

Instant Pot™

# INSTANT POT DUO CRISP™

COOKING GUIDE BOOK





Instant Pot

인스턴트팟 레시피북



# Instant Pot

## 똑 소리나는 스마트한 인스턴트팟

한식에는 조리고, 찌고, 삶는 요리법이 특히 자주 등장해요.  
음식의 맛을 업그레이드시켜줄 뿐만 아니라 간을 잘 배게 하고,  
부드럽고 촉촉한 식감을 선사하죠.  
하지만 그만큼 준비부터 조리시간까지 다른 조리법에 비해  
2~3배는 더 많은 노력과 시간을 투자해야 한답니다.  
하지만 인스턴트팟을 사용하여 요리한다면  
이런 수고로움과 번거로움은 절반으로 줄일 수 있어요.  
물에 불려야 하는 쌀, 잡곡, 건나물 등은  
불릴 필요 없이 바로 인스턴트팟에 넣기만 하세요.  
푹 끓이거나 뭉근하게 삶아야 하는 찜 요리도  
인스턴트팟을 사용한다면  
더 빠르고, 부드럽고, 맛있게 완성할 수 있답니다.  
다재다능한 인스턴트팟을 활용한 메뉴들을 지금 바로 만나보세요.

# <인스턴트팟> 매뉴얼



- Pressure Cook 압력요리** 찌거나 삶는 요리 시 선택해주세요.
- Sauté 볶음** 다양한 재료를 볶거나 구울 시 선택해주세요.
- Slow Cook 슬로우콕** 낮은 온도로 오랜 시간 조리 시 선택해주세요.
- Steam 찜** 육류, 생선류, 해산물류를 압력을 사용하여 찜 때 선택해주세요.
- Sous Vide 수비드** 육류, 및 해산물을 낮은 온도로 조리 시 선택해주세요.
- Air Fry 에어프라이** 다양한 재료를 다양한 재료를 구울 때 선택해주세요.
- Pressure Level 압력강도** 유당 처리된 냉동 제품 등 다양한 재료를 높은 온도로 구울 때 선택해주세요.

- Roast 로스트** 육류를 구울 때 선택해주세요.
- Bake 베이킹** 제과 및 제빵 시 선택해주세요.
- Broil 생선굽기** 생선 등 윗면을 바삭하게 굽는 요리 시 선택해주세요.
- Dehydrate 건조** 다양한 재료를 낮은 온도로 말릴 때 사용해요.
- Delay Start 예약취사** 원하는 시간으로 조리를 예약할 때 선택해주세요.
- Cancel 취소** 조리 기능을 중지 시 사용해주세요.
- Start 시작** 기능을 선택 후 실행 시 선택해주세요.
- Keep Warm 보온** 일정한 온도를 유지할 시 선택해주세요.

\* 스마트 프로그램에서 설정된 조리시간이 아닌 사용자가 원하는 온도와 시간을 조절할 수 있으며 마지막 설정된 시간이 자동 저장됩니다.

# <인스턴트팟> 레시피 사용설명서

## 재료 준비

메뉴를 만들 때 꼭 필요한 재료입니다.  
**필수 재료**는 요리에 필요한 핵심 재료예요.  
 빠짐없이 준비해주세요.  
**선택 재료**는 비슷한 재료로 대체하거나 생략 가능해요.  
 입맛에 따라 준비해주세요.

## 양념장, 소스

음식을 만들기 전에 미리 섞어 놓으면 좋은 양념이에요.  
 미리 섞어두면 숙성되면서 맛이 어우러져 더 깊은 맛을 내요.  
 재료에 +로 표시되어 있다면 미리 섞어주세요.



## 총 조리시간

총 조리시간은 재료를 넣은 뒤 인스턴트팟에 예열 및 조리하는 총 소요시간이에요.

## 양념

해당 메뉴에 맛을 내기 위해서 쓰이는 재료를 말해요

## TIP

조리 시 알아두면 유용한 정보와 보관방법, 시간을 알려드려요.



