아보카도 후숙 한눈에 정리

실온에서 후숙 · 익었는지 확인 · 보관 · 씨앗 키우기

후숙은 실온에서

아보카도는 후숙 과일이라 실온에서 보관하라고 안내해요(건강iN).

표준국어대사전은 3~10일간 저장하였다가 먹는다고 풀이해요.

사 왔을 때 익은 정도가 달라서 날짜보다 확인 방법으로 먹을 때를 정해요.

익었는지 확인



단단 · 녹색 말랑 · 갈색

손으로 살짝 눌러보아 말랑말랑해지고 색깔이 갈색으로 어두워지면 잘 익은 거예요.

다만 충분히 익어도 녹색을 띠어 색만 보지 말고 감촉도 같이 봐요.

보관

- 익기 전: 실온에 두고 후숙
- 잘 익은 뒤: 바로 잘라 먹거나 비닐에 넣어 냉장고에 보관

! 보호자가 해요

- 칼은 어른이 쓰고, 아이는 반으로 가른 아보카도에서 숟가락으로 과육을 떠 보는 일을 함께하면 좋아요.
- 씨앗에 이쑤시개 꽂기: 이쑤시개는 어른이 꽂아 주세요.

아보카도 씨앗 키우기(농촌진흥청 농사로, 수경재배)

이쑤시개	물에 담그기	물 갈기	뿌리	화분
먹고 남은 씨앗에 이쑤시개를 꽂아요(어른)	배꼽을 아래로 3분의 2 정도 물에 담가요	햇볕 드는 곳에 두고 4~5일에 한 번 물을 갈아요	몇 주 지나면 씨앗이 갈라지며 뿌리가 나요	싹이 자라면 화분에 옮겨 심어요

잘 익은 아보카도 먹는 법

농사로는 각종 샐러드나 샌드위치에 넣어 먹거나 비빔밥, 파스타의 재료로 활용한다고 설명해요. 소금·후춧가루로 간한 과카몰리는 어른 레시피예요.

아보카도 후숙 관찰 일지

날마다 손끝으로 살짝 눌러 보고 색을 적어요.

- 갓 산 아보카도가 단단하면 냉장고보다 실온에 두고 익기를 기다리면 돼요.
- 말랑하고 껍질이 갈색으로 어두워지면 잘 익은 거예요.
- 충분히 익어도 녹색을 띠어 감촉도 꼭 같이 봐요.

! 보호자가 해요

- 아보카도 자르기와 씨 빼기는 칼을 쓰니 보호자가 해요.

날짜	살짝 눌러 보기	껍질 색	먹어도 될까요	메모
월 일	☐ 단단해요 ☐ 말랑해요	☐ 녹색 ☐ 갈색으로 어두워짐	☐ 아직 ☐ 먹을 때	
월 일	☐ 단단해요 ☐ 말랑해요	☐ 녹색 ☐ 갈색으로 어두워짐	☐ 아직 ☐ 먹을 때	
월 일	☐ 단단해요 ☐ 말랑해요	☐ 녹색 ☐ 갈색으로 어두워짐	☐ 아직 ☐ 먹을 때	
월 일	☐ 단단해요 ☐ 말랑해요	☐ 녹색 ☐ 갈색으로 어두워짐	☐ 아직 ☐ 먹을 때	
월 일	☐ 단단해요 ☐ 말랑해요	☐ 녹색 ☐ 갈색으로 어두워짐	☐ 아직 ☐ 먹을 때	
월 일	☐ 단단해요 ☐ 말랑해요	☐ 녹색 ☐ 갈색으로 어두워짐	☐ 아직 ☐ 먹을 때	
월 일	☐ 단단해요 ☐ 말랑해요	☐ 녹색 ☐ 갈색으로 어두워짐	☐ 아직 ☐ 먹을 때	

이름 _____ 날짜 _____

아보카도 후숙 · 씨앗 키우기 · ○×

차례대로 번호를 쓰고, ○×를 쓰고, 물 간 날을 적어요.

