

보도일시 (인터넷) 2023. 7. 2.(일) 11:00,  
(지면) 2023. 7. 3.(월) 조간

배 포 2023. 6. 30.(금) 오후

## 여름철 양식수산물 보양식 특별전 열려

- 7. 3.~8. 10.까지 인터넷 쇼핑몰 ‘피쉬세일’에서 진행, 최대 20% 할인

해양수산부(장관 조승환)는 양식수산물 자조금단체와 함께 7월 3일(월)부터 8월 10일(금)까지 한국수산물 인터넷 쇼핑몰 피쉬세일(www.fishsale.co.kr)에서 ‘여름철 양식수산물 보양식 특별전’을 개최한다.

이번 특별전에서는 전복, 우럭, 광어(넙치), 민물장어 등 여름철 보양식으로 잘 알려진 수산물뿐만 아니라, 무더위로 잃은 입맛을 살려줄 송어, 향어, 메기 등 내수면 수산물까지 포함하여 10~20% 할인된 가격으로 판매한다. 또한, 소비자들이 구입한 수산물을 다양한 방법으로 요리할 수 있도록 ‘2022 양식수산물 요리대회’ 수상작의 요리 방법도 ‘피쉬세일’에 함께 소개한다.

이번 행사는 지난 6월 15일 양식수산물의 다양한 판로 확대를 위해 한국수산물회(회장 정영훈)와 양식수산물 자조금 단체\*가 맺은 업무협약을 계기로 기획되었다.

\* 김, 전복, 광어, 송어, 민물장어, 메기, 향어, 관상어, 굴, 미역 등의 자조금 단체

조승환 해양수산부 장관은 “올해는 특히 전복이 풍년이라 좋은 가격으로 몸을 보양하실 수 있는 좋은 기회이다.”라며, “국민들께서 여름철 무더위로 지친 기력을 회복할 수 있도록 다양한 양식수산물들을 준비했으니 이번 특별전에 많은 관심을 부탁드립니다.”라고 말했다.

담당 부서	어촌양식정책관	책임자	과 장	서진희 (044-200-5610)
	어촌양식정책과	담당자	서기관	신철용 (044-200-5611)

한국수산업협동조합 - 양식수산물 자조금단체 MOU체결 기념 할인행사  
**여름철 수산물 보양식 특별전**

행사기간 : 2023/07/03 ~ 2023/08/10 행사품목 : 전복, 민물장어, 메기, 송어 등



**양식수산물 자조금 품목**



레시피 다운로드

**MOU 기획전**  
**구매 고객 경품 이벤트**

- 이벤트 기간** 7월 3일(월) ~ 8월 10일(목)
- 당첨 대상** MOU 기획전 내 상품 구매 고객 누구나
- 참모 방법** 상품 구매 시 자동 응모
- 선정 방법** 이벤트 추첨 프로그램을 통해 랜덤 선정
- 당첨 상품** 피쉬세일 적립금 30,000원
- 당첨 인원** 10명
- 발표 일자** 8월 16일(수)  
(피쉬세일 공지사항 게시)

\* 1인당 1회 응모 가능(중복 당첨 불가)

