NDSL
National Digital Science Library

지역별 종가·명가 내림음식 조사 발굴

A Excavation Research for the Head Family Food

주관연구기관	국립농업과학원
발행년월	2017-02
주관부처	농촌진흥청
NDSL URL	http://www.ndsl.kr/ndsl/search/detail/report/reportSearchResultDetail.do?cn=TRKO201700006294
IP/ID	14.49.138.138
이용시간	2017/11/03 17:15:04

저작권 안내

① NDSL에서 제공하는 모든 저작물의 저작권은 원저작자에게 있으며, KISTI는 복제/배포/전송권을 확보하고 있습니다.

② NDSL에서 제공하는 콘텐츠를 상업적 및 기타 영리목적으로 복제/배포/전송할 경우 사전에 KISTI의 허락을 받아야 합니다.

③ NDSL에서 제공하는 콘텐츠를 보도, 비평, 교육, 연구 등을 위하여 정당한 범위 안에서 공정한 관행에 합치되게 인용할 수 있습니다.

④ NDSL에서 제공하는 콘텐츠를 무단 복제, 전송, 배포 기타 저작권법에 위반되는 방법으로 이용할 경우 저작권법 제136조에 따라 5년 이하의 징역 또는 5천만 원 이하의 벌금에 처해질 수 있습니다.

KiSTi
www.kisti.re.kr

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

완결과제 최종보고서

일반과제(○), 보안과제( )　　(과제번호 : PJ009976)

지역별 종가·명가 내림음식 조사 발굴

(A Excavation Research for the Head Family Food)

농촌진흥청 국립농업과학원

연구수행기간

2014.2.1. ~ 2016.12.31.

농촌진흥청

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

제 출 문

농촌진흥청장 귀하

본 보고서를 "지역별 종가·명가 내림음식 조사 발굴"(개발기간 : 2014.2.1. ~ 2016.12.31.) 과제의 최종보고서로 제출합니다.

제1세부연구과제 : 지역별 종가·명가 음식의 자원화 방안 연구
제1협동연구과제 : 전라·제주 지역의 종가·명가음식 발굴 및 조리법 과학화
제2협동연구과제 : 서울·경기·충청 지역의 종가·명가음식 발굴 및 조리법 과학화
제3협동연구과제 : 경상·강원 지역의 종가·명가음식 발굴 및 조리법 과학화
제4협동연구과제 : 종가 소장 조리서의 역주 및 조리과학적 해석

2017.2.24.

제1세부연구기관명 및 책임자 : 농촌진흥청 국립농업과학원 김영
참 여 연 구 원 : 김영, 이창현, 이진영, 박영희, 김양숙, 황영, 이상은
제1협동연구기관명 및 책임자 : 전주대학교 정혜정
참 여 연 구 원 : 정혜정, 박현경, 한규상, 김장곤, 송은숙, 이현진, 이상원, 이승환, 김현미, 장민성
제2협동연구기관명 및 책임자 : 호서대학교 정혜경
참 여 연 구 원 : 정혜경, 김미혜, 안혜민, 한정인, 김다정, 이예진, 이수연
제3협동연구기관명 및 책임자 : 경북대학교 김귀영
참 여 연 구 원 : 김귀영, 박모라, 문혜경, 이수원, 우명남, 이영자, 김보람, 김진영
제4협동연구기관명 및 책임자 : 세계김치연구소 박채린
참 여 연 구 원 : 박채린, 최은옥, 고영주, 강승연, 권용민, 김자현

주관연구책임자 : 김 영 ㊞
주관연구기관장 : 국립농업과학원장 인

농촌진흥청 농업과학기술 연구개발사업 운영규정 제51조에 따라 보고서 열람에 동의합니다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

보고서 요약서

<table>
<tr><td>과제번호</td><td colspan="2">PJ009976</td><td>연구기간</td><td colspan="2">2014.2.1. ~ 2016.12.31.</td></tr>
<tr><td rowspan="3">연구사업명</td><td>단위사업명</td><td colspan="4">식품 산업화 및 농식품 부가가치 향상</td></tr>
<tr><td>세부사업명</td><td colspan="4">한식 우수성 규명 및 가공산업 지원 기술 개발</td></tr>
<tr><td>내역사업명</td><td colspan="4">현장실용화_농축산물부가가치향상기술개발_농축산물수확후관리 및 가공기술</td></tr>
<tr><td rowspan="2">연구과제명</td><td>주관과제명</td><td colspan="4">지역별 종가 ·명가 내림음식 조사 발굴</td></tr>
<tr><td>세부(협동)
과제명</td><td colspan="4">(1세부) 지역별 종가·명가 음식의 자원화 방안 연구
(1협동) 전라·제주지역의 종가·명가음식 발굴 및 조리법 과학화
(2협동) 서울·경기·충청지역의 종가·명가음식 발굴 및 조리법 과학화
(3협동) 경상·강원지역의 종가·명가음식 발굴 및 조리법 과학화
(4협동) 종가 소장 조리서의 역주 및 조리과학적 해석</td></tr>
<tr><td rowspan="6">연구책임자</td><td>구분</td><td colspan="2">연구기관</td><td>소속</td><td>성명</td></tr>
<tr><td>1세부</td><td colspan="2">농촌진흥청 국립농업과학원</td><td>농식품자원부</td><td>김 영</td></tr>
<tr><td>1협동</td><td colspan="2">전주대학교 산학협력단</td><td>한식조리학과</td><td>정혜정</td></tr>
<tr><td>2협동</td><td colspan="2">호서대학교 산학협력단</td><td>식품영양학과</td><td>정혜경</td></tr>
<tr><td>3협동</td><td colspan="2">경북대학교 산학협력단</td><td>식품외식산업학과</td><td>김귀영</td></tr>
<tr><td>4협동</td><td colspan="2">한국식품연구원 부설
세계김치연구소</td><td>연구개발본부</td><td>박채린</td></tr>
<tr><td>총 연구기간
참여
연구원 수</td><td colspan="2">총: 38명
내부: 7명
외부: 45명</td><td>총 연구개발비</td><td colspan="2">정부출연금: 460,000천원
시험연구비: 150,000천원
계: 610,000천원</td></tr>
<tr><td>위탁연구기관명 및
연구책임자</td><td colspan="2">-</td><td>참여기업명</td><td colspan="2">-</td></tr>
<tr><td>국제공동연구</td><td colspan="3">상대국명: 해당 없음</td><td colspan="2">상대국 연구기관명: 해당 없음</td></tr>
<tr><td colspan="4">요약: ① 지역별 종가·명가 내림음식 분류 체계와 DB구축 대국민 서비스 ② 지역별 종가·명가 내림음식 조리법 과학화 ③ 60가문의 내림음식 100종을 재현해서 조리법을 정립하고『종가음식 100선』책자로 발간 ④ 종가 소장 고 조리서의 원문 역주와 디지털콘텐츠화 수행</td><td colspan="2">보고서 면수: 300쪽</td></tr>
</table>

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

〈 국 문 요 약 문 〉

연구의 목적 및 내용	지역별 종가·명가의 내림음식 발굴 및 조리법 과학화				
연구개발성과	○ 지역별 종가·명가 내림음식의 분류 체계에 따른 DB 구축 ○ 전라·제주 지역 종가·명가음식 발굴 및 조리법 과학화 ○ 서울·경기·충청 지역 종가·명가음식 발굴 및 조리법 과학화 ○ 경상·강원 지역 종가·명가음식 발굴 및 조리법 과학화 ○ 종가·명가 현지 발굴 음식과 고 조리서 음식 비교분석을 통한 조리변화상 고찰 ○ 종가·명가 발굴 내림음식 자료 발간 :『종가음식 100선』				
연구개발성과의 활용계획 (기대효과)	○ 지역별 종가·명가 내림음식 데이터베이스 대국민서비스 제공 ○ 종가음식의 전통 조리법을 이용한 조리가공 기술로 다양한 콘텐츠를 개발하고, 전통 음식 문화 확산에 기여 ○ 종가음식 조리 기술 기록 및 체계화는 전통 무형문화 가치 보유				
중심어 (5개 이내)	종가음식	음식 발굴	조리법 재현	자료 기록	고 조리서

〈 Summary 〉

Purpose& Contents	○ A Excavation research for the head family (*Jong-ga*) food				
Results	○ Building data according to food classification system ○ Excavation food and recipe scientification in Jeonlla·Jeju area ○ Excavation food and recipe scientification in Seoul·Gyeonggi·Chungcheong area ○ Excavation food and recipe scientification in Gyeongsang·Gangwon area ○ A study on the cross-sectional analysis between the excavated Head Family (*Jong-ga*)'s recipes and traditional recipes				
Expected Contribution	○ Using as base data for Korean food databases ○ Reinvigorating the rural economy on the basis of a study on traditional recipes ○ Improving cultural diversity of Korean culture by the useful aspect of traditional cooking technology				
Keywords	*Jong-ga* food	Food excavation	Recipe representation	Data record	Old cookbook

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

〈 목 차 〉

제1장 연구 개발 과제의 개요 ····· 1
제1절 연구 개발 목적 ····· 1
제2절 연구 개발의 필요성 ····· 1
제3절 연구 개발 범위 ····· 2
제2장 국내외 기술개발 현황 ····· 3
제1절 국내 기술 수준 및 시장 현황 ····· 3
제2절 국외 기술 수준 및 시장 현황 ····· 3
제3장 연구수행 내용 및 결과 ····· 5
제1절 지역별 종가·명가 음식의 자원화 방안 연구 ····· 5
제2절 전라·제주지역의 종가·명가음식 발굴 및 조리법 과학화 ····· 46
제3절 서울·경기·충청지역의 종가·명가 발굴 및 조리법 과학화 ····· 109
제4절 경상·강원지역의 종가·명가 발굴 및 조리법 과학화 ····· 158
제5절 종가 소장 조리서의 역주 및 조리과학적 해석 ····· 193
제4장 목표달성도 및 관련분야에의 기여도 ····· 285
제1절 목표대비 달성도 ····· 285
제2절 정량적 성과 ····· 286
제5장 연구결과의 활용계획 등 ····· 287
제1절 기술적 측면 ····· 287
제2절 경제적·산업적 측면 ····· 287
제3절 문화적·사회적 측면 ····· 287
제6장 연구과정에서 수집한 해외과학기술정보 ····· 288
제7장 연구개발성과의 보안등급 ····· 288
제8장 국가과학기술종합정보시스템에 등록한 연구시설·장비현황 ····· 288
제9장 연구개발과제 수행에 따른 연구실 등의 안전조치 이행실적 ····· 288
제 10장 연구개발과제의 대표적 연구실적 ····· 289
제 11장 기타사항 ····· 290
제 12장 참고문헌 ····· 291

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

제1장 연구 개발 과제의 개요

제1절 연구 개발 목적

본 연구는 가문 안에서 종부나 가족 구성원이 구전으로 전수하던 종가·명가 음식의 재료와 조리법, 관련 이야기 등 자료를 발굴하는 것이다. 또한 종가음식은 경험으로 전승되어 계량화 되지 않은 경우가 대부분으로 재현이 가능하도록 매뉴얼로 만들어 대국민 서비스로 제공하고자 한다. 이를 바탕으로 가문의 음식과 조리법을 활용한 현대적 자원으로 활용하는 방법을 제시하고자 했다.

제2절 연구 개발의 필요성

공동체 문화를 중심으로 하는 종가에서 발달한 종가음식은 노동집약적이며 계량도구를 이용하지 않아 정확한 용량을 측정해서 정리하는 계량화가 어렵다. 오늘날 종가음식의 명맥을 잇고 있는 종부 대부분이 연로해서 종가음식을 만들 때 사용하는 식재료와 조리법, 음식에 담긴 이야기 등과 같은 한 세대가 지나면 단절될 가능성이 높은 실제 자료에 대한 발굴과 그 기록을 생전(生前)에 보존하는 단계가 시급한 실정이다.

종가는 조상 대대로 살아온 전통 한옥인 종택(宗澤), 종가의 덕목인 봉제사와 접빈객을 유지하기 위한 음식과 가양주, 역사적 인물과 이야기 등 복합적으로 결합된 독특한 문화자원이다. 이를 관광업에서 소셜 네트워크(SNS) 등의 다양하고 전파·확산 속도가 빠른 매체를 중심으로 고급화 전략을 적용해서 하나의 관광 상품으로 만들려는 노력을 기울이고 있다. 최근 각 기업과 지자체에서 해당 지역에 있는 가문의 음식을 활용해서 산업화하려는 움직임이 일어나고 있다. 종가음식을 활용한 관광 상품과 음식 개발에 힘쓰면서 종가와 종가음식에 관한 현장자료를 찾는 수요가 증가할 것으로 예상할 수 있다.

농촌진흥청에서 2010년부터 2013년까지 조사·발굴한 22종가의 109종 내림음식을 농식품종합정보시스템(koreanfood.rda.go.kr)에서 '종가와 종가음식'이라는 주제로 데이터베이스를 구축하고 대국민 서비스로 제공하고 있다. 그러나 제공되는 22 종가는 한국국학진흥원에서 2014년 조사한 전국 종가 1,153개와 비교했을 때 자료 수가 현저히 부족하다. 따라서 각 지역의 새로운 가문을 발굴하고 그 가문에서 내려오는 독특한 음식의 조리법을 추가로 발굴·제공할 필요가 있다.

한편, 조선시대 사대부가 조리서에 기록한 조리법은 종가·명가에서 현재 전승되어 오고 있는 조리법과 비교해서 변화 양상을 추적할 필요가 있다. 변화 요인과 그것을 유발한 사회적 환경, 과학적인 이유를 밝혀냄으로써 전통음식의 현대적 계승의 방향성을 결정하는데 중요한 시사점을 얻을 수 있을 것으로 판단했다. 종가음식 조리법은 한 가문의 내림음식이 개인사적 삶과 사회 환경적 영향에 순응해서 변형된 형태의 결과물이므로 그 변화의 지점을 추적하기 위해 고(古) 조리서와

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

역사 사료의 교차검토가 필수적으로 이루어져야 한다. 또한 조리법의 변화양상을 효과적으로 살펴보기 위해 하나의 조리법을 대상으로 여러 권의 조리서를 시대 순으로 나열하고 통시적으로 분석하는 것이 가장 효과적이라 할 수 있다.

제3절 연구 개발 범위

제1~3협동연구팀이 현장에서 발굴한 가문 수는 서울·경기·충청 지역에서 30가문, 전라·제주 지역에서 30가문, 경상·강원 지역 40가문으로 총 100가문을 연구범위로 설정했다. 가문을 판단하는 데 있어서 여러 기준에 적합한 종가를 최우선으로 선정했고, 이외에 가문의 내력이 오래됐거나 가문에서 내려오는 음식이 갖는 전통성 또는 고유성이 있거나 해당 지역 지자체 또는 관련 기관에서 이미 검증된 명가(名家)를 포함시키는 방향으로 연구를 수행했다. 또한 음식은 일상음식, 제례음식, 접빈객음식 등 종가에서 전해 내려오는 음식 모두를 포함했다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

제2장 국내외 기술개발 현황

제1절 국내 기술 수준 및 시장 현황

전통음식에 대한 국내·외 관심이 높아지면서 2015년 10월 문화체육관광부와 농림축산식품부가 공동으로 한식을 진흥시키기 위해 '한식정책협의회'를 발족했다. 주요내용은 ① 한식의 가치 재발견, ② 한식과 문화·관광의 융·복합 확대, ③ 한식 및 농식품 해외진출 지원 강화, ④ 한식의 국내외 홍보강화, ⑤ 한식진흥 기반 강화이다. 또한 '한식과 한식문화'의 유네스코 인류무형문화유산 등재 추진을 위해 한식과 전통 식문화가 담긴 다양한 콘텐츠를 발굴·개발을 계획하고 있다. 발굴한 한식 콘텐츠를 식품·외식기업 등에 원스톱 서비스로 제공하기 위한 작업을 계속 진행하고 있다.

농촌진흥청에서는『한국의 전통향토음식』(농촌진흥청, 2008) 10권(9개도 및 상용음식)을 집대성했고, 농식품종합정보시스템(koreanfood.rda.go.kr)에 3,249종의 지역 향토음식 데이터베이스를 구축해서 서비스를 제공하고 있다. 한 가문의 종가음식은 그 가문이 있는 지역 향토음식의 범주에 속하기 때문에 활용 가치가 높은 자료다.

종가음식 관련 연구로는 의성 김씨 종가의 조리서『온주법』고찰(김귀영·이성우, 1988), 안동 지역의 불천위 제례 연구(윤숙경, 1996ab), 충무공 이순신의 불천위(박미연 등, 2012), 종가의 과정류(권용석 등, 2012), 종가의 손님맞이 음식(권용석 등, 2013), 은진 송씨 종가의 조리서『주식시의』고찰(차경희, 2012; 정혜경, 2013), 종가 제례음식의 떡, 충재 종가의 동곳떡 고찰(이창현 등, 2015a), 종가 제례음식의 편(떡)(이창현 등, 2015b)과 적(이창현 등, 2016a), 종가 제례음식 내용과 동향분석(이창현 등, 2016b) 등 연구가 보고됐다.

전문서적으로 한국문화재보호재단에서 1997년부터 2002년에 걸쳐 3,039종에 이르는 우리나라 전통음식의 조리법과 연구 자료를 정리해서 집대성한 한국음식대관(전6권)을 편찬했다. 1권 한국음식의 개관(윤서석, 1997), 2권 주식, 양념, 고명, 찬물, 3권 떡, 과정, 음청(조창숙, 1999), 4권 발효식품 및 기타 가공식품(장지현, 2001), 5권 상차림, 기명, 기구(한국문화재보호재단, 2002) 6권 궁중 및 사찰의 식생활(윤서석, 2002), 로 엮었다. 이 대관은 한국음식의 역사, 식생활 전망 등 사진과 도표로 된 방대한 자료를 수록하고 있다.

제2절 국외 기술 수준 및 시장 현황

최근 세계적으로 향토음식 및 전통 식문화의 가치가 부각되어 새로운 문화 상품으로 대두되고 있다. 음식의 메뉴뿐만 아니라 식재료 조달 방식, 조리법, 식사 예절 등 식문화 전반을 하나의 패키지로 상품화하는 사례가 증가하고 있다. 프랑스식 식사 모델 및 미식 문화, 멕시코의 전통음식 및 지중해 식단(스페인, 그리스, 이탈리아, 모로코), 터키의 케시켁 전통의식(결혼식과 종교의식에 준비되는 터키의 전통 의식요리)이 유네스코 세계문화유산에 선정된 예가 바로 그것이다. 국외는 주

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

로 왕실이나 귀족 가문, 장인이나 명인 등이 존재하고 있으며, 한국의 종가와 많은 차이가 있는 것으로 나타났다. 발간 자료로는 주로 음식문화와 관련된 자료와 해외의 명인·장인과 관련된 자료가 보고됐으며, 학술논문은 향토음식문화와 관련된 연구가 주를 이루고 있다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

제3장 연구 수행 내용 및 결과

제1절 지역별 종가·명가 음식의 자원화 방안

1. 가문과 내림음식 선정 기준 및 조사 체계 확립

가. 연구수행 내용

1세부연구는 지역별 종가·명가 내림음식을 조사하는 제1～3협동연구에 대해 과제별 조사의 기본 체계 마련과 연구 기간 동안 조사된 결과의 양과 질을 조절하는 중심 역할을 수행했다. 1차년도(2014년)에 전국 대상 종가·명가의 목록을 구축하는 작업을 진행했다. 관련된 각종 논문과 서적, 기관 연구 보고서, 인터넷 검색 등을 통해 484 가문의 양적 사전 참고용 목록을 확보했다. 지역별 전문가 협의회를 7회 개최하고, 조사할 가문 선정을 위해 내림음식 보유, 불천위 여부, 종택 유무, 종부 거주 등 기준을 마련했다. 가문의 내림음식 현장조사를 위해 일반적 사항, 제사일, 음식 및 상차림 분류, 조리법, 식재료 수급 현황, 장류 및 양념류 사용 등에 관한 조사도구를 개발하고 제1～3협동연구팀에 공유해서 활용할 수 있게 했다.

2차년도(2015년)는 현장조사팀의 1차년도 조사과정에서 ① 가문 선정 기준에 대한 객관성과 신뢰성이 떨어지고, ② 과제별 자체적인 판단에 따른 과제 간 조사 가문과 내림음식 편차가 나타나고, ③ 내림음식 전수조사에 따른 조리법 과학화 및 재현음식의 검증이 어렵다는 애로 및 건의사항을 수렴해서 조사표 변경, 선정 기준을 수정하는 등 현장 조사도구와 가이드라인을 재정비했다. 세부 변경사항으로 종가의 개념, 가문 선정 기준, 내림음식 선정 기준, 조사도구 및 체계(조사 단계 세분화 : 6단계→9단계, 현장조사 추가 : 2회→3회 변경), 음식 조리법 검증 단계(검증표 활용), 집을 나타내는 용어의 기준을 설정했다. 2차년도부터 새롭게 수정한 선정 기준을 적용해서 지역별 가문의 내림음식 비교, 제사 진설도 기록, 내림음식 자가 기록하는 방법 등 추가 연구를 수행했다.

나. 연구 결과

1차년도에서 발생한 건의사항을 바탕으로 ① 가문과 내림음식 선정 기준 수정 및 과제 간 자료 공유를 활성화하고, ② 가문과 내림음식 선정을 위한 현장조사 중 제1세부연구와 지속적인 피드백을 실시하고, ③ 전수조사 시 특별한 내림음식 선정에 집중해서 발굴하는 방식으로 변경하고, ④ 연구팀에서 재현한 음식에 대한 가문의 의견을 수렴하고 동의서를 받는 방법으로 2~3차년도를 수행했다. 첫째, 가문 선정 방법은 종가 관련 문헌 18종의 핵심어를 추출해서 빈도분석한 결과를 활용했다<표 1-1>. 둘째, 내림음식 선정 기준은 가문의 특별한 이야기가 담긴 음식을 선정해서 집중 발굴하고 농촌진흥청에서 발간한 『한국의 전통향토음식』(농촌진흥청, 2008)의 음식 분류 체계를 적용했다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

<표 1-1> 가문과 내림음식 선정 기준

구분		내용
가문	선정 기준	① **직계 종손** ② **제사** - 1순위 : 불천위제사 - 2순위 : 4대 봉사, 시제, 묘제, 차례 등 ③ **종택** ④ **10대(300년) 이상** ⑤ **중시조 인물** ⑥ **종손, 종부의 생존과 종택 거주 여부** - 1순위 : 종부가 생존해 있으며, 종택에 거주하는 경우 - 2순위 : 종부가 생존해 있으며, 종택에 거주하지 않고 왕래하는 경우 (단, 내림음식 조리법을 알고 현재도 재현할 수 있어야 함) - 3순위 : 맏며느리 종부가 아닌 경우, 종가의 전통을 일정 기간 학습했다면 종부로 인정 - 4순위 : 오랜 외국 생활 또는 외국인 종부의 경우 - 종부의 부재 시, 차기 종부가 거주해야 함 ⑦ **내림음식 보유** : 내림음식 선정 기준에 부합하는 음식을 보유한 종가
	구분	○ **종가** : 기준 ①~⑦ 모두 해당하는 경우 ○ **명가** : 기준 ⑥(거주 조건), ⑦ 모두 해당하면서 ①~⑤에 부분적으로 해당하는 경우
내림 음식	선정 기준	① 종부를 통해 2세대 이상 전승된 음식 ② 한국의 식재료를 중심으로 한 음식 - 해외 식재료(100년 미만), 조리법을 활용한 퓨전음식 등은 제외 ③ 가문의 이야기가 담긴 음식 ④ 지역 특산품을 이용해서 조리한 음식 ⑤ 일반적이지만 해당 가문에서 특별한 명칭(사투리)으로 부르는 음식 ⑥ 고(古) 조리서에 기록된 음식과 비교 가능한 음식(조리법)
		※ 중요도 순서
	구분	○ **내림음식** : 선정 기준에 모두 해당하는 음식 - 가문별 3~5종 음식 발굴 - 협동과제 내, 협동과제 간 음식 유형별 비율 고려해서 발굴 ○ **제외** : 내림음식 조사 내용이 부족한 경우 - 음식명, 조리법, 음식 이야기, 식재료, 양념

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

셋째, 조사도구와 체계를 수정해서 제1~3협동연구팀과 조사 가이드라인을 공유했다. 조사도구와 체계는 다음과 같다.

1단계	**가문 사전 조사**	국학진흥원 보고서, 인터넷, 단행본 등 참고	
⇩			
2단계	**가문 선정 및 기본 현황 조사**	중시조, 본관, 호(시호), 문중, 제사, 음식 등	<조사표> 활용
⇩			
3단계	**1차 현장조사**	기본 현황 조사, 내림음식 조리법, 스토리 발굴	<조사표> 활용
⇩			
4단계	**1차 조사 자료 정리**	과제 내 회의(1세부 공유 피드백)	<조사표> 활용
⇩			
5단계	**2, 3차 현장조사**	추가 조사	<조사표> 활용
⇩			
6단계	**1차 실험조리**	조리법 표준화(실험조리)	<작성표> 활용
⇩			
7단계	**조리법 검증**	해당 가문 종부에게 검증(재현음식, 조리법)	<검증표> 활용
⇩			
8단계	**2차 실험 조리**	조리법 과학화(최종)	<작성표> 활용
⇩			
9단계	**조리법 자료화**	조리법, 스토리 자료화(DB)	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

과제간 공유 자료

농촌진흥청 국립농업과학원

종가 · 명가 내림음식 조사표 작성 가이드라인

2014. 2. 1. ~ 2016. 12. 31.

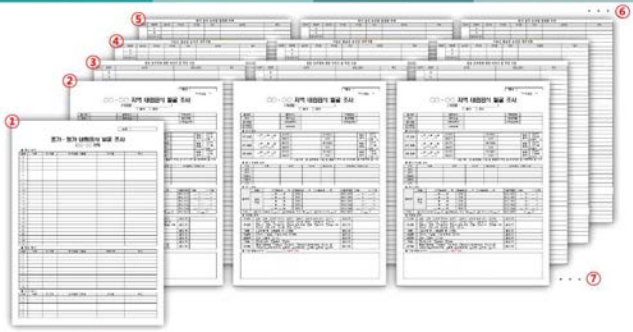
목 차

1. 연구 수행 절차
2. 과제별 표지 .hwp
3. 조사표 표지 .hwp 및 작성 예
4. 음식 조사표 Sheet .xlsx
5. 내림음식 조리법 정리표 Sheet .xlsx
6. 실험조리 Sheet .xlsx

연구 수행 절차

- 1단계 : '농진청'에서 기 조사된 가문 외 다른 가문 섭외(종가 우선 발굴 원칙)
- 2단계 : 대상 가문에 대한 사전조사 자료 모음(논문, 서적, 잡지, 신문, 보고서 등)
- 3단계(필수) : 1차 인터뷰 및 사진 촬영, 내용 정리(사전 인터뷰 성격)
- 4단계(필수) : 2차 인터뷰 및 사진 촬영, 내용 정리(보충/최종 인터뷰 성격, 제사 참관, 음식 조리 등)
- 5단계(선택) : 3차 인터뷰 및 사진 촬영, 내용 정리(최종 인터뷰 성격, 내용 보충)
- 6단계 : 발굴된 음식 실험조리, 조리법 현대화 단계(국제한식조리학교와 자료 공유 및 협조)
- 7단계 : 종가 구성원에 자료 검증 요청(직접 방문하여 음식 검증, 조사 자료 최종 확인)
- 8단계 : 격월(2달에 1회)마다 과제협의회 진행 시, 과제간 자료 공유 및 조사 완료된 가문 최종 인계

조사 DB표 구성 * 추후 자료 제출 시 참고



* 순서 : ① 과제별 표지 (과제별 1장)
종가별 1묶음 [② 조사표 표지 , ③ 음식 조사표, ④ 내림음식 조리법 정리표, ⑤ 실험조리, ⑥ 레시피]
⑦ 조사 종가 수에 따라 1묶음씩 첨부

과제별 표지 Sheet



① 1협동 : 국제한식조리학교
2협동 : 호서대학교
3협동 : 경북대학교

② 전라 · 제주 : 국제한식조리학교
서울 · 경기 · 충청 : 호서대학교
경상 · 강원 : 경북대학교

③ 조사된 '종가'의 목록을적어주세요.
- 가문명 입력은 p. 7 참고
- 지역 : 충청, 강원, 경기, 제주도 등
- 시 구분 : 의정부시, 안동시, 남해시, 제주시 등

④ 조사 대상이었지만, 제외시킨 '종가'를 적고 제외시킨 사유를 입력해주세요.
- 예) 내림음식의 특별함이 없음
종부 현존하지 않음
종가의 '대'가 끊어짐 등

⑤ 조사된 '명가'의 목록을적어주세요.
- 가문명 입력은 p. 5 참고

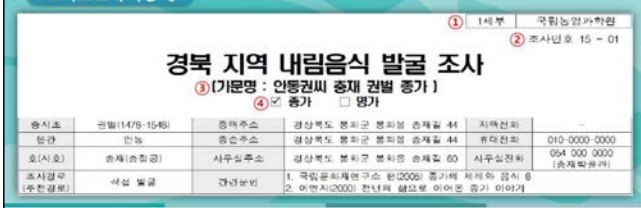
* 본 조사표는 1장으로 된 과제별 표지(hwp)입니다.

조사표 표지 Sheet



* 본 조사표는 1장으로 된 조사표 표지(hwp)입니다.
* 다음과 같은 작성 예를 참고하여 입력해주세요.
* 최대한 1장 안에 작성해주세요.
* 내용없는 빈칸은 ' - '을 입력해주세요.
* 연구자의 '가문 총평'은 비공개 자료입니다.

조사표 표지 작성 예



① 1협동 : 국제한식조리학교
2협동 : 호서대학교
3협동 : 경북대학교

② 조사번호 : 연도 – 순번(조사된 종가 순)

③ 가문명 : 공동 형식을 사용합니다(명가의 경우도 같은 형식 적용. **단, '종가'를 '명가'으로 입력**).
- '중시조'는 국가에 공을 세운 1인으로 종가를 형성하게 되며, 여러명일 수 없습니다(자손인 경우임).
인터뷰 방문 시, 종가에서 호를 알려주지 않을 경우에는 인터넷 검색하여 입력해주세요.
- '호'는 '시호(예 : 충무공, 충정공, 문충공 등)'와 다른 개념입니다. 가문명에는 기본적으로 '호'를 적고, '호'가 검색 안되거나 '중시조'가 불명확할 시, '시호'로 적어주세요.
- (예1)

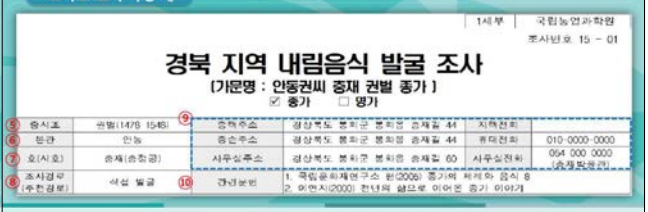
본관	성	호	중시조	종명가
풍 산	류 씨	서 애	류 성 룡	종 가

(예2)

본관	성	시호	종명가
배 천	조 씨	후 재 공	종 가

④ 종가, 명가 체크

조사표 표지 작성 예



⑤ 중시조 : 불천위로 정한 인물이 중시조가 됩니다. 단, '~공파'는 해당하지 않습니다(생존연대 표기 필).

⑥ 본관 : 조상이 살던 지역을 '원적'이라고 하는데, 일반적으로 '본적'이라는 표현을 씁니다.
안동권씨는 '안동'이 본관입니다.

⑦ 호(시호) : '호'는 본명이나 자 이외에 쓰는 이름이고, '시호'는 사후 공덕을 칭송하여 붙인 이름입니다.
- 인터넷에 인물을 검색하여 입력해주세요.

⑧ 조사경로(추천경로) : 종가를 발굴한 경로를 작성해주세요. 예) 직접 발굴, 면사무소 추천 등

⑨ [ ] 종택이 없으면 종손 거주지(번호)를 적고, 종중(문중)과 인터뷰 시에는 사무실 주소(번호)를 적어주세요. 사무실 이름 또는 박물관 이름이 있으면 함께 적어주세요(도로명주소로 기입).

⑩ 관련 문헌 : 대상 종가를 방문하기 전에 살펴본 신문, 서적, 논문, 보고서, 잡지 등을 적어주세요.
- 작성 예) 저자(연도) 제목, 신문사(연도) 기사제목

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

조사표 표시 작성 예

9

◈ 조사 정보

	①	②		③		④	
1차 방문	15 년 1 월 15 일 10 시 ~ 14 시	조사자	김영, 이창현	조사장소	송재빅물관	방문결과	□완료 ☑미참 (사유: ②)
		응답자	권응철, 조재정	관계	처종손, 차종부		
2차 방문	15 년 2 월 6 일 14 시 ~ 16 시	조사자	김영, 이창현	조사장소	추원재, 안채	방문결과	☑완료 □미참 (사유:)
		응답자	권응철, 조재정	관계	처종손, 차종부		
3차 방문	년 월 일 시 ~ 시	조사자		조사장소		방문결과	□완료 □미참 (사유:)
		응답자		관계			

※ 미참사유 : ① 일부문항 미참 ② 응답자 부재 ③ 조사거부 ④ 자료부족 ⑤ 기타

① 조사일시 : 24시간 기준으로 적어주세요.

② 조사자와 응답자(피조사자)를 적어주세요.
- 인원이 많을 경우 주 조사자 1명을 적고 외 ( )명으로 적어주세요. 단, 3명까지 직접 기입.

③ 조사한 장소를 적고, 응답자(피조사자)의 종가에서 또는 종중(문중)에서 역할(관계, 지위)을 적어주세요.
- 관계는 항상 종손을 기준으로 합니다.

④ 방문결과 표시와 미완일 경우 사유번호 기입해주세요. 기타는 직접 작성해주세요.

조사표 표시 작성 예

10

◈ 종가 구성원 정보

① 구분	② 이름	본관	대(代)	출생년도	관계(종손 기준)/비고
종손	권종육	안동	18		-
종부	-	-	-	-	-
처종손	권오형	안동	19		첫째 아들
처종부	권재정	예천	19		첫째 며느리
③ 기타	권응재	안동	19		둘째 아들

① 구분 : 종손, 종부, 처종손, 처종부는 반드시 조사해주세요.

② 이름, 본관, 대(代), 출생년도 기입해주세요.
- 관계(종손 기준)/비고 : 예) 결혼을 앞둔 예비 처종부, 둘째 며느리지만 종부 역할을 함 등.

③ 기타 : 종손, 종부가 현존하지 않아 종중(문중)과 인터뷰 할 경우,
제사나 종중의 행사에 큰 역할을 담당하는 구성원을 조사해주세요.
- 관계(종손 기준)/비고 : 종손을 기준으로 작성해주세요. 예) 종손의 6촌 동생, 종손의 4촌 형 등.

조사표 표시 작성 예

11

◈ 제사 정보

	② 구분	☑국불천위 2 위 □향(유림)불천위 위 □사(문중)불천위 위	④ 사당(제청)	☑유(경상북) / □무
① 불천위 ☑유 □무	③ 음력 기입	3 월 28 일 참계 중재 선생	제사 시간	23 시 ~ 1 시
		3 월 23 일 참계 중재 선생 주인	제사 시간	19 시 ~ 21 시(익제일)
		___ 월 ___ 일 참계	제사 시간	___ 시 ~ ___ 시
		___ 월 ___ 일 참계	제사 시간	___ 시 ~ ___ 시
		___ 월 ___ 일 참계	제사 시간	___ 시 ~ ___ 시
⑤ 기타	☑기제사(대청사) 0 회 ☑차례(설날, 추석 등) 2 회 ☑기비(묘제) 1 회		제사 횟수	연 11 회

① 불천위 : 불천위 유/무에 체크해주세요.

② 구분 : 해당하는 불천위에 체크해주시고, 제사횟수를 적어주세요.
- 국불천위 : 국가에서 지정
- 향(유림)불천위 : 유림(지역)에서 지정
- 사(문중)불천위 : 종중(문중)에서 지정

③ 음력기일/관계 : 돌아가신 날은 '정제일(正祭日)' 또는 기일, 전날을 '입제일(入祭日)'입니다.
조사표에는 음력으로 정제일(기일), 불천위 대상(관계), 제사 시간을 적어주세요.
제사 시간은 가문마다 차이가 있으므로 정확히 적고, 예시에 나온 23시는 '입제일' 23시 입니다.
- 24시간 계산법으로 적어야 혼동이 없습니다. **불천위제사만 기입을 기입합니다.**
- 최근, 제관들의 편의상 입제일 초저녁(18~22시)에 지내는 경우가 있습니다.
이 경우에는 제사 시간 뒤에 '(입제일)' 로 표시해주세요.

④ 사당(제청) : 제사는 사당(제청)에서 지내는데, 이밖에 서원, 향교, 묘소에서 지내는 가문도 있습니다.
종가 내에 별도의 사당(제청)이 있는 경우, '유'에 체크하고 명칭을 적고,
서원, 향교, 묘소에서 지낸 경우, '무'에 체크해주세요.

⑤ 기타 : 불천위 외 종가에서 지내는 제사의 종류(차례는 설날, 추석, 단오 포함)에 체크 후 횟수를 적고,
연중 제사횟수(불천위 포함)를 적어주세요.

조사표 표시 작성 예

12

◈ 유형별 분류

① 주식류	□밥 ☑죽 □국수·수제비 ☑만두 □떡국 □미음·뷔죽·죽이 □기타	음식 수	5
부식류	□국 □찌개·전골 □김치 □구이 □조림·시칭이 ☑녹듀·추 ☑전·적 □튀·선 ☑회 □바른반찬 □순대·편육·족편 □장 ☑장아찌 □젓갈·식해 □쉬초 □묵·두부 □나물 □찬 □기타	음식 수	12
떡류	□찐반죽 떡 ☑치레용 떡 □기타	음식 수	4
과정류	☑다식 □강정 ☑유과·약과 □기타	음식 수	2
음청류	☑차 □음료 □기타	음식 수	1
주류	☑인주 청주 □과실주 □기타	음식 수	2
② 상차림	술생(□술/백알 □생일상 ☑선노성) ☑손님맞이음식(다과상, 주안상 등) 관혼상제(□관례(성년식) ☑혼례 □상례(장례) ☑제례 □차례) ☑기타	음식 수	26

① 유형별 분류 : 해당하는 가문의 내림음식을 체크하고, 조사된 음식 수를 입력해주세요.

② 상차림 : 각 분류에 해당하는 상차림에 체크하고, 조사된 음식 수를 입력해주세요.
- 상차림용 음식 수를 확인하기 위함

* 유형별 분류와 상차림 분류의 음식은 중복됩니다. 음식 수는 동일하며 분류의 차이입니다.
상차림 분류에 없는 일상식은 기타로 분류해주세요.

조사표 표시 작성 예

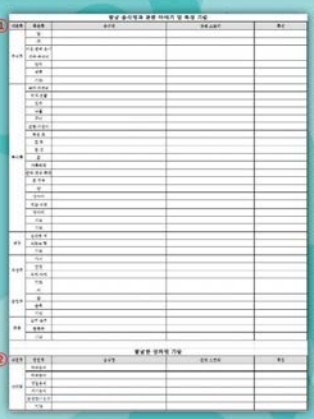
13

◈ 가문 총평(연구자 : _____) 비공개 자료

①

① 가문 총평 : 이 내용은 비공개 자료입니다. 가문을 방문한 연구자들의 실제 느낀점을 입력해주세요.
정해진 서술 형식없이 가문의 상황을 연구자가 느낀 그대로 작성하여 과제간 내용 공유와
이해가 더욱 쉬울 것입니다.

음식 조사표 Sheet



14

① 발굴 음식명과 관련 이야기 및 특징에 대하여 입력해주세요.

- 대분류나 중분류 중 발굴한 음식이 없는 경우, 대, 중분류를 '행 삭제' 해주세요. (발굴한 음식 분류만 표시)

- 음식명 : 발굴한 음식을 나열해주세요.

- 관련 스토리 : 특정 음식명을 입력하고 스토리를 작성해주세요.
예) <이화주> ~~~

- 특징 : 특별한 사항과 기타 의견을 작성해주세요.

② 위에 발굴한 음식 중 특정 음식을 해당하는 상차림에 분류해서 음식명을 적어주세요.

- 위 발굴 음식명과 중복되며 분류법의 차이입니다.

* 셀의 '행'은 연구자 주관으로 추가 및 삭제할 수 있습니다.

대림음식 조리법 정리표 Sheet



15

① 발굴한 음식 중 특별한 의미와 스토리가 있는 음식을 꼽아 세부적으로 주재료, 부재료, 양념, 투입량 조리법을 입력해주세요.

- 조리법 입력 시, p. 20 의 '만드는 법'과 동일한 표기법으로 서술해주세요.
조리법 순서 번호는 ①②... 를 사용해주세요.

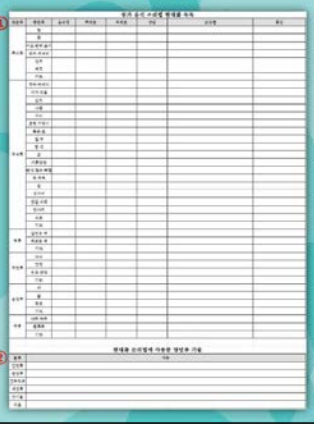
- 조리법을 확실히 아는 음식만 기입해주세요.

② 종가에서 쓰는 양념류를 상세하게 적어주면, 음식 재현에 도움이 되기때문에 인터뷰 시 최대한 적어주세요.

- 장류(된장류, 고추장류, 간장류)는 '시판'과 '자가제조'를 구분해서 적어주세요.

* 셀의 '행'은 연구자 주관으로 추가 및 삭제할 수 있습니다.

실험조리 Sheet



16

① 국제한식조리학교에서 실험 조리를 마치고 종가에 집중을 마친 음식의 목록입니다.
(과제팀 작성)

- 음식사진은 재료 사진, 과정 사진, 완성 사진이 필요합니다.

- 특징 : 상차림 분류를 입력해주세요.

② 현대화 조리법에 사용한 양념류는 국제한식조리학교에서 사용한 양념류로 입력해주세요.

- 국제한식조리학교에서는 모든 실험 조리에 동일한 종류의 양념류를 사용해주세요.
예) 진간장(샘표 저염간장),
국간장(정정원 참숯 담은 국간장)
설탕(CJ 백설탕)
재래된장(하회된장마을 숙성된장) 등

* 세부 연구 순서

1. 과제팀 인터뷰
(내림음식 조리법 정리표 Sheet 작성 > 국제한식조리학교 전달)
2. 국제한식조리학교 실험조리 및 레시피 작성
(실험조리 Sheet 작성 > 과제팀 전달)
3. 과제팀 (실험조리 조리법으로 음식 조리)
4. 종가 방문하여 음식 및 레시피 확인 작업
5. 과제팀 내용정리 (실험조리 Sheet 작성) + 메뉴별 레시피 첨부
6. 종가별 조사표 묶음

* 셀의 '행'은 연구자 주관으로 추가 및 삭제할 수 있습니다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

1협동	

종가·명가 내림음식 발굴 조사

(○○·○○ 지역)

◈ 조사 종가

연번	지역		가문명	조사번호	비고
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					
21					
22					
23					
24					
25					

◈ 제외 종가

연번	지역	시 구분	조사대상 가문명	제외사유	비고
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					

<연구팀별 종가·명가 조사 목록 현황표>

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

가문 내림음식 발굴 조사표	
지역	
1협동	
조사번호	

[ ]

1. 가문 선정 기준

종손 직계	제사(불천위)	종택	10대 이상	중시조(인물)	종손, 종부 거주	내림음식 보유

2. 기본 현황

중시조(인물)		종택 주소(전화)	(- -)
본관		종손 주소(전화)	(- -)
호(시호)		사무실 주소(전화)	(- -)
조사경로		참고문헌	① ②

3. 현장조사

1차 방문	__년 __월 __일 __시 ~ __시	조사자		장소		결과	□ 완료 □ 미완
		응답자		관계			
2차 방문	__년 __월 __일 __시 ~ __시	조사자		장소		결과	□ 완료 □ 미완
		응답자		관계			
3차 방문	__년 __월 __일 __시 ~ __시	조사자		장소		결과	□ 완료 □ 미완
		응답자		관계			

4. 종가 구성원 정보

구분	이름	본관	대(代)	출생년도	관계(종손 기준)/비고
종손					
종부					
차종손					
차종부					
기타					

5. 제사 정보

	음력 기일	대상	방식	시간	장소(○ 표시, 명칭) 사당	서원	기타
불천위	___ 월 ___ 일		합설/각설	__ 시 ~ __ 시			
	___ 월 ___ 일		합설/각설	__ 시 ~ __ 시			
	___ 월 ___ 일		합설/각설	__ 시 ~ __ 시			
	□ 국불천위 ___ 회		□ 향(유림)불천위 ___ 회		□ 사(문중)불천위 ___ 회		
일반	□ 기제사(4대 봉사) ___ 회		□ 차례(설날, 추석 등) ___ 회		□ 기타(산신제) ___ 회		
횟수	연 ___ 회						

6. 내림음식 유형 분류

유형		음식명	수
단품	주식류		
	부식류		
	떡류		
	과정류		
	음청류		
	주류		
상차림	출생		
	접빈객		
	관혼상제		
	기타		

<종가·명가 가문 기본 정보 및 내림음식 조사표>

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

2. 가문의 내림음식 비교와 고 문헌 고찰

가. 연구 내용

본 연구는 각 지역에 해당하는 가문에서 내려오는 음식 중 조리법과 형태가 유사한 음식을 상호 비교해서 음식의 역사적 가치를 탐색하고 조리법 변천과정을 추적·기록하고자 한다. 또한 고(古) 문헌에서 선정한 종가음식의 기록을 연대별로 살펴보고자 한다.

음식 분류는 지역(향토), 학파(학풍, 學風), 가문(가가례[1])을 기준으로 하며, 선정한 내림음식은 동일한 음식명 및 조리법, 주재료, 상차림 등의 유사성을 중심으로 탐색했다. 내림음식의 역사성을 검증하기 위해 고(古) 문헌을 통해 연대를 추정하고 역사적으로 고찰하는 방법을 채택했다.

이와 같은 연구 방법을 적용한 결과로 내림음식이 시작된 연대를 추정할 수 있고, 연대별 조리법 전승과정 파악 및 개별 음식의 역사적 상호 비교가 가능하다는 장점이 있다. 본 연구방법을 적용하기 위해 선정한 종가와 내림음식은 ① 경기도 파주시의 '장수 황씨 방촌 황희 종가'의 '미쌈', ② 충남 논산시의 '광산 김씨 사계 김장생 종가'의 '두부쌈과 홍합쌈'이다.

[경기도 파주시, '장수 황씨 방촌 황희 종가' : 미쌈]

			
<소 만들기>	<달걀지단 부치기>	<모양 잡기>	<제사상 고임 형태>

※ 방촌 황희 선생 불천위제사 현장조사(2015.3.26.)

[충남 논산시, '광산 김씨 사계 김장생 종가' : 두부쌈과 홍합쌈]

			
<소(두부) 넣고 말기>	<모양 잡기>	<익히기>	<제사상 고임 형태>

※ 사계 김장생 선생 불천위제사 현장조사(2015.9.15.)

※ 출처 : 국립문화재연구소 편, 『종가의 제례와 음식 6』(2005)

1) 가가례(家家禮) : 제물과 진설이라는 의례적 요소에 의해 초래된 제례의식의 한 형태이며, 가문별로 각각의 제물에 서로 다른 의미와 상징성을 부여함으로서 비롯된다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

나. 연구 결과

(1) 음식명 변화

‘방촌 종가’와 ‘사계 종가’의 내림음식에 어미로 붙은 ‘-쌈’은 국립국어원『표준국어대사전』(국립국어원, 2015)에서 “싸서 먹는 음식”으로 정의하며, 넓게 펼친 달걀지단에 속 재료를 넣고 감싸서 만드는 조리법이 음식명에 적용된 결과로 볼 수 있다. 그러나 종가 현장조사 및 심층면접을 통해 현재 미쌈 재료와 조리법이 많이 변화된 것을 알 수 있었다. 종가 구성원들이 기억하는 예전의 미쌈 조리법은 “건해삼을 물에 불려 배를 갈라 소고기, 두부, 홍합을 넣어 달걀물을 입혀 익히는” 조리법으로 현재의 미쌈과 주재료인 **해삼의 유무**가 큰 차이로 나타났다. 1802년 이가환이 쓴 어휘집『물보(物譜)』에서는 해삼(海蔘)을 순 한글 ‘뮈’로 기록하고 있다. **이 ‘뮈’가 현대로 오면서 ‘미’로 변한 것이다.**

(2) 역사성 검증

국립국어원『표준국어대사전』(2015)에서 뮈쌈은 “마른 해삼을 물에 불려서 배를 가르고 쇠고기와 두부를 이겨 붙이고 달걀을 씌워 지진 음식”으로 정의하고 있다. 뮈쌈에 대한 기록은 고(古)조리서 7편에서 찾을 수 있다.

1670년경에 경북 영양군 ‘재령 이씨 석계 이시명 종가’의 정부인 장계향(張桂香, 1598-1680)이 한글로 집필한 조리서『음식디미방(飮食知味方)』(백두현 편, 2006)에는 뮈쌈의 조리법이 나오지 않지만, ‘히숨 달호는 법(해삼 조리하는 법)’으로 해삼의 속을 채워 물에 삶은 음식이 기록돼 있다. 또한 덧붙여 응용할 수 있는 음식으로 누르미(전, 煎)를 해도 좋다는 의견도 포함하고 있다. 이를 통해 **누르미(전)로 조리법이 파생돼 뮈쌈(해삼전)이 만들어졌을 가능성을 제기**할 수 있다.

음식명에 있는 ‘미-’와 관련해서 백두현 편(2006)은 순 한글 뮈(믜)와 한자어 海蔘(히숨)이 공존하다가 현대국어에 와서 ‘뮈(믜)’가 소멸된 것으로 보고했다. 불린 건해삼 속에 고기와 두부를 다져 섞은 소를 넣고 달걀을 겉에 입혀 익히는 조리법이 기록상 처음 등장한 문헌은 1715년 홍만선이 지은『산림경제(山林經濟)』에 ‘海蔘煎法(해삼전법)’이다. 이를 통해 ‘방촌 종가’ 구성원이 기억하는 옛 미쌈의 조리법이 해삼전이라는 것을 알 수 있다.

이후 다진 정육과 두부를 해삼 속에 채워서 기름에 지진 해삼전의 조리법은『농정회요(農政會要)』(1830년경)에 ‘蒸法(증법)’, 1800년대 말엽 경북 상주시 반가에 저자 미상의 조리서로 알려진『시의전서(是議全書)』(이효지 편, 2004)에 ‘海蔘(믜숨, 해삼)’, 1924년『조선무쌍신식요리제법(朝鮮無雙新式料理製法)』(한복려 편, 2001)에 뮈쌈의 북한어인 ‘못소(海蔘餡, 해삼도)’,『조선요리법(朝鮮料理法)』(1939년)에 ‘미쌈’,『우리음식』(1948년)에 ‘미쌈(海蔘煎, 해삼전)’으로 이어지고 있다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(3) 조리법 변형과 시사점

'방촌 종가'의 제례음식 미쌈은 다진 육류와 두부로 소를 만들어 달걀지단으로 감싸는 음식으로 옛 조리법에서 해삼을 사용하지 않는 조리법으로 변형돼서 전해지고 있었다. **해삼 속에 소를 넣어 만든 해삼전이 문헌에 등장한 시대는 17세기**로 볼 수 있으며, 한자어 海蔘(히숨)이 순 한글 뮈(믜)로 사용된 19세기를 지나 20세기에 고어(古語)가 소멸되면서 '미쌈'이 사용된 것으로 정리할 수 있다. 미쌈 이외에도 시대가 변하면서 사라졌거나 변화된 종가 제례음식과 옛 조리법을 발굴해서 전통 음식문화의 연속성 가치에 의미를 두어 현대 조리법과 함께 계승해야할 것이다. 이를 통해 향후 가문 내림음식의 연대를 추정하고, 조리법 전승과정을 파악하는 한편, 개별 음식의 역사성을 상호 비교하는 연구가 수행될 것으로 기대된다.

3. 가문 내림음식 자가 기록하는 방법

본 연구의 목적은 구전(口傳)으로 전해오는 종가의 내림음식을 종가 구성원이 스스로 작성·기록할 수 있는 방법을 제시함으로서 점차 사라져 가는 음식을 계승·보존하고자 한다.

가문의 음식 만드는 일을 주로 담당하는 종부가 주요 기록자가 될 것이다. 이외에 종부가 고령이면서 차종부가 없는 경우는 차종손 또는 다른 가문의 구성원이 대신할 수 있을 것이다. 기록하는 내용은 종가에서 명절, 관혼상제, 손님맞이, 출생 등 상차림에 사용했던 특별음식 또는 일상적인 음식이 위주가 된다.

음식유형 구분은 주식류(밥, 죽, 미음·범벅·응이, 국수·숙제비, 만두, 떡국, 기타), 부식류(국, 찌개·전골, 김치, 나물, 구이, 조림·지짐이, 볶음·초, 전·적, 찜·선, 회, 마른반찬, 순대·편육·족편, 묵·두부, 쌈, 장아찌, 젓갈·식해, 장, 기타), 떡류(찐 떡, 친 떡, 지진 떡, 삶은 떡, 기타), 과정류(유밀과, 유과, 다식, 정과, 과편, 숙실과, 엿강정, 당(엿), 기타), 음청류(차, 탕, 장, 갈수, 숙수, 화채, 미수, 식혜, 수정과, 즙, 수단, 기타), 주류(약주·탁주, 증류주, 기타)로 농촌진흥청에서 발간한『한국의 전통향토음식』(농촌진흥청, 2008)을 참고했다. 상차림은 관혼상제(관례, 혼례, 상례, 제례), 접빈객(손님맞이), 출생(생일상, 돌잔치상, 산모상, 백일상), 기타로 구분했다.