멀티 압력요리

# 소고기 미역국



4인분



총 조리시간 43분

### 필수 재료

소고기(국거리용 400g),  
건미역(25g)

### 양념

참기름(1T),  
국간장(2T),  
다진 마늘(1t)



조리  
10분



1 볶음(Sauté) 기능을 선택해  
조리시간을 10분으로 설정하고,

2 인스턴트팟에 참기름(1T)을 두른 뒤  
소고기를 넣어 겉면이 고루 익도록 볶고,



3 조리가 완료되면 물(1.8L), 국간장(2T),  
다진 마늘(1t)을 넣고,



4 흐르는 물에 건미역을 씻어 부숴 넣고,



예열  
13분  
조리  
20분



5 뚜껑을 닫은 뒤  
압력요리(Pressure Cook) 기능을 선택해  
조리시간을 20분으로 설정하고,

6 조리가 완료되면 압력배출 버튼을 눌러  
압력을 충분히 배출해 마무리.

# 갈비탕



4인분



총 조리시간 1시간 10분

### 필수 재료

소고기(갈비탕용 1.5kg)

### 선택 재료

쪽파(2대=30g)

### 육수 재료

무(토막=150g), 마늘(8쪽),  
양파(½개), 대파(1대),  
다시마(1장=10×10cm),  
청주(100ml)

### 양념

국간장(3T),  
소금(1T),  
후춧가루(약간)



1 소고기는 찬물에 2~3시간 정도 담가 핏물을 뺀 뒤 기름 부위는 가위로 자르고,



2 인스틴트팟에 손질한 소고기를 넣은 뒤 소고기가 잠길 만큼 물을 붓고,



조리  
20분

3 볶음(Sauté) 기능을 선택한 뒤 조리시간을 20분으로 설정해 소고기를 삶고,



4 조리가 완료되면 소고기는 체에 받쳐 건진 뒤 흐르는 물에 헹구고,



5 인스틴트팟에 삶은 소고기와 물(2.2L), 육수 재료를 넣은 뒤 압력요리(Pressure Cook) 기능을 선택해 조리시간을 30분으로 설정하고,



6 조리가 완료되면 압력배출 버튼을 눌러 압력을 충분히 배출한 뒤 양념하고 그릇에 담아 마무리.

Tip 예열시간은 20분 정도 소요돼요.

Tip 무는 납작하게 썰고, 쪽파는 송송 썰어 올려요.

# 곤드레밥



4인분



총 조리시간 49분

### 필수 재료

건곤드레나물(40g), 쌀(300g)

양념 소금(1½T), 들기름(2T)

### 양념장

고춧가루(1½T)+간장(4T)+다진 마늘(1t)  
+참기름(2T)+참깨(1t)

Tip 기호에 따라 송송 썬 쪽파나 고추를 곁들여 드세요.



1 건곤드레나물은 흐르는 물에 3~4번 깨끗하게 씻고,



2 인스턴트팻에 건곤드레나물을 넣은 뒤 소금물(물2.5L+소금1T)을 붓고,



예열  
16분

조리  
12분

3 뚜껑을 닫은 뒤 압력요리(Pressure Cook) 기능을 선택해 조리시간은 12분으로 설정한 뒤 조리가 완료되면 압력배출 버튼을 눌러 압력을 충분히 배출하고,



4 뚜껑을 열고 곤드레나물을 건져 찬물에 충분히 헹구 물기를 꼭 짰 뒤 양념에 버무리고,



5 쌀과 양념한 곤드레나물을 넣어 물(250ml)을 부은 뒤 뚜껑을 열고 압력요리(Pressure Cook) 기능을 선택해 조리시간은 15분으로 설정한 뒤 뚜껑을 닫고,



6 조리가 완료되면 압력배출 버튼을 눌러 압력을 충분히 배출한 뒤 뚜껑을 열어 밥을 고루 저은 뒤 양념장을 곁들여 마무리.

Tip 예열시간은 6분 정도 소요돼요.

