

수업일 : 2026년 04월 28일(화요일, 2학년 1반/ 25명)
 실습 과목 : 유럽피언조리실습, 이기성(교수)
 인원 및 수업시간 : 25명(학생 7조+교수 1조) Time: 14:00 ~ 18:00
 음식 작품 : 개인당 피자 2개씩 만들 것



<음식 작품 완성>
 작품 제출(검사)

실습명 : A. Pizza Dough, Pizza Sauce (각 조)
 B. Pizza with Tuna, Sweet Corn and Pimento(1인당 1개 작품)
 C. Patata & Bacon Pizza

Ingredients	1 Q'ty (1인분)	Order Q'ty (인당/배분)	Standard & Remark
A. Pizza Dough		2번에 거쳐서 반죽할 것	
[분량]	*15 개 분량*	*30개 분량*	* 45개 분량*
Strong flour(80%)/강력분	1200g	2400g	3600g
Weak flour(20%)/박력분	300g	600g	900g
Yeast	30g	60g	90g
Salt	20g	40g	60g
Water	770ml	1550ml	2350ml
Sugar	5g	10g	15g
* 1인당 2판 기준(30인 분량 X 2 를 해서 분량을 쉐 것)			

▶만드는 방법

- 모든 재료를 넣고 반죽기에서 저속으로 5~6분 정도 믹싱한다.
- 30분 정도 1차 발효시키는데 여름에는 실온에 놓아도 무방하다(반죽온도 24~55°C).
- 1차 발효시킨 반죽을 150g으로 분할하여 호빵 정도의 크기로 동굴르기를 해준다.
- 피자 성형을 한 후 발효기에서 38°C, 습도 80~85%에서 30분 정도 2차 발효시킨다.
- 밀대나 손으로 반죽을 밀어 동그랗게 성형을 해준다.
- 컨벤션 오븐에서 230-220°C(바람 약)에서 약 3-4분 구워준다(크리스피한 도우를 얻기 위해서)

② Pizza Sauce

Tomato sauce(complete food)	250g		
Tomato paste	50g		
Olive oil	25ml		
Sugar	some		
Basil dried	some		
Oregano dried	some		
Salt & Pepper	some		

② Pizza with Tuna, Sweet Corn and Pimento

<i>Pizza dough</i>	150g		
<i>Pizza sauce</i>	40g		▶ Spread the pizza sauce thinly.
<i>Tuna can</i>	30g		
<i>Green peas</i>	10g		
<i>Sweet corn</i>	10g		
<i>Red onion OR Tomato dice</i>	5g	배분 금지	
<i>Balck olive slice</i>	5g		
<i>Mozzarella cheese</i>	60-70g	* 모짜렐라 치즈는 4명당 60g씩(실습조 쟁겨 줄 것)	
<i>Grana padano cheese</i>	some		
<i>Arugula(=Rocket, Rucola)</i>	some		
<i>Balsamic reduction</i>	some		

③ Patata & Bacon Pizza

<i>Pizza dough</i>	150g		
<i>Pizza sauce</i>	40g		▶ Spread the pizza sauce thinly.
<i>Idaho potato OR Potato</i>	50g	1인당 1/2ea	
<i>Bacon pan fried</i>	30g	1인당 2장	
<i>Pimento Ring sliced, Onion Ring Sliced</i>	20g		
<i>Balck olive slice</i>	5g		
<i>Mozzarella cheese</i>	60-70g		
<i>Grana padano cheese</i>	some		
<i>Arugula(=Rocket, Rucola)</i>	some		
<i>Balsamic reduction</i>	some		
<i>Salt & Pepper</i>	some		
<i>Extra virgin oil</i>	some		

◆ Cooking Method ◆

1. 피자(Pizza)

* 밀가루 반죽 위에 토마토 소스와 모차렐라 치즈를 얹어서 둥글고 납작한 형태로 구운 빵으로 문화와 기호에 따라서 올리브, 고기, 살라미, 해산물, 치즈, 채소 등을 비롯한 다양한 종류의 토핑

2. 피자의 기원 및 유래

* 피자의 기원은 고대 그리스에서는 빵에 기름과 허브, 치즈를 얹어서 먹었다는 기록과 "**피타**"에서 비롯되었음

* **피타 또는 피타 브레드**(Pitta Bread): 이스트로 밀가루를 발효시켜 만든 원형의 납작한 빵에 각종 고기류, 야채류, 병아리콩, 요거트 소스 등을 얹어 먹으며, 아랍, 중동, 그리스 등지에서 많이 먹음

* 현재의 피자는 18세기 중반에 이탈리아의 토마토가 들어간 **나폴리탄 파이**가 그 기원으로, 1889년부터 치즈가 들어가기 시작이후 세계 2차 대전에서 이탈리아에 주둔한

미군들이 피자를 맛본 후 미국에 전해지기 시작하였음

3. 피자도우의 유형

씬 피자: 도우가 얇은 피자로 유럽지역에 먹는 피자의 형태로 빵이 바삭한 것이 특징

팬 피자: 두꺼운 도우를 쓴 피자의 일종으로 빵에다 토핑을 올려놓은 형태이며 팬에다 기름을 둘러 빵을 익힘

스크린 피자: 그물망처럼 되어 있는 스크린이라는 도구를 이용해서 굽는 방식이며 팬 피자에 비해 기름이 적어 담백한 것이 특징

4. 피자도우 반죽과 소스

일반적으로 피자 도우를 만들 때에는 단백질 함량이 적은 밀가루 사용하는 것이 좋음

빵 전용의 밀가루(강력분 80%)에 (박력분 20%)를 섞어 쓰게 되면 얇고 잘 늘어나는 피자 도우와 흡사한 반죽이 됨

여기에 소량의 드라이 이스트를 첨가하면 볼륨감 있는 도우를 만들 수 있음

Healthy Tuna, Sweetcorn and Red Onion Pizza

Ingredients

- 2 Wholemeal (600g) Plain Shop Bought Pizza Base
- 1 Tins (400g) Chopped Tomatoes
- 1 Tablespoons (15g) Tomato Puree
- 1 Teaspoons (1g) Mixed Herbs
- 2 Tins (320g) Tuna In Brine
- 4 Tablespoons (120g) Tinned Sweetcorn
- 2 Small Sized (120g) Red Onions
- 2 Grated Tablespoons (20g) Cheddar Cheese



POTATO AND PANCETTA PIZZA (PIZZA BIANCA)



Bacon, Potato and Caramelized Onion Pizza