품 목	요리방법
<p data-bbox="236 712 370 757">전 복</p>  <p data-bbox="148 1176 327 1258">(사진출처: 피쉬세일 (위: 청해진미완도전복, 아래: 영진수산))</p>	  <p data-bbox="491 936 632 963">&lt;전복유산슬&gt;</p> <p data-bbox="491 972 568 999">【재 료】</p> <p data-bbox="491 1008 1398 1077">전복 5마리, 청경채 2개, 팽이버섯 1/2봉, 새송이버섯 1개, 대파 1대, 마늘 5쪽, 물 1/3 컵, 식용유 2T, 간장 1/2t, 굴소스 1T, 맛술 1T</p> <p data-bbox="491 1104 635 1131">【 만드 는 법 】</p> <ol data-bbox="491 1140 1398 1554" style="list-style-type: none"> <li>1) 전복은 손질하여 뒤쪽에 있는 기둥을 자르고 열십자 모양으로 칼집을 넣는다.</li> <li>2) 새송이 버섯 - 이등분하여 절반을 자른 다음 5mm로 썰기 / 팽이버섯 - 밑둥만 제거 / 마늘 - 편썰기 / 대파 - 반 갈라 3cm 길이로 썰기</li> <li>3) 청경채의 이파리를 땀 뒤 큰 것은 이등분한다.</li> <li>4) 새송이버섯, 팽이버섯, 청경채는 끓는 물에 살짝 데친 다음 찬물에 헹궈 물기를 뺀다.</li> <li>5) 팬에 식용유를 두르고 대파, 마늘, 다진 생강을 넣고 볶아 향이 나면 간장, 맛술을 넣어 볶는다.</li> <li>6) 새송이버섯, 팽이버섯, 청경채를 넣고 볶는다.</li> <li>7) 물, 굴소스, 흰 후춧가루를 넣어 볶은 다음 전복 넣고 볶는다.</li> <li>8) 전분물을 넣어 농도를 맞추어 준다.</li> <li>9) 참기름을 넣어 마무리한다.</li> </ol> <p data-bbox="491 1592 845 1619">(출처: 피쉬세일 내 입점업체(해미원) 이미지)</p>

## 광 어



(사진출처: 피쉬세일(위: 바다사나이, 아래: 삼면이바다))



### < 광어 육수를 결들인 한국식 광어찜 >

#### 【재 료】

찜재료: 광어필렛 300g, 새우 2마리, 전복 1마리, 대파(흰부분) 20g, 파리고추 3개, 표고버섯 1개, 마늘 3알, 미나리 30g, 연근 2조각, 레몬 1/2개

육수: 광어뼈, 참다시마 10g, 무 1/10개, 가쓰오부시 10g, 미림 50ml, 청주 50ml, 국간장 20ml, 소금약간

찜소스(파피요트소스): 진간장 3Ts, 참기름 1ts, 청양고추 1/2개, 통깨 5g, 다진마늘 5g, 설탕 1Ts

간장소스: 육수 1/2Ts, 진간장 2Ts, 계란노른자 1개

#### 【만드는 법】

- 1) 광어는 손질하여 필렛과 뼈로 분리한다. (광어뼈는 물에 담궈 피를 제거한다.)
- 2-1) **(육수끓이기)** 냄비에 물 1L를 받고 무와 참 다시마를 물에 넣고 약불에 20분간 끓인다.
- 2-2) 20분간 끓인 후, 무와 다시마를 건져낸 다음, 가다랑어를 넣고 5분간 끓인다.
- 2-3) 5분간 가다랑어 우리고 건져낸 후, 피를 뺀 광어 뼈를 넣어 15분간 중불로 끓인다. (광어뼈를 끓이면서 거품을 걷어낸다.)
- 2-4) 15분간 끓인 육수는 체에 걸러 준 후, 간장과 소금으로 간을 한다.
- 3) **(찜 재료 손질)** 대파는 흰 대만 4cm 정도 썰어주고, 미나리도 같은 길이로 썰어준다. 파리고추는 씻고 가운데 칼집을 넣어주고 마늘은 꼭지를 탄다. 표고버섯은 밑동을 제거하고 칼집을 넣어준다. 레몬은 1cm 두께로 썰어준다. 육수 끓일 때 나온 무를 모양을 내어 썰어둔다.
- 4) 새우는 껍질을 벗기지 않고 머리와 내장을 제거한다.
- 5) 전복은 솔로 깨끗하게 씻고 껍질과 분리한 후 내장과 이빨을 제거한다.
- 6) 팬에 기름을 두르고 대파와 파리고추, 마늘을 볶아준다.
- 7) 청양고추와 마늘은 다져서 준비한다.
- 8) 찜 소스 재료를 모두 섞어 소스를 만든다.
- 9) 준비해둔 모든 찜 재료(채소와 해산물)를 모양새 있게 담고 만들어 둔 찜소스를 뿌려준다.
- 10) 종이 호일로 덮어 준 후(구멍을 조금씩 뚫어 준다.) 170도로 예열된 오븐에 15분간 굽는다.
- 11) **(간장소스)** 작은 그릇에 간장2Ts, 육수1Ts 계란 노른자를 넣어 간장소스를 만든다.
- 12) 오븐에 찜준 재료를 그릇에 담고 육수와 찜소스를 올려 마무리한다.
- 13) 간장소스를 곁들여 낸다.