# 소고기 장조림



4인분



총 조리시간 1시간 2분

### 필수 재료

소고기(우둔살 600g),  
마늘(8쪽)

### 선택 재료

파리고추(10개),  
삶은 달걀(3개)

### 양념장

설탕(3T)+  
맛술(100ml)+  
간장(150ml)



1 소고기는 찬물에 20분간 담가 핏물을 뺀 뒤 8등분하고,



2 파리고추는 꼭지를 떼 뒤 꼬치로 구멍을 내고,



3 인스턴트팟에 핏물을 뺀 소고기와 물(400ml)을 넣은 뒤 양념장을 넣고,



예열  
12분

조리  
30분

4 뚜껑을 닫은 뒤 압력요리(Pressure Cook) 기능을 선택해 조리시간을 30분으로 설정하고,



5 조리가 완료되면 압력배출 버튼을 눌러 압력을 충분히 배출한 뒤 뚜껑을 열고,



6 마늘, 삶은 달걀, 파리고추를 넣고 볶음(Sauté) 기능을 선택한 뒤 조리시간을 20분으로 설정해 마무리.

**Tip** 떠오른 거품을 걷어내면 국물 맛이 더 깔끔해요.

# 통삼겹 수육



4인분



총 조리시간 50분

## 필수 재료

돼지고기(통삼겹살 800g)

## 고기 삶는 재료

소주(50ml), 된장(1T),  
마늘(2쪽), 생강(1톨),  
대파 초록 부분(1대),  
통후추(5알), 월계수잎(2장)



1 인스턴트팟에 물(500ml), 돼지고기, **고기 삶는 재료**를 넣고,



예열  
30분

조리  
20분

2 뚜껑을 닫은 뒤 찜(Steam) 기능을 선택해 조리시간을 20분으로 설정하고,

**Tip** 압력강도는 고압으로 선택해요.

**Tip** 부드러운 식감을 좋아하시면 조리시간을 10분 더 추가해주세요.



3 조리가 완료되면 압력배출 버튼을 눌러 압력을 충분히 배출한 뒤 뚜껑을 열고,



4 돼지고기를 건져 한 김 식히고 1cm 두께로 썰어 마무리.

# 삼계탕



2인분



총 조리시간 35분

### 필수 재료

닭(영계 2마리=1kg),  
불린 찹쌀(200g),  
수삼(2뿌리)

### 선택 재료

은행(30g), 밤(6알),  
대추(6알),  
마늘(6쪽),  
대파(20cm)

### 양념

소금(약간),  
후춧가루(약간)



1 닭은 흐르는 물에 겉과 속을 깨끗이 씻은 뒤 꼬리와 지방을 잘라내고,



2 닭 배속에 은행, 밤, 대추, 마늘, 불린 찹쌀을 넣고,



3 한쪽 다리에 칼집을 낸 뒤 다른 쪽 다리를 넣어 서로 엇갈리게 끼고,



4 인스턴트팟에 닭, 수삼, 물(900ml)을 넣고  
**Tip** 물에 닭이 푹 잠길 수 있도록 해주세요.



예열  
10분

조리  
25분

5 뚜껑을 닫은 뒤 압력요리(Pressure Cook) 기능을 선택해 조리시간을 25분으로 설정하고,

**Tip** 푹 무른 식감을 좋아하시면 조리시간을 5분 더 추가해주세요.



6 조리가 완료되면 압력배출 버튼을 눌러 압력을 충분히 배출한 뒤 그릇에 닭고 대파를 송송 썰어 올려 마무리.

**Tip** 기호에 맞게 소금, 후춧가루를 넣어 드세요.

# 돼지등갈비김치찜



3인분



총 조리시간 45분

### 필수 재료

돼지고기(등갈비 700g),  
대파(1대),  
묵은지(½포기)

### 양념

고춧가루(1T),  
다진 마늘(1T),  
식용유(2T)



1 돼지고기는 30분간 핏물을 빼고,



2 대파는 길게 반 갈라 5cm 길이로 자르고,



3 인스턴트팟에 돼지고기, 묵은지, 대파, 양념,  
물(150ml)을 넣고,



예열  
20분

조리  
25분

4 뚜껑을 닫은 뒤 찜(Steam) 버튼을 선택해  
조리시간을 25분으로 설정하고,

Tip 압력강도는 고압으로 선택해요.



