

수업일 : 수요일(2학년 1반/ 19명)
 실습 과목 : 유럽피언조리실습, 이기성(교수)
 인원 및 수업시간 : 9조(학생)+1조(교수)
 음식 작품 : 한조당 1작품씩 완성품 제출할 것(검사 후 시식 할 것!!!)

Time: 10:00 ~ 14:00



MOKWON

실습명 :

- ① Grilled Scallops Wrapped in Cucumber with Mango Salsa, Walnuts & Chili Truffle Oil
- ② Tomato salsa/ "Bruschetta" - Bread, Nachos
- ③ Tomato Jam

Ingredients	1 Q'ty (1인분)	Order Q'ty (주문량)	Unit	Standard & Remark
① Scallops and Peach Salsa, Cucumber				
A. Scallops				
Scallops	2ps			* 가리비는 뜨거운 물에 소금물+식초에
Salt	some			재빠르게 데쳐주어 식혀준다.
Vinegar	some			
B. mango salsa				
Canned mango	30g			* 통조림 망고는 곱게 다져 놓는다.
Coriander chopping	some			
Sallet onion(=Red onion)	5g			
Salt & pepper	some			
Corn oil	10ml			
Lemon juice	4ml			
C. Cucumber Marinade				
Slice cucumber lengthwise	배분하지 하지 마세요			* 슬라이스 기계로 밀어준다.(손조심)
Salt	some			* 오이는 슬라이스 해준 후 소금+식소+설탕
Vinegar	some			마리네이드 한 수 장식해준다.
Suagr	some			
D. Walnut & Chili Truffle Oil				
Finely chopped walnuts	15g			* 호두는 한 번 구운 후에 곱게 다진다.
Finely chopped red pepper	3g			* 칠리는 씨를 제거한 후 뜨거운물 넣었다 뺀 후
Truffle Oil	30ml			
Salt & Pepper	some			
E. Cucumber Marinade				
Chervil	some			

② Tomato salsa/ "Bruschetta"			
Tomato/Fresh "concasser"	1ea(120g)		* 토마토 열십자로 뜨꺼운물 → 얼음물
Sallet onion(=Red onion)	15g(1ea)		
Tomato whole(can)	50g		* 토마토(홀/캔)은 갈아서 준비요망
Coriander chopping	some		
Garlic chopping	4g(1ea)		
Lime juice	5ml		
Fresh lime	1/4ea		
Jalapeno	some		
Sugar	some		
Salt & Pepper	some		
Corn tortilla	N/N		* Fry the tortilla in oil at 190 °C.(1/4cutting)
Bread etc	N/N		
Seasoned salt			* 맛소금은 튀긴 토르띠야에 뿌림
③ Tomato Jam		잼 비율: 토마토(1kg), 설탕 300g, 레몬 1ea	
Fresh tomato(=Canned tomato)	2ea(=200g)		* 뜨꺼운 물에 껍질을 벗겨 잘게 다져준다.
Sugar	70g		* 처음부터 같이 토마토에 설탕 재워놓아야 함
Lemon	1/2ea		

◆ Cooking Method ◆

1. 토르띠야(스페인어: tortilla)

- * 보통 원조(시초)가 멕시코지역으로 알고 있지만, 스페인이 원조이고 시초임.
- * "달지 않는 둥근 밀가루 빵" 혹은 "달걀 오믈렛"을 을 뜻하며 스페인의 전통음식 중의 하나임.
- * 메소아메리카 지역의 납작빵으로 팽창제(발효/효모) 없이 얇게 만든 무효병의 하나
- * 보통 옥수수인 닉스타말을 갈아 만든 옥수수 토르띠야가 보통이지만, 밀가루 만든 토르띠야도 있음.



