

전통사찰음식 강의계획서

과 목 명	자연을 담은 전통사찰음식	지도강사	(사)홍승스님의 사찰음식연구회 부산지회장 김 경 숙
교육기간	2020년 2월 4일~2020년 4월 21일 (12회)	교육인원	20명 (4인1조 수업)
수업시간	매주 화요일 오후 2시 ~ 4시 (2시간 수업)		
교육목표	건강한 먹거리의 관심으로 웰빙음식인 사찰음식에 대한 관심이 많습니다. 이에 다양한 사찰음식요리 실습으로 사찰음식에 대하여 배우며, 가족의 행복과 건강을 지킵니다.		
강의형태	이론 및 시연 후 실습		
교재 및 준비물	앞치마, 개인행주, 필기도구, 담아갈 통 등	재료비	120,000원 (회당 1만원)

회차	일자	교육내용	
1	2/4	오늘의 요리	개강 오리엔테이션 // 매생이 전 / 감기국
2	2/11	오늘의 요리	두부 김치밥 / 느타리 버섯탕
3	2/18	오늘의 요리	무청시래기 찜 / 무밥
4	2/25	오늘의 요리	삼동초 무침 / 삼동초 김치
5	3/3	오늘의 요리	냉이밥 / 냉이 된장 무침
6	3/10	오늘의 요리	연근 감귤 조림 / 돌미나리 버섯 무침
7	3/17	오늘의 요리	산나물 구절판 / 무약저지
8	3/24	오늘의 요리	애탕 / 톳 두부 무침
9	3/31	오늘의 요리	고구마 견과류 조림 / 시래기 전골
10	4/7	오늘의 요리	곰취 쌈밥 / 봄나물 모듬 겉절이
11	4/14	오늘의 요리	두릅 김치 / 두릅 전병
12	4/21	오늘의 요리	봄나물 장아찌 2가지 // 종강 수료식