5 조리가 완료되면 압력배출 버튼을 눌러  
압력을 충분히 배출하고 뚜껑을 열어 마무리.

# 소갈비찜



5~6인분



총 조리시간 1시간 20분

### 필수 재료

소고기(갈비찜용 2kg), 당근(1개),  
건표고버섯(4개), 간 밤(10개)

### 선택 재료

대추(10개), 은행(10개), 달걀지단(약간)

### 양념장

설탕(6T)+간장(120mL)+배즙(90mL)+  
다진 마늘(3T)+다진 파(4T)+참기름(1T)

**Tip** 배즙 대신 시판 배 음료 또는  
파인애플즙을 사용해도 좋아요.



1 소고기에 붙은 지방을 제거한 뒤 소고기가  
잠길 만큼 찬물을 부어 반나절 핏물을 빼고,



2 당근은 밤 크기로 모서리를 둥글게 돌려 깎고,  
**Tip** 모서리를 둥글려 깎아 넣으면 익으면서 부서지  
지 않아요.



조리  
10분

3 인스턴트팟에 핏물 뺀 소고기를 넣고  
볶음(Sauté) 기능을 선택한 뒤 조리시간을  
10분으로 설정해 볶고,



4 조리가 완료되면 지단을 제외한 모든  
재료와 **양념장**을 넣어 물(360ml)을 붓고,



예열  
20분

조리  
50분

5 뚜껑을 닫은 뒤 찜(Steam) 기능을 선택해  
조리시간을 50분으로 설정하고,



6 조리가 완료되면 압력배출 버튼을 눌러  
압력을 충분히 배출하고 뚜껑을 열어  
갈비찜을 그릇에 담고 달걀지단을 올려 마무리.

**Tip** 떠오른 기름을 제거하면 맛이 더 깔끔해져요.

# 고구마찜



3인분



총 조리시간 30분

## 필수 재료

고구마(6~7개=1kg)



1 고구마는 껍질째 깨끗하게 씻고,



2 인스틴트팟에 스테인레스 찜기를 넣고,



3 물(350ml)과 고구마를 넣고,



4 뚜껑을 닫은 뒤 찜(Steam) 기능을 선택해 조리시간을 20분으로 설정하고,

**Tip** 압력강도는 고압으로 선택해요.



5 조리가 완료되면 압력배출 버튼을 눌러 압력을 충분히 배출하고 뚜껑을 열어 고구마를 꺼내 마무리.

# 맥반석 달걀



11개 기준



총 조리시간 2시간

**필수 재료**  
달걀(11개)

**소금물**  
소금(1T) + 물(150mL) + 식초(1t)



1 인스턴트팟에 스테인레스 찜기를 넣은 뒤 달걀을 올리고,



2 소금물을 붓고,



예열  
10분

조리  
110분

3 뚜껑을 닫은 뒤 압력요리(Pressure Cook) 기능을 선택하고 조리시간을 110분으로 설정하고,



4 조리가 완료되면 압력배출 버튼을 눌러 압력을 충분히 배출한 뒤 뚜껑을 열고 그릇에 담아 마무리.

**Tip** 스테인레스 찜기를 사용하면 인스턴트 팟 내 솔의 굽힘을 최소화시킬 수 있어요. 굽힘이 우려되는 재료를 조리할 땐 스테인레스 찜기를 꼭 사용하세요.



에어프라이

# 두부구이



4인분



총 조리시간 15분

### 필수 재료

두부(2개=600g),  
샐러드채소(2줌=150g)

### 양념

소금(약간),  
후춧가루(약간),  
전분(5T)

### 양념장

설탕(2T) + 간장(3T) +  
다진 마늘(0.3T) +  
후춧가루(약간) +  
참기름(2T) + 참깨(0.5T)



1 두부에 소금, 후춧가루를 뿌려 밑간하고,



2 밑간한 두부 겉면에 전분(5T)을 고루 묻힌 뒤 에어프라이어 바스켓에 두부를 넣고,



조리  
15분

3 뚜껑을 닫은 뒤 에어프라이(Air Fry)기능을 선택하고 온도는 190℃, 시간은 15분으로 설정하고,

**Tip** 두부에 식용유(2)를 둘러 구우면 같이 바삭해져요.



4 양념장을 만들고,



5 샐러드채소는 물에 헹구 물기를 빼고,



6 그릇에 샐러드채소를 담고 구운 두부를 올린 뒤 양념장을 곁들여 마무리.