본 연구로 기대할 수 있는 효과로 ① 종가 구성원의 기록에 대한 중요성 인식 제고, ② 사진 활용으로 이해하기 쉽고, 체계적인 조리법 기록으로 종가 후손에게 전수 가능, ③ 종가 조리법 체계 구축으로 미래 종가음식의 역사적 검증 사료 확보, ④ 종가음식의 외식 메뉴 연계로 상품화 발전 가능, ⑤ '1종가 1조리서 만들기' 사업 시 기초자료로 활용할 수 있다. 조리법 작성표는 다음과 같다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

가문명	①	지역	③
		음식 유형	④
음식명	②	상차림	⑤

⑦	조리 시 주의사항
	⑥
	재료
	⑧

조리과정

⑨	⑨	⑨	⑨

	재료						양념 / 육수		
	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위
재료	⑩	⑪	⑫						

조리방법	⑬
음식이야기	⑭

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

※ 조리법 작성 방법

① 가문명

② 음식명

③ 지역

④ 음식 유형 : 주식류(밥, 죽, 미음·범벅·응이, 국수·숙제비, 만두, 떡국, 기타), 부식류(국, 찌개·전골, 김치, 나물, 구이, 조림·지짐이, 볶음·초, 전·적, 찜·선, 회, 마른반찬, 순대·편육·족편, 묵·두부, 쌈, 장아찌, 젓갈·식해, 장, 기타), 떡류(찐 떡, 친 떡, 지진 떡, 삶은 떡, 기타), 과정류(유밀과, 유과, 다식, 정과, 과편, 숙실과, 엿강정, 당(엿), 기타), 음청류(차, 탕, 장, 갈수, 숙수, 화채, 미수, 식혜, 수정과, 즙, 수단, 기타), 주류(약주·탁주, 증류주, 기타)

⑤ 상차림 : 관혼상제(관례, 혼례, 상례, 제례), 접빈객(손님맞이), 출생(생일상, 돌잔치상, 산모상, 백일상), 기타

⑥ 조리 시 주의사항

⑦ 음식 완성 사진

⑧ 재료준비 사진

⑨ 조리과정 사진

⑩ 재료명 : 기본 음식, 양념, 육수, 소스에 사용하는 식재료 구분

⑪ 수량 : 숫자로 표기

⑫ 단위 : g, kg, ml, L, C(컵), Ts(T, 큰술), ts(t, 작은술), ea(개)

⑬ 조리방법 : 이해하기 쉬운 조리 및 썰기 용어 사용

⑭ 음식 이야기 : 내림음식에 담겨진 가문 내력 소개

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

4. 가문 제례음식과 제사 상차림 기록

제사를 지내는 가문에서는 참여하는 사람과 환경이 변하면서 제례음식과 제사 상차림(진설)이 바뀌기 때문에 제물 진설 형태를 기록으로 보존하려는 노력이 필요하다. 연구자가 제사에 직접 참여해서 제물 진설 형태를 사진으로 촬영하고 진설 순서와 그 특징을 기록했다. 충남 논산시 '광산 김씨 사계 김장생 종가' 등 7 종가의 불천위제사를 기록했다.

이러한 기록으로 가문과 그 가문이 속한 지역의 특성이 제례음식에 준 영향을 파악할 수 있다. 한편, 연대별 상차림 변화과정을 탐색하고 어떠한 영향을 받았는지 그 요소를 파악할 수 있게 된다. 종가 내림음식 조리법과 함께 제사 상차림을 기록해서 대대로 가문의 후손들에게 교육 자료로 활용할 수 있을 뿐만 아니라 전통을 계승하는 차원에서 높은 자긍심과 자부심을 가질 수 있을 것이다. 종가의 불천위제사에 참석해 상차림을 기록한 종가는 다음과 같다.

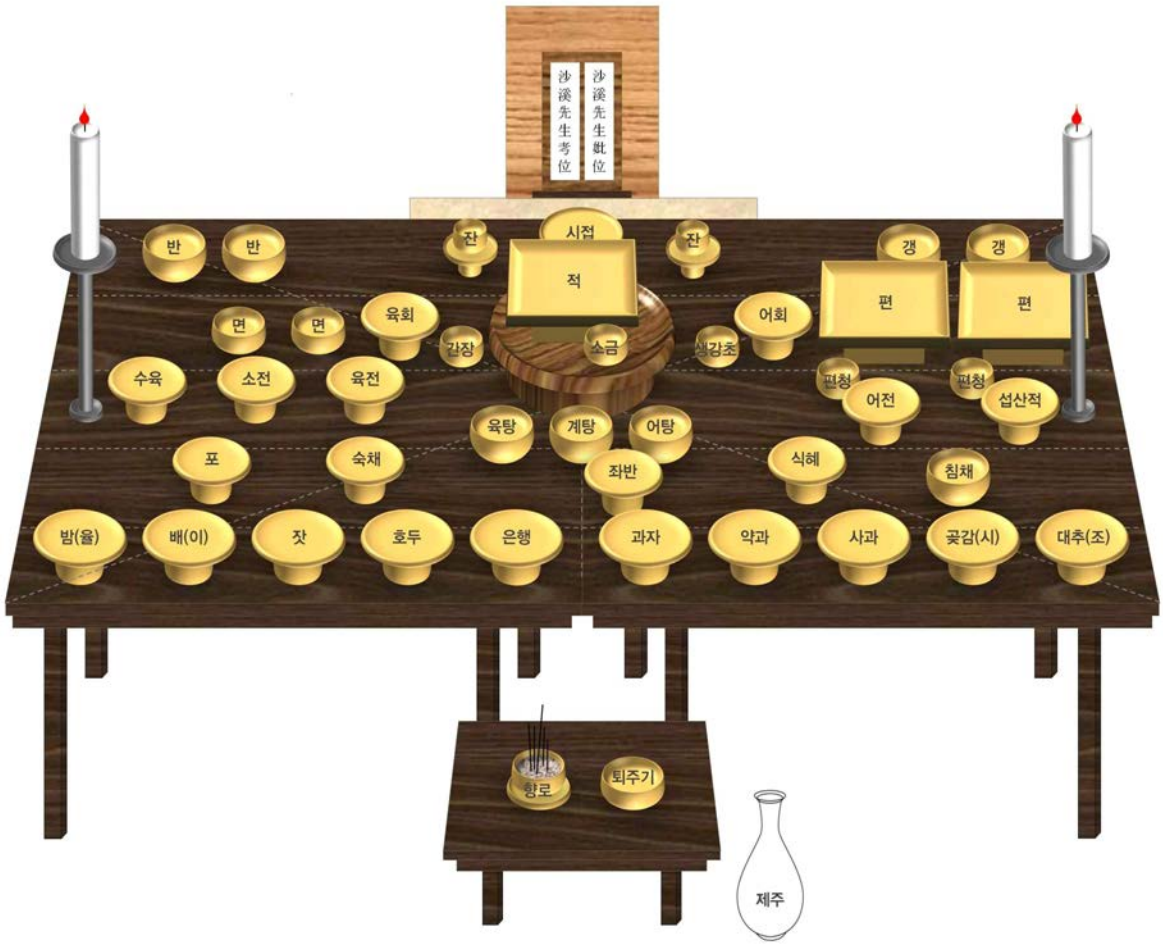
<표 1-2> 제례음식 조사 종가와 일시

연번	종가명(지역)	제사일시
1	광산 김씨 사계 김장생 종가 (충남 논산시)	2015년 9월 15일(음 8월 3일) 03:30
2	진성 이씨 퇴계 이황 종가 (경북 안동시)	2015년 1월 27일(음 12월 8일) 18:00
3	의성 김씨 학봉 김성일 종가 (경북 안동시)	2015년 6월 15일(음 4월 29일) 18:00
4	해남 윤씨 고산 윤선도 종가 (전남 해남군)	2015년 7월 26일(음 6월 11일) 18:30
5	재령 이씨 갈암 이현일 종가 (경북 영덕군)	2015년 9월 15일(음 8월 3일) 19:30
6	장수 황씨 방촌 황희 종가 (경기 파주시)	2015년 3월 26일(음 2월 7일) 22:00
7	안동 권씨 충재 권벌 종가 (경북 봉화군)	2014년 4월 25일(음 3월 26일) 00:00

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

① 광산 김씨 사계 김장생 종가(충남 논산시) **2015년 9월 15일(음 8월 3일) 03:30**

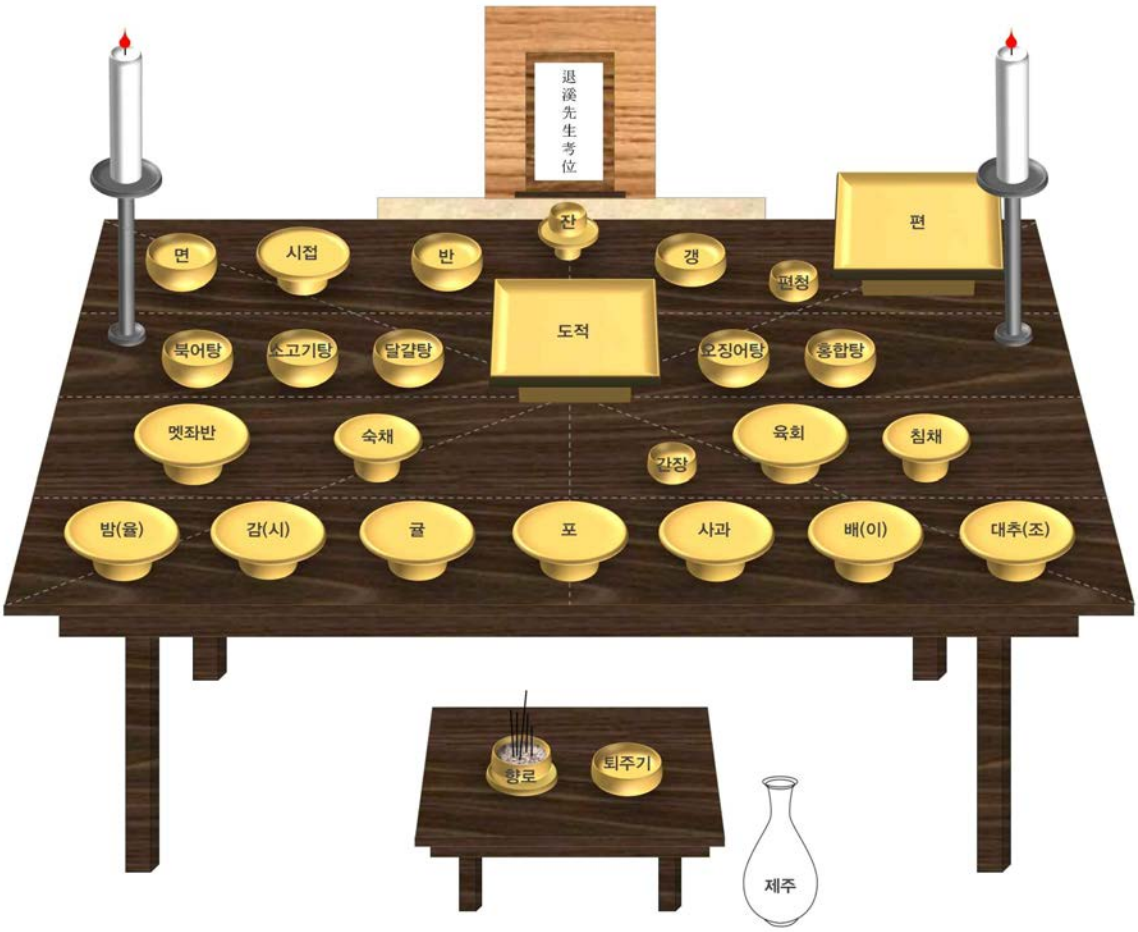


행(行)	제수(좌편부터)
1	반, 반, 잔, 시접, 잔, 갱, 갱
2	면, 면, 육회, 간장, 적(소금), 생강초, 어회, 편(편청), 편(편청)
3	수육, 소전, 육전, 육탕, 계탕, 어탕, 어전, 섭산적
4	포, 숙채, 좌반, 식혜, 침채
5	밤, 배, 잣, 호두, 은행, 과자, 약과, 사과, 곶감, 대추
기타	향로, 향합, 퇴주기, 제주병

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

② 진성 이씨 퇴계 이황 종가(경북 안동시)	2015년 1월 27일(음 12월 8일) 18:00

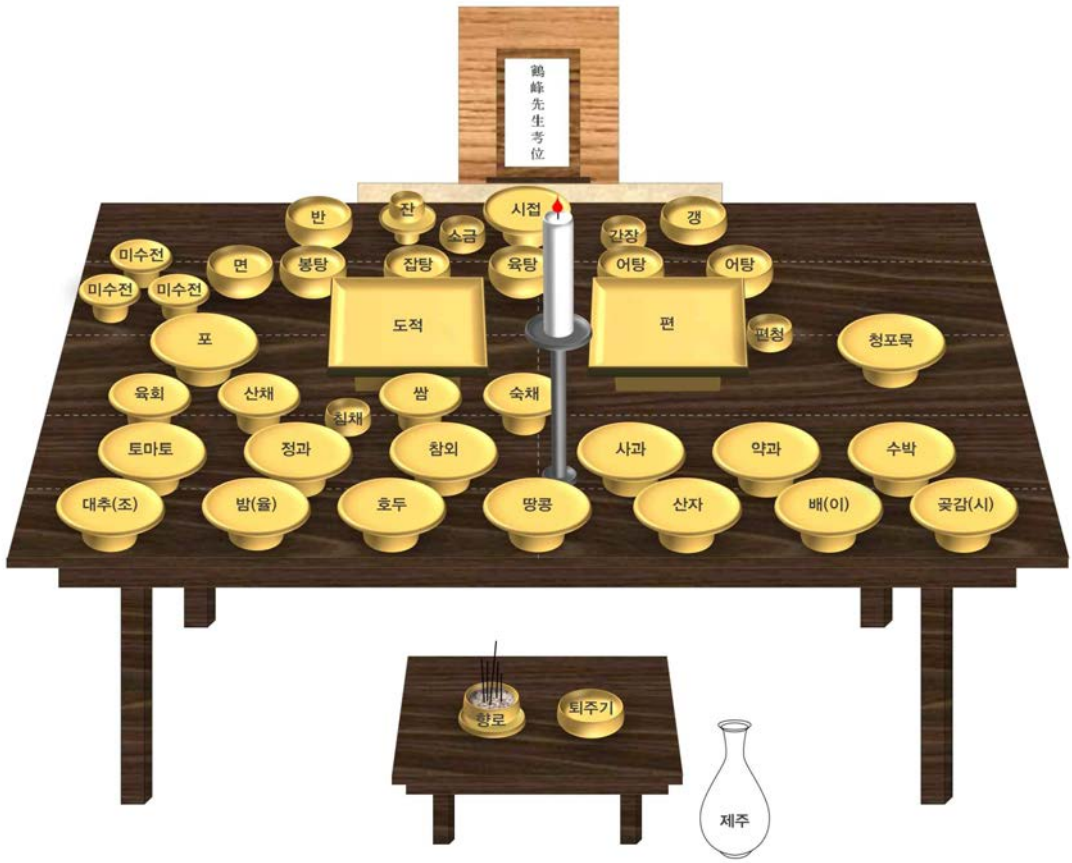


행(行)	제수(좌편부터)
1	면, 시접, 반, 잔, 갱, 편청, 편
2	북어탕, 소고기탕, 달걀탕, 도적, 오징어탕, 홍합탕
3	멧좌반, 숙채, 간장, 육회, 침채
4	밤, 감, 귤, 포, 사과, 배, 대추
기타	향로, 향합, 퇴주기, 제주병

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

③ 의성 김씨 학봉 김성일 종가(경북 안동시)	2015년 6월 15일(음 4월 29일) 18:00

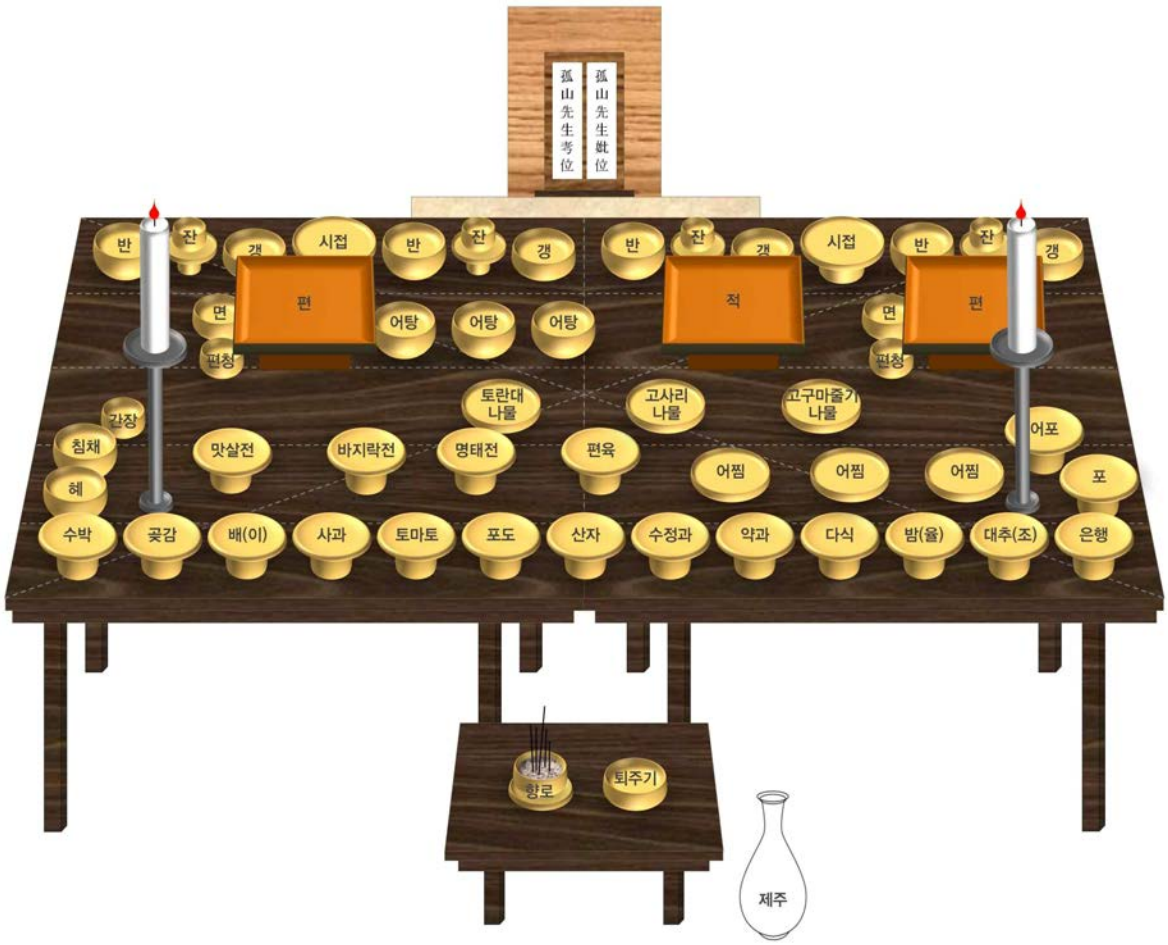


행(行)	제수(좌편부터)
1	반, 잔, 소금, 시접, 간장, 갱
2	미수전 3기, 면, 봉탕, 잡탕, 육탕, 어탕, 어탕
3	포, 도적, 편(편청), 청포묵
4	육회, 산채, 침채, 쌈, 숙채
5	토마토, 정과, 참외, 사과, 약과, 수박
6	대추, 밤, 호두, 땅콩, 산자, 배, 곶감
기타	향로, 향합, 퇴주기, 제주병

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

④ 해남 윤씨 고산 윤선도 종가(전남 해남군)	2015년 7월 26일(음 6월 11일) 18:30



행(行)	제수(좌편부터)
1	반, 잔, 갱, 시접, 반, 잔, 갱, 반, 잔, 갱, 시접, 반, 잔, 갱
2	면, 편(편청), 어탕, 어탕, 어탕, 적, 면, 편(편청)
3	토란대나물, 고사리나물, 고구마줄기나물
4	혜, 침채, 간장, 맛살전, 바지락전, 명태전, 편육, 어찜, 어찜, 어찜, 어포, 포
5	수박, 곶감, 배, 사과, 토마토, 포도, 산자, 수정과, 약과, 다식, 밤, 대추, 은행
기타	향로, 향합, 퇴주기, 제주병

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

⑤ 재령 이씨 갈암 이현일 종가(경북 영덕군)	2015년 9월 15일(음 8월 3일) 19:30

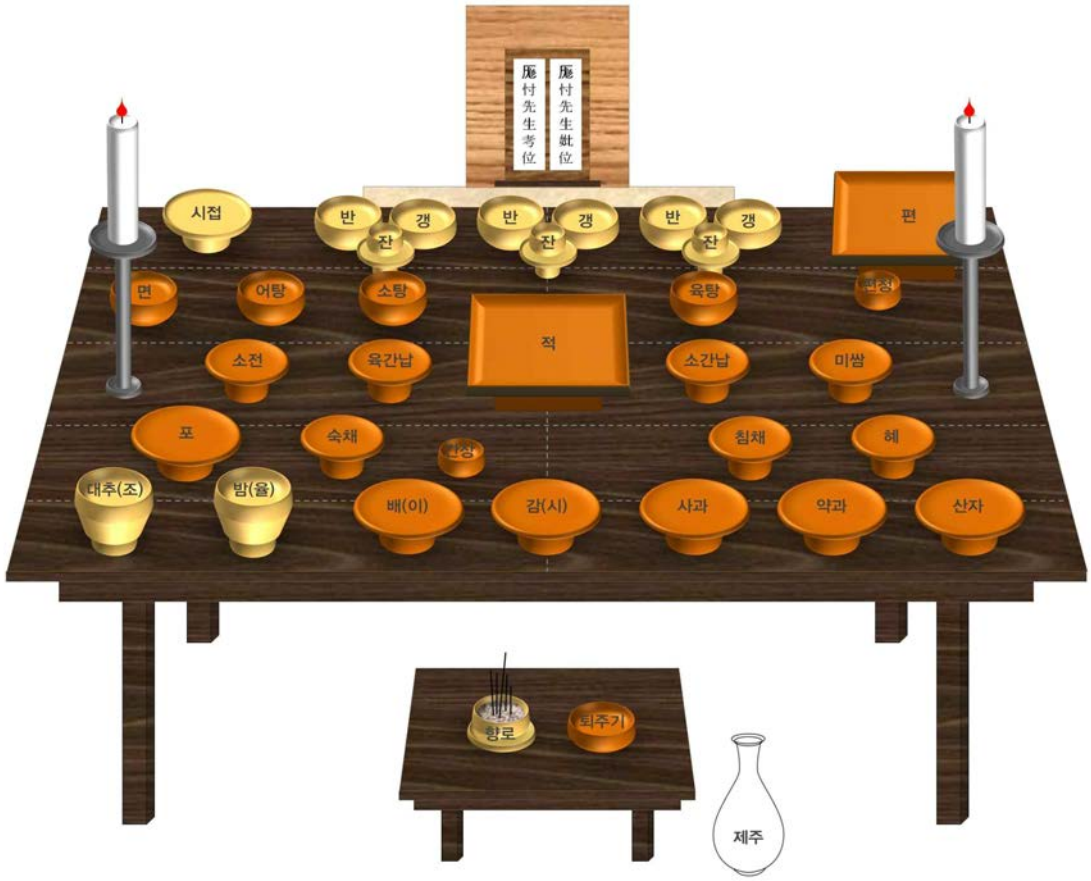


행(行)	제수(좌편부터)
1	시접, 면, 반, 갱, 잔, 편(편청)
2	문어탕, 가오리탕
3	포, 대육, 상어탕, 소고기탕, 적, 달걀탕, 편적, 대어
4	청채, 겸채, 간장, 쌈, 침채, 면채, 혜
5	감, 대추, 밤, 배, 사과, 호두, 귤, 땅콩, 메론, 딸기
기타	향로, 향합, 퇴주기, 제주병

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

⑥ 장수 황씨 방촌 황희 종가(경기 파주시)	2015년 3월 26일(음 2월 7일) 22:00

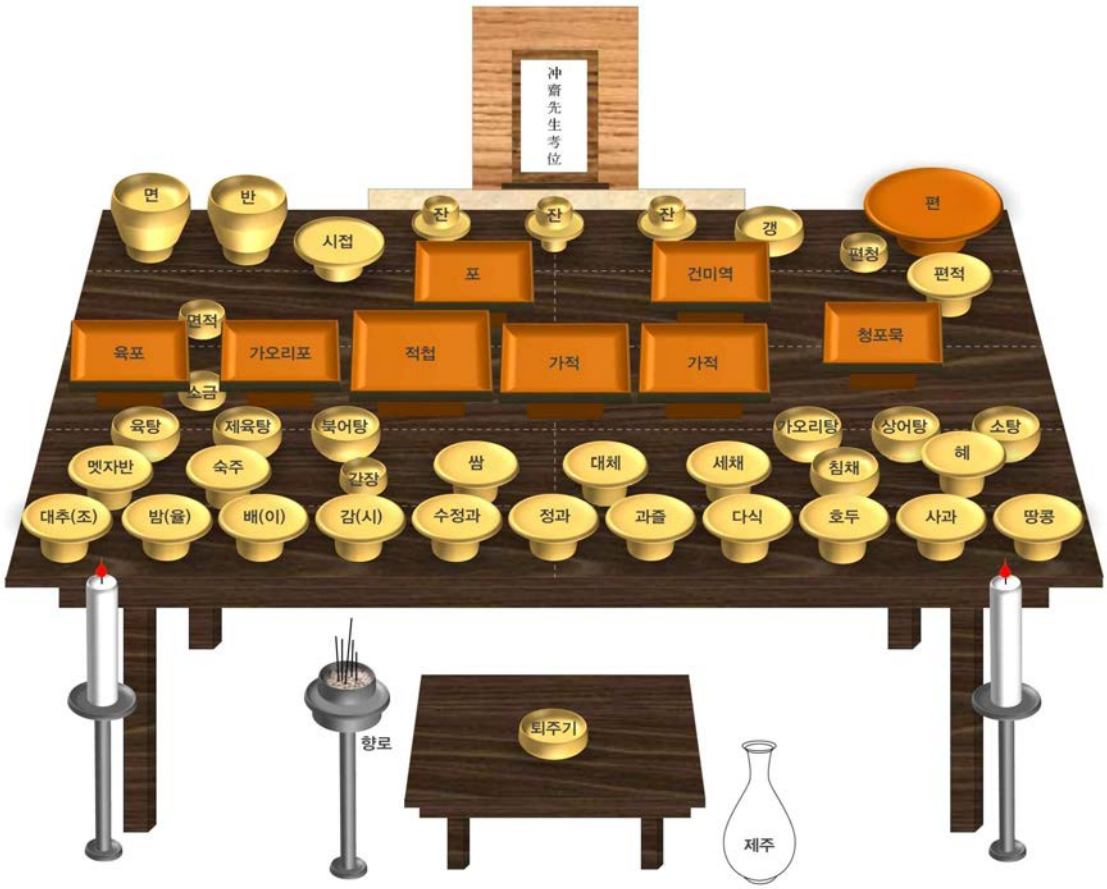


행(行)	제수(좌편부터)
1	시접, 반, 잔, 갱, 반, 잔, 갱, 반, 잔, 갱, 편(편청)
2	면, 어탕, 소탕, 육탕
3	소전, 육간납, 적, 소간납, 미쌈
4	포, 숙채, 간장, 침채, 혜
5	대추, 밤, 배, 감, 사과, 약과, 산자
기타	향로, 향합, 퇴주기, 제주병

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

⑦ 안동 권씨 충재 권벌 종가(경북 봉화군)	2014년 4월 25일(음 3월 26일) 00:00



행(行)	제수(좌편부터)
1	면, 반, 시접, 잔, 잔, 잔, 갱, 편(편청)
2	면적, 포, 건미역, 편적
3	육포, 소금, 가오리포, 적첩, 가적, 가적, 청포묵
4	멧자반, 육탕, 숙주, 제육탕, 북어탕, 간장, 쌈, 대체, 세채, 가오리탕, 침채, 상어탕, 혜, 소탕
5	대추, 밤, 배, 감, 수정과, 정과, 과즐, 다시, 호두, 사과, 땅콩
기타	향로, 향합, 퇴주기, 제주병

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

5. 내림음식에 사용하는 식재료 송기에 관한 연구

종가 제례음식 상차림에 올리는 떡을 일컫는 편(餠)은 상단의 웃기편과 하단의 본편으로 구분할 수 있다(이창현 등, 2015b). 그중에 웃기편은 단조로운 색을 나타내는 본편 위에 올려 다양한 색을 표현하고 장식하는 용도로 사용되고 있다. 웃기편에 색을 표현하는 방법은 세 가지다. 첫째, 쌀가루에 물을 넣고 익반죽을 할 때 부재료로 다른 식재료 가루를 넣어 반죽에 색깔을 입히는 방법이다. 둘째, 익반죽이나 조리한 반죽에 고물 또는 고명을 묻혀 색을 표현하는 방법이다. 셋째, 쌀가루 반죽에 아무것도 넣지 않고 흰색을 그대로 표현하는 방법이다<표 1-3>.

첫 번째 방법은 주로 적색(赤)과 청색(靑)을 표현할 수 있다. 적색에 송기송편, 송기절편, 청색에 쑥송편, 쑥경단, 쑥절편, 쑥구리, 모시잎송편, 모시잎절편 등이 해당된다. 두 번째 방법은 주로 흑색(黑), 황색(黃), 적색(赤)을 표현하는데, 고물을 묻히는 방법으로 흑색에 깨구리, 흑임자경단, 황색에 콩고물인절미, 고명을 묻히는 방법으로 잡과편이 흑색, 황색, 적색 모두 해당된다. 세 번째 방법은 주로 백색(백)을 표현하는데 화전, 주악, 송편, 절편, 경단, 부편, 증편, 거피팥인절미가 해당한다.

<표 1-3> 웃기편에서 표현 가능한 색과 편 종류

웃기편 색 표현 방법	색	편 종류(사용 종가 수)
반죽에 부재료를 넣는 경우	적색(赤)	송기송편(7), 송기절편(1)
	청색(靑)	쑥송편(3), 쑥경단(2), 쑥절편(2), 쑥구리(1), 모시잎송편(2), 모시잎절편(1)
고물 또는 고명 묻히는 경우	흑색(黑)	잡과편(10), 깨구리(4), 흑임자경단(1)
	황색(黃)	잡과편(10), 콩고물인절미(3)
	적색(赤)	잡과편(10)
쌀가루 반죽 그대로 사용할 경우	백색(白)	화전(18), 주악(13), 송편(6), 절편(4), 경단(5), 부편(6), 증편(2), 거피팥인절미(2)

출처 : 국립문화재연구소 편,『종가의 제례와 음식』을 표로 다시 정리함

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

이 가운데 종가 제례음식 '편(餢)'의 웃기편에서 적색(赤色)을 표현하기 위해 부재료로 사용하는 송기(松肌)의 식용변화를 살펴보고, 그 과정에서 뚜렷하게 구분되는 송기의 국내·외 선행연구를 고찰하고자 한다. 우선 송기가 식품으로 사용이 가능한지 여부를 판단하기 위해 기준과 근거 자료를 통해 원료를 검색하고, 사용부위의 적합성을 판단했다.

가. 송기(松肌)의 식용 변화

송기는 흉년이나 춘궁기에 기근을 달래기 위해 먹었던 구황식품 등으로 많이 활용됐다. 봄철 두꺼운 겉껍질을 벗기면 나오는 부드러운 속껍질을 얇게 긁어서 결대로 뜯어먹으면 단맛이 나고 배고픔을 달랠 수 있어 구황식품으로 이용됐다. 조선시대 기본 법전인『경국대전(經國大典)』에는 송피로 소개됐으며, 세종 때 흉년의 구휼에 요긴한 방법을 한글로 쓴 책인『구황벽곡방(救荒辟穀方)』을 간행했다. 그러나 현존하지 않고 이것을 원류로 1554년(명종 9)에 간행된『구황촬요(救荒撮要)』와 1766년(영조 42)에 유중임이 홍만선이 엮은『산림경제(山林經濟)』를 증보해서 엮은 농서인『증보산림경제(增補山林經濟)』(농촌진흥청 편, 2010b)에는 다른 초근목피(草根木皮)와 함께 송기가 수록돼 있다. 송기 식용법은 그대로 먹기도 했고, 주로 곡식가루와 함께 죽을 쑤어 먹거나 떡을 만들어 먹었다. 그러나 송기를 그냥 먹거나 흉년이나 춘궁기에 곡식이 부족해서 곡식의 비율이 적어지면 변비를 유발하는 부작용을 나타내서 송기의 식용은 기피돼 왔다. 또한 먹을거리가 풍족해져 굶주리지 않으면서 자연히 송기의 식용이 줄어들었다.

1988년 부산 동래구 금정산(金井山)의 소나무에서 재선충(材線蟲, pine wood nematode)이 처음 발견됐다. 이후 2005년 《소나무재선충병 방제특별법》이 제정되면서 소나무는 국가에서 보호·관리하는 수종(樹種)이 됐다. 현재는 산림면적에서 차지하는 소나무 대부분이 활엽수로 대체되면서 점차 그 면적이 감소하는 추세다. 가정에서 송기를 일반적인 식재료로 사용하는 않는 이유는 《산림보호법》과 《소나무재선충병 방제특별법》이 제정된 영향도 일부 관련이 있을 수 있다. 산림보호와 병해충 방제를 위해 제정된 《산림보호법》 제9조 제1항에 따라 산림보호구역에서 소나무의 벌채(伐採)나 채취(採取)가 금지돼 있다. 예전처럼 아무 곳에서나 개인이 소나무 속껍질을 벗길 수 없게 된 것이다. 반드시 산림청장 또는 시·도지사의 허가를 받은 지정 벌목지를 통해서만 구할 수 있다. 산림보호구역이 아니더라도 《소나무재선충병 방제특별법》으로 재선충병을 막기 위해 항공방제한 살충제가 송기에 잔류했을 가능성이 있어 식품안전에 대한 불안감이 영향을 미친 것으로 볼 수 있다.

결과적으로 송기는 오늘날 일반 가정에서는 쉽게 볼 수 없는 식재료가 됐다. 그러나 종가에서는 조상이 즐겨 먹었던 음식이나 조상의 성정(性情)을 상징하는 식재료로 만든 음식을 빼놓지 않고 수백 년 세월 동안 제사상에 올리고 있다. 종부에서 다음 종부를 통해 음식이 계승되는 종가의 특수한 환경과 제례음식이라는 상징적 의례 요소가 작용했기 때문에 가능한 것으로 생각된다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

나. 송기의 식용근거 검토

(1) 원료와 사용부위 검색

(가) 기준과 근거 자료

송기를 벗겨낸 소나무가 식품으로 사용할 수 있는 원료인지, 식용부위로 송기가 적합한지 여부의 검토가 필요했다. 식품에 발생하는 위해(危害)를 예방하고 영양(營養)을 향상시키기 위해 1962년 1월에 제정된 《식품위생법(食品衛生法)》을 기준으로 참고했다. 기준의 근거 자료로 이 법률 제7조 제1항 '식품의 기준 및 규격'에 포함된『식품공전(食品公典, Korean food standards codex)』(식품의약품안전처, 2016)을 활용했다.『식품공전』에는 총 4,894종의 식품 원료가 '식품에 사용할 수 있는 원료' 4,705종과 '식품에 제한적으로 사용할 수 있는 원료' 189종이 승인돼 있다<표 1-4>.

<표 1-4>『식품공전』에 수록된 식품 원료 수(2016년 기준) **(단위 : 종)**

식품 원료	식물성	동물성	미생물	기타	합계
식품에 사용할 수 있는 원료	3,680	941	69	15	**4,705**
식품에 제한적으로 사용할 수 있는 원료	145	8	27	9	189
합계	3,825	949	96	24	4,894

출처 :『식품공전』, 식품의약품안전처(2016)

(나) 원료 범위 설정

식품의약품안전처(2016)는 "식품 원료에 독성이나 부작용이 없고 식욕억제, 약리효과 등을 목적으로 섭취한 것 이외에 국내에서 식용근거가 있는 경우"는 '식품에 사용할 수 있는 원료' 또는 '식품에 제한적으로 사용할 수 있는 원료'로 판단할 수 있다고 했다.

'식품에 사용할 수 있는 원료'는 조건 없이 사용할 수 있는 원료를 뜻한다. '식품에 제한적으로 사용할 수 있는 원료'는 사용에 있어 조건이 있는 식품을 말한다. ① 향신료, 침출차(浸出茶), 주류 등 특정 식품에만 제한적 사용근거가 있는 것, ② 독성이나 부작용 원인 물질을 완전 제거하고 사용해야 하는 것, ③ 독성이나 부작용 원인 물질의 잔류기준이 필요한 것과 같이 사용용도를 특정 식품에 제한할 수 있다(식품의약품안전처, 2016).

본 연구에서는 '식품에 사용할 수 있는 원료' 4,705종을 연구 범위로 설정했다. 소나무에서 송기를 식품으로 사용할 있는 근거를 살펴보고자 한다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(다) 사용부위 검색

『식품공전』을 보면 원료별 생물 종류를 라틴어로 나타내는 이명(二名)과 학술 편의를 위해 이름 붙인 학명(學名), 원재료에서 식품으로 사용 가능한(인정된) 부위를 확인할 수 있다. 소나무를 식품 원료와 대조(對照)한 뒤 송기를 그 원료에서 사용가능한 부위와 적합한지 검토했다.

오늘날 종가에서 실제로 먹고 있는 식재료지만, 식품으로 사용할 수 있는 품목 원료 가운데 공식으로 인정된 사용부위여야하기 때문에 적합한지 여부의 평가가 필요했다. 소나무를 『식품공전』 '식품에 사용할 수 있는 원료' 4,705종 품목과 대조한 결과, 4종의 식품 원료를 검색했다<표 1-5>.

첫째, '라디아타소나무'다. 뉴질랜드에서 수입한 원목이다. 우리나라의 목재는 대부분 수입한다. 약 87%의 목재 수입량 가운데 라디아타소나무가 차지하는 비율은 전체의 약 50% 정도다(송경현 등, 2009; 김용숙·배순이, 2013). 그만큼 우리나라에 많이 분포해 있다. 라디아타소나무의 학명은 *Pinus radiata* D. Don으로 식용 가능하다고 인정된 부위는 '나무껍질'이다.

둘째, '소나무'다. 국내산 적송(赤松)을 의미한다. 우리나라에 자생하는 소나무는 적송으로 학명은 *Pinus densiflora* Siebold & Zucc.고 소나무과(Pinaceae)에 속하는 상록 교목이다. 『식품공전』에서 식품으로 인정한 사용부위는 한약명으로 '순'은 송순(松筍), '가지'와 '줄기'는 마디를 뜻하는 송절(松節), '잎'은 송엽(松葉), '꽃가루'는 송화분(松花粉)이다(국가생물종지식정보시스템, 2016). 국내산 적송에는 껍질이 식용부위로 인정돼 있지 않는다.

셋째, '백송'이다. 중국이 원산지다. 『식품공전』에서 인정한 사용부위는 '씨앗'이다. 백송의 학명은 *Pinus bungeana* Zucc. ex Endl.로 일명 '흰소나무'라고 부른다.

넷째, '구주소나무'다. 스코틀랜드가 원산지로 일명 Scots pine으로 부른다. 『식품공전』에서 인정한 사용부위는 순, 줄기, 나무껍질, 가지, 잎, 꽃가루다. 구주소나무의 학명은 *Pinus sylvestris* L.이다. 구주소나무의 나무껍질(속껍질)은 원주민 Sami 족이 고대부터 먹어온 사실이 있고, 많은 국외 연구를 통해 내용이 밝혀져 있다.

우리나라에서 나무껍질을 식품으로 사용할 수 있는 소나무 품종은 '라디아타소나무'와 '구주소나무'로 정리할 수 있다. 소나무의 나무껍질은 두꺼운 코르크 세포로 구성된 '겉껍질'과 체관부에서 줄기 바깥쪽으로 형성되는 '속껍질'로 뚜렷하게 구분된다. 모두 다 같은 나무껍질로 볼 수 있지만, 사용하는 예가 분명히 다르기 때문에 분명한 용어 사용이 필요한 부분이다. 그러나 『식품공전』은 정확한 명칭으로 표현하지 않아 이를 해석하는 사람에 따라 다른 결과를 가져올 수 있다. 만약 겉껍질로 해석하면, 소각 또는 매립하는 폐수피를 식용으로 인정하는 경우가 된다.

따라서 본 연구에서는 구주소나무(*Pinus sylvestris* L.)의 속껍질을 원주민 Sami 족이 먹어온 사실을 근거로 『식품공전』에서 사용부위로 인정한 라디아타소나무와 구주소나무의 나무껍질을 '소나무 속껍질'로 해석했다. 이를 통해 적송과 백송을 제외한 라디아타소나무와 구주소나무의 송기를 식용 가능한 것으로 판단하고 그중에 우리나라에 많이 분포하고 있는 라디아타소나무를 연구에 적용했다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

<표 1-5> 식품에 사용할 수 있는 원료 검색과 선정

품목명	이명 또는 영명	학명 또는 특성	사용부위	원산지
라디아타 소나무	라디에타파인, Monterey pine, Radiata pine	*Pinus radiata* D. Don	**나무껍질**	뉴질랜드
소나무	Korean red pine	*Pinus densiflora* Sieb & Zucc.	순, 줄기, 가지, 잎, 꽃가루	한국
백송	흰소나무	*Pinus bungeana* Zucc. ex Endl.	씨앗	중국
구주 소나무	스코틀랜드소나무, Scotch pine	*Pinus sylvestris* L.	**나무껍질**, 순, 줄기, 잎, 가지, 꽃가루	스코틀랜드

출처 : 식품의약품안전처, 『식품공전』(2016)을 요약해서 다시 정리함

(3) 전래적 식용근거

송기를 식용했던 기록은 많은 고(古) 문헌에서 찾을 수 있다. 1715년 홍만선이 엮은 『산림경제(山林經濟)』와 1766년 유중임이 편찬한 『증보산림경제(增補山林經濟)』(농촌진흥청 편, 2010b), 18세기 말엽 서호수가 쓴 『해동농서(海東農書)』(농촌진흥청 편, 2010b)에서 송기를 '송백피(松白皮)'로 기록하며, "쪄서 익혀 먹으면 곡식을 먹지 않아도 배고프지 않다."고 했다. 게다가 서유구는 『임원십육지(林園十六志)』(농촌진흥청 편, 2010c)에서 '股松皮休糧方(고송피휴양방)'으로 "소나무 속껍질을 먹으면 곡식을 끊을 수 있다."고 까지 했다.

그러나 곡식을 먹지 않고 송기만 먹을 경우, 주성분인 섬유질(fibers)이 소화되지 않아 변비(便祕)를 일으킬 수 있다. 1116년 송(宋)나라 당신미(唐愼微)가 지은 본초학(本草學)의 대표작 『증류본초(證類本草)』「구황방(救荒方)」을 모두 인용하면서 "반드시 곡식가루와 섞어 먹어야 살 수 있다."고 덧붙였다. 옛부터 쌀가루 등과 함께 섞어 떡을 많이 해먹은 이유가 바로 여기에 있었다.

고(古) 문헌에 나온 송기의 손질 방법은 다음과 같다. 음력 3~5월경 송기는 수분이 차올라 단맛이 많이 난다. 이때 소나무의 거친 겉껍질을 벗기고 연한 속껍질만 가늘게 찢어 준비한다. 떫은맛(澁味)을 없애기 위해 물에 2~3일 정도 담근 뒤 건져서 연초경회(煙草莖灰)와 명화소회(明花燒灰)를 섞어 삶는다. 삶은 송기를 물에 2~3일 정도 담근 뒤 재(연초경회, 명화소회) 냄새를 빼고 손으로 가늘게 찢는 게 공통의 손질 방법이다. 이 같은 방법에 따라 송기를 부드럽고 떫은맛 없이 제대로 먹으려면 일주일 정도의 시간이 필요했다.

송기를 부드럽게 만들기 위해 넣는 연초경회와 명화소회는 '담배줄기 재'와 '명화(明花)를 태운 재'를 각각 의미한다. 여기서 회(灰)는 석회(石灰)를 뜻한다. 오늘날 종가에서는 송기송편을 만들기 위해 송기를 삶을 때 석회 대신 쉽게 구입할 수 있는 식용(食用) 소다(탄산나트륨, Na_2CO_3)를 사용한다. 소다를 넣으면 삶은 뒤 재 냄새 빼는 시간을 줄일 수 있어 효율성이 높은 장점이 있다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

이렇게 손질한 송기는 쌀가루와 버무려 안반(案盤)에 치댄 뒤 송편을 비롯해서 인절미, 절편, 시루떡, 개피떡 등 다양한 종류의 떡을 만들 수 있다. 『산가요록(山家要錄)』(한복려 편, 2011)의 '松膏餠(송고병)'과 『규합총서(閨閤叢書)』의 '숑고병(송고병)'은 반죽을 빚어 소를 넣고 참기름에 지지는 조리법으로 지진 떡의 한 종류다. 또한 『시의전서(是議全書)』(이효지 편, 2004)의 '송기절편(송기절편)', 『조선요리제법(朝鮮料理製法)』의 '송기떡', 『조선무쌍신식요리제법(朝鮮無雙新式料理製法)』(한복려 편, 2001)의 '송기쩍(송기떡)' 등 같은 19세기 이후 조리서에 송기를 이용한 여러 떡 기록을 찾아볼 수 있다.

한편, 우리나라에 외래종 '리기다 소나무(*Pinus rigida* Mill.)'를 들여온 사람으로 알려진 우에키 호미키가 1919년 지은 『조선의 구황식물』(농촌진흥청 편, 2010a)에 '진피'와 1945년 임태치의 『조선의 구황식물과 사용법』(농촌진흥청 편, 2010a)에 '心皮(심피)'와 '甘皮(감피)'라는 용어의 송기로 만든 떡을 소개하고 있어 일제강점기에도 송기를 먹었던 기록이 남아 있다.

임태치는 1942년 겨울, 찹쌀가루와 송기를 5:1 (1되:2홉, 20%) 비율로 섞은 송기떡을 맛보고 질(質)이 치밀하고 딱딱했으며, 배를 채우는 맛이라고 했다. 또한 송기를 분말내고 곡물가루를 30% 이상 잘 섞어서 떡을 만드는 방법을 제시했다. 핀란드의 연구자 Tarja Siuvatti가 송기 가루를 전체 중량의 50% 이상 넣으면 건강에 해롭다고 지적하면서, 25% 정도 제한하는 것을 권장했는데 (Bogdanova, 2016), 이는 임태치가 제시한 20% 비중과 유사했다. 즉, 송기가 전체 중량의 절반 이상일 경우, 변비 증상을 초래할 위험이 있고, 전체 중량의 1/4 (25%) 또는 1/5 (20%) 정도 중량이 적합한 것으로 판단된다.

다. 송기의 성분 분석

(1) 재료 및 방법

(가) 실험 재료와 시료 처리

실험에는 식품의약품안전처 『식품공전』에 식용이 가능한 것으로 인정된 원료, 뉴질랜드산 라디아타소나무(*pinus radiata* D. Don)의 사용부위인 송기를 사용했다. 송기는 벌목과 채취가 허가된 경상북도 청도군 벌목장에서 구입했다. 실험한 시료는 송기 '원재료(pine inner bark, PIB)'와 종가에서 송기송편을 만들기 위해 삶고(+소다) 다지거나 찧는 가공 방법을 변형·적용한 '송기 분말(pine inner bark powder, PIBP)'으로 종가에서 송기송편을 만들기 위해 가공하는 방법을 실험에 적용했다.

송기를 삶을 때 넣는 소다는 송기떡의 조리방법별 관능적·기계적 특성을 연구한 김순임·한영실(1993)의 연구를 참고해서 송기 중량의 0.5%를 넣고 삶았다. '송기 분말'의 다지거나 찧는 과정은 실험 시료를 정량하기 위해 동결건조기(PV TFD 10R, ILSHIN, Yangju, Korea)에서 72시간 동결건조했다. 일반 믹서(FMF-3300H, Hanil, Seoul, Korea)에 갈아 분말로 만들고 냉동 보관해서 사용했다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(나) 일반성분 분석

송기와 송기 분말의 일반성분은 AOAC(1990)의 표준분석법에 따라 수분, 조회분, 조단백질, 조지방을 분석했다. 수분은 상압가열건조법으로 105℃에서 건조한 뒤 측정했다. 조단백질은 Semi-micro Kjeldahl method로 자동단백질분석기(Kjeltec 2400 AUT, Foss Tecator, Sweden)로 분석했다. 조지방은 Soxhlet 추출기(Soxtec System HT 1043 extraction unit, Foss Tecator, Sweden)를 사용해서 diethyl ether로 추출한 뒤 정량했다. 조회분은 600℃에서 직접회화법으로 5시간 이상 회화해서 측정했다. 탄수화물은 시료의 전체 중량에서 수분, 조단백질, 조지방, 조회분을 제외한 값으로 계산했다.

(다) 무기성분 분석

무기성분은 AOAC(1990)의 표준분석법에 따라 분석했다. 송기와 송기 분말을 각각 porcelain crucible에 적당량 담고 열판에서 예비 회화시킨 뒤 전기로(AS- EMF 500, AXIS Sensitive, Kyeonggi, Korea) 600℃에서 2시간 이상 회화시켰다. 방냉하고 증류수와 1:1로 섞은 HCl 10 mL를 섞어 하룻밤 방치 용해시킨 뒤 No.6 Whatman filter paper를 이용해 뜨거운 물로 여과했다. 일정량을 맞춰 각 시료액으로 사용했다. 무기성분 측정을 위한 분석 장비는 유도결합플라즈마 분광분석기(Inductively Coupled Plasma Optical Emission Spectrometer, ICP-OES) (GBC Scientific Equipment, Integra XL, Australia)를 사용했다.

(라) 총 폴리페놀 함량 분석

총 폴리페놀 함량 측정을 위해 김진숙 등(2015)의 연구 방법을 변형해서 시료를 추출하고 결과를 분석한 방법은 다음과 같다. 송기와 송기 분말의 일정한 무게를 재서 80% ethanol 30 mL에 용해시킨 뒤 shaker를 사용해서 20분간 교반했다. 70℃에서 1시간 동안 초음파 추출한 뒤 20,000 rpm으로 15분간 원심분리해서 상층액을 취했다.

표준 용액과 시험 용액을 각각 1 mL씩 시험관에 취했다. 증류수 8 mL에 1 N Phenol reagent (Folin & Ciocalteu's Phenol reagent) 1 mL를 넣어 혼합했다. 5분 후, 15% Na_2CO_3 1 mL을 넣어 2시간 정치시킨 뒤 분광광도계(UV-2550, SHIMADZU, Kyoto, Japan)로 760 nm에서 흡광도를 측정했다.

표준물질의 농도별 흡광도와 각 농도별 공시험의 흡광도의 차를 이용해서 표준물질의 검량선을 작성했다. Catechin (Sigma Chemical Co., St. Louis. MO, USA)을 표준물질로 이용해서 검량선을 작성했고, 폴리페놀 함량은 시료 중량 100 g 당 mg catechin equivalent (mg CE/100 g)로 나타냈다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

$$\text{총 폴리페놀 함량 (mg CE/100 g)} = C \times \frac{a \times b}{S}$$

C : 시험용액 중의 총 폴리페놀 함량 (mg/mL)
S : 시료 채취량 (g)
a : 시험용액의 전량 (mL)
b : 희석배수

(마) 총 플라보노이드 함량 분석

총 플라보노이드 함량 측정을 위해 김진숙 등(2015)의 연구 방법을 변형해서 시료를 추출하고 결과를 분석한 방법은 다음과 같다. 송기와 송기 분말의 일정한 무게를 재서 80% ethanol 30 mL에 용해시킨 뒤 shaker를 사용해서 20분간 섞었다. 70℃에서 1시간 동안 초음파 추출한 뒤 20,000 rpm으로 15분간 원심분리해서 상층액을 취했다.

표준 용액과 시험 용액을 각각 0.5 mL 씩 대조액과 시험액으로 두 개의 시험관에 취했다. 증류수 2 mL에 5% $NaNO_2$ 0.15 mL를 넣어 충분히 섞었다. 6분 후, 10% $AlCl_3 \cdot 6H_2O$ 0.15 mL을 넣어 5분간 정치시킨 뒤 1 M NaOH 1 mL을 넣어 섞었다. 실온에서 15분간 정치시킨 후 reagent blank를 대조액으로 해서 분광광도계(UV-2550, SHIMADZU, Kyoto, Japan)로 510 nm에서 흡광도를 측정했다. 표준물질의 농도별 흡광도와 각 농도별 공시험의 흡광도의 차를 이용해서 표준물질의 검량선을 작성했다. Quercetin (Sigma Chemical Co., St. Louis. MO, USA)을 표준물질로 이용해서 검량선을 작성했고, 플라보노이드 함량은 시료 중량 100 g 당 mg quercetin equivalent (mg QE/100 g)로 나타냈다.

$$\text{총 플라보노이드 함량 (mg QE/100 g)} = C \times \frac{a \times b}{S}$$

C : 시험용액 중의 총 플라보노이드 함량 (mg/mL)
S : 시료 채취량 (g)
a : 시험용액의 전량 (mL)
b : 희석배수

(바) 식이섬유 함량 분석

식이섬유 분석은 AOAC(1990)의 표준분석법에 따라 시료 1 g 정도 평량해서 1단계 α-amylase, 2단계 protease, 3단계 amyloglucosidase로 각각 30분간 효소처리를 통해 전분, 단백질 등을 분해하고

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

알코올로 침전시킨 뒤 여과, 세척 과정을 거쳐 105℃ 건조기에서 하루 동안 건조하고 각 시료별로 단백질을 측정한 뒤 525℃에서 5시간 회화시켰다. 식이섬유는 수용성 식이섬유(soluble dietary fiber, SDF)와 불용성 식이섬유(insoluble dietary fiber, IDF)로 나눠서 분석했다. 두 측정값을 합해서 총 식이섬유(total dietary fiber, TDF)를 계산했다.

(사) 통계 처리

통계 처리는 SPSS statistical package (21.0 version, IBM, Armonk, NY, USA)를 이용했다. 기술통계 분석을 통해 송기와 송기 분말의 평균(mean, M)과 표준오차(standard error, S.E.)를 구했다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(2) 결과 및 고찰

(가) 일반성분

송기와 송기 분말의 일반성분을 측정한 결과는 <표 1-6>에 제시했다. 탄수화물은 시료의 전체 중량에서 수분, 조단백질, 조지방, 조회분을 제외한 값으로 송기는 82.09±0.09 g/100 g, 송기 분말은 88.71±0.18 g/100 g으로 두 시료 모두 함량이 가장 많았다. 송기의 조지방은 3.76±0.05 g/100 g, 조단백질은 3.13±0.00 g/100 g, 조회분은 1.59±0.05 g/100 g으로 나타났고, 송기 분말의 조지방은 4.05±0.17 g/100 g, 조단백질은 3.88±0.02 g/100 g, 조회분은 3.35±0.05 g/100 g으로 나타났다.

탄수화물은 식물성 식재료의 세포에 많고, 원주민 Sami 족이 영양소로 보충했던 Scots pine (*Pinus sylvestris* L.) 속껍질에도 탄수화물 성분이 많다(Pan & Lundgren, 1996; Slavin, 2005; Bergman *et al.*, 2009; Östlund *et al.*, 2009; Rautio *et al.*, 2013). 송기의 수분은 9.43±0.01 g/100 g인 반면, 송기 분말은 동결건조해서 수분함량이 0.00±0.00 g/100 g으로 측정됐다.

한편, 본 연구와 같은 시료지만 다른 가공처리 방법을 사용한 연구 결과로, 물에 송기를 72시간 우린 뒤 삶아서 30분간 물기를 빼주고 열풍건조시켜 분말로 만든 우민주(2015)는 송기의 수분함량을 7.81%로 보고했다. 선행연구의 다른 식재료 수분함량보다 높게 나타난 것은 송기가 가지고 있는 섬유질의 높은 수분 보유력 때문으로 보았다.

