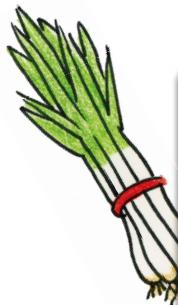


소년이여, 요리하라!



소년이여, 요리하라!



소년이여, 요리하라!



자립 지수 만렙을 위한 소년 맞춤 레시피

김제인
김남준
김보름
노정우
박현인
손이란
손이상
오 윤
이은식
전계수
황이현
지음

(주)리얼리티



지음
전계수
이영자
오윤
손미선
신아람
김단비
박찬열
노정우
이은식
황이현
지음



Recipe

(청소년 교양)

■ 책 소개

『소년이여, 요리하라!』는 요리의 ‘요’ 자도 모르는 평소에 밥 한 번 해 본 적 없는 평범한 소년들에게 자신의 삶을 가꾼다는 것의 의미, 즉 ‘어른이 되는 법’에 대해 이야기를 전낸다.

한 사람이 성인, 다시 말해 어른이 된다는 것의 의미는 여러 가지 면에서 찾을 수 있지만 ‘삶을 스스로 돌볼 수 있는 능력을 갖추는 것’이 그중 하나일 것이다. 자신이 먹을 음식을 만들고 식사 후 쌓인 그릇을 설거지하며, 몸에 걸치는 옷을 빨고 개킬 줄 알고, 머무르는 공간을 쓸고 닦을 줄 아는 능력. 어찌 보면 아무것도 아닌 것 같은 이 기본적인 생활 능력이, 언젠가 부모님 곁을 떠나 한 사람의 성인으로 살아갈 청소년들이 꼭 알아야 할 기술 아닐까? ‘자립 능력’, 자신의 몸과 마음으로 삶을 더 풍요롭게 만드는 기술 말이다.

『소년이여, 요리하라!』는 먼저 어른이 되어 소설가, 만화가, 격투기 해설가, 영화감독, 펑크 음악가, 사회학자, 의사 등으로 저마다 다른 삶을 살아가는 개성 만점 열한 명의 형들이 요리를 통해 들려주는 ‘남자의 자립’ 이야기다. 음식을 만드는 일, ‘요리’는 일상을 가꾸는 일 가운데서도 많은 연습과 시행착오가 필요 한 일이다. 누군가에게는 즐거운 일일 수도 있지만 누군가에게는 귀찮거나 아주 어려운 일일 수도 있다. 그러나 고급 재료를 사용하지 않아도, 화려한 기술이 없어도 스스로 만든 한 그릇의 음식은 그 자체로 의미가 있다.

그 과정에서 썩어 가기 직전의 재료를 구해 내는 절약 정신, 어떻게 하면 더 맛있게 혹은 편리하게 또 멋지게 먹을 수 있을까를 고민하는 창의력, 이번 요리는 땅해 가고 있다는 걸 진즉에 깨달았지만 포기하지 않는 패기, 되돌릴 수 없는 부분은 과감히 버리는 결단력, 맛있는 거 한번 먹어 보겠다고 개고생하는 지구력, 직접 무언가를 해냈다는 자부심과 성취감, 살림살이를 잔뜩 벌여 놓은 부엌을 원상 복구시키는 책임감이 만나고 융합하고 폭발한다.

인생을 스스로 결정하고 책임지는 시기가 다가올 때, 모두가 ‘요리왕’이 될 필요는 없다. 모두가 화가, 기술자, 회사원, 운동선수가 될 필요가 없는 것과 마찬가지다. 그러나 생존과 자립을 위해 음식 만드는 능력을 갖출 필요는 있다. 이 책은 어린이에서 청소년이 되는 동안 혼자 세수를 하고, 옷을 입고, 이불을 갤 수 있게 된 것처럼, 소리 소문 없이 찾아올 어른의 날을 위해 이제부터 누구의 도움 없이도 일상을 가꾸는 능력을 ‘레벨 업’ 시켜 보자!

