

실습 과목 : 증식조리실습, 이기성(교수)



실습 날짜 : 2024년 11월 28일 목요일 2024년 11월 29일 금요일

실습인원 및 분반 : 목요일(11반, 16명, 4조) / 금요일(12반, 13명, 4조)

음식 작품 : 각 조당 음식 2개씩 완성품 제출하고 시식할 것(반드시)

- 실습명 :
- ① 깐풍기와 소스
 - ② 마파두부 만들기

~~* 소스, 육수, 밥 등의 공통적인 작업은 조원들과 같이 만들 것!!! *~~

Ingredients	1 Q'ty (1조당)	Order Q'ty & Unit	Standard & Remark
① 깐풍기			
<닭다리살 마리네이드>			
닭다리살	300g	1조당 1.5ps	1pk을 N/N을 나누어 주세요(조별)
생강즙(=생강 파우더)	some		서양조리실에서 가져올 것
마늘즙(=마늘 파우더)	some		서양조리실에서 가져올 것
소금	some		
전분	90g		
밀가루	10g		
치자물	20ml		한식조리실에서 가져올 것
달걀	1ea		
<깐풍소스>			
		* 3인분 기준 *	
물		100ml	
황설탕		65g	
식초		75g	
굴소스		30g	
정종		50ml	
후추		2g	
참기름		2g	
마늘 다진것		35g	
진간장		35g	
<깐풍기 볶기>			
당근	6g		
다진 파	10g		
호부추	14g		
사천고추	2ps		

② 마파두부와 밥(밥은 밥통에서 미리 해놓기!!!)			
<기본 재료>		x 2(두배로... 분량)	
두부(깍둑 썰기)	120g	1인분 기준	두부는 한 번 식초+소금 물에 튀겨준다.
다진 돼지고기	60g	1인분 기준	
다진 대파	10g		
당근	4g		
양파	8g		
호부추	4g		
다진마늘	2g		
다진생강	2g		
사천고추	1ps		
<마파두부 양념재료>			
고춧가루	~		
정종	~		
두반장	~		
굴소스	~		
간장	~		
설탕	~		
치킨스탁 물	~		
소금 & 후추	~		
전분가루	20g		
물	10ml		

◆ Cooking Method ◆

1. 깐풍기(건팽계, 乾烹鷄)

밀가루 반죽을 얇게 입힌 닭고기 토막을 기름에 튀긴 다음 고춧가루, 간장, 식초, 설탕 등으로 양념된 묽은 소스를 팬에서 빠르게 조리하는 음식임.

깐풍기는 산둥성(山東省)지방에서 유래된 중국 요리의 일종으로 장어로 만든 영양 간식인 깐풍장어가 있음

조리할 때 충분한 양의 파, 마늘, 고추를 넣어서 매콤한 풍미를 살리는 특징이다. 또한, 닭고기를 튀길 때 한 번 튀긴 후 한 번을 더 튀기면 맛이 더 바삭해짐

2. 마파두부(중국어 간체자: 麻婆豆腐)

쓰촨성에서 유래한 대표적인 중국 요리

마파두부는 두반장을 베이스로 한 밝고 기름진 매운 소스를 곁들인 두부와 잘게 다진 고기가 주요 재료이며, 전통적으로 쇠고기를 쓰지만, 근래에 와서는 돼지고기를 사용하고 있음.

[파]는 늙은 여성이나 할머니를 의미하며, [마파]는 늙은(노파)가 파는 매운 두부라는 뜻을 가지고 있음



