



마늘 없이 만든 점심

Lunch Made Without Garlic
Upper Beginner (A2) · Learning to cook Korean temple food
<https://hangulheadlines.com/reading/lunch-made-without-garlic>



1. 읽기 지문 (Reading Passage)

다니엘은 다음 주 토요일에 채식하는 친구 민지를 집으로 초대했다. 그는 친구에게 정성스러운 점심을 만들어 주고 싶었다. 하지만 평소에 채소 요리를 많이 해 본 적은 없었다. 그래서 서울의 한국사찰음식문화체험관에서 사찰 음식 수업을 신청했다.

수업 날 아침, 다니엘은 장보기 목록을 들고 왔다. 목록에는 마늘, 파, 버섯, 간장, 다시마가 있었다. 그는 마늘과 파를 넣으면 음식 맛이 더 좋아질 것이라고 생각했다.

강사는 사찰 음식이 불교의 음식 문화에서 나온 것이라고 설명했다. 사찰 음식은 보통 유제품을 제외한 동물성 재료를 쓰지 않는다. 또 마늘과 파를 포함한 오신채도 피한다. 강사는 다니엘의 목록을 보고 “오늘은 마늘과 파를 넣지 마세요”라고 말했다. 다니엘은 맛이 너무 약할까 봐 걱정했다.

하지만 강사는 버섯과 다시마로 깊은 맛을 낼 수 있다고 말했다. 들깨가루도 고소한 맛을 더해 준다고 했다. 이 재료들은 음식의 자연스러운 맛을 살리는 데 도움을 준다.

먼저 그는 다시마를 물에 넣고 잠시 끓였다. 그동안 버섯을 얇게 썰고, 애호박과 당근을 작은 조각으로 잘랐다. 강사는 다시마를 너무 오래 끓이지 말라고 알려 주었다.

다음으로 다니엘은 만든 국물에 채소와 버섯을 넣었다. 마지막에 들깨가루를 넣고 천천히 저었다. 냄비에서 구수한 냄새가 났다. 그는 간장을 더 넣고 싶었지만, 먼저 맛을 보기로 했다.

수업이 끝날 무렵, 다니엘은 완성한 음식을 작은 그릇에 담았다. 한 숟가락 먹어 보니, 맛은 생각보다 약하지 않았다. 버섯의 향과 다시마 국물의 맛이 잘 어울렸고, 들깨가루는 부드럽고 고소했다. 그는 처음에 걱정했던 것보다 훨씬 만족스러웠다.

다니엘은 결국 간장이나 다른 소스를 더 넣지 않았다. 그는 재료 자체의 맛도 충분히 좋다는 것을 알게 되었다. 민지가 안심하고 먹을 수 있는 점심이라고 생각했다. 다음 주 토요일, 그는 민지에게 이 음식을 다시 만들어 주기로 했다.

2. 이해 질문 (Comprehension Questions)

1. 다니엘은 왜 사찰 음식 수업을 신청했어요?

- ☐ A. 친구에게 점심을 만들어 주고 싶어서
- ☐ B. 새 집으로 이사하고 싶어서
- ☐ C. 식당에서 일하고 싶어서
- ☐ D. 한국어를 배우고 싶어서

2. 사찰 음식에서 피하는 재료는 무엇이에요?

- ☐ A. 버섯과 다시마
- ☐ B. 애호박과 당근
- ☐ C. 마늘과 파
- ☐ D. 들깨가루와 간장

3. 강사는 깊은 맛을 내기 위해 무엇을 사용한다고 했어요?

- ☐ A. 우유와 치즈
- ☐ B. 버섯과 다시마
- ☐ C. 고기와 생선
- ☐ D. 마늘과 파

4. 다니엘은 다시마를 물에 넣은 후 무엇을 했어요?

- ☐ A. 버섯을 얇게 썰었어요
- ☐ B. 간장을 많이 넣었어요
- ☐ C. 친구에게 전화를 했어요
- ☐ D. 음식을 바로 그릇에 담았어요

5. 수업이 끝난 후 다니엘은 어떻게 하기로 했어요?

- ☐ A. 다른 소스를 많이 넣기로 했어요
- ☐ B. 민지에게 음식을 다시 만들어 주기로 했어요
- ☐ C. 사찰 음식을 먹지 않기로 했어요
- ☐ D. 친구 초대를 취소하기로 했어요

3. 새 단어 (Vocabulary)

한국어	English	문맥 속 예문
채식하다	to be vegetarian	다니엘은 다음 주 토요일에 채식하는 친구 민지를 집으로 초대했다.
초대하다	to invite	다니엘은 다음 주 토요일에 채식하는 친구 민지를 집으로 초대했다.
정성스럽다	thoughtful; made with care	그는 친구에게 정성스러운 점심을 만들어 주고 싶었다.
신청하다	to apply for; to sign up for	그래서 서울의 한국사찰음식문화체험관에서 사찰 음식 수업을 신청했다.
목록	list	목록에는 마늘, 파, 버섯, 간장, 다시마가 있었다.
설명하다	to explain	강사는 사찰 음식이 불교의 음식 문화에서 나온 것이라고 설명했다.
동물성	animal-based	사찰 음식은 보통 유제품을 제외한 동물성 재료를 쓰지 않는다.
재료	ingredient	사찰 음식은 보통 유제품을 제외한 동물성 재료를 쓰지 않는다.
피하다	to avoid	또 마늘과 파를 포함한 오신채도 피한다.
걱정하다	to worry	다니엘은 맛이 너무 약할까 봐 걱정했다.
깊은 맛	rich flavor	하지만 강사는 버섯과 다시마로 깊은 맛을 낼 수 있다고 말했다.
자연스럽다	natural	이 재료들은 음식의 자연스러운 맛을 살리는 데 도움을 준다.
끓이다	to boil	먼저 그는 다시마를 물에 넣고 잠시 끓였다.
얇게	thinly	그동안 버섯을 얇게 썰고, 애호박과 당근을 작은 조각으로 잘랐다.
만족스럽다	satisfying	그는 처음에 걱정했던 것보다 훨씬 만족스러웠다.

정답 (Answer Key)

1. A - 친구에게 점심을 만들어 주고 싶어서
2. C - 마늘과 파
3. B - 버섯과 다시마
4. A - 버섯을 얇게 썰었어요
5. B - 민지에게 음식을 다시 만들어 주기로 했어요