

복달임 음식 삼계탕, 우리 토종닭으로 즐겨보세요

- 국립축산과학원 개발 토종닭 품종 ‘우리맛닭’, 쫄깃한 식감과 깊은 풍미 자랑
 - 전통 삼계탕 변신...‘맛닭볼’, ‘퀘사딜라’ 등 이색 조리법 3종 소개
 - 토종닭 활용 범위 넓혀 농가 소득 증대 및 가금 산업 활성화

농촌진흥청(청장 이승돈)은 대표적인 복날 음식인 삼계탕을 색다르게 즐길 수 있도록 국립축산과학원이 개발한 토종닭 품종 ‘우리맛닭’으로 만들 수 있는 이색 음식을 소개했다.

복날 대표 보양식 삼계탕에는 일반적으로는 육계를 사용된다. 육계에 비해 쫄깃한 식감과 깊은 풍미를 지닌 토종닭은 색다른 삼계탕을 즐기려는 소비자들의 입맛을 돋우기에 안성맞춤이다.

국립축산과학원이 국내 토종닭 유전자원을 활용해 개발한 ‘우리맛닭’은 토종닭 고유의 풍미와 식감을 유지하면서도 생산성과 사육 효율을 높인 품종이다. 삼계탕은 물론 다양한 닭 요리에도 활용할 수 있어 토종닭 소비 확대 가능성도 보여주고 있다.

국립축산과학원이 제안하는 ‘우리맛닭’ 활용 이색 음식은 ▲맛닭볼과 토마토소스 ▲맛닭미네스트로네스프 ▲맛닭퀘사딜라 3종이다.

‘맛닭볼과 토마토소스’는 삼계탕 재료를 활용해 한입 크기로 즐길 수 있도록 만든 음식이다. ‘맛닭미네스트로네스프’는 토마토와 바질 등을 더해 서양식 수프로 재해석했다. ‘맛닭퀘사딜라’는 닭고기와 인삼, 찰밥 등을 곁들여 누구나 부담 없이 즐길 수 있도록 만든 것이 특징이다.



<맛닭볼과 토마토소스>



<맛닭미네스트로네스프>



<맛닭퀘사딜라>

한편, 삼계탕은 해외시장에서도 꾸준히 관심을 받으며 대표적인 케이 푸드(K-푸드) 가운데 하나로 자리 잡고 있다.

특히 수출국 다각화 노력을 통해 2025년 기준 연간 수출량이 250만 kg을 돌파하는 등* 2014년 미국을 시작으로 캐나다(2020년), 유럽연합(EU) 및 영국(2024년) 등으로 시장을 확장하고 있다.

* 출처: 농림축산검역본부 동축산물검역통계

농촌진흥청 국립축산과학원 가금연구센터 김경운 센터장은 “토종닭은 쫄깃한 식감과 깊은 풍미를 지녀 삼계탕을 비롯한 다양한 요리에 활용하기 좋은 식재료”라며 “이번 복날을 계기로 ‘우리맛닭’을 활용한 다양한 음식이 널리 알려져 토종닭 소비 확대와 산업 활성화로 이어지길 기대한다.”라고 말했다.

복날 토종닭 활용 이색 삼계탕 조리법 3종

담당 부서	국립축산과학원 가금연구센터	책임자	센터장	김경운 (033-330-9510)
		담당자	연구사	신승철 (033-330-9536)