열한 가지 요리 이야기를 듣고, 직접 해 보고, 혼자 즐기거나 누군가와 나눠도 먹어 보고, 요리와 일맥상통하는 여러 가지 작품을 만나는 나날들이 소년들을 ‘훌륭한 요리사’로 만들어 주지는 않을지도 모른다. 그러나 어머니나 연인 또는 미래의 아내를 ‘돕기 위해’ 요리하기보다는 ‘자기 자신을 위해’ 한 그릇의 음식을 만들 줄 아는 사람이 된다면, 그것만으로도 충분하다. ‘자립(自立)’, 스스로 설 수 있을 때 비로소 다른 사람을 도울 수도 있을 테니까. 오늘의 소년들이 독립하여 살림을 꾸리게 되는 날, 이 책은 일상을 소중히 여기고 돌볼 줄 아는 사람, 혼자여도 혹은 누군가와 함께여도 재미있고 풍성한 삶을 사는 어른이 되는 데 작은 실마리가 되어 줄 것이다

#십대_소년 #어른이_되는_법 #자립능력 #생존 #형들의_이야기

■ 학습 목표

‘음식’에 담긴 기억을 나누고 ‘요리’를 통해 스스로 자신의 삶을 살아간다는 의미를 생각해 보는 과정을 통해 성장하는 자신의 모습을 돌아보는 계기를 마련할 수 있습니다.

- ① 책을 읽고 내용을 요약하며 저자가 전달하고자 한 의미를 이해합니다.
- ② ‘음식’에 담긴 기억을 나누고 ‘요리법’을 구체적으로 설명합니다.
- ③ ‘어른이 된다는 것’의 기준을 함께 마련해 봅니다.

■ 차시별 활동 계획

차시	단계	활동 내용	비고
1	읽기 전	[활동1] 음식 빙고 게임 [활동2] 기억에 남는 음식에 대해 말하기	모둠 활동
2	읽기 중	[활동1] 내용 파악하며 읽기	
3	읽기 중	[활동2] 내용 파악하며 읽기	
4	읽기 중	[활동3] 내용 파악하며 읽기 [활동4] 읽고 난 소감 나누기	모둠 활동
5	읽기 중	[활동5] 저자에게 궁금한 내용 질문하기	
6	읽기 후	[활동1] 내가 만든 요리 소개하기	
7	읽기 후	[활동2] 나만의 레시피 소개하기	준비물: 요리 사진이나 그림
8	읽기 후	[활동3] 어른답게 느껴진 순간 이야기하기 [활동4] 자립 지수 만들기	모둠 활동

 **읽기 전 활동 ① 음식 빙고 게임**

내가 좋아하는 음식을 빙고판에 적고 모둠 친구들과 빙고 게임을 해 봅시다.

 **읽기 전 활동 ② 기억에 남는 음식에 대해 말하기**

다음 질문에 답을 한 다음, ‘기억에 남는 음식’에 대해 모둠 친구들과 이야기를 나누어 봅시다.

- 내가 먹어 본 음식 중에 기억에 남는 음식을 하나 골라 보세요.

- 언제, 어디서 먹었던 음식인가요? 누가 요리를 해준 것인가요?

- 누구와 함께 먹었나요? 음식을 먹을 때의 분위기는 어떠했나요?

- 음식의 모양과 맛을 간단히 묘사해 보세요.

- 그 음식이 기억에 남아 있는 이유를 말해 보세요.

읽기 중 활동 ① 내용 파악하며 읽기

「프라이팬은 남자의 무기」부터 「친구를 얻는 가장 빠른 지름길」까지 읽고 다음 표를 정리해 봅시다.

