

부산(釜山) 술밥

가마뽕(釜山) 지라시 스시

치즈 새우리조또

구포국수와 꼬들살 국수

고구마 맛탕을 곁들인 타락 스프

대저토마토 가스파초

부산 달걀 찻잔찜

부산식 민어구이

범일된장 은대구 구이

돌아와요 부산항에 봉장어 어묵튀김

표고버섯 쇠고기 샌드

두부 멘보샤

망고 살구 드레싱과 로메인 샐러드

고등어 파닥파닥

마른홍합과 죽순볶음

칠게와 초당옥수수 튀김

고등어 범일된장 조림

아귀간 파테와 제철 버섯

대저 토마토와 명지조개 세비체

기장멸치 액젓 개조개 유곽

참소라 탕평채

보김치

흑미 츄러스

홍시 고구마 양갱

가을무스



TASTE OF BUSAN

SEASON 2

B-FOOD 레시피 2024

스토리가 있는 부산다운 음식 25가지

부산의  
환대

부산광역시 보건위생과 · (주)다한다커뮤니케이션 · (사)부산로컬푸드랩





맛으로 발견하는 부산의 매력  
B-FOOD 레시피 2024

B-FOOD 레시피2024는

부산에서 활동하는 셰프들이

부산의 식재료에 부산의 스토리를 담은

부산다운 음식을 만드는 프로젝트입니다.







## B-FOOD 레시피 2024

스토리가 있는 부산다운 음식 25가지

부산광역시 보건위생과 · (주)다한다커뮤니케이션 · (사)부산로컬푸드랩





전통을 재해석한 한 상으로  
아시아의 감성을 담았습니다.

2024년 B-FOOD 레시피는 한반도의 전통 독상과 반상을 현대적으로 재해석해 건강한 K-FOOD 가치를 전합니다.  
소반에서 발전한 우드플레이트는 한중일 식문화를 상징하는 코드로 자리 잡았으며,  
독상은 아시아의 전통과 감성을 담아 손님들에게 깊은 감동을 선사할 것입니다.



부산의 맛은 부산 음식을 브랜드화하고 '국제적 미식도시'의 이미지를 한층 더 강화하기 위한 부산시의 프로젝트입니다.

B-FOOD 레시피는 부산에서 10년 이상 활동하고 있는 미식 전문가와 셰프들이 부산의 향토음식, 식재료, 역사, 환경을 살린 '부산다운' 국제적 표준 음식과 코스를 개발하여 부산 방문객들에게 부산의 새로운 매력을 선사하는 콘텐츠입니다.

2024 B-FOOD 레시피 테마

# 부산의 환대

환대의 정신을 담은 부산 음식으로  
감동을 선사합니다.





2024 B-FOOD 레시피를  
만든 사람들

## 박상현

총괄 디렉터, 스토리 개발

### 맛칼럼나스트

- | (사)부산로컬푸드랩 이사장
- | 부산푸드필름페스타 프로그래머
- | 2023 B-FOOD 레시피 개발 총괄

| 저서: [일본의 맛 규슈를 먹다]  
[부산어묵 이야기], [부산의 음식]

## 박기섭

푸드 디렉터

### '소공간' 오너셰프

- | 엘 올리브 총괄 셰프(11년)
- | 카타르 리츠칼트 호텔 '라메르' 셰프
- | 2023 B-FOOD 레시피 개발 디렉터

| 캐나다 밴쿠버 커뮤니티 칼리지  
'컬러러리 아트' 전공

## 정지용

일본음식, 플레이트 구성

### 대동대학교 외식&디저트창업과 학과장

- | 부산 롯데호텔 '모모야마' 셰프
- | 일본 도쿄돔호텔 카이세키전문점  
탄구마 셰프
- | 2023 B-FOOD 레시피 개발팀

| 경주대학교 관광학 박사  
| 일본 도쿄 조리사 전문학교 졸업

## 김정희

디저트 및 음료

### 파티시에

- | 엘 올리브 파티시에(13년)
- | 2023 B-FOOD 레시피 개발팀
- | 프랑스고르동블루 제과과정 이수
- | 리옹EACH요리학교 요리경영학 이수

## 김은하

전통음식, 사찰음식, 남해안 향토음식

### 부산로컬푸드랩 교육담당이사

- | 예약제 레스토랑 통영 '야소주반' 대표
- | 숙명여대 궁중음식 전문가과정 수료
- | 동양화 전공



## 음식 차례



## 밥과면

01	부산(釜山) 술밥	08
02	가마뽕(釜山) 지라시 스키	10
03	치즈 새우 리조또	12
04	구포국수와 포들살 국수	14

## 국과찌개

05	고구마 맛탕을 곁들인 타락 스프	16
06	대저토마토 가스파초	18
07	부산 달걀 찻잔찜	20

## 구이와튀김

08	부산식 민어구이	22
09	범일된장 은대구 구이	24
10	돌아와요 부산항에 봉장어 어묵튀김	26
11	표고버섯 쇠고기 샌드	28
12	두부 멘보샤	30



## 샐러드

13	망고 살구 드레싱과 로메인 샐러드	32
14	고등어 파닥파닥	34
15	마른홍합과 즉순볶음	36



## 찬

16	칠게와 초당옥수수 튀김	38
17	고등어 범일된장 조림	40
18	아귀간 파테와 제철 버섯	42
19	대저 토마토와 명지조개 세비체	44
20	기장멸치 액젓 개조개 유락	46
21	참소라 탕평채	48
22	보김치	50

## 다과

23	흑미 휴러스	52
24	홍시 고구마 양갱	54
25	가을무스	56





# 01

## 부산(釜山) 솔밥

부산(釜山)의 지명이  
곧 부산(釜山)을 상징하는 음식이다

조선시대에 편찬된 지리서 <신증동국여지승람>에 의하면  
부산(釜山)이라는 지명은 산의 모양이 가마솥(釜)과 같아서 지어졌다고 한다.  
가마솥은 모든 이질적인 것들을 한데 섞어 새로운 무언가를 창조하는 도구다.

부산의 근현대사 역시 이러한 지명의 의미를 구현해왔다.  
가장열치 육수로 자은 솔밥에 계절 생선을 곁들여  
부산처럼 다양한 매력을 가진 솔밥을 구현한다.

\*요리의 쌀은 부산광역시농업기술센터가 부산 특화품종으로 개발한 벼 '황금예찬'을 사용하였습니다.

### 레시피

#### 재료

금태(목돔) 1/2 마리  
불린쌀 200g  
가장열치 다시물 200cc  
미림 15cc  
정종 15cc  
소금 약간  
참나물 10g  
당근 5g  
생강채 5g  
불린다시마 5g  
가장쪽파 15g  
참깨 약간  
국간장 약간

#### 조리법

- 1 쌀은 물에 씻어 자루에 받친 후 30분간 물기를 제거해 둔다.
- 2 냄비에 물 200cc 붓고 가장열치를 사용해서 육수(멸치맛국물)를 준비한다.
- 3 참나물, 당근, 생강채, 불린다시마를 4cm 길이로 채 썰어 준비한다.
- 4 들솥에 불린 쌀, 멸치맛국물, 국간장, 미림, 정종을 넣고 밥물을 맞춰 준비한다.
- 5 채 썬 재료를 모두 들솥에 넣고 강불에 올려 끓어오르면 약불에 15분, 물을 끄고 10분 뜸을 들인다.
- 6 10분간 뜸 들일 때 금태(목돔)에 소금 간을 하여 노릇하게 구워준다.
- 7 완성된 솔밥에 금태(목돔)를 올리고 채썬 가장 쪽파와 참깨를 뿌려 완성한다.



