

2015

# 전주 향토음식 조리백서



전주시립완산도서관



EM290121



United Nations  
Educational, Scientific and  
Cultural Organization



JEONJU  
City of Gastronomy  
안바탕 전주

Member of the  
UNESCO Creative Cities  
Network since 2012

## 전주 향토음식 조리백서

### 【편찬위원】

전효진 전주대학교/ 교수  
김영철 전주기전대학/ 교수  
김지웅 전주대학교/ 교수  
이창경 원광보건대학교/ 겸임교수  
최동주 전주대학교/ 교수  
차경옥 전주시/ 식품공학 박사  
전미란 군장대학교/ 겸임교수

### 【자문위원】

오재천 사)한국의식산업협회/ 전북지회장  
김학근 사)한국조리사중앙회/ 전북지회장  
남상준 사)전북관광서비스연구소/ 소장  
김기영 경기대학교/ 외식조리과 교수  
김성수 호남대학교/ 조리과학과 교수  
노희경 동신대학교/ 식품영양학과 교수  
박영자 사)우리맛연구회/ 박영자 회장

발행일 2015. 5

발행처 전주시청

제 작 전주대학교 산학협력단

디자인/출판 지디기획

※ 이 책에 수록된 내용과 이미지에 대한 저작권은 전주시에 있습니다.

이 책의 내용중 일부나 전부를 다시 사용하려면 저작권자의 동의가 반드시 필요합니다.

문의\_전주시 관광산업과





# CONTENTS

## 1장. 전주지역의 음식문화 및 주요 식재료

- 1. 전주지역의 특징 및 음식문화 08
  - 1) 전주지역의 특징 08
  - 2) 전주의 음식문화 09
  - 3) 시식과 절식 풍속과 상차림 10
- 2. 전주의 주요 식재료 및 현황 18
  - 1) 전주 10 미 18
  - 2) 전주의 주요 식재료 수급현황 27

## 2장. 전주 음식의 유래와 발전사

- 1. 전주 음식의 발전사 30
- 2. 주요 전주 음식의 유래 31
- 3. 문헌에 소개된 전주 음식 33
- 4. 언론매체에 소개된 전주 음식 37

### 3장. 전주 음식의 종류와 조리법

1. 전주의 대표 향토 음식	46
2. 전주의 음식의 상차림	47
1) 전주 가정식 백반	49
2) 전주 한정식	49
3. 전주 향토음식점의 한상차림	50
4. 전주 폐백음식의 특징과 종류	53
1) 폐백의 특징	53
2) 폐백음식의 종류	55
5. 전주 향토 음식 조리법	63

### 4장. 조리이론 및 실무

1. 조리학	184
1) 조리의 의의와 목적	184
2) 조리를 통한 물	184
3) 조리준비와 표준레시피	185
4) 조리온도의 중요성	188
5) 조리과학	190
2. 영양학	194
1) 영양학의 개요	194
2) 소화와 흡수	197
3) 탄수화물	197
4) 단백질	198
5) 지방	200
6) 비타민	200
7) 무기질	201
3. 식품학	203
1) 식품학의 정의	203
2) 식품의 구성성분	203
3) 전분	206
4) 지질	207
5) 단백질	207
6) 비타민과 무기질	208

4. 식품 위생학	212
1) 식품위생의 개념	212
2) 식품과 미생물	214
3) 식품과 식중독	216
5. 식품의 관능평가	222
1) 관능평가의 개요	222
2) 식품의 색 평가	223
3) 식품의 향미 평가	223
4) 식품의 품질관리	224
5) 축산식품의 품질관리	225
6. 주요 식재료의 개량 방법	229
1) 한 줌 분량	229
2) 계량스푼	230
3) 종지 분량	230

## 5장. 전주시 주요 음식점 현황

1) 전주 향토음식점 현황	232
2) 전주 모범 음식점 현황	233
3) 전주 건강음식점 현황	239
4) 전주 안심음식점 현황	240
5) 전주 착한가격 음식점 현황	241
6) 전주 원산지표시 우수 음식점 현황	243

## 6장. 전주 외식산업 육성을 위한 법과 제도

1. 외식산업진흥법	246
2. 전주시 향토음식 발굴육성 및 관광상품화 관리조례	250
3. 전주음식명인·명소 발굴 육성 조례	253
4. 전주시 식품진흥기금 설치 및 운용조례	255
5. 전주시 우리 밀, 우리 콩 육성에 관한 조례	257
6. 전라북도 식생활 교육지원에 관한 조례	258
7. 전라북도 향토음식발굴 육성 조례	260

참고문헌	263
부록	269
INDEX 색인	321