

녹차나박김치

■ 재료 및 분량

[재료]	[절임물]	[양념]
배추 200 g	굵은소금 50 g	고춧가루 10 g
무 150 g	물 1 L	마늘 10 g
쪽파 20 g	[김치국물]	생강 3 g
홍고추 10 g	굵은소금 10 g	배 100 g
	녹차우린물 800cc	녹차잎 5 g

■ 만드는 법

1. 배추, 무는 손질하여 깨끗하게 씻어 2~3cm로 잘라 소금물에 30분 정도 절인 다음 물기를 빼 놓는다.
2. 마늘, 생강, 배, 물 1컵을 붓고 믹서에 곱게 갈아준다.
3. 쪽파 2cm로 자르고, 홍고추는 곱게 채 썬다.
4. 녹차우린물, 고춧가루, 2의 재료를 면보에 걸러 김치국물을 만든다.
5. 절여진 배추, 무, 쪽파를 김치 통에 담고 만들어둔 김치국물을 붓고 녹차잎을 섞어준다.

단호박구이 녹차드레싱

■ 재료 및 분량

[재료]	[양념]	[드레싱]
단호박 1/4개	소금 1/2 t	올리브유 2 T
마늘 5 쪽	후추 1/4 t	녹차가루 1/2 T
양파 1/2개		꿀 1 t
식용유 1 T		현미식초 2 T
		소금 1/2 t

■ 만드는 법

1. 단호박은 씨를 제거하고 3cm 두께로 절단한다.
2. 마늘, 양파는 굵게 슬라이스 썰어둔다.
3. 단호박, 마늘, 양파는 소금, 후추로 밑간을 한다.
4. 녹차가루, 올리브유, 레몬, 꿀, 소금을 골고루 잘 섞어 드레싱 만든다.
5. 팬에 식용유를 두르고 단호박, 양파, 마늘을 노릇하게 굽는다.
6. 구워진 단호박, 마늘, 양파를 담고 녹차 드레싱을 끼얹는다.

연근칩 녹차튀김샐러드

■ 재료 및 분량

[재료]	[튀김반죽]	[드레싱]
생연근 200 g	녹차가루 1/2 T	현미식초 1 T
깻잎 5 장	전분 1 T	꿀 1 t
굴 1/2 개	소금 1/2 t	올리브유 2 T
식용유 5 T	설탕 1 t	
	물 3 T	

■ 만드는 법

1. 연근은 껍질을 벗기고 얇게 썰어서 채반에 담아 꾸덕하게 말린다.
2. 물기가 약간 남아 있을 정도로 마른 연근을 녹차가루, 전분 섞어 튀김반죽을 만든 후 골고루 묻힌다.
3. 팬에 식용유를 붓고 연근을 튀겨낸다.
4. 깻잎, 굴은 씻어서 물기를 제거한 후 먹기 좋은 크기로 자른다.
5. 깻잎,굴을 접시에 담고 연근칩을 올린다음 드레싱을 끼얹는다.

녹차잎 장아찌

■ 재료 및 분량

[재료]		[소스]			
녹차잎	100 g	간장	1 컵	녹차우린물	1 컵
[데치기]		물엿	1 컵	양파	1/2개
물	2 컵	건표고	2 개	건고추	2 개
소금	1 T				

■ 만드는 법

1. 잎녹차를 씻어 물기를 제거한 후 끓는 물에 살짝 데쳐낸다.
2. 소스를 끓여서 식혀준다.
3. 데쳐낸 잎 녹차를 식혀서 통에 담고 소스를 부어준다.
4. 차를 우려낸 녹차잎으로 장아찌를 해도 좋다.