북부 유럽 페노스칸디아의 Scots pine 속껍질의 영양성분을 분석한 Rautio *et al.*(2013)의 연구에서 탄수화물 함량은 속껍질 원재료의 fresh weight (FW)이 10 g/100 g인 반면, 속껍질을 동결건조한 dried weight (DW)은 26~27 g/100 g으로 함량이 더 높게 나타났다. 반대로 수분은 FW가 62.1~62.4 g/100 g인 반면, DW는 2.6~3.6 g/100 g으로 동결건조한 시료에서 수분함량이 낮게 나왔다. Rautio *et al.*(2013)의 연구에서 분석한 Scots pine은 본 연구에서 분석한 송기(*pinus radiata*)와 종류, 원산지가 다르다. 그러나 넓은 범위에서 같은 소나무 종으로 볼 수 있다. 결과를 종합해보면, 두 연구에서 분석한 각각의 송기는 탄수화물이 주성분이다. 송기 원재료보다 삶은 뒤 동결건조한 송기 분말에서 탄수화물 함량이 증가하고 수분 함량이 감소하는 동일한 결과를 확인할 수 있다.

<표 1-6> 송기와 송기분말의 일반 성분 분석

일반성분 (g/100 g)	송기	송기분말
탄수화물	82.09±0.09[1)]	**88.71±0.18**
수분	9.43±0.01	0.00±0.00
조지방	3.76±0.05	4.05±0.17
조단백질	3.13±0.00	3.88±0.02
조회분	1.59±0.05	3.35±0.05

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(나) 무기성분

송기와 송기 분말의 무기성분을 측정한 결과는 <표 1-7>과 같다. 전체 무기성분 가운데 송기는 칼륨(Ca) 436.27±3.72 mg/100 g, 칼슘(K) 342.73±0.55 mg/100 g, 마그네슘(Mg) 149.43±1.53 mg/100 g 순으로 나타났다. 송기 분말은 칼륨(Ca) 1417.90±0.06 mg/100 g, 나트륨(Na) 189.47±7.60 mg/100 g, 칼슘(K) 117.00±4.04 mg/100 g 순으로 함량이 높아 주요 성분으로 볼 수 있다. 이는 Rautio *et al.*(2013)의 연구에서 Scots pine 속껍질의 주요 무기성분으로 칼슘과 칼륨의 함량이 가장 높아 주요 성분으로 보고한 것과 대표적인 다량 무기성분이 유사한 경향으로 나타났다.

본 연구의 무기성분 함량을 비교해보면 다음과 같다. 나트륨은 송기 6.03±0.61 mg/100 g, 송기 분말 189.47±7.60 mg/100 g으로 송기 분말의 함량이 송기보다 31.4배 높다. 칼슘은 송기 436.27 mg/100 g, 송기 분말 1417.90±0.06 mg/100 g으로 송기 분말의 함량이 송기보다 3.3배 높다. 망간(Mn)은 송기 22.33±0.15 mg/100 g, 송기 분말 38.77±1.70 mg/100 g으로 송기 분말의 함량이 송기보다 1.7배 높다. 철(Fe)은 송기 1.50±0.06 mg/100 g, 송기 분말 2.10±0.12 mg/100 g으로 송기 분말의 함량이 송기보다 1.4배 높다. 반면, 칼륨(K)은 342.73±0.55 mg/100 g, 마그네슘(Mg)은 149.43±1.53 mg/100 g, 인(P)은 64.43±0.43 mg/100 g, 황(S)은 49.00±0.00 mg/100 g, 아연(Zn)은 5.70±0.06 mg/100 g, 구리(Cu)는 0.30±0.00 mg/100 g으로 송기 분말보다 송기의 함량이 더 높다.

송기보다 송기 분말에서 가장 많은 함량을 보인 무기성분은 나트륨이다. 나트륨 함량이 높은 이유는 송기를 부드럽게 삶기 위해 넣는 식용 소다(Na_2CO_3)의 영향을 받은 것으로 추정할 수 있다. 종가에서 송기를 가공하는 방법을 그대로 적용해서 식용 소다를 넣었다. 식용소다의 첨가로 인해 나트륨 함량이 높게 나온 것으로 판단되지만, 비교 대상이 없어서 단정 지을 수 없다. 추후, 식용소다를 넣지 않고 삶은 송기와 나트륨 함량을 비교해야만 식용 소다와 나트륨 함량 증가의 연관성을 파악할 수 있을 것이다.

<표 1-7> 송기와 송기분말의 무기질 성분

무기질 (mg/100 g)		송기	송기분말
다량 무기질	칼륨	436.27±3.72[1)]	1417.90±0.06
	칼슘	342.73±0.55	117.00±4.04
	마그네슘	149.43±1.53	110.53±4.18
	인	64.43±0.43	44.80±1.73
	나트륨	6.03±0.61	189.47±7.60
미량 무기질	황	49.00±0.00	39.10±1.44
	망간	22.33±0.15	38.77±1.70
	아연	5.70±0.06	4.57±0.20
	철	1.50±0.06	2.10±0.12
	구리	0.30±0.00	0.23±0.03

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(다) 총 폴리페놀과 총 플라보노이드

송기와 송기 분말의 총 폴리페놀 함량과 총 플라보노이드 함량을 측정한 결과는 <표 1-8>와 같다. 총 폴리페놀 함량은 송기가 9026.57±187.84 mg CE/100 g이고, 송기 분말은 4079.54±203.77 mg CE/100 g으로 나타났다. 송기를 물에 삶아서 분말로 만드는 과정에서 절반 이상의 페놀 성분이 용출됐고, 열을 가함으로 손실이 일어난 것으로 판단된다(우민주, 2015).

송기의 총 폴리페놀을 분석한 선행연구가 없어 겉껍질의 함량을 분석한 연구와 비교하면 다음과 같다. 소나무 11종의 겉껍질 추출물에 대한 폴리페놀을 분석한 Ku *et al*.(2007)의 연구에서 본 연구와 같은 종인 *Pinus radiata*의 총 폴리페놀이 629 GAE (gallic acid equivalent) mg/g으로 나타났다. 또한 국내산 적송의 겉껍질 추출물 Pinexol®을 분석한 이영준 등(2013)의 연구에서 총 폴리페놀이 717.40±6.86 GAE mg/g으로 나타났다.

본 연구에서 분석한 속껍질보다 겉껍질의 총 폴리페놀 함량이 더 높은 것으로 나타났다. 높은 페놀 함량은 높은 항산화 효과로 이어질 수 있다. 결국, 겉껍질은 속껍질보다 폴리페놀 함량이 높아 항산화 효과도 더 클 것으로 추정할 수 있다.

총 플라보노이드 함량은 송기 54.84±1.86 mg QE/100 g, 송기 분말 107.11±3.17 mg QE/100 g으로 나타났다. 송기를 삶고 건조시켜 분쇄한 송기 분말에 총 플라보노이드 함량이 약 2배 증가했다. 식물에서 합성되는 폴리페놀류에서 큰 비중을 차지하는 플라보노이드는 과일류와 채소류 같은 식물성 식재료와 차, 와인 등에서 발견되는 성분이다(이영준 등, 2013).

연구 결과, 송기는 소나무 겉껍질보다 총 폴리페놀 함량이 낮았다. 삶아서 건조시켜 분말로 만드는 가공 과정에서 총 폴리페놀 함량은 절반 이상이 감소했지만, 총 플라보노이드는 약 2배 증가했다.

<표 1-8> 송기와 송기분말의 총 폴리페놀 및 총 플라보노이드

	송기	송기분말
총 폴리페놀 (mg CE/100 g)	9026.57±187.84[1)]	4079.54±203.77
총 플라보노이드 (mg QE/100 g)	54.84±1.86	107.11±3.17

[1)] 평균±표준오차

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(라) 식이섬유

송기와 송기 분말의 식이섬유 함량을 분석한 결과는 <표 1-9>와 같다. 송기의 수용성 식이섬유는 5.12±0.03 g/100 g, 불용성 식이섬유는 50.86±0.81 g/100 g, 총 식이섬유는 55.98±0.88 g/100 g이다. 송기 분말의 수용성 식이섬유는 5.62±0.11 g/100 g, 불용성 식이섬유는 68.10±0.71 g/100 g, 총 식이섬유는 73.72±0.69 g/100 g이다.

송기와 송기 분말 100 g에는 절반 이상의 식이섬유가 함유돼 있다. 함유된 식이섬유 가운데 90% 이상은 불용성 식이섬유다. 송기와 송기 분말의 불용성 식이섬유 함량은 수용성 식이섬유보다 10배 이상 많다. 특히 송기 분말의 불용성 식이섬유 함량은 쌈채소류 11종의 평균 24.95 g/100 g, 표고버섯 33.13±0.48 g/100 g (김철암 등, 2006), 수리취 37.9±2.6 g/100 g (박민희 등, 2011), 참취 24.7±0.9 g/100 g, 곰취 21.4±0.7 g/100 g (조영심 등, 2008)보다 2배 이상 많고, 심지어 함초 50.89±1.69 g/100 g (조영심 등, 2008)보다 높았다.

송기를 물에 넣고 열을 가해 삶아 동결건조해서 만든 송기 분말은 송기 원재료보다 수용성 식이섬유와 불용성 식이섬유 모두 증가했다. 이는 생식 시료를 열풍건조시켜 식이섬유를 분석한 김철암 등(2006)과 콩나물과 시금치를 가열처리해서 식이섬유 값을 제시한 이은영·김영아(1994) 연구에서 수용성 식이섬유와 불용성 식이섬유가 일정하게 증가한 결과와 같다. 시료에 열을 가해서 식이섬유를 분석한 다른 선행연구에서도 같은 결과를 보였다(Englyst *et al.*, 1983; Varo *et al.*, 1983). 가열에 의해 세포벽 안에 있는 cellulose가 유리(遊離)되면서 식이섬유 값이 증가한 것으로 나타났다(Vidal-valverde & Frias, 1991)

<표 1-9> 송기와 송기분말의 식이섬유 함량 분석

식이섬유 구분 (g/100 g)	송기	송기분말
수용성 식이섬유	5.12±0.03	5.62±0.11
불용성 식이섬유	50.86±0.81	**68.10±0.71**
총 식이섬유	55.98±0.88	73.72±0.69
불용성 식이섬유/ 총 식이섬유(%)	90.85	**92.37**

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

송기와 송기 분말의 일반성분, 무기성분, 총 폴리페놀, 총 플라보노이드, 식이섬유 함량을 분석했다. 일반성분을 분석한 결과, 송기(원재료, PIB)는 탄수화물 82.1%, 조단백질 3.1%, 조지방 3.8%, 조회분 1.6%, 수분 9.4%, 송기 분말(가공재료, PIBP)은 탄수화물 88.7%, 조지방 4.1%, 조단백질 3.9%, 조회분 3.4%, 수분 0.0%로 분석됐다.

송기에는 칼륨, 칼슘, 마그네슘이 풍부한 것으로 분석됐으며, 나트륨은 송기 6.03±0.61 mg/100 g, 송기 분말 189.47±7.60 mg/100 g으로 송기 분말에서 그 함량이 31.4배 높아지는 것으로 보아 송기를 삶을 때 넣는 식용 소다(Na_2CO_3)의 영향을 받은 것으로 추정할 수 있다.

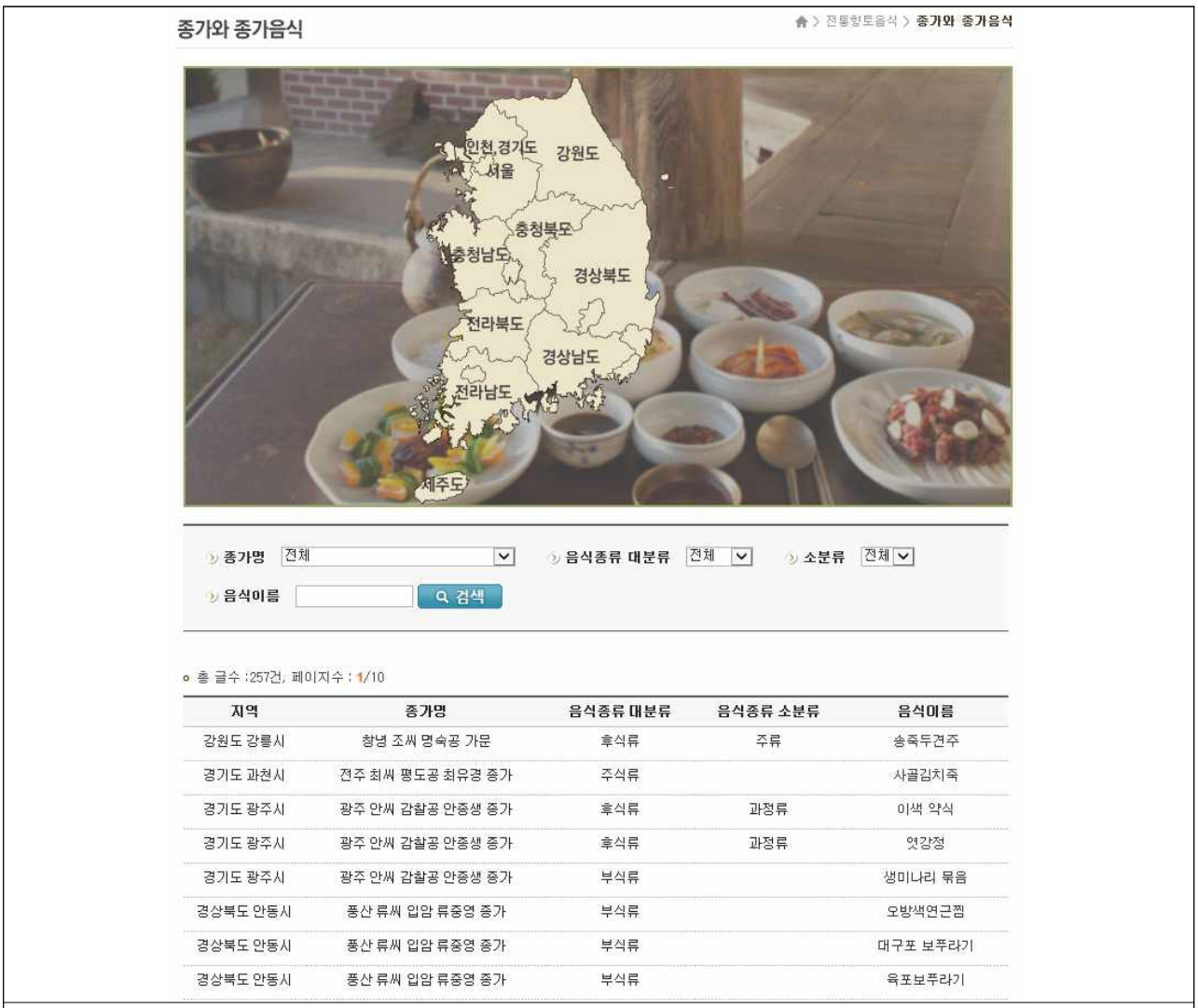
송기와 송기 분말의 총 폴리페놀 함량은 각각 9026.57±187.84 mg CE/100 g과 4079.54±203.77 mg CE/100 g이고, 총 플라보노이드 함량은 각각 54.84±1.86 mg QE/100 g과 107.11±3.17 mg QE/100 g으로 나타났다. 항산화성분이 풍부한 것으로 알려진 겉껍질을 분석한 선행연구(Ku *et al.*, 2007; 이영준 등, 2013)에 비해 총 폴리페놀 함량은 낮았다. 그러나 겉껍질은 식용할 수 없고, 속껍질(*pinus radiata* D. Don)은 “식품으로 사용할 수 있는 원료”로 『식품공전』에서 인정하고 있어 건강지향형 일반식품에 활용하는데 유용한 자료가 됨을 확인할 수 있었다. 송기와 송기 분말의 식이섬유 함량은 각각 55.98±0.88 g/100 g과 68.10±0.71 g/100 g으로 식이섬유를 다량 함유하고 있었다. 그중에 약 90% 이상은 불용성 식이섬유로 이루어져있고 수용성 식이섬유는 비교적 소량 함유돼 있었다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

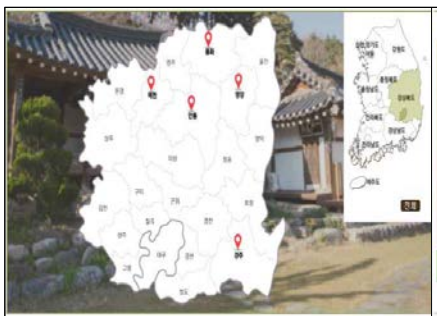
국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

6. 데이터베이스 구축과 활용 서비스

국립농업과학원에서 운영하는 농식품종합정보시스템 '종가와 종가음식' 테마에 최종 선정된 내림음식을 추가시켰다. 2010년부터 이미 조사된 가문과 음식을 포함해서 89가문 257종 내림음식을 대국민 서비스를 시행했다(2016년 11월).



<농식품종합정보시스템의 '종가와 종가음식' 서비스 화면>



<지역별 종가 선택>



<음식 조리법 제공>



<해당 종가 음식 더보기>

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

7. 지역별 종가·명가 내림음식 발굴 및 재현음식 최종 선정

본 연구에서 종가·명가 및 내림음식 조사 결과 100가문 1,601종 음식을 발굴하였다. 이 중 재현과 실험조리를 통해 최종 선정한 내림음식은 67가문의 120종이다<표 1-10>. 음식 유형 구분으로 분류하면 <표 1-11>과 같고, <그림 1-1>에 지역별 가문의 분포도를 제시했다.

<표 1-10> 지역별 가문 조사와 실험조리 현황

구분	(1협동) 전라·제주		(2협동) 서울·경기·충청		(3협동) 강원·경상		전체	
	발굴	재현	발굴	재현	발굴	재현	발굴	재현
1차년도('14)	7(161)[1)]	5(8)	9(420)	4(4)	11(247)	7(9)	27(828)	16(21)
2차년도('15)	6(174)	4(8)	11(185)	7(18)	11(61)	9(17)	28(420)	20(43)
3차년도('16)	17(259)	14(23)	10(49)	9(17)	18(45)	8(16)	45(353)	31(56)
전체	**30(594)**	**23(39)**	**30(654)**	**20(38)**	**40(353)**	**24(42)**	**100(1,601)**	**67(120)**

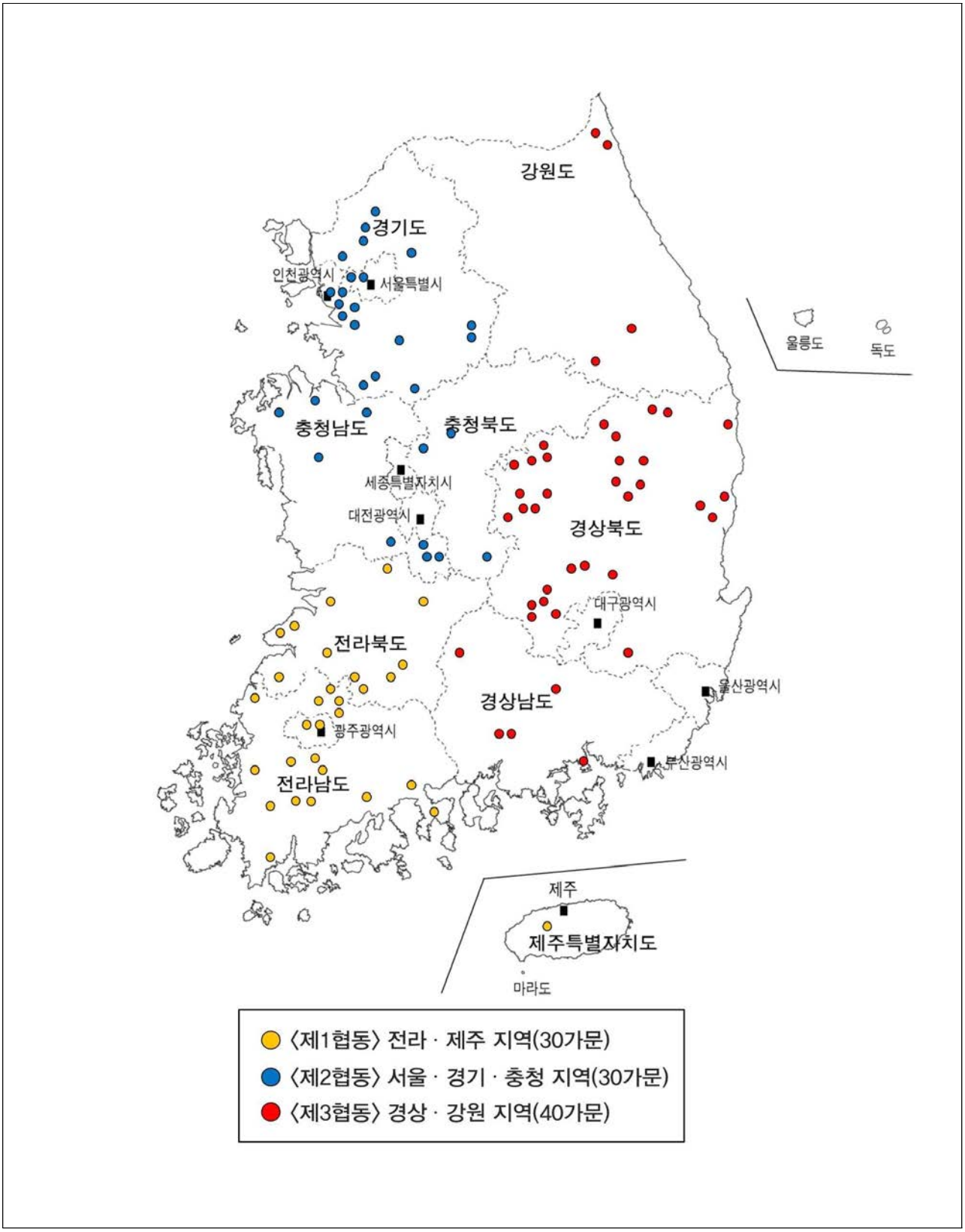
[1)] 가문(음식 수)

<표 1-11> 내림음식 유형 구분

구분	주식류	부식류							떡 및 과정류	음청 및 주류	전체
		국·탕·찌개류	찜·전골·조림류	볶음·무침·나물류	구이·전·적류	젓갈·장아찌류	김치·장류	기타류			
1차년도('14)	37	66	33	65	57	41	57	41	146	51	594
2차년도('15)	66	119	18	60	57	46	78	47	122	41	654
3차년도('16)	33	56	8	35	48	12	17	19	109	16	353
전체	**136**	**241**	**59**	**160**	**162**	**99**	**152**	**107**	**377**	**108**	**1,601**

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다



<그림 1-1> 조사 가문 전국 분포도

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

8. 보도자료 홍보

2016년 2월부터 11월까지 총 10회에 걸쳐 <정성 가득한 종가밥상>이라는 주제로 발굴한 종가음식을 홍보했다. 제1~3협동연구팀이 현장조사를 통해 발굴한 가문과 내림음식을 제철 식재료와 지역 특산물, 세시음식 등을 고려하였다<표 1-12>.

<표 1-12> 종가 내림음식 보도자료 목록

보도 월	지역	가문명	보도자료 제목	음식명	수
2월	경북 경주시	여주 이씨 회재 이언적 종가	올 설에는 태양떡국에 황태무침 어때요?	태양떡국, 황태무침, 동치미	3
3월	대전 광역시	은진 송씨 동춘당 송준길 종가	입맛 잃기 쉬운 봄 양반가 음식 맛 엿볼까	떡찜, 외상문채, 호박나물	3
4월	경북 안동시	전주 류씨 정재 류치명 종가	나른한 봄철 종가음식으로 기 살려요	탕평채, 전계아	2
5월	전남 담양군	장흥 고씨 학봉 고인후 종가	단오에 먹기 좋은 종가음식 대령이오!	준치완자탕, 죽순전, 죽순나물	3
6월	경북 안동시	의성 김씨 학봉 김성일 종가	청빈한 양반가의 편(떡) 맛보세요	송기송편, 국화전	2
7월	경기 파주시	장수 황씨 방촌 황희 종가	황희종가의 기품있는 음식 맛 보세요	미쌈	1
8월	전남 해남군	해남 윤씨 고산 윤선도 종가	궁중에서 전해져 내려온 종가음식 만들어보세요	육만두, 어만두, 비자강정	3
9월	경북 영주시	예안 김씨 무송헌 김담 종가	올 가을 식탁 위 특색있는 밑반찬으로 제격	육말, 조기머리보푸라기	2
10월	충남 당진시	의령 남씨 성은 남이흥 종가	손님접대상에 빠지지 않고 대접했던 음식	염교강회, 함초바지락국	2
11월	경기 파주시	박남 박씨 조은 박은 종가	옛맛이 그리울 때 해먹는 별미	동태조림, 호박만두	2
전체					**23**



<학봉 종가 내림음식 보도>



<회재 종가 내림음식 보도>



<성은 종가 내림음식 보도>



<동춘당 종가 내림음식 보도>

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

9. 종가·명가 내림음식 자료 발간『종가음식 100선』

제1~3협동연구에서 100가문을 현장조사해서 발굴한 1,601종 내림음식 중 특별한 67가문과 그 가문에서 내려오는 의미 있는 이야기가 담긴 120종을 선정했다. 각 연구팀에서 120종 음식의 조리법 과학화를 통해 실험조리로 재현하고 해당 종가의 구성원에게 검증을 받았다. 또한 계절성 식재료를 고려해서 지역별 60가문 100종을 최종 선정했다. 식재료 사진, 조리과정 사진, 완성음식 사진 등은 제1협동연구팀에서 촬영을 진행했다<표 1-13>.

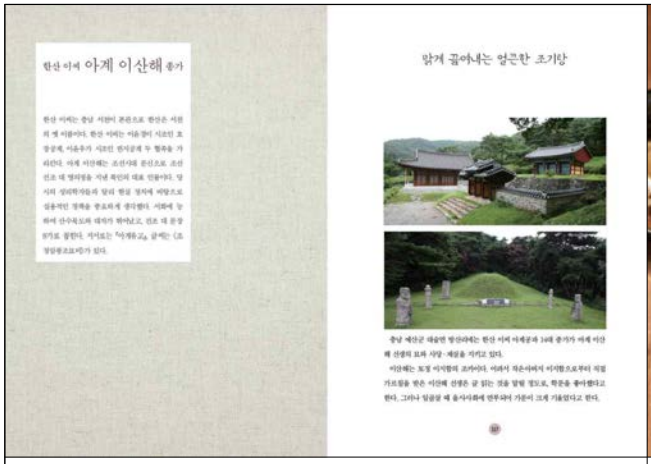
<표 1-13> 책자에 수록된 조사 가문과 음식 수

지역	가문 수	음식 수
서울	1	4
경기	12	21
충북	2	2
충남	4	6
강원	2	3
경북	18	31
전북	11	16
전남	8	14
광주	2	3
전체	**60**	**100**

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

○ 『종가음식 100선』 수록 내용(일부)



<한산 이씨 아계 이산해 종가 소개>



<김해 김씨 안경공파 김낙배 가문 - 조장>



<의령 남씨 구정 남재 종가 - 소고기탕국>



<남원 양씨 쌍매당공파 종가 - 다슬기호박국>



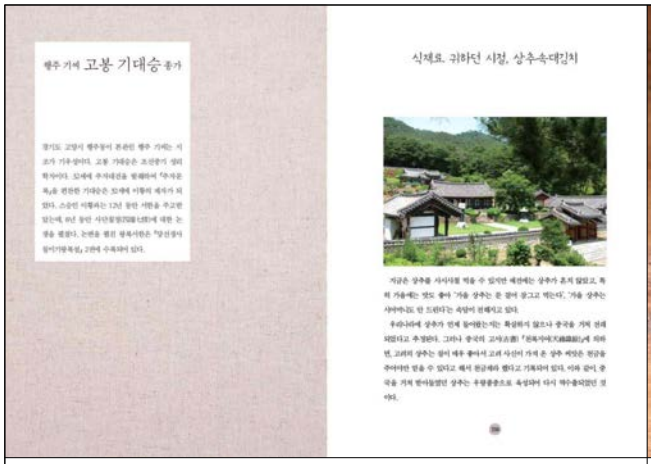
<진성 이씨 온계 이해 종가 - 무홍합전>



<무안 박씨 청신재 박의장 종가 - 감단자>

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다



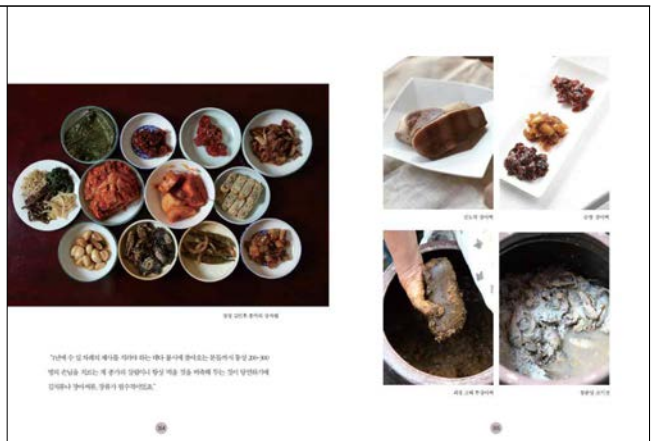
<행주 기씨 고봉 기대승 종가 소개>



<행주 기씨 고봉 기대승 종가 - 상추속대김치>



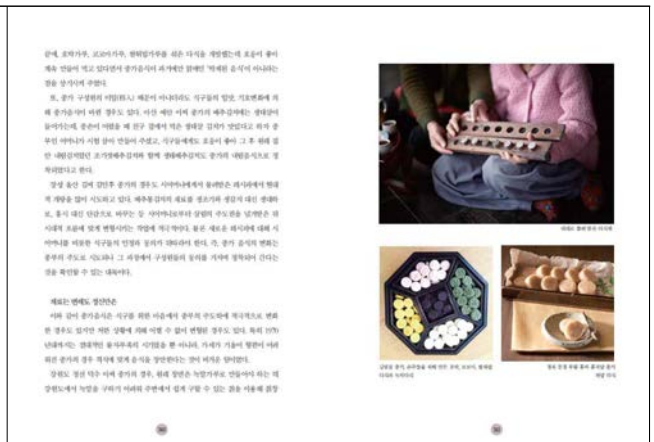
<청주 문화 류씨 장 담그기>



<상차림과 장아찌류>



<김치류 설명 수록 부분>



<다식류 설명 수록 부분>

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

제2절 전라·제주 지역의 종가·명가음식 발굴 및 조리법 과학화

1. 연구 대상 및 방법

가. 연구대상

연구대상은 전북·전남·광주·제주에 소재하고 있는 종가에 해당하며, 조사가문 선정기준에 부합한 종가를 1차 조사대상으로 선정했다. 2, 3차 조사는 전화인터뷰와 현장 방문을 통해서 이루어졌으며 직계종손 여부, 불천위제례(不遷位祭禮), 4대 봉사, 종택(宗宅), 10대 이상, 중시조(中始祖), 종손(宗孫)·종부(宗婦)의 유무 등의 항목을 조사해서 종가와 명가를 분류하고, 가문의 이야기가 담긴, 종부를 통해 2대 이상 전승되는 등의 내림음식 선정기준에 해당하는 음식을 3차년도 과제 공동협의회를 통해 최종 결정해서 발굴했다. 가문과 음식 선정기준은 제1세부연구팀을 비롯해 협동연구팀 책임자가 협의 선정했다. 선정 기준표는 <표 1-1>에서 제시한 바 있다.

나. 연구 방법

전체 조사는 5차에 걸쳐 이루어졌으며, 1차는 한국국학진흥원 보고서 및 전문정보, 문헌 등을 통한 지역의 종가 사전조사, 2차는 전화조사, 3차는 방문조사를 통한 심층 면접을 하였으며, 4차는 심층 면접을 기반으로 스토리조사, 조리법 표준화 및 과학화를 위한 실험조리, 5차는 조리법 검증 및 추가조사를 위한 2차 방문조사가 이루어졌다.

(1) 심층면접을 통한 종가 조사

종가 방문조사는 2014년 3월부터 2016년 6월까지 진행됐다. 전화조사를 통해 조사의 취지를 설명하고 방문종가에 관한 사전조사를 실시한 후 심층면접에 임했다. 피면접자는 일반적으로 종가의 음식에 대해 잘 알고 있는 종부 또는 차종부였으며 상황이 허락하지 않은 경우는 종손이나 가문의 관계자를 대상으로 실시했다. 심층면접은 면접자가 연구의 목적과 취지를 간략히 설명하고, 내림음식 발굴 조사표에 의해 종가의 기본 현황과 일반적인 제례 정보 및 제사 음식과 내림음식(일상식, 시절식, 통과의례식, 접빈객음식 등)의 유형 등에 대해 질문해서, 피면접자는 종가의 일상음식, 제례를 포함한 의례음식의 종류, 조리법을 자유롭게 구술하도록 하였으며, 면접의 모든 내용은 녹음해서 기록했다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(2) 조리법 표준화 및 과학화를 위한 실험조리

심층면접을 통한 종가조사에서 30 종가 594종의 제례음식 및 일상식, 시절식, 접객음식을 조사하였고, 그중 내림음식 발굴 선정기준에 부합하는 39종의 내림 음식에 대해 재료 및 분량, 만드는 방법을 수정 및 검토해서, 재현과정 중 조리법과 모양에 대해 의문이 있는 경우 종가를 재차 방문해서 추가조사와 검증의 과정을 실시해서 보완하였고 최종적으로는 정량화된 조리법을 도출해서 자료화했다. 조리법을 재현한 음식은 선정기준은 지역의 식재료를 중심으로 한 음식이며 해외 식재료 및 그 조리법을 활용한 음식은 제외했다. 또한 2세대 이상 종가에서 전승된 음식이며 향토음식이나 전통음식으로 소개된 바가 없거나 조리법과 재료가 독특한 음식도 선정기준에 포함했다.

2. 연구 결과

가. 가문 조사

전북·전남·광주·제주의 대표 종가로 선정된 가문은 <표 2-1>과 같이 전북 11가문, 전남 16가문, 광주 2가문, 제주 1가문으로 30가문 중 가문 선정기준에 의하면 종가 28가문, 명가 2가문이었다. 종손직계는 27가문, 불천위제례를 지내는 가문은 15가문, 종손·종부가 거주하고 있는 가문은 26가문이었다. 27가문이 종택을 보유하고 있었으며 중시조로부터 10대 이상의 가문은 28가문으로 조사됐다.

<표 2-1> 전라·제주 지역 조사 가문 목록(2014년~2016년)

연번	지역		가문명	종손 직계	제사	종택 (고택)	10대 이상	중시조	종손, 종부 거주	내림 음식 보유	구분
1	전북	순창군	안동 권씨 추밀공파 가문	×	△	△	×	○ (권수평)	△	○	명가
2		순창군	남원 양씨 쌍매당공파 종가	○	○	○	○	○ (양이시)	○	○	종가
3		부안군	부안 김씨 문정공 김구 종가	○	○ (불천위)	×	○	○ (김구)	○	○	종가
4		부안군	제주 고씨 영성군 고희 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (고희)	○	○	종가
5		고창군	진주 정씨 충장공파 종가	○	○	○	○	○ (정시양)	○	○	종가
6		정읍시	언양 김씨 장무공 김준 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (김준)	○	○	종가
7		남원시	풍천 노씨 옥계 노진 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (노진)	○	○	종가
8		남원시	죽산 박씨 송암 박문수 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (박문수)	○	○	종가
9		김제시	서도 장씨 진안공파 종가	○	○	○	○	○ (장석보)	○	○	종가
10		완주군	진천 송씨 표옹	○	○ (불천위)	○	○	○ (송영구)	○	○	종가

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

<표 2-1> 전라·제주 지역 조사 가문 목록(2014년~2016년)

연번	지역		가문명	종손 직계	제사	종택 (고택)	10대 이상	중시조	종손, 종부 거주	내림 음식 보유	구분
			송영구 종가								
11		진안군	광산 김씨 긍구당 김중정 종가	○	○	○	○	○ (김중정)	△	○	종가
12	전남	장성군	울산 김씨 하서 김인후 종가	○	○	○	○	○ (김인후)	○	○	종가
13		장성군	행주 기씨 노사 기정진 종가	○	○ (불천위)	○	×	○ (기정진)	△	○	종가
14		영암군	해주 최씨 고죽 최경창 종가	○	○	○	○	○ (최경창)	○	○	종가
15		영암군	연주 현씨 사직공파 종가	○	○	○	○	○ (현담윤)	○	○	종가
16		담양군	선산 유씨 미암 유희춘 종가	○	○	○	○	○ (유희춘)	○	○	종가
17		담양군	문화 류씨 정간공 류석헌 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (류석헌)	○	○	종가
18		담양군	장흥 고씨 학봉 고인후 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (고인후)	○	○	종가
19		영광군	연안 김씨 직강공파 종가	○	○	○	○	○ (김승)	△	○	종가
20		광양시	나주 나씨 송도공파 종가	○	○	○	○	○ (나천정)	○	○	종가
21		장흥군	장흥 위씨 반계 위정명 종가	○	○	○	○	○ (위정명)	○	○	종가
22		해남군	해남 윤씨 고산 윤선도 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (윤선도)	○	○	종가
23		보성군	남평 문씨 충선공파 종중	○	○ (불천위)	○	○	○ (문익점)	○	○	종가
24		나주시	밀양 박씨 청재 박심문 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (박심문)	○	○	종가
25		화순군	제주 양씨 학포 양팽손 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (양팽손)	△	△	종가
26		화순군	해주 최씨 삼계 최경회 종가	○	○	○	○	○ (최경회)	○	○	종가
27		화순군	함양 박씨 한천당공파 종가	○	○	○	○	○ (박선)	○	○	종가
28	광주	광주 광역시	행주 기씨 고봉 기대승 종가	○	○ (불천위)	×	○	○ (기대승)	○	○	종가
29		광주 광역시	장흥 고씨 제봉 고경명 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (고경명)	○	○	종가
30	제주	서귀포시	제주 양씨 중랑장공파 가문	×	○	○	○	○ (양홍)	○	○	명가

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

나. 내림음식 발굴

조사 가문을 대상으로 발굴한 음식은 총 594종으로 <표 2-2>와 같다. 2014년부터 2016년까지 발굴된 음식은 농촌진흥청에서 발행한『한국의 전통향토음식』(농촌진흥청, 2008)의 분류기준에 따라서 정리하였으며 주식류 37종, 부식류 360종, 떡 및 과정류 146종, 음청 및 주류 51종 이었다.

<표 2-2> 전라·제주 지역 내림음식 발굴 목록(2014년~2016년)

가문명	주식류	부식류	떡 및 과정류	음청 및 주류	수
안동 권씨 추밀공파 가문	팥죽, 보리밥	가지무침, 부추무침, 호박무침, 오이무침, 김부각, 무말랭이장아찌, 오이장아찌, 더덕장아찌, 꼬들빼기장아찌, 깻잎장아찌, 고춧잎장아찌, 굴비장아찌, 전복장아찌, 무장아찌, 배추김치, 총각김치, 꼬들빼기김치, 갓김치, 파김치, 신건지, 묵은간장, 된장, 청국장, 쌈장	쑥인절미, 쑥버무리, 감떡, 약밥, 꽃약과, 김부각, 산자	식혜, 수정과, 찹쌀청주, 삼해백일주	37
	2	24	7	4	
남원 양씨 쌍매당공파 종가		다슬기호박국**, 토란미역국, 들깨토란탕, 다슬기장조림, 배추속대나물, 갑오징어전**, 죽순회, 다슬기회	시루떡, 쑥떡, 녹두거피인절미, 과즐, 곶감정과, 약과, 유과	동동주	16
		8	7	1	
부안 김씨 문정공 김구 종가	바지락국수	닭곰탕, 박나물된장국, 숭어찜, 홍어찜, 박나물, 도라지전, 생합전**, 상어꽂이**, 무장아찌, 들깻잎장아찌, 양외장아찌, 조기젓, 노리젓, 바지락젓, 돼지족발	콩고물시루떡, 절편, 인절미, 찰떡, 산자, 약과	식혜, 동동주	24
	1	15	6	2	
제주 고씨 영성군 고희 종가		바지락탕시래기된장무침, 뜸부기나물**, 머위대장아찌**, 산초장아찌, 딤핑이젓갈, (디포리/밴댕이)	콩고물시루떡, 약과, 산자, 유과		10
		6	4		
진주 정씨 충장공파 종가	낭화(팥칼국수), 무밥, 고구마밥	소고기미역국, 들깨우렁토란탕, 조기심리**, 홍어찜, 상어찜, 간전, 소고기전, 찌검장**, 수란	부꾸미, 다식	두견주, 화주, 청주	17
	3	10	2	3	
언양 김씨 장무공 김준 종가	만두	머위들깨국, 꽃게찜, 상어찜, 홍상어찜, 병어찜 콩나물잡채**, 머위나물, 호박즙나물**, 어전꼬챙이, 홍어꼬챙이, 상추겉절이, 도토리묵, 홍어회	송편, 시루떡		16
	1	13	2		
풍천 노씨 옥계 노진 종가	물맞이수제비	홍어찜, 취나물, 낙지호롱, 북어전**, 돼지불고기**, 육회	인절미, 약과, 유과, 시루떡, 강반, 엿	동동주, 청주	15
	1	6	6	2	
죽산 박씨 송암 박문수 종가	송기죽**	추어탕, 준어찜, 가오리찜, 돼지고기전, 육포	콩떡, 인절미, 거피팥떡, 부꾸미, 쑥버무리, 유과,	식혜, 수정과, 정종, 소주	19

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

<표 2-2> 전라·제주 지역 내림음식 발굴 목록(2014년~2016년)

가문명	주식류	부식류	떡 및 과정류	음청 및 주류	수
			광반, 엿, 다식		
	1	5	9	4	
서도 장씨 진안공파 종가		피문어미역국, 홍합미역국, 홍어탕 장조림, 홍어찜 홍어부침개, 상어전	시루떡, 송편, 녹두대추주악**		10
		7	3		
진천 송씨 표옹 송영구 종가		간납(간전/천엽전)**, 우두전, 저육전, 내복전	백자편		6
		5	1		
광산 김씨 긍구당 김중정 종가	쌀밥, 보리밥, 밀수제비, 고기만두, 김치만두, 닭백숙	닭볶음탕, 굴미역국, 탕국, 토란탕, 다슬기국, 수란, 박속국(소고기국), 닭미역국, 된장찌개, 김치찌개, 청국장, 비지찌개, 생선전골, 돼지고기전골, 꽃게찜, 조기찜, 숙주나물, 시금치나물, 무나물, 콩나물, 고사리나물, 박나물, 멸치볶음, 명태보푸라기, 콩자반, 가죽자반, 김부각, 청태부각, 생강잎부각, 고추장떡, 된장떡, 배추전, 부추전, 어린 호박잎전**, 박잎전, 가죽전, 꿩고기전, 닭고기전, 어전, 돼지산적, 꿩고기적, 닭고기적, 콩잎된장장아찌, 풋마늘장아찌, 무얼갈이김치, 소고기장조림, 돼지고기장조림, 마늘쫑장조림, 고추조림, 생선조림, 땅콩볶음, 손두부, 찹쌀순대, 육포, 황석어젓갈, 감식초,	인절미, 쑥떡, 바람떡, 송편, 호박떡, 시루떡, 수수떡, 오색강정, 무정과, 인삼정과, 조청, 엿, 대추고임	인삼차, 인삼주, 막걸리, 동동주, 누룩	79
	6	55	13	5	
울산 김씨 하서 김인후 종가		깻잎장아찌, 감장아찌, 마늘장아찌, 매실장아찌, 풋마늘장아찌, 무장아찌, 곶감배추김치, 홍갓순무김치, 고추튀각	인절미, 시루떡, 흰떡, 부꾸미		13
		9	4		
행주 기씨 노사 기정진 종가	닭떡국	호박잎된장국**, 삼탕, 시래기붕어찜 가죽나물부각, 다슬기장아찌, 죽순장아찌	누름떡, 연근정과	청주	10
	1	7	2	1	
해주 최씨 고죽 최경창 종가	칼국수, 보리밥	연포탕, 사골, 삼계탕, 고추된장국, 닭미역국 붕어찜, 콩나물, 가지나물, 장아찌 배추김치, 동치미김치, 갓김치, 파김치 고추장, 낙지탕탕이	쑥떡, 가래떡, 유과, 빙사과	식혜, 수정과, 막걸리	24
	2	15	4	3	
연주 현씨 사직공파 종가	떡국	장대탕, 메기탕, 숭어탕, 미역국, 굴미역국 양애간가지나물, 반두나물, 싱건지	무궁화잎시루떡		10
	1	7	1		
선산 유씨 미암 유희춘 종가	칼국수, 보리밥	고등어찜, 홍어찜, 호박나물, 오이나물 콩잎전, 상어전, 마늘장아찌, 무장아찌, 배짠지장아찌, 깻잎장아찌, 김치, 동치미, 신건지, 집장, 찌금장, 청국장, 점장, 고추장,	기증떡, 흰떡, 거피팥시루떡, 녹두시루떡, 인절미, 부꾸미,	식혜, 수정과, 점주, 청주	28
	2	16	6	4	
문화 류씨 정간공 류석헌 종가	닭떡국	홍합미역국, 짚으로 감싼 생태탕**, 게찜, 상어찜, 홍어찜, 말린죽순나물**, 낙지호롱, 파적무짠지	설기, 절편, 쑥인절미, 한과, 강반, 산자,	식혜	25

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

<표 2-2> 전라·제주 지역 내림음식 발굴 목록(2014년~2016년)

가문명	주식류	부식류	떡 및 과정류	음청 및 주류	수
		싱건지문어오림, 육포, 명태포	약과, 다식, 정과, 엿		
	1	13	10	1	
장흥 고씨 학봉 고인후 종가	닭떡국	소고기미역국, 소고기무국, 토란탕, 탕국, 준치탕, 고사리나물, 도라지나물, 시금치나물, 숙주나물, 토란대나물, 죽순나물, 김부각, 가죽부각, 고추부각, 들깨송이부각, 육포, 명태포, 오징어포, 문어포, 건상어포, 홍어무침, 꼬막명태전, 소고기육전, 당근전, 두부전, 죽순전, 우엉전, 굴비장아찌, 감장아찌, 무장아찌, 배추김치, 무김치, 파김치, 고들빼기김치, 석박지, 동치미, 간장, 고추장죽순회, 메밀묵, 도토리묵, 족편, 멸치젓, 갈치속젓, 황석어젓, 새우젓, 감식초, 죽순튀김	백설기, 무지개떡, 수수단자, 인절미, 기정떡, 부꾸미, 감단자, 송화다식, 깨다식, 임자다식, 대추다식, 도라지정과, 연근정과, 무정과, 동아정과, 인삼정과, 팥양갱, 곶감말이	감잎차, 뽕잎차, 목련꽃차, 죽로차, 민들레차	73
	1	49	18	5	
연안 김씨 직강공파 가문	좁쌀밥, 보리밥	소고기맑은국, 바지락어탕, 새우어탕 홍어찜, 굴비찜, 호박나물, 고추나물, 가지나물 오이초선**	약식, 진달래화전, 대추화전, 유과	식혜, 청주	17
	2	9	4	2	
나주 나씨 송도공파 나천정 종가	쌀밥, 수수밥, 조밥, 보리밥	시래기된장국, 된장찌개, 밤수란탕 고구마줄기나물, 콩나물, 쑥갓나물, 가죽부각 상추속대전**, 낙지호롱, 육고기구이, 배추김치, 무김치, 무동치미, 배추동치미, 상추겉절이,비계장	백편, 인절미, 무지개떡, 송편, 구운인절미, 약밥 산자, 다식	냉수, 배・사과껍질차, 숭늉	31
	4	16	8	3	
장흥 위씨 반계 위정명 종가		매생이국, 파초장아찌**, 싱건지	인절미	식혜	5
		3	1	1	
해남 윤씨 고산 윤선도 종가		명태전, 오이물김치, 돼지고기편육			3
		3			
남평 문씨 충선공파 종중	도토리밥, 피문어찹쌀죽	꿩탕, 내장탕, 명태탕, 닭미역국 박속된장무침, 박고지전	콩떡, 인절미, 부꾸미		11
	2	6	3		
밀양 박씨 청재 박심문 종가	팥죽, 떡국	곰국**, 미역국, 사골국, 죽순국, 꼬막찜, 장조림, 오이나물, 숯불갈비, 고추전, 홍어구이**, 낙지호롱, 멸치젓, 반동치미, 집장, 배추김치, 깻묵장 홍갓김치, 물김치, 족편, 돼지수육	약밥, 부꾸미, 모시잎송편, 콩가루인절미	식혜	27
	2	20	4	1	
제주 양씨 학포 양팽손 종가		고구마줄기나물 육전**, 잡전		지주술	4
		3		1	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

<표 2-2> 전라·제주 지역 내림음식 발굴 목록(2014년~2016년)

가문명	주식류	부식류	떡 및 과정류	음청 및 주류	수
해주 최씨 삼계 최경회 종가	어죽, 수제비	추어탕, 구찌뽕잎닭백숙, 소고기미역국 붕어찜, 멸치찜, 홍어무침, 다슬기장 피마자복쌈, 민물회			11
	2	9			
함양 박씨 한천당공파 종가		닭미역국, 피문어미역국 배추전, 숭어전, 민어전 묵떡장(찌검장), 집장, 깻묵장	설기, 콩떡, 부꾸미, 산자, 유과, 강정	감주, 식혜, 청주	17
		7	6	3	
행주 기씨 고봉 기대승 종가	떡국	상어찜, 홍어찜, 소고기조치 무움나물**, 낙지호롱, 상추속대김치** 김부각	송편, 찰편, 검정깨편, 부꾸미, 약과, 송화다식, 흑임자다식, 콩가루다식, 동아정과, 무정과, 도라지정과	감주	20
	1	7	11	1	
장흥 고씨 제봉 고경명 종가	녹두찹쌀 닭죽**	우거지된장볶음 소간적 마늘머리김치, 고추김치**	모싯잎송편		6
	1	4	1		
제주 양씨 중랑장공파 가문		갈치국, 다금바리국, 옥돔미역국*	흰떡, 쟁기떡* 좁쌀조청	식혜, 수정과, 감주, 청주	10
		3	3	4	
전체	37	360	146	51	594

*실험조리 및 조리법 과학화, **는 조리법 과학화 및 종가 대표 내림음식 선정

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

다. 조사가문 특징

(1) 안동 권씨 추밀공파 가문

찹쌀농사를 많이 짓는 지역적 특성 때문에 떡에도 찹쌀로 만든 떡이 많으며, 가양주를 만들 때에도 찹쌀 누룩을 이용한 삼해백일주를 제조하는 명가이다. 종손직계가 아니며 중시조로부터 10대 이상이 되지 않아 명가로 분류된 가문이다.

<표 2-3> 안동 권씨 추밀공파 가문 소개

항목	조사 내용
조사년도	2014년
종가 소재지	전북 순창
스토리	5대 봉사를 하는 종가로, 지역에서 찹쌀 농사를 많이 짓기 때문에 조청, 감떡, 삼해백일주, 약밥 등 찹쌀을 이용해서 만든 음식이 많으며 가양주를 만들 때에도 찹쌀을 넣어 누룩을 만든 뒤 술을 빚고. 산모에게 전복이나 말린 피문어, 대하를 넣은 미역국과 잣죽, 전복죽을 끓어주었다.

<표 2-4> 안동 권씨 추밀공파 가문의 일상식과 특별식의 분류

가문명	주식류	부식류	떡 및 과정류	음청류	주류	수
안동 권씨 추밀공파 가문	팥죽, 보리밥	가지무침, 부추무침, 호박무침, 오이무침, 김부각, 무말랭이장아찌, 오이장아찌, 더덕장아찌, 꼬들빼기장아찌, 깻잎장아찌, 고춧잎장아찌, 굴비장아찌, 전복장아찌, 무장아찌, 배추김치, 총각김치, 꼬들빼기김치, 갓김치, 파김치, 신건지, 묵은간장, 된장, 청국장, 쌈장	쑥인절미, 쑥버무리, 감떡, 약밥, 꽃약과, 김부각, 산자	식혜, 수정과, 찹쌀청주,	삼해백일주	37
	2	24	7	4		

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(2) 울산 김씨 하서 김인후 종가

필암서원에 보관돼 있는 김인후 신도비는 송시열 선생과 이재 선생인 비문을 쓰고 글을 짓는 등 학술적 가치가 높은 문화재이다. 각종 장아찌를 많이 제조하며 청주를 직접 제조하였지만 지금은 만들지 않는다고 한다.

<표 2-5> 울산 김씨 하서 김인후 종가 가문 소개

항목	조사 내용
조사년도	2014년
종가 소재지	전북 장성군
스토리	호남지방의 대표적인 학자인 김인후의 필암서원에 있는 김인후신도비는 그의 생애와 업적을 알 수 있을 뿐만 아니라, 우암 송시열(宋時烈)이 비문을 지었고 이재가 글을 쓰는 등 학술적, 향토사적 가치가 큰 문화재이다. 청주를 직접 만드는 울산김씨 종가는 첫 술은 주로 제사에 올려 사용하였고, 청주를 내릴 때는 몸과 마음을 정갈하게 하고 주변에 사람들의 출입을 제한할 만큼 온 신경을 기울여서 청주를 만든다고 한다.

<표 2-6> 울산 김씨 하서 김인후 종가의 내림음식

가문명	주식류	부식류	떡 및 과정류	음청 및 주류	수
울산 김씨 하서 김인후 종가		깻잎장아찌, 감장아찌, 마늘장아찌, 매실장아찌, 풋마늘장아찌, 무장아찌, 곶감배추김치, 홍갓순무김치, 고추튀각	인절미, 시루떡, 흰떡, 부꾸미		13
		9	4		

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(3) 해주 최씨 고죽 최경창 종가

일상식과 접빈객 음식에 연포탕, 낙지탕탕이, 붕어찜, 생선회, 홍어삼합 등 바다고기와 민물고기 등 어류의 활용이 많은 최경창종가는 음식이 담백한 것이 특징이며 가양주로 막걸리를 제조하는 종가이다.

<표 2-7> 해주 최씨 고죽 최경창 종가 소개

항목	조사 내용
조사년도	2014년
종가 소재지	전북 영암군
스토리	시어른께서 육고기보다 어류를 좋아하셔서 봄가을에는 낙지 탕탕이, 연포탕, 어찜(물천회)을 즐겨 먹었던 해주최씨 종가는 손님상이나 주안상에도 홍어, 전수, 회(농어, 민어, 서대), 홍어삼합 등을 올렸다. 가양주를 만들때 누룩은 밀을 거칠게 갈아 두부 사이즈로 만들고 밥을 쪄서 누룩을 넣은 후 발효시켜 만든다고 한다.