별점 매기기	핵심 키워드 3개 찾기	내용 짧게 요약하기
프라이팬은 남자의 무기 애호박전 ☆☆☆☆☆		
고기는 항상 옳다 수육 ☆☆☆☆☆		
마음 조각들을 한데 모으는 일 김밥 ☆☆☆☆☆		
친구를 얻는 가장 빠른 지름길 김치볶음밥 ☆☆☆☆☆		

  읽기 중 활동 ② 내용 파악하며 읽기

『타인의 취향』부터 『우주와 사랑을 품은 요리』까지 읽고 이어서 표를 정리해 봅시다.

별점 매기기	핵심 키워드 3개 찾기	내용 짧게 요약하기
타인의 취향 까르보나라 ☆☆☆☆☆		
셰프의 라면 라면볶음 ☆☆☆☆☆		
둘을 위한 파스타 알리오 올리오 ☆☆☆☆☆		
우주와 사랑을 품은 요리 볶음밥 ☆☆☆☆☆		

■■■ 읽기 중 활동 ③ 내용 파악하며 읽기

『가장 따뜻한 남자의 요리』부터 『가혹한 미래를 위한 최고의 맛』까지 읽고 이어서 표를 정리해 봅시다.

별점 매기기	핵심 키워드 3개 찾기	내용 짧게 요약하기
가장 따뜻한 남자의 요리 소고기 미역국 ☆☆☆☆☆		
요리의 기원을 찾아서 요거트 ☆☆☆☆☆		
가혹한 미래를 위한 최고의 맛 계란밥 ☆☆☆☆☆		

■■■ 읽기 중 활동 ④ 읽고 난 소감 나누기

다음 질문에 답하면서 책을 읽고 난 후의 소감을 자유롭게 나누어 봅시다.

1. 이 책에서 가장 인상에 남은 구절은 무엇인가요?

2. 이 책을 다른 사람에게 권하고 싶은가요? 그렇게 생각한 이유는 무엇인가요?

 **읽기 중 활동 ⑤ 저자에게 궁금한 내용 질문하기**

저자와 더 나누고 싶은 이야기를 생각해 봅시다.

1. 가장 만나 보고 싶은 저자는 누구이며 그 이유를 이야기해 봅시다.

2. 저자에게 물어보고 싶은 질문 세 가지와 그 이유를 써 봅시다.

	질문	질문하게 된 이유
1		
2		
3		

3. 저자의 예상 답변을 상상해서 말해 봅시다.

■■■ 읽기 후 활동 ① 내가 만든 요리 소개하기

내가 만들어 더욱 기억에 남았던 요리를 소개해 봅시다. 읽기 자료를 참고하여 그때의 상황과 느낌 등을 구체적으로 떠올려 봅시다. 글의 제목도 재미있게 붙여 봅시다.

제목 :

읽기 자료

외할머니가 늦잠을 잤다. 외할머니답지 않게.

해가 산 위로 솟아올라 대청마루 구석구석을 환하게 비쳤다. 외할머니는 몹시 고단한 숨소리를 내며 자고 있었다. 끙끙 앓는 소리가 입으로 새어 나왔다. 이마에 손을 댔더니 열이 났다.

약을 사와야겠다는 생각과 뭔가 드시게 해야겠다는 생각이 한꺼번에 들었다.

“일단 죽부터!”

하지만 죽을 끓일 줄 몰랐다. 엄마가 아파서 결근했을 때 인스턴트 참치죽을 전자렌지에 돌려 데워 본 적이 몇 번 있고, 죽 전문점에 가서 전복죽을 사다 드린 적은 있지만.

죽을 어떻게 끓이지? 나는 외할머니의 부엌에 내려가서 손을 썩싹 비비며 두리번거렸다. 죽이 안 되면 밥이라도 끓여야지, 뭐.

냄비에 물을 붓고 식은 밥을 푹푹 떠 넣었다. 가스 불을 켜고 보글보글 소리 날 때까지 끓였다. 밥물이 뾰얗게 우러나서 비슷한 것이 되었다.

끓인 밥에 참기름 한 방울을 똑 떨어뜨리고는 쟁반에 올렸다. 간장 종지를 곁들여 방으로 들어갔다.

“이거 좀 드시고 다시 주무세요. 네? 기운 빠져요.”