# 02

## 가마퇴(釜山) 지라시 스시

### 부산의 바다를 차곡차곡 쌓아 올린 지라시 스시



‘지라시 스시’는 조미한 밥 위에

아래 생선, 달걀 등 다양한 재료를 흠뻑려(지라시) 화려함과 풍요로움을 강조한 일본식 초밥의 한 종류이다.

주로 잔치나 축제의 음식으로 애용해 왔다.

부산에서 재배된 쌀을 부산을 상징하는 숯(釜)에 밥을 지어,

부산의 근해에서 계절따라 잡히는 다양한 해산물을 올림으로써 밥한 공기에 부산의 지명과 부산의 바다를  
사계절 다양한 모습으로 연출한다.

\*요리의 쌀은 부산광역시농업기술센터가 부산 특화품종으로 개발한 벼 ‘황금예찬’을 사용하였습니다.

#### 레시피

#### 재료

초밥밥 100g  
흰살생선 50g  
계란말이 10g  
연어알 100g  
표고줄임 10g  
날치알 1/2ts  
성게알 1/2ts  
오이 10g  
무순 3g  
기장다시마줄임 5g  
새우 1마리  
생겨자 2g  
간장 약간  
식초 3g  
설탕 2g  
소금 1g  
레몬 1/2개  
다시마 10g

#### 조리법

- 1 고슬고슬하게 지은 밥 100g에 식초 1, 설탕 2, 소금 1 레몬, 다시마를 넣고 만든 초밥초 15g을 넣어 초밥 밥을 만든다.
- 2 계란 8개, 가쓰오다시 100cc, 설탕 30g, 소금 약간, 간장 1/2ts, 미림 1/2ts, 정종 1/2ts를 볼에 넣어 잘 믹서 해준 다음 계란말이 팬에 잘 말아 준다.
- 3 표고 줄임 과 다시마 줄임은 건표고와 기장 마른 다시마를 물에 불려 슬라이스 한 다음 설탕 2: 간장 1의 분량으로 졸여 준비해 준다.
- 4 흰살생선은 광어, 도미, 농어 중 2종류 정도 손질해 준다.
- 5 오이는 소금으로 씻어 채를 썰어준다
- 6 그릇에 초밥밥 100g을 넣고 위에 흰살생선, 계란말이, 새우, 표고 줄임, 날치알, 오이, 기장다시마 줄임 등을 올려 가마퇴(釜山) 지라시 스시를 완성한다.





03

치즈 새우 리조또

부산에서 개발하고 재배한 쌀의  
다양한 가능성을 모색하다

한국처럼 쌀을 낱알 그대로 익혀 밥으로 먹는 입식의 다양한 형태 가운데  
세계적으로 잘 알려진 요리는 이탈리아의 리조또와 스페인의 빠에야다.  
한국에서 재배된 쌀은 단립종이고 리조또와 빠에야에 사용되는 쌀은 중립종이다.  
단립종과 중립종은 쌀알의 크기와 물리적 특성에서 차이가 있다.  
하지만 이는 쌀을 익히는 방식의 변형을 통해 얼마든지 극복 가능하다.  
부산에서 재배된 부산 특화 쌀 품종의 활용도를 높이기 위해  
우선 이탈리아의 쌀 요리인 리조또를 제안한다.

\*요리의 쌀은 부산광역시농업기술센터가 부산 특화품종으로 개발한 벼 '황금예찬'을 사용하였습니다.

## 레시피

### 재료

버터 10g  
다진 양파 20g  
간 마늘 15g  
닭육수 60z  
대하 새우 1개  
두절 새우 2개  
파마잔 치즈 1큰술  
바질 3잎  
올리브오일 10g  
다진 토마토 10g  
생크림 20z  
쌀

### 조리법

- 1 리조또 쌀은 버터에 다진 양파와 불린 쌀을 넣고 볶은 다음 닭 육수를 넣고 졸여서 80% 정도 익혀서 준비한다.
- 2 새우는 프라이팬에 오일을 두른 후 소금 간을 하고 익힌 후 다진 마늘, 바질, 다진 토마토를 넣고 볶아서 준비해 둔다.
- 3 프라이팬에 버터, 다진 양파를 볶은 후 닭 육수를 넣고 끓여오르면 준비된 리조또 쌀을 넣고 줄인다.
- 4 순차적으로 생크림을 넣고 파마잔 치즈, 소금 간을 한 뒤 적당히 다시 줄인다.
- 5 마무리는 버터로 하고 그릇에 담은 뒤 준비한 새우를 플레이팅 한다.



# 04

## 구포국수와 꼬들살 국수

바다와 육지가 만나  
돼지국밥의 새로운 방향을 모색



돼지국밥을 BFOOD로 새롭게 해석하는 방식의 하나로 해물국수와 돼지국밥의 융합을 시도했다.  
기장다시마와 건해산물(말린 정어리, 솔치) 등으로 낸 육수와 돼지 뒷덜미살(꼬들살)을 결합했다.  
그리고 여기에 밥 대신 구포국수를 넣었다.

해산물에 가진 글루탐산과 돼지고기의 이노신산이 결합함으로써 감칠맛이 증폭하고 콜라겐이 풍부해  
꼬들꼬들한 식감을 가진 뒷덜미살이 구포국수와 어울려 흥미로운 조화를 선사한다.

육지와 바다가 어우러진 부산의 이미지를 음식으로 구현함과 동시에  
돼지국밥의 새로운 가능성을 제시한다.

### 레시피

#### 재료

건정어리 한줌  
건솔치 한줌  
건다시마 3장(5\*5cm)  
물 3.67리터  
돼지고기 뒷덜미살(꼬들살) 100g  
대파 1대  
고춧가루 약간  
맛간장 1큰술  
소금 1작은술  
새우젓 약간  
국수

#### 조리법

- 1 정어리, 솔치, 다시마로 육수를 낸다.
- 2 돼지고기 뒷덜미살(꼬들살)을 슬라이스 해 썰어둔다.
- 3 육수를 낸 다시마를 건져 길게 채 썰고 대파도 동글게 채 썬다.
- 4 육수에 덜미살과 고춧가루를 넣고 끓이다가 마지막에 맛간장, 소금을 넣어 간을 한다.
- 5 거품을 잘 걷어내어서 깔끔한 맛을 유지한다.
- 6 삶은 국수를 그릇에 담고 완성된 육수를 부어 채 썬 대파와 다시마를 곱명으로 올린다.
- 7 부족한 간을 위해 새우젓을 곁들여 낸다.



# 05

## 고구마 맛탕을 곁들인 타락 스프

### 조선시대왕의보양식이 B-FOOD로 새롭게 탄생



조선시대에만 해도 귀한 식재료였던 우유로 만든 타락 죽은  
너무 특별한 음식이었던 나머지 왕에게 허락된 보양식이었다.  
음식을 만든 곳 역시 궁중음식을 조리하는 수라간이 아닌 내의원에서 직접 만들어 왕에게 바쳤을 정도다.

이 타락죽을 현대적으로 해석해  
부산에서 생산된 우유와 부산에서 재배된 쌀을 활용해 만들었다.  
타락죽의 고명으로는 영도 조내기 고구마로 만든 맛탕을 올렸다.