<표 2-8> 해주 최씨 고죽 최경창 종가의 내림음식

가문명	주식류	부식류	떡 및 과정류	음청 및 주류	수
해주 최씨 고죽 최경창 종가	칼국수, 보리밥	연포탕, 사골, 삼계탕, 고추된장국, 닭미역국 붕어찜, 콩나물, 가지나물, 장아찌 배추김치, 동치미김치, 갓김치, 파김치 고추장, 낙지탕탕이	쑥떡, 가래떡, 유과, 빙사과	식혜, 수정과, 막걸리	24
	2	15	4	3	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(4) 선산 유씨 미암 유희춘 종가

종가의 사당인 모현관에 『미암일기』가 보관돼 역사적으로도 가치가 높은 유희춘 종가는 각종 김치와 장아찌의 종류가 많은 종가로 집장과 찌금장, 점장 등 전라도지역에서 제조하는 봄철에 김장김치 국물을 이용한 장을 제조하는 종가중의 하나이다.

<표 2-9> 선산 유씨 미암 유희춘 종가 가문 소개

항목	조사 내용
조사년도	2014년
종가 소재지	전북 영암군
스토리	아름다운 연못위의 모현관에 보물 제 260호인 '미암일기'가 보관돼 있는 선산유씨 종가는 여러 가지 김치와 장아찌를 많이 담근다. 겨울에는 김장김치와 동치미, 싱건지, 오이열무김치, 무장아찌, 마늘쫑 장아찌, 깻잎장아찌, 배짠지 등과 여름에 가마솥에 닭과 무를 넣고 한솥 끓여서 동네사람들에게 나눠주며 종가의 미덕을 나눈다. 예로부터 고기가 귀해서 산적을 만들기 어려워 겨울 제사에 무전을 많이 사용했다.

<표 2-10> 선산 유씨 미암 유희춘 종가의 내림음식

가문명	주식류	부식류	떡 및 과정류	음청 및 주류	수
선산 유씨 미암 유희춘 종가	칼국수, 보리밥	고등어찜, 홍어찜, 호박나물, 오이나물 콩잎전, 상어전, 마늘장아찌, 무장아찌, 배짠지장아찌, 깻잎장아찌, 김치, 동치미, 신건지, 집장, 찌금장, 청국장, 점장, 고추장,	기증떡, 흰떡, 거피팥시루떡, 녹두시루떡, 인절미, 부꾸미,	식혜, 수정과, 점주, 청주	28
	2	16	6	4	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(5) 연안 김씨 직강공파 가문

간장으로 간을 하지 않아 하얀색 약식을 만드는 연안김씨 가문은 간장과 고추장의 사용을 자제하고 음식의 색을 밝게 내는 가문으로 지역적인 특성으로 뜸부기 나물을 제사상에 올리며 지역적인 특성상 굴비를 이용한 음식이 많다. 종손과 종부가 종택에 거주하지 않아 명가로 분류된 가문이다.

<표 2-11> 연안 김씨 직장공파 가문 소개

항목	조사 내용
조사년도	2014년
종가 소재지	전북 영광군
스토리	모든 국들은 고춧가루가 들어가거나 색상이 어두우면 천한 음식이라 해서 항상 맑게 끓였고 육개장은 고춧가루 때문에 먹지 않았다고 한다. 간장으로 간을 하지 않아 하얀 찰밥처럼 약식을 만들어 냈으며, 식혜도 밥알이 검은색이 나면 먹지 않고 맑은 물만 마셨다고 한다. 홍어를 좋아하는 시어른 때문에 항상 상에 올렸고 통으로 사와서 짚더미에 보이지 않게 삭혔다. 지역적 특성상 굴비는 넘쳐나는 것이었기 때문에 항상 짚으로 꼬아서 많이 말렸고 말린 굴비를 쪄서 상에 올렸다. 제사에 올리는 나물은 3,5,7채로 홀수로 하며 기본 3채에는 바다, 산, 밭을 대표해서 뜸부기나물, 고사리, 도라지를 한다.

<표 2-12> 연안 김씨 직장공파 가문의 내림음식

가문명	주식류	부식류	떡 및 과정류	음청 및 주류	수
연안 김씨 직강공파 가문	좁쌀밥, 보리밥	소고기맑은국, 바지락어탕, 새우어탕 홍어찜, 굴비찜, 호박나물, 고추나물, 가지나물, 오이초선**	약식, 진달래화전, 대추화전, 유과	식혜, 청주	17
	2	9	4	2	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(6) 나주 나씨 송도공파 종가

개천절과 현충일에 제사를 지내는 송도공파 종가는 제사를 지내는 방법이 다른 종가와 차이를 보인다. 제사상에 올리는 도미와 숭어는 한번 찐 후 숯불에 다시 굽는 방법으로 조리하며 상추를 다 뜯어 먹고 난 후 돼지기름을 이용해서 상추 속대로 전을 부치는 상추속대전이 특징적인 종가이다.

<표 2-13> 나주 나씨 송도공파 종가 소개

항목	조사 내용
조사년도	2014년
종가 소재지	전남 광양시
스토리	송의 사신으로 고려에 왔다가 나주에 정착한 나부(羅富)를 시조로 성씨로 개천절, 현충일 3년은 따로 제사를 지내고 3년 후에는 현충일에 모든 제사를 지냈다. 해가 진 후에 순서 없이 진설 하다가 11시가 넘어가면 숯불에 열을 다시 올리고 진설을 한 후 닭이 울 때까지 기다리는데, 향 한 자루 타는 30분정도만 제사를 모신다고 한다. 도미, 숭어는 솥에서 한번 찌고 제사상에 올리기 전에 숯불에 다시 구워서 올리고, 제를 모실 때 아침 식사 후에 과일과 차를 올리고 위패를 모신다.

<표 2-14> 나주 나씨 송도공파 나천정 종가의 내림음식

가문명	주식류	부식류	떡 및 과정류	음청 및 주류	수
나주 나씨 송도공파 종가	쌀밥, 수수밥, 조밥, 보리밥	시래기된장국, 된장찌개, 밤수란탕 고구마줄기나물, 콩나물, 쑥갓나물, 가죽부각, 상추속대전, 낙지호롱, 육고기구이, 배추김치, 무김치, 무동치미, 배추동치미, 상추겉절이, 비계장	백편, 인절미, 무지개떡, 송편, 구운인절미, 약밥 산자, 다식	냉수, 배·사과껍질차, 숭늉	31
	4	16	8	3	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(7) 제주 양씨 중랑장공파 가문

제주도의 지역적인 특성 때문에 제사상에 전을 올리지 않는 제주양씨 가문은 산모에게 옥돔미역국을 끓여주며 제주도의 특산물인 쟁기떡을 제사상에 올린다. 종손직계가 아니어서 명가로 분류된 가문이다.

<표 2-15> 제주 양씨 중랑장공파 가문 소개

항목	조사 내용
조사년도	2014년
종가 소재지	제주 서귀포시
스토리	고사리는 조상들이 이승에서 짚고 다닐 수 있는 지팡이같이 생겼다고 해서 지팡이나물이라고 해서 제상에 꼭 올리며 바다고기국은 제사상의 왕인 옥돔을 이용해서 끓인다. 전은 4·3사건 이후 하지 않으며 떡은 지구, 해, 달, 별이라고 전 자연을 모신다는 의미로 네모, 동그라미, 달모양, 별모양으로 만들며 떡을 쌓을 때도 지구(인절미)를 제일 아래에, 그 다음 해(절변), 달(솔변), 별(우찌: 위에 얹는다는 표현)순서로 쌓아 올린다. 쟁기떡은 인절미, 절변, 솔변, 우찌를 만들기 어려울 때 간소하게 만들어 제상에 사용했다. 산모에게 바닷고기 미역국을 끓어주는데 김치나 사과 등 날것을 먹지 말라고 하였고 북바리가 산모에게는 가장 좋은 생선이라고 한다.

<표 2-16> 제주 양씨 중랑장공파 가문의 내림음식

가문명	주식류	부식류	떡 및 과정류	음청 및 주류	수
제주 양씨 중랑장공파 가문		갈치국, 다금바리국, 옥돔미역국*	흰떡, 쟁기떡* 좁쌀조청	식혜, 수정과, 감주, 청주	10
		3	3	4	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(8) 광산김씨 긍구당 김중정 종가

내림음식의 특성이 경상도와 전라도가 섞여있는 김중정 종가는 제사상에 수란을 올리며 전의 종류가 많은 종가이다. 마당에 지천인 호박잎이 억세지기 전에 어린 호박잎만을 따서 전을 부치면 그 맛이 일품이라고 말하는 종부는 어린 호박잎전 이외에도 박잎이나 가죽나물 등 일반적으로 잘 사용하지 않는 채소를 이용해서 전을 부쳐 일상식으로 이용한다.

<표 2-17> 광산 김씨 긍구당 김중정 종가 소개

항목	조사 내용
조사년도	2015년
종가 소재지	전북 진안군
스토리	전라도 출신 종손과 경상도 출신 종부가 만나 전해 내려오는 음식이 경상도와 전라도 음식 문화가 섞어있는 것이 특징이며 불천위를 지내지는 않지만 사당(주천서원) 제를 1년에 1번 지낸다.

<표 2-18> 광산 김씨 긍구당 김중정 종가의 내림음식

가문명	주식류	부식류	떡 및 과정류	음청 및 주류	수
광산 김씨 긍구당 김중정 종가	쌀밥, 보리밥, 밀수제비, 고기만두, 김치만두, 닭백숙	닭볶음탕, 굴미역국, 탕국, 토란탕, 다슬기국, 수란, 박속국(소고기국), 닭미역국, 된장찌개, 김치찌개, 청국장, 비지찌개, 생선전골, 돼지고기전골, 꽃게찜, 조기찜, 숙주나물, 시금치나물, 무나물, 콩나물, 고사리나물, 박나물, 멸치볶음, 명태보푸라기, 콩자반, 가죽자반, 김부각, 청태부각, 생강잎부각, 고추장떡, 된장떡, 배추전, 부추전, 어린 호박잎전**, 박잎전, 가죽전, 꿩고기전, 닭고기전, 어전, 돼지산적, 꿩고기적, 닭고기적, 콩잎된장장아찌, 풋마늘장아찌, 열무얼갈이김치, 소고기장조림, 돼지고기장조림, 마늘쫑장조림, 고추조림, 생선조림, 땅콩볶음, 손두부, 찹쌀순대, 육포, 황석어젓갈, 감식초,	인절미, 쑥떡, 바람떡, 송편, 호박떡, 시루떡, 수수떡, 오색강정, 무정과, 인삼정과, 조청, 엿, 대추고임	인삼차, 인삼주, 막걸리, 동동주, 누룩	79
	6	55	13	5	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(9) 장흥 고씨 학봉 고인후 종가

전라도 제사음식은 경상도의 음식문화가 약간 섞여있는 특징을 보이는데 고인후 종가도 경상도에서 많이 사용하는 상어를 이용한 제사음식(건상어포, 상어전) 등을 올린다. 준치를 살을 발라 경단을 만들어 탕을 끓여 일상식이나 제사음식으로 이용했으며 들깨송이부각을 만들어 일상식으로 이용했다.

<표 2-19> 장흥 고씨 학봉 고인후 종가 소개

항목	조사 내용
조사년도	2015년
종가 소재지	전남 담양군
스토리	장흥 고씨 제봉 고경명의 둘째아들 학봉 고인후종가로 1592년 임진왜란때부터 420년간 1년에 2번씩 불천위제례를 지낸다. 경상도에서 많이 올리는 상어를 여름에는 건상어포, 겨울에는 상어전으로 올린다. 조부가 파주에서 가져온 감종자를 앞마당에서 키웠는데 다른 감과는 달리 씨가 없어서 파시감이라 불렀으며 이 감을 이용해서 감장아찌와 감식초를 만들어서 먹었다. 이 종가에서는 잔가시가 많은 준치를 큰 가시만 발라내고 살과 다져서 경단모양으로 만들어 채소를 넣어 탕을 끓여 먹었고 들깨송이부각을 만들어 먹는 것이 특징이다.

<표 2-20> 장흥 고씨 학봉 고인후 종가의 내림음식

가문명	주식류	부식류	떡 및 과정류	음청 및 주류	수
장흥 고씨 학봉 고인후 종가	닭떡국	소고기미역국, 소고기무국, 토란탕, 탕국, 준치탕, 고사리나물, 도라지나물, 시금치나물, 숙주나물, 토란대나물, 죽순나물, 김부각, 가죽부각, 고추부각, 들깨송이부각, 육포, 명태포, 오징어포, 문어포, 건상어포, 홍어무침, 꼬막명태전, 소고기육전, 당근전, 두부전, 죽순전, 우엉전, 굴비장아찌, 감장아찌, 무장아찌, 배추김치, 무김치, 파김치, 고들빼기김치, 석박지, 동치미, 간장, 고추장죽순회, 메밀묵, 도토리묵, 족편, 멸치젓, 갈치속젓, 황석어젓, 새우젓, 감식초, 죽순튀김	백설기, 무지개떡, 수수단자, 인절미, 기정떡, 부꾸미, 감단자, 송화다식, 깨다식, 임자다식, 대추다식, 도라지정과, 연근정과, 무정과, 동아정과, 인삼정과, 팥양갱, 곶감말이	감잎차, 뽕잎차, 목련꽃차, 죽로차, 민들레차	73
	1	49	18	5	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(10) 행주 기씨 노사 기정진종가

15번의 제사를 매년 올리는 기정진 종가는 음식자체가 담백한 특징이 있다. 지역적인 특성상 민물고기를 이용한 일상식이 많으며 호박잎된장국이 실험조리 대상이 돼 내림음식으로 채택된 종가이다.

<표 2-21> 행주 기씨 노사 기정진 종가 소개

항목	조사 내용
조사년도	2015년
종가 소재지	전남 장성군
스토리	행주 기씨 기정진종가에서는 현재 1년 제사만 13번에, 봄·가을 등 매년 2번씩 열리는 서원 제사까지 합치면 모두 15번의 제를 올리고 있다. 집안 내림음식 자체가 담백하며 가풍에 녹아있는 선비 정신 때문인지 육고기를 멀리하고 나물과 채소 위주의 담백한 음식을 즐기며 강에서 잡은 붕어와 마당에 있는 가죽나무의 말린 잎, 무 등을 넣고 끓은 붕어찜을 즐기며 자연 그대로의 음식에 기정진 종가의 검소하고 강직함이 드러나 있다.

<표 22> 행주 기씨 노사 기정진 종가의 내림음식

가문명	주식류	부식류	떡 및 과정류	음청 및 주류	수
행주기씨 노사 기정진 종가	닭떡국	호박잎된장국**, 삼탕 시래기붕어찜, 가죽나물부각 다슬기장아찌, 죽순장아찌	누름떡, 연근정과	청주	10
	1	7	2	1	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(11) 장흥 위씨 반계 위정명 종가

뼈대 있는 집안의 마당에만 있다는 파초를 심고 멸치젓에 담가 장아찌를 만들어 먹는 종가로 지역적인 특성을 이용한 음식이 많다. 전라도 제상에 주로 올리는 홍어대신 상어를 덩어리째 구워서 올리는 특징이 있으며 겨울에는 상어포를 올린다.

<표 2-23> 장흥 위씨 반계 위정명 종가 소개

항목	조사 내용
조사년도	2015년
종가 소재지	전남 장흥군
스토리	후원에 대나무가 많아 주변의 경관이 매우 아름다운 이 종가는 뼈대 있는 집안 마당에는 항시 자리 잡고 있다는 소나무, 죽 등과 함께 10군자에 해당하는 파초를 마당에 심고 장아찌를 만들어 먹는다. 곧은 모양으로 선비의 바른 모습을 보여주는 식재료인 죽순을 이용한 음식과 바다를 끼고 있어 어류나 패류가 풍부한 장흥 위씨 종가는 짠맛을 줄이기 위해 한 번 달인 간장을 이용해서 만드는 게장이 있다. 상어 덩어리를 구워서 올리고 상어포를 말려서 끝부분까지 자르지 않고 오징어 다리처럼 잘라서 어포로 올린다.

<표 2-24> 장흥 위씨 반계 위정명 종가

가문명	주식류	부식류	떡 및 과정류	음청 및 주류	수
장흥 위씨 반계 위정명 종가		매생이국, 파초장아찌**, 싱건지	인절미	식혜	5
		3	1	1	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(12) 해남 윤씨 고산 윤선도 종가

고산 윤선도 선생의 종가로 중시조는 어초은공 윤효정이며 전라도 대표 종가의 하나이다. 가양주가 발달하였으며 상어를 이용한 어만두나 상어고기 나물이 제례에 이용된다.

<표 2-25 > 해남 윤씨 고산 윤선도 종가 소개

항목	조사 내용
조사년도	2015년
종가 소재지	전남 해남군
스토리	고산 윤선도와 해남 윤씨 중시조인 어초은공 윤효정을 모신 사당이 있는 녹우당은 집 앞에서 서 있는 4백년 묵은 은행나무에서 떨어지는 은행잎이 녹색의 비 같다고 해서 지어진 이름이며 불천위 제사를 비롯한 많은 제사에 올리는 제례음식이 다양하며 감단자, 비자강정, 다식(송화, 콩, 깨, 들깨, 율무가루)등 고유의 떡, 한가와 비파주, 백일주, 20일주등의 가양주가 잘 발달돼 전해오고 있으며 상어고기를 이용한 어만두 족편, 상어고기나물 등이 제례에 사용된다.

<표 2-26> 해남 윤씨 고산 윤선도 종가의 내림음식

가문명	주식류	부식류	떡 및 과정류	음청 및 주류	수
해남 윤씨 고산 윤선도 종가		명태전, 오이물김치, 돼지고기편육			3
		3			

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(13) 제주 양씨 학포 양팽손 종가

종손과 종부가 세상을 떠나고 종택이 첩이 남아 불천위제례를 지내는 종가로 조사한 내용이 적은 종가이다.

<표 2-27> 제주 양씨 학포 양팽손 종가 소개

항목	조사 내용
조사년도	2015년
종가 소재지	전남 화순군
스토리	학포 양팽손선생을 모신 사당인 학포 선생 부조묘(화순군 향토문화유산 7호)를 모시고 있는 종가이나 종손과 종부는 세상을 종택을 떠났고, 종손의 첩이 혼자 종택을 지키고 있다. 차종손과 차종부(종손과 종부가 세상을 떠났으니, 현 종손, 종부가 됨)는 부산에 거주하고 있으나 집안행사에 전혀 참석하지 않고 종손의 첩이 불천위제례를 지내나 귀가 어둡고, 기억력이 자주 흐려서 인터뷰 당시 음식을 기억을 하지 못하였으며 돌아가신 종손 형제의 아들이 기억나는 음식 이야기를 해주었으나 특별한 음식이 없어 발굴한 음식은 적다.

<표 2-28> 제주 양씨 학포 양팽손 종가의 내림음식

가문명	주식류	부식류	떡 및 과정류	음청 및 주류	수
제주 양씨 학포 양팽손 종가		고구마줄기나물 육전**, 잡전		지주술	4
		3		1	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(14) 행주 기씨 고봉 기대승 종가

광주지역에서는 명문가 집안으로 유명한 기, 고, 박 씨를 뽑는데 그중 하나인 기대승종가는 제사상에 상어와 홍어를 같이 올리며 제사가 많아 다식과 정과 등의 과정류는 떨어질 날이 없었다고 한다. 겨울에 저장해 놓았던 무에서 노랗게 움이 트면 뜯어서 무움나물을 채 썬 무와 함께 묻혀 먹었다고 하는 종부는 상추를 다 뜯어먹고 나서 상추속대로 김치를 만들면 그 쌉쌀한 맛이 일품이었다고 한다.

<표 2-29> 행주 기씨 고봉 기대승 종가 소개

항목	조사 내용
조사년도	2016년
종가 소재지	광주광역시
스토리	행주 기씨 기대승 종가는 고봉 기대승선생 부부의 불천위를 지낸다. 심혈을 기울여 5탕(홍합, 새우, 소고기, 낙지, 조기, 무, 두부), 7채(죽순, 배추, 시금치, 도라지, 고사리, 숙주, 무)를 올리고 쑥을 이용한 떡 종류와 다식, 정과 등의 과정류는 항시 떨어지지 않게 준비해서 손님을 접대했으며 상추를 다 뜯어 먹고 남은 상추속대김치와 겨울에 저장해 놓은 무에서 나는 움을 뜯어 나물을 무쳐 먹는 등의 내림음식을 보유한 가문이다.

<표 2-30> 행주 기씨 고봉 기대승 종가의 내림음식

가문명	주식류	부식류	떡 및 과정류	음청 및 주류	수
행주 기씨 고봉 기대승 종가	떡국	상어찜, 홍어찜, 소고기조치 무움나물*, 낙지호롱, 상추속대김치** 김부각	송편, 찰편, 검정깨편, 부꾸미, 약과, 송화다식, 흑임자다식, 콩가루다식, 동아정과, 무정과, 도라지정과	감주	20
	1	7	11	1	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(15) 장흥 고씨 제봉 고경명 종가

광주 압촌마을 장흥 고씨 집성촌에 자리한 고원희 고택은 문화제로 지정될 만큼 그 위엄을 자랑하는 고택이다. 이 종가의 종부는 종가답게 여러 가지 종류의 김치를 만들어 주변에 나누는 것을 미덕으로 생각한다. 음복할 때도 손이 많이 가는 녹두 찹쌀 닭죽을 만들어 제사 지내는 사람들을 배려한다.

<표 2-31> 장흥 고씨 제봉 고경명 종가 소개

항목	조사 내용
조사년도	2016년
종가 소재지	광주광역시
스토리	광주 남구 압촌 마을은 장흥 고씨 집성촌이며 고경명 장군의 생가터에 100년 전 새로 지은 고택으로 고원희 고택으로 불리며 광주시문화재자료 제 8호로 지정돼 있다. 고원희 종손은 백부 고영문 옹이 아들을 얻지 못하자 생양자로 출계해서 선조들의 제사를 지내며 집안을 이끌었다고 한다. 이 종가의 종부는 멸치젓, 황석어젓까지 직접 담가서 여러 종류의 색다른 김치를 담그는 것으로도 유명하며 음복할 때 찬 음식으로 속이 안 좋아질까 오가피, 황기 등으로 육수를 낸 후 녹두와 찹쌀로 닭죽을 끓여 살만 발라 준비한다.

<표 2-32> 장흥 고씨 제봉 고경명 종가의 내림음식

가문명	주식류	부식류	떡 및 과정류	음청 및 주류	수
장흥 고씨 제봉 고경명 종가	녹두찹쌀닭죽	우거지된장볶음 소간적 마늘머리김치, 고추김치	모싯잎송편		6
	1	4	1		

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(16) 문화 류씨 정간공파 류석현 종가

지역적인 특성상 죽순으로 만든 음식이 많은 류석현 종가는 제사상에 상어와 홍어를 같이 올리며 산모에게는 홍합미역국을 만들어 먹인다. 다른 종가와는 다른 말린 죽순나물의 조리법이 특징적인 류석현 종가는 생선이 흔하지 않았기 때문에 생선살이 부서질까 우려해 짚으로 생태를 감싸서 탕을 끓어 접빈객음식으로 만들었으며 솜씨 좋은 종부 때문에 떡 및 산자, 강반뿐 아니라 엿까지 만들어 먹었다고 한다.

<표 2-33> 문화 류씨 정간공파 류석현 종가 소개

항목	조사 내용
조사년도	2016년
종가 소재지	전남 담양군
스토리	전남 문화재자료 제 192호로 지정돼 있는 문화 류씨의 종가는 송강 정철이 문화 류씨 석현의 손녀와 결혼해서 신방으로 사용된 곳이며 500년 된 소나무가 누워있다고 와송당이라고 붙여진 종택은 대나무 숲에 둘러싸여 있고 운치를 더한다. 종손은 일찍이 돌아가시고 고령임에도 불구하고 종가와 종택을 지키고 있는 종부는 집안과 문밖, 천지에 깔린 죽순으로 많은 음식을 만드시는데 죽순이 없는 때를 대비해 삶아서 말려두었다가 고기와 함께 볶아서 나물을 만드는 등의 조리법이 특징적이다.

<표 2-34> 문화 류씨 정간공 류석현 종가의 내림음식

가문명	주식류	부식류	떡 및 과정류	음청 및 주류	수
문화 류씨 정간공 류석헌 종가	닭떡국	홍합미역국, 짚으로 감싼 생태탕, 게찜, 상어찜, 홍어찜, 말린죽순나물, 낙지호롱, 파적, 무짠지 싱건지, 문어오림, 육포, 명태포	설기, 절편, 쑥인절미, 한과, 강반, 산자, 약과, 다식, 정과, 엿	식혜	25
	1	13	10	1	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(17) 부안 김씨 문정공 김구 종가

일년 12번의 제사를 치르며 옛날에는 두부도 만들고 오꼬시(산자)도 만들었는데 요즘에는 그래도 간단하게 치는 거라고 말하는 종부는 상어머리를 갈아 넣어 생합전을 만들고 무를 많이 넣어 닭곰탕을 끓여 접빈객음식을 만들었던 먹을 것이 귀하던 시절을 회상한다. 제사음식에서도 고명을 올려 아름답게 만드는 것을 중시하는 종가이다.

<표 2-35> 부안 김씨 문정공 김구 종가 소개

항목	조사 내용
조사년도	2016년
종가 소재지	전북 부안군
스토리	부안 김씨 중종 우반동 고문서를 보관하는 서원앞에 자리 잡은 부안김씨 지평공파 김구종가의 종부는 먹을 것이 귀하던 시절 손님이 오면 여러 사람을 먹이려고 닭 한 마리에 무를 많이 넣고 푸욱 삶아서 대접했다는 종부는 그 바쁘고 없는 와중에서도 예쁘게 만들어야 더 맛있고 조상님들이 좋아하신다며 상어전 만드는 법을 설명하신다. “얼른 쪄야혀. 파가 이쁘게, 새파랗게.. 그려서 꽃을 만들어. 쪽파, 통깨하고 실고추, 풋고추 빨간 놈 쫑쫑 썰어서 꽃처럼 찍어야 혀. 이쁘게.”

<표 2-36> 부안 김씨 문정공 김구 종가의 내림음식

가문명	주식류	부식류	떡 및 과정류	음청 및 주류	수
부안 김씨 문정공 김구 종가	바지락국수	닭곰탕, 박나물된장국, 숭어찜, 홍어찜, 박나물, 도라지전, 생합전, 상어꽂이, 무장아찌, 들깻잎장아찌, 양외장아찌, 조기젓, 노리젓, 바지락젓, 돼지족발	콩고물시루떡, 절편, 인절미, 찰떡, 산자, 약과	식혜, 동동주	24
	1	15	6	2	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(18) 남원 양씨 쌍매당공파 종가

남원 양씨 집성촌에 위치한 쌍매당공파 종가의 종손은 집 뒤에 거북바위가 있어서 우리 사랑채에서 자고 가면 시험에 붙는 말이 있다며 요즘에도 한 달에 몇 분은 오신다고, 옛날에 종가집에 많은 손님들이 머물러 가고 그랬듯이..'라고 말한다. 섬진강 근처이기 때문에 민물고기 삶아서 제사상에 올리는데 윗줄이 아니고 잡줄에 놓는다고 한다. 제사상에 올리는 생선은 비늘이 없으면 천한 생선이라고 빠가사리 같은 건 안쓰고 반찬줄에 모래무지나 꺽지만 쓴다고 한다. 다슬기가 많이 나는 지역적 특성상 다슬기를 이용한 요리가 많으며 다슬기 호박국이 특징적인 내림음식으로 선정된 종가이다.

<표 2-37> 남원 양씨 쌍매당공파 종가 소개

항목	조사 내용
조사년도	2016년
종가 소재지	전북 순창군
스토리	남원 양씨 집성촌이 있는 순창군 동계면 구미리의 김인영 노종부는 "내가 시집올 때만 해도 350호정도 양씨가 살았지. 지금은 백호정도밖에 안되지." 종가에 시집와서 시부모님과 시조부, 조모님을 모시고 몸채에서 살며 제사를 지냈다며 추억한다. 지역 특성상 섬진강 근처이기 때문에 민물고기 삶아서 제사에 쓰기도 했으며 내림음식으로는 다슬기호박국이 있다.

<표 2-38> 남원 양씨 쌍매당공파 양이시 종가의 내림음식

가문명	주식류	부식류	떡 및 과정류	음청 및 주류	수
남원 양씨 쌍매당공파 종가		다슬기호박국, 토란미역국, 들깨토란탕, 다슬기장조림, 배추속대나물, 갑오징어전 죽순회, 다슬기회	시루떡, 쑥떡, 녹두거피인절미, 과즐, 곶감정과, 약과, 유과	동동주	16
		8	7	1	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(19) 진주 정씨 충장공파 종가

충장공파 종가는 예로부터 주류를 잘 만들기로 소문난 여유 있는 종가였다. 제조한 가양주의 종류가 많은 이 종가는 가을에 토란이 나오면 쌀가루, 들깨가루, 우렁이 넣고 끓여 햅쌀밥과 먹었던 기억과 성주상에 그해 처음 먹는 조기심리를 올리고 먹던 옛날에는 맛있게 먹었던 찌검장 등의 내림음식의 종류가 많았던 종가이다.

<표 2-39> 진주 정씨 충장공파 종가 소개

항목	조사 내용
조사년도	2016년
종가 소재지	전북 고창군
스토리	진주 정씨 충장공파 종가는 조모께서 밑술을 만들어 두견 꽃이 피면 술밥을 만들어 꽃잎을 넣고 본 술을 하는데 그 색깔이 진달래 꽃 같은 색이 나와서 두견주라고 했다고 하며 화주소주, 청주를 등 주류를 많이 만들기로 유명한 종가이며 가을 처음 잡은 조기로 탕을 끓여 성주상에 올리고 조기심리라 불렀으며 김장김치 국물로 찌검장을 만드는 등 내림음식의 종류가 많은 종가이다.

<표 2-40> 진주 정씨 충장공파 종가의 내림음식

가문명	주식류	부식류	떡 및 과정류	음청 및 주류	수
진주 정씨 충장공파 종가	낭화(팥칼국수), 무밥, 고구마밥	소고기미역국, 들깨우렁토란탕, 조기심리, 홍어찜, 상어찜, 간전, 소고기전, 찌검장, 수란	부꾸미, 다식	두견주, 화주, 청주	17
	3	10	2	3	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(20) 언양 김씨 장무공 김준 종가

몇 년 전만 해도 새벽 2시 30분에서 세시 첫닭이 울면 제사를 지냈다는 김준종가는 겨울밤 첫날이 울기만을 기다리다 키로 닭을 깨웠던 기억을 얘기하는 김성철 종손은 지금은 자손들 편의에 의해 시간을 낮으로 옮겼다고 말한다. 제사상에 홍어와 상어를 두루 사용하며 음식솜씨 좋은 종부 때문에 일상식과 접객음식이 발달한 종가이다.

<표 2-41> 언양 김씨 장무공 김종 종가 소개

항목	조사 내용
조사년도	2016년
종가 소재지	전북 정읍시
스토리	연 12회의 제사를 지내는 언양김씨 장무공파 김준종가는 부친 부조가제 12대조인데 그분 제사가 음력으로 정월 스무하룻날인데 옛날에는 새벽 2시 30분에서 3시, 첫닭이 울면 제사를 지냈으나 지금은 노인 분들이나 먼 곳에서 찾아오시는 분들 때문에 낮 시간으로 시간을 옮겼지만 자손들 편의에 의해 시간을 옮겼다고 한다. 이 종가는 생선류에서 홍어와 홍상어, 상어 꽃게 등을 많이 이용하며 홍어를 직접 삭혀 제사에 쓰거나 부식류로 이용하는 등 홍어의 사용이 두드러지고 각종 나물과 볶음류를 만들 때 육수를 따로내어 만드는 특징이 있다.

<표 2-42> 언양 김씨 장무공 김준 종가의 내림음식

가문명	주식류	부식류	떡 및 과정류	음청 및 주류	수
언양 김씨 장무공 김준 종가	만두	머위들깨국, 꽃게찜, 상어찜, 홍상어찜, 병어찜, 콩나물잡채, 머위나물, 호박즙나물, 어전꼬챙이, 홍어꼬챙이, 상추겉절이, 도토리묵, 홍어회	송편, 시루떡		16
	1	13	2		

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(21) 풍천 노씨 옥계 노진 종가

“내가 어렸을 때 보면 우리 집에 제사지내는 날은 동네잔치여. 그때는 돼지 한 마리씩은 꼭 잡아서 제사를 지냈으니 동내사람들이 다 와서 음식을 하고 진설할 때도 혼자 새벽 다섯시부터 일어나서 30센치 정도씩 높이 쌓고 그러지. ‘유과 강반 약과 또.. 그런거 다 했어요. 제사 한번 할라하면은 엿기름 엿을 새벽에 밤새도록 솥에 끓여서 그걸 인제 엿물을 들어내서 엿 만들어야 하지 그걸 가지고 또 인자 또 뭐여 튀겨서 솥에다 튀겨서 유과도 기름에다가 튀기고 튀겨서 긍게 강반을 일주일 열흘 전부터 해야 해 준비를 실제로는 동네사람들 와서 그릇 닦고 뭣허고 음식 장만해서 제사 지내는 것 까지 오일 걸리지..”라며 옛날을 회상하는 노진종가의 노갑환 종손은 어머님이 해주시던 콩나물과 당면을 넣고 새우젓으로 간을 한 돼지불고기를 맛깔나게 설명한다. 시절식으로는 단오가 되면 부녀자들이 야외에서 먹던 물맞이 수제비가 있으며 마른북어로 만든 북어전이 특징적인 종가이다.

<표 2-43> 풍천 노씨 옥계 노진 종가 소개

항목	조사 내용
조사년도	2016년
종가 소재지	전북 남원시
스토리	열네 살에 아버님이 돌아가셔서 종손이 됐다는 풍천노씨 옥계 노진종가의 노갑환 종손은 50년 넘게 일 년에 13회씩 제사를 지냈다고 한다 . 동태전이 아닌 마른 북어를 물에 불려 참기름장으로 구워서 만든 북어전을 제사상에 올리며 육회와 낙지호롱을 올려면서 초장을 함께 올리는 특징이 있는 종가이다.

<표 2-44> 풍천 노씨 옥계 노진 종가의 내림음식

가문명	주식류	부식류	떡 및 과정류	음청 및 주류	수
풍천 노씨 옥계 노진 종가	물맞이수제비	홍어찜, 취나물, 낙지호롱, 북어전, 돼지불고기, 육회	인절미, 약과, 유과, 시루떡, 강반, 엿	동동주, 청주	15
	1	6	6	2	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(22) 서도 장씨 진안공파 종가

웃기떡으로 주악을 올리는 장기전 종가는 그 제조법이나 모양이 일반 주악과는 다르고 집청하는 방법에서도 차이를 보인다. “아이고! 그놈을 거시기에다가 기름에다가 튀겨갖고는 거시기를 하지, 엿 묻히지. 엿물 끓여갖고 거기다 묻혀갖고, 그놈을 내서 설탕 조금씩 놓던지.” 라고 주악을 만들고 집청하는 방법을 설명하는 종부는 여유 있는 집안에서 자라 시집온 뒤 장남을 낫고는 맹미역국 말고 피문어나 홍합이 들어간 미역국을 먹었다고 말한다. 음식솜씨가 좋은 종부덕분에 제사상차림이나 음식의 모양이 아담하고 예쁜 특징을 갖는 종가이다.

<표 2-45> 서도 장씨 진안공파 종가 소개

항목	조사 내용
조사년도	2016년
종가 소재지	전북 김제시
스토리	제사에 올리는 음식 중 떡이 특징적인 이 종가는 시루떡 괴고 대추를 썰어 넣은 찹쌀반죽으로 거피녹두를 속으로 넣은 주악을 작은 만두만하게 빚어 만든다. 손이 많이 가는 주악을 작은 크기로 예쁘게 만들만큼 정성스런 제사를 지내는 서도장씨 집안은 홍어와 상어로 전을 만들고 탕으로도 올리며 진설하는 방법에서도 “풀을 진하게 해가지고서는 종이 한 장 올리고 속에다는 봉 넣고, 허드레를 넣고, 목기 위에다 한 켜 올리고, 종이 바르고, 한 켜 올리고, 종이 바르고 그래가지고 가운데가 조금 놓고, 가상을 돌려”라며 높이 쌓는 방법을 설명하신다.

<표 2-46>서도 장씨 진안공파 종가의 내림음식

가문명	주식류	부식류	떡 및 과정류	음청 및 주류	수
서도 장씨 진안공파 종가		피문어미역국, 홍합미역국, 홍어탕 장조림, 홍어찜 홍어부침개, 상어전	시루떡, 송편, 녹두대추주악		10
		7	3		

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(23) 제주 고씨 영성군 고희 종가

전북의 문화재자료인 효충사는 선조대왕이 의주로 파천할 당시 임진강에 이르렀을 때 고희장군이 왕을 등에 업고 강을 건넜다고 해서 왕을 호위한 공로로 벼슬과 사방십리 일대의 땅과 바다를 하사받았다고 하는 고희종가는 불천위를 포함해서 연 19회의 제사를 지내며 조부와 조모의 불천위제를 합설하지 않는다. 부안의 특성상 젓갈과 뜸부기나물을 제사상에 올리며 종부의 솜씨가 좋아 여러 가지 장아찌와 발효음식이 많은 종가이다.

<표 2-47> 제주 고씨 영성군 고희 종가 소개

항목	조사 내용
조사년도	2016년
종가 소재지	전북 부안군
스토리	보물 제 739호로 지정돼 있는 고희장군 문중의 유물들은 고희조부로부터 12대손까지 대략 400년 동안의 것들로 제주고씨 부안문중에 소장 돼 있다. 제주고씨 고희 종가는 기제사와 불천위, 차례를 포함해서 연 19회의 제사를 지내며 조부는 6월 열하루 음력이고 조모는 동짓날 그믐날이라 불천위제사 일자를 따로 지내며 신들이 좋아한다는 뜸부기 나물을 제사에 올리고 바지락젓, 딤핑이(디포리)젓을 상에 올리는 것이 특징적이다. 시절음식으로는 살짝 말린 시래기를 삶아서 항아리에 소금과 켜켜히 넣고 보관하다 나물로 무쳐먹고 파란빛이 도는 억세지 않은 산초를 조선장으로 장아찌를 만들고 머위대를 껍질과 된장에 박아 장아찌를 만들어 먹는 등 장아찌류의 내림음식 종류가 많은 종가이다.

<표 2-48> 제주 고씨 영성군 고희 종가의 내림음식

가문명	주식류	부식류	떡 및 과정류	음청 및 주류	수
제주 고씨 영성군 고희 종가		바지락탕시래기된장무침, 뜸부기나물, 머위대장아찌, 산초장아찌, 딤핑이젓갈, (디포리/밴댕이)	콩고물시루떡, 약과, 산자, 유과		10
		6	4		

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(24) 진천 송씨 표옹 송영구 종가

문중에서 종가음식차리는 법이라고 책을 만들어 제례음식과 차리는 법이 일목요연하게 정리돼 있는 가문으로 제사음식으로 간납전과 백자편이 특징적인 가문이다.

<표 2-49> 진천 송씨 포옹 송영구 종가 소개

항목	조사 내용
조사년도	2016년
종가 소재지	전북 완주군
스토리	1556년(명종 11)~1620(광해군 12)의 조선시대의 문신 표옹 송영구 선생은 선조실록의 편찬에 참여하고 경상도 관찰사, 병조참판을 지냈으나 1618년 폐모론을 반대, 정청에 참여하지 않아 파직당했다. 선생이 선친을 여의고 지은 곳인 망모당(전라북도 유형문화재 제90호)은 선생이 은거하던 곳의 후원에 자리한 누각이며 명나라 사신 주지번이 직접 방문해서 새긴 망모당이라는 편액은 스승과 제자 사이에 사랑과 믿음이며 '멀리서 추모한다'는 뜻이며 현재 전주박물관에 보관중이다. 진천송씨 선영에 있는 삼정승소나무는 송영구선생 자부인 최씨할머니께서 시집올 때 가져온 솔씨로 심은 소나무이며 진천송씨 우산정사 앞에 있는 백련지는 중국에서 들여왔다는 백련이 곱게 피어있어 표옹 송영구선생을 '백련거사'라 부른다고 한다. 4월 5일 표옹 송영구선생의 불천위를 지내는 문중회에서 종손과 함께 지내며 제례음식과 차리는 법이 책에 일목요연하게 정리돼 있으며 간과 천엽으로 전을 부치며 백 명의 자손을 얻으라는 자손번성의 의미를 가지 백자편이 특징적인 문중이다.

<표 2-50> 진천 송씨 표옹 송영구 종가의 내림음식

가문명	주식류	부식류	떡 및 과정류	음청 및 주류	수
진천 송씨 표옹 송영구 종가		간납(간전/천엽전), 우두전, 저육전, 내복전	백자편		6
		5	1		

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(25) 죽산 박씨 송암 박문수 종가

90세가 넘은 종손이 불천위를 포함해서 연 12회의 제사를 지내는 박문수 종가는 홍합, 새우, 피문어로 3탕을 올리며 생선적은 꿰어서 올리지 않고 따로따로 올린다. 배고팠던 시절 소금을 넣어 간을 한 송기죽이 특징적인 종가이다.

<표 2-51> 죽산 박씨 송암 박문수 종가 소개

항목	조사 내용
조사년도	2016년
종가 소재지	전북 남원시
스토리	남원시 수지면 호곡리에 위치한 죽산박씨 종가는 전북 유형문화재 180호이며 박문수 선생의 후손들이 대대로 살아온 집이다. 박문수는 고려 말 충신으로 정몽주, 이색과 더불어 삼로로 불리었으며 이성계가 왕위에 오르는 것에 반대해서 조선이 건국되고 가족들과 이곳에 살았다고 한다. 죽산박씨 송암 박문수종가는 2월 2일 박문수선생의 국불천위, 기제사 9회를 포함해서 연 12회의 제사를 지낸다.21대 종손인 박환진종손은 90세가 넘은 연세에도 사당에서 박문수선생의 불천위를 모시며 살고 있다. 제례에 올리는 음식의 특성은 명태로 어전을 부치며 잔지라고 해서 무를 썰어서 볶아놓은 나물을 올리며 탕은 홍합, 새우, 피문어로 삼탕만 올린다. 떡은 오편으로 콩떡, 흰인적미, 설기, 찰떡, 부꾸미를 올리며 생선적을 꿰어서 올리지 않고 생선을 따로따로 통째로 올린다. 배고팠던 시절 해먹었던 송피죽에 대한 추억은 다음과 같다. “예전에는 산에서 송피를 벗겨다가 죽을 쑤어먹었는데 그걸 독하니깐 삶아서 울궈내고(우려내고) 콩콩 찧어 그래서 거기에 쌀가루 조금 집어넣고, 늘려 먹어야 되니까, 동글동글 비벼가지고 죽 끓여 먹고 그랬어요. 씨알죽..간은 뭘로 하셨나요? 가난한 집엔 장이 있다가 없으니 소금 넣지. 부잣집엔 간장 넣고..”

<표 2-52> 죽산 박씨 송암 박문수 종가의 내림음식

가문명	주식류	부식류	떡 및 과정류	음청 및 주류	수
죽산 박씨 송암 박문수 종가	송기죽	추어탕, 준어찜, 가오리찜, 돼지고기전, 육포	콩떡, 인절미, 거피팥떡, 부꾸미, 쑥버무리, 유과, 광반, 엿, 다식	식혜, 수정과, 정종, 소주	19
	1	5	9	4	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(26) 남평 문씨 충선공파 종중

종손의 개념이 없이 봉사손이라 해서 문중의 대표가 국불천위를 지낸다는 문익점종중은 유형문화재로 지정된 문익점 부조묘에 익선에 관한 각종증명서를 보관하고 전시하는 일까지 한다. 탕과 박고지 전이 특징적인 종중이다.

<표 2-53> 남평 문씨 충선공파 종중 소개

항목	조사 내용
조사년도	2016년
종가 소재지	전남 보성군
스토리	태조실록 문익점졸기에 기록된 남평문씨 문익점 부조묘는 전라남도 유형문화재 제 165호로 지정된 곳이며 2월 7일 국불천위를 지낸다. 문익점 옹은 고려말엽에 원나라에 사신으로 갔다가 돌아오면서 목화씨를 가져와 백성들에게 따뜻한 옷을 입혀주며 국가경제를 부유하게 해준 공로뿐 아니라 성리학을 크게 일으켜 백성들을 교화시킨 공로로 조선 태종때 충선공이란 시호로 강성군의 군호 및 부조묘를 지으라는 왕의 명령으로 이 사당이 지어졌다. 문익점 부조묘에는 부조묘의 익선에 관한 문서와 각종 증명서(전라남도 유형문화제 165호)등이 보관돼있다. 종손의 개념이 없고 봉사손과 문중이 불천위를 지내고 있으며 제례에 올리는 탕류가 꿩탕, 내장탕, 명태탕 등으로 특징적이며 전의 종류 또한 박고지로 전을 만들어 올린다.

<표 2-54> 남평 문씨 충선공파 중종의 내림음식

가문명	주식류	부식류	떡 및 과정류	음청 및 주류	수
남평 문씨 충선공파 종중	도토리밥, 피문어찹쌀죽	꿩탕, 내장탕, 명태탕, 닭미역국 박속된장무침, 박고지전	콩떡, 인절미, 부꾸미		11
	2	6	3		

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(27) 밀양 박씨 청재 박심문 종가

나주 밀양 박씨 청재 박심문 종가(남파고택)는 이미 여러 차례 소개된 호남의 대표적인 종가로 영양학을 전공한 종부가 제사음식 이외에도 여러 가지 김치를 만드는 것으로 유명하다. 제사음식에 정성을 다하기 위해 전을 부치는 대신 생선을 하나하나 포를 떠서 숯불에 구워 올렸다는 종부는 곰국하나를 끓이는 데에도 정성을 다한다. 밀양 박씨 종가음식에는 대체로 반가의 음식문화의 특징이 잘 드러나며, 소개된 음식 중에서 나주곰탕이나 낙지호롱구이, 홍어찜, 떡갈비, 나주집장 등은 지역적이 특색이 잘 나타나 있으며 과학화 목록에 홍어구이와 곰국이 채택된 종가이다.

<표 2-55> 밀양 박씨 청재 박심문 종가 소개

항목	조사 내용
조사년도	2016년
종가 소재지	전남 나주시
스토리	나주 밀양박씨 박부동종가 남파고택(중요민속문화제 제 263호)은 호남지방의 대표적인 양반집으로 상당한 규모와 격식을 갖추고 있으며 19세기 후반의 전남지방의 대표적인 반가로 독특한 내림음식과 많은 종류의 김치를 만드는 것으로 유명하다. 기제사 4회 설날, 추석, 보름, 동지의 차례 4회를 비롯해서 8회의 제사를 지내며 제사를 올리는 생선을 숯불에 구워 올리는 특징이 있다. 홍어를 얇게 저며 한입크기로 잘라 구워 전으로 올리며 꼬막찜을 올리거나 고추전, 돼지수육, 족편을 올리는 등 다른 종가의 제례음식과 차별성이 있다. 몸이 쇠해서 기운을 쓰지 못할 때는 양을 참기름에 양념해서 볶은 뒤 즙을 짜서 약처럼 먹었다고 한다. 도축장이 있던 나주의 지역적인 특성상 박부동종가에도 곰국이 내림음식으로 전해져오고 있지만 그 만드는 방법이 차이가 있는데 소고기 양지와 양, 무와 양파를 넣고 푹 끓이다가 양파와 무를 건져내고 무를 다시 넣어 끓여서 아삭한 무와 쫙쫙 찢은 양지, 한입거리의 양을 그릇에 담아 파를 올려 어른들께 대접했다는 곰국은 양곰탕과 흡사한 모습을 갖는다.

<표 2-56> 밀양 박씨 청재 박심문 종가의 내림음식

가문명	주식류	부식류	떡 및 과정류	음청 및 주류	수
밀양 박씨 청재 박심문 종가	팥죽, 떡국	곰국, 미역국, 사골국, 죽순국, 꼬막찜, 장조림, 오이나물, 숯불갈비, 고추전, 홍어구이, 낙지호롱, 멸치젓, 반동치미, 집장, 배추김치, 깻묵장 홍갓김치, 물김치, 족편, 돼지수육	약밥, 부꾸미, 모시잎송편, 콩가루인절미	식혜	27
	2	20	4	1	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(28) 연주 현씨 사직공파 종가

이충무공의 친필로 적힌 편지가 보관돼 있는 사직공파 종가는 종택마당에 옛 조상들이 임금님께 하사받은 여러 종류의 나무들이 자라고 있다. 마당에서 재배한 여러 가지 나물을 제상에 올리며 전을 밀가루가 아닌 쌀가루로 만드는 것이 특징적이며 흰떡을 무궁화 잎을 넣어 쪄서 만든다.

<표 2-57> 연주 현씨 사직공파 종가 소개

항목	조사 내용
조사년도	2016년
종가 소재지	전남 영암군
스토리	현씨의 본관은 연주를 비롯해서 성주, 순천, 창원등 116개가 있었던 것으로 전하나 1747년(영조 23)에 연주현씨로 단일화했다. 이충무공의 친필로 약무호남 시무국가(若貿湖南 是無國家)라는 명량해전 직전에 보낸 편지가 죽림정에 보관돼있으며 현재 종손인 현삼식씨가 거주하고 있다. 4년 전까지 15번의 기제사를 지냈으나 현재는 합설해서 10월 5일 지내고 있다. 종택마당에는 옛 조상들이 임금님께 하사받은 회화나무(선비나무)와 황경나무(황벽나무)가 자라고 있으며 회화나무는 그 가문에 학문에 능한 선비가 나온다는 나무이고 황벽나무는 나쁜 기운을 몰아낸다는 나무이다. 텃밭에 키운 향기가 좋은 방두나물을 무쳐 제사에 올리며 전은 밀가루가 아닌 쌀가루로 부치며 병어, 조기, 숭어, 동태, 장대, 메기 등의 흔히 쓰이지 않는 생선들을 올린다. 여름에 마당에 가지가 열리면 어머님께서 자주 해주시던 대로 양애간이라는 나물과 가지를 쪄서 조선간장으로 조물조물 무쳐먹는 가지나물을 해 드시며 흰떡은 무궁화 잎을 넣어서 만드는 것이 특징적이다.

<표 2-58> 연주 현씨 사직공파 종가의 내림음식

가문명	주식류	부식류	떡 및 과정류	음청 및 주류	수
연주 현씨 사직공파 종가	떡국	장대탕, 메기탕, 숭어탕, 미역국, 굴미역국 양애간가지나물, 반두나물, 싱건지	무궁화잎시루떡		10
	1	7	1		

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(29) 해주 최씨 삼계 최경회 종가

일본에서 유학한 시어머니의 영향으로 음식이 깔끔하고 담백하며 상차림의 모양이 세련된 종가로 접객음식의 종류가 많다. 제사상에 올리는 복쌈의 모양이 특징적이다.

<표 2-59> 해주 최씨 삼계 최경회 소개

항목	조사 내용
조사년도	2016년
종가 소재지	전남 화순군
스토리	일본에서 유학한 시어머니를 모신 해주최씨 종가의 종부는 시어머님의 깔끔하고 담백한 음식을 위해 마당에 파자마와 차조기 잎을 심고 뽕나무와 꾸지뽕나무를 키워 음식에 이용한다. 기제사(5대봉사) 13회와 설날, 추석, 동지, 보름의 차례까지 연 17회의 제사를 지내는 종부는 제사음식으로도 벅찰 만도 한데 종가집이라고 찾아오는 손님들을 위해 접객음식에 공을 들인다. 여름이면 집 마당에 있는 꾸지뽕나무잎을 뜯어 황기를 넣고 육수를 만들어 찹쌀과 녹두를 넣은 닭백숙을 만들고 퍽퍽한 닭가슴살은 따로 쌈을 싸드실수 있도록 하며 돌아가신 시어머님의 차조기잎을 이용한 멸치찜요리를 만들고 주변 강에서 잡은 다슬기장을 이용해서 담백한 다슬기국을 만들어 손님을 접대하는 등 내림음식을 계승하고 발전시키는 종부이다. 제사상에 밥을 올릴 때 피마자잎을 이용해서 복쌈과 미역국을 올리는 것이 특징이다.

<표 2-60> 해주 최씨 삼계 최경회 종가의 내림음식

가문명	주식류	부식류	떡 및 과정류	음청 및 주류	수
해주 최씨 삼계 최경회 종가	어죽, 수제비	추어탕, 구찌뽕잎닭백숙, 소고기미역국 붕어찜, 멸치찜, 홍어무침, 다슬기장 피마자복쌈, 민물회			11
	2	9			

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(30) 함양 박씨 한천당공파 종가

전남 화순군에 함양박씨 집성촌에서도 지방문화재로 지정될 만큼 보존이 잘 된 한천당공파 종가는 제사상에 올리는 생선의 종류가 다른 종가에 비해 많고 전어와 낙지, 민어 등을 올리는 것이 특징적이며 다양한 이름으로 불리는 찌검장(묵덕장)을 만들어 먹는 종가이다.

<표 2-61> 함양 박씨 한천당공파 종가 소개

항목	조사 내용
조사년도	2016년
종가 소재지	전남 화순
스토리	전남 화순군 한천면 한계리를 중심으로 함양박씨 집성촌이 있는데 박유조부가 한천마을에 입향해서 정착해서 이루어진 곳으로 화순군 한천면 한계3길에 있는 박병옥 사랑채는 지방문화제로 지정될 만큼 역사가 깊다. 연8회의 기제사와 설날, 추석, 동지, 보름 연4회의 차례를 올리며 오채 중에 빠지지 않는 고사리나물은 난데서 난다고 해서 자손번식과 자손번창을 뜻한다고 한다. 옛날에는 바다가 들어왔던 곳이므로 홍어, 조기, 병어, 숭어, 전어, 민어, 낙지, 준치 등 여러 가지 생선을 제사상에 올리며 설기와 콩떡, 부꾸미를 층층이 쌓고 제일 위쪽에 계란지단과 석이버섯채를 올리는 것이 특징적이다. 산모에게는 닭미역국과 피문어미역국을 끓여주었고 겨울김장을 이용해서 묵덕장(찌검장)을 만들어 먹었으며 오가제비라 해서 굴비를 보리속에 묻어 5~6월 갯바람에 2개월 이상 말려 조기가 쇳소리가 나고 명태처럼 찢어져 참기름소금이나 초고추장에 찍어 대접했다고 한다.

<표 2-62> 함양 박씨 한천당공파 종가의 내림음식

가문명	주식류	부식류	떡 및 과정류	음청 및 주류	수
함양 박씨 한천당공파 종가		닭미역국, 피문어미역국 배추전, 숭어전, 민어전 묵떡장(찌검장), 집장, 깻묵장	설기, 콩떡, 부꾸미, 산자, 유과, 강정	감주, 식혜, 청주	17
		7	6	3	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

라. 종가·명가의 내림음식 실험조리

(1) 발굴 종가음식의 실험조리

발굴된 종가의 음식 중 내림음식 선정기준에 부합하는 음식을 선정해서 23가문 39종의 내림음식을 식재료와 양념류의 계량화 및 표준화를 위한 실험조리를 실시였다.