외할머니를 깨웠다. 외할머니는 놀란 듯 벌떡 일어나 앉으며 중얼거렸다.

“하이고, 벌써 아침이가? 금방 눈 감았다 뜯 거 같은데.”

비틀거리며 일어나서는 당장 밥하러 나가겠다는 외할머니를 억지로 말려 앉혔다.

“외할머니, 병나요.”

“내가, 서현이가 차려 준 아침을 다 받아묵는대이. 참말.”

“에이, 찬밥 끓인 건데요, 뭐.”

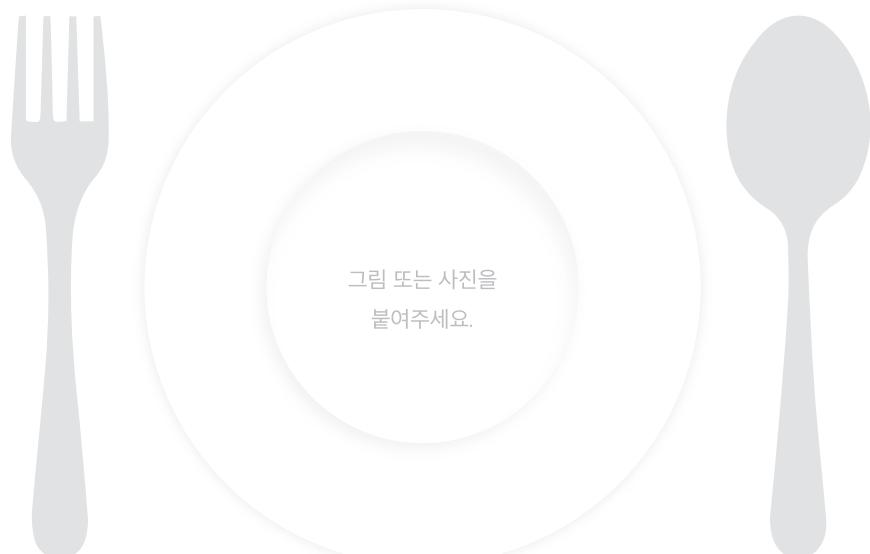
나는 외할머니 손에 숟가락을 쥐여 드리고는 다시 밖으로 나갔다.

-『할머니의 레시피』(이미애) 중에서

7차시

■■■ 읽기 후 활동 ② 나만의 레시피 소개하기

나만의 레시피를 그림이나 사진과 함께 소개해 봅시다. 앞 시간에 글로 쓴 ‘내가 만든 요리’의 레시피를 소개해도 좋고 아니면 내가 알고 있는 독특한 레시피가 있으면 그것을 소개해도 좋습니다.



