

한식조리실습

6주차 부식류 – 찌개와 전골

실습 메뉴 : 신선로, 수수부꾸미

담당교수: 김윤서 · ys.sophia.kim@gmail.com



목원대학교
MOKWON UNIVERSITY

학습목표

이번 수업의 목표는 '왜 그렇게 조리하는가'를 설명하는 것입니다.

구분

국·탕·찌개·전골을 국물량뿐 아니라 조리·제공 방식으로 구별할 수 있다.

원리

재료별 투입 순서, 화력, 육수의 맑기와 농도 형성 원리를 적용할 수 있다.

기술

신선로의 조리공정을 통합 수행할 수 있다.
수수부꾸미를 완성할 수 있다.

평가

완성품을 맛·온도·색채·형태·위생·공정관리 기준으로 평가할 수 있다.

국물의 양만으로는 국·찌개·전골을 구분할 수 없다

구분	국·탕	찌개	전골
중심 특성	국물을 함께 먹는 음식	주재료와 양념 맛이 농축	여러 재료를 즉석에서 가열
재료 구성	단일 또는 복합	중심 재료가 비교적 명확	육류·채소·버섯 등 복합
완성 시점	주방에서 완성	주방에서 완성	상에서 가열하며 완성 가능
주요 용기	대접·탕기	뚝배기·냄비	낮고 넓은 전골틀
대표 음식	미역국·곰탕	된장찌개·김치찌개	버섯전골·신선로

국물량에는 절대적인 수치 기준이 없으며 조리·제공 맥락을 함께 본다.

'찌개'보다 먼저 문헌에 나타난 이름은 '조치'이다

- | | | |
|----|---------------------|-----------------------------------|
| 01 | 19세기 말
『시의전서』 | 천엽조치·골조치·생선조치 등 오늘날 찌개와 유사한 음식 수록 |
| 02 | 20세기 전반
근대 조리서 | 찌개·조치·지짐이가 조리서마다 중첩되어 사용 |
| 03 | 1957년
『이조궁정요리통고』 | 감정을 장류로 걸쭉하게 끓인 국물음식으로 설명 |
| 04 | 오늘날
용어의 정착 | 찌개·전골이 일상적 음식명과 조리분류로 정착 |

확실하지 않음 찌개가 국에서 정확히 언제 분화되었는지는 단정하기 어렵다.

전골의 핵심은 '상 위에서 완성되는 즉석조리'이다

전립형 전골들

가장자리에서 고기와 채소를 지지고 중앙에서 장국을 끓이는 구조

이용 방식

과거에는 국물이 적은 구이전골이 많았던 것으로 추정

오늘날에는 육수를 부어 여러 재료를 함께 끓이는 형태가 일반적

여럿이 둘러앉아 조리과 섭취가 동시에 이루어지는 서비스 방식



확실하지 않음 전립 기원은 전통적으로 전해지는 유래설이며 확정된 사실로 단정하지 않는다.

맑은 육수는 약한 비등, 거품 제거, 지방 분리

맑은 육수

찬물에 담가 표면 핏물 제거
초기에 떠오르는 응고 단백질 제거
격렬하지 않은 약한 비등 유지
식힌 뒤 굳은 지방 제거
국간장과 소금을 나누어 간

탁해지는 육수

강한 끓임으로 지방·입자 분산
거품과 부유물 미제거
전의 밀가루·달걀옷 탈락
완자 반죽이 풀어짐
간장 과다로 색이 어두워짐

확인법 완성 육수를 흰 접시에 한 숟가락 떠서 색·부유물·기름막을 관찰한다.

신선로는 한 품목 안에 여러 한식 조리기술을 결합한다



용어 음식명은 열구자탕, 신선로는 본래 그릇의 명칭이지만 현재는 음식명으로도 정착했다.

열구자탕 悅口資湯 '입을 즐겁게 하는 탕'이라는 뜻

신선로의 오색은 장식이 아니라 배열의 질서를 만든다



황지단·죽순



백지단·관자



홍고추·새우



미나리초대·쪽파



편육·표고

배열 원칙

- 같은 색이 연속되지 않게 배치한다.
- 재료의 길이·너비·두께를 통일한다.
- 원 중심을 기준으로 방사형 또는 대칭형으로 배열한다.

육수 → 선행 조리 → 오색 배열 → 최종 가열



수수부꾸미 실습 공정

- | | | |
|----|--------|---|
| 01 | 집청 만들기 | 설탕 4T + 물 4T + 꿀 + 물엿을 넣고 끓인 뒤
뚜껑을 덮어 둔다. |
| 02 | 반죽하기 | 수수가루 4T + 찹쌀가루 8T를 끓은 체에 내려 섞고
뜨거운 물로 익반죽한다. |
| 03 | 반죽 숙성 | 반죽을 비닐에 넣어 숙성시키고 따뜻하게 유지한다. |
| 04 | 밤소 만들기 | 삶은 밤은 뜨거울 때 속을 파내 체에 내린 뒤
계피가루 1/3t + 꿀 2바퀴를 넣어 섞는다. |
| 05 | 소 성형 | 밤소를 일정한 크기로 빚어 둔다. |

수수부꾸미 지지기와 완성

- | | |
|--------------|--------------------------------|
| 06 반죽 성형 | 반죽을 약 5.5cm 크기의 타원형으로 빚는다. |
| 07 지단팬에서 익히기 | 빚은 반죽을 지단팬에서 익힌다. |
| 08 소 넣고 성형 | 팬 위에서 밤소를 넣고 뜨거울 때 접어 모양을 잡는다. |
| 09 집청하기 | 준비한 집청을 입힌다. |
| 10 고명 얹기 | 고명을 얹어 마무리한다. |



조리 포인트

익반죽은 뜨거운 물을 조금씩
반죽은 따뜻하게 유지

밤은 뜨거울 때 체에 내리기
지진 반죽은 식기 전에 성형

감사합니다

담당교수 : 김윤서

ys.sophia.kim@gmail.com



목원대학교
MOKWON UNIVERSITY