<표 2-63> 전라·제주 지역 실험조리 목록

년-번호	가문명	주식류	부식류	떡 및 한과류	계
2014-01	해주 최씨 고죽 최경창 종가		닭미역국		1
2014-02	선산 유씨 미암 유희춘 종가		홍어찜, 상어전		2
2014-03	연안 김씨 직강공파 가문		오이초선		2
2014-04	나주 나씨 송도공파 종가		상추대전, 밤수란탕		2
2014-05	제주 양씨 중랑장공파 가문		옥돔미역국	쟁기떡	2
2015-06	광산 김씨 긍구당 김중정 종가		어린 호박잎전		1
2015-07	장흥 고씨 학봉 고인후 종가		죽순나물, 죽순전 들깨송이 부각		3
2015-08	행주 기씨 노사 기정진 종가	닭떡국	호박잎 된장국		2
2015-09	장흥 위씨 반계 위정명 종가		파초장아찌		1
2015-10	제주 양씨 학포 양팽손 종가		육전		1
2016-11	행주 기씨 고봉 기대승 종가		무움나물, 상추속대김치		2
2016-12	장흥 고씨 제봉 고경명 종가	찹쌀 녹두닭죽	고추김치		2
2016-13	문화 류씨 정간공 류석헌 종가		짚으로 감싼 생태탕, 말린 죽순나물		2
2016-14	부안 김씨 문정공 김구종가		상어꼬치, 생합전		2
2016-15	남원 양씨 쌍매당공파 종가		다슬기 호박국, 갑오징어 꼬치		2
2016-16	진주 정씨 충장공파 종가		조기심리, 찌검장		2
2016-17	언양 김씨 창무공 김준 종가		호박즙나물, 콩나물잡채		2
2016-18	풍천 노씨 옥계 노진 종가		돼지불고기, 북어전		2
2016-19	서도 장씨 진안공파 종가			대추주악	2
2016-20	제주 고씨 영성군 고희 종가		뜸배기나물, 머위대 장아찌		2
2016-21	진천 송씨 표옹 송영구 종가		간납		1
2016-22	죽산 박씨 송암 박문수 종가	송기죽			1
2016-23	밀양 박씨 청재 박심문 종가		곰국, 홍어구이		2
합계		3	34	2	39

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

<표 2-64> 전라·제주 지역 실험조리

지 역	전남 영암군
종가명	해주 최씨 고죽 최경창 종가
대분류	부식류
소분류	국류
음식명	닭미역국
재 료	마른미역 30g, 닭 1마리, 멸치 15마리, 다시마(10x10cm), 참기름1큰술, 조선간장 1큰술, 소금 1/4작은술, 다진마늘 1작은술, 물 1리터
조리법	1. 물, 멸치, 다시마를 넣고 끓여 육수를 낸다. 2. 육수에 불린 미역과 닭을 넣고 끓여준다. 3. 국간장, 참기름, 소금, 다진 마늘을 넣고 간을 맞추어 끓인다. 4. 미역국이 다 끓으면 살을 먹기 좋게 쪽쪽 찢어 미역국에 올려서 낸다.



지 역	전남 담양군
종가명	선산 유씨 미암 유희춘 종가
대분류	부식류
소분류	찜류
음식명	홍어찜
재 료	홍어 1마리, 파 2대, 깨소금 적당량, 소금 적당량
조리법	1. 찜통에 물을 넣고 끓여준다. 2. 파는 채를 썰어준다. 3. 홍어는 소금 간을 하고 파를 올려 쪄준다. 4. 깨소금을 뿌려 완성한다.



지 역	전남 담양군
종가명	선산 유씨 미암 유희춘 종가
대분류	부식류
소분류	전류
음식명	상어전
재 료	상어300g, 밀가루3T, 달걀2큰술, 흰후춧가루1/2t, 소금1/2t
조리법	1. 상어는 포를 뜬 후 소금, 후추를 뿌려둔다. 2. 밀가루, 달걀술 으로 옷을 입혀 지져준다.



IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

지 역	전남 영광군
종가명	연안 김씨 직강공파 종가
대분류	부식류
소분류	선류
음식명	오이초선
재 료	오이3개, 절임용 소금 1T, 표고버섯2개 ,소고기100g, 달걀2개, 식초1.5T, 설탕1/2T, 소금1T, 실고추 약간
조리법	1. 오이는 길게 반을 갈라 어슷하게 5cm 길이로 썬다. 2. 어슷하게 3군데 칼집을 넣고 소금물에 절여준다. 3. 표고버섯은 채 썰고, 달걀은 황백지단을 부쳐 채 썰어준다. 4. 쇠고기는 채썰어준다. 5. 쇠고기와 표고버섯은 양념해서 볶아준다. 6. 오이 사이사이에 채 썬 재료를 넣어 준다. 7. 초을 곁들여 준다.



지 역	전남 광양시
종가명	나주 나씨 송도공파 종가
대분류	부식류
소분류	전류
음식명	상주대전
재 료	상주대 5개, 밀가루 45g, 물 30g, 소금 1is, 돼지기름 20g
조리법	1. 상주대를 깨끗이 씻어 방망이로 두들겨 편다. 2. 밀가루에 소금을 넣고 물로 걸쭉하게 밀가루 옷을 만든다. 3. 1을 밀가루 옷에 묻히고 돼지기름으로 전을 지진다.



지 역	전남 광양시
종가명	나주 나씨 송도공파 종가
대분류	부식류
소분류	기타류
음식명	밤수란탕
재 료	밤 1개, 달걀 2개
조리법	1. 화로 불에서 물을 끓인다. 2. 달걀을 깨서 흰자, 노른자 분리한다. 3. 노른자는 따로 익히고 밤은 저며서 같이 탕을 끓인다. 4. 설경설경하게(반 정도 익힘)익으면 서로 섞어서 상에 올린다.



IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

지 역	제주도 서귀포시
종가명	제주 양씨 중랑장공파 가문
대분류	부식류
소분류	국류
음식명	옥돔미역국
재 료	미역 20g, 옥돔 1마리, 다시마(10x10) 2장, 국간장 2큰술, 참기름1큰술 , 소금 1/2큰술, 다진마늘 1작은술, 물 1리터
조리법	1. 다시마와 옥돔을 넣고 끓여준다. 2. 미역은 불려준다. 3. 다시마는 건져내고 미역을 넣고 끓여준다. 3. 양념으로 간을 맞춰 준다.



지 역	제주도 서귀포시
종가명	제주 양씨 중랑장공파 가문
대분류	떡류
소분류	기타류
음식명	쟁기떡
재 료	메밀가루 2컵, 김치 1/2포기, 돼지고기 250g, 무 1/4개, 다진파 1큰술, 다진마늘 1큰술, 깨소금 적당량, 참기름 적당량
조리법	1. 김치와 돼지고기를 잘게 썰어준다. 2. 양념과 섞고 볶아준다. 3. 무는 채 썰어 대쳐준다. 4. 메밀가루에 물을 섞어 반죽을 만들어 준다. 5. 팬에 기름을 두르고 반죽을 넓게 펴 익혀준다. 6. 재료를 넣고 말아 준다.



지 역	전북 진안군
종가명	광산 김씨 긍구당 김중정 종가
대분류	부식류
소분류	전류
음식명	호박잎전
재 료	어린호박잎 10장, 밀가루 2T, 찹쌀가루 8T, 물 12T, 소금 1/2t
조리법	1. 호박잎은 줄기부터 잎까지 줄기를 벗겨 준다. 2. 밀가루 2큰술에 찹쌀 8큰술(1:4) 로 넣고 물12큰술, 소금 1/3작은술 넣어 섞어준다. 3. 손질한 호박잎은 찹쌀밀가루 반죽에 넣어 무쳐 기름을 두른 팬에 지져준다.



IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

지 역	전남 담양군
종가명	장흥 고씨 학봉 고인후 종가
대분류	부식류
소분류	기타류
음식명	들깨송이 부각
재 료	들깨송이, 밀가루, 소금, 물
조리법	1. 들깨송이를 햇볕에 잘 말린다. 2. 밀가루에 소금과 물을 약간 넣고 흐르는 농도의 밀가루 반죽을 만든다. 3. 말린 들깨송이를 반죽에 묻혀 튀긴다.



지 역	전남 장성군
종가명	행주 기씨 노사 기정진 종가
대분류	부식류
소분류	국류
음식명	닭떡국
재 료	닭1마리(800g), 떡국떡 200g, 닭육수 6컵, 대파 1/3대, 마늘 15g, 달걀 2개, 다진마늘 1/2작은술, 다진파 1큰술, 소금 1작은술,
조리법	1. 닭1마리를 살과 뼈를 따로 분리해서 준다. 2. 닭 뼈는 마늘을 넣고 삶아 닭육수를 만들어준다. 3. 파는 어슷하게 썰어준다. 4. 닭살은 곱게 다져 다진마늘 1/2작은술, 다진파 1작은술을 넣어 고르게 섞어 직경 2cm 크기로 완자를 만들어준다. 5. 끓여 놓은 닭육수를 냄비에 넣고 끓어오르면 닭완자를 넣어준다. 6. 닭완자가 익어갈쯤 떡국떡을 넣고 끓여준다. 7. 떡이 떠오르기 시작하면 소금 간을 하고 대파와 달걀을 풀어 넣고 불을 꺼준다.



지 역	전남 장성군
종가명	행주 기씨 노사 기정진 종가
대분류	부식류
소분류	국류
음식명	호박잎 된장국
재 료	호박잎 50g, 고구마잎 20g, 고구마줄기 50g, 두부 100g, 풋고추 1개, 파1/2대, 양파 80g(1/4개), 다진마늘 1/2작은술,된장 4큰술, 들깨가루 2큰술
조리법	1. 호박잎, 고구마 잎은 체에 문질러 초록색물이 연하게 나올 때까지 씻어준다. 2. 풋고추, 대파, 양파는 어슷 썰어준다. 3. 고구마 줄기는 5cm길이로 썰고 두부는 1.5cm크기로 정사각 모양으로 썰어준다. 4. 냄비에 된장을 풀고 호박잎, 고구마잎, 고구마 줄기, 양파, 풋고추를 넣어 끓여준다. 5. 한소큼 끓으면 두부와 대파 들깨가루를 넣고 한번 더 끓인 후 완성한다.



IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

지 역	전남 장흥군	
종가명	장흥 위씨 반계 위정명 종가	
대분류	부식류	
소분류	장아찌류	
음식명	파초 장아찌	
재 료	파초 1대, 멸치젓 3컵, 고춧가루 1큰술, 마늘 적당량, 설탕 적당량, 참기름 적당량	
조리법	1. 파초 줄기를 잘라 속을 들어낸다. 2. 파초 줄기속을 일주일정도 말린다. 3. 말린 파초 줄기를 멸치젓에 1년 숙성시킨 후 채를 썰어 갖은 양념에 버무려 낸다.	

지 역	전남 장성군	
종가명	행주 기씨 노사 기정진 종가	
대분류	부식류	
소분류	전류	
음식명	육전	
재 료	소고기 채끝살 200g, 표고버섯50g, 두부 반모, 밀가루 반 컵, 계란 2개, 양파 1/2개, 쪽파5대 , 청양고추 2개, 소금 약간	
조리법	1. 표고버섯, 쪽파, 고추, 마늘, 양파는 다져서 준비한다. 2. 두부는 물기를 제거하고 으깨어 준비한다. 3. 으깬 두부와 다진 야채를 섞어 약간의 소금간을 한뒤 속을 만든다. 4. 얇게 표를 뜬 소고기에 3을 넣은 후 계란옷을 입혀 지져낸다.	

지 역	광주광역시	
종가명	행주 기씨 고봉 기대승 종가	
대분류	부식류	
소분류	나물류	
음식명	무움나물	
재 료	무움100g, 소금2g, 간장4g, 깨소금2g, 참기름4g	
조리법	1. 무움을 따서 손질한 후 살짝 데친다. 2. 데쳐놓은 무움은 찬물에 헹구어 물기를 짜 놓는다. 3. 물기를 제거한 무움에 소금, 간장, 깨소금, 참기름을 넣고 무쳐낸다. * 실험조리에서는 무움을 구할 수 없어 열무의 여린 순으로 대체해서 조리함.	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

지 역	광주광역시
종가명	행주 기씨 고봉 기대승 종가
대분류	부식류
소분류	나물류
음식명	상추속대 김치(상추쫑 김치)
재 료	상추쫑 500g, 소금 30g, 양념(파 1대, 마늘 1통, 액젓 2큰술, 고춧가루 1/3컵)
조리법	식재료가 귀하던 시절, 상추를 따 먹고 남은 상추쫑을 버리지 않고 김치 양념에 버무려 먹는 쌉싸름한 김치. 상추 쫑을 잘근잘근 두들겨 부드럽게 만들어, 질기지 않은 식감과 상추가 가진 향을 고루 느낄 수 있는 별미김치이다.



지 역	전북 고창군
종가명	진주 정씨 충장공파 종가
대분류	부식류
소분류	장류
음식명	찌검장
재 료	김장김치 국물2L, 메주가루2.5kg, 멸치 혹은 까나리 액젓 500ml (양념: 참기름, 깨소금)
조리법	1. 김장김치 국물에 메주가루를 빻아 넣어 걸쭉하게 만든다. 2. 액젓으로 간을 맞춘다. 3. 1을 뚜껑을 덮어 1주일정도 발효시킨다. 4. 잘 익은 2에 참기름과 깨소금으로 양념해서 먹는다.



지 역	광주광역시
종가명	장흥 고씨 제봉 고경명 종가
대분류	주식류
소분류	죽류
음식명	찹쌀녹두닭죽
재 료	육수 2L(오가피 10g, 황기 15g, 닭 1마리), 소금 2t, 후추 2t, 다진 마늘 2t, 다진 파 4t, 찹쌀 100g, 녹두 100g
조리법	1. 오가피와 황기로 육수를 넉넉히 만들어 놓는다. 2. 녹두와 찹쌀은 손질해서 불려 놓는다. (녹두는 최소 5시간 전부터, 찹쌀은 깨끗이 씻기만 해도 무방하다.) 3. 오가피와 황기 육수에 닭을 넣어 끓인 후 닭은 건져내고 녹두와 찹쌀을 넣어 죽을 쑨다. 4. 건져 놓은 닭은 뼈를 분리하고 살을 다 찢어 녹두 찹쌀 죽에 올려 손님상에 낸다.



IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

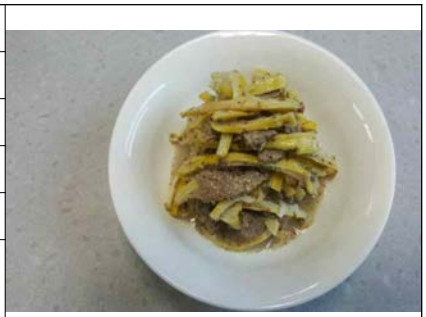
지 역	광주광역시
종가명	장흥 고씨 제봉 고경명 종가
대분류	부식류
소분류	김치류
음식명	고추김치
재 료	고추 250g, 고춧잎 50g, 무 200g, 생강10g, 마늘 20g, 청각 25g, 사과 100g, 고춧가루 50g, 찹쌀밥 100g, 멸치액젓 100mL
조리법	1. 고추 끝에 바늘구멍을 내어 양념이 잘 스며들도록 한다. 2. 소금물에 열흘 정도 고추를 절인다. 3. 무를 나박나박 썰어, 소금에 약간 절인 후 하루 저녁 말린다. 4. 고춧가루, 청각, 다진 마늘, 다진 생강, 멸치액젓을 잘 섞어 양념을 만든다. 5. 절인 고추·고춧잎에 사과와 말린 무, 사과, 식힌 찹쌀밥, 양념을 넣고 잘 버무려 준다.



지 역	전남 담양군
종가명	문화 류씨 정간공 류석헌 종가
대분류	부식류
소분류	탕류
음식명	짚으로 감싸서 끓인 생태탕
재 료	생태(중간크기 2마리), 대파(1대), 무(1/4개), 마늘(1/2T), 조선간장(3T), 소금약간 짚 물(1L)
조리법	1. 짚은 깨끗이 씻는 후 끓는 물에 삶아 소독한다. 2. 생태는 아가미와 내장을 빼고 비늘을 제거한 뒤 깨끗이 씻어 3~4등분한 뒤 짚으로 잘 감싸 준비한다. 3. 물에 2.5~3cm로 나박나박 썬 무를 넣고 끓인 뒤 무가 익을 무렵 짚으로 감싼 생태를 넣고 익힌다. 4. 생태가 어느 정도 익으면 다진마늘, 파, 조선간장을 간을 맞추어 한소끔 끓여 완성한다.



지 역	전남 담양군
종가명	문화 류씨 정간공 류석헌 종가
대분류	부식류
소분류	나물류
음식명	말린 죽순나물
재 료	말린 죽순(50g), 소고기(우둔살)(60g), 들깨가루(3T), 마늘(1T), 참기름(1T), 소금
조리법	1. 대나무는 10cm길이로 잘라서 통째로 삶는다. 2. 삶은 죽순을 찢어서 햇빛에 바짝 말린다. 3. 말린 죽순은 소금을 넣지 않은 물에 넣고 삶아서 준비한다. 4. 소고기를 편 썰어 볶다가 물을 넣고 들깨가루, 다진마늘, 소금을 넣고 끓인다. 5. 어느 정도 익혀지고 물이 졸아들면 삶아서 준비한 죽순을 넣고 볶아준다 6. 마지막으로 참기름을 두르고 볶아낸다.



IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

지 역	전북 부안군
종가명	부안 김씨 문정공 김구 종가
대분류	부식류
소분류	전류
음식명	상어꽂이
재 료	상어(500g), 마늘(1/2t), 파(1T), 소금, 통깨, 쪽파잎, 실고추
조리법	1. 상어를 손질해서 두께 1cm, 길이 10cm 크기로 자른다. 2. 1을 소금과 다진마늘로 무쳐서 꼬치에 꿴다. 3. 찜솥에 넣고 10분간 쪄낸다. 4. 3에 쪽파, 통깨, 실고추를 이용해서 고명을 올린 후 찜기에 올려 1분간 뜸을 들여 꺼낸다.



지 역	전북 부안군
종가명	부안 김씨 문정공 김구 종가
대분류	부식류
소분류	전류
음식명	생합전
재 료	생합(대합)(4개), 명태(100g), 상어머리(50g), 계란(1개), 소금 약간, 밀가루 1T
조리법	1. 생합과 명태는 살을 발라내어 다진다. 2. 상어머리는 살을 발라내고 다져서 소금을 약간 넣고 ①과 섞는다. 3. ②를 대합 껍질에 채우고 밀가루를 묻혀서 찐다. 4. ③에 계란 물을 발라 팬에서 살짝 구워 완성한다.



지 역	전북 순창군
종가명	남원 양씨 쌍매당공파 종가
대분류	부식류
소분류	전류
음식명	갑오징어 꼬지
재 료	갑오징어(2마리), 풋마늘 혹은 쪽파 (6뿌리), 밀가루(1/2컵), 계란물(계란 2개, 소금 약간)
조리법	1. 갑오징어는 깨끗이 손질한 후 칼집을 넣고 8~9cm길이로 썰어준다. 2. 풋마늘대나 쪽파를 깨끗이 손질해서 갑오징어와 같은 크기로 썬다. (이때 굵은 풋마늘은 한 겹 떼어내어 얇은 풋마늘에 씌워 크기를 비슷하게 맞춘다.) 3. 갑오징어와 풋마늘대를 번갈아 꼬치에 끼워 밀가루에 한번 묻히고 계란물을 발라 전을 부친다.



IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

지 역	전북 순창군
종가명	남원 양씨 쌍매당공파 종가
대분류	부식류
소분류	국류
음식명	다슬기 호박국
재 료	다슬기(250g), 애호박(80g), 국간장(2T), 마늘(1/3t), 파(1줄기), 물 750mL
조리법	1. 다슬기를 맑은 물에 반나절 동안 해감을 시켜준다. 2. 다슬기는 맑은 물이 나올 때까지 바락바락 씻어 불순물을 제거한다. 3. 깨끗이 씻은 다슬기를 초록색 국물이 나올 때까지(약 20분간) 끓여 육수를 낸다. 4. 다슬기를 꺼내어 식혀준 뒤 알맹이만 빼내어 다시 육수에 넣고 끓여준다. 5. 애호박은 골패모양(4x1x0.2cm)으로 나박나박 잘라 다슬기 육수에 넣고 끓인다. 6. 국물이 한소끔 끓어 애호박이 익으면 다진 마늘과 파를 넣고 국간장으로 간을 맞춘다.



지 역	전북 고창군
종가명	진주 정씨 충장공파 종가
대분류	부식류
소분류	탕류
음식명	조기심리
재 료	조기(3마리), 고사리(한움쿰), 파 1대, 마늘1통, 소금 1큰술, 조선간장 2큰술, 물 700mL
조리법	1. 말린 고사리는 물에 불려 준비한다. 2. 조기는 싱싱한 것으로 준비해서 깨끗이 손질한다.(내장과 비늘제거) 3. 고사리와 자르지 않은 생조기를 넣고 끓이다가 조기에서 뽀얀 물이 우러나고 조기가 다 익으면 다진파와, 마늘을 넣고 한소큼 더 끓인다. 4. 2에 소금과 조선간장으로 간해서 완성한다.



지 역	전북 정읍시
종가명	언양 김씨 장무공 김준 종가
대분류	부식류
소분류	나물류
음식명	호박즙나물
재 료	육수 500mL(멸치 30g, 다시마 10g, 무 50g), 말린 호박 50g, 마른새우 15g, 들깨가루 2T, 멥쌀가루 1T, 마늘 1t, 파 2t, 소금
조리법	1. 멸치는 내장을 제거하고, 다시마와 무를 우려 육수를 넉넉히 준비한다. 2. 불린 쌀과 들깨를 갈아 멥쌀가루와 들깨가루를 만든다. 3. 육수에 말린 호박을 넣고, 소금으로 약간 간을 한 뒤, 끓이다가 들깨와 쌀 간 것을 넣고 끓인다. 4. 다진마늘과 파, 마른새우를 넣고 버무려 완성한다.



IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

지 역	전북 남원시
종가명	풍천 노씨 옥계 노진 종가
대분류	부식류
소분류	전류
음식명	북어전
재 료	말린 북어 3마리, 참기름2T, 소금1t, 계란2개, 실고추 약간, 통깨 약간
조리법	1. 말린 북어는 물에 불려 물기를 빼 놓는다. 2. 물기를 뺀 북어의 가시를 제거하고 적당한 크기로 잘라 놓는다. 3. 2에 참기름과 소금을 넣고 조물조물 간이 배도록 한다. 4. 양념을 한 북어에 계란을 묻혀 전을 부친 후 실고추와 통깨를 이용해서 장식한다.



지 역	전북 남원시
종가명	풍천 노씨 옥계 노진 종가
대분류	부식류
소분류	볶음류
음식명	돼지불고기
재 료	돼지고기(목살 혹은 삼겹살)600g, 당면 50g, 시금치 100g, 콩나물100g, 파 1대, 마늘 5톨, 양념장(고춧가루1큰술, 고추장2큰술, 간장1큰술, 새우젓 2큰술, 조청 1큰술), 물 한컵, 참깨 약간
조리법	1. 마늘은 다지고 파는 어슷하게 썬다. 2. 당면은 물에 불리고 시금치와 콩나물은 깨끗이 씻어 손질해 놓는다. 3. 돼지고기를 적당한 얇기로 썰어 파, 마늘을 넣은 양념장에 재워 놓는다. 4. 팬을 불에 달구고 양념한 돼지고기를 넣고 볶다가 물을 한컵 넣고 시금치와 콩나물, 충분히 불린 당면을 넣고 5분정도 뚜껑을 덮고 조리한다. 5. 완성된 돼지불고기에 참깨를 솔솔 뿌려 손님상에 낸다.



지 역	전북 부안군
종가명	제주 고씨 영성군 고희 종가
대분류	부식류
소분류	장아찌류
음식명	머위대 장아찌
재 료	머위대 500g, 된장 250g, 다진마늘, 참기름, 참깨
조리법	1. 머위는 잎을 잘라내고 껍질을 벗긴다. 2. 껍질을 벗긴 머위대와 깐 머위대 껍질을 모두 된장에 넣어 3개월 정도 숙성시킨다. 3. 숙성시킨 머위대를 꺼내 적당한 크기로 썰어 다진마늘, 참기름과 통깨를 뿌려 먹는다.



IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

지 역	전북 김제시
종가명	서도 장씨 진안공파 종가
대분류	떡류
소분류	지진 떡류
음식명	대추주악
재 료	녹두소 : 거피녹두50g, 소금2g, 꿀14g, 반 죽 : 찹쌀가루80g, 대추40g, 소금3g, 엿 물 : 물50g, 설탕60g, 조청60g
조리법	1. 거피녹두는 물에 불려 찜기에 푹 무르게 쪄낸 후 분량의 소금을 넣고, 절구로 빻아준다. 2. ①의 녹두를 어레미나 체에 내려준 후 꿀을 넣고 섞어 소를 만들어 둔다. 3. 물과 설탕을 넣고 끓여 물의 양이 절반정도 줄었을 때 조청을 넣고 끓여 주악을 집청할 엿물을 만든다. 4. 대추는 씨를 도려내고 곱게 다진 후 찹쌀가루와 소금을 넣고 익반죽한다. 5. ④의 찹쌀 익반죽에 녹두소를 넣고 송편크기로 동그랗게 빚되, 조금 납작하게 만든다. 6. 빚은 반죽을 식물성 기름에 지져낸 뒤 집청하고, 설탕을 솔솔뿌려 마무리한다.



지 역	전북 부안군
종가명	제주 고씨 영성군 고희 종가
대분류	부식류
소분류	나물류
음식명	뜸배기나물
재 료	건조 뜸배기나물40g, 다진마늘½Ts, 소금1ts, 참기름1Ts, 참깨1ts
조리법	1. 건조된 뜸배기나물은 물에 불린다. 2. 물기를 제거한 뜸배기나물은 다진마늘과 소금을 넣고 팬에서 볶는다. 3. 2에 참깨와 참기름을 넣어 완성한다.



지 역	전북 완주군
종가명	진천 송씨 표옹 송영구 종중
대분류	부식류
소분류	전류
음식명	간납(간전, 천엽전)
재 료	간전(쇠간 200g, 소금 1큰술, 후춧가루 약간), 천엽전(소의 천엽 200g, 소금 1큰술, 후춧가루 약간) 달걀3개, 밀가루, 식용유 적당량
조리법	1. 처녑은 한 장씩 떼어 소금을 뿌린 후 잘 주물러서 깨끗이 씻어 물기를 뺀다. 2. 물기를 뺀 천엽을 연해지도록 칼로 두들긴 후 후춧가루를 뿌려 놓는다. 3. 쇠간은 막을 벗기고 한입 크기로 포를 뜬 뒤 마른 행주로 핏물을 눌러 뺀다. 4. 핏물을 뺀 쇠간에 소금과 후추, 깨소금을 뿌려 놓는다. 5. 준비된 쇠간과 천엽에 밀가루를 살짝 묻혀 달걀푼 물에 담갔다가 기름을 두른 팬에 노릇하게 지진다.



IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

지 역	전북 남원시
종가명	죽산 박씨 송암 박문수 종가
대분류	주식류
소분류	죽류
음식명	송기죽
재 료	송기(40g), 쌀가루(100g), 소금(1T), 물 (2Cup)
조리법	1. 송기를 절구에 빻아 연하게 만든 뒤 삶아서 아린 맛을 제거한다. 2. 삶아진 송기를 절구에 넣고 잘게 찢어질 때까지 빻아준다, 3. 빻아진 송기를 쌀가루에 넣고 소금 간을 해서 익반죽 한다. 4. 반죽을 지름 2Cm가량 정도의 동그란 모양으로 만들어준다, 5. 끓는 물에 송기 새알심을 넣고 동동 떠오르면 소금 간을 해서 먹는다.



지 역	전남 나주시
종가명	밀양 박씨 청재 박심문 종가
대분류	주식류
소분류	구이류
음식명	홍어구이
재 료	홍어 500g, 간장 1½T, 파 1t, 마늘 ½t, 참기름 ½t, 깨 ½t, 설탕 ⅓t
조리법	1. 홍어를 한입크기로 저며 포를 뜬다. 2. 간장, 파, 마늘, 참기름, 깨를 섞어 양념을 만든다. 3. 프라이팬에 기름을 칠하고, 홍어를 구우며, 양념을 바른다. 4. 홍어가 익으면 그릇에 옮겨 완성한다.



지 역	전남 나주시
종가명	밀양 박씨 청채 박심문 종가
대분류	부식류
소분류	탕류
음식명	곰국
재 료	양지머리(300g), 양(150g), 무(250g), 양파(1/2개), 대파(2뿌리), 물(1.5L), 조선간장(1½T), 참기름, 소금, 후추
조리법	1. 양은 속껍질이 나오도록 말끔히 벗겨 흐르는 물에 헹군 뒤 소금으로 문질러 헹궈 낸다. 2. 양지는 핏물을 빼서 준비한다. 3. 양지머리와 양이 잠길 만큼 물을 넣어 푹 끓인다. 4. 양지머리와 양이 익으면 무와 양파, 대파 윗줄기를 넣고 무가 익을 때 까지 푹 끓인다. 5. 양파와 대파는 건져낸다. 6. 양지머리는 쪽쪽 찢어내고 양은 손가락보다 조금 더 얇게 어슷 썰어서 섞어준다 7. ⑥을 참기름과 조선간장(2T), 후추에 버무려 양념해둔다 8. 무는 삶아진 것은 건져내고 아삭아삭하게 삶아진 것을 나박나박 깍두기처럼 얇게 썬다. 9. 양념된 고기고 명과 무, 쫑쫑 썬 대파를 넣고 끓여서 낸다.



IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

마. 내림음식 조리법 과학화

(1) 발굴 종가음식의 조리법 재현

발굴된 종가의 내림음식 중에서 실험조리를 실시해서 재현 가치가 있는 음식을 선정해서, 조리된 음식 또는 조리법을 종부에게 검증받아 수정 및 보완해서 23가문 39종의 음식을 조리법 과학화 및 표준화 했다. 종가·명가를 구분하는 가문 적합성을 고려해서 21가문 33종의 내림음식을 표로 구성했다.

<표 2-65> 전라·제주 지역 가문의 내림음식 조리법 과학화 목록

순	지역		가문명	음식명	수	구분
1	전북	부안군	부안 김씨 문정공 김구 종가	상어꼬치, 대합전	2	종가
2		부안군	제주 고씨 영성군 고희 종가	머위대장아찌, 뜸부기나물(뜸배기나물)	2	종가
3		진안군	광산 김씨 긍구당 김중정 종가	어린호박잎전	1	종가
4		순창군	남원 양씨 쌍매당공파 종가	갑오징어꼬치, 다슬기호박국	2	종가
5		고창군	진주 정씨 충장공파 종가	찌검장, 조기심리	2	종가
6		정읍시	언양 김씨 장무공 김준 종가	호박즙나물, 콩나물잡채	2	종가
7		남원시	풍천 노씨 옥계 노진 종가	북어전, 돼지불고기	2	종가
8		김제시	서도 장씨 진안공파 종가	대추주악	1	종가
9		완주군	진천 송씨 표옹 송영구 종가	간전과 처녑전	1	종가
10		남원시	죽산 박씨 송암 박문수 종가	송기죽	1	종가
11		나주시	밀양 박씨 청재 박심문 종가	홍어구이, 곰국	2	종가
12	전남	담양군	문화 류씨 정간공 류석헌 종가	말린죽순나물, 짚으로 감싼 생태탕	2	종가
13		영암군	해주 최씨 고죽 최경창 종가	닭미역국	1	종가
14		담양군	선산 유씨 미암 유희춘 종가	홍어찜, 상어전	2	종가
15		영광군	연안 김씨 직강공파 종가	오이초선	1	종가

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

<표 2-65> 전라·제주 지역 가문의 내림음식 조리법 과학화 목록

순	지역		가문명	음식명	수	구분
16		광양시	나주 나씨 송도공파 종가	상추속대전	1	종가
17		담양군	장흥 고씨 학봉 고인후 종가	죽순전, 죽순나물	2	종가
18		장성군	행주 기씨 노사 기정진 종가	닭떡국, 육전	2	종가
19		장흥군	장흥 위씨 반계 위정명 종가	파초장아찌	1	종가
20	광주	광주 광역시	행주 기씨 고봉 기대승 종가	상추속대김치	1	종가
21		광주 광역시	장흥 고씨 제봉 고경명 종가	찹쌀녹두닭죽, 고추김치	2	종가
전체					33	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

바. 종가 내림음식의 사진작업

내림음식을 사진작업을 위해서는 각 지역 종가의 촬영 목록을 취합해서 조리법을 정리한 후 촬영에 필요한 식재료를 정리해서 재료사진, 과정사진, 완성사진으로 분류했으며 촬영이 8월에 이루어졌으므로 계절적으로 맞지 않는 재료나 구하기 힘든 재료는 촬영목록에서 제외한 후 이루어졌다.

(1) 촬영을 위한 식재료 구분

<표 2-66> 촬영을 위한 통합 식재료 목록

순번	종가명	음식명	재료	촬영 여부	비고
1	덕수 이씨 수고당 이자가문	칡창면	칡녹말, 오미자물, 설탕, 잣	O	
2	김해 김씨 운당 김영정 가문	조장	메줏가루, 김칫국물	O	
3	경주 김씨 도정공 김직 가문	장물짠지	배춧잎, 소금, 간장, 고추씨	O	
4	경주 김씨 도정공 김직 가문	도루묵식해	도루묵, 차조, 무, 소금, 고춧가루, 엿기름, 설탕, 소금, 다진 마늘, 다진파	O	
5	경주 김씨 도정공 김직 가문	고르메자반	고르메, 기름, 설탕	X	고르메
6	광주 이씨 귀암 이원정 종가	수란묵챗국	메밀묵, 계란, 멸치, 김가루, 다시마	O	
7	광주 이씨 귀암 이원정 종가	육포다식	육포 , 꿀 , 참깨 , 참기름	O	
8	풍양 조씨 입재 조대윤 종가	감피다식	감피가루 , 꿀	O	
9	부림 홍씨 계래 홍우태 종가	돼지갈비 비지탕	흰콩, 돼지갈비, 대파, 풋고추, 고춧가루, 참기름, 간장, 소금, 마늘	O	
10	부림 홍씨 계래 홍우태 종가	절춘잎 나물	절춘잎, 간장, 참기름	X	절춘잎
11	부림 홍씨 허백정 홍귀달 종가	튀밥 다식	튀밥, 꿀	O	
12	김해 김씨 탁영 김일손 종가	시래기 콩나물 횟집 나물	시래기, 콩나물, 소금, 된장, 고춧가루, 참기름, 콩가루	O	
13	홍양 이씨 월간 이전 종가	닭똥집탕	닭똥집, 무, 다시마, 간장	O	
14	무안 박씨 청신재 박의장 종가	곶감다식	곶감, 땅콩	O	
15	무안 박씨 청신재 박의장 종가	감단자	감, 찹쌀가루 , 물	O	
16	영암 남씨 난고 남경훈 종가	고등어국	고등어, 배추, 마늘, 생강, 밀가루, 파, 간장, 소금	O	
17	영양 남씨 난고 남경훈 종가	꽁치국	꽁치, 부추, 마늘, 생강, 밀가루, 파, 간장, 소금	O	
18	영양 남씨 난고	우뭇가사리	우뭇가사리, 계란, 식초, 설탕, 깨소금, 참	O	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	종가명	음식명	재료	촬영 여부	비고
	남경훈 종가	냉국	기름, 마늘		
19	영양 남씨 난고 남경훈 종가	김국	김, 달걀, 대파, 한식간장	O	
20	개성 고씨 월봉 고인계 종가	호박 잎 콩가루국	호박잎, 생콩가루, 한식간장, 다진 마늘, 홍고추	O	
21	평해 황씨 해월 황여일 종가	도토리다식	도토리가루 , 꿀	O	
22	평해 황씨 해월 황여일 종가	게장 시래기찌개	게, 무청	O	
23	안동 김씨 양소당 종가	돈족돼지껍질탕과 편육	우족 껍질, 당귀, 감초, 화초, 생강, 음나무, 양파, 계피, 당귀, 후추, 된장, 대추채, 석이버섯, 잣	O	음나무 = 엄나무
24	한산 이씨 대산 이상정 종가	안동송편	멥쌀가루, 풋콩	O	
25	한산 이씨 대산 이상정 종가	돔배기		X	목록이 없음.
26	한산 이씨 대산 이상정 종가	백비탕	돔배기껍질, 소금, 파, 마늘	X	돔배기 껍질
27	안동장씨 경당 장흥효 종가	소고기 사태 장조림	소고기사태, 꽈리고추, 홍고추, 마늘, 한식간장	O	
28	안동 장씨 경당 장흥효 종가	상어껍질편육	상어껍질	X	상어껍질
29	안동 장씨 경당 장흥효 종가	우엉 채 볶음	우엉, 간장, 물엿, 식용유	O	
30	안동 장씨 경당 장흥효 종가	상추 콩가루 국	상추, 생콩가루, 한식간장	O	
31	성산 배씨 서암 배상룡 종가	빡빡장	된장, 고춧가루, 풋고추, 표고, 감자, 무, 호박	O	
32	의성 김씨 문절공 김용초 종가	피리(피래미)조림	민물피리, 된장, 다진 마늘, 고추장, 고춧가루, 한식 간장, 설탕	△	민물피리(피래미)
33	의성김씨 문절공 김용초 종가	붕어탕	붕어, 쇠고기 , 된장, 삶은 배추 , 한식간장, 다진 마늘, 풋고추, 고춧가루	O	
34	성주 도씨 운재 도균 종가	장자지 (깍두기)	명태 머리, 무, 고춧가루, 소금	O	
35	정주 도씨 운재 도균 종가	부적 (나물구이)	풋고추, 가지, 쪽파, 밀가루, 고추장, 다진 마늘, 물	O	
36	예안 김씨 무송헌 김담 종가	조기머리보푸라기	간조기 머리, 참기름, 후추, 설탕	O	
37	예안 김씨 무송헌 김담 종가	은어튀김, 은어구이	은어, 밀가루, 식용유, 소금	O	
38	장수 황씨 사정공 황정 종가	소허파전	소 허파, 밀가루, 달걀, 식용유	O	
39	장수 황씨 사정공 황정 종가	쇠비름무침	쇠비름, 고추장, 된장, 다진마늘, 참기름	O	쇠비름
40	재령 이씨 갈암 이현일 종가	육말	소고기 , 간장 , 설탕 , 다진파 , 다진마늘, 참기름 , 후춧가루	O	
41	박남 박씨 소고 박승임 종가	찐쌀콩죽	풋콩, 찐쌀	O	
42	박남 박씨 소고 박승임종가	따르미 국 -냉이콩가루국	냉이, 생콩가루, 한식간장	△	건조냉이 -
43	기계유씨 취헌	보리개떡	보릿가루, 소금, 사카린	O	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	종가명	음식명	재료	촬영 여부	비고
	유백증 종가				
44	창녕 성씨 교리공 성위제 가옥	닭전야	닭, 두부, 당근 , 정구지 , 마늘	O	
45	광산 김씨 사계 김장생 종가	홍합 쌈, 두부 쌈	건홍합 , 두부, 달걀	O	
46	함평 이씨 백일헌 이삼 종가	건 홍어 맑은 국	건홍어, 무 , 미나리, 콩나물 , 청고추, 홍고추, 대파 , 소금	O	
47	삼해약주 명가	준치완자탕	준치, 계란, 쑥갓 , 파 , 마늘 , 백후추, 밀가루	△	준치
48	심해약주 명가	묵초	청포묵(녹두묵), 쇠고기(다짐육/곱게 다지지 않음), 홍고추, 황백지단 , 표고버섯, 실파, 석이버섯, 양지머리 삶은육수, 한식간장,	O	
49	심해약주 명가	두부장	신선한 두부, 된장, 광목(면)주머니	O	
50	심해약주 명가	못짐	건조된 돌김(뭉쳐진 것이나 김 상태로 된 것), 멥쌀고추장(찹쌀고추장), 광목(면)주머니, 고추장항아리	O	
51	전주 이씨 오리 이원익종가	톳나물 물김치	톳, 찹쌀가루, 고춧가루, 마늘, 실파, 홍고추	O	
52	전주 이씨 오리 이원익종가	돼지고기 물김치	돼지고기, 김장배추김치, 메밀묵, 설탕, 마늘, 고춧가루, 물	O	
53	반남 박씨 조은 박은 종가	호박만두	애호박, 부추, 밀가루, 양파, 파, 소금, 마늘, 고춧가루	O	
54	반남 박씨 조은 박은 종가	동태조림	동태, 무, 감자, 파, 마늘, 식혜 물, 고추장, 고춧가루, 제주(술), 간장	O	
55	해주 오씨 퇴전당 오정방 종가	오이나물	오이, 소고기 , 굵은소금, 간장, 마늘, 설탕, 파, 후추	O	
56	원주 원씨 관난 원호 종가	통오징어 전	통오징어, 계란, 밀가루	O	
57	원주 원씨 관난 원호 종가	닭강정	닭, 마늘 , 생강 , 계란, 밤, 대추, 양파, 잣가루, 식혜로 만든 조청, 간장, 후추, 소금, 밀가루, 통깨	O	
58	원주 원씨 관난 원호 종가	토란찜	토란, 쌀뜨물, 간장, 마늘, 파, 설탕	△	토란
59	해평 윤씨 동강 윤은필 종가	돼지고기 잡탕	돼지고기, 제사 후 남은 전, 김치, 두부 , 된장, 고추장, 한식간장, 다진마늘, 소금, 후추	O	
60	해주 오씨 퇴전당 오정방 종가	갈비찜	소갈비 , 표고버섯, 밤, 대추, 계란, 간장, 설탕, 다진파, 다진마늘, 매실청, 참기름, 깨소금, 후춧가루	O	
61	해주 오씨 퇴전당 오정방 종가	장김치	무, 밤, 단감, 사과, 한식간장, 대추, 잣, 실고추	O	
62	해주 오씨 퇴전당 오정방 종가	도미찜	도미, 석이버섯, 달걀, 미나리, 홍고추, 간장, 청주, 올리고당, 마늘, 생강, 고추, 후추 약간, 계피가루 약간, 소금, 후춧가루 약간, 청주	O	
63	해주 오씨 퇴전당 오정방 종가	수삼냉채	수삼, 대추, 밤, 잣, 꿀	O	
64	장수 황씨 방촌 황희	미쌈	두부, 돼지고기, 다진파, 달걀, 식용유, 소	O	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	종가명	음식명	재료	촬영 여부	비고
	종가		금, 후추		
65	한산 이씨 아계 이산해 종가	맑은참조기탕	참조기, 호박, 청양고추, 홍고추, 두부, 대파, 쌀뜨물, 조선간장, 마늘, 무, 다시마, 후춧가루	O	
66	한산 이씨 아계 이산해 종가	배약산적구이	소고기, 배, 간장, 마늘, 후춧가루 , 들기름, 참깨, 잣	O	
67	의령 남씨 성은 남이흥 종가	함초 바지락 국	바지락, 함초, 간마늘, 대파, 홍고추, 한식간장	O	
68	의령 남씨 성은 남이흥 종가	돼지파강회	돼지파, 고추장, 빙초산, 꿀, 깨소금	O	
69	의령 남씨 성은 남이흥 종가	황발이 게장 (농게)	황발이, 조선간장, 홍고추, 통마늘, 깨소금	△	황발이
70	고령 신씨 보한재 신숙주 종가	떼죽 나물 (참죽순나물)	떼죽나물, 간장, 들기름, 깨소금, 다진마늘	△	떼죽나물
71	고령 신씨 보한재 신숙주 종가	녹두 나물	녹두나물, 들기름, 간장, 다진마늘, 다진 파, 깨소금	O	
72	원주 원씨 평중 원균 종가	우사골내장탕	소머리뼈, 소머리고기, 소내장, 다진파, 다진 마늘, 청주, 굵은소금	O	
73	원주 원씨 평중 원균 종가	멍텅구리매운탕	멍텅구리, 김치줄, 대파, 홍고추, 쑥갓, 무 , 다시마, 고춧가루 , 마늘, 맛술, 한식간장, 소금, 후추	△	멍텅구리
74	반남 박씨 기재 박동량 종가	꽃게소금장	꽃게, 굵은소금	O	
75	안동 권씨 양평 권감 종가	연잎찰밥	연잎, 찹쌀 , 맵쌀 , 밤알, 대추, 은행, 잣	O	연잎
76	안동 권씨 양평 권감 종가	연근조림	연근뿌리, 물 , 간장 , 설탕 , 참기름 , 식초 , 다시마 , 깨	O	
77	안동 권씨 양평 권감 종가	연잎차	연잎, 계피	O	
78	청주 한씨 서평 한준겸 종가	원추리 된장국	원추리나물 , 재래식된장, 멸치 , 다시마 , 무, 다진마늘 , 대파	△	원추리나물
79	청주 한씨 서평 한준겸 종가	구기자나물	구기자어린순, 들깨 (혹은 들기름), 다진마늘, 집간장, 깨소금	△	구기자어린순
80	의령 남씨 구정 남재 종가	소고기 탕국	사골 뼈, 통북어마리, 소고기(양지), 다시마 , 무 , 파뿌리, 두부	O	
81	순흥 안씨 회헌 안향 종가	소머리 국밥	사골 뼈, 소머리, 통 생강, 통마늘, 제철채소, 파, 들깨가루	O	
82	해주 최씨 삼계 최경회 종가	닭미역국	마른미역, 닭, 멸치, 다시마, 참기름, 한식간장, 소금, 다진마늘, 물	O	
83	선산 유씨 미암 유희춘 종가	홍어찜	홍어, 파, 깨소금, 소금	O	
84	선산 유씨 미암 유희춘 종가	상어전	상어, 밀가루, 달걀, 백후춧가루	O	
85	연안 김씨 직강공파 종가	오이초선	오이, 절임용 소금, 표고버섯 ,소고기, 달걀, 식초, 설탕, 소금, 실고추	O	
86	나주 나씨 송도공파 종가	상추대전	상추대, 밀가루, 물, 소금, 돼지기름	O	
87	나주 나씨 송도공파 종가	밤수란탕	밤, 달걀	O	
88	제주 양씨 중랑장공파 가문	옥돔미역국	미역, 옥돔, 다시마, 한식간장, 참기름, 소금, 다진마늘, 물	O	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	종가명	음식명	재료	촬영 여부	비고
89	제주 양씨 중랑장공파 가문	쟁기떡	메밀가루, 김치, 돼지고기, 무, 다진파, 다진마늘, 깨소금, 참기름	O	
90	광산 김씨 긍구당 김중정 종가	어린호박잎전	어린호박잎, 밀가루, 찹쌀가루, 물, 소금	O	
91	장흥 고씨 학봉 고인후 종가	죽순전	죽순, 부침가루, 달걀, 한식간장, 다진 마늘, 소금, 식용유	O	
92	장흥 고씨 학봉 고인후 종가	죽순나물	죽순, 당근, 대파, 한식간장, 들깨즙, 멸치육수, 다진마늘, 들기름, 소금	O	
93	장흥 고씨 학봉 고인후 종가	들깨송이 부각	들깨송이, 밀가루, 소금, 물	O	
94	행주 기씨 노사 기정진 종가	닭떡국	닭, 떡국떡, 닭육수, 대파 ,마늘, 달걀, 다진마늘, 다진파, 소금	O	
95	행주 기씨 노사 기정진 종가	호박잎 된장국	호박잎, 고구마잎, 고구마줄기, 두부, 풋고추, 파, 양파, 다진마늘, 된장, 들깨가루	O	
96	장흥 위씨 반계 위정명 종가	파초 장아찌	파초 , 멸치젓, 고춧가루, 마늘, 설탕, 참기름	O	
97	행주 기씨 노사 기정진 종가	육전	소고기(끝살), 표고버섯, 두부, 밀가루, 계란, 양파, 쪽파, 청양고추, 소금	O	
98	행주 기씨 고봉 기대승 종가	무움나물	무움(무 새순), 소금, 간장, 깨소금, 참기름	X	무움
99	행주 기씨 고봉 기대승 종가	상추속대김치	상추속대, 소금, 파, 마늘, 액젓, 고춧가루	O	
100	장흥 고씨 제봉 고경명 종가	찹쌀 녹두 닭죽	육수 2L(오가피, 황기, 닭), 소금, 후추, 다진마늘, 다진파, 찹쌀, 녹두	O	
101	장흥 고씨 제봉 고경명 종가	고추김치	고추, 고춧잎, 무, 생강, 마늘, 청각, 사과, 고춧가루, 찹쌀밥, 멸치액젓	O	
102	문화 류씨 정간공 류석헌 종가	말린 죽순나물	말린죽순, 소고기(우둔살), 들깨가루, 마늘, 참기름, 소금	O	
103	문화 류씨 정간공 류석헌 종가	짚으로 감싸서 끓인 생태탕	생태, 대파, 무, 마늘, 한식간장, 소금, 짚, 물	O	
104	부안 김씨 문정공 김구 종가	상어꽂이	상어, 마늘, 파, 소금, 통깨, 쪽파잎, 실고추	O	
105	부안 김씨 문정공 김구 종가	생합(대합)전	생합(대합), 명태, 상어머리, 계란, 밀가루	O	
106	남원 양씨 쌍매당공파 종가	갑오징어 꼬지	갑오징어, 풋마늘 혹은 쪽파, 밀가루, 계란물(계란, 소금)	O	
107	남원 양씨 쌍매당공파 종가	다슬기 호박국	다슬기, 애호박, 한식간장, 마늘, 파, 물	O	
108	진주 정씨 충장공파 종가	찌검장	김장김치 국물, 메주가루, 멸치 혹은 까나리 액젓 (양념: 참기름, 깨소금)	O	
109	진주 정씨 충장공파 종가	조기심리	조기, 고사리, 파, 마늘, 소금, 한식간장, 물	O	
110	언양 김씨 장무공 김준 종가	호박즙나물	육수(멸치, 다시마, 무), 말린호박, 마른새우, 들깨가루, 멥쌀가루, 마늘, 파, 소금	O	
111	언양 김씨 장무공 김준 종가	콩나물잡채	콩나물, 다시마, 미나리, 무, 불린고구마순, 식초, 가는고춧가루, 깨, 다진마늘, 다진파, 조청, 설탕, 소금	O	
112	풍천 노씨 옥계 노진 종가	북어전	말린 북어, 참기름, 소금, 계란, 실고추, 통깨	O	
113	풍천 노씨 옥계 노진	돼지불고기	돼지고기(목살 또는 삼겹살), 당면,	O	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	종가명	음식명	재료	촬영 여부	비고
	종가		시금치, 콩나물, 파, 마늘		
114	서도 장씨 진안공파 종가	녹두소 대추주악	녹두 소: 거피녹두, 소금, 꿀 반 죽 : 찹쌀가루, 대추, 소금 엿 물 : 물, 설탕, 조청	O	
115	제주 고씨 영성군 고희 종가	머윗대 장아찌	머윗대, 된장, 다진마늘, 참기름, 참깨	O	
116	제주 고씨 영성군 고희 종가	뜸배기 나물	건조 뜸배기 나물, 다진 마늘, 소금, 참기름, 참깨	O	
117	진천 송씨 표옹 송영구 종가	간납(간전, 천엽전)	간전(쇠간, 소금, 후춧가루, 천엽전(소 천엽, 소금, 후춧가루), 달걀,밀가루, 식용유	O	
118	죽산 박씨 송암 박문수 종가	송기죽	송기, 쌀가루, 소금, 물	O	송기(소나무 껍질)
119	밀양 박씨 청재 박심문 종가	홍어구이	홍어, 간장, 파, 마늘, 참기름, 깨, 설탕	O	
120	밀양 박씨 청재 박심만 종가	곰국	양지머리, 양, 무, 양파, 대파, 물, 한식간장, 참기름, 소금, 후추	O	

<표 2-67> 재료 수급 불가로 인한 촬영불가 목록

순번	지역	종가명	음식명	촬영사진			촬영여부
				메인	재료	과정	
1	광주광역시	행주 기씨 고봉 기대승 종가	무움나물		촬영 불가	촬영 불가	무움 수급불가
2	강원 고성군	경주 김씨 도정공 김직 가문	고르메 자반		촬영 불가	촬영 불가	고르메 수급불가
3	경북 영주시	신성 김씨 무송헌 김담 종가	은어튀김, 은어구이		촬영 불가	촬영 불가	은어 수급불가
4	경북 문경시	장수 황씨 사정공 황정 종가	쇠비름무침		촬영 불가	촬영 불가	쇠비름나물 수급불가
5	경북 영주시	박남 박씨 소고 박승임 종가	따르미 국 (냉이콩가루국)		촬영 불가	촬영 불가	냉이 수급불가
6	충남 당진시	의령 남씨 성은 남이흥 종가	황발이게장(농게)		촬영 불가	촬영 불가	황발이농개 구매불가
7	경기 평택시	고령 신씨 보한재 신숙주 종가	떼죽 나물 (참죽어린순나물)		촬영 불가	촬영 불가	떼죽나물 구매불가
8	경기 평택시	원주 원씨 평중 원균 종가	멍텅구리매운탕		촬영 불가	촬영 불가	멍텅구리 수급불가
9	경기 시흥시	안동 권씨 양평 권감 종가	연잎차		촬영 불가	촬영 불가	촬영제외
10	경기 시흥시	청주 한씨 서평 한준겸 종가	원추리 된장국		촬영 불가	촬영 불가	원추리(봄나물) 구입불가
11	경기 시흥시	청주 한씨 서평 한준겸 종가	구기자나물		촬영 불가	촬영 불가	구기자(봄나물) 구입불가
12	전남 광양시	나주 나씨 송도공파 종가	밤수란탕		촬영 불가	촬영 불가	촬영 제외

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(2) 내림음식 사진촬영

2014년부터 2016년까지 조사한 전라, 광주, 제주의 종가 중 전북 11, 전남 16, 광주 2, 제주 1가문을 채택해서 주식류 37종, 부식류 360종, 떡 및 과정류 146종, 음청 및 주류 51종으로 594종의 내림음식을 발굴하였으며 21가문 33종의 내림음식 조리법을 기록해서 조리법을 과학화했다. 각 연구팀에서 전국의 100가문을 현장조사해서 발굴한 1,601종 내림음식 가운데 가문과 이야기가 담긴 음식을 선정하고 계절적 식재료를 고려해서 지역별 60가문 100종을 최종 선정해서 재료사진, 과정사진, 완성사진으로 나누어 사진촬영을 진행했다. 책자에 들어가게 될 사진은 재료사진, 과정사진, 완성사진의 순서로 촬영되었는데 재료사진은 내림음식의 주요 재료 또는 전부 찍었으며(1장), 과정사진은 내림음식 조리 중 의문이 생길 수 있는 부분을 3장으로 축약해서 촬영했다. 완성사진은 지역적인 특색과 시간적인 특징, 그 종가의 분위기를 담을 수 있도록 했다.