#### 레시피

##### 재료

찹쌀 20g  
황금예찬 쌀 20g  
양파 5g  
화이트와인 10g  
소금 1g  
후추 1g  
치킨 육수 100g  
고구마 1ea  
설탕 10g  
고구마 슬라이스 2g

##### 조리법

- 1 찹쌀, 황금예찬쌀, 양파, 화이트와인, 소금, 후추, 치킨육수를 넣고 끓여 타락 수프를 만든다.
- 2 고구마는 오븐에 굽고 말려 고구마 크럼블을 만든다.
- 3 고구마 슬라이스를 말아서 튀긴 후 설탕 코팅을 하여 맛탕으로 만들어 준다.
- 4 불에 타락수프, 고구마 크럼블, 고구마 맛탕 순으로 올려 마무리한다.



# 06

## 대저 토마토 가스파초

### 대저토마토의매력을한껏뿜어내는 차가운스프

스페인 안달루시아 지방의 향토음식인 가스파초는 다양한 채소를 활용해 덥고 건조한 스페인의 여름철에 일반 가정에서 흔히 만들어 먹던 차가운 수프다.  
적절한 산미와 당도가 어우러져 대저토마토는 가스파초의 특징을 가장 잘 드러낼 수 있는 식재료다.

저장성이 약한 대저토마토의 단점을 극복하기 위해 신선한 토마토 대신 페이스트를 활용해 일 년 내내 대저토마토를 활용할 수 있는 대안을 제시한다.

차가운 스프라는 가스파초의 특성에 맞춰 다양한 여름 채소와 과일을 곱명으로 곁들이고, 전통적인 가스파초에 사용하는 식빵 대신 기장에서 재배한 흑미로 만든 팝콘을 곁들임으로써 지역성을 극대화했다.

#### 레시피

#### 재료

대저 토마토 1ea  
오이 20g  
수박 50g  
샐러리 20g  
마늘 1ea  
대저 토마토 1ea  
양파 20g  
마늘 10g  
타임 1ea  
바질 2ea  
소금 1g  
후추 1g  
토마토 페이스트 20g  
물 200ml  
드라이 토마토 1ea  
단새우 2ea  
유자드레싱 10g  
페타치즈 3g  
미니 당근 1ea  
바질 오일 2g  
흑미팝콘 2g

#### 조리법

- 1 대저 토마토, 오이, 수박, 샐러리, 마늘을 넣어 착즙을 만든다.
- 2 대저 토마토, 양파, 마늘, 타임, 바질, 소금, 후추, 토마토 페이스트, 물을 끓여 소스를 준비한다.
- 3 1번과 2번을 섞어서 가스파초를 만든다.
- 4 단새우는 유자드레싱에 세비체 한 후 준비한다.
- 5 볼에 드라이 토마토, 세비체 한 단새우, 당근 페타치즈를 올리고 만든 가스파초를 부어서 흑미팝콘, 바질오일로 마무리한다.





07

## 부산 달걀 찻잔찜

찻잔에 가둔 달걀의 온기와  
부산바다의 내음

부드러운 달걀찜은 누구나 좋아하는 음식이다.

누구나 만들 수 있는 음식이지만 누구나 잘 만들 수 있는 음식은 아니다.

모든 사람의 미각을 만족시키는 부드럽고 매끄러운 달걀찜을 만들기 위해서는 정성과 솜씨가 필요하다.

그래서 평범하면서도 특별한 음식이다.

달걀만으로 만들면 섭섭하기 때문에 찜 속에 계절 채소, 해산물, 닭고기 등 다양한 건더기를 숨긴다.

무엇이 들어있는 모르는 상태에서 발견하는 재미가 또한 달걀찜의 매력이다.

아울러 달걀찜은 온기가 유지된 상태에서 먹는 사람에게 전달되는 것이 중요하다.

그래서 정성 담긴 달걀찜은 푸ijing이 있는 그릇에 담는다.

부산 달걀 찻잔찜은 부산의 도에 가인함은 경이 빛은 함에 담아낸다.

가장 흔한 음식이지만 어디에 담기느냐에 따라 특별한 의미를 가진다.

## 레시피

## 재료

계란 3개  
가쓰오다시 450cc  
미림 15cc  
우스구찌 15cc  
소금 약간  
미원 약간  
해산물 적량(새우, 조개)  
밀가루 50g  
버터 50cc  
우유 300cc  
휘핑크림 200cc  
소금 약간  
백후추 약간

## 조리법

- 1 가쓰오다시, 치킨페이스트, 미림, 우스구찌를 섞은 물에 계란을 풀어준 다음 소금으로 간을 한다.
- 2 양파는 얇게 채를 썰어 약한 불에서 부드러워질 때까지 볶아준다.
- 3 (베사멜소스) 밀가루와 버터는 같은 양으로 화이트루를 만들고 우유와 휘핑크림을 넣어가며 농도를 맞춰 춘다.
- 4 2와 3을 같이 체에 걸러 소금 후추 간을 한다.
- 5 1을 차양무시그릇에 1/3일 정도 붓고 찜솥에 10분 찌지면 4(베사멜소스)를 올려 마무리한다.  
(속재료는 조개, 새우 등 계절에 따라 다름)



# 08

## 부산식 민어구이

### 명지대파와 기장멸치로 부산다움을 강조한 민어구이



민어는 조선시대부터 여름철 보양생선으로 애용되고 있다.

하지만 그 오랜 전통에 비해 먹는 방식이 회, 전, 탕 등으로 단조롭다.

구이로 잘먹지 않는 민어에 부산의 풍미를 곁들여 부산식 민어구이를 만들었다.

숯불에 구운 민어에

기장멸치, 다진 김치, 무와 고춧가루 등으로 짭양념맛이 나는 소스를 곁들이고

명지대파로 만든 오일을 뿌려 부산의 풍미를 더했다.

아울러 누구나 선호하는 맛의 조합인 단짠을 구현하기 위해

마무리로 영도 조내기 고구마로 만든 고구마 크림블을 곁들였다.

#### 레시피

#### 재료

민어 40g  
대파 오일 1g  
잔파 3g  
고구마 크림블 3g  
사랑초 2g  
고춧가루 5g  
멸치 액젓 5g  
설탕 2g  
간장 5g  
맛술 10g  
다진 김치 10g  
무우 50g  
물 200ml  
크림 20g  
대파 10g  
올리브 오일 10g

#### 조리법

- 1 고춧가루, 멸치 액젓, 설탕, 간장, 맛술, 다진 김치, 무, 물, 크림을 넣고 무조림 소스를 만든 뒤 갈아서 체에 내려 준다.
- 2 민어는 앞 뒤로 노릇하게 구운 후 숯불에 향을 입혀준다.
- 3 대파 초록 부분과 올리브 오일을 넣고 약불에 천천히 끓여 대파 오일을 만들어 준비한다.
- 4 고구마를 오븐에 굽고 말려 고구마 크림블을 만들어 준비한다.
- 5 접시에 조림소스, 민어 순서로 올리고 민어 껍질 부분에 고구마 크림블, 잔파, 사랑초 순으로 올린 후 대파 오일로 마무리한다.



# 09

## 범일된장 은대구 구이 부산의 장맛으로 새롭게 태어난 은대구의 감칠맛



태화식품은 1945년 부산 범일동에서 시작해 3대째 장맛을 이어오고 있는 기업이다.  
대표 브랜드 '범일'은 콩된장, 간장 등 장류를 주로 판매하며,  
저온 숙성으로 맛을 끌어올린 콩 함량 36.5%의 범일콩된장이 특히 유명하다.  
일반인들에겐 낯선 브랜드이지만 사실 범일된장은 외식업계에서는 꽤 유명한 브랜드다.  
대형 고깃집을 비롯한 유명한 음식점에 납품해 업계에서는  
부산과 경남의 된장찌개 맛으로 악히 알려져 있다.