(출처: 해양수산부 우리의 바다가 선사하는 양식수산물 요리대회 레시피북)



## 민물장어



(사진출처: 피쉬세일(위: 고창영어조합법인, 아래: 장어수산))



### <장어 라이스버거>

#### 【재 료】

손질한 민물장어살 300g, 밥 2공기, 양상추 또는 로메인상추 50g, 레몬 1/4개, 다진 마늘 1/2작은술, 생강가루 1/2작은술, 토마토 1개, 오이 40g, 양파 1/2개, 소금, 후추, 식용유 2큰술

(소스재료 : 장어 육수 1컵, 간장 1컵, 생강즙 1작은술, 계피껍질 10cm, 청주 1/2컵, 설탕 1/2컵, 올리고당(물엿) 1/4컵)

#### 【만드는 법】

- 1) 냄비에 장어육수, 간장, 계피껍질, 생강즙, 청주, 설탕을 넣고 센 불에서 한소끔 끓인 뒤 약한불로 줄여 끓인다.
- 2) 간장양념이 1/3정도 줄 때까지 저으면서 끓인 뒤 올리고당을 넣어 잘 섞어 한소끔 더 끓인 뒤 불을 끄고 양념을 식힌다.
- 3) 손질한 민물장어살을 6cm 크기로 잘라 레몬즙, 다진 마늘, 생강가루, 소금, 후추로 버무려 실온에 30분 정도 두어 밀간을 충분히 한다.
- 4) 밀간을 한 장어를 석쇠 또는 팬에 올려 앞뒤로 뒤집어 가며 노릇노릇하게 굽는다. 구운 장어에 준비한 간장소스를 발라 한 번 더 굽는다.
- 5) 용기에 따뜻한 밥과 간장소스를 넣고 밥알이 부서지지 않게 주걱을 세워 칼질하듯 비벼 양념간장이 밥에 골고루 스며들게 한다.
- 6) 간장소스와 버무린 밥을 장어크기의 사각통에 넣어 콕콕 눌러 모양을 만든다.
- 7) 기름을 두른 팬에 모양을 만든 양념밥을 구워낸다.
- 8) 구워낸 밥에 양념구이한 장어를 올리고 상추, 토마토, 양파, 오이를 올리고 구워낸 밥을 올려서 낸다.

(출처: (사)한국내수면양식단체연합회 자체자료)

## 송 어



(사진출처: 피쉬세일(원복송어))



### <훈제송어 까나페>

#### 【재 료】

훈제송어 400g, 비스킷 1봉, 오이 10g, 붉은 파프리카 10g, 노란 파프리카 10g, 슬라이스 치즈 2장, 딸기 또는 올리브 열매, 삶은 달걀 1개, 삶은 감자 100g, 플레인 요거트 2큰술, 마요네즈 1작은술, 소금, 후추

#### 【만드는 법】

- 1) 훈제송어살을 0.3 x 0.3 cm 크기로 썰어 다진다.
- 2) 오이와 파프리카는 송어와 같은 크기로 0.3 x 0.3 cm 크기로 썰어 다진다.
- 3) 감자와 달걀은 따로 삶아 뜨거울 때 으깨어 식힌다.
- 4) 으깬 감자와 달걀에 다진 훈제송어살, 오이, 파프리카를 넣고 플레인 요거트, 마요네즈로 버무려 소금과 후추로 간한다.
- 5) 비스킷 위에 4등분 한 슬라이스 치즈 한 조각을 놓고 4의 섞어놓은 재료 한 큰술씩 올린다.
- 6) 딸기 또는 올리브 열매를 적당한 크기로 잘라 장식하여 그릇에 담아낸다.

Tip. 까나페는 와인과 잘 어울린다.