<표 2-68> 주요 내림음식 재료 사진

 원주 원씨 관난 원호 종가 <통오징어전 재료>	 해주 오씨 퇴전탕 오정방 종가 <장김치 재료>	 장흥 고씨 제봉 고경명 종가 <상추속대김치 재료>
 원주 원씨 평중 원균 종가 <우사골내장탕 재료>	 밀양 박씨 청재 박심문 종가 <홍어구이 재료>	 밀양 박씨 청재 박심문 종가 <곰국 재료>
 반남 박씨 조은 박은 종가 <호박만두 재료>	 진주 정씨 충장공파 종가 <찌검장 재료>	 풍양 조씨 입재 조대윤 종가 <감피다식 재료>

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

		
장흥 위씨 반계 위정명 종가 <파초장아찌 재료>	원주 원씨 관난 원호 종가 <토란찜 재료>	안동 권씨 양평공 권감 종가 <연잎찰밥 재료>

<표 2-69> 주요 내림음식 과정사진

부안 김씨 문정공 김구 종가 - 생합전

		
1. 생합, 명태, 다진 명태머리를 섞어 반죽을 만든다.	2. 껍질에 반죽을 넣고 밀가루 계란 순으로 묻혀준다.	3. 팬에 기름을 두르고 지진다.

광주 이씨 귀암 이원정 종가 - 육포다식

		
1. 육포를 방망이로 두드려 보푸라기를 만든다.	2. 참깨가루, 꿀, 참기름, 육포 보푸라기를 섞어 반죽한다.	3. 반죽을 다식틀에 찍어낸다.

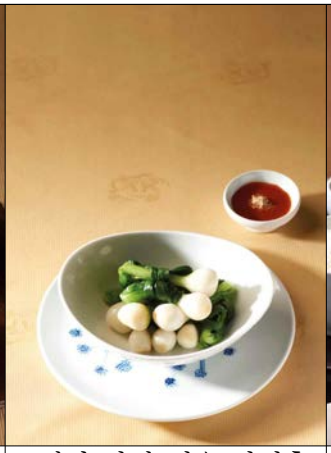
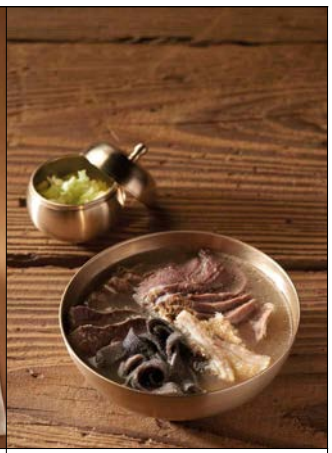
장흥 고씨 학봉 고인후 종가 - 죽순나물

		
1. 죽순을 삶아 1.5cm 두께로 찢어준다.	2. 당근은 채 썰고 대파는 어슷하게 썬다.	3. 들깨즙, 멸치육수를 넣고 끓이다가 당근, 대파를 넣고 마무리한다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

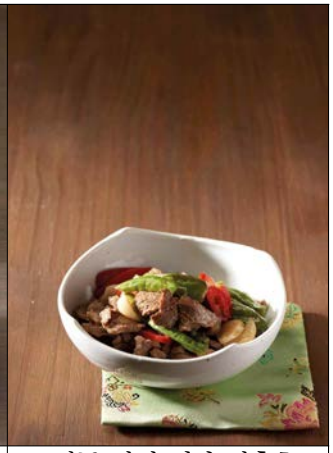
<표 2-70> 서울·경기·충청지역 가문의 주요 내림음식 완성사진

			
<장수 황씨 방촌 황희 종가 - 미쌈>	<고령 신씨 보한재 신숙주 종가 - 숙주나물>	<의령 남씨 성은 남이흥 종가 - 염교강회>	<광산 김씨 사계 김장생 종가 - 건홍어맑은국>
			
<반남 박씨 기재 박동량 종가 - 꽃게소금장>	<삼해약주 명가 - 묵초>	<해주 오씨 퇴전당 오정방 종가 - 갈비찜(쌈)>	<원주 원씨 평중 원균 종가 - 우사골내장탕>
			
<해평 윤씨 동강 윤은필 종가 - 돼지고기잡탕>	<삼해약주 명가 - 준치완자탕>	<전주 이씨 오리 이원익 종가 - 톳나물물김치>	<전주 이씨 오리 이원익 종가 - 돼지고기물김치>

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

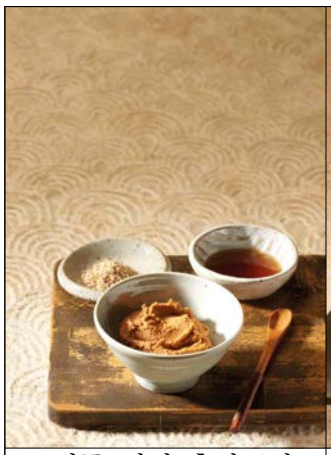
<표 2-71> 경상·강원지역 가문의 주요 내림음식 완성사진

			
<진성 이씨 온계 이해 종가 - 가지전>	<평해 황씨 해월 황여일 종가 - 게장시래기>	<광주 이씨 귀암 이원정 종가 - 수란묵챗국>	<안동 장씨 경당 장흥효 종가 - 소고기사태장조림>
			
<한산 이씨 대산 이상정 종가 - 백비탕>	<진성 이씨 온계 이해 종가 - 무홍합전>	<영암 남씨 난고 남경훈 종가 - 김국>	<성주 도씨 운재 도균 종가 - 장자지>
			
<성주 도씨 운재 도균 종가 - 부적>	<무안 박씨 청신재 박의장 종가 - 감단자>	<개성 고씨 월봉 고인계 종가 - 호박잎콩가루국>	<성산 배씨 서암 배상룡 종가 - 빽빽장>

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

<표 2-72> 전라·제주지역 가문의 주요 내림음식 완성사진

			
<제주 고씨 영성군 고희 종가 - 뜸부기고물>	<남원 양씨 쌍매당공파 종가 - 다슬기호박국>	<행주 기씨 노사 기성진 종가 - 육전>	<죽산 박씨 송암 박문수 종가 - 송기죽>
			
<진주 정씨 충장공파 종가 - 찌검장>	<진천 송씨 표옹 송영구 종가 - 간전과 허파전>	<나주 나씨 송도공파 종가 - 상추속대전>	<제주 양씨 중랑장공파 가문 - 쟁기떡>
			
<장흥 위씨 반계 위정명 종가 - 파초장아찌>	<진주 정씨 충장공파 종가 - 조기심리>	<밀양 박씨 청재 박심문 종가 - 홍어구이>	<문화 류씨 정간공 류석헌 종가 - 짚으로 감싼 생태탕>

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

제3절 서울·경기·충청 지역의 종가·명가음식 발굴 및 조리법 과학화

1. 지역적 배경

가. 서울·경기권 음식 문화 특징

경기도 평균 온도는 12℃, 평균 강수량은 1,300mm이며, 대륙성 기후로 북서 계절풍의 영향으로 고온 다습한 기후이다. 면적은 전 국토의 약 10%인 1만 175k㎡이며, 서쪽으로는 해안선에 접해 있고, 동쪽으로는 강원도, 남쪽으로는 충청도와 인접해 있으며 그 중앙에는 서울이 위치하고 있다 (*Gyeonggi-do* provincial office site 2016). 동쪽에서 서쪽으로 흐르는 한강에 의해 남, 북 지역으로 나뉘어져 이북으로는 산간 지역이, 이남지역에는 평야지대가 펼쳐져 있으며, 강화도, 김포 및 아산만 일대에는 넓은 간척평야가 있다. 인천광역시를 포함한 해안선은 많은 만과 반도, 섬 등이 발달돼 있는 침수해안으로 길이가 1,064 km에 달하고, 강화도, 교동도, 영종도, 덕적도, 영흥도 등의 250여개의 섬이 분포한다. 이렇듯 경기지역은 강, 바다, 산과 들, 평야가 골고루 근접하고 있어 각종 곡류, 육류, 어패류, 채소류 등이 다양하게 산출되며 이들 토산식품의 생산이 이 지역 향토음식의 발달 요인이 됐다.

2016년 현재 경기도 행정구역은 시 28개, 군 3개로 이루어져 있다. 현대의 특산물로는 대부분이 채소류와 과실류인 농작물이며 한우, 돼지고기, 흑염소, 닭 등의 일부 축산물과 참게, 낙지, 바지락, 굴 등의 소수 해산물이 특산물로 지정되었음을 할 수 있다. 조선시대 특산물이 다양한 곡류와 약재 그리고 수많은 종류의 해산물인 것과 비교해 보면 현대인 식생활에 육류와 과실류 비중이 높아졌고, 특산물 종류가 매우 축소되었음을 알 수 있다.

(1) 서울·경기 지형

(가) 서울 지형

『동국여지승람』에 따르면 '북으로 화산(華山)을 진산(鎭山)으로 삼아, 동과 서는 용이 서리고 범이 쭈구리고 앉은 형세이고, 남쪽은 한강(漢江)으로서 요해처(要害處)를 삼았으며, 멀리 동쪽에는 대관령이 있고 서쪽에는 발해(渤海)가 둘러싸고 있어서 그 형세의 훌륭함이 동방(東方)의 으뜸이라' 하였을 정도로 명소에 위치한다. 서울은 대한민국의 수도로 동경 126°, 북위 37° 에 위치해서 한반도의 중심부에 있으며 면적은 605.42㎢로 전 국토의 0.6%에 불과하지만 한국의 경제와 금융, 교육, 문화가 서울에 집중해 있다.

한강의 하류에 위치하며 남산을 중앙으로 북한산·도봉산·인왕산·관악산·아차산·불암산·수락산 등의 산이 병풍처럼 둘러싸 분지를 이루고 있다. 기온은 저온 평균 -4.9℃, 고온 평균 25℃로 살기

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

에 적당하며 사계절이 분명해서 식재료가 계절에 따라 다르게 생산돼 사계절 다른 음식을 먹을 수 있다.

(나) 경기 지형

경기도의 면적은 전국토의 약 10%인 10,184㎢이며 서쪽으로는 해안선에 접해 있다. 서울을 사방으로 감싸 안고 있는 형세이며 동쪽으로는 강원도, 남쪽으로는 충청도와 인접해 있다. 동쪽에서 서쪽으로 흐르는 한강에 의해 남, 북 지역으로 나뉘어져 이북으로는 산간지역이, 이남지역에는 평야지대가 펼쳐져 있으며 강화도, 김포 및 아산만 일대에는 넓은 간척평야가 있다. 인천광역시를 포함한 해안선은 많은 만과 반도, 섬 등이 발달돼 있는 침수해안으로 길이가 1,064km에 달하고, 강화도, 교동도, 영종도, 덕적도, 영흥도 등의 250여개의 섬이 분포해 있다. 특히 서해의 경기만은 수심이 얇고 경사가 완만하며 조석간만의 차가 커서 매우 광활한 갯벌이 조성돼 있어 각종 조개류의 서식지로 적당하다.

(2) 서울·경기 자연/환경적 음식 문화

(가) 서울 자연/환경적 음식 문화

서울에서 생산되는 식재료 자체는 그리 많지 않지만 서울은 각 지방에서 사람들이 모이는 곳이라 대부분의 식품도 함께 조선시대에는 종로를 중심으로 한 백각전, 육주비전으로 반입했다. 현재는 남대문시장, 노량진 수산시장, 가락동시장 등 52개의 크고 작은 시장을 통해 어느 지역보다도 다양한 재료와 음식을 선보이고 있다. 서울은 '남주북병(南酒北餠) 즉, 남산골에서는 술을 잘 만들고 북촌에서는 떡을 잘 만든다.'라는 말이 있듯이 술과 떡이 발달했다.

(나) 경기 자연·환경적 음식 문화

강, 바다, 산과 들, 평야가 골고루 근접하고 있어 각종 곡류, 육류, 어패류, 채소류 등이 다양하다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

가. 충청권 음식 문화 특징

충청북도는 북동쪽에 태백산맥, 동쪽에 소백산맥, 북서쪽에 차령산맥으로 차단된 거대한 분지지형을 형성하고 있어 우리나라에서 보기 드문 대륙성기후의 특징을 나타내고 있으며, 지역의 평균 온도는 11.6 ℃, 평균 강수량은 1,100mm이다. 낮은 평야지대에는 토양이 기름진 곳이 많아 농사짓기에 알맞아 쌀, 보리 등의 농산물이 많이 생산되며, 산지가 많은 곳에서는 표고버섯, 싸리버섯, 송이버섯, 목이버섯, 도토리, 고사리, 산채 등 임산물도 풍부하고, 임야가 전체의 71 %로 목축업도 발달했다(Lee JH 1981).

2015년 현재 충청북도 행정구역은 3개 시, 9개 군으로 이루어져 있다. 충주시의 특산물은 고구마, 땅콩, 복숭아, 사과, 제천시는 황기, 단양군은 마늘, 고추, 감자, 더덕, 생강, 사과, 수박 등의 채소, 과일류, 괴산군은 고추, 옥수수, 양배추, 감자, 음성군에는 고추, 복숭아, 사과, 진천군은 쌀, 인삼, 청주시는 복숭아, 사과, 포도 등의 과일, 청원군은 쌀, 증평군은 쌀, 인삼, 보은군은 땅콩, 사과, 옥천군은 영지버섯, 부추, 마, 인삼, 복숭아, 곶감, 포도, 영동군은 곶감, 매실, 포도가 각각 주요 특산물로 지정돼 생산되고 있다. 최보미 & 강창숙(2015)은 충청북도 지역특산물로 농작물은 12개 시군의 모든 지역에서 나타나는 반면에 수산물은 진천군과 영동군의 2개 지역에서 분포한다고 했다.

(1) 충청남·북도 지형

(가) 충청남도 지형

삼면이 육지, 한 면이 바다인 지리적 환경으로 농산물, 해산물 풍부하다. 삼면이 육지, 기후 온화, 평균 강수량 1,000~1,500mm 이며 토질은 기름진 환경으로 농사짓기 좋은 환경이며 농산물이 풍부하다.

(나) 충청북도 지형

바다에 접해있지 않은 유일한 내륙 지방이다. 금강, 남한강 등 하천유역 중심의 지리적 환경으로 민물 생선 음식이 발달했다. 태백산맥, 소백산맥, 차령산맥 등 곳곳에 산지가 많고 평야가 적어서 다양한 산나물 풍부하다. 제천분지, 미원분지, 괴산분지, 충주분지, 보은분지, 청산분지, 진천분지 등 다양한 분지성 지형이 형성돼 농경문화가 보급됐다.

(2) 충청남·북도 자연/환경적 음식 문화

지연적 환경으로 인해서 주식으로 쌀밥, 보리밥을 즐겨먹는 문화와 죽, 떡, 국수, 수제비, 범벅 등의 곡류 중심의 음식 문화가 발달했다. 바다와 인접해 있어 해산물 중심으로 한 음식문화가 발달

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

돼 있으며, 음식의 육수로 바지락을 많이 사용함. 굴, 대하, 새조개, 새우젓, 어리굴젓, 김 등이 충청남도의 특산물이다. 지리적으로 산지가 많아 표고버섯, 송이버섯, 송이버섯 등 다수의 버섯종류와 도토리, 고사리, 산채나물 등 임산물이 풍부해서 자연 그대로의 재료로 맛을 내는 것이 특징이다. 구릉성 산지가 많고 평야지대에서는 농경문화가 형성되었고 바다에 인접하지 않아 싱싱한 해산물보단 건어물을 많이 먹었다. 또한 내수면 발달로 인해서 메기, 붕어, 쏘가리 등 민물 생선이 흔해서 발달했다.

(3) 충청도 淸風明月(청풍명월) 음식 문화

청풍명월(淸風明月)은 충청도 사람(양반)을 비유하는 말로써, 사전적 의미로는 潔白(결백)하고 穩健(온건)한 성격 평해서 이르는 말이다. 충청도 사람들은 순박하고 온유한 기질이 있어 음식 문화에도 고스란히 묻어난다. 음식의 맛이 순하고 평범하며 담백하고 소박하며, 재료 본연의 맛을 중요시 한다. 또한 음식은 꾸밈이 없고 양념을 많이 사용하지 않으며 사치스럽지 않다.

2. 고 조리서·음식 관련 유적 및 유물

가. 서울·경기 고 조리서

(1) 1449년의『신증동국여지승람』

이 책에 수록된 토산식품 중 빈도가 많은 어패류는 송어, 조기, 쏘가리, 웅어, 은어, 누치, 붕어 등이고 조선시대에 자하, 밴댕이, 숭어, 굴, 감, 웅어, 붕어, 게, 뱅어, 쑥, 소금 등이 조선시대 경기남부의 진공품목이다. 이 외에 서울 주변의 방아다리 배추, 왕십리 무, 먹골배가 유명하였고 청파동, 왕십리 미나리가 특산품이다. 방아다리 배추는 국가용, 궁중용으로 팻말을 붙여놓아 민가에서는 사용하지 못하도록 하고 있다.

(2) 허균(許筠, 1569~1681)의『도문대작』

서울 경기 지역의 명물음식으로 '차수(叉手:칼국수)는 여주, 엿은 개성, 홍채(紅菜)는 경기도 해안지방, 청각, 참가사리(細毛)는 서해에 많다. 파, 부추, 달래 등은 삭녕(朔寧, 경기도 연천)에서 나는 것이 가장 좋고 수박(西瓜)은 고려시대 때 홍다구(洪茶丘)안 사람이 처음 개성(開城)에다 심었다. 녹이(綠李, 오얏)와 살구(唐杏)는 서울 서대문 근교인 서교, 반도(盤桃,복숭아)는 서교와 시흥, 과천에 많다.'고 기록하고 있다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(3) 빙허각 이씨(1809)의『규합총서』

떡, 한과 등 기호식품 종류가 발달했다. 조선 후기에는 전기에 비해 멥쌀 사용이 많고 약재가 부재료로 많이 사용되었으며, 단자류 등 다양한 친 떡이 발달했다고 한다. 이와 같이 기호식품류의 발달은 의례(儀禮)가 발달한 경기도 반가(班家)의 접빈객(接賓客) 음식 문화의 발달을 엿 볼 수 있다. 식재료 특징은 부식류 중 쇠고기, 돼지고기, 꿩고기, 닭고기, 붕어, 조기, 전복 등 동물성 식재료 사용이 많았다. 경기도 반가 음식은 부식류 중 수조어육류와 같은 고급 식재료의 사용이 많았던 것을 알 수 있다. 곡류 전분을 이용해서 수조어육류 맛이 부드럽게 어우러지게 했다. 어류와 수조육류를 서로 어우러지게 곱게 섞어 영양상의 균형을 이루면서 실백을 넣어 완자의 씹히는 맛과 고소한 맛을 증가시켰고 녹두 전분을 입혀 맛의 부드러움을 더하는 조리법이다. 손이 많이 가는 정성스런 조리법으로 식감과 음식의 시각적 효과를 극대화했다. 김치류에 전복김치, 동과 석박지 등 호사스러운 김치가 발달했다.

나. 충청도 고 조리서

(1) 1449년의『신증동국여지승람』

충청북도의 토산물(土産物)에는 농작물뿐만 아니라 버섯류의 임산물과 쏘가리, 누치, 지치, 게, 은어 등의 수산물이 많은 비중을 차지했다. 인삼, 고추, 생강, 더덕 등 일부 특용작물을 제외하고는 거의 대부분이 과실류가 차지하고 있다.

(2) 1910년경(추정)의『반찬등속』

충북의 고(古) 조리서로 20세기 초엽 충청도 지역의 식생활 문화를 알려주는 음식조리서이다. 김치류, 짠지류, 반찬류, 떡류와 만두, 과자류, 음료, 술 기타 등이 있으며 총 46가지의 음식이 기록돼었다. 다양한 어육류가 들어가 짠지에 감칠맛과 깊은 맛을 더하고, 채소에 부족하기 쉬운 단백질을 보충해서 영양적 균형을 맞춘 고급 음식인 다양한 짠지 음식이 발달했다. 내륙지역이라 건어물 북어를 사용한 음식이 많다. 김치류에 생조기 사용이 많다. 7가지 김치 종류 중 무김치, 깍두기, 갓데기, 오이김치, 고추김치 등 5가지(71%)에 생조기를 넣었다. 대추, 버섯, 잣, 곶감 등 임산물을 넣은 병과류가 발달했다. 9가지 떡이 기록되었는데, 찐 떡이 4가지, 친 떡이 3가지, 빚은 떡이 1가지, 지진 떡이 1가지다.

(3) 1891년경의『음식방문니라』

15가지의 술빚는 법, 20가지의 떡과 병류음식, 25가지의 반찬류로서 총 69가지의 음식조리법으

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

로 집필됐다.

(4) 1800년대『주식시의/우음제방』

두 종류의 조리서는 은진송씨가문에서 내려져 오는 고 조리서로서 한글필사본으로 1800년대 중후반에 집필되었을 것으로 추정된다. 주식시의는 99가지의 음식과 술담그는 것에 대한 조리서이며, 우음제방은 가양주 담그는 방법을 서술한 서책이며 20여 가지의 술담그는 법에 대해서 서술됐다.

(5)『세종실록일지』

세종실록지리지에는 충청북도 지역을 충주목 3군 4현, 청주목 1군 7현으로 구분하고 있으며, 특산물은 토의(土宜 :그 지방에서 특유하게 나는 물건), 토공(土貢:지역에서 바치는 공물), 토산(土産:지역에서 생산되는 물건), 약재(藥材)로 분류하고 있다. 충청북도의 토의(土宜)에는 밀, 오곡, 메밀, 오디 등이 있으며, 토공(土貢)으로는 꿀, 느타리버섯, 석이버섯, 호두, 대추, 밀 등이 있었으며, 토산(土産)에는 송이, 느타리, 신감초 등이 있고, 약재(藥材)로는 인삼, 백출, 모향, 복신, 승검초뿌리, 모과 등이 있었다. 충북 식재료의 특성은 산지가 많은 자연환경으로 오디, 꿀, 느타리버섯, 석이버섯, 송이 등 임산물이 많음을 볼 수 있다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

3. 지역별 종가 조사

가. 가문 조사

2014년부터 2016년까지 조사한 가문은 총 30 가문으로 서울 2 가문, 경기 17 가문, 충북 3 가문, 충남 8 가문이다.

<표 3-1> 서울·경기·충청 지역 조사 가문 목록(2014년~2016년)

연번	지역		가문명	종손 직계	제사	종택 (고택)	10대 이상	중시조	종손, 종부 거주	내림 음식 보유	구분
1	서울	서울 특별시	전주 이씨 평장사공파 가문	×	○	×	×	○ (이거)	×	○	명가
2		서울 특별시	안동 김씨 청음공파 가문	×	○	×	×	-	×	○	명가
3	경기	광명시	전주 이씨 오리 이원익 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (이원익)	○	○	종가
4		파주시	장수 황씨 지천 황정욱 종가	○	○	×	○	○ (황정욱)	×	○	종가
5		파주시	반남 박씨 조은 박은 종가	○	○ (불천위)	×	○	○ (박은)	×	○	종가
6		파주시	장수 황씨 방촌 황희 종가	○	○ (불천위)	× (가택)	○	○ (황희)	×	○	종가
7		일산시	덕수 이씨 율곡 이이 종가	○	○ (불천위)	×	○	○ (이이)	×	○	종가
8		용인시	영일 정씨 포은 정몽주 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (정몽주)	○	○	종가
9		여주시	원주 원씨 관란 원호 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (원호)	○	○	종가
10		여주시	해평 윤씨 동강 윤은필 종가	○	○	○	○	○ (윤은필)	○	○	종가
11		안성시	해주 오씨 퇴전당 오정방 종가	○	○	○	○	○ (오정방)	○	○	종가
12		평택시	고령 신씨 보한재 신숙주 종가	○	○ (불천위)	×	○	○ (신숙주)	×	○	종가
13		평택시	원주 원씨 평중 원균 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (원균)	○	○	종가
14		시흥시	반남 박씨 기재 박동량 종가	○	○ (불천위)	○ (재건축)	○	○ (박동량)	○	○	종가
15		시흥시	안동 권씨 양평공 권감 종가	○	○ (불천위)	○ (재건축)	○	○ (권감)	○	○	종가
16		시흥시	청주 한씨 유천 한준겸 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (한준겸)	○	○	종가
17		남양주시	의령 남씨 구정 남재 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (남재)	○	○	종가

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

<표 3-1> 서울·경기·충청 지역 조사 가문 목록(2014년~2016년)

연번	지역		가문명	종손 직계	제사	종택 (고택)	10대 이상	중시조	종손, 종부 거주	내림 음식 보유	구분
18		의왕시	순흥 안씨 회헌 안향 종가	○	○ (불천위)	×	○	○ (안향)	×	○	종가
19		수원시	수성 최씨 안양공 최유림 종가	○	○	○	○	○ (안향)	○	○	종가
20	충북	괴산군	광주 이씨 이봉 이극감 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (이극감)	○	○	종가
21		충주시	기계 유씨 취헌 유백증 종가	○	○ (불천위)	×	○	○ (유백증)	△	○	종가
22		영동군	창녕 성씨 지사공파 종가	○	○	○	○	○ (성언신)	○	○	종가
23	충남	홍성군	양주 조씨 충정공파 종가	○	○	○	○	-	○	○	종가
24		서산시	정순왕후 생가	○	○	○	○	-	○	○	명가
25		논산시	함평 이씨 백일헌 이삼 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (이삼)	△	○	종가
26		논산시	파평 윤씨 팔송 윤황 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (윤황)	△	○	종가
27		논산시	광산 김씨 사계 김장생 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (김장생)	○	○	종가
28		아산시	예안 이씨 이택주 종가	○	○	○	○	○ (이택주)	○	○	종가
29		예산군	한산 이씨 아계 이산해 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (이산해)	○	○	종가
30		당진시	의령 남씨 성은 남이흥 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (남이흥)	○	○	종가

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

나. 내림음식 발굴

발굴한 음식 수는 총 654종로 주식류 65종, 부식류 425종, 떡 및 과정류 122종, 음청 및 주류 41종이다.

<표 3-2> 서울·경기·충청 지역 내림음식 발굴 목록(2014년~2016년)

연번	지역		가문명	주식류	부식류							떡 및 과정류	음청 및 주류	발굴
					국·탕·찌개류	찜·전골·조림류	볶음·무침·나물류	구이·전·적류	젓갈·장아찌류	김치·장류	기타류			
1	서울	서울 특별시	전주 이씨 평장사공파 가문	콩나물밥, 무밥, 비지밥, 기장조밥, 김치무밥, 수수죽, 닭죽, 닭칼국수, 냉면, 만두국	돼지고기내장탕, 무곰, 알탕, 등뼈비지찌개, 된장찌개, 육개장, 닭볶음탕, 중탕, 묵물	돼지고기장조림, 소고기장조림, 조기자반찜, 갈비찜	잡채, 불고기	행적, 수수부꾸미, 녹두지짐	무말랭이장아찌, 마늘장아찌, 잎마늘장아찌, 어리굴젓	오이소박이, 배추김치, 동치미, 열무김치, 총각김치, 파김치, 백김치, 깍두기, 부추김치, 간장꽃게장	편육, 삼겹살수육	무떡, 백설기, 수수경단, 약식, 절편, 조개송편 식혜	매실청 문배주	53
				10	9	4	2	3	4	10	2	7	2	
2		서울 특별시	안동 김씨 청음공파 가문		오이장, 준치완자탕, 묵초, 육개장, 소고기미역국, 소고기무국				어리굴젓	깍두기 두부장, 못짐	앵두화채, 어채	화전	삼해약주	14
					6				1	3	2	1	1	
3	경기	광명시	전주 이씨 오리 이원익 종가	흰쌀밥, 잡곡밥, 팥죽	무국, 콩나물국, 미역국, 배추국, 시래기국, 떡만두국, 된장찌개, 청국장찌개, 젓국찌개	김치전골, 북어찜	낙지두루치기, 두릅나물, 고사리나물, 도라지나물, 무나물, 콩나물, 오이나물	간전, 녹두전, 소고기적, 숭어적, 두부적	풋고추장아찌, 두릅장아찌, 마늘장아찌, 마늘쫑장아찌, 양파장아찌, 오이장아찌, 매실장아찌	열무김치, 오이소박이, 배추김치, 총각김치, 깍두기, 보김치, 장김치, 톳나물물김치, 돼지고기물김치		찹쌀경단, 호박고지시루떡, 쑥개떡, 약식, 찰편, 메편, 주악		49
				3	9	2	7	5	7	9		7		
4		파주시	장수 황씨 지천 황정욱 종가		손두부새우젓국	풋고추간장찜		밑쌈						3
					1	1		1						

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

<표 3-2> 서울·경기·충청 지역 내림음식 발굴 목록(2014년~2016년)

연번	지역		가문명	주식류	부식류							떡 및 과정류	음청 및 주류	발굴
					국·탕·찌개류	찜·전골·조림류	볶음·무침·나물류	구이·전·적류	젓갈·장아찌류	김치·장류	기타류			
5		파주시	반남 박씨 조은 박은 종가	오곡밥, 팥죽, 녹두죽, 떡만두국, 호박만두	된장국, 물오징어찌개, 사골국, 불고기전골, 육개장, 무국	북어찜, 갈비찜, 동태조림	도라지나물, 시금치나물, 고사리나물, 잡채	육전, 야채전, 어전	마늘장아찌, 고추장아찌, 깻잎장아찌, 오이장아찌	겉절이, 무말랭이, 동치미, 나박김치, 배추김치, 깍두기, 총각김치, 보김치	수박화채	경단, 절편, 인절미, 송편, 우끼, 주악, 송편, 녹두화전	식혜, 수정과	44
				5	6	3	4	3	4	8	1	8	2	
6		파주시	장수 황씨 방촌 황희 종가					미쌈, 적, 김치다시마전				편, 전		5
								3				2		
7		일산시	덕수 이씨 율곡 이이 종가									맨드라미우끼떡		1
												1		
8		용인시	영일 정씨 포은 정몽주 종가		낙지탕							조청		2
					1							1		
9		여주시	원주 원씨 관란 원호 종가		토란찜			통오징어전, 진누르미		생굴깍두기	닭강정			5
					1			2		1	1			
10		여주시	해평 윤씨 동강 윤은필 종가		돼지고기잡탕, 민물고추장찌개			깻잎전, 삼색갈납(육갈납, 어갈납, 부치기					가양주	5
					2			2					1	
11		안성시	해주 오씨 퇴전당 오정방 종가	약식			오이나물					각색편떡, 오미자다식		4
				1			1					2		
12		평택시	고령 신씨 보한재 신숙주 종가	까치밥, 호밀칼국수	녹두전김치찌개, 시래기통미꾸라지탕		떼죽나물, 숙주나물	어린배추전, 녹두파전, 참죽전				밀가루빵떡, 개떡	소나무주	12
				2	2		2	3				2	1	
13		평택시	원주 원씨 평중 원균 종가		우사골내장탕, 멍텅구리매운탕					우렁강된장				3
					2					1				

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

<표 3-2> 서울·경기·충청 지역 내림음식 발굴 목록(2014년~2016년)

연번	지역		가문명	주식류	부식류							떡 및 과정류	음청 및 주류	발굴
					국·탕·찌개류	찜·전골·조림류	볶음·무침·나물류	구이·전·적류	젓갈·장아찌류	김치·장류	기타류			
14		시흥시	반남 박씨 기재 박동량 종가			신선로, 가오리찜, 조기찜, 병어찜		가오리구이		보쌈김치, 꽃게소금장				7
						4		1		2				
15		시흥시	안동 권씨 양평공 권감 종가	연잎찰밥, 안동국시		연근조림							연잎차	4
				2		1							1	
16		시흥시	청주 한씨 유천 한준겸 종가		원추리된장국		구기자나물, 원추리나물	전어구이, 밴댕이구이						5
					1		2	2						
17		남양주시	의령 남씨 구정 남재 종가		신김치청국장, 소고기탕국			굴비자반, 고등어자반					배숙, 대추술	6
					2			2					2	
18		의왕시	순흥 안씨 회헌 안향 종가	소머리국밥										1
				1										
19		수원시	수성 최씨 안양공 최유림 종가		닭계장									1
					1									
20	충북	괴산군	광주 이씨 이봉 이극감 종가	보리밥, 수수밥, 찰밥, 만두 밀가루국수, 날떡국, 호박죽	민물가재탕, 매운탕, 김치콩국, 가오리탕, 계탕, 홍합탕, 미역국,	정구지콩가루찜, 조기찜, 달걀찜	고추부각, 가죽부각, 가죽나무부각, 육포, 김자반, 산고사리나물, 산취나물, 고춧잎나물, 깻잎된장	어전, 고등어자반구이, 조기구이, 밀적, 감자전	마늘쫑장아찌, 무말랭이장아찌	열무김치, 오이소박이	돼지고기볶음, 감자채볶음, 석이버섯볶음, 감자조림, 생육	동부편, 녹두편, 밀가루떡, 주악, 용떡, 찹쌀산자, 약과	식혜, 가양주	49
				7	7	3	9	5	2	2	5	7	2	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

<표 3-2> 서울·경기·충청 지역 내림음식 발굴 목록(2014년~2016년)

연번	지역		가문명	주식류	부식류							떡 및 과정류	음청 및 주류	발굴
					국·탕·찌개류	찜·전골·조림류	볶음·무침·나물류	구이·전·적류	젓갈·장아찌류	김치·장류	기타류			
21		충주시	기계 유씨 취헌 유백증 종가	오곡밥, 호밀국수, 콩가루국수, 칼국수	미역국, 호박국	달걀찜	마른취나물	동태포전, 갈납	열무짠지, 시금치짠지, 무짠지		돼지고기수육, 개고기수육, 쇠고기수육, 김, 메밀묵	보리개떡, 쑥버무리, 기주떡, 수리취떡, 송화다식, 깨다식, 콩다식, 쌀다식, 산자, 깨강정, 쌀강정, 찹쌀약과	미숫가루, 보리술, 가양주(솔잎주)	33
				4	2	1	1	2	3		5	12	3	
22		영동군	창녕 성씨 지사공파 종가	찰밥, 늙은 호박죽	닭백숙, 곱창국, 미역국, 민물생선미역국, 쇠고기미역국, 돼지고기수육	달걀찜, 조기찜	무말랭이무침, 아주까리잎나물, 명아주나물, 호박고지나물	김구이, 김쌈, 닭전야, 둘기적, 민물고기달걀쌈	감장아찌, 무장아찌, 깻잎장아찌	백김치, 동치미 시래기장	상어포, 가오리포, 문어포, 대구포, 육포	깨송편, 콩송편, 수란수수떡, 유두떡, 박정과, 연근정과, 밀가루약과	식혜, 수정과, 가양주(청주), 밀가루막걸리	41
				2	6	2	4	5	3	3	5	7	4	
23	충남	홍성군	양주 조씨 충정공파 종가	잡곡밥, 현미밥, 꿩떡국, 팥죽, 만두, 오이국수	삼계탕, 가물치탕, (칠)향계탕, 추어탕, 다슬기국, 갈칫국, 우렁된장찌개, 미역국,	갈비찜, 밤장조림, 붕어찜	풋고추새우젓무침, 김튀각, 동부묵 무침, 참죽나무부각, 다시마부각	간전, 장떡, 녹두빈대떡, 조기구이	무장아찌, 깻잎장아찌, 감장아찌, 고추장아찌, 마늘장아찌, 외장아찌, 오이장아찌, 매실장아찌	호박김치, 백김치, 나박김치, 참게장, 보쌈김치, 장김치, 동태배추김치, 배추김치, 열무김치, 동치미	신선로, 편육, 두부만들기, 동부묵만들기, 민어포, 동태포, 대구포, 족편, 육포만들기	화전, 시루떡, 백설기, 증편, 수수망석이, 쑥버무리, 절편, 무떡, 햇콩송편, 밤송편, 깨송편, 인절미, 무지개떡, 골담초떡, 매작과, 흑임자다식, 송화다식, 곡물다식	우뭇가사리 콩물화채, 수박화채, 살구화채 송선주	75
				6	8	3	5	4	8	10	8	18	4	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

<표 3-2> 서울·경기·충청 지역 내림음식 발굴 목록(2014년~2016년)

연번	지역		가문명	주식류	부식류							떡 및 과정류	음청 및 주류	발굴
					국·탕·찌개류	찜·전골·조림류	볶음·무침·나물류	구이·전·적류	젓갈·장아찌류	김치·장류	기타류			
24		서산시	정순왕후 생가	보리밥, 콩밥, 팥죽, 만두	만둣국, 민물고기매운탕, 된장국, 쑥국, 보신탕, 삼계탕, 김치국, 민어젓국, 준치국	갈비찜, 전복찜	취나물무침, 고사리나물, 숙주나물, 무나물, 시금치나물, 육포	동태전, 바지락전, 두부전, 누루미	어리굴젓, 오이장아찌, 깻잎장아찌, 무장아찌, 마늘장아찌, 외장아찌	보쌈김치, 나박김치, 호박김치, 열무김치, 그늘간장	쇠머리편육, 민물간장게장	부루떡, 골담초떡, 뚝제사떡, 송편, 송화다식	쌀술, 보리술, 진달래술	46
				4	9	2	6	4	6	5	2	5	3	
25		논산시	함평 이씨 백일헌 이삼 종가	쌀밥, 오곡밥, 흑임자죽, 칼국수, 국말이, 민물고기어죽	쇠고기미역국, 건홍어맑은국, 된장국, 닭볶음탕, 토끼탕, 삼계탕, 동태찌개, 돼지고기찌개, 우렁된장찌개, 돼지고기수육, 염소탕, 머위탕	갈비찜	미나리나물, 머위볶음, 쑥갓나물, 소고기불고기	명태전, 곱창구이	고춧잎장아찌, 무장아찌	꺼머덩 김치, 젓국김치, 참게장, 고춧잎김치, 보쌈김치, 배추김치, 깍두기, 동치미, 무짠지, 파김치, 열무김치, 나박김치, 장김치	단무지	약밥, 밤송편, 콩송편, 백편, 꿀편, 시루떡, 조란, 율란, 타래과, 다식	수정과, 식혜, 쌀술	54
				6	12	1	4	2	2	13	1	10	3	
26		논산시	파평 윤씨 팔송 윤황 종가	쌀밥, 보리밥, 팥죽, 떡국, 만두, 동태떡볶이	미역국, 쇠고기무국, 아욱된장국, 콩나물국, 냉오이미역국, 삼계탕, 돼지고기수육, 민물새우탕		무생채, 고사리나물, 도라지나물, 죽순나물볶음, 무나물, 육포	동태전, 육전, 두부부침	수박장아찌, 외장아찌	동치미, 나박김치, 배추김치, 백김치, 장김치, 민물게장	동아선, 생간회, 천엽회, 향갓쌈	백편, 꿀편 깨다식, 송화다식, 녹말다식, 밤다식, 매작과, 동아정과, 연근정과, 생강정과	식혜, 수정과 백일주	48
				6	8		6	3	2	6	4	10	3	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

<표 3-2> 서울·경기·충청 지역 내림음식 발굴 목록(2014년~2016년)

연번	지역		가문명	주식류	부식류							떡 및 과정류	음청 및 주류	발굴
					국·탕·찌개류	찜·전골·조림류	볶음·무침·나물류	구이·전·적류	젓갈·장아찌류	김치·장류	기타류			
27		논산시	광산 김씨 사계 김장생 종가	쌀밥, 보리밥, 콩밥	우설수육, 올갱이얼갈이국, 콩나물국, 된장국, 미역국		고사리나물, 홍어무침	허파전, 육전, 홍합쌈과 두부쌈		미나리나박김치	소머리편육	객편, 꿀편, 시루떡, 계피떡, 우끼떡, 밤경단, 대추경단 강정, 엿, 송화다식, 콩다식, 흑임자다식, 쌀다식	수정과, 식혜 솔잎주	31
				3	5		2	3		1	1	13	3	
28		아산시	예안 이씨 이택주 종가	잡곡밥, 만두	쇠고기미역국, 돼지고기수육, 엄나무삼계탕, 진잎국		머위대나물, 참죽부각, 엄나무부각, 들깻잎부각, 풋고추부각, 다시마부각, 감자부각	녹두빈대떡	무장아찌, 감장아찌, 마늘쫑장아찌, 깻잎장아찌, 머윗대장아찌, 연잎장아찌	부추김치, 깍두기, 백김치, 열무김치, 오이소박이, 총각김치, 보쌈김치	수란, 미나리강회	녹두송편, 풋콩송편, 기주떡, 쑥개떡 구철초엿만들기, 대추강정, 호두강정, 들깨강정,	식혜, 수정과, 매실청, 산야초청막걸리	41
				2	4		7	1	6	7	2	8	4	
29		예산군	한산 이씨 아계 이산해 종가	만두	맑은참조기탕	민어찜		배약산적구이					오미자화채	5
				1	1	1		1					1	
30		당진시	의령 남씨 성은 남이흥 종가	머위쌈밥	함초바지락국				살구장아찌	황발이게장	돼지파숙회	무릇정과	식혜	7
				1	1				1	1	1	1	1	
전체				66	119	18	60	57	46	78	47	122	41	654

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

다. 내림음식 조리법 과학화

조리법 과학화는 19가문의 33종의 내림음식을 식재료와 조리법을 정립했다.

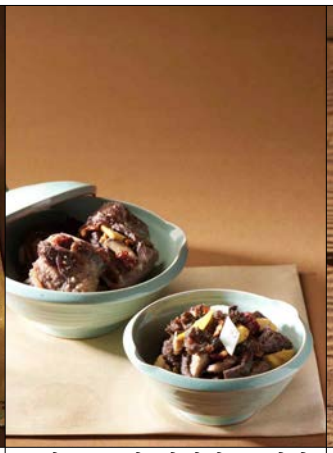
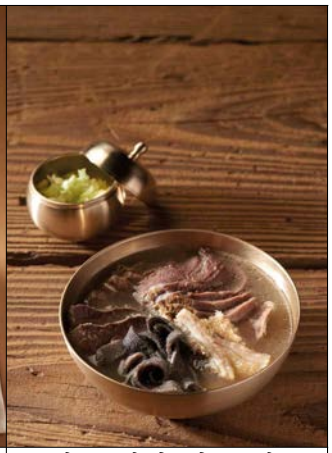
<표 3-3> 서울·경기·충청 지역 가문의 내림음식 조리법 과학화 목록

연번	지역		가문명	음식명	수	구분
1	서울	서울 특별시	안동 김씨 청음공파 가문	준치완자탕, 묵초, 두부장, 못짐	4	명가
2	경기	광명시	전주 이씨 오리 이원익 종가	톳나물물김치, 돼지고기물김치	2	종가
3		파주시	반남 박씨 조은 박은 종가	호박만두, 동태조림	2	종가
4		파주시	장수 황씨 방촌 황희 종가	미쌈	1	종가
5		여주시	원주 원씨 관란 원호 종가	통오징어전, 닭강정, 토란찜	3	종가
6		여주시	해평 윤씨 동강 윤은필 종가	돼지고기잡탕	1	종가
7		안성시	해주 오씨 퇴전당 오정방 종가	오이나물, 갈비찜(쌈), 장김치, 도미찜, 수삼냉채	5	종가
8		평택시	고령 신씨 보한재 신숙주 종가	숙주나물	1	종가
9		평택시	원주 원씨 평중 원균 종가	우사골내장탕	1	종가
10		시흥시	반남 박씨 기재 박동량 종가	꽃게소금장	1	종가
11		시흥시	안동 권씨 양평공 권감 종가	연잎찰밥, 연근조림	2	종가
12		남양주시	의령 남씨 구정 남재 종가	소고기탕국	1	종가
13		의왕시	순흥 안씨 회헌 안향 종가	소머리국밥	1	종가
14	충북	충주시	기계 유씨 취헌 유백증 종가	보리개떡	1	종가
15		영동군	창녕 성씨 지사공파 종가	닭전야	1	종가
16	충남	논산시	함평 이씨 백일헌 이삼 종가	홍합쌈과 두부쌈	1	종가
17		논산시	광산 김씨 사계 김장생 종가	건홍어맑은국	1	종가
18		예산군	한산 이씨 아계 이산해 종가	맑은참조기탕, 배약산적구이	2	종가
19		당진시	의령 남씨 성은 남이흥 종가	염교강회(돼지파강회), 함초바지락국	2	종가
전체					33	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

다음은 서울·경기·충청 지역 가문의 주요 내림음식이다.

			
<장수 황씨 방촌 황희 종가 - 미쌈>	<고령 신씨 보한재 신숙주 종가 - 숙주나물>	<의령 남씨 성은 남이흥 종가 - 염교강회>	<광산 김씨 사계 김장생 종가 - 건홍어맑은국>
			
<반남 박씨 기재 박동량 종가 - 꽃게소금장>	<삼해약주 명가 - 묵초>	<해주 오씨 퇴전당 오정방 종가 - 갈비찜(쌈)>	<원주 원씨 평중 원균 종가 - 우사골내장탕>
			
<해평 윤씨 동강 윤은필 종가 - 돼지고기잡탕>	<삼해약주 명가 - 준치완자탕>	<전주 이씨 오리 이원익 종가 - 톳나물물김치>	<전주 이씨 오리 이원익 종가 - 돼지고기물김치>

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(1) 전주 이씨 오리 이원익 종가

가문명	전주 이씨 오리 이원익 종가	지역	경기 광명시
		음식 유형	부식류
음식명	톳김치		



조리 시 주의사항

재료



조리과정






재료	재료						양념 / 육수 / 소스		
	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위
	톳	200	g				고춧가루	30	g
	찹쌀가루	30	g				다진 마늘	2	g
							실파	10	g
							홍고추	5	g

조리법

1. 톳을 먹기 좋은 크기로 손질한다.
2. 고춧가루를 면 보자기로 싸서 물에 담가 고춧가루 국물을 만든다.
3. 실파와 홍고추는 5cm 길이로 썬다.
4. 찹쌀가루에 물을 넣고 끓여 찹쌀 풀을 만든다.
5. 고춧가루로 만든 국물에 톳과 썰어 놓은 채소, 다진 마늘, 찹쌀 풀을 넣어 숙성시킨다.

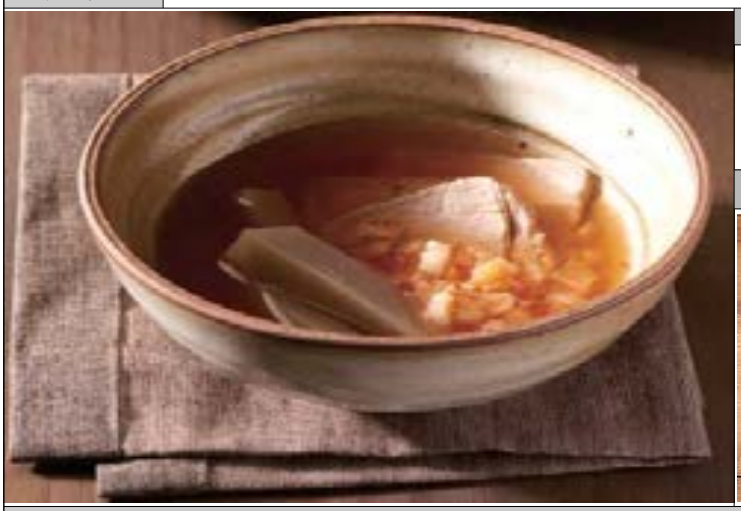
이야기

톳은 3~5월에 많이 난다. 보릿고개 시절 곡식을 조금 섞어서 톳밥을 지어 먹기도 했다. 주변에 톳이 많이 있어서 톳으로 물김치를 만들어 제례 후 손님상에도 내놓았다. 죽을 먹을 때면 항상 곁들여 내놓은 음식이었다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

가문명	전주 이씨 오리 이원익 종가	지역	경기 광명시
		음식 유형	부식류
음식명	돼지고기 물김치		



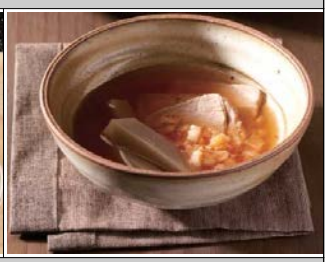
조리 시 주의사항

재료



조리과정



	재료						양념 / 육수 / 소스		
	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위
재료	돼지고기	50	g				설탕	5	g
	배추김치	100	g				다진마늘	2	g
	도토리묵	20	g				고춧가루	10	g
							물	500	ml

조리법

1. 돼지고기를 삶고, 배추김치를 잘게 다진다.
2. 도토리묵은 1cm 두께, 7cm 길이로 채 썬다.
3. 설탕, 다진 마늘, 고춧가루, 물, 김치 국물을 섞어 국물을 만든다.
4. 국물에 배추김치, 돼지고기, 도토리묵을 섞어 담는다.

이야기

돼지고기와 배추김치를 썰어 넣어 입맛이 없는 여름에 즐겨먹었던 일상 내림음식이다. 삶은 돼지고기와 함께 먹는 도토리묵은 서로음식 궁합이 잘 맞아 소화를 돕는다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(2) 의령 남씨 구정 남재 종가

가문명	의령 남씨 구정 남재 종가	지역	경기 남양주시
		음식 유형	부식류
음식명	소고기탕국		



조리 시 주의사항

재료



조리과정






	재료						양념 / 육수 / 소스		
	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위
재료	두부	1	모				소사골	2	kg
	무	1	개				북어	1	마리
							다시마	1	개
							대파뿌리	3	대
							양지머리	400	g

조리법

1. 소 사골을 한나절 푹 끓여 식힌 후 위에 뜨는 기름을 제거한다<육수1>.
2. 물이 담긴 냄비에 북어, 다시마, 무, 대파 뿌리를 넣고 끓인다<육수2>.
3. 양지머리는 끓는 물에 삶아 첫 번째 물은 버리고 두 번째 물에 다시 한 번 삶은 후 고기는 건져낸다<육수3>.
4. 삶은 양지머리는 손으로 먹기 좋게 찢어 놓는다.
5. 냄비에 세 가지 육수를 모두 섞고 2×2cm 네모지게 썬 무, 두부를 넣고 끓인다.
6. 마지막으로 찢은 소고기를 고명으로 올려준다.

이야기

소고기탕국에는 형편이 넉넉지 않아 작은 음식이라도 정성껏 준비 하려는 종부의 마음이 고스란히 담겨 있다. 국이라도 맛있게 끓여서 대접해야 한다는 생각에서였다. 사골을 고아 북어, 다시마, 무, 대파 뿌리를 넣은 육수를 사용하고 양지, 무, 두부를 올려 국을 정성껏 만들었다

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(3) 반남 박씨 기재 박동량 종가

가문명	반남 박씨 기재 박동량 종가	지역	경기 시흥시
		음식 유형	부식류
음식명	꽃게 소금장		



조리 시 주의사항

재료



조리과정



재료	재료						양념 / 육수 / 소스		
	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위
	꽃게	2	마리						
	굵은소금	300	g						

조리법

1. 꽃게를 깨끗이 씻어 물기를 뺀다.
2. 게장 담을 넓은 대접에 꽃게와 굵은 소금을 켜켜이 넣는다.
3. 날씨에 따라 1~2주일 정도 익힌다.

이야기

도시가 개발되기 전, 주변 바다에서 해산물을 쉽게 구할 수 있었다. 하지만 저장이 어려워 병어와 가오리를 말려서 찜을 해먹거나 꽃게를 소금에 절여 게장을 해서 먹었다. 익으면서 소금 간이 밴 꽃게는 밥맛이 없는 여름에 즐겨 먹던 음식이다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(4) 안동 권씨 양평공 권감 종가

가문명	안동 권씨 양평공 권감 종가	지역	경기 시흥시
		음식 유형	주식류
음식명	연잎찰밥		



조리 시 주의사항

재료



조리과정






재료	재료						양념 / 육수 / 소스		
	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위
	연잎	4	장				밤	4	개
	찹쌀	600	g				대추	8	개
	멥쌀	100	g				은행	12	개
							잣	20	개

조리법

1. 연잎은 소금물에 깨끗이 헹궈서 준비한다.
2. 찹쌀, 멥쌀을 물에 불린다.
3. 밤은 2등분하고, 대추는 돌려 깎아 씨를 발라 채 썬다.
4. 잣과 은행은 통째로 준비한다.
5. 연잎을 넓게 펼치고 불린 쌀과 밤, 대추, 잣, 은행을 올려 사방을 접고 벌어지지 않게 꼬치로 고정시킨다.
6. 김이 오른 찜통에 넣고 찐다.

이야기

연꽃이 피는 관곡지 덕분에 연잎밥, 연근조림, 연잎차 등 다양한 요리가 종가 내림음식으로 전해지고 있다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

가문명	안동 권씨 양평공 권감 종가	지역	경기 시흥시
		음식 유형	부식류
음식명	연근조림		



조리 시 주의사항

재료



조리과정









재료	재료						양념 / 육수 / 소스		
	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위
	연근	1	뿌리				참기름	1	ts
	다시마	1	개				통깨	약간	tt
							식초	1	ts
							물	600	ml
							한식간장	5	Ts
							설탕	5	ts

조리법

1. 연근을 0.3~0.4cm 두께로 얇게 썬다.
2. 연근이 잠길 정도로 식초물을 붓고 10분 간 끓인다.
3. 물에 한식간장, 설탕, 다시마를 넣고 끓인다.
4. 삶은 연근에 조림 간장양념을 넣고 끓인다.
5. 양념장이 자작해질 때까지 조린다.
6. 마지막으로 깨, 참기름을 넣는다.

이야기

연근조림은 오래 두고 먹을 수 있어 자주 상에 오르던 음식이다. 얇게 저며 조리는 것이 특징인데 입맛이 없을 때 물에 밥 말아 연근조림과 함께 먹었다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(5) 해주 오씨 퇴전당 오전방 종가

가문명	해주 오씨 퇴전당 오전방 종가	지역	경기 안성시
		음식 유형	부식류
음식명	오이나물		



조리 시 주의사항

재료



조리과정



재료	재료						양념 / 육수 / 소스		
	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위
	오이	1	개				굵은소금	20	g
	홍두깨살	20	g				한식간장	1	Ts
							다진마늘	10	g
							설탕	5	g
							대파	10	g
							후추가루	tt	

조리법

1. 오이를 4등분해서 절반만 열 십(十)자로 칼집을 넣고 소금에 절인다.
2. 소고기를 가늘게 채 썰어 간장 양념을 한다.
3. 4등분한 오이 중 하나는 가늘게 채 썰어 물기를 제거하고 양념한 소고기와 함께 볶는다.
4. 절인 오이는 물기를 제거하고 자른 틈 사이에 볶은 소고기를 넣는다.
5. 소고기를 넣은 오이와 채 썰어 볶은 오이를 함께 차린다.

이야기

종가에서 만들어 먹는 오이나물은 오이를 통으로 절여 소고기를 넣고 같이 볶아먹는 음식이다. 소고기만 볶을 수 없어서 텃밭에 기르는 오이를 함께 넣어 먹었다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

가문명	해주 오씨 퇴전당 오전방 종가	지역	경기 안성시
		음식 유형	부식류
음식명	갈비찜		



조리 시 주의사항

재료



조리과정






	재료			양념 / 육수 / 소스					
	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위
재료	소갈비	600	g	한식간장	2	Ts	깨소금	1/2	Ts
	표고버섯	3	개	설탕	1	Ts	후추가루	1/4	ts
	밤	4	개	다진대파	1	Ts			
	대추	3	개	다진마늘	1/2	Ts			
	달걀	1	개	매실청	1/2	Ts			
				참기름	1/2	Ts			

조리법

1. 갈비는 포를 떠 물에 담가 핏물을 뺀다.
2. 분량의 재료를 가지고 양념을 만들어 30분 동안 갈비를 재운다.
3. 표고버섯은 밑동을 제거하고 4등분으로 자른다.
4. 밤은 껍데기를 벗겨 3등분으로 자른다.
5. 대추는 돌려 깎아 4등분으로 자른다.
6. 갈비 1대에 표고버섯, 밤, 대추를 넣고 말아준다.
7. 달걀은 황백지단을 부쳐 골패모양으로 잘라 준비한다.
8. 말아 놓은 갈비는 호일에 싸서 냉장 보관한다.
9. 손님 인원에 맞춰 냄비에 넣어 익히면서 한입 크기로 자른다.
10. 고명으로 황백지단을 올린다.

