

강 의 계 획 서

[지원분야: 배움과정]

| 강좌명 | 인생반찬 | 강사명 | 임성숙 |
|---------|---|--------------|-------------------|
| 강의가능요일 | 목요일 | 강의시간 | 13 : 30 ~ 16 : 30 |
| 강 의 소 개 | | | |
| 목표 | 재료와 조리법만 조금 바뀌도 분위기와 맛이 달라지고 기본반찬, 별미반찬까지 만들 수 있는 황금레시피를 배울 수 있다. | | |
| 교재명 | 수업시 레시피 개별 배부 | | |
| 실습재료비 | * 재료비 총액(15주) : 240,000 원 | | |
| | * 재료비 상세 내역 : 16,000 원 * 15주 | | |
| | * 개인 준비 사항 : 행주, 앞치마, 계량컵, 계량스푼 | | |
| 수강대상 | 성인 | 필요기자재 | 강의에 필요한 기자재 작성 |
| 기간별 | 강 의 내 용 | | 비 고 |
| 1주차 | 오리엔테이션 | 훈제오리구이와채소겉절이 | |
| 2주차 | 전골식불고기 | 골뱅이초무침 | |
| 3주차 | 안동찜닭 | 모듬채소장아찌 | |
| 4주차 | 탕수육 | 양배추김치 | |
| 5주차 | 납작떡갈비 | 견과류멸치볶음 | |
| 6주차 | 강된장찌개 | 아귀찜 | |
| 7주차 | 코다리조림 | 짜리고추찜 | |
| 8주차 | 녹두전 | 양념꽃게무침 | |
| 9주차 | 매콤제육볶음 | 궁중잡채 | |
| 10주차 | 육개장 | 김치필라프 | |
| 11주차 | 닭강정 | 가오리초무침 | |
| 12주차 | 납작만두와채소무침 | 명란순두부찌개 | |
| 13주차 | 저수분돼지고기수육 | 우엉들깨탕 | |
| 14주차 | 후라이드치킨 | 육전 | |
| 15주차 | 곤드레나물밥 | 김장아찌 | |