# 버터 통고구마구이



5인분



총 조리시간 30분

## 필수 재료

고구마(6개=600g),  
버터(6T)

Tip 개당 80~120g 사이의 고구마를 사용했어요.

## 선택 재료

바닐라 아이스크림(약간)



- 1 깨끗이 씻은 고구마는 에어프라이어 바스켓에 넣고,  
Tip 고구마를 찬물에 30분간 담갔다 건진 뒤 구우면 촉촉한 고구마를 맛볼 수 있어요.



조리  
20분

- 2 뚜껑을 닫은 뒤 에어프라이(Air Fry) 기능을 선택해 온도는 180°C, 시간은 20분으로 설정하고,



- 3 구운 고구마를 꺼내고,



- 4 반 갈라 버터(1T)를 올린 뒤 에어프라이어 바스켓에 넣어 뚜껑을 닫고,



- 5 에어프라이(Air Fry) 기능을 누르고 같은 온도에서 10분간 더 구운 뒤 꺼내 바닐라 아이스크림을 올려 마무리.

# 허니 브리치즈구이



2인분



총 조리시간 15분

### 필수 재료

브리치즈(1개),  
견과류(1/2컵=30g)

### 양념

꿀(3T)



1 브리치즈에 가로, 세로 1cm 간격으로 칼집을 내고,



2 에어프라이어 바스켓에 종이포일을 깔고 브리치즈에 견과류를 올리고,



조리  
15분

3 뚜껑을 닫은 뒤 에어프라이(Air Fry) 기능을 선택해 온도는 200℃, 시간은 15분으로 설정하고,



4 그릇에 담아 꿀(3T)을 뿌려 마무리.



### Tip 과일 시럽 만들기

냉동 베리(100g), 설탕(1컵), 레몬즙(3)

1. 냄비에 냉동 베리와 설탕을 넣고,
2. 약한 불로 30분간 끓이고,
3. 레몬즙(3)을 넣어 마무리.



로스트

# 등갈비구이



4인분



총 조리시간 45분

### 필수 재료

등갈비(700g),  
옥수수(1개), 방울토마토(5개),  
양송이(3개), 감자(2개)

### 등갈비 소스

간장(1T) + 다진 마늘(2T) + 물엿(3T) +  
굴소스(1T) + 스테이크소스(3T) +  
우스터소스(2T) + 케첩(2T)



1 등갈비는 찬물에 담가 1시간 이상 핏물을 빼고,



2 옥수수는 큼직하게 썰고, 방울토마토는 세척하고, 양송이는 껍질을 제거하고, 감자는 큼직하게 썰고,



3 핏물을 뺀 등갈비와 물(750ml)을 인스턴트팟에 넣어 뚜껑을 닫고 압력요리(Pressure Cook) 기능을 선택해 조리시간은 15분으로 설정하고,

Tip 예열시간은 10분정도 소요돼요.



4 익힌 등갈비는 건져 **등갈비 소스**를 바르고,



5 팟에 에어프라이어 바스켓을 넣은 뒤 종이포일을 깔고 소스를 바른 등갈비와 손질한 채소를 넣고,



조리  
20분

6 뚜껑을 닫은 뒤 로스트(Roast) 기능을 선택하고 온도는 180℃, 시간은 20분으로 설정해 마무리.