씨앗 키우기 차례대로 1~4를 써요

- ☐ 씨앗이 갈라지며 뿌리가 나요
- ☐ 배꼽을 아래로 물에 담가요
- ☐ 화분에 옮겨 심어요
- ☐ 4~5일에 한 번 물을 갈아요

맞으면 ○, 틀리면 ×를 써요

1. 아보카도는 사 오자마자 냉장고에 넣어 익혀요. ☐
2. 손으로 살짝 눌러 말랑하면 잘 익은 거예요. ☐
3. 아보카도는 익으면 반드시 색이 바뀌어요. ☐
4. 씨앗 물은 4~5일에 한 번씩 갈아 줘요. ☐

씨앗 물 갈기 기록(물 간 날을 적고 보이는 것에 표시해요)

1회 __월 __일 ☐ 뿌리 ☐ 싹	2회 __월 __일 ☐ 뿌리 ☐ 싹	3회 __월 __일 ☐ 뿌리 ☐ 싹	4회 __월 __일 ☐ 뿌리 ☐ 싹
5회 __월 __일 ☐ 뿌리 ☐ 싹	6회 __월 __일 ☐ 뿌리 ☐ 싹	7회 __월 __일 ☐ 뿌리 ☐ 싹	8회 __월 __일 ☐ 뿌리 ☐ 싹

이름 _____ 날짜 _____

아보카도 후숙 · 정답

다 한 뒤에 맞춰 보세요. 헷갈리면 1쪽 정리를 다시 읽어요.

3쪽 씨앗 키우기 차례대로 1~4를 써요

배꼽을 아래로 물에 담가요 → 4~5일에 한 번 물을 갈아요 → 씨앗이 갈라지며 뿌리가 나요 → 화분에 옮겨 심어요

3쪽 맞으면 ○, 틀리면 ×를 써요

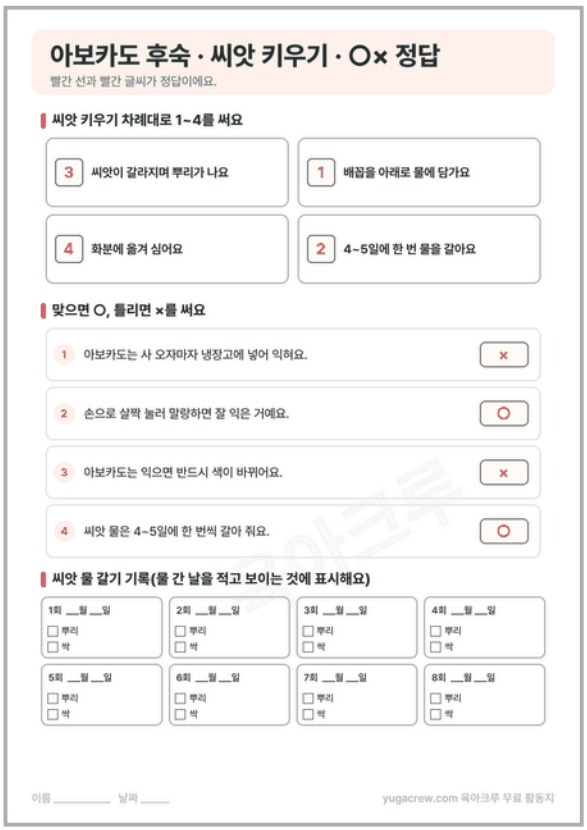
1 × (익기 전에는 실온에 둬요)

2 ○

3 × (충분히 익어도 녹색일 수 있어요)

4 ○

답을 채운 쪽



아보카도 후숙 · 씨앗 키우기 · ○× 정답

빨간 선과 빨간 글씨가 정답이에요.

씨앗 키우기 차례대로 1~4를 써요

3 씨앗이 갈라지며 뿌리가 나요

1 배꼽을 아래로 물에 담가요

4 화분에 옮겨 심어요

2 4~5일에 한 번 물을 갈아요

맞으면 ○, 틀리면 ×를 써요

1 아보카도는 사 오자마자 냉장고에 넣어 익혀요. ×

2 손으로 살짝 눌러 말랑하면 잘 익은 거예요. ○

3 아보카도는 익으면 반드시 색이 바뀌어요. ×

4 씨앗 물은 4~5일에 한 번씩 갈아 줘요. ○

씨앗 물 갈기 기록(물 간 날을 적고 보이는 것에 표시해요)

1회 __월 __일 ☐ 뿌리 ☐ 싹

2회 __월 __일 ☐ 뿌리 ☐ 싹

3회 __월 __일 ☐ 뿌리 ☐ 싹

4회 __월 __일 ☐ 뿌리 ☐ 싹

5회 __월 __일 ☐ 뿌리 ☐ 싹

6회 __월 __일 ☐ 뿌리 ☐ 싹

7회 __월 __일 ☐ 뿌리 ☐ 싹

8회 __월 __일 ☐ 뿌리 ☐ 싹

이름 _____ 날짜 _____

yugacrew.com 육아크루 무료 활동지