



수업일 :
 실습 과목 :
 인원 및 수업시간 :
 음식 작품 :
 실습명 :

2025년 04월 16일 / 수요일(2학년 1반/ 19명)
 유럽피언조리실습, 이기성(교수)
 9조(학생)+1조(교수)



Time: 10:00 ~ 14:00

한 조당 1작품씩 완성품 제출할 것(검사 후 시식 할 것!!!)

① Understanding and Cooking Tomato Sauce and Meat Sauce

② Boiling Pasta and Cooking Spaghetti Applications

우유와 휘핑크림은 나누지 마시오!!!

현장에서 판매되는 면의 무게 160g(삶기 전 120g정도)

Ingredients	1 Q'ty (1인분)	Order & Divide	Standard & Remark
<< Herb & Chicken stock >>			
Chicken(maggi liquid)	5g		Ratio> Whipping cream (7) : Milk (2) : Stock (1)
Water	500ml		
White wine(=suju)	20ml		
Garlic chopping	5g		
Basil	1g		
Oregano	1g		
① Cream Pasta of Basic			
Whipping cream	200ml		
Fresh milk	50ml		
Herb Chicken Stock	30ml		
Bacon sliced	40g(2ps)	4ps(각조)	
Garlic chopping	4g(1ps)		
Onion chopping	30g		
Broccoli mini	4ps	N/N	
Button mushroom sliced	2ps	N/N	
Oyster mushroom sliced	10g	N/N	
Italian parsley chopping	2g	N/N	
Olive Oil(pure) or Butter	20ml		
Grana padano cheese	some		
Salt & Pepper	some		
Spaghetti	120g		
② Oil Pasta of Basic			
Garlic sliced(Whole)	40g		* 각 조당 150g씩 (미트 남으면 N/N 할 것!!!)
Garlic Chopping	50~100g		
Olive Oil(pure)	50ml		
Herb Chicken Stock	60~70ml		

<i>Peperoncino or Sacheon chilli</i>	10g		
<i>Italian parsley chopping</i>	20ml		
<i>Salt & Pepper</i>	120ml		
<i>Spaghetti</i>	120g		

③ Boiling Pasta

<i>Spaghetti</i>	120g		삶을 때 물과 면의 비율은 10:1의 비율이 좋음
<i>Water</i>	2000ml		일반적으로 면을 삶을 때의 소금은 10g정도가 적당하나 면에 간이 베기 위해서 그 이상의 소금이 필요함
<i>Salt</i>	30~34g		
<i>Oil</i>	20ml		

◆ Cooking Method ◆

- * **까르보나라(Carbonara):** 이탈리아어로 'Carbone'는 '석탄'이라는 의미로 중부 이탈리아에 위치한 라치오지방의 음식
바로 삶은 뜨거운 면에 기호에 맞게끔 오일, 판체타(구안찰레), 달걀노른자, 페코리노 치즈, 소금, 후추로 비벼먹는 개념의 일종.
베이컨(Bacon): 돼지의 옆구리살을 소금에 절린 후 훈연시킨 가공품(구워 먹어야 함)
판체타(Pancetta): 돼지 배살로 염장 및 향신료로 풍미를 더해 바람에 말려 숙성시킨 이탈리아식 베이컨(섭취 가능)
구안찰레(Guanciale):이탈리아 중부의 특산 베이컨으로 돼지의 목과 볼 또는 목과 턱사이의 살로 만든 염장시켜 만든(섭취 가능)
석탄을 캐던 광부들이 오랫동안 보존할 수 있도록 소금에 절인 고기와 달걀만으로 만들어 먹기 시작한 것이 카르보나라의 시초
광부들이 이 음식을 먹다가 몸에 붙어 있던 석탄가루가 접시에 떨어진 것에 착안해서 굵게 으깬 통후춧가루를 뿌려먹게 되었다는설
- * **알프레도 소스(Alfredo Sauce):** 미국식 크림스파게티(카로보나라의 변형)로서 버터, 우유, 크림, 치즈를 넣어 만든 크림소스
현재 우리가 먹는 크림파스타나 까르보나라는 알프레도 소스를 기반으로 한 변형된 크림개통의 파스타의 일종이라 할 수 있음.

Another creamy pasta to add to your arsenal. another to-die-for mushroom recipe!! 🍝



Spaghetti Carbonara

etti carbonara is made by tossing hot noodles in a mixture of beaten raw eggs ated Pecorino off the heat. The hot noodles turn the egg-cheese mixture into a y mass. No dairy cream is added.



- * **스파게티 알리오 올리오(Spaghetti aglio e olio):** 마늘을 올리부유 빵아서 으깬 다음 뿌려고 홍고추가루를 뿌려 먹는 파스타의 일종
현대에는 마늘을 슬라이스해서 올리브에 볶은 후에 페페론치노와 파세리를 넣어 스파게티를 비벼 치즈를 같이 먹었으나,
전통 조리법은 마늘을 볶지 않고 으깬 마늘을 올리브에 오랫동안 담가다가 뜨거운 면에 비벼먹는 개념이며, 치즈는 들어가지 않았으며,

해산물을 넣어 만들어 먹었음.



INGREDIENTS

Extra virgin olive oil
Fresh bunch of parsley
2 cloves of garlic (1 clove per person)
300g/10.5oz pasta
Rock salt
5-6 tablespoons extra virgin olive oil



우리나라에서 현재 판매되고 있는 알리 올리오
마늘슬라이스+오일+파세리+파마산치즈을 곁들여 만듦.

이탈리아의 전통 파스타는 변형되었지만, 역사성, 지역적, 문화적, 사회 및 경제적 조건, 식습관, 민족적 특성이 반영되어 음식이 재탄생되었다 할 수 있다.