# 마늘 통삼겹구이



6인분



총 조리시간 45분

## 필수 재료

통삼겹살(1kg),  
양파(1개), 미니 파프리카(4개),  
미니 새송이버섯(6개)

## 밑간

소금(1T),  
후춧가루(0.5t),  
다진 마늘(2T)



1 통삼겹살은 칼집을 내 밑간하고,



2 양파는 3등분하고, 미니 파프리카는 세로로 반 자르고, 미니 새송이버섯은 밑동을 제거하고,



3 에어프라이어 바스켓에 종이포일을 깔 뒤 밑간한 삼겹살을 넣고,



조리  
30분

4 뚜껑을 닫은 뒤 로스트(Roast) 기능을 선택해 온도는 190℃, 시간은 30분으로 설정하고,



5 조리가 끝나면 손질한 채소를 넣고,



6 뚜껑을 닫은 뒤 로스트(Roast) 기능을 선택해 온도는 190℃, 시간은 15분으로 설정하고 노릇하게 익혀 마무리.

# 통닭구이



4인분



총 조리시간 50분

### 필수 재료

통닭(2마리=1kg),  
감자(1개), 당근(½개), 고구마(1개),  
레몬(1개), 파인애플(약간)

### 밑간

소금(2T), 후춧가루(약간),  
타임가루(1T),  
올리브유(4T)



1 통닭은 밑간해 30분간 두고,



2 감자, 당근, 고구마, 레몬, 파인애플은 한입 크기로 썰고,



3 밑간한 통닭은 에어프라이어 바스켓에 넣고,



조리  
30분

4 뚜껑을 닫은 뒤 로스트(Roast) 기능을 선택해 온도는 190°C, 시간은 30분으로 설정하고,



5 조리가 끝나면 손질한 채소와 과일을 넣고,



6 뚜껑을 닫은 뒤 로스트(Roast) 기능을 선택하고 같은 온도에서 20분간 더 구워 마무리.



브로일

# 허브생선구이



4인분



총 조리시간 8분

### 필수 재료

가자미(4마리),  
레몬(½개),  
마늘(5쪽)

### 밑간

소금(0.5), 후춧가루(약간),  
올리브유(3T),  
타임(3줄기)



1 가자미는 비늘을 제거한 뒤 몸통에 칼집을 넣고,



2 레몬은 얇게 자르고, 마늘은 납작 썰고,



3 손질한 가자미는 밑간한 뒤 손질한 레몬과 마늘을 올리고,



4 랫에 스테인레스 찜기를 넣어 건조 트레이를 올린 뒤 가자미를 넣고,

**Tip** 종이 포일 대신 건조 트레이를 사용하면 기름기가 빠져 더 담백해요.



조리  
8분

5 뚜껑을 닫고 생선굽기(Broil) 기능을 선택해 온도는 200℃, 시간은 8분으로 설정하고,



6 겉면을 노릇하게 익혀 마무리.

# 버터갈릭 새우구이

2인분



총 조리시간 20분

## 필수 재료

새우(12마리=370g),  
마늘(3쪽)

## 양념

버터(3T),  
파슬리가루(1T),  
소금(0.3T)



1 새우는 등에 칼집을 넣고, 마늘은 납작 썰고,



2 버터(3T)는 전자레인지에 30초간 가열한 뒤 파슬리가루(1T), 소금(0.3T)를 넣어 섞고,



3 양념한 버터에 새우와 마늘을 넣어 고루 섞고,



4 에어프라이어 바스켓을 넣은 뒤 종이포일을 깔고 버터에 버무린 새우를 넣고,

**Tip** 종이포일을 깔고 구우면 버터가 녹으며 새우에 스며들어 풍미가 더 좋아져요.



조리  
20분

5 뚜껑을 닫은 뒤 생선굽기(Broil) 기능을 선택해 온도는 204℃, 시간은 20분으로 설정해 마무리.