이야기

주머니갈비 또는 갈비쌈으로도 부르는 갈비찜은 손님이 많아 미리 준비하기 위해 시작했다고 한다. 양념은 일반 갈비찜과 비슷하지만 포 뜬 갈비에 대추와 밤을 넣고 말아서 한쪽 씩 포장해 숙성시키는 특징이 있다. 손님이 오면 수에 맞게 꺼내 익혀서 대접했다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

가문명	해주 오씨 퇴전당 오전방 종가	지역	경기 안성시
		음식 유형	부식류
음식명	장김치		



조리 시 주의사항

재료



조리과정






	재료						양념 / 육수 / 소스		
	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위
재료	무	1/4	개				한식간장	1	Ts
	밤	5	개				물	2	컵
	단감	1/2	개				실고추	tt	
	사과	1/4	개				소금	tt	
	대추	3	개						
	잣	5	g						

조리법

1. 무를 2.5×0.4cm 납작하게 썰고 한식간장에 20분 정도 절여 색을 낸다.
2. 사과, 단감은 껍질을 벗기고 무와 같은 크기로 자른다.
3. 밤은 껍데기를 벗겨 납작하게 저며 자른다.
4. 대추는 돌려 깎아 씨를 제거하고 3등분으로 자른다.
5. 밤, 단감, 사과, 대추, 잣, 실고추를 넣고 소금으로 간을 한 물을 부어 3~4일 숙성시킨다.

이야기

제사 지내고 남은 단감, 밤, 사과를 사용해서 장김치를 만들었다. 간장으로 색과 맛을 내고 3~4일 정도 숙성시켜 바로 먹었다.『진연의궤』 1901년의 기록에서 장김치(장침채, 醬沈菜)를 살펴볼 수 있는데 이는 장김치가 궁중연회의 음식으로 쓰인 것 을 알 수 있다. 또한 “순종께서 지럼을 이용해 담근 장김치를 통김치, 석박지와 함께 햇김치가 나기까지 잡수셨다”는 1924년 조선일보 기사가 있다. 이러한 궁중의 음식이 양반에게 전해진 것으로 추측되며, 이에 사대부가의 고 조리서에서도 심심치 않게 등장하는 것을 확인할 수 있다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

가문명	해주 오씨 퇴전당 오전방 종가	지역	경기 안성시
		음식 유형	부식류
음식명	도미찜		



조리 시 주의사항

재료



조리과정






	재료			양념 / 육수 / 소스					
	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위
재료	도미	1	마리	한식간장	2/3	컵	계피가루	tt	
	석이버섯	4	개	청주	1/2	컵	소금	1	Ts
	달걀	2	개	올리고당	5	Ts			
	미나리	60	g	후추가루	tt				
	홍고추	2	개	다진생강	10	g			
				다진마늘	20	g			

조리법

1. 도미는 비늘과 내장을 제거해서 2cm 정도 간격으로 어슷하게 칼집을 낸다.
2. 소금, 후춧가루, 생강, 청주를 뿌려준다.
3. 분량의 재료로 양념을 만든다.
4. 석이버섯은 안쪽의 이끼를 제거해서 가늘게 채 썰고 참기름과 소금을 넣어 볶는다.
5. 달걀은 흰자와 노른자로 나눠 지단을 부치고 가늘게 채 썬다.
6. 미나리는 4cm로 자른다.
7. 홍고추는 씨를 제거해서 4cm로 길이로 가늘게 채 썰어 살짝 볶는다.
8. 도미는 찜기에 넣어 20분 찐다.
9. 한 김 식힌 후 준비한 고명을 올린다.
10. 간장 양념을 끼얹어 한 번 더 찐다.

이야기

귀한 생선을 사용해 만든 도미찜은 큰 행사가 있을 때 차렸던 음식으로 화려한 고명이 특징이다. 쪄서 담백하게 먹었던 내림음식으로 도미 머리 부분 맛이 좋다고 한다. 화려한 고명으로 표현되는 색이 종가와 많이 닮았다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

가문명	해주 오씨 퇴전당 오전방 종가	지역	경기 안성시
		음식 유형	부식류
음식명	수삼냉채		



조리 시 주의사항

재료



조리과정









	재료						양념 / 육수 / 소스		
	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위
재료	수삼	100	g				꿀	tt	
	대추	5	개						
	밤	5	개						
	잣	1/2	ts						

조리법

1. 수삼은 손질해서 5×0.2cm로 채 썬다.
2. 대추는 돌려 깎아 씨를 제거하고 0.2cm로 채 썬다.
3. 밤은 0.3cm로 채 썬다.
4. 잣은 세로 방향으로 반을 자른다.
5. 모든 재료를 섞고 꿀로 버무린다.

이야기

수삼은 손님상에 자주 올렸던 음식이다. 달콤하고 쌉싸름한 맛이 일품이다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(6) 원주 원씨 관란 원호 종가

가문명	원주 원씨 관란 원호 종가	지역	경주 여주씨
		음식 유형	부식류
음식명	통오징어전		



조리 시 주의사항

재료



조리과정



재료	재료						양념 / 육수 / 소스		
	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위
	오징어	1	마리						
	달걀	1	개						
	밀가루	50	g						
	식용유	tt							

조리법

1. 오징어는 내장을 제거해서 씻은 후 반을 갈라 오그라들지 않게 가장자리에 잔 칼집을 많이 낸다.
2. 밀가루, 달걀물 순으로 묻힌 후 식용유를 두른 팬에 지진다.
3. 남은 오징어 다리도 밀가루 달걀물을 차례대로 묻힌 후 기름을 두른 팬에 지진다.

이야기

통오징어전은 관란 원호 종가의 제례음식으로 고임 음식 제일 아래에 쌓았던 음식이다. 오징어를 잘게 칼집내면 익을 때 평평하게 돼서 전으로 먹었다. 제사가 끝나고 음복상에 살짝 데워 올렸다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

가문명	원주 원씨 관란원호 종가	지역	경기 여주시
		음식 유형	부식류
음식명	닭강정		



조리 시 주의사항

재료



조리과정






재료

재료명	수량	단위	재료명	수량	단위	양념 / 육수 / 소스 재료명	수량	단위
닭	1	마리	다진 마늘	10	g	한식간장	1	컵
달걀	2	개	다진 생강	5	g	식혜 조청	10	g
밤	5	개	소금		tt	잣가루	5	g
대추	5	개	후춧가루		tt	통깨		tt
양파	1	개						
식용유 적당히								

조리법

1. 닭을 토막 내서 소금, 후춧가루, 다진 마늘, 다진 생강으로 밑간을 한다.
2. 달걀과 밀가루를 섞은 튀김옷을 입혀 두 번 반복해서 튀긴다.
3. 한식간장, 식혜로 만든 조청, 잣가루 ,통깨를 섞어 양념 소스를 만든다.
4. 냄비에 튀긴 닭과 밤, 대추, 큼지막하게 썬 양파, 잣을 넣고 소스와 버무린다.

이야기

종손이 좋아하던 음식 중 하나로 닭을 기름에 튀긴 음식이다. 종택에서 닭을 키웠는데 삶은 백숙보다 튀긴 음식을 좋아 했다고 한다. 주안상에 올리는 음식중 하나다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

가문명	원주 원씨 관란원호 종가	지역	경기 여주시
		음식 유형	부식류
음식명	토란찜		



조리 시 주의사항

재료



조리과정






재료

재료명	수량	단위	재료명	수량	단위	양념 / 육수 / 소스 재료명	수량	단위
토란	100	g						
쌀뜨물	200	ml						
한식간장	1	Ts						
다진마늘	5	g						
설탕	5	g						

조리법

1. 토란을 껍질을 벗기고 쌀뜨물에 한 번 끓여내서 아린 맛을 제거한다.
2. 토란은 한입 크기로 썬다.
3. 한식간장, 설탕, 다진 마늘, 다진 대파를 섞어 양념을 만든다.
4. 냄비에 토란과 양념을 넣고 조린다.

이야기

토란은 종가 주변에서 많이 볼 수 있는 식재료다. 한식간장으로 색과 맛을 내 찐 음식이다. 토란은 아린 맛이 강하기 때문에 껍질을 잘 벗기고 소금물이나 쌀뜨물에 삶아 헹궈서 조리한다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(7) 해평 윤씨 동강 안향 종가

가문명	해평 윤씨 동강 안향 종가	지역	경기 여주시
		음식 유형	부식류
음식명	돼지고기잡탕		

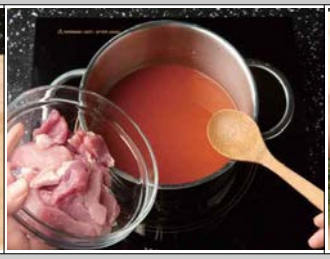


조리 시 주의사항

재료



조리과정


재료	재료						양념 / 육수 / 소스		
	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위
	돼지고기	200	g	한식간장	1/2	Ts			
	남은 전	500	g	다진 마늘	1/2	Ts			
	배추김치	100	g	배추김치 국물	2	컵			
	두부	1/2	모	소금		tt			
	된장	1/2	Ts	후춧가루		tt			
	고추장	1/2	Ts						

조리법

1. 한입 크기로 썬 돼지고기를 김치 국물에 넣고 끓인다.
2. 김치와 두부는 4×5cm 크기 직사각형 모양으로 썬다.
3. 제사 지내고 남은 전은 두부와 같은 크기로 썬다.
4. 돼지고기를 넣고 끓인 김치 국물에 김치와 두부를 넣고 끓인다.
5. 전을 넣고 소금 간을 해서 완성한다.

이야기

제사를 지내고 남은 전을 활용한 음식이다. 돼지고기김치찌개에 전을 넣어 탕으로 먹었다. 현재도 음복을 하고 남은 재료를 이용해서 탕을 끓여먹는다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

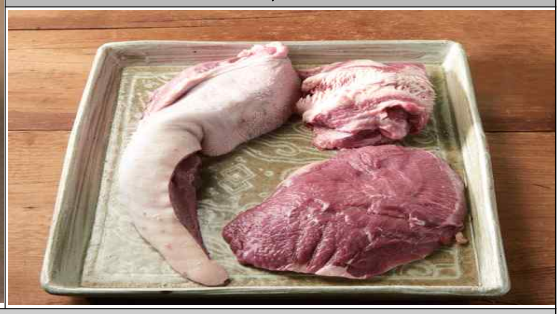
(8) 순흥 안씨 회헌 안향 종가

가문명	순흥 안씨 회헌 안향 종가	지역	경기 의왕시
		음식 유형	주식류
음식명	소머리국밥		



조리 시 주의사항

재료



조리과정







재료	재료						양념 / 육수 / 소스		
	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위
	사골뼈								
	소머리								
	생강								
	통마늘								
	청주								

조리법

1. 가마솥에 사골뼈와 소머리를 한나절 동안 끓인다.
2. 소뼈의 냄새를 없애기 위해 생강, 마늘, 청주를 넣고 끓인다.
3. 끓인 육수는 기름기를 제거하고 소머리고기는 썰어 국밥으로 제공한다.
4. 제철 계절에 맞는 파란 채소를 함께 넣어 준 후 들깨가루를 넣어 대접한다.

이야기

제사에 참석한 제관들을 위해 사골과 소머리를 푹 고아 만든 탕에 밥을 말아 국밥을 대접했다. 안향 종가는 한국전쟁 당시 위패를 지고 남쪽으로 피신해 왔다. 불천위를 모시고 제사에 참석하는 손님이 2백여 명이나 된다. 이 손님들에게 맛이 깊은 소머리국밥을 대접했다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(9) 반남 박씨 조은 박은 종가

가문명	반남 박씨 조은 박은 종가	지역	경기 파주시
		음식 유형	주식류
음식명	호박만두		



조리 시 주의사항

재료



조리과정







재료	재료						양념 / 육수 / 소스		
	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위
	애호박	200	g	고춧가루	5	g			
	부추	50	g	소금		tt			
	밀가루	200	g						
	양파	10	g						
	다진 대파	10	g						
	다진 마늘	5	g						

조리법

1. 애호박은 가늘게 채 썰어 소금에 살짝 절인다.
2. 밀가루에 물을 넣고 만두피 반죽을 한 후 30분 동안 숙성시킨다.
3. 절인 애호박의 물기를 제거하고 잘게 썬 부추, 다진 양파, 다진 대파, 다진 마늘, 고춧가루를 넣어 소를 만든다.
4. 만두피 반죽을 지름 10cm 크기로 얇고 넓게 편다.
5. 만두피에 소를 넣고 만두를 빚는다.
6. 만두의 모양은 둥근 만두, 편수 만두 두 가지로 만들 수 있다.

이야기

종가는 형편이 어려웠다. 만두를 할 때는 안에 넣을 재료가 마땅치 않아 소금에 절인 애호박을 소로 사용했다. 주변 밭에서 많이 키워 짚이나 헝겊에 말아 서늘한 곳에 두었던 애호박은 오래두고 먹었던 식재료다. 애호박을 소금에 절이면 물도 덜 생기고 씹히는 맛이 좋다. 예전에 형편이 어려워서 먹었지만 현재는 옛 맛이 그리우면 해먹는다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

가문명	반남 박씨 조은 박은 종가	지역	경기 파주시
		음식 유형	주식류
음식명	동태조림		



조리 시 주의사항

재료



조리과정







재료	재료						양념 / 육수 / 소스		
	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위
	동태	1	마리				다진 대파	10	g
	무	20	g				다진 마늘	5	g
	감자	40	g				식혜물	10	g
							고추장	15	g
							고춧가루	10	g
							한식간장	5	g

조리법

1. 동태는 내장을 제거하고 깨끗이 씻어 5~6cm 크기로 자른다.
2. 무와 감자는 2cm 두께로 썰어 냄비 바닥에 깔아준다.
3. 그 위에 동태를 놓고 혼합한 양념을 넣는다.
4. 약간의 물을 부어준 후 끓인다.

이야기

제사가 많았던 종가에서 식혜는 냉장고 안에 항상 있던 음료였다.
식혜물을 설탕 대신 동태조림에 넣어 음식을 만들었다. 동태는 집안 어른이 즐겨 찾던 식재료였다. 명태를 잡아서 얼린 것으로 지방이 적고 담백한 맛으로 알려진 생선이다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(10) 장수 황씨 방촌 황희 종가

가문명	장수 황씨 방촌 황희 종가	지역	경기 파주시
		음식 유형	부식류
음식명	미쌈		



조리 시 주의사항

재료



조리과정






재료	재료						양념 / 육수 / 소스		
	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위
	두부	300	g	후춧가루		tt			
	돼지고기	300	g						
	다진 대파	50	g						
	달걀	3	개						
	식용유 적당량								
	소금		tt						

조리법

1. 두부는 칼 넓은 면으로 눌러서 곱게 다지고, 면 보자기에 넣어 물기를 꼭 짠다.
2. 돼지고기와 대파는 다진다.
3. 두부, 돼지고기, 다진 대파를 섞고 소금, 후춧가루로 양념해서 소를 반죽한다.
4. 소 20g 정도 떼어 직사각형 모양을 잡는다.
5. 달걀물을 만들어 기름 두른 팬에 소가 들어갈 정도 크기의 지단을 지진다.
6. 팬에 지지고 있는 지단 위에 소를 올리고 사방을 감싸 덮어주고 모든 면을 골고루 익힌다.

이야기

장수 황씨 방촌 황희 종가의 미쌈은 명칭과는 다르게 해삼을 사용하지 않고, 두부와 돼지고기, 대파를 다져 한 데 섞고 해삼 대신 지단으로 감싼 특징을 지닌다. 해삼으로 감싼 미쌈은 사라졌지만, 정성이 가득 담긴 조리법으로 변형해서 현재까지 황희 선생 불천위 제사 음식으로 올리고 있다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(11) 고령 신씨 보한재 신숙주 종가

가문명	고령 신씨 보한재 신숙주 종가	지역	경기 평택시
		음식 유형	부식류
음식명	숙주나물		



조리 시 주의사항

재료



조리과정









재료

재료명	수량	단위	재료명	수량	단위	양념 / 육수 / 소스 재료명	수량	단위
숙주	400	g				한식간장	1/2	T
						들기름	1	T
						다진 마늘	1	t
						깨소금	tt	

조리법

1. 숙주를 씻어 끓는 소금물에 넣어 데친 후 찬물에 헹궈 물기를 꼭 짠다.
2. 대접에 데친 숙주, 다진 대파, 다진 마늘을 넣고 한식간장으로 간을 한다.
3. 마지막으로 들기름을 넣고 깨소금을 뿌린다.

이야기

고령 신씨 보한채 신숙주 종가의 녹두나물은 간장으로 간을 하고 들기름으로 향을 내는 것이 특징이다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(12) 원주 원씨 평중 원균 종가

가문명	원주 원씨 평중 원균 종가	지역	경기 평택시
		음식 유형	부식류
음식명	우사골내장탕		



조리 시 주의사항

재료

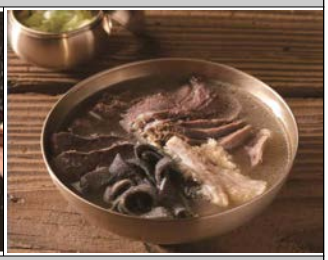


조리과정









재료	재료						양념 / 육수 / 소스		
	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위
	숙주	400	g				한식간장	1/2	T
							들기름	1	T
							다진 마늘	1	t
							깨소금	tt	

조리법

1. 숙주를 씻어 끓는 소금물에 넣어 데친 후 찬물에 헹궈 물기를 꼭 짠다.
2. 대접에 데친 숙주, 다진 대파, 다진 마늘을 넣고 한식간장으로 간을 한다.
3. 마지막으로 들기름을 넣고 깨소금을 뿌린다.

이야기

우사골내장탕은 원균 종가에서 제사를 지내고 음복으로 나눠 먹던 음식이다. 사골을 10~12시간 고아 만든 탕으로 제사에 참석하는 5 백여 명의 손님에게 대접했다. 오랜 시간 정성을 들여 만든 음식이 며 한 끼 식사로도 충분했다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(13) 기계 유씨 취헌 유백증 종가

가문명	기계 유씨 취헌 유백증 종가	지역	충북 충주시
		음식 유형	떡류
음식명	보리개떡		



조리 시 주의사항

재료



조리과정









재료	재료						양념 / 육수 / 소스		
	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위
	보릿가루	100	g				소금	5	g
							사카린	5	g
							식용유	tt	

조리법

1. 물, 보릿가루, 사카린을 넣고 반죽한다.
2. 반죽을 지름 8~10cm 크기로 둥글게 빚어 약간의 기름을 두른 팬에 바싹 구워낸다.

이야기

가난했던 어린 시절, 간식 대신 보릿가루에 단맛을 내는 사카린을 넣어 만들어 먹은 음식이다. 보리는 종가에 항상 있던 식재료였다. 요즘도 보릿가루로 반죽해서 바싹 구워서 먹곤 한다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(14) 창녕 성씨 지사공파 종가

가문명	창녕 성씨 지사공파 종가	지역	충북 영동군
		음식 유형	부식류
음식명	보리개떡		



조리 시 주의사항

재료



조리과정






	재료						양념 / 육수 / 소스		
	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위
재료	닭	400	g				다진마늘	1	Ts
	두부	200	g				소금	tt	
	당근	30	g				식용유	tt	
	부추	10	g						

조리법

1. 닭은 내장과 껍질을 제거하고 뼈와 살을 분리한 후 함께 다진다.
2. 두부는 으깬 후 물기를 짜서 준비하고, 당근과 부추는 다진다.
3. 대접에 준비한 재료를 모두 섞고 다진 마늘을 넣고 소금 간을 한다.
4. 지름 5~6cm 크기로 둥글고 넙적하게 빚는다.
5. 식용유를 두른 팬에 노릇하게 지진다.

이야기

원래 내장을 제거한 닭 한 마리를 통째로 다져서 제철 채소와 으깬 두부를 잘 섞어 지진 전이다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(15) 광산 김씨 사계 김장생 종가

가문명	광산 김씨 사계 김장생 종가	지역	충남 논산시
		음식 유형	부식류
음식명	홍합쌈과 두부쌈		



조리 시 주의사항

재료



조리과정






재료	재료						양념 / 육수 / 소스		
	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위
	건홍합	300	g				소금	tt	
	두부	1	모				식용유		
	달걀	3	개						

조리법

1. 건홍합을 따뜻한 물에 불린다.
2. 두부는 3×4cm 직사각형으로 자른다.
3. 달걀을 풀고 소금을 넣어 달걀물을 만든다.
4. 달걀물을 식용유 두른 팬에 얇고 넓게 지단을 부친다.
5. 불린 홍합 6~8개 또는 두부 2개를 달걀지단 가운데 놓고 직사각형 모양으로 감싸서 말아준다.

이야기

제례음식인 홍합쌈과 두부쌈은 달걀지단에 홍합과 두부를 쌈처럼 싸서 만든 음식이다. 달걀 안쪽에 음식이 흘러나오지 않도록 전을 하나씩 부쳐야 한다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(16) 함평 이씨 백일헌 이삼 종가

가문명	함평 이씨 백일헌 이삼 종가	지역	충남 논산시
		음식 유형	부식류
음식명	건홍어맑은국		



조리 시 주의사항

재료

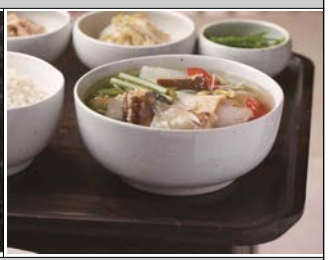


조리과정









재료	재료						양념 / 육수 / 소스		
	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위
	건홍어	200	g	홍고추	1	개	소금	tt	
	콩나물	100	g	대파	50	g			
	무	50	g						
	미나리	30	g						
	물	4	cup						
	청고추	1	개						

조리법

1. 무는 0.5cm 두께로 나박 썰고, 미나리는 5cm 길이로 썬다.
2. 대파, 청고추, 홍고추는 어슷하게 썰고, 콩나물은 잘 씻어준다.
3. 냄비에 물을 붓고 건홍어와 무를 넣고 끓인다.
4. 대파, 청고추, 홍고추, 콩나물을 넣고 한소끔 끓인 후 소금 간을 한다.

이야기

냉장고가 없던 시절 상하기 쉬운 생선은 말려서 먹었다. 홍어를 말려 맑은 국을 끓여 먹었다. 말린 홍어는 홍어 날것보다 톡 쏘는 향 이 덜하지만 국으로 끓이면 쫄깃한 식감을 그대로 살릴 수 있다. 생 선 보관을 오래하기 위해 말렸지만, 보관이 쉬워진 요즘도 맑은 국 맛이 좋아 자주 말려두곤 했다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(17) 의령 남씨 성은 남이흥 종가

가문명	의령 남씨 성은 남이흥 종가	지역	충남 당진시
		음식 유형	부식류
음식명	염교강회		



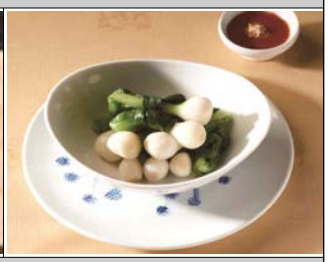
조리 시 주의사항

재료



조리과정



	재료						양념 / 육수 / 소스		
	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위
재료	염교	30	g				고추장	1	t
							빙초산	1/2	t
							꿀	1/2	t
							깨소금	tt	

조리법

1. 염교를 손질해서 찜통에 찐다.
2. 고추장, 빙초산, 꿀, 깨소금을 섞어 초고추장 양념을 만든다.
3. 염교를 돌돌 말아 접시에 돌려가며 보기 좋게 담는다.
4. 초고추장과 함께 곁들여 상에 내보낸다.

이야기

염교(돼지파)는 인근 지역에서 자라는 특산품이다. 돼지파라고도 불린다. 쪽파보다 크기가 크고 씹히는 맛이 좋으며 손님접대상, 주 안상 등에도 빠지지 않는 메뉴다. 염교는 5~7월 사이에 재배되며 그 후에는 저장해두고 먹는다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

가문명	의령 남씨 성은 남이흥 종가	지역	충남 당진시
		음식 유형	부식류
음식명	함초바지락국		



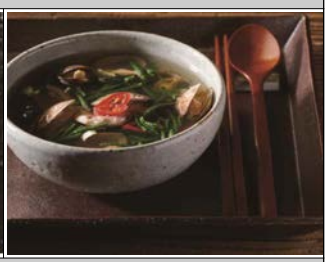
조리 시 주의사항

재료



조리과정



재료	재료						양념 / 육수 / 소스		
	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위
	바지락	300	g				한식간장	1	T
	함초	20	g				다진 마늘	1	T
	대파	1	개						
	홍고추	1	개						

조리법

1. 바지락을 소금물에 30분 이상 담가 해감 시킨다.
2. 냄비에 물을 붓고 해감 시킨 바지락을 넣고 끓인다.
3. 바지락이 익으면 함초, 다진 마늘, 다진 대파, 어슷하게 썬 홍고추를 넣고 끓인 후 한식간장으로 간을 맞춘다.
4. 그릇에 바지락을 먼저 담고 국물을 부은 후 홍고추로 고명을 올려 완성한다.

이야기

성은 선생은 조선 중기 무신으로 임금에게 불천위를 받았다. 종택 옆에 성은 선생 관련 유물이 보관된 박물관이 있다. 당진시는 매년 10월, 남이흥 장군문화제 행사를 개최하고 있다. 바지락을 이용한 음식을 즐겨 먹었는데, 함초를 함께 넣고 끓인 함초바지락국과 제사음식이기도 한 바지락전이 종가를 대표하는 음식이다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(18) 한산 이씨 아계 이산해 종가

가문명	한산 이씨 아계 이산해 종가	지역	충남 예산군
		음식 유형	부식류
음식명	맑은참조기탕		



조리 시 주의사항

재료



조리과정






	재료						양념 / 육수 / 소스		
	재료명	수량	단위	재료물명	수량	단위	재료명	수량	단위
재료	참조기	4	마리	쌀뜨물	200	ml	한식간장	1	T
	호박	100	g	물	1.2	L	다진 마늘	20	g
	청양고추	2	개				무	200	g
	홍고추	1	개				다시마	10	g
	두부	100	g				후추가루	tt	
	대파	50	g						

조리법

1. 조기를 쌀뜨물에 15분간 담가 비린내를 제거한다.
2. 물을 담은 냄비에 무, 다시마를 넣고 육수를 끓인다.
3. 두부 2×2cm, 호박은 반달모양, 청양고추, 홍고추, 대파는 어슷하게 썰어 준비한다.
4. 냄비에 조기와 채소를 넣고 육수를 부어 끓인다.
5. 한식간장과 후춧가루로 간을 맞추고 끓인다.

이야기

맑은참조기탕은 종가에 손님이 갑자기 찾아오면 늘 내던 음식이다. 고춧가루를 넣지 않고 맑게 끓이는 대신 청양고추를 넣어 얼큰하지만 깔끔한 맛을 낸다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

가문명	한산 이씨 아계 이산해 종가	지역	충남 예산군
		음식 유형	부식류
음식명	배약산적구이		



조리 시 주의사항

재료



조리과정






	재료						양념 / 육수 / 소스		
	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위
재료	소고기	100	g				한식간장	1	T
	잣	5	g				배즙	1/2	T
							설탕	1	t
							다진 마늘	1	t
							들기름	1/2	t
							깨	tt	
							후춧가루	tt	

조리법

1. 소고기는 곱게 다진다.
2. 한식간장, 설탕, 배즙, 다진 마늘, 들기름, 깨, 후춧가루를 섞어 만든 고기양념에 다진 소고기를 넣고 15분간 재운다.
3. 소고기를 3×4cm 모양으로 빚어 석쇠에 올려 화롯불에서 굽는다.
4. 고명으로 잣을 다지거나 통째로 올린다.

이야기

아계 선생은 북인(北人)의 영수이자, 영의정까지 지낸 고위 관료였다. 종택은 현재 종손이 거주하면서 관리하고 있다. 국불천위를 포함해 연중 15회 제사를 지내고 있다. 종택 주변에 배나무가 많아 자연스럽게 음식에 활용하고 있다. 배 과즙으로 소고기를 부드럽게 하고 단맛을 더한 '배약산적구이'를 즐겨 먹었다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(19) 안동 김씨 청음공파 가문

가문명	안동 김씨 청음공파 가문	지역	서울특별시
		음식 유형	부식류
음식명	준치완자탕		



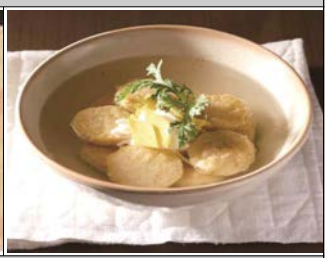
조리 시 주의사항

재료



조리과정



재료	재료						양념 / 육수 / 소스		
	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위
	준치	1	마리				소금	tt	
	달걀	2	개				후춧가루	tt	
	쑥갓	10	g						
	다진 대파	5	g						
	다진 마늘	2	g						
	밀가루	15	g						

조리법

1. 준치는 머리와 지느러미를 떼고 배를 갈라 내장을 제거하고 깨끗이 씻어 살만 포로 떠서 다진다.
2. 냄비에 물을 붓고 준치 머리와 뼈는 토막 내서 담아 육수를 끓인다.
3. 다진 준치살에 다진 마늘, 다진 대파, 소금, 후춧가루로 양념하고 지름 3cm 크기의 완자를 빚는다.
4. 완자를 납작하게 살짝 누르고 밀가루, 달걀물 순으로 묻혀 식용유를 두른 팬에 지진다.
5. 끓인 육수에 지진 준치완자를 넣고 소금으로 간을 한다.
6. 고명으로 황백지단과 쑥갓을 올린다.

이야기

안동 김씨 청음공파 가문에서는 서울 근교 강 주변에서 잡을 수 있는 준치를 이용해서 완자탕을 끓여 먹었다. 준치는 가시가 많아 곱게 다져서 완자를 만들어 먹었다. 종부는 시름시름 앓던 사람도 준치완자탕을 먹으면 건강해진다는 옛말처럼 건강한 음식이라고 자부한다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

가문명	안동 김씨 청음공파 가문	지역	서울특별시
		음식 유형	부식류
음식명	묵초		



조리 시 주의사항

재료



조리과정






재료	재료						양념 / 육수 / 소스		
	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위
	청포묵	1	개	석이버섯	5	g	양지머리	200	g
	소고기	150	g				물	2	cup
	홍고추	1	개				한식간장	10	g
	달걀	2	개				후춧가루	1	g
	표고버섯	20	g						
	쪽파	10	g						

조리법

1. 양지머리를 삶아 육수를 준비하고, 청포묵은 3×4cm 크기로 자른다.
2. 소고기는 다져서 한식간장과 후춧가루로 밑간한다.
3. 달걀로 황백지단을 부치고 홍고추, 표고버섯, 석이버섯, 쪽파와 함께 4cm 길이로 자른다.
4. 냄비에 소고기를 넣고 청포묵을 가지런히 올린다.
5. 그 위에 표고버섯, 석이버섯, 홍고추, 황백지단, 쪽파를 돌려가며 올린다.
6. 양지육수를 붓고 끓인다.

이야기

손님상에 냈던 음식으로 다양한 색을 가진 식재료를 사용해서 만 들어 먹은 음식이다. 따뜻한 국물의 묵초는 담백한 육수와 함께 다 양한 채소를 곁들여 먹을 수 있고, 궁중음식으로 기재될 정도로 유명한 음식이다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

가문명	안동 김씨 청음공파 가문	지역	서울특별시
		음식 유형	부식류
음식명	두부장		



조리 시 주의사항

재료



조리과정









	재료						양념 / 육수 / 소스		
	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위
재료	두부	2	모						
	된장	2	kg						

조리법

1. 두부는 으깨서 물기를 제거한다.
2. 면 보자기에 두부를 넣고 묶는다.
3. 된장이 담긴 항아리에 두부 묶음을 넣고 숙성시킨다.
4. 여름철에는 냉장고에서 두세 달 정도 숙성시킨다.
5. 숙성시킨 후 주머니에 넣은 두부만 꺼내 먹는다.

이야기

두부장은 형태상 합장(合醬)에 속하며 쌈 채소를 먹을 때 곁들여 먹었다. 된장찌개를 끓일 때 사용하기도 했다. 된장의 짠맛과 강한 뒷맛을 두부가 잡아주고 고소한 풍미를 더해 준다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

가문명	안동 김씨 청음공파 가문	지역	서울특별시
		음식 유형	부식류
음식명	못짐		



조리 시 주의사항

재료



조리과정



재료

재료	재료명	수량	단위	재료명	수량	단위	양념 / 육수 / 소스 재료명	수량	단위
	건조 돌김	100	g				고추장	1	kg

조리법

1. 건조 돌김은 뭉쳐진 것이나 이물질을 골라낸다.
2. 면 보자기에 건조 돌김을 넣고 묶는다.
3. 고추장이 담긴 항아리에 건조 돌김 주머니를 넣어 함께 숙성시킨다.
4. 여름철에는 냉장고에서 두세 달 정도 숙성시킨다.

이야기

건조된 돌김을 고추장에 넣고 숙성시켜서 먹던 음식으로서 김에 간간하게 간이 배어 입맛을 돋우는 음식이었다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

제4절 경상·강원 지역의 종가·명가음식 발굴 및 조리법 과학화

1. 경상·강원지역의 종가 선정

가. 조사대상 및 기간

본 조사의 대상 종가를 연구대상으로 선정할 때 먼저, 종가에 사회적으로 현인(賢人)이 있어 불천위제사를 지내고 있는지의 여부를 확인했다. 그리고 종택이 있고, 종택에 종손내외가 거주하는지를 확인했다. 한편 현인(賢人)이 계시지 않을지라도 이에 버금가는 지역의 가문으로 10대 이상 문중을 이루면서 종택에 종손내외가 거주하는 종가를 대상으로 선정했다. 본 연구의 취지에 동의하는 종가를 1차 조사하고, 본 연구의 취지에 적합하고 음식문화조사가 가능한 종가를 최종 연구대상으로 선정했다. 조사기간은 2014년 5월에서 2016년 8월에 걸쳐 진행했다.

나. 조사방법 및 자료 분석

본 연구는 종손, 종부를 대상으로 직접대면에 의한 인터뷰법을 사용했다. 인터뷰법은 질적 연구를 위한 조사방법으로 인간경험의 주관적 측면을 강조하고, 이해하며, 가정을 세우지 않고, 설명적이며, 기술적이고, 귀납적인 방법으로 전체론적 접근에 의한 연구방법이다. 이런 이유로 질적 연구는 역사학, 문화연구, 인류학, 민속방법론, 보건학 등의 분야에서 자주 사용되고 있다. 종가의 음식문화에 대한 연구도 민속학적 연구로써 조사대상자의 복잡한 환경과 여건을 고려해서, 연구주제에 요구되는 응답을 이끌어야 함으로 많은 시간과 조사자의 대화 기술이 요구된다. 즉 질문지에 대한 단순응답보다 조사, 대면하는 과정에서 응답자의 여건과 다양한 문헌의 정보 등을 고려해서 상황에 따라 질문이 연구목적에 부합되도록 융통성 있는 인터뷰가 진행되어야 함에 따라 연구자가 직접 심층인터뷰조사기법을 활용했다. 이는 대부분의 종가가 내부적 생활규범에 대해 외부로 유출되어 세인의 이목이 집중되는 것에 극단적으로 부담을 가지고 있었기에 조사자에 대한 신뢰성이 형성되지 않으며 인터뷰가 진행되지 못하는 특수한 조사환경임을 감안해서 단순인터뷰법보다 심층인터뷰법으로 조사가 진행됐다. 질문에 대한 답은 자유 형식으로 진행되었고 인터뷰 전 과정을 녹취해서 자료 분석했다. 그리고 인터뷰내용을 분석하는 중 부족한 내용은 전화나 재방문을 통해 확인해서 자료를 보완했다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

다. 조사 가문(총40가문)

조사한 종가는 총 40가문으로 경북지역 종가는 32가문, 경남지역 종가는 4가문, 강원지역 종가는 4가문을 조사했다. 경북지역은 구미 2가문, 군위 1가문, 문경 4가문, 봉화 2가문, 상주 5가문, 성주 5가문, 안동 5가문, 영덕 3가문, 영주 2가문, 울진 1가문, 청도 1가문, 칠곡 1가문으로 가장 많은 종가가 조사됐다. 현재 조사된 40가문 중 불천위를 지내고 있는 종가는 32가문으로 조사되었고, 직계종손으로 유지되고 있는 가문은 37가문이었다<표 4-1>.

<표 4-1> 경상·강원 지역 조사 가문 목록(2014년~2016년)

연번	지역		가문명	종손 직계	제사	종택 (고택)	10대 이상	중시조	종손, 종부 거주	내림 음식 보유	구분
1	강원	정선군	덕수 이씨 수고당 이자 종가	○	○	○	○	○ (이자)	○	○	종가
2		고성군	경주 김씨 도정공파 가문	×	○	×	○	○ (김자수)	×	○	명가
3		고성군	양근 함씨 죽계 함부열 종가	○	○	○	○	○ (함부열)	○	×	종가
4		영월군	김해 김씨 안경공파 가문	○	○	○	○	○ (김영정)	○	○	종가
5	경북	칠곡군	광주 이씨 귀암 이원정 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (이원정)	○	○	종가
6		상주시	풍양 조씨 입재 조대윤 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (조대윤)	○	○	종가
7		상주시	진주 정씨 우복 정경세 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (정경세)	○	○	종가
8		상주시	흥양 이씨 월간 이전 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (이전)	○	○	종가
9		상주시	흥양 이씨 창석 이준 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (이준)	△	○	종가
10		상주시	광주 노씨 소재 노수신 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (노수신)	○	○	종가
11		성주군	성산 이씨 응와 이원조 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (이원조)	○	○	종가
12		성주군	성산 배씨 서암 배덕문 종가	○	○	○	○	○ (배덕문)	○	○	종가
13		성주군	성산 여씨 원정 여희림 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (여희림)	○	○	종가
14		성주군	성주 도씨 운제 도균 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (도균)	○	○	종가
15		성주군	의성 김씨 사우당 김관석 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (김관석)	○	○	종가
16		봉화군	의성 김씨 개암 김우굉 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (김우굉)	○	○	종가
17		봉화군	진주 강씨 성건재 강찬 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (강찬)	○	○	종가
18		청도군	김해 김씨 탁영 김일손 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (김일손)	○	○	종가

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

<표 4-1> 경상·강원 지역 조사 가문 목록(2014년~2016년)

연번	지역		가문명	종손 직계	제사	종택 (고택)	10대 이상	중시조	종손, 종부 거주	내림 음식 보유	구분
19		군위군	부림 홍씨 계래 홍우태 종가	○	○	○	○	○ (홍우태)	○	○	종가
20		문경시	개성 고씨 태촌 고상안 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (고상안)	○	○	종가
21		문경시	장수 황씨 사정공 황정 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (황정)	○	○	종가
22		문경시	개성 고씨 월봉 고인계 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (고인계)	○	○	종가
23		문경시	부림 홍씨 허백정 홍귀달 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (홍귀달)	○	○	종가
24		영덕군	무안 박씨 청신재 박의장 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (박의장)	○	○	종가
25		영덕군	영양 남씨 난고 남경훈 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (남경훈)	○	○	종가
26		영덕군	재령 이씨 갈암 이현일 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (이현일)	○	○	종가
27		울진군	평해 황씨 해월 황여일 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (황여일)	○	○	종가
28		영주시	반남 박씨 소고 박승임 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (박승임)	○	○	종가
29		영주시	예안 김씨 무송헌 김담 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (김담)	○	○	종가
30		구미시	밀양 박씨 송당 박영 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (박영)	○	○	종가
31		구미시	인동 장씨 여헌 장현광 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (장현광)	○	○	종가
32		안동시	안동 장씨 경당 장흥효 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (장흥효)	○	○	종가
33		안동시	진성 이씨 부정공 이운후 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (이운후)	○	○	종가
34		안동시	안동 김씨 양소당 김영수 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (김선평)	○	○	종가
35		안동시	한산 이씨 대산 이상정 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (이상정)	○	○	종가
36		안동시	진성 이씨 온계 이해 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (이해)	○	○	종가
37	경남	창원시	상산 김씨 동산 김명윤 종가	○	○ (불천위)	○	○	○ (김명윤)	△	△	종가
38		고성군	밀양 박씨 완천당 박덕손 종가	○	○	○	○	○ (박덕손)	○	○	종가
39		진주시	진양 하씨 판윤공 하유 종가	○	○	○	○	○ (하수일)	○	○	종가
40		함양군	하양 허씨 경암 허조 종가	○	○	○	○	○ (허조)	○	○	종가

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

라. 조사 제외 가문(8가문)

현장조사 중 종손이 단절되거나 종택에 거주하지 않거나 종부가 외국인인 경우는 조사대상에서 제외해서 아래의 표와 같이 8가문은 제외시켰다.

연번	지역		종가	제외사유
1	경남	거창군	거창 신씨 요수 신권 종가	종손 단절
2	경북	의성군	영천 이씨 경정 이민성 종가	종택 거주 無
3	경북	의성군	의성 김씨 천사 김종덕 종가	종택 거주 無
4	경북	고령군	선산 김씨 점필재 김종직 종가	종부 병환
5	강원	원주시	연안 김씨 의민(연흥부원군) 김제남 종가	종부 외국인
6	대구	달서구	현풍 곽씨 청백리 곽안방 종가	종가 우환
7	경북	김천시	영안 이씨 정양 이숙기 종가	종택 거주 無
8	경북	김천시	성산 여씨 여정도(조선 중종) 종가(하회댁)	종택 거주 無

마. 조사 가문 소개

조사된 총 40가문의 종가에 대한 소개를 표와 같이 나타내었다.

연번	지역		종가	가문소개
1	강원	정선군	덕수 이씨 수고당 이자 종가	이자는 1689년(숙종 15년) 소의 장씨 소생인 아들 윤을 왕세자로 삼으려는 숙종에 반대한 송시열 등 서인이 이를 지지한 남인에게 패배하고 정권이 서인에서 남인으로 바뀐 기사환국 때 관직을 버리고 임계면 봉산리로 내려갔다. 이자 선생은 당시 노론에 속하였고, 당파싸움에 회의를 느껴 정선에 낙향해서 본인의 호를 따 지은 건물인 수고당에서 문서편찬을 했다.
2	강원	고성군	경주 김씨 도정공 김직 가문	연산군 10년 (갑자사화 1504년) 16대 선조 경주김씨 김직공이 갑자사화를 피해서 강원도 양양으로 입향 했다. 그 후 5대조 도정공이 고성군 토성면 인흥리로 입향했다.
3	강원	고성군	양근 함씨 죽계 함부열 종가	함부열은 함규(王規)의 13세손 함승경의 둘째 아들로 고려 우왕 13년에 문과에 급제하고 공양왕 2년에 예부상서를 역임했다. 이성계의 조선개국을 반대한 두문동 72현의 학사로써 폐위 공양왕을 끝까지 섬기다 공양왕 사후 그 시신을 자신의 손으로 거두었다. 양근함씨 죽계공파의 파조이다. 강원도 간성 고성산에 함부열의 묘역이 있다.
4	강원	영월군	김해 김씨 운당 김영정 가문	김영정(金永貞)의 호(號)는 운당(雲塘), 시호(諡號)는 안경(安敬), 1475년(성종 6) 문과(文科)에 급제, 목천 현감(木川縣監)을 거쳐 정언(正言)·지평(持平) 등을 역임하고, 1497년(연산군 3) 대사간(大司諫)에 승진, 다음해 우부승지(右副承旨)를 거쳐 대사헌(大司憲)에 올랐다. 1500년 지돈녕부사(知敦寧府使)가 되고, 1503년 전라도 관찰사(全羅道觀察使)에 이르렀다. 병조 판서(兵曹判書)에 추증(追贈)됐다.
5	경북	칠곡군	광주 이씨 귀암 이원정 종가	귀암 이원정(1622-1680)은 부친 이도장(李道長)과 모친 김시양(金時讓)의 딸 사이에서 출생했다. 본관는 광주이다. 1648년 사마시를 거쳐 사은사 서장관, 동애부사, 도승지, 대사간, 형조판서 등을 역임했다. 1680년 이조판서로 재직 시 경신환국(庚申換局)에 연루되어 초산으로 유배가던 중 장살(杖殺) 당했다. 9년 뒤 1689년 신원되었고 영의정으로 추증됐다. 그러나 그 이후에도 100여년을 서인과 노론에 의해 신원이 추탈과 증직을 반복하다가 정조 집권 후 1795년 복권됐다. 따라서 이 기간 문중의 손들은 귀암 이원정의 복원에 많은 시간을 보냈고 이를 계기로 후손들은 벼슬을 멀리하였으며 초야에서 학문과 후임양성에만 전력했다.
6	경북	상주시	풍양 조씨 입재 조대윤 종가	입재 조대윤(1638-1705)은 검간 조정(1555-1636)의 둘째 아들 조영원(1577-1640)의 손자다. 입재 조대윤은 파시조로서 분가를 할 수 있는 자격은 되지 않았으나 조대

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

				윤의 5대손인 조목수(1736-1807)가 불천위를 받들게 됨에 따라 분가의 조건을 갖추게 됐다. 따라서 입재 조대윤종가에서는 파시조를 조대윤으로 정하고 불천위는 조목수를 모시고 있다. 입재(立齋) 조대윤(趙大胤)의 후손은 대대로 학문과 덕행을 숭상했고 홍유석학(鴻儒碩學)을 많이 배출하였으며 효우를 가규(家規)로 하며 가문의 명성을 크게 드높인 분들이 많았다. 유집이 있는 분이 17명이며, 문과급제한 분이 4명이며, 생진시에 합격한 분이 2명이다. 특히 구당(舊堂) 조목수(趙沐洙)는 퇴계학통의 큰 흐름을 이은 대유학자로 명성이 높고 창석 이준(李埈, 1560-1635)과 함께 최초의 상주역사서라 할 『상산지(商山誌)』를 속록(續錄)했다.
7	경북	상주시	진주 정씨 우복 정경세 종가	우복 종택은 우복(愚伏) 정경세(鄭經世)의 고택으로, 상주시 외남면 우산리에 있다. 진주정씨 상주 입향조는 정의생(鄭義生)으로, 그는 감철어사 정택(鄭澤)의 장자이다. 우복종택은 24대의 종통을 이어온 진주정씨 종택이다. 정경세는 국불천위로, 그의 6대 주손 입재(立齋) 정종로(鄭宗魯)는 사림 불천위로 추대되어 현재 두 분의 불천위를 모시고 있다. 또한 정경세를 시작으로 15대를 이어오면서 종가에서 4명의 문과 급제자를 배출한 명문가이다. 정경세는 조선의 대표적인 예학자요, 퇴계학맥의 정통을 이은 영남학파의 영수였으며, 정종로 또한 가학을 전수받아 영남학파의 학통을 계승한 실천 유학자였다.
8	경북	상주시	흥양 이씨 월간 이전 종가	월간(月澗) 이전의 고택으로, 상주시 청리면 가천리에 있다. 종택 바로 옆으로 이전이 도과를 구하던 체화당(棣華堂)이 있다. 이전은 서애 류성룡(柳成龍)에게 수학하였으며, 아우인 창석(蒼石) 이준(李埈)과의 형제애로 이름 높다. 임진왜란 의병을 일으켜 적과 싸우다가 적중에 포위되었을 때, 병에 걸린 동생을 구해서 탈출하였는데 후일 이준이 화공을 시켜 당시의 모습을 그리게 하고 『월간창석형제급난도』라 했다.
9	경북	상주시	흥양 이씨 창석 이준 종가	창석종택은 창석(蒼石) 이준(李埈)의 고택으로, 상주시 청리면 가천리에 있다. 이준은 1580년 서애 류성룡의 문하에 나아가 수학했으며, 우복 정경세와 교의를 나누었다. 1591년 문과에 급제했다. 임진왜란과 정묘호란에 의병을 모집해서 싸웠으며, 당시의 복잡한 현실 속에서 국방과 외교를 비롯한 국정에 대해 많은 시무책(時務策)을 제시했다. 정경세와 함께 류성룡의 학통을 이어받았으며, 남인세력을 결집하고 그 여론을 주도하는 중요한 소임을 했다. 월간 이전과의 형제애를 그린 『형제급난지도, 兄弟急難之圖』를 편찬했다.
10	경북	상주시	광주 노씨 소재 노수신 종가	소재(穌齋) 노수신(盧守愼, 1515~1590)은 광주 노씨(光州盧氏)로 1543(29세)년 식년문과에 장원한 후 성균관 전적에 취임했다. 을사사화로 파직 당한 후 오랜 유배 생활을 하다가 1567년 선조가 즉위하자 풀려나와 벼슬길에 올라 1585년에는 영의정에 오른 명신이다. 특히 선생은 도학에 뛰어났고 문장가로서는 조선의 두보(杜甫)라 할 만큼 시에 능한 분이다. 1693년(숙종 19년)에 소재 선생은 문간(文簡)이라는 시호를 받아 불천위로 받들어졌다. 선생의 유덕을 기리기 위한 옥연사(玉淵祠) 앞에 단아한 한옥 1채가 앉아있다.
11	경북	성주군	성산 이씨 응와 이원조 종가	성주 이씨 한개마을 입향조는 세종 때 진주목사와 경기좌도 수군첨절제사를 역임한 이우(李友)라고 알려져 있다. 이우는 3남을 두었고, 3자 이양의 후손들이 한개마을에 세거하기 시작했다. 이후 이양의 현손 월봉(月峯) 이정현(李廷賢)은 한강 정구의 제자였으며, 1612년에 대과에 급제하였으나 그 해 26세에 요절했다. 그의 외아들 이수성(李壽星)은 아들 4명을 두었는데, 모두 이 마을에 세거하면서, 각기 백파, 중파, 숙파, 계파의 파조가 됐다. 이후 이 마을에서는 9명의 대과 급제자와 24명의 소과 급제자를 배출했다.
12	경북	성주군	성산 배씨 서암 배덕문 종가	서암 배덕문(1521-1603)은 본관이 성산으로 1553년(명종 8년) 별시문과에 급제해서 언양, 영덕, 울산, 고부 현감을 두루 역임한 후 관직을 사임하고 귀향해서 도의(道義)에 전력했다. 선생 연령 68세, 왜구가 성주를 침범하자 이를 물린 친 장수로써 그의 장남인 서강 배설은 칠천량 해전에서, 둘째 고암 배건은 의병전투에서 사망하고, 셋째 명암 배즙은 노량해전에서 큰 공을 이룩한 충절의 집안이다. 이후 그의 손자인 등암 배상룡과 괴재 배상호 형제는 학문과 덕망이 높아 여러 번 벼슬에 추대되었으나 등암 배상룡은 스스로를 숭정처사(崇禎處士)라 하고 벼슬을 멀리했다. 그러나 동생인 괴재 배상호는 통정대부, 승정원 좌승지, 춘추관 수찬 등을 역임했다.
13	경북	성주군	성산 여씨 원정 여희림 종가	원정 여희림(1481-1553)은 성산이 본관으로 조선 중기 학자다. 원종공신 여우창(呂遇昌)과 목사 홍현정(利顯廷)의 딸 사이에 태어났다. 도형 이광(李光) 등과 학문을 닦았으나 무오사화로 김굉필, 정여창 등이 화를 당하자 사림(士林)으로 지냈다. 중종반정 후 현인들이 신원되자 1507년 사마시를 합격하고 복성군의 사부가 되었으며 창령현감과 우봉현령을 역임한 후 을사사화로 벼슬을 사임하고 1516년 고향으로 내려가 여씨향약(呂氏鄕約)과 후진양성에 활발한 활동을 했다. 이후 1519년 현량과 응시를 거절하면서 기묘사화를 면하게 됐다. 그러나 복성군의 사부로 지낸 기간을 이유로 유배생활을 하였고 이후 1538년 재등용되어 활동하다가 천곡사에 제향됐다.
15	경북	성주군	의성 김씨 사우당 김관석종가	성주 윤동마을 의성 김씨(義城 金氏) 입향조인 사우당 김관석(金關石, 1505-1542)은 조선중종조의 학자로서 경학(經學)과 도학(道學)에 조애가 깊었으

