

음식으로 도시와 농촌을 잇는

## 농부의 밥상 건강한 한끼 교육 계획

- ◆ 농촌의 거칠고 투박한 삶의 이야기와 음식을 통해 도시소비자에게 전통과 지역농산물에 대한 이해를 높이고 농산물 소비로 연결될 수 있도록 함

### □ 추진방향

- 농촌지역에서 이어져 내려오는 전통식문화의 이해를 통해 제주 식문화의 가치 홍보
- 지역농산물의 생산과정과 푸드마일리지 제로의 건강식 홍보로 나눔과 소비의 기회 제공
- 농가가 생산되는 지역농산물 홍보의 장을 마련하여 직거래 등 판로확보

### □ 세부추진계획

- 기 간: 2020. 8. 13.(목) ~ 8. 14.(금) 10:00 ~ 13:00
- 장 소: 제주농업기술센터 농촌생활과학관
- 대상 및 인원: 제주전통음식 및 로컬푸드에 관심있는 자 25명
- 주요내용
  - 농부가 들려주는 농사일기: 농부 강선미, 조연희
  - 농부의 한끼밥상 실습

- 1일차: 기장밥, 접착빼국, 우럭콩조림, 양하간장무침, 깡이콩조림
- 2일차: 비트물국수, 단호박보말조림, 단호박콩튀김

- 음식과 식재료에 대한 소셜 다이닝(모여서 밥을 먹자!)

※ 농부의 농산물 꾸러기 제공: 단호박, 양파, 비트즙 등

※ 참가자 준비사항: 2일차 소면그릇, 작은 시장바구니

### □ 추진일정

- 접수기간: 2020. 7. 30. ~ 모집인원 마감 시까지
- 접수방법: 전화 또는 방문접수
- 문의전화: 농촌자원팀 760-7732

## □ 세부 교육과정

일 자	시간	내 용	강 사
8.13 (목)	10:00~10:10	o 소장님 인사 및 교육운영 안내	농촌지도사 이현주
	10:10~10:40	o 요리하는 농부 강선미의 농사이야기	강선미 농부
	10:40~12:30	o 실습: 농부의 밥상, 건강한 한끼 실습 (기장밥, 접착빼국, 우렁콩조림, 양하간장무침, 강이콩조림)	주강사: 강선미 보조강사: 조연희
	12:30~13:00	o 음식과 식재료에 대한 소셜다이닝 (밥을 먹자!!)	농촌자원팀장 강경안
8.14 (금)	10:10~10:40	o 조연희 농부의 바른 농작물이야기	조연희 농부
	10:40~12:30	o 실습: 로컬푸드 건강밥상 (비트물국수, 단호박보말조림, 단호박콩튀김)	주강사: 강선미 보조강사: 조연희
	12:30~13:00	o 음식과 식재료에 대한 소셜다이닝 (밥을 먹자!!)	농촌지도사 이현주

\* 교육과정은 여건상 변경될 수 있습니다.