

실습 과목/교수 :

서양조리실습

이기성(교수)

수업 일(분반) :

2026년 10월 6일 (화)

2025년 10월 1일 (수)

인원 및 수업시간 :

11반 ▶ 6조(학생)+1조(교수)

TUE ⇒ Time: 09:00 ~ 13:00

12반 ▶ 6조(학생)+1조(교수)

WED ⇒ Time: 14:00 ~ 18:00

음식 작품 :

(점사 후 시식 할 것!!!)

"1인 1작품 낼 것"

* Tortilla Making

① Sprayed sauce ② Club Sandwich ③ Pork Chilli con carne

④ Tortilla Roll Sandwich with Pork Chilli con carne



목원대학교
MOKWON UNIVERSITY

Ingredients	1 Q'ty (1인분)	Diivide (조별)	Standard & Remark
* Tortilla Making(10인치 기준 8장 정도) ----> "1조 분량"			
Plain Flour	300g		
Butter	60g		
Salt	3~4g	우유 : 물	
Milk (7) + Water (3)	180-200ml	(140ml + 60ml)	* 넣어가면서 반죽의 농도를 맞추어 줌
Baking soda	3-4g		* 부드럽고 도톰한 방식은 베이킹 소다 넣음
① Sprayed sauce(Common sauce) ----> 1조가 같이 만들어 사용할 것			
Mayonnaise	30g		
Oil(Corn, Pure Oil)	5ml		
Whole grain mustard	5g		
Honey	5g		
Salt & Pepper	some		
② Club Sandwich			
Sprayed sauce	20ml		
Square sandwich bread	3ps		* Sandwich bread is brown and crispy.
Bacon	1ps		
Tomato Fresh "Ring Sliced"	1/2ea	* 분배 금지*	
Iceberg Lettuce(=Crisphead lettuce)	12g(1장)	* 분배 금지*	
Egg	1ea		
Chicken breast	1/2ea	* 분배 금지*	* 닭가슴살 1인 1/2개씩
Salt & Pepper	some		
oil			
대나무 꼬찌로 고정을 해줌(4등분)			
빵→스프레이드소스→양상추→토마토→닭가슴살→빵→스프레이드소스→양상추→베이컨→달걀→마요네즈소스→빵			

③ Pork Chilli con carne (1조당의 분량/ Common) ---> 3-4명이 같이 만들어 사용할 것			
Pork Minji	200g	7조 N/N	
Garlic Pine chopping	10g		
Leek diced	20g		
Onion chopping	20g		
Tomto fresh chopping	15g	* 분배 금지*	
Kidney beans	10g		
Tomto whole can	100ml		<Chicken Stock> Water 500ml Chicken Stock(Meggi) 10ml Garlic Choppig 5g(1ea) SUJU 50ml
Tomato paste	10g		
Chicken stock(water)	20ml		
White wine(Suju)	20ml		
Parika powder	some		
Nutmeg powder	some		
Peperoncini(Sichuan pepper)	some		
Cumin powder	some		
Oregarno dried	some		
Basil dried	some		
④ Tortilla Roll Sandwich with Pork Chilli con carne			
Sprayed sauce	20ml		* 토띠아 샌드위치는 어떻게 잘 펴서
Pork Chilli con carne	50g		쌈냐에(차곡차곡) 단면이 좋게 나온다 *
Tortilla	1ps		
Iceberg Lettuce sliced	15g		
Red cabbage	15g		
Carrot sliced	10g		
Red Onion sliced	10g		
Pickle sliced	1ps		

◆ Cooking Method ◆

1. 클럽 샌드위치(Club sandwich)=터블 데커(double-decker)

- * 클럽 샌드위치는 19세기 말 뉴욕(미국)의 사라토가 스프링즈에 있던 도박 클럽에서 처음 만들어짐, 레스토랑의 등장(1899년경)
- * 3장의 구운 식빵 사이에 2층으로 내용물을 넣어 만든 샌드위치, 보통 4조각을 잘라서 나무 꼬챙이로 고정해서 만듦
- * 전통적인 클럽 샌드위치는 아래층에 칠면조고기를 넣고, 위층에 베이컨, 양상추, 토마토를 넣어 만들며, '터키 클럽'이라고 함
- * 현대에 와서는 칠면조고기가 아닌 닭가슴살이나 육류 등을 이용하여 '치킨 클럽 샌드위치'나 '로스트 비츠 클럽 샌드위치'라고 함
- * BLT 샌드위치: 베이컨+양상추+토마토를 3장의 빵의 사이에 2층으로 만든 샌드위치(각각의 첫글자를 따서 이름이 지어짐)
- * 만드는 순서: 빵→스프레이드소스→양상추→토마토→닭가슴살→빵→스프레이드소스→양상추→베이컨→달걀→마요네즈소스→빵
- * 순서에 입건하여 만들어야 클럽샌드위치를 자를때 흐트러지지 않으며, 샌드위치빵은 바삭하게 구워야 한다.



Photo by Rey Lopez for The Washington Post; styling by Nicola Justine Davis for The Washington Post



2. 칠리 콘 카르네(스페인어: chili con carne)

- * 멕시코 요리를 간편하게 먹기 위해서 미국 텍사스에서 착안이 되어 만들어진 일종의 스프레이드(발라 먹는 고기찜)
- * 일명, 고기를 넣은 칠리라는 뜻으로 "매운 스투"인데 보통 빵에 발라먹거나(미국) 밥에 곁들여 먹음(멕시코, 남미)
- * 간 쇠고기(우민찌)에 강낭콩, 칠리파우더, 오레가노, 바질, 마늘, 양파, 큐민 등을 넣어 끓인 된 스투
- * 지역에 따라, 또는 취향에 따라 조금씩 다른 재료를 사용하거나, 소고기 이외의 고기를 넣을 수도 있음(지역성)

3. 토르티야(스페인어: tortilla, 나우아틀어: tlaxcalli 틀라시칼리)

- * 토르티야는 스페인어로 보통 "타르트, 파이, 케이크"라는 뜻함
- * 메소아메리카 지역의 납작빵이다. 팽창제 없이 얇게 만든 무효병의 하나로 밀가루, 옥수수, 호밀 등으로 만듦
- * 토르티야로 만든 유명한 전통 멕시코 음식들: 퀘사디아(Quesadilla), 부리또(Burrito), 타코(Tacco), 토르띠야 파타타(Patata)
- * 플레인 토르티야 레시피 >> 밀가루 300g, 버터 60g, 우유 또는 물 150ml, 소금 3~4g
- * 녹차 토르티야 레시피>> 밀가루 800g, 소금 8g, 녹차가루 15g, 우유 또는 물 180g

A. 바케트 속에 넣어 먹는 방식(주로 미국이나 캐나다 등)



B. 밥 위에 칠리 콘 카르네를 올리고 소스로 요커트소스와 나초를 곁들여 먹음(남미일대나 멕시코지역)



C. 토띠아에 각종 야채를 넣고 쌓아 먹는 스타일로 보통 요커트소스와 코리엔더를 넣음