(출처: (사)한국내수면양식단체연합회 자체자료)

## 향 어



(사진출처:  
(위) (사)한국내수면양식단체연합회,  
(아래)전국내수면향어협회)



### <향어 탕수>

#### 【재 료】

향어 생선살 300g, 다진 마늘 1/4작은술, 생강가루 1/4작은술, 소금, 후추, 식용유 3컵,  
튀김가루 100g, 녹말가루 100g,  
계란 1개, 물 1.5컵  
(소스재료: 청피망 1/2개, 붉은 파프리카 1/2개, 파인애플 1쪽, 양파 1/4개, 식용유 1 큰술,  
케첩 3큰술, 설탕 3큰술, 식초 1큰술, 녹말가루 1큰술, 물 2/3컵)

#### 【만드는 법】

- 1) 향어살을 1 x 4 cm 크기로 썰어 다진 마늘, 생강가루, 소금, 후추로 밑간을 한다.
- 2) 물 1.5컵에 달걀을 잘 풀어 튀김가루와 녹말가루를 1:1 비율로 넣어 잘 섞어 튀김을 준비한다.
- 3) 청피망, 붉은 파프리카, 파인애플, 양파는 3 x 3 cm 크기로 썬다.
- 4) 녹말가루와 물을 1:1 비율로 섞어 녹말물을 만든다.
- 5) 밑간을 향어에 튀김옷을 입힌다.
- 6) 팬에 기름을 붓고 170°C로 가열한 다음 튀김옷을 입힌 향어를 넣고 황금색이 날 정도로 튀겨낸 뒤 튀진 향어는 채로 건져 기름을 뺀 뒤 한 번 더 튀겨준다.
- 7) 소스팬에 식용유를 두르고 달군 뒤 썰어놓은 양파, 파프리카, 파인애플을 넣고 1분 정도 볶다가 물, 케첩, 설탕, 식초를 넣고 2분 정도 더 끓인다.
- 8) 소스가 끓기 시작하면 녹말물을 풀어 엉기지 않게 잘 저어가며 걸쭉하게 만든다.
- 9) 튀긴 향어살에 그릇에 담고 소스를 곁들여 낸다.

(출처: (사)한국내수면양식단체연합회 자체자료)



## 메 기



(사진출처:  
(사)한국내수면양식단체연합회)



### <메기 강정>

#### 【재 료】

손질한 메기살 200g, 감자 3개, 양파 1개, 부추 40g, 녹말가루 1큰술, 튀김가루 100g, 달걀 2개, 소금, 후추, 소주, 식용유 3컵

(소스재료: 고추장 5큰술, 올리브오일 8큰술, 양조간장 2큰술, 무즙 1/2컵, 양파즙 1/2컵, 배즙 1/2컵, 생강즙 1큰술, 고춧가루 1큰술)

#### 【 만드 는 법 】

- 1) 감자는 삶아 으깨고, 양파와 부추는 곱게 다진다.
- 2) 메기살은 믹서에 갈아 계란과 버무린 뒤 으깬 감자와 다진 야채를 넣고 섞은 뒤 녹말가루로 반죽을 한다.
- 3) 메기살 반죽을 지름 3cm 크기의 완자로 빚는다.
- 4) 메기완자에 튀김가루를 묻혀 풀어놓은 달걀에 적혀 빵가루를 묻힌다.
- 5) 팬에 기름을 붓고 메기완자170℃로 가열하여 튀김옷을 입힌 완자를 튀겨 체로 건져 기름기를 뺀다. 기름기를 뺀 완자는 한번 더 튀겨낸다.
- 6) 고추장과 물엿을 섞은 뒤 분량의 무즙, 양파즙, 배즙, 생강즙, 간장, 고춧가루를 넣어 거품기로 잘 섞어준다.
- 7) 약한 불에서 양념표면에 거품이 생길 때까지 끓이는데 소스가 바닥에 붙어붙지 않도록 잘 저어주며, 주걱으로 소스를 들었을 때 흘러내리지 않을 정도로 걸쭉해질 때까지 저으면서 끓여 소스를 완성한다.
- 8) 기름에 튀긴 완자를 소스와 곁들여 접시에 담아낸다.

Tip. 기호에 따라 소스를 만들 때 케첩, 머스터드, 카레가루, 설탕 등을 조금 넣어도 좋다.

(출처: (사)한국내수면양식단체연합회 자체자료)