범일된장으로 숙성시킨 은대구는 비린내를 완벽하게 사라지게 하는 대신  
육질은 부드러운 탄력을 갖게 하고 감칠맛은 훨씬 증가시킨다.  
비록 공장에서 생산되는 된장이긴 해도, 부산에도 이런 된장을 생산하는 80년 전통의 식품기업이  
있다는 사실을 알라기에 더할 나위 없는 메뉴다.

### 레시피

#### 재료

은대구 2마리  
범일된장 1kg  
정종 300cc  
설탕 50g  
미림 300cc

#### 조리법

- 1 은대구는 구이용 80g 크기로 손질한다.
- 2 미소 1kg, 정종 300cc, 설탕 50g, 미림 300cc 넣고 잘 섞어준다.
- 3 2에서 손질한 은대구는 구이용 80g을 넣고 5~6시간 절여준다.
- 4 절여진 물매기를 야끼바에 올려 구워준다.



붕장은 부산시민이 가장 좋아하고 많이 먹는 생선가운데 하나다.  
국내 어묵산업은 부산에서 시작해 전국으로 퍼져나간 부산을 대표하는 수산물 가공식품이다.

붕장은 튀기거나 구우면 놀라울 정도로 부드러운 식감을 자랑한다.  
잘 반죽된 어묵은 특유의 쫄깃한 식감을 갖는다.  
붕장의 부드러움과 어묵의 쫄깃함이 씹을수록 재미있는 조화를 이룬다.

갓 튀겨낸 '붕장어 어묵튀김'은 식감의 조화와 증폭된 감칠맛으로  
자꾸만 먹게 되는 묘한 음식이다.

부산을 잊으려야 잊을 수 없는,  
부산을 꼭 기억해야만 하는 이유 있는 음식이다.

## 레시피

### 재료

흰살어육 200g  
붕장어 100g  
당근 20g  
양파 20g  
계란 1개  
소금 약간  
후추 약간  
간장 1/2ts  
튀김가루 100g  
밀가루 100g  
식용유 튀길량  
소금 약간  
레몬 1/8개

### 조리법

- 1 명태와 농어어육 200g을 분쇄기에 넣고 곱게 갈아 준다.
- 2 당근, 양파를 곱게 다져 분쇄한 어육에 섞어주고 소금, 후추 간을 하고 계란을 넣어 반죽을 완성한다.
- 3 붕장은 뼈를 발라 손질을 해준다.
- 4 손질된 붕장에 1.2의 어육을 넣고 꽃어묵모양으로 모양을 잡아준다.
- 5 튀김반죽에 4를 넣고 튀겨서 접시에 담아 소금과 레몬을 곁들여 마무리한다.



10

돌아와요 부산항에 붕장어 어묵튀김

붕장어와 어묵,  
부산이가장 좋아하는 식재료의 듀엣



## 표고버섯과 철마한우의 찰떡궁합



쇠고기와 가장 잘 어울리는 채소류는 뭐니뭐니 해도 버섯이다.

특히 표고버섯의 향과 식감은 불고기 양념과 찰떡궁합이다.

철마한우의 다양한 활용법 가운데 하나로 '표고버섯 쇠고기 샌드'를 제안한다.

버섯의 향과 불고기 양념의 어우러짐은 남녀노소, 특히 버섯을 잘 먹지 않는 유소년들에게 제격이다.

한입 크기의 조합은 밥에 안성맞춤일 뿐만 아니라 핑거푸드로 술안주로도 제격이다.

백반의 일품요리 외에도 케이터링, 도시락 등 다양하게 활용할 수 있는 요리다.

## 레시피

## 재료

표고버섯 300g  
쇠고기 다짐육(양지) 300g  
마 200g  
쪽파 약간  
토마토 500g  
와일드 루꼴라 약간  
후추 약간

## 조리법

- 1 찢낸 표고버섯은 원형 커터로 짝어 얇게 슬라이스 한 후 버터에 굽는다
- 2 남은 기둥 부분과 자투리는 물기를 꼭 짜낸 후 식감을 살릴 정도의 크기로 잘게 썰고 센 불에서 재빨리 볶아낸다.
- 3 쇠고기 다짐육은 불고기 양념 후 물기 없이 조리한다.
- 4 잘게 썬 마, 쪽파와 익힌 재료를 모두 섞어둔다.
- 5 등근 표고 위에 섞어둔 재료를 차례로 올리고 와일드 루꼴라로 가니쉬 후 후추를 뿌려준다  
\* 불고기 양념비율 (마늘 1, 간장 3, 설탕 0.5, 참기름 약간)



중국광둥요리인멘보사에서 멘보'는빵을 찢는 새우를 의미한다.

말 그대로멘보샤는 식빵사이에칼로 잘게 다진 새우살을 끼워서 튀겨낸 음식이다.

빵과 새우라는 이질적인 조합이 튀김이라는 조리법으로 하나가 된 남녀노소 누구나 좋아하는 음식이다.

대부분의 부산 시민은 부산 동구에 있는 차이나타운의 중국음식점에서 멘보샤를 처음 접했다.

중국 출신의 화교들에 의해 멘보샤가 대중화됐기 때문이다.

추억의 음식인 멘보샤를 부산음식으로 새로운 해석에 도전했다.

식빵 대신 부산에서 제조한 두부를, 새우 대신 부산 연근해에서 잡히는 제철 흰살생선을 활용했다.

생선과 두부의 조화가 빵과 새우 못지않게 흥미롭다.

## 레시피

### 재료

두부 1모  
생선살 150g  
오이고추 150g  
라이스페이퍼 6장  
캐슈넛 약간

### 조리법

- 1 생선살(또는 새우살)을 잘게 다져 찰기가 돌게 치댄다.
- 2 물이 안 나게 잘게 썬 오이고추를 섞고 소금으로 간한다.
- 3 두부를 사각으로 썰고 한쪽면만 바삭하게 굽는다.
- 4 1,2번의 재료로 속을 채우고 라이스페이퍼로 감싼 뒤 기름을 넉넉히 두른 후 노릇하게 구워낸다.
- 5 소스는 두부와 물, 캐슈넛을 곱게 갈아 농도를 맞추고 설탕과 소금으로 간을 한다.

12

두부 멘보샤

빵과 새우 대신 두부와 생선의 조합으로  
새로운 변신을





# 13

## 망고 살구 드레싱과 로메인 샐러드 부산의 부흥기를 상징하는 그릴의 정서를 접시에 담다



### 레시피

#### 재료

망고 50g  
살구 30g  
올리브오일 70g  
화이트 와인 비네거 30g  
소금 1g  
후추 1g  
로메인 1/2ea  
볶은 베이컨 3g  
바질 오일 3g  
곡물 팝콘 2g  
그라나파다노 치즈 3g  
처빌 1g  
딜 1g

#### 조리법

- 1 망고, 살구, 올리브 오일, 화이트와인 비네거, 소금, 후추를 넣고 드레싱을 만든다.
- 2 로메인은 소금, 후추 뿌린 후 숯불에 구워 준다.
- 3 구운 로메인 위에 드레싱, 바질 오일, 구운 베이컨, 곡물 팝콘, 그라나파다노 치즈, 계절과일, 처빌, 딜 손으로 올려 마무리한다.



국민생선인 고등어는 부산을 상징하는 생선이다.