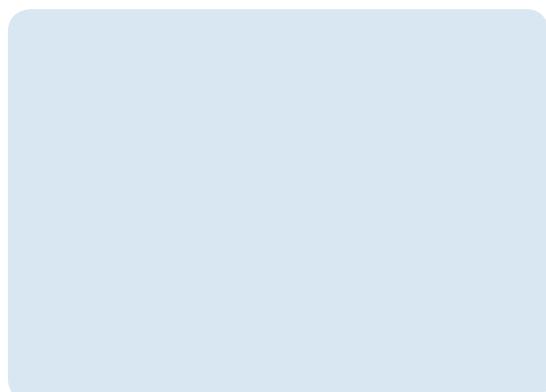
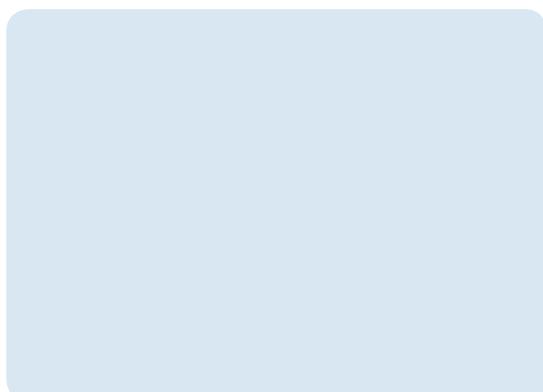
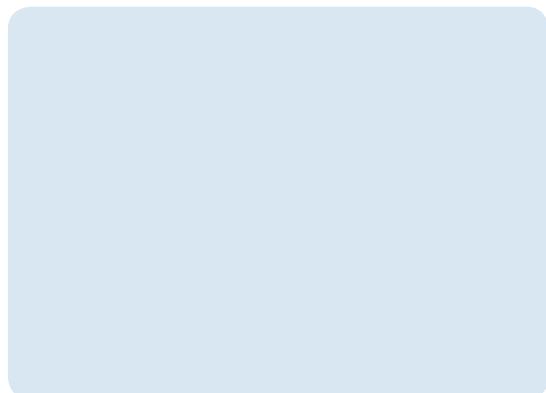
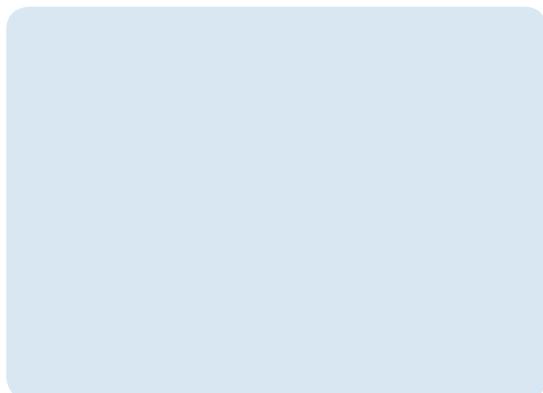
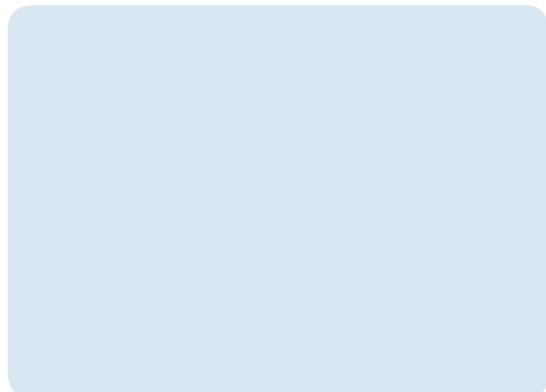
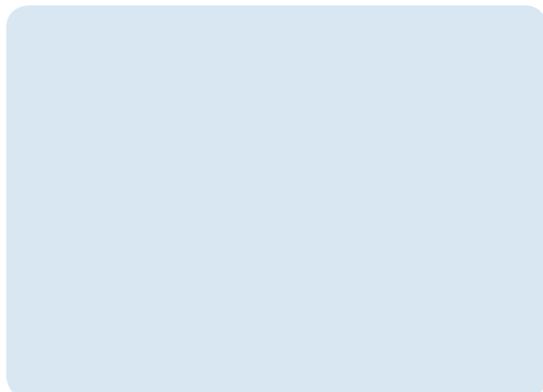
요리 이름 :

재료 :

조리 시간 :

도구 :

요리 과정 :



■■■ 읽기 후 활동 ③ 어른답게 느껴진 순간 이야기하기

친구들이 어른답게 느껴졌던 순간을 떠올리며 이야기 나누어 봅시다.

친구가 이럴 때 어른답게 느껴진다.

1	예) 자신의 슛을 포기하더라도 나에게 패스를 해줄 때
2	
3	
4	
5	

■■■ 읽기 후 활동 ④ 자립 지수 만들기

친구들과 토의하여 자립 지수의 기준을 함께 만들어 보고, 나 자신의 자립 지수를 매겨 봅시다.

자립이란 이런 것	자립 지수
	1 2 3 4 5
	1 2 3 4 5
	1 2 3 4 5
	1 2 3 4 5