2. Salsa

살사는 라틴 아메리카에서 요리에 많이 사용되는 소스(원조는 스페인)

딤과 유사한 형태를 띄고 있으며, 주재료는 토마토가 사용됨

* 살사 베르데(salsa verde): 초록색 소스라는 뜻으로, 토마토와 풋고추를 넣어 만듦

* 살사 로하(salsa roja): 붉은색 소스라는 뜻으로, 토마토와 홍고추를 넣어 만듦



살사 베르데(salsa verde)

살사 로하(salsa roja)

3. Jam

- * **잼(jam) 또는 과고(果膏)**는 과일 등에 다량의 설탕을 넣고 졸인 스프레드 음식이자 저장식품의 일종
- * 잼의 목적은 부패 방지와 장기보관(보존성)에 있음.
- * 잼은 보통 과일의 65%가 적당하나 기호나 취향에 맞게 조절하면 됨(펙틴산의 비율이 중요)
다만, 설탕양이 적을수록 오래 끓여주어야 함(졸여주는 개념)

3-1. 잼의 형태(나라별의 특성)

- * **푸레 (Purée):** 과일을 채로 문갠 것. 여기에 설탕을 첨가하면 잼이 됨.
- * **페이스트 (Paste):** 푸레를 농축시킨 것.
- * **설탕절임(sugar conserve):** 과일을 원형 그대로 설탕물에 졸여서 과일 안의 당과 수분을 빼내고 통조림이나 병조림, 레토르트 식품으로 만듦. 잼에 비해서 펙틴의 함량이 비교적 낮아 재료와 국물의 형체가 분명하게 분리된 됨. 펙틴의 함유량이 적으므로 비교적 보존성이 낮고 국물의 점도가 낮아 줄줄 흐르는 단점이 있음.
- * **젤리(Jelly):** 과육은 사용하지 않고 과즙만 걸러내 설탕과 졸인다. 아주 매끄러운 질감을 가지고 있음. 집에서 만들 때는 베, 보자기 등 거름망을 이용해 최소한 하룻밤 이상을 걸러내야 제대로 된 젤리를 만듦.
- * **과일 버터(Fruit butter):** 과일에 설탕을 더해 통째로 익힌 다음 마지막에 으깨거나 갈아서 만드는데 당의 비율이 같더라도 좀 더 과육의 질감이 살아있는 것이 특징임.
- * **과일 커드(Fruit Curd):** 계란 노른자와 버터에 시큼한 과즙과 설탕을 넣어서 몽글몽글하게 응고시켜 만듦. 주로 레몬 같은 시트러스(신 과일) 계열 과일로 만듦.
- * **콩포트(Compote):** 프랑스식 잼. 과일 함량이 잼보다 훨씬 높고 설탕 함량은 낮아서 질감도 훨씬 부드럽고 점성도 덜한 것이 특징임. 빵에 바를 경우 스프레드처럼 매끄럽게 발리는데, 주로 단독 디저트로 내놓거나 요구르트에 섞어 먹거나 요리의 가니쉬나 소스로도 이용이 됨. 과일 함량을 기존의 잼들보다 세 배 가까이 더 넣었고 설탕은 반 이하로 줄였기 때문에 꾸덕하지 않은 질감이 특징임.
- * **쳐트니(Chutney):** 인도식 잼. 힌디어로 원래 향신료들을 섞어서 만든 일종의 소스를 뜻하지만 영국에 와서 인도풍의 잼을 의미하는 단어로 바뀌었음. 과일과 설탕, 식초를 바탕으로 다양한 재료를 섞어 익힌 것이 특징임. 사실 잼의 한 종류로 넣기에는 매운맛, 짠맛 등 온갖 맛을 지니고 있어 망설여지기도 하지만, 훌륭한 과일 보존식품(유자쳐트니, 망고쳐트니, 레몬쳐트니 등)
- * **카야 잼:** 말레이시아, 싱가포르 등에서 먹는 뇨냐요리에 사용되며, 식빵이나 로티에 발라 먹음. 코코넛 밀크와 계란으로 만들며, 잼보다는 커스터드 크림을 우유 대신 코코넛 밀크로 만든 것이 특징임.
- * **마멀레이드(Marmalade):** 감귤류의 즙이나 과육, 거기에 껍질까지 가늘게 자르거나 갈아 넣어 함께 졸이면 마멀레이드가 완성됨. 껍질의 독특한 식감과 강렬한 향이 특징임.