부산시는 지난 2011년 시민들의 투표로 전국 최초로 도시를 상징하는 생선, 즉시어로 고등어를 선정했다.

국내 고등어 유통량의 80%는 부산을 통해 전국으로 퍼져나간다.

고등어의 종주 도시인만큼 부산 시민들은 고등어를 많이 먹는다.

하지만 먹는 방식이 구이와 조림 등으로 단조롭다.

BFOOD는 다양한 고등어 조리법의 일환으로 튀긴 고등어와 명지대파의 만남을 제안한다.

이는 치킨과 파가 어우러진 최근의 경향을 응용한 것이다.

튀긴 고등어와 파의 만남 그리고 매콤 달콤한 양념장의 조화는 고등어 활용법의 새로운 가능성을 제시한다.

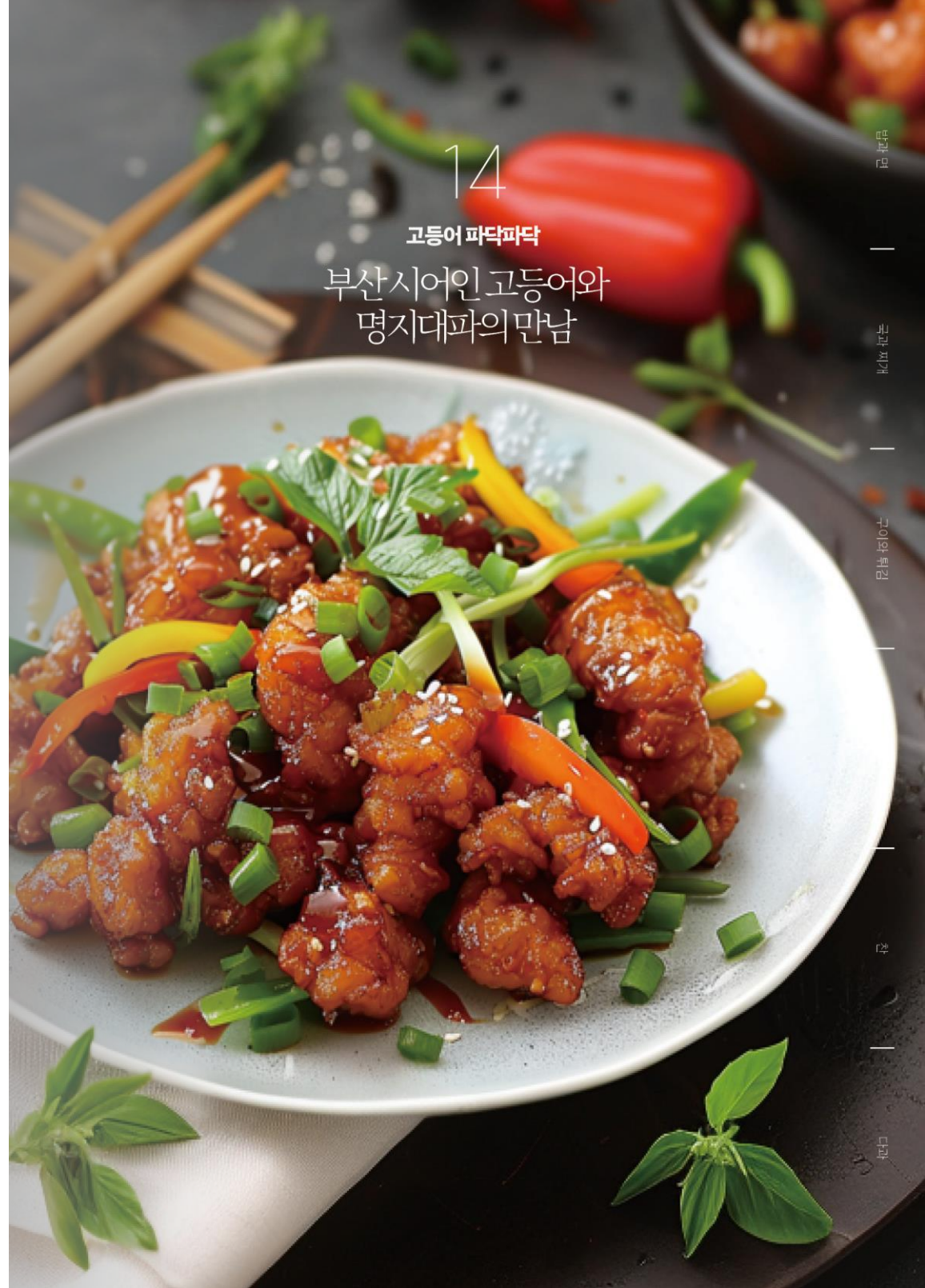
## 레시피

### 재료

물 3큰술  
설탕 4큰술  
식초 4큰술  
간장 2큰술  
청주 1큰술  
노두유&타마리 약간 큰술  
레몬 1/2개  
청피망 약간  
홍피망 약간  
파 2뿌리  
간마늘 1작은술  
생간장 1/2작은술  
건고추&월남고추 약간  
청&홍고추 약간  
고추기름 2t  
고등어 1마리  
전분 200g  
식용유(튀김용)

### 조리법

- 1 고등어는 머리와 내장을 제거하여 한입크기로 잘라 소금, 후추로 간을 해둔다.
- 2 야채 청홍피망과 청홍고추는 다져 준비해 주고 대파는 길게 썰어 얼음물에 담가둔다.
- 3 물, 설탕, 간장, 청주, 노두유&타마리를 혼합하여 양념장을 만들어 준다.
- 4 고등어는 전분을 묻혀 기름 160도 온도에 튀겨 낸다.
- 5 튀겨낸 고등어를 접시에 담고 피망, 대파를 수북이 담고 3의 양념장과 고추기름을 섞어 (양념장 2: 고추기름 1) 뿌려 마무리한다.



14

고등어 파닥파닥

부산시어인 고등어와  
명지대파의 만남



# 15

## 마른홍합과 죽순볶음

부산항을 통해 전국으로 퍼진 홍합과  
빠른 성장의 상징인 죽순의 만남



홍합, 담치, 담재, 섭, 열합 등 해부인 등은 모두 한 가지 생물을 일컫는 말이었다. 그런데 현대식 대형 선박이 국가간 이동을 하면서 이상한 일이 벌어졌다. 대형 선박의 경우 화물을 내리고 부력으로 무게 중심이 높아져 안전성이 떨어졌다. 이를 보완하기 위해 짐을 내린 선박은 아랫부분에 바닷물을 채워 무게 중심을 낮췄다. 이렇게 채우는 바닷물을 평형수(Ballast Water)라고 한다. 과거에는 평형수를 집안 한 항구에 마구 버렸고 이 과정에 생태계의 교란이 발생했다. 1950년대 평형수를 통해 유럽이 원산지인 '지중해담치'가 우리 바다에 유입되었다. '지중해담치'는 적응력과 생명력이 매우 뛰어났다. 부산항에서 시작해 한국의 모든 바다로 순식간에 퍼져나갔다. 결국 우리의 토착 홍합(섭)은 서해 먼바다와 동해 최북단에서 겨우 명맥을 유지하고, 지중해담치가 주인 노릇을 하게 되었다. 오늘날 우리가 홍합 혹은 담치라 부르는 그 생물이다. '굴러온 돌이 박힌 돌을 뺀' 형국이지만 이는 역설적으로 당시 부산항이 한반도의 관문이었음을 상징하는 사건이다.

