA갈비 068
떡갈비 070
레몰라드 소스의 소안심 로스트비프 072
바비큐 소스의 소고기 스테이크 074
배말이 육회 076
비프스튜 078
소갈비 전복 조림 080
소갈비찜 082
소 안심구이와 신선한 파프리카 소스의 백김치 샐러드 084
수육 캣일랍 086
오사카식 스키야키 088
올리브 소스의 채끝등심 스테이크 090
포트 와인 소스의 풀베토네 092

Main - Pork

사과향 가득한 돼지본육조림과 부추무침 096
오렌지 소스 폭립 098
일본식 돈가스 100
태국식 달걀그물 돼지고기 새우볶음 102
팟 프리 우완 무(태국식 탕수육) 104
회오리 함박 스테이크 106

Main - Chicken

닭섬산적 110
바삭한 치킨 탕수 112
안동찜닭 114
치즈불닭 116
태국식 치킨 샐러드밥 118

Main - Fish & Seafood

갑오징어 보쌈 122
굴생채 124
깐쇼 새우 126
대하구이와 채소 볶음 128
도미찜 냉채 130

탑스티 132
매콤한 유자청 소스의 해물냉채 134
문어 세비체와 퀴노아 샐러드 136
바지락 토마토 볶음 138
발사믹 소스의 관자구이 샐러드 140
버섯 전복찜 142
불낙 전골 144
사천풍 양장피 새우냉채 146
수란을 곁들인 아보카도 새우 샐러드 148
연어 파피요트 150
장어 튀김 조림 152
지중해풍 문어 샐러드 154
타베나드 장어 스테이크 156
토마토와 연어 마리네이드 158
해산물구이와 로메스코 소스 160
홍콩식 도미찜 162

Rice, Noodles & Bread

강된장 166
개성식 떡만둣국 168
더덕 솥밥 170
동심 팔국수 172
루꼴라 치킨 샌드위치 174
베네치안 스캄피 오일 파스타 176
베이글 훈제연어 샌드위치 178
베트남식 라이스 피자 180
보드카 펜네 182
불고기 피자 184
브리에를 샌드위치 186
브리오슈 버거 샌드위치 188
스페니시 초리조 닭갈구이 190
아보카도 베이컨 에그슬랫 192
아보카도 판 콘 토마토 194
어니언피클 불고기 샌드위치 196
자장면 198
장어덮밥 200
직제피클 수비드치킨 샌드위치 202
제노베제 파스타 204
참치 토마토 소스 리가토니 206
치라시즈시 208
직피 새우칠리 토마토 수프 210
카프레제 파스타 212
크로와상 햄 샌드위치 214
타에야 빅스타 216
팟타이 218
필리 치즈 샌드위치 220
해산물 잡채 222
해산물 파스타 224
화이트 소스를 곁들인 연어 사워도우 226

Dessert & Sweets

계성 주악 230
곶감 찹쌀 구이 232
그레놀라 요거트 234
꿀단자 236
단호박 식혜 238
딸기 워터젤리 240
르뱅 쿠키 242
보스카토 라데일 244
바스크 치즈 케이크 246
송편 248
쑥버무리 250
아몬드 사브레 쿠키 252
애플 바나나 컵케이크 254
약식 256
오미자 젤리 258
요거트 과일 타르트 260
초코칩 호두 케이크 262
초콜릿 카나슈 케이크 264
초콜릿 타르트 266
캐러멜 소스의 판나코타 268
티라미수 270

출판사 서평

‘특별한 사람을 위한, 특별한 레시피’

모두가 쉽고 빠르게 끼니를 해결하는 시대. 인터넷에 의존해서 요리를 뚝딱 만드는 시대. 제대로 만들어 먹자는 기존 요리책의 기조가 지켜지기 워려워졌다. 우리의 상차림도 그렇게 변하지 않았는가. 1인 가구로 분열되면서 ‘대접’을 하기 위한 요리책은 보기 힘들어졌고, 그 자리를 ‘생존’을 위한 요리책이 채우고 있다.

강윤주의 『studio gusto: the cookbook』은 언뜻 보면 시류에 맞지 않는 요리책이다. 그러나 저자의 요리에 대한 믿음만큼은 시대를 관통하고도 길이 남는 것이다. 바로 인간은 특별한 누군가를 위해서라면 기꺼이 요리를 한다는 믿음이다. 그 누군가는 연인, 친구, 가족 등이 될 수도 있고 나 자신이 될 수도 있다. 그 누가 됐든 간에, 특별한 사람을 대접하기 위해서는 특별한 요리가 필요하다.

이 책은 바로 특별한 사람을 위해 한땀 한땀 음식을 만들어 대접하고 싶은 이들을 위한 책이다. 저자는 정확한 계량으로 정성을 들인 음식의 힘을 믿는다. 자신의 전문적 지식과 노하우를 과감하게 공개하면서 독자도 자신만큼 맛을 낼 수 있도록 도와준다.

저자는 다년간 한식과 양식을 넘나들며 요리 연구에 매진했고, 부천의 스튜디오구스또에서 쿠킹클래스를 지도하고 그 곳에서 프라이빗 파인 다이닝까지 섭렵했다. 평소 쿠킹클래스를 듣고 싶었지만 기회가 없었던 사람, 전문 셰프의 맛을 좇고 싶은 이들에게는 그야말로 선물 같은 책이다.



강윤주

the cookbook

7월 출시 예정

어깨 위 망원경

"내가 남들보다 더 멀리 봤다고 한다면, 그것은 거인의 어깨 위에 서 있었기 때문입니다."(뉴턴)

인류의 방향을 바꿀 발견부터 자기개발에 이르기까지,
책을 통해 누구나 거인의 어깨 위에서 새로운 성취를 시도할 수 있습니다.
어깨 위 망원경은 개인 차원에서, 나아가 인류 차원에서의 진보에 기여하는 도서를 만듭니다.
그리고 출판된 도서가 더 많은 독자를 만날 수 있도록 돕습니다.