# 허니간장 윙봉



4인분



총 조리시간 25분

**필수 재료**  
윙봉(600g)

**밑간**  
소금(0.5T),  
후춧가루(약간),  
올리브유(2T),  
다진 마늘(1T)

**양념장**  
간장(4T) + 꿀(3T) +  
다진 마늘(2T) +  
참기름(1T) +  
후춧가루(약간)



1 윙봉은 밑간해 30분간 재워 두고,



2 양념장을 만들고,



3 에어프라이어 바스켓을 넣어 건조 트레이를 올린 뒤 밑간한 윙봉을 넣고,

**Tip** 트레이 아래로 기름기가 빠지며 더욱 바삭해져요.



조리  
15분

4 뚜껑을 닫은 뒤 생선굽기(Broil) 기능을 선택하고 온도는 204℃, 시간은 15분으로 설정하고,



5 조리가 완료되면 윙봉에 양념장을 고루 바르고,



6 뚜껑을 닫은 뒤 생선굽기(Broil) 기능을 선택해 온도는 204℃, 시간은 10분으로 설정하고 윙봉을 노릇하게 익혀 마무리.

**Tip** 그라나파다노 치즈를 뿌려 먹어도 좋아요.



베이킹

# 스콘



5X5cm, 6개 분량



총 조리시간 20분

### 필수 재료

핫케이크 믹스(½봉=250g),  
설탕(40g),  
우유(60ml),  
달걀(1개)

### 달걀물

달걀(1개),  
우유(2T)



1 달걀물을 제외한 모든 재료를 섞어 반죽하고,

**Tip** 녹차가루(10g), 홍차가루(7g) 등 취향대로 추가해 다양한 스콘을 만들어도 좋아요.



2 스콘 반죽은 5cm 크기로 잘라 에어프라이어 바스켓에 넣고,



3 반죽 윗면에 달걀물을 바르고,



조리  
20분

4 뚜껑을 닫은 뒤 베이킹(Bake) 기능을 선택해 온도는 180°C, 시간은 20분으로 설정하고,



5 스콘을 노릇하게 구워 마무리.

# 바스크 치즈케이크



2호틀(지름 19cm) 1개 분량



총 조리시간 35분

## 필수 재료

크림치즈(720g), 설탕(180g), 소금(0.3T), 박력분(12g), 달걀(4개), 생크림(370ml)



1 크림치즈와 설탕, 소금을 섞어 부드럽게 풀어주고,

**Tip** 크림치즈는 실온에 30분간 꺼내 준비해요



2 박력분과 달걀을 섞고,  
**Tip** 박력분은 체에 한 번 친 뒤 사용해요.



3 생크림을 조금씩 부어가며 거품기로 고루 섞고



4 인스턴트 팻에 스테인레스 찜기를 넣고 반죽을 담은 케이크 틀을 올리고,

**Tip** 케이크 틀에 유산지, 종이 포일을 미리 깔아주세요.



조리  
35분

5 뚜껑을 닫은 뒤 베이킹(Bake) 기능을 선택해 온도는 204℃, 시간은 35분으로 설정하고,



6 윗면이 노릇해질 때까지 구워 마무리.  
**Tip** 윗면의 색에 따라 5-7분 정도 더 구워도 좋아요.

# 녹차비스코티



15×2cm 8개 분량



총 조리시간 20분

## 필수 재료

박력분(100g), 녹차가루(7g), 설탕(30g), 달걀(1개), 포도씨유(15g), 슬라이스 아몬드(20g)



1 박력분과 녹차가루, 설탕은 체에 내리고,



2 체 친 가루에 달걀, 포도씨유, 슬라이스 아몬드를 섞어 반죽하고,



3 둥근 반죽을 15×7cm 크기로 만든 뒤 종이포일을 깔고 에어프라이어 바스켓에 넣고,



조리  
10분

4 뚜껑을 닫은 뒤 베이킹(Bake) 기능을 선택하고 온도는 180℃, 시간은 10분으로 설정하고,



5 구운 비스코티는 15×1cm 크기의 막대 모양으로 잘라 종이포일을 깔고 에어프라이어 바스켓에 넣고,



6 뚜껑을 닫은 뒤 베이킹(Bake) 기능을 선택하고 온도는 180℃, 시간은 10분으로 설정해 한 번 더 노릇하게 구워 마무리.