### 레시피

#### 재료

홍합살  
죽순  
생강  
올리브오일  
소금약간  
메리골드

#### 조리법

- 1 홍합살은 살짝 데쳐서 물기를 빼며 차갑게 식힌다.
- 2 식힌 홍합살에 붙은 아가미를 완전히 제거한다.
- 3 손질된 홍합살은 올리브오일로 버무리고 70도의 열풍건조기에서 8시간 건조한다.
- 4 잘게 채 썬 죽순은 물기를 꼭 짜내어 파생강 기름에 높은 온도로 재빨리 볶아 소금으로 간한다.
- 5 말린 홍합과 볶은 죽순, 생강, 올리브오일 후추를 섞어 접시에 담고 메리골드의 꽃잎으로 장식한다.



# 16

## 칠게, 초당 옥수수 튀김

### 기장 초당옥수수과대저 토마토로 신분 상승한 칠게



칠게는 갯가에서 가장 흔하게 볼 수 있는 작은 게다.

너무 흔해서 귀히 여기지 않았지만 칠게는 바닷가 사람들에게는 의외로 요긴한 식재료였다.

주로 소금에 삭힌 뒤 갖은 양념을 더해 '칠게장'을 만들어 먹었다.

작고 껍질이 부드러운 칠게를 튀기면 스낵처럼 통째로 먹을 수 있다.

이 칠게 튀김에 기장에서 재배한 옥수수를 함께 튀겨서 곁들이고,

대저 토마토를 베이스로 만든 소스를 곁들이면 훌륭한 일품요리로 재탄생한다.

비록 작고 보잘것없지만 요긴하게 사용되었던 칠게를

새롭게 해석함으로써 갯가의 정서를 접시에서 담아냈다.

#### 레시피

#### 재료

칠게 2ea  
초당 옥수수 10g  
옥수수 전분 5g  
소금 1g  
후추 1g  
파프리카 크림블 5g  
완숙토마토 1ea  
다진 양파 20g  
간마늘 10g  
페퍼론치노 1ea  
바질 오일 1g  
처빌, 소렐 1g

#### 조리법

- 1 고완숙 토마토, 다진 양파, 간 마늘, 페퍼론치노, 소금, 후추 넣고 끓인 뒤 갈아 체에 내린 후 스파이시 토마토소스를 준비한다.
- 2 칠게와 옥수수는 전분을 묻혀 2분간 튀긴 후 파프리카 파우더, 소금, 후추를 뿌려 준비한다.
- 3 접시에 스파이시 토마토 소스, 튀긴 초당 옥수수, 튀긴 칠게 순으로 올리고 바질오일, 처빌, 소렐 올려 마무리한다.



17

고등어 범일된장 조림

가장 익숙한 음식이  
가장 세계적인 수 있다

태화식품은 1945년 부산 범일동에서 시작해 3대째 장맛을 이어오고 있는 기업이다.

대표 브랜드 '범일'은 콩된장, 간장 등 장류를 주로 판매하며,

저온 숙성으로 맛을 끌어올린 콩 함량 36.5%의 범일콩된장이 특히 유명하다.

일반인들에겐 낯선 브랜드이지만 사실 범일된장은 외식업계에서는 꽤 유명한 브랜드다.

대형 고깃집을 비롯한 유명한 음식점에 납품해 업계에서는 부산과 경남의 된장찌개 맛으로 악히 알려져 있다.

된장에 졸여낸 고등어는 부산 시민들에겐 너무 익숙한 음식이다.

하지만 범일된장으로 깔끔하게 조리낸 고등어는 세계인의 입맛까지 사로잡을 수 있다.

늘 그렇듯 해답은 가까운 곳에 있고 우리에게 가장 익숙한 것이 세계적으로 가장 잘 통할 수 있음을 보여주는 음식이다.

## 레시피

## 재료

고등어 300g  
생강 1톨  
물 200cc  
범일된장 1큰술  
간장 2작은술  
정종 1큰술  
미림 1큰술  
설탕 2큰술  
무 5g  
대파 5g

## 조리법

- 1 생강은 편으로 잘라준다.
- 2 고등어는 머리와 내장을 제거하여 먹기 좋게 손질한다.
- 3 대파는 6cm 길이로 잘라주고 무는 한입크기로 잘라 끓는 물에 한번 익혀서 사용한다.
- 4 냄비에 고등어를 넣고 물 200을 넣고 간장 정종 미림 범일된장을 넣고 무도 같이 넣어 끓인다.
- 5 처음엔 센불로 점점 불을 줄여가며 10~15분 조리한다.  
(5분정도 남기고 대파를 넣고 같이 졸임)
- 6 냄비의 고등어를 접시에 담고 마무리 한다.



거위의 간인 푸아그라는 흔히들 캐비어, 송로버섯과 함께 세계 3대 진미로 꼽는다.  
하지만 최근에는 인위적이고 강제적인 방식으로 간을 비정상적으로 키운 거위의 간보다  
바다 깊은 곳에서 자연스럽게 성장하며 큰 아귀의 간이 푸아그라를 능가한다는 평가가 많다.

부산 수영구에 있는 민락어촌계는 지금은 관광지과 아파트촌에 둘러싸여 있지만  
예로부터 부산의 3대 어항으로 매우 활기찬 항구였다.  
이 민락어촌계는 지금도 아귀가 대표 어종이며 아귀 경매가 이뤄지고 있다.  
어찌 보면 부산은 세계 3대 진미를 능가하는 식재료를 가장 신선한 상태에서 얻을 수 있는 지역인 셈이다.  
거위 간을 능가하는 신선한 아귀 간에 대지토마와 금정산성 막걸리 식초를 곁들여  
미식의 나라 프랑스의 푸와그라 파테를 능가하는, 부산다운 아귀 간 파테에 도전한다.

## 레시피

### 재료

아귀간 500g  
참깨 25g  
만가닥버섯 100g  
소렐 약간  
토마토 500g  
레몬 2ea  
막걸리식초 1큰술  
올리브오일 1큰술  
설탕 1큰술

### 조리법

- 1 아귀 간의 피를 빼고 피막을 벗겨낸 뒤 간 깨와 함께 랩에 말아준다.
- 2 다시 쿠킹포일로 감싸고 핀으로 숨구멍을 뚫어준 후 낮은 불로 쪄낸다.
- 3 냉장에서 차갑게 굳힌 아귀 간 파테를 썰어 담고 구운 토마토, 데친 만가닥 버섯을 올리고 소스를 뿌린 뒤 소렐 잎으로 가니쉬 한다.

18

아귀간 파테와 제철버섯

세계 3대 진미를 능가하는  
부산 식재료의 조합





## 대저 토마토와 명지조개 세비체

기수역이 만들어낸 부산의 맛,  
대저 토마토와 명지조개



개랑조개는 낙동강의 대표적인 특산물로 조갯살이 길매기의 부리 같아서 흔히들 갈미조개라 불린다.  
개랑조개는 명지 앞바다와 가덕도 인근의 물이 깨끗하고 모래와 진흙이 섞인 바닥에서 서식하고 채집된다.

예로부터 명지에서 많이 잡히고 먹었던 까닭에  
부산에서는 개랑조개나 갈미조개라는 명칭 대신 '명지조개'라는 명칭이 더 일반적이다.

육질이 쫄깃하고 감칠맛과 단맛이 풍부한 명지조개는  
어떻게 먹어도 맛있지만 특히 산미가 좋은 대저 토마토와 만났을 때 그 존재감이 더욱 두드러진다.  
기수역을 가진 강서구에서 생산되는 두 가지 식재료의 조합은 세계적으로 자랑해도 좋을 부산의 맛이다.

