

수업일 : 2026년 04월 14일(화요일, 2학년 1반/ 25명)
 실습 과목 : 유럽피언조리실습, 이기성(교수)
 인원 및 수업시간 : 25명(학생 7조+교수 1조)
 음식 작품 : 한 조당 2작품씩 완성품 제출할 것(검사 후 시식 할 것!!!)



Time: 14:00 ~ 18:00



실습명 : A. Herb Chicken Stock

<음식 작품 완성>
 작품 제출(검사)

B. Cream Pasta of Basic(2명당 1작품) C. Oil Pasta of Basic(개인당)
 D. Paella de Marisco(조리 테이블 1작품)

Ingredients	1 Q'ty (1인분)	Order Q'ty (주문량)	Standard & Remark
-------------	--------------	------------------	-------------------

A. Herb Chicken Stock

Chicken(maggi liquid)	10g		마늘 1인당: 10알 필요함
Water	500ml		
White wine(=suju)	50ml		
Garlic chopping	5g(1ea)		
Basil dried	some		
Oregano dried	some		

B. Cream Pasta of Basic

[Preparing ingredients]			
Bacon sliced	20g(2ps/줄)	N/N	
Garlic chopping	5g(1ps)	N/N	
Onion chopping	30g(1/3ea)	N/N	
Broccoli mini Cutting	4ps	N/N	
Button mushroom sliced	1ps	N/N	
Oyster mushroom sliced	10g	N/N	
shiitake mushroom sliced	10g	N/N	
Italian parsley chopping	1ps		
[Boiling Pasta]			
Spaghetti Dried	70-80g		* 스파게티면 2.2배 불어남(삶은후 160g정도)
Water	2000ml		* 삶은 때 물의 비율 10배
Salt	20-26g		* 낮은 불에 보글보글하게 삶는다
Oil	20ml		* 적당한 소금양 22-24g
(페투치니, 스파게티면 별로도)			

[Cooking seasoning]			
<i>Herb Chicken Stock</i>	50ml		
<i>Whipping cream</i>	150-180ml		* 덜어 놓을 것(휘핑크림 용기)
<i>Fresh milk</i>	80-120ml		
<i>Boiled spaghetti</i>	160g		* 1인분 기준(160g)
<i>Olive Oil(pure) or Butter</i>	20ml		
<i>Italian parsley</i>	some		
<i>Grana padano cheese</i>	some		
<i>Salt & Pepper</i>	some		

C. Oil Pasta of Basic

[Preparing ingredients]			
<i>Garlic sliced(Whole)</i>	50g		* 마늘 8-10개 정도
<i>Italian parsley chopping</i>	1ps		
[Cooking seasoning]			
<i>Olive Oil(pure)</i>	80-100ml		
<i>Herb Chicken Stock</i>	50~70ml		
<i>Boiled spaghetti</i>	160g		
<i>Peperoncino or Sacheon chilli</i>	10g		
<i>Italian parsley</i>	some		
<i>Salt & Pepper</i>	some		
<i>Extra virgin oil</i>	some		

D. Paella de Marisco; 빠엘라 마리스코

"각조에서 1작품만 낼 것"

[Seashell Stock]			
<i>Seashell powder</i>	10-15g		* 조개 스탁은 연하게 뽑아 준비 할 것(사전)
<i>Water</i>	500ml		
<i>White wine(=suju)</i>	50ml		
<i>Garlic chopping</i>	5g(1ea)		
[Preparing ingredients]			
<i>Manila clams</i>	10-12ps		
<i>Sea mussel</i>	10-12ps		
<i>Shimp</i>	4ps		* 새우는 마지막에 넣어 줄 것
<i>Baby octopus</i>	3-4ps		
<i>Baby Squid</i>	3-4ps		
<i>Squid</i>	90-100g		

<i>Onion small dice</i>	100g(1/2ea)		
<i>Tomato small dice</i>	50-60g(1/2ea)		
<i>Paprika small dice</i>	1/3ea		* 파프리카는 구워서 준비해야 함
<i>Green peas</i>	10g		
<i>Garlic Chopping</i>	10g(2ps)		
<i>Italian parsley chopping</i>	1ps		
[Cooking seasoning]	* Soffritto(소프리트): 마늘+ 야채 볶는 - 풍미를 내는 단계		
<i>Garlic Sliced</i>	Input		
<i>Oil</i>	40ml		
<i>Onion</i>	Input		
<i>Calasparra OR Bomba Rice</i>	150g		*2-3분간 볶아 토스트(향을 업시킴)
<i>White wine</i>	100ml		
<i>Seashell Stock</i>	400-500ml		* 육수는 다 불지 말고 나누어서
<i>Saffron</i>	some		* 15-20분간 약불에서 조리
<i>Paprika, Seafood</i> (새우 제외)	Input		* 쌀이 반 정도 익으면 투입함 * 약 10-15분 이상 조리
<i>Shrimp, Green peas</i>	Input		* 약 5분간 조리
<i>Extra virgin oil</i>	some		소카라토 형성(바닥을 살짝 태워 바삭한 층 형성(누룽지)/ 전용팬 사용)
<i>Italian parsley</i>	some		
<i>Lemon Juice</i>	some		

◆ 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 뱃살로 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 으갠 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!! 😊

알프레도 소스계통의 크림파스타



Spaghetti Carbonara

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



* 스파게티 알리오 올리오 (Spaghetti aglio e olio): 마늘을 올리부유 빵아서 으갠 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 으갠 마늘을 올리브에 오랫동안 담가다가 뜨꺼운 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 알리오 올리오 마늘슬라이스+오일+파세리+파마산치즈를 곁들여 만듦.

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



Meat Sauce



Bolognese Sauce



Ragu Sauce