  
건조

# 육포



6인분



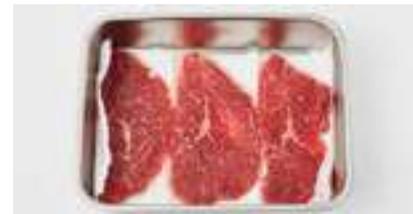
총 조리시간 6시간

### 필수 재료

소고기(우둔살 300g)

### 양념장

설탕(1.5T) + 간장(3T) + 청주(1.5T) + 후춧가루(약간) + 마늘가루(0.5T) + 양파가루(0.5T)



1 소고기는 0.5cm 두께로 잘라 핏물을 제거하고,

**Tip** 키친타월에 걸쳐 핏물을 빼주세요.



2 양념장을 만들고,



3 얇게 썬 소고기에 양념장을 골고루 바르고,



4 에어프라이어 바스켓에 건조 트레이를 끼운 뒤 양념장을 바른 소고기를 올리고,



조리  
6시간

5 뚜껑을 닫은 뒤 건조(Dry) 기능을 선택해 온도는 70°C, 시간은 6시간을 설정하고,

**Tip** 소고기를 건조하는 중간에 참기름(1)을 골고루 발라 건조하면 윤기가 나요.



6 먹기 좋은 크기로 잘라 마무리.

# 과일칩



6인분



총 조리시간 7시간

## 필수 재료

사과(½개), 파인애플(¼개), 레몬(½개), 라임(1개)



1 과일은 물에 담가 베이킹소다로 깨끗하게 세척하고,



2 세척한 과일은 0.3cm 두께로 자르고,  
**Tip** 수분이 적은 단단한 과일이 좋아요.



3 에어프라이어 바스켓에 건조 트레이를 끼운 뒤 자른 과일을 넣고,



4 뚜껑을 닫은 뒤 건조(Dry) 기능을 선택해 온도는 70℃, 시간은 7시간으로 설정하고,  
**Tip** 과일의 크기에 따라 건조시간을 조절해요.



5 조리가 완료되면 뚜껑을 열고,



6 그릇에 담아 마무리.  
**Tip** 냉장 및 냉동실에 보관하면 2~3주간 두고 먹을 수 있어요.

# 썬드라이드 토마토



4인분



총 조리시간 7시간

## 필수 재료

방울토마토(200g),  
타임(3줄기)

## 양념

올리브유(4컵),  
후춧가루(약간)



- 1 방울토마토는 2등분하고,  
**Tip** 방울토마토 대신 토마토(2개)를 사용해도 좋아요.



- 2 찻에 에어프라이어 바스켓에 건조 트레이를 끼운 뒤 손질한 방울토마토를 넣고,



조리  
7시간

- 3 뚜껑을 닫은 뒤 건조(Dry) 기능을 선택해 온도는 70℃, 시간은 7시간으로 설정하고,  
**Tip** 토마토 크기에 따라 건조시간을 조절해요.



- 4 끓는 물(6컵)에 유리병을 넣어 5분간 끓여 식히고,  
**Tip** 유리병을 소독해야 곰팡이가 생기지 않아요.



- 5 소독한 유리병에 말린 토마토, 타임, 양념을 넣고 실온에서 1일간 숙성한 뒤 냉장실에 넣어 마무리.

# Instant Pot™

Instant Brands Inc.  
11 300 Earl Grey Dr., Suite 383  
Ottawa, Ontario  
K2T 1C1  
Canada

수입판매자 : 코렐브랜드코리아 (주)  
서울시 강남구 테헤란로 407 EK 타워 4층  
고객센터 : 02-2670-7800

[Instantpot.com](http://Instantpot.com)  
[Instantpot.co.kr](http://Instantpot.co.kr)

# Instant Pot™

Instant Brands Inc.  
11 300 Earl Grey Dr., Suite 383  
Ottawa, Ontario  
K2T 1C1  
Canada

수입판매자 : 코렐브랜드코리아 (주)  
서울시 강남구 테헤란로 407 EK 타워 4층  
고객센터 : 02-2670-7800

[Instantpot.com](http://Instantpot.com)  
[Instantpot.co.kr](http://Instantpot.co.kr)