## 레시피

## 재료

대저 토마토 3~4개  
마 300g  
새조개 200g  
막걸리식초 5큰술  
설탕 3큰술  
소금 1큰술  
후추 약간  
동백오일 1큰술  
마늘 5개

## 조리법

- 1 마와 대저 토마토는 동근 모양을 살려 얇게 잘라준다.
- 2 새조개는 내장을 손질하고 물기를 뺀 뒤 토치로 가볍게 익힌 후 다진 마늘과 소금, 동백오일로 무친다.
- 3 막걸리 식초, 설탕, 후추, 동백오일을 섞어 소스를 만든다.
- 4 접시에 차례로 올린 후 소스를 끼얹고 식용꽃으로 장식한다.



봄 바람과 함께 찾아오는 기장멸치는

전국 유자망 멸치 잡이의 60% 어획량을 자랑하는 부산을 대표하는 식재료이다.

멸치회, 멸치쌈밥 등의 요리로 잘 알려져 있지만

지방질이 풍부해 액젓으로 담아 먹으면 감칠맛이 뛰어나 김장양념으로 많이 활용된다.

다른 양념에 감칠맛을 더해주는 보조적인 양념 재료로만 인식되던 멸치액젓이

이번에는 주인공이다.

개조개와 양파, 마늘, 빨강 청량초, 방아잎 등을 다져 된장으로 양념한 뒤 볶아 기장멸치액젓으로 마무리했다.

부산 인근에서 생산중인 훈제 멸치액젓을 활용하여

기장멸치액젓을 조연이 아닌 주연으로 다시 태어나도록 만들었다.

## 레시피

### 재료

껍질 개조개 1kg  
양파 1/2개  
마늘 3톨  
방아잎 취향껏  
빨강청량초 2개  
계란 1개  
된장 1작은술  
훈제멸치액젓 1작은술  
전분가루 약간  
참기름 약간

### 조리법

- 1 개조개는 까서 굵직하게 다진다.
- 2 양파와 마늘은 잘게 다지고 방아잎과 빨강청량초는 잘게 채 썬다.
- 3 위의 다진 재료를 코팅팬에 담고 계란1, 전분가루 살짝, 된장 1작은술을 넣고 조물조물 섞는다.
- 4 식용유를 살짝 두르고 중불에서 계속 저어주며 볶아 익힌다.
- 5 다 익었을때쯤 부족한 간을 훈제멸치액젓 1작은술을 넣어 간을 맞추고 취향껏 매운 고추를 더 첨가한다.
- 6 개조개 양쪽 껍질 안에 참기름을 바르고 익힌 재료를 채운다.
- 7 석쇠에 한번 더 굽거나 오븐에서 익혀 참기름과 어우러지게 한 뒤 식탁에 낸다.



20

기장멸치액젓 개조개 유곽  
주인공으로 다시 태어난  
기장멸치액젓



# 21

## 참소라 탕평채

용광로 같은 도시 부산에 어울리는  
화합과 연대의 상징 탕평채



조선2대 임금 영조는 상생의 정치를 실현하기 위해 당파가 아닌, 인물 위주로 인재를 등용하겠다는 의지를 담아 탕평책을 실시한다. 그리고 영조의 탕평책을 상징하는 음식이 탕평채다. 탕평채는 조선의 대표적인 궁중음식이자 화합과 연대의 뜻이 담긴 음식이다. 그래서 다양한 지역의 사람과 문화가 어우러진 도시 부산에 가장 어울리는 음식이기도 하다. 사실 탕평채는 청포묵 정도가 주요 재료일 뿐 지역과 계절을 담을 수 있는 다양한 재료를 조화롭게, 그리고 개성껏 버무려도 무방한 음식이다. 그것이 오히려 탕평채의 탄생 배경과 더 어울린다. 제시하는 레시피는 표준적인 제안일 뿐 부산의 개성이 듬뿍 담긴, 다양한 탕평채가 탄생하길 기원한다.

### 레시피

#### 재료

청포묵 500g  
표고버섯 3개  
참소라 2마리  
세모가사리 약간  
당근 1/2개  
미나리 20g  
계란 2개  
국간장 1큰술  
생들기름 1작은술  
식초 약간  
설탕 약간  
깨소금

#### 조리법

- 1 청포묵은 최대한 가늘게 썰어 데쳐서 얼음물에 식힌다.
- 2 전복은 솔로 깨끗이 씻은 후 저온에서 술점해 차갑게 식힌다.
- 3 당근과 표고버섯은 채 썰어 살짝 볶고 미나리는 길이를 맞춰 썰어 물에 데친 후 얼음물에 식혀 물기를 뺀다.
- 4 계란은 흰자 노른자를 분리하여 지단을 부친다.
- 5 국간장, 식초, 설탕, 생들기름을 섞어 양념장을 만든다.
- 6 모든 재료를 비슷한 길이로 맞춰 채 썰고 양념장을 넣고 부서지지 않도록 조심스레 버무린다.
- 7 접시에 담아내고 세모가사리로 장식한다.



한국전쟁 당시 부산에 정착한 이북의 피란민들은 크게 두 갈래로 나뉜다.

철도를 비롯한 육로를 통해서 은평양과 개성지역 주민, 그리고 1950년 홍남철수작전 때 바다를 통해서 온 함경도 지역 주민이다.

육로를 통해 정착한 피란민은 돼지고기에 큰 영향을 끼쳤고 바다를 통해 정착한 피란민은 밀면을 낳았다.

보쌈김치, 찜김치 등으로 불리는 보김치는 절인 배추와 무에

낙지, 전복 등의 각종 해산물과 배, 밤 등 과실류를 함께 버무려 만든 소를 넣은 배춧잎으로 싸서 익힌 김치를 뜻한다.

한국의 다양한 김치류 가운데 가장 화려한 김치로 알려져 있다.

한반도 중부지방에서 두루 먹던 김치인데 그중에서 개성의 보김치를 으뜸으로 쳤다.

백반에 김치가 빠질 수 없고, 현대의 상차림인 만큼 화려함을 더하기 위해 보김치를 선택했다.

## 레시피

### 재료

배추 1포기  
굵은 소금 1컵  
물 1L  
무 1/3개  
배 1/2개  
쪽파 15g  
미나리 20g  
대파 50g  
다진 마늘 20g  
다진 생강 10g  
고춧가루 1/3컵  
새우젓 약간  
국간장 약간  
낙지 1마리  
전복 2마리  
밤  
대추  
석이버섯  
은행  
실고추

### 조리법

- 1 배추는 반을 갈라 분량의 소금물에 3시간 절인다.
- 2 숨이 죽은 배추는 씻지 않고 그대로 뒤집어 물을 뺀다.
- 3 둥근 그릇에 앞을 줄기 쪽이 아래로 가도록 돌려 펼친다.
- 4 절인 배추의 속 앞만 2cm 폭으로 썬다.
- 5 무와 배는 같은 크기로 채 썰고, 밤은 편으로 썬다.
- 6 미나리, 쪽파는 3cm 폭으로 썬다.
- 7 대파는 어슷하게 썬다.
- 8 낙지와 전복은 깨끗이 씻어 3cm 길이로 자른다.
- 9 분량의 양념으로 버무린 김치를 한 주먹 될 만큼 위에 담는다.
- 10 그 위에 잣, 실고추, 은행, 낙지, 전복, 석이버섯 등의 고명을 올리고 펼쳐진 잎으로 차곡차곡 덮어 보를 쓴다.
- 11 김치통에 보김치를 넣고 그 위에 우거지를 덮은 뒤 꼭꼭 눌러 익힌다.