농촌진흥청에서 연구·개발한
농업의 모든 것 농사로

붙임

토종닭 활용 이색 삼계탕 조리법 3종



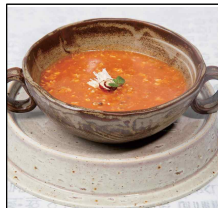
맛닭볼과 토마토소스

○ 재료

맛닭 1마리, 대추 2개, 인삼 1뿌리, 밤 2개, 마늘 2쪽, 대파 30g, 두부 50g, 전분가루 50g, 후춧가루 1/8작은술, 소금 적량

○ 만드는 법

1. 맛닭은 껍질을 벗긴 후 살만 발라내어 곱게 다지고 뼈는 폭 삶아 체에 걸러 육수로 준비한다.
2. 인삼, 밤, 마늘, 대추는 곱게 채 썰고 두부는 으개어 수분을 제거한다.
3. 그릇에 다진 맛닭살과 ②의 재료를 넣어 소금, 후춧가루로 간하여 끈기가 생기도록 치댄다.
4. 양념한 ③의 맛닭살은 지름 2cm 크기의 볼을 빗어 전분에 굴려서 끓는 물에 익혀 떠오르면 찬물에 담가 식힌다.
5. 토마토는 끓는 물에 살짝 데쳐 껍질을 벗기고 오이도 껍질을 벗긴다.
6. 홍고추는 반을 갈라 씨를 제거하고 양파는 길이대로 썬다.
7. 믹서에 ⑤와 ⑥의 재료를 넣고 ①의 육수 1/2컵과 분량의 올리브오일, 식초, 설탕, 소금과 후춧가루를 함께 넣고 갈아 토마토소스를 만든다
8. 그릇에 토마토소스를 담고 가운데 ④의 맛닭볼을 얹은 후 채 썬 대파를 고명으로 올린다.



맛닭미네스트로네소프

○ 재료

맛닭 1마리, 불린 찹쌀 20g, 대추 2개, 인삼 1뿌리, 밤 2개, 마늘 2쪽, 대파 20g, 양파 120g, 양송이 2개, 토마토소스 60g, 생토마토 1개, 소금 10g, 월계수잎 2장, 바질 2g, 후춧가루 1/8작은술, 식용유 30ml, 육수 2L

○ 만드는 법

1. 맛닭은 살을 발라 곱게 다지고 마늘, 대파, 양파, 양송이는 곱게 다진다.
2. 토마토는 칼집을 내어 끓는 물에 데친 후 껍질을 벗기고 다진다.
3. 식용유를 두른 팬에 마늘, 대파를 볶다가 불린 찹쌀과 다진 닭살을 넣고 볶는다.
4. ③에 양파와 양송이, 다진 토마토를 넣고 볶다가 토마토소스를 넣고 끓인다.
5. ④에 육수를 넣어 끓기 시작하면 월계수잎, 바질을 넣고 불에서 가끔씩 저어가며 약 30분 정도 은근히 끓인다.
6. 월계수 잎은 건져내고 대추, 인삼, 밤을 채썰어 고명으로 올린다.
7. 먹기 직전에 소금, 후춧가루로 간한다.



맛닭케사덜라

○ 재료

맛닭가슴살 200g, 찰밥 80g, 견과류(아몬드·호두·잣) 각 20g, 인삼 40g, 새송이버섯 20g, 파프리카(청·홍·황) 각 20g, 당근 50g, 양파 50g, 모짜렐라치즈 50g, 찹쌀가루 100g, 밀가루 100g, 소금 1큰술, 후춧가루 1/8작은술, 청주 1큰술, 생강즙 1큰술 (인삼소스) 육수 300ml, 마늘편 20g, 인삼편 20g, 후춧가루 1/8작은술, 소금 적량

○ 만드는 법

1. 인삼과 새송이버섯, 파프리카, 당근, 양파는 모두 채 썰어 기름 두른 팬에 볶은 후 펼쳐 식힌다.
2. 맛닭가슴살은 얇게 편 다음 소금, 후춧가루, 청주, 생강즙으로 밑간한다.
3. ②의 맛닭가슴살 안쪽에 밀가루를 묻혀 찰밥과 견과류, 채 썬 재료를 넣고 재료가 빠져나오지 않도록 반으로 접는다.
4. ③에 찹쌀가루나 빵가루를 묻혀 기름 두른 팬에 노릇노릇하게 지진다.
5. 팬에 마늘편을 먼저 볶다가 기본육수와 인삼편을 넣고 졸인 후 소금, 후춧가루 간하여 맛닭인삼소스를 만든다.
6. 월계수 잎은 건져내고 대추, 인삼, 밤을 채썰어 고명으로 올린다.
7. 그릇에 ④를 담고 인삼소스를 끼얹어 낸다.