22

보김치

개성 피란민의 솜씨와  
부산의 현대사를 한데 버무린 보김치



23

흑미 찰리스

부산쌀로 만든 부산 디저트,  
흑미 찰리스



스페인에서 탄생한 찰리스는 멕시코를 비롯한 라틴아메리카를 통해 전 세계적으로 퍼진 도넛의 일종이다.  
BFOOD는 부산의 식재료와 스토리 뿐만 아니라 부산의 길거리 음식의 활용과 변형에도 많은 관심을 기울이고 있다.  
2023년에는 씨앗호떡을 디저트로 선보인 데 이어  
2024년에는 찰리스를 디저트로 선보인다.  
원형은 밀가루를 사용하지만 BFOOD에서는 기장에서 재배한 흑미를 사용한다.  
갓 튀겨낸 고소하고 달콤하며 바삭한 흑미 찰리스가 디저트로 안성맞춤이다.

\* 요리의 쌀은 부산광역시농업기술센터가 부산 특화품종으로 개발한 벼 '황금예찬'을 사용하였습니다.

#### 레시피

#### 재료

쌀 박력분 180g  
흑미가루 50g  
물 280g  
버터 85g  
소금 4g  
설탕 32g  
계란 90g

#### 조리법

- 1 물, 버터, 소금, 설탕을 냄비에 넣고 끓인다.
- 2 체친 가루류를 1에 넣고 약불에서 호화시킨 뒤 볼에 옮겨 담고 계란을 조금씩 부어가며 반죽을 완성시킨다.
- 3 180°C에서 4~5분간 튀겨 낸 뒤 계피설탕을 묻혀 마무리한다.



조선 후기의 실학자들은 일본의 고구마를 한반도로 들여오기 위해 많은 노력을 기울였다.  
 특히 동래부사를 역임한 실학자들에게 고구마의 도입은 핵심적인 정책과제였다.  
 그 결과 부산 영도에서 한반도 최초로 고구마가 재배되었으며  
 이후 구황작물로서 많은 백성들을 굶주림으로부터 구했다.  
 B-FOOD는 부산이 사배지인 고구마의 상징성을 부각하기 위해  
 가능하면 고구마를 많이 활용하기 위해 고민한다.  
 고구마와 한천을 결합해서 만든 양갱 또한 그런 고민의 결과물이다.  
 특히 양갱은 고구마의 맛과 향 그리고 질감을 살리기에 더할 나위 없는 조리법이다.

## 레시피

### 재료

물 120g  
 한천 5g  
 설탕 60g  
 조청 40g  
 백앙금 130g  
 감퓨레 150g  
 반건조 고구마 적당량

### 조리법

- 1 냄비에 물과 한천을 넣고 끓여오르면 설탕을 붓고 저어준다.
- 2 불을 끈 뒤 고구마 앙금과 조청을 넣고 앙금이 다 졸리면 다시 중 약불로 농도가 날 때까지 줄인다.
- 3 감 퓨레와 반건조 고구마를 넣고 빠르게 섞은 후 틀에 넣어 굳힌다.

24

홍시 고구마 양갱

조내기 고구마의 다양한 변신,  
 홍시 고구마 양갱





25

가을 무스

가벼운 무스에  
지역과 계절의 풍미를 더하다



다저트는 코스요리에 있어 음식의 마지막을 장식하는 요리이기도 하지만  
별도로 다과회(차담회)를 위한 요리로도 구성이 가능한 요리다.

BHFOOD의 콘셉트는 다른 음식과의 조화로움 이기본 이기는 하지만 그 요리가 단독(단품)으로의  
활용가능성에도 중점을 두고 개발한다.

BHFOOD가 개발한 가을무스는 부산 인근 지역의 배, 대추, 생강 등을 활용하여  
가을의 향기를 물씬 느낄 수 있도록 하였다.

배와 대추 대신 계절에 맞는 식재료로 바꿈으로써 다양한 계절을 연출할 수 있다.

레시피

## 01 생강바바로와즈

### 재료

우유 165g  
생강 70g  
정향 3g  
난황 34g  
설탕 25g  
버터 25g  
오팔리스 25g  
젤라틴매스 25g  
생크림 220g  
바닐라빈 1/2개

### 조리법

- 1 우유를 85℃로 데우고 생강과 정향을 넣고 3시간 우린다.
- 2 난황과 설탕을 섞고 1번의 우유와 함께 섞어 앙글레즈 크림을 만든다.
- 3 버터와 젤라틴, 초콜릿을 넣고 2를 섞어주고 -25℃까지 냉각시킨다.
- 4 80% 휘핑한 생크림을 3에 2번 나누어 넣으며 마무리한다.





레시피

## 02 대추퓨레

### 재료

건대추 120g  
물 600g  
설탕 적당량

### 조리법

- 1 건대추를 씨를 제거한 뒤 5배의 물을 부어 끓인다.
- 2 체에 거른 뒤 15% 정도의 설탕을 넣고 재 가열 후 걸쭉한 농도가 될 때까지 줄여 준다.  
(최종 65% 정도)

## 03 대추크림

### 재료

생크림 30g  
우유 60g  
대추퓨레 100g  
난황 35g  
설탕 20g  
카라ιβ 5g  
오파리스 18g  
버터 15g  
젤라틴매스 15g

### 조리법

- 1 우유, 생크림, 약간의 설탕을 넣고 가열한다.
- 2 난황과 설탕을 섞은 후 대추 퓨레와 1을 섞어 앙글레이즈를 만든다.
- 3 초콜릿, 젤라틴 위에 앙글레이즈 크림을 넣고 섞은 후 버터를 넣고 섞는다.
- 4 준비된 몰드에 채워 냉동한다.

## 04 배콩피

### 재료

배 주스 32g  
유자 즈 25g  
설탕 10g  
젤라틴매스 10g  
설탕배 조림 적당량

### 조리법

- 1 배를 다이스 한 후 냄비에 설탕을 넣고 볶아준다.
- 2 배 주스와 유자즙을 넣고 조금 더 졸인 뒤 젤라틴매스와 섞어 균한다.

## 05 코코넛크럼블

### 재료

버터 18g  
설탕 18g  
박력분 18g  
아몬드 가루 11g  
코코넛 가루 11g

### 조리법

- 1 모든 재료를 블렌더에 넣고 고슬고슬한 상태가 될 때까지 만든다.
- 2 160°C에서 15분 굽는다



## 06 코코넛-대추크루스티앙

### 재료

코코넛 크림블 30g  
레몬 제스트 4g  
피요틴 40g  
이보아르 15g  
오팔리스 20g  
버터 15g  
대추칩 30g

### 조리법

- 1 화이트 초콜릿을 녹이고 포마드 버터를 넣고 섞어준다.
- 2 크림블과 피요틴, 제스트, 대추칩을 넣고 섞는다.
- 3 냉동실에서 굳힌다.

## 07 대추크레프

### 재료

코코넛 버터 100g  
오팔리스 100g

### 조리법

- 1 코코아 버터와 오팔리스를 넣고 녹인 뒤 분사한다.





B-FOOD 레시피 2024  
스토리가 있는 부산다운 음식 25가지

# 부산의 환대

부산광역시 보건위생과  
(주)다한다커뮤니케이션  
(사)부산로컬푸드랩

발행일 | 2024년 10월 2일