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

				며, 윤동마을에 입향해서 서당을 건립해서 많은 제자를 가르쳤으며, 독서명문도편(讀書銘聞道篇)을 비롯한 많은 저술을 남겼다.
16	경북	봉화군	의성 김씨 개암 김우굉 종가	개암종택은 개암공파 파조 김우굉(金宇宏)을 불천위로 모시는 의성김씨 고택이다. 김우굉의 10대손 김연대(金鍊大)가 터를 닦았고, 김연대의 아들 김우영(金佑永)이 현재의 모습으로 중수했다. 후손 김창우(金昌禹)는 항일 독립운동에 주도적으로 활약하였는데, 이곳을 구국운동을 논의하는 거점으로 삼았다.
17	경북	봉화군	진주 강씨 성건재 강찬 종가	진주강씨(晋州姜氏)의 시조(始祖)는 강이식(姜以式)이다. 강이식은 고구려 영양왕(597년) 때 도원수(都元帥)로 수나라 문제(文帝)가 이끈 30만 수군을 정병 5만으로 대파한 명장이다. 수년 후 수나라 문제(文帝)의 아들 양제(煬帝)가 100만 대군을 이끌고 침략할 때 을지문덕(乙支文德) 장군과 함께 살수대첩으로 승리했다. 이후 신라 태중대부판내이령 강진(姜縉)이 진양후에 봉해지며 본관을 진주로 했다. 강씨의 본관은 문헌상으로는 진주, 금천, 안동, 백천, 해미, 동북, 광주 등 7본(本)이다. 모두 진주의 지파로 강씨는 유일본을 내세우고 있어 강이식(姜以式)이 모든 강씨의 도시조(都始祖)가 된다.
18	경북	청도군	김해 김씨 탁영 김일손 종가	탁영 김일손(1464-1498)은 김해가 본관으로 김맹(1410-1483)과 단양 우씨 사이에서 태어났다. 김종직(金宗直)의 문하생으로 권지부정자(權知副正字), 춘추관기사관(春秋館記事官)을 거쳐 요승정원의 주서(注書), 홍문관의 수찬(修撰), 병조좌랑, 이조좌랑, 교리(校理) 및 헌납(獻納), 이조정랑 등 주로 언관(言官)으로 활동했다. 관료의 부정과 부패에 타협하지 않고 직언과 강개한 성품으로 이극돈과 승려 학조의 부정한 행위, 세조의 실정을 비판하는 글도 서슴치 않고 사초에 기록했다. 결국 김종직이 지은 조의제문(弔義帝文)을 사초(史草)에 실어 무오사화 때 부관참시를 당한다. 중종반정 이후 신원이 복원되어 문민(文愍)이라는 시호를 받아 이조판서로 추증됐다.
19	경북	군위군	부림 홍씨 계래 홍우태 종가	홍익세의 3남2녀 중 차남인 홍우태의 자는 계래이다. 쌍백당은 부림 홍씨 입향조(入鄕祖)인 노(魯)의 10세손인 홍우태(洪禹泰)의 살림집으로, 그후에는 주손(冑孫)들로 이어지면서 수차례에 걸쳐 중수해 왔는데, 홍우태는 사당 앞의 사랑채의 당호를 쌍백당이라 지었다. 당호가 쌍백당인 것은 잣나무가 두 그루 있었기 때문이다.
20	경북	문경시	개성 고씨 태촌 고상안 종가	태촌 고상안(1553-1623)은 개성이 본관으로 20세에 진사에 합격하고 함창현감, 풍기군수, 지례현감, 함양군수 등을 지내고 이덕형, 이순신 등과 서사기록(書事記錄)도 남긴다. 울산판관을 지낸 후 사직하고 귀향한다. 귀향 후 농사에 관심을 가지고 '농가월령'의 기록을 태촌집에 수록한다. 이 이유로 농가월가를 고상안이 집필하였을 것이라고 학계에서는 추측하고 있다
21	경북	문경시	장수 황씨 사정공파 황정 종가	칠봉(七峯) 황시간(黃時幹)의 고택으로, 문경시 산북면에 있으며 경북 민속자료 163호이다. 황시간의 처음 이름은 정간(廷幹)이고, 자는 공직(公直), 호는 도천(道川) 또는 칠봉이다. 방촌(厖村) 황희(黃喜)의 후손으로 증 참판 빈의 아들이다. 형조 정랑과 삼가 현감을 역임했다. 서애 류성룡의 문인으로 우복 정경세, 사서 전식, 창석 이준과 더불어 상산사우(商山四友)라 불리었다.
22	경북	문경시	개성 고씨 월봉 고인계 종가	월봉 고인계(1564-1647)선생은 조선 중기의 문신으로 본관은 개성이다. 예문관직제학 고거(高距)의 6세손으로 부친은 전력부위(展力副尉) 고경운(高慶雲)이며, 어머니는 안동김씨(安東金氏)이다. 큰아버지인 고성군수 고홍운(高興雲)에게 입양됐다. 1605년 진사시에 합격하고 이듬해 병과로 급제해서 성균관의 학유(學諭) 및 박사가 됐다. 그러나 동인으로 북인에 가담하지 않아 연서찰방(延曙察訪)으로 좌천된 뒤 곧 관직에서 물러났다가 1623년 인조반정이 일어난 뒤 다시 기용되어, 성균관전적, 형조좌랑, 형조정랑, 충청도도사, 예안현감 등을 역임했다. 상주 효곡서원(孝谷書院)에 제향 됐다.
23	경북	문경시	부림 홍씨 허백정 홍귀달 종가	허백당 홍귀달(1438-1504)은 조선전기의 문인으로 본관은 부계이다. 증판서 출신의 부친 홍요손(洪孝孫)과 모친 노집(盧輯)의 딸, 정부인 노씨 사이에 태어 나 1460년(세조 6년)에 강릉 별시문과에 급제해서 겸예문, 이조정랑, 동부승지, 대제학, 호조판서, 좌참판 등을 역임했다. 춘추관 편수관이 되었을 때는 세조실록(世祖實錄) 편찬에 참여하기도 했다. 이후 연산군의 생모 윤씨의 폐출에 반대해서 투옥되었고 1498년(연산군 4년) 무오사화직전 10가지 폐단을 상소해서 무오사화 중 좌천됐다. 1504년 손녀를 궁중으로 보내라는 왕명을 거역해서 유배 도중 교살됐다. 중정반정 후 신원되어 문광(文匡)의 시호를 받고 함창현, 지금의 문경의 임호서원에 제향됐다.
24	경북	영덕군	무안 박씨 청신재 박의장 종가	무의공 박의장(1555-1615)은 조선 중기의 무신으로, 김언기(金彦璣)의 문하에서 수학하고 1577년(선조 10) 무과에 급제했다. 1592년 임진왜란 때 경주부윤(慶州府尹)으로서 경주 탈환 작전에 적군을 크게 무찌르는 공을 세웠다. 그 전공으로 경상좌도 병마절도사에 승진하였고 재임 중 임지(任地)에서 사망해서 사후 호조판서로 추증됐다.
25	경북	영덕군	영양 남씨 난고 남경훈 종가	난고 남경훈(1552-1612)은 본관이 영양으로 부친 남의록(1551-1620)과 모친 춘천 박씨 사이에서 출생했다. 진사에 합격되나 스스로를 난고거사(蘭皐居士)라 칭하고 학문과 심신수양에 매진했다. 후에 임진왜란, 정유재란에서 공을 세웠으나 부친에게 그 공을 돌리고 고향으로 돌아가 기거하였는데 부친 남의록이 왜란 후 영해부

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

				사를 탄핵하자 관원능멸로 감옥에 가게 됐다. 이에 난고선생은 부친을 대신 해 감옥에 투옥되었고 그 고초로 부친보다 8년을 앞서 병으로 생을 마감하게 됐다. 그는 사후 87년(1699년)이 흐른 후 유림의 공의(公議)로 불천위에 오르게 된다.
26	경북	영덕군	재령 이씨 갈암 이현일 종가	갈암(葛庵) 이현일(李玄逸, 1627년-1704년)은 재령(載寧)이 본관으로 부친 석계(石溪) 이시명(李時明)과 음식디미방의 저자 장계향의 셋째 아들로 영해(寧海)에서 태어났다. 이황(李滉)의 학통을 계승한 대표적인 류성룡(柳成龍), 김성일(金誠一)의 학통을 모두 이은 퇴계학파의 적통인 외조부 장흥효(張興孝)와 중형 이휘일(李徽逸)을 사사했다. 예조참판을거쳐 대사헌을 지냈다. 그 후 이조참판, 이조판서에 이르렀다. 저서로는 갈암집(葛庵集), 홍범연의(洪範衍義) 등이 있다
27	경북	울진군	평해 황씨 해월 황여일 종가	해월 황여일(1556-1622)은 평해가 본관으로 부친은 유학(幼學) 황응징(黃應澄)이고 모친은 영덕 정씨이다. 16세에 진사에 합격하고 20세에 향시에 장원으로, 21세에 진사에 합격한다. 22세에 성균관에 입학해서 학봉, 약포, 설월당, 간재, 성재, 우복 등과 교우를 형성한다. 이후 30세에 별시에 급제하고 형조정랑, 영천군수, 길주목사, 창원부사, 동래부사 등을 역임하고 이후 관직을 사직하며 63세에 귀향한다.
28	경북	영주시	반남 박씨 소고 박승임 종가	소고 박승임(1517-1586)은 조선 중기의 문신으로 본관은 반남이다. 부친 박형(朴珩)과 모친 예안 김씨 김만일(金萬鎰)의 따님사이에 출생해서 1540년(중종 35) 식년문과에 병과로 급제한다. 승문원, 예문관, 승정원, 홍문관, 수찬, 정언(正言), 예조정랑, 현풍현감, 풍기군수, 동부승지, 진주목사, 좌승지, 도승지 등 여러 직을 역임했다. 군학(君學)과 시무(時務)에 능통하고 강직한 성품으로 진언(眞言)을 사양치 않았는데 1583년 공조참의를 거쳐 대사간이 되었을 때 언사(言事)에 연루되어 왕의 뜻에 거슬려 창원부사로 좌천되었으며, 얼마 뒤 중앙에 소환됐다가 병사했다. 이황의 문하생으로 논어와 주자서(朱子書)를 탐독하고 성리학을 연구해서 주리론(主理論)를 시행하고자 했다.
29	경북	영주시	예안 김씨 무송헌 김담 종가	문절공 김담(1416-1464)은 조선 세종 때의 천문학자이다. 본관은 예안(禮安)으로 조부는 고려 때 중랑장 김로(金輅)이고, 부친은 현감 김소량(金小良)이며, 모친은 평해 황씨로 판서 황유정(黃有定)의 따님이다. 김담은 1435년 병과로 급제해서 홍문관정자로 임명되었고, 이듬해 이순지(李純之)가 간의대(簡儀臺)를 비우자 그 일을 대신했다. 이후 집현전저작랑, 집현전박사가 되었고, 이순지와 더불어 칠정산외편(七政算外篇)을 고교윤정(考校潤正)했다. 25세에 전료(殿僚)와 더불어 국어와 음의(音義)를 보정해서 올렸다. 봉상시주부(奉常寺主簿), 이조정랑, 제언종사관(堤堰從事官) 서운관부정(書雲觀副正), 사헌부장령, 홍문관직제학, 충주목사, 안동부사, 경주부윤, 중추원사 등 여러 관직을 역임했다. 실학자이고 천문학자로 역법과 산술학에 뛰어난 재능을 보여 다양한 저술작업을 수행했다.
30	경북	구미시	밀양 박씨 송당 박영 종가	송당 박영(1471-1540)은 밀양이 본관으로 이조참판을 지닌 부친 박수종(朴壽宗)과 양녕대군(讓寧大君)의 딸인 모친 정부인 이씨 사이에 출생한다. 출생 후 5년 만에 부친이, 7년 만에 모친이 별세한다. 이후 3년 간격으로 조모와 조부마저 여의었다. 21세에 이극균(李克均)을 따라 여진정벌에 참여하고 이듬해 임자년(1492년)에 무과(武科)에 선발됐다. 갑인년(1494년) 성종이 승하하자 낙향해서 대학(大學)을 수학하며 학문에 증진했다. 중종 4년 선전관(宣傳官)에 임명되었으나 거절하였고 이듬해 경오년(1510년) 반란을 일으킨 삼포왜인(三浦倭人)을 토벌하기 위해 병력이 동원될 때 조방장(助防將)으로 임명, 창원(昌原)으로 출동했다. 삼포왜란이 평정되자 다시 벼슬을 사직하고 낙향했다. 3년 뒤 황간 현감(黃澗縣監)을 시작으로 강계 도호부사(江界都護府使), 동부승지(同副承旨), 좌승지(左承旨), 병조참판(兵曹參判) 등을 역임했다. 1519년 5월 성절사로 명나라에 다녀와 기묘사화를 모면하게 되었으나 조광조(趙光祖)와 연루되어 관직이 파면되는 등 여러 고초를 겪은 뒤 낙향하고 16년 동안 두문불출 했다. 후에 무고가 밝혀져 신원되고 영남좌절도사로 임명되었으나 곧 사망했다.
31	경북	구미시	인동 장씨 여헌 장현광 종가	여헌 장현광의 고택으로 구미시 인동에 있다. 장현광의 7대조인 장중양의 아들 장수는 조부 장안세와 아버지와 달리 조선조에 출사해서 지평, 집의, 장령 등을 역임했다. 장수는 두 아들 보와 우를 두었다. 장우는 인동의 남산에 정착해서 세거의 기반을 마련함으로써 남산파의 파조가 된다. 장우의 아들 장승량(張承良), 손자 장준(張俊), 증손 장계증(張繼曾)으로 이어진다. 장계증의 아들 장열(張烈)이 나이 20세 무렵인 1530년에 서울에서 낙향해서 선대의 전장이 있던 성주 암포를 거쳐 인동의 남산으로 돌아왔다. 여헌의 5대조 장우가 남산에 터를 잡은지 4대만에 정착이 이루어진 것이다. 남산 일대가 여헌가문의 세거지로 확립되기 시작한 것도 이때부터이다.
32	경북	안동시	안동 장씨 경당 장흥효 종가	경당(敬堂) 장흥효(張興孝)의 고택으로, 서후면에 위치한다. 음식디미방의 저자 장계향의 친정이다. 인동장씨 춘파파의 입향조는 장의이다. 장흥효는 장의의 6대손으로, 학봉 김성일의 문하에 출입하였으며, 학봉 타계 이후에는 서애 류성룡과 한강 정구에게도 배웠다. 그는 퇴계학파의 중추를 형성하는 세 사람으로부터 배움으로써, 퇴계 이황의 사상이 전개되어 나가는 과정에서 중요한 위치를 차지한다. 음식디미방의 저자 장계향의 친정이다.
33	경북	안동시	진성 이씨 부정공	조선 초기 풍산읍 마애리에 살던 이자수(李子脩)의 둘째 아들 이운후(李云侯)

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

			이운후 종가	가 선산부사에서 물러나 만년에 주하리에 정착하면서 집성촌이 형성됐다. 이운후의 아들 이정(李禎)은 무관으로 이름을 크게 떨쳤다. 이정의 아들 3형제 가운데 셋째 아들 이계양(李繼陽)은 온혜리에 정착하였는데, 퇴계 이황(李滉)이 손자이다.
34	경북	안동시	안동 김씨 양소당 김영수 종가	안동 김씨 대종택인 양소당은 1500년에 장령공 김영수(1446-1502)가 지은 종택으로 당시 종택명은 낙제였으나 1779년 형조참의를 지낸 후손 김양근(1734-1799)이 종택을 보수하고 중건한 후 양소당으로 명명했다. 양소(養素)는 사치를 멀리하고 가문의 풍속과 기질을 검소하고 순박하게 이어라는 뜻이 담겨있다고 한다. 양소당 종가는 안동김씨 김선평(金宣平)의 후손들로 12명의 정승과 3명의 왕비, 수십 명의 판서가 나온 이른 바 벌열문중이다. 또한 후손 중 청음 김상헌(1570-1652)은 병자호란 후 낙향해서 마을이름을 금산(金山)은 너무 사치하다고 하면서 소산(小山)마을로 바꾼다. 이후 마을이름은 소산마을이 되었고 청음선생은 추후 제사음식의 제물에 대해 유언까지 남긴다. 즉 밥, 국, 젓 각 1그릇과 탕 두 그릇, 유밀과 대신 시루떡을 쓰며 포는 쓰되 식혜는 쓰지 말고 과일은 3가지를 넘지 말도록 했다고 한다. 청음선생은 청나라와의 관계에서 척화파의 입장을 강력하게 취한 이유로 청나라로 압송되어 6년간 투옥됐다. 그가 청으로 끌려가기 전 시를 남기는데 그 시는 '가노라 삼각산아 다시보자 한강수야 고국산천을 떠나고자 하랴마는 시절이 하수상하니 올동 말동해서라'이다.
35	경북	안동시	한산 이씨 대산 이상정 종가	대산(大山) 이상정(李象靖)의 고택으로, 일직면 망호에 위치한다. 망호리는 한산이씨와 대구서씨의 집성촌이다. 특히 이상정은 '소퇴계'라 불리며 평생 퇴계 이황의 뒤를 이어 도학에 천착하였으며, 대석산 아래에 대산서당을 지어 후진을 양성하고 퇴계학 정립에 종장 역할을 한, 조선후기 영남학파의 대표적 거유이다. 그의 아우 소산 이광정 또한 만년에 학행으로 천거되어 여러 차례 벼슬이 내려졌다.
36	경북	안동시	진성 이씨 온계 이해 종가	온계(溫溪) 이해(李瀣)는 퇴계의 형으로, 그가 20세 되던 해 노송정 본가에서 분가해서 정착한 고택이다. 진성이씨 12대 후손인 지암(芝庵) 이인화(李仁和) 의병장이 1895년 명성황후 시해사건 이후 내려진 단발령에 반발, 예안에서 군사를 모아 의병을 일으켰다. 안동유림 의거의 중심이었던 의병장 이인화(李仁和)의 생가이기도 하다. 또한 삼백당(三栢堂)으로도 널리 알려져 있다.
37	경남	창원시	상산 김씨 동산 김명윤 종가	자는 경찬이며 호는 동산, 본관은 성산이다. 선생이 파주 목사로 있을 때 임진왜란(1592년)을 당하였는데 충주 목사로 임명되어(1594년) 전란에 폐허가 된 충주와 새재 일대를 수습해서 외로운 성을 지켰다. 왜군이 대거 재차 침범하였을 때(정유재란 1597년) 격전을 치러 격퇴하고 충주를 아군의 요충지 근거로 만들었다. 왜군이 패해서 퇴각한 후에는 곧 진주목사에 부임해서(1599년) 왜군에 함락되어 폐허가 된 진주를 무마하였으며 다시 제주목사로서 변방 수습에 전력했다.(1602-1604년). 이로써 선무원종일등공신에 책훈 되었으며 동부승지에 특명 됐다. 왜란 후에 북방이 소란해짐에 선생을 함경 남병사로 삼았으나 하세함으로써 부임치 못했다. 뒤에 병조판서로 추증됐다. 왜란 평정에 평생을 바친 선생을 기리어 영조 5년(1755)에 도봉사가 세워지고 헌종 10년(1844)에 도봉서원으로 승격됐다.
38	경남	고성군	밀양 박씨 완천당 박덕손 종가	밀양(密陽)박(朴)씨 완천당(浣川堂) 박덕손[朴德孫,기묘명현(己卯名賢)]이 기묘사화[己卯士禍:1519년 조선제 11대 중종 14]에 연루되어 같은 해에 은둔할 목적으로 경남 함안의 산인면을 경유해서 경남 고성군 구만면 주천마을, 그리고 현재의 개천면 청광리 나동마을에 이주해서 벼슬에 뜻을 두지 않고 초야에 정착한 곳으로서 이후 후손인 효자(孝子) 박효근(朴孝根)이 출생해서 진사가 되었고, 아들 박한회(朴瀚會) 또한 진사(進士)를 지냈다고 해서 박진사(朴進士) 고가(古家)라 불리고 있다.
39	경남	진주시	진양 하씨 판윤공 하유 종가	할아버지는 진강부원군(晉康府院君) 문정공(文貞公) 시원(恃源)이며 아버지는 문과에 급제해서 통정대부에 오르고 부윤(府尹)을 지낸 윤구(允丘)이다. 배(配)는 진양(晉陽) 정(鄭)씨 부정(副正)을 지낸 공부(公富)의 녀이다. 공(公)은 문과에 급제해서 가선대부(嘉善大夫)에 오르고 한성 판윤(漢城 判尹)을 지냈다. 조선 태종 때 영의정을 지낸 문충공 하륜과 4촌간이며 판윤-송정공파 파조이다. 묘(墓)는 진주시 수곡면 대천리 사방동에 있으며 묘갈명(墓碣銘)이 있다.
40	경남	함양군	하양 허씨 경암 허조 종가	허조(許租, 1369년~ 1439년)는 고려 말기와 조선 초기의 문신이다. 자는 중통(仲通), 호는 경암(敬菴), 시호는 문경(文敬)이다. 본관은 하양(河陽)이다. 어질고 강직한 사람으로 척추장애인이었다고 한다. 1369년 판도판서(版圖判書)를 지낸 허귀룡(許貴龍)과 이씨의 아들로 태어났다. 권근에게 학문을 배웠고, 1383년(우왕 9년) 진사시, 1385년(우왕 11년) 생원시에 합격하고 1390년(공양왕 2년) 식년문과에 급제해 전의시승(典儀寺丞)이 됐다. 조선이 개국하자 세종 때까지 관직을 지냈다. 태종이 즉위하자 사헌부잡단(司憲府雜端)으로 발탁되었으나, 강직한 발언으로 왕의 뜻을 거슬러 완산판관으로 좌천되기도 했다. 세종 때에는 세번이나 이조판서를 지냈으며, 이때 죄인의 자식이 죄가 없으면 처벌치 않도록 하는 법을 만들었다. 그 후 예조판서, 1438년 우의정 등을 역임했다. 1439년 좌의정을 지냈다. 세종의 묘정에 배향됐다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

2. 경상지역 종가의 음식문화

가. 연구내용

종가의 음식문화가 시대적 변화에 따라 변화한 과정을 이해하기 위해 인터뷰 전 영남문화연구소에서 발간한『경북의 종가문화』시리즈와 국립문화재연구소에서 발간한『종가의 제례와 음식』시리즈, 이연자의 종가시리즈 서적, 농촌진흥청의『종가음식』등을 참조로 종가의 음식에 대한 자료를 정리하고 수합했다. 그러나 언급한 문헌이나 종가음식관련 논문 등에서 기록된 음식은 현재 상용되고 있는 음식위주였다.

이에 본 연구는 종가음식문화에 대한 인터뷰내용의 주 주제를 다음과 같이 정리했다. 첫째, 현재에는 상용하지는 않으나 종손내외가 기억하는 종가의 음식, 둘째, 현재는 상용하고 있으나 차종손내외에게는 내림으로 할 수 없는 음식, 셋째, 종가의 음식을 내림으로 전하지 못하는 이유, 넷째, 거론 된 음식의 재료, 만드는 법, 기타 종가음식문화에 대한 종가의 입장 등을 정리했다. 그러나 종손종부의 사정에 따라 위 4가지 주제에 대한 답변을 완전히 조사해서 기록화하기에는 현실적 어려움이 있어 문헌조사를 병행했다.

나. 경북 종가의 음식문화

(1) 광주 이씨 귀암 이원정 종가의 음식(칠곡군)

귀암 종가가 위치하는 칠곡 석전면은 영남지역 광주 이씨의 세거지이다. 그런 이유로 칠곡지역에서만 광주이씨 불천위 종가가 귀암종가를 포함해서 4곳(석담 종가, 박곡 종가, 묵헌 종가)이나 된다. 300여년을 지켜 현 종택에서 종손은 돌아가신 노종부의 얘기를 무만두로 설명하셨다. 무만두는 설날 떡국을 드실 때 곁들여 나온 음식으로 소고기와 삶은 무를 물기빼고 적당히 따져서 녹말가루와 반죽해서 만두를 빚는다. 빚은 만두를 가마솥에 넣고 쪄서 차게 둔다. 떡국상을 낼 때 만두에 잣물과 식초물을 살짝 부어 낸다. 종손은 모친이 떡국이 뜨거우며 찬 잣물의 무만두로 입을 식히라고 했다고 한다. 모친 사후 거의 드시지 못했으나 최근 종가의 음식에 대한 관심이 집중되면서 무만두를 다시 드실 수 있게 됐다고 했다. 그리고 종가가 가난해서 무를 살짝 데쳐 다시마와 꽂이를 꽂아 전으로 지져 드셨는데 요즈음은 잘 해드시지도 않지만 그런 맛이 나지 않는다고 하셨다.

(2) 풍양 조씨 입재 조대윤 종가의 음식(상주시)

종손내외는 대구에서 직장관계로 나가 살다가 30여년 전 대구를 정리하고 종택에 돌아왔다. 그때까지 종택은 돌아가신 모친 진주 강씨가 지키고 있었다. 대구와 상주의 거리가 가까운 탓에 종부

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

인천 채씨는 종택의 모든 대소사(大小事)를 직접 관장했다. 종손은 종부가 식혜와 국수를 만드는 솜씨가 으뜸이라고 칭찬하셨다. 한편 상주는 옛부터 곶감이 유명해서 감농사를 많이 지었다. 종부는 곶감을 만들 때 버려지는 감피를 활용해서 감피다식을 만들어 다과상에 놓았다고 했다. 이제는 과자류가 많아 만들지 않지만 당시만 해도 다과상에 놓을 재료가 없어 감피다식을 내놓으면 접빈객들이 신기해하며 매우 맛있게 드셨다고 한다. 이연자(2004)에 의하면 입재공 종가에서는 석이버섯, 검은 깨, 다진 파, 마늘, 곱게 채썰어 소금으로 간 한 무채를 넣은 명태밀가루찜이 종가의 내림으로 전해진다고 했다.

(3) 성산 배씨 서암 배덕문 종가의 음식(성주군)

종부 김씨는 시집올 때 종가인지 몰랐다고 했다. 시집와서도 직장을 다니고 있어 종가의 음식을 배울 기회는 거의 없었다고 한다. 그러나 대구에서 직장을 가지고 있어 성주까지 자주 왕래를 했고 어깨너머로 서암 종가의 음식을 볼 수 있었다. 대부분 종가가 그렇듯이 서암 종가도 형편이 넉넉하지는 않았고 농사지으신 식재료를 가지고 음식을 해 드셨다고 했다. 종부는 충청도가 고향이라 경상도음식이 낯 선 부분이 많았는데 대파로 지짐을 부치는 것이 신기했고 박(瓠)으로 지짐에서 찬, 국 등 여러 가지로 만들어 드셨다고 했다. 또한 당시는 꿩이 많이 잡혀서인지 꿩의 살을 발라 전으로 부쳐 드셨다고 한다. 그리고 빽빽장(국물이 적은 된장찌개)을 자주 해 드셨는데 다진 고추, 호박, 감자를 식용유와 설탕, 고춧가루, 된장에 버무려서 다시물로 끓인 것이다. 지금은 된장찌개로 드시지만 돌아가신 고종손이 잘 찾는 음식이었다. 서암 종부 김씨는 이제와서 생각해보면 고종부가 참으로 준비성이 많으셨다고 한다. 손님이 많이 오는 종가이다 보니 늘 고종부는 묵과 두부를 만들어 겨울 내내 저장하고 주안상에 내놓으셨는데 이제는 언제든지 사서 대접할 수 있는 음식이 됐다고 했다.

(4) 성산 여씨 원정 여희림 종가의 음식(성주군)

80대 초반의 노종부는 부지런해서 종택을 깨끗하게 관리하고 있었다. 글재주가 있어 시 짓는 것을 좋아하며 음식도 정갈하게 늘 손님을 생각해서 준비해 두신다고 한다. 육포, 유밀과, 식혜는 아직도 직접 만들어 대접했다. 시모가 함양 박씨인데 음식솜씨가 매우 좋았고 마을의 병들고 쇄약한 분들을 위해 종가에서 늘 죽을 끓여 나눠줬다고 한다. 또 접빈객 중 한 달씩 머물고 가시는 분들도 많으셨는데 손님 중에 누름죽(밥을 누려가면서 끓이는 죽)을 청해서 끓여드린 적도 있다고 했다. 성주 도씨 노종부는 성주에서 태어나 성주 내에 시집간 터라 이웃하고 있는 친정의 음식과 비슷해서 종가의 음식에 별 어려움은 없었다고 한다. 원정종가의 최고 음식은 가양주인 국화동동주인데 지금은 시중에서 구입해서 대접한다고 했다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(5) 성주 도씨 운재 도균 종가의 음식(성주군)

의성김씨 학봉종가 14대손 출신 종부는 겸손하지만 종부의 곧곧함이 감춰져 있었다. 시조부가 생선을 좋아해서 1년 내내 생선음식을 빠뜨리지 않았고 또 우렁탕을 좋아해서 자주 고아 올렸는데 그래서인지 건강하셨다고 했다. 야채는 별로 좋아하시지 않았는데 부적과 장지지는 좋아하셨다고 했다. 부적은 전(煎)의 일종으로 계절 야채를 꼬치에 꽂아 밀가루, 고추장, 마늘, 소금, 등으로 반죽해서 밥 위에 찌고, 다시 숯불에 구어서 내는 음식이라 했다. 여름철에 자주 드셨다고 한다. 장지지는 생(生) 명태의 머리를 쪼아서 나박김치로 담근 것으로 생선을 좋아하신 시조부의 기호 탓에 생(生) 명태 살은 국으로, 생(生) 명태 머리는 나박김치로 활용할 수 있었다. 그래서 늘 나박김치가 준비되어 있었고 손님이 오시면 막걸리와 나박김치를 대접했다고 했다. 또한 운재종가에서는 닭고기를 육개장으로 끓이고 남은 뼈는 모아 쪼아서 가루를 만들어 완자를 빚어 고명으로 사용했다고 한다. 현대의 기준에서 보면 뼈째 먹는 생선의 역할로 볼 수 있다. 과거에는 집안에서 닭을 키우고 닭 뼈도 매우 깨끗해서 가능하였지만 오늘 날 닭은 냉동이라 뼈를 먹는 것이 불편하다고 생각되고 일이 번거롭고, 먹을 것이 부족하던 시절의 음식이라 드시지 않는다고 했다.

(6) 김해 김씨 탁영 김일손 종가의 음식(청도군)

무오사화로 가세가 기울고 이후의 자손들이 벼슬을 멀리함에 따라 종가의 살림은 매우 어려웠다. 차종부 의성 김씨(55년생)가 시집와서 첫 신행에 노종부(진성 이씨)는 시래기와 콩나물, 볶은 콩가루, 된장을 무친 횟집나물을 대접했고 새색시 김씨는 처음 보는 음식에 무척 당황스러웠다고 했다. 횟집나물은 청도지역의 향토음식으로 결혼식이나 환갑잔치에는 반드시 제공하는 음식이라 한다. 그러니 차종부를 귀하게 맞은 음식으로 노종부가 한 상 차림을 한 것이다. 지금도 차종부 김씨는 시래기콩나물횟집나물이 낯설어 해 먹지 못하고 있다고 한다. 그리고 접빈객의 상차림에 소머리수육을 늘 대접하는데 잔치나 제사 시에는 소머리를 삶아 수육을 만들고 육수는 국으로 끓여 대접했다고 한다. 오늘 날에는 예전과 달리 불천위 제사 때 많은 접빈객이 오시지 않고 또 오셔도 금방 돌아서 가시므로 마당에서 수육을 삶는 일이 없다고 했다. 차종부 김씨가 종가에서 배운 음식은 주로 제사와 관련된 음식이다. 여느 제사와 마찬가지로 전, 적, 편, 갱, 탕 등을 준비하지만 탁영 종가에서 제물에는 문어를 사용하지 않는다고 했다. 이는 김수로왕이 김해 김씨의 시조이므로 문무대왕이 바다에 수장되어 있어 문어가 영물이라 사용치 않는다고 했다. 또한 파란나물의 숙채에도 미나리나 단배추는 사용하지만 시금치는 사용하지 않는다고 했다. 그 외 청도는 감의 고장이라 감장아찌를 만들어 종가에서 밑반찬으로 사용하였으나 지금은 만들지 않고 있으며 무채를 썰어 콩나물국밥처럼 끓인 무국밥도 가난한 시절의 음식으로 요즈음은 만들지 않는다고 했다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(7) 개성 고씨 월봉 고인계 종가의 음식(문경시)

안동 권씨 종부는 시집 올 때부터 시조부모, 시모동서와 함께 종가의 살림을 맡아 생활했다. 자연적으로 어른을 위한 음식에 많은 시간을 보내야했다. 특히 누름죽은 시조부모의 주식으로 오랜 시간을 공 들여 만들어야 했다. 흰밥을 참기름 두른 솥에 바가지로 눌려가면서 서서히 누룽지를 만들고, 누룽지가 되면, 물을 붓고 죽으로 쑤어서 냈는데 조부모님이 돌아가실 때까지 이 누름죽을 쑤었다고 한다. 또한 보양식으로 개장국을 자주 끓여 드셨는데 개 한 마리를 한꺼번에 다 드시지는 못하였기에 남은 개고기는 살을 발라 밀가루에 묻혀 말려 놓았다가 즉시에 개장국을 끓여 봉양했다. 그런 정성 탓인지 그 시대에 시조부는 82세, 시조모는 85세까지 장수하셨다. 채소국 역시 풀내를 없애기 위해 콩가루를 묻혀 국을 끓였는데 호박잎콩가루국을 즐겨 드셨다고 했다. 또한 종택이 있는 산양면의 녹문리는 하천의 물이 맑아 민물고기를 활용한 음식도 많이 드셨다고 했다. 지금은 오염되고 민물고기도 예전 같지 않아 드시지 않고 있지만 피리나 붕어를 고추장으로 조림한 민물고기조림도 종가의 평상 음식으로 자주 즐겨 드셨다고 했다. 국화주와 청주도 제사를 위해 담가 사용하였으나 오늘 날에는 담구지 않고 사서 사용한다고 했다.

(8) 부림 홍씨 허백당 홍귀달 종가의 음식(문경시)

80대의 동래 정씨 노종부는 시집 올 때 홍귀달의 종택이 초가집일 거라고는 상상하지 못했다. 강직하고 청렴결백한 종가의 살림은 늘 가난과 절제의 삶이었다. 그래서 30년 전 즈음 사당을 보수, 수리하면서 낡은 초가집 종택을 떠나 사당 옆의 터에 현재의 양옥집 종택을 지어 이사했다. 가난한 살림이라 일상적인 음식들은 형편에 맞게 준비하였으나 불천위의 제물은 문중 접빈객이 많아 소홀할 수 없었다고 했다. 기억하는 다과상은 다식재료가 귀해 쌀을 튀겨 잘게 다진 후 조청을 버물려 다식으로 만들어 대접했다고 했다. 제물로 사용한 제주는 막걸리를 집에서 담가 사용하였는데 일제 강점기 밀주제조로 구속되는 일이 많아 깊이 감춰두었다가 제사에 사용하기도 했다고 했다. 그리고 출산에서 종손을 낳은 뒤 고생했다고 잉어를 어렵게 구해와 삶아 달여 드시게 한 보양식이 종가에서 종부로써 대접을 한 호사로 기억된다고 하였으나 차종부에게 내림으로 전할 음식은 없다고 했다.

(9) 무안 박씨 청신재 박의장 종가의 음식(영덕군)

무의공 제사는 국불천위로 다른 종가가 대부분 5탕을 쓰는 대신 7탕을 올린다. 7탕을 쓰는 종가는 상주의 정경세종가가 있다. 김미영(2006)에 의하면 제사에 사용하는 탕의 수를 '가례집람(家禮輯覽)'에 왕은 7탕, 대부는 5탕, 서인은 3탕을 하라고 제시했다고 한다. 그러나 종가에서는 초기에 10탕을 하다가 9탕으로 줄이고 현재는 7탕만 올린다고 했다. 노종부 의성김씨는 종가의 음식이 별거는 없어도 집안의 음식이니 내림으로 전하고 싶다고 시간이 나면 짬짬이 기록하고 있다. 대부분

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

의 음식이 제사와 관련 한 음식인데 감단자는 감을 깎아서 이틀 동안 끓이고 찹쌀가루를 넣어 푹 다린다. 걸쭉해 지면 큰 용기에 담아 고물을 무쳐낸다고 한다. 이때 검은 솥에 감을 다리면 검은색 단자가. 하얀 솥에서 다리면 감홍색의 감단자가 된다고 했다. 노종부는 종가의 음식이 정성인데 이제는 할 사람도 없고 또 차종부가 할 수도 없다고 한다. 제주로 사용할 백일주도 찰 좁쌀에 엿기름을 넣어 삭힌 뒤 누룩과 함께 100동안 숙성시켜 만든다고 한다. 그래서 백일주라 명명하였지만 이제는 힘이 들어 못한다고 했다.

(10) 영양 남씨 난고 남경훈 종가의 음식(영덕군)

종가의 음식은 바다를 인접하고 있어 재료부터 내륙과는 차이가 있었다. 종손내외는 김국, 고등어극, 꽁치국, 우무가사리생챗국과 같은 음식들을 열거했다. 이들 음식을 이제는 잘 해 드시지 않는다고 했다. 김국은 간장국물에 참기름과 김첩(김가루)를 넣고 끓인 것이고 고등어국이나 꽁치국은 생선살을 으깨어 배추나 부추를 넣고 끓인 내륙의 추어탕과 같은 형태의 음식이다. 우무가사리챗국은 계란을 풀어 끓는 물에 넣고 양념을 한 후 식힌 물에 우무가사리, 식초, 설탕, 마늘, 깨소금, 참기름으로 양념해서 냉채처럼 드셨다고 했다.

(11) 평해 황씨 해월 황여일 종가의 음식(울진군)

해월종가의 13대 종손은 울진 지역에서 유일하게 안동문화권과 교류를 가져 안동식혜와 같은 안동음식들이 종가에 있다고 했다. 그리고 제수를 늘 직접 빚어 사용하였는데 요즈음은 빚지 않는다고 했다. 종부는 안성이씨 영해출신으로 안동식혜를 배워 이제는 안동지역보다 더 맛있게 만든다고 했다. 그리고 지역에 도토리와 잣이 많아 도토리는 묵을 만들기도 하지만 도토리로 다식을 만들어 접대했다고 했다. 그리고 잣은 껍질 채 절구로 찧어서 하얀 국물이 우러나면 그 물로 잣죽을 끓였다고 했다. 오늘 날에는 껍질 벗겨진 잣을 구매해서 사용하지만 옛날에는 잣 까는 일도 노역이었다고 했다.

(12) 반남 박씨 소고 박승임 종가의 음식(영주시)

노종부(30년생)는 건강이 좋지 않아 불천위 제사의 제수장만을 위해 종손집안의 크고 작은 행사에 자주 손을 도왔던 친척뻘 형수(81세)가 돕고자 참석했다. 소고종가에서는 접빈음식으로 다식을 준비하는데 다식재료가 없어 쌀 튀밥과 콩가루로 다식을 만들어 대접했다고 했다. 쌀 튀밥을 다져서 조청과 버물렸는데 튀밥을 다지는 일이 무척 힘든 노동이었다고 했다. 또한 생계가 어려웠음을 보여주는 수수풀데기는 수수죽의 지역사투리로 설익은 수수와 양대줄기를 넣고 죽을 쑤어 드셨다고 했다. 지금은 만들지 않지만 당시는 풋콩과 찐쌀을 넣고 푹 끓인 콩죽도 많이 만들어 먹었다고 한다. 영주지역은 콩이 유명하다 그래서인지 콩가루다식, 콩죽, 콩가루를 활용한 따르미국(냉이를

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

콩가루에 무쳐 국으로 끓임)과 같은 음식이 지역의 향토음식이다(영주문화유산보존회, 2015). 그리고 고등어국은 싱싱한 생선이 귀하던 시절 뱃길로 싱싱한 생선이 영주까지 올 때 싱싱한 고등어로 고등어국을 해 드셨는데 요즈음은 고등어찌개나 구이로만 드신다고 했다.

(13) 예안 김씨 무송헌 김담 종가의 음식(영주시)

무섬마을의 종택으로 돌아 온 종손내외는 종가의 형편이 어려워 오랜 세월 객지생활로 종가의 음식을 내림으로 전하지 못했다고 했다. 그래서 이제부터라도 종택에 기거하면서 종손의 역할과 본문을 다하고자 노력한다고 했다. 무섬마을이 있는 영주는 예부터 양반고을로 집성촌 형성이 잘 되어 있는 곳이다. 영주지역 음식문화 보고서(2015)에 의하면 무섬마을은 국화잎을 띄운 챗국과 무섬천에서 낚아 올린 은어로 구운 은어구이, 조기머리뼈를 무친 찬이 전해진다고 한다. 종손도 조기머리뼈를 다져 보푸라기처럼 한 후 양념에 무친 조기머리보푸라기 기억하고 계셨다. 그러나 이제는 재료가 풍부해져 사라진 음식이라 했다.

(14) 밀양 박씨 송당 박영 종가의 음식(구미시)

현 종부는 서애 류성룡의 둘째 아들인 수암 류진의 후손으로 일제시대에 위안부로 징용되는 것을 피하고자 박영종가의 18대 종부가 됐다고 한다. 당시 종가의 종택은 선산읍 옥관리에 있었으나 살림이 너무나 궁핍해서 종택을 정리하고 대구로 타향살이를 시작했다. 당시 종가의 살림이 얼마나 어려웠는지 종부는 종가를 찾는 접빈객에게 '가문 삶은 물'이라며 물 한 사발을 대접했다고 한다. 어려운 살림일지라도 손님대접은 소홀이 할 수 없어 맑은 물 한 사발을 정성스럽게 삶아 내고 민망함에 '가문 삶은 물'이라 한 것이다. 한편 종가의 위상이라 할 수 있는 불천위 제사는 아무리 종가의 살림이 어려워도 제물의 준비에는 지극정성을 다 했다고 한다. 제물은 메, 면, 갱(채갱), 3탕(명태, 홍합, 소고기), 적(계적, 어적), 도적(미나리전, 부추전, 물명태갈랍, 고구마전, 감자전), 돔베기, 소고기 산적, 편(시루떡, 절편, 녹두고물떡, 단자), 숙채(도라지, 고사리, 콩나물), 감주, 포(대구포, 문어다리포), 과일(사과, 배, 밤, 대추), 다식 등으로 준비하는데 과거 제사방법과 달리 오늘 날 적(炙)은 날고기 대신 익힌 고기를 사용한다고 했다. 그리고 다식은 송화다식, 콩다식, 흑임자다식 다양하게 진상하였으나 재료를 구할 수 없을 때는 미숫가루로 다식을 만들어 사용하기도 했다고 했다. 그러나 이마저도 차종손이 기독교로 개종함에 따라 제사를 문중에서 주관하고 있다. 불천위는 국가에 공로가 있어 대(代)가 다 해서도 제향을 영구히 하는 조상제사이다. 그러므로 불천위는 종가의 정체성과 위상에 관계하며 규범과 형식이 매우 엄격하다(윤숙경, 1996a). 따라서 종가음식 중 화려함이 가장 돋보이는 음식으로 최근 불천위 제례의 제수에 대한 연구가 전국의 종가를 대상으로 진행되고 있다. 불천위 제례에 사용되는 제수(祭需)중 생(生)고기(생선, 육류)를 제물로 쓰는 안동 지역 불천위는 안동뿐만 아니라 영주, 봉화, 예천, 선산, 영덕 등지에서도 보여 진다. 이러한 행위에 대해 진성이씨 퇴계종손은 노론은 날고기를 사용하고 날고기는 혈식군자(血食君子)를 의

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

미한다고 했다. 그러나 오늘날 안동지역의 일부종가를 제외하고는 대부분 종가에서 음식을 익혀 사용하려는 경향이 높았다(윤숙경, 1996b, 김귀영 등, 2015).

(15) 안동 김씨 양소당 김영수 종가의 음식(안동시)

종부는 양소당의 가풍으로 다른 종가처럼 음식이 화려하지 않다고 했다. 그러나 11대 선조 시단명으로 3대 양자를 들이면서 산후조리에 특히 신경을 썼다고 했다. 즉 11대 조모가 자손이 귀해서 산모에게 돼지족발과 돼지껍질, 당위, 감초, 화초, 생강, 엄나무를 함께 푹 고아 산모에게 탕을 들게 했다고 한다. 이후 5명의 아들을 얻었다고 전한다. 그리고 7대조에서는 5남 2녀를 얻고 이후 자손이 번성했다고 한다. 그래서 현 종부가 종손과 함께 객지에서 출산 시 시조모가 종손을 불러 음식을 적어주면 반드시 빼야할 것과 넣어야 할 것을 주의해서 만들어 먹게 했다고 한다. 비록 차종부에게 해주지는 못했지만 현 종부는 이 음식에 대한 시조모의 마음이 전해져 있다고 했다. 그리고 종부는 시조부의 향온주를 이제는 배울 수 없어 안타까워했다. 원래 시조부는 술을 못 드시는 분이고 가문이 청빈과 절제를 준수하였기에 가문에서 술을 빚는다는 것은 있을 수 없는 이야기이다. 그러나 시조부는 직접 녹두누룩을 만들고 그 누룩으로 술을 빚었다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

3. 경상·강원지역의 가문별 내림음식 발굴 현황

가. 조사대상 음식 선정 기준

본 연구에서 수집해서 선정된 종가 음식의 유형별 분류기준은 농촌진흥청에서 발간한『한국의 전통향토음식』(농촌진흥청, 2008)과 윤서석(1984; 1985; 1991)의 분류를 기준으로 활용했다. 분류기준은 크게 주식류, 부식류, 떡(병이)류, 과정류, 음청류, 주류, 기타 7항목으로 나누었고, 그 중 본 연구에서는 부식류를 중심으로 분석했다. 부식류의 세부항목은 선행연구들을 기준으로 국·찌개·전골·찜, 찜·전골·조림류, 볶음·무침·나물류, 구이·전·적류, 젓갈·장아찌류, 김치·장류, 기타류로 분류했다(강인희, 1987; 이연자, 2002; 윤덕인, 2005; 농촌진흥청, 2008; 정낙원 등, 2008).

나. 내림 음식 발굴 음식

본 연구에서 수집해서 선정된 40 종가의 발굴 음식은 총 353종으로 확인됐다. 종가 음식의 유형별에 따라 주식류 33종, 부식류 195종, 떡 및 과정류는 109종, 음청 및 주류는 16종으로 분류됐다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

<표 4-2> 경상·강원 지역 내림음식 발굴 목록(2014년~2016년)

연번	지역		가문명	주식류	부식류							떡 및 과정류	음청 및 주류	발굴
					국·찌개·전골·찜	찜·전골·조림류	볶음·무침·나물류	구이·전·적류	젓갈·장아찌류	김치·장류	기타류			
1	강원	정선군	덕수 이씨 수고당 이자 종가	칡창면							연근조림			2
				1							1			
2		고성군	경주 김씨 도정공파 가문		술국		고르메자반			서거리깍두기	도루묵식해, 서거리식해			5
					1		1			1	2			
3		고성군	양근 함씨 죽계 함부열 종가											0
4		영월군	김해 김씨 안경공파 가문	찰옥수수범벅, 도토리묵밥					장물짠지		간고등어조림, 메밀묵, 조장	쪽기증떡, 수수경단		8
				2					1		3	2		
5	경북	칠곡군	광주 이씨 귀암 이원정 종가	갱죽, 팥죽, 연잎밥, 무만두	홍합미역국, 메밀묵수란채국		깻잎튀각, 감자튀각, 고추튀각, 나죽나물 튀각, 육포	무누르미		물김치, 집장	족편	증편, 모시송편, 깨구리, 땅콩구리, 유과, 모과정과, 참깨육포다식, 흑임자육포다식, 송화다식	연잎차, 백연근차, 연화주	27
				4	2		5	1		2	1	9	3	
6		상주시	풍양 조씨 입재 조대윤 종가		어탕, 육탕, 계탕, 달걀탕, 홍합탕, 북어찜		고사리나물, 콩나물, 시금치나물	채소전, 산적, 동그랑땡, 홍어전, 돼지고기수육, 지단전		침채	방어, 소간, 천엽	증편, 잡과편, 쑤꾸리, 송기송편, 경단, 부편, 시루떡, 동아정과, 송화다식, 깨다식, 콩다식, 감피다식, 약과, 유과, 매작과	식혜	35
					6		3	6		1	3	15	1	
7		상주시	진주 정씨 우복 정경세 종가		문어탕, 육탕, 계탕, 달걀탕, 홍합탕, 북어탕, 어탕, 오징어탕		미나리나물, 가지나물, 고사리나물, 도라지나물	계적, 육적, 어적		침채		조약, 쑤꾸리, 송편, 증편, 잡과편, 연근정과, 당근정과, 도라지정과		24
					8		4	3		1		8		
8		상주시	홍양 이씨 월간 이전 종가	면국수	육탕, 어탕, 닭똥집탕		콩나물, 무나물, 고사리나물, 도라지나물, 배추나물, 시금치나물	두부전, 미나리전, 파전, 배추전, 부추전		침채	쇠고기육회	깨구리, 잡과편, 송기단자, 조약, 부편, 경단, 송편, 쑤꾸리, 찰떡, 시루떡		27
				1	3		6	5		1	1	10		
9		상주시	홍양 이씨 창석 이준 종가	칼국수, 팥죽	새탕							깨구리, 잔편, 송기떡, 부편, 주악, 약밥	수정과, 식혜	11
				2	1							6	2	
10		상주시	광주 노씨 소재 노수신	호박들깨죽	쇠고기탕, 생선탕, 두부탕, 무탕,		고사리나물, 도라지나물,	산적, 명태전, 고구마, 우엉전,		백김치	쇠고기육회	송편, 조악, 전, 흑임자경단, 깨경단,		30

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

<표 4-2> 경상·강원 지역 내림음식 발굴 목록(2014년~2016년)

연번	지역		가문명	주식류	부식류							떡 및 과정류	음청 및 주류	발굴
					국·찌개·전골·찜	찜·전골·조림류	볶음·무침·나물류	구이·전·적류	젓갈·장아찌류	김치·장류	기타류			
			종가		다시마탕		시금치나물, 콩나물	미나리전, 부추전, 배추전, 무전, 두부전				부편, 증편, 시루떡, 곶감호두말이		
				1	5		4	9		1	1	9		
11		성주군	성산 이씨 응와 이원조 종가	녹두죽, 팥죽, 칼국수			깻잎부각, 김부각		깻잎장아찌	집장		모시떡, 송편, 조악, 경단, 잡과편, 송화다식, 콩다식, 깨다식		15
				3			2		1	1		8		
12		성주군	성산 배씨 서암 배덕문 종가		잉어곰탕			꿩적, 박지짐		김장김치, 빽빽장				5
					2			2		1				
13		성주군	성산 여씨 원정 여희림 종가	누름죽								송기떡		2
				1								1		
14		성주군	성주 도씨 운제 도균 종가					부적		장자지				2
								1		1				
15		성주군	의성 김씨 사우당 김관석 종가	흰죽	붕어탕	피라미조림			무장아찌		가물치즙	엿, 한과		7
				1	1	1			1		1	2		
16		봉화군	의성 김씨 개암 김우굉 종가	팥죽	미역국	토끼조림, 꿩조림	북어보푸라기	돔배기				경단, 부편, 잡과편, 조악, 깨구리, 쑥떡, 도라지정과	식혜, 감주	15
				1	1	2	1	1				7	2	
17		봉화군	진주 강씨 성건재 강찬 종가										가양주	1
													1	
18		청도군	김해 김씨 탁영 김일손 종가	누른국수, 칼국수, 밀국수, 팥죽, 떡국, 콩나물국밥, 무국밥	추어탕		시래기콩나물횟집 나물	명태포전, 부추전, 배추전				유과, 약과, 강정		15
				7	1		1	3				3		
19		군위군	부림 홍씨 계래 홍우태 종가	잣죽, 녹두죽, 국수	육개장, 가자미미역국			소고기단자전, 미나리전, 집산적, 돔배기	더덕장아찌, 무장아찌, 고추장아찌	물김치, 백김치, 파김치, 총각김치	소머리편육	녹두찰떡, 송화다식, 흑임자다식, 콩다식, 튀밥다식		22
				3	2			4	3	4	1	5		
20		문경시	개성 고씨 태촌 고상안 종가	땅콩죽							육회	대추다식		3
				1							1	1		
21		문경시	장수 황씨 사정공 황정 종가		두부찌개		쇠비름무침	소허파전, 완자전, 동태전, 배추전, 누르미				박고지정과, 대추호두말이	호산춘	10
					1		1	5				2	1	
22		문경시	개성 고씨 월봉 고인계 종가	누룽지미음	명태국									2
				1	1									

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

<표 4-2> 경상·강원 지역 내림음식 발굴 목록(2014년~2016년)

연번	지역		가문명	주식류	부식류							떡 및 과정류	음청 및 주류	발굴
					국·찌개·전골·찜	찜·전골·조림류	볶음·무침·나물류	구이·전·적류	젓갈·장아찌류	김치·장류	기타류			
23		문경시	부림 홍씨 허백정 홍귀달 종가	칼국수	콩비지탕, 개장국	토끼조림, 꿩조림	다래순나물, 고추부각		고추장아찌, 매실장아찌, 마늘장아찌, 토마토장아찌, 깻잎장아찌, 콩잎장아찌	간장, 된장, 고추장	염소고기수육	녹두인절미, 콩다식, 깨다식, 쌀튀밥다식	식혜, 수정과, 막걸리	24
				1	2	2	2		6	3	1	4	3	
24		영덕군	무안 박씨 청신재 박의장 종가		광어미역국, 호박국	꺽도구찜	미역나물					시루떡, 깨구리, 모시떡, 경단, 감단자, 곶감다식, 대추묻힘	안동식혜, 백일주	14
					3	1	1					7	2	
25		영덕군	영양 남씨 난고 남경훈 종가	도라지백숙	김국, 고등어국, 물곰국, 꽁치국, 소고기미역국		우무가사리무침	배추전			가자미식해			9
				1	5		1	1			1			
26		영덕군	재령 이씨 갈암 이현일 종가								육말			1
											1			
27		울진군	평해 황씨 해월 황여일 종가	잣죽, 게살국수	게살시래기, 게살버섯국, 참가자미미역국, 광어미역국, 게살미역국			게살완자전				도토리다식, 송화다식, 차좁쌀다식, 찹쌀가루다식, 조청		13
				2	5			1				5		
28		영주시	반남 박씨 소고 박승임 종가		냉이국(따르미국), 늙은호박국									2
					2									
29		영주시	예안 김씨 무송헌 김담 종가				육말, 조기머리보푸라기							2
							2							
30		구미시	밀양 박씨 송당 박영 종가									미숫가루다식		1
												1		
31		구미시	인동 장씨 여헌 장현광 종가											0
32		안동시	안동 장씨 경당 장흥효 종가		상추콩가루국	소고기사태장조림, 멸치조림	우엉채볶음	고등어구이			상어껍질편육			6
					1	2	1	1			1			
33		안동시	진성 이씨 부정공 이운후 종가		콩가루시래기국			생태난						2
					1			1						
34		안동시	안동 김씨 장령공 김영수 종가		돈족돼지껍질탕									1
					1									

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

<표 4-2> 경상·강원 지역 내림음식 발굴 목록(2014년~2016년)

연번	지역		가문명	주식류	부식류							떡 및 과정류	음청 및 주류	발굴
					국·찌개·전골·찜	찜·전골·조림류	볶음·무침·나물류	구이·전·적류	젓갈·장아찌류	김치·장류	기타류			
35		안동시	한산 이씨 대산 이상정 종가		백비탕			돔배기				안동송편, 살구편	살구차	5
					1			1				2	1	
36		안동시	진성 이씨 온계 이해 종가					가지전, 깻잎전, 무전						3
								3						
37	경남	창원시	상산 김씨 동산 김명윤 종가											0
38		고성군	밀양 박씨 완천당 박덕손 종가											0
39		진주시	진양 하씨 판윤공 하유 종가											0
40		함양군	하양 허씨 경암 허조 종가									반달떡, 사과유과		2
												2		
전체				33	56	8	35	48	12	17	19	109	16	353

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

4. 경상·강원지역의 가문별 내림음식 조리법 과학화

가. 조사대상 음식의 조리법 과학화

본 연구에서 선정된 종가 음식은 종손, 종부를 대상으로 직접대면에 의한 인터뷰법을 사용했다. 질문에 대한 답은 자유 형식으로 진행되었고 인터뷰 전 과정을 녹취해서 자료분석 했다. 그리고 인터뷰내용을 분석하는 중 부족한 내용은 전화나 재방문을 통해 확인해서 자료를 보완했다. 조사에서 기록화한 종가음식재료나 만드는 법은 종손내외의 기억의 절차와 한계 등을 감안해서 문헌조사를 병행해서 정리했다. 종가의 내림음식을 조리과학화 하기 위해 종부들이 실제로 재현하는 양을 측량하고 이를 기록해서 수치화 하고 조리과정을 자세히 적어 조리법을 작성했다. 24가문 42종 내림음식에서 가문 적합성을 고려해서 20가문 34종 음식을 표로 구성했다.

<표 4-3> 경상·강원 지역 가문의 내림음식 조리법 과학화 목록

순	지역		가문명	음식명	수	구분
1	강원	영월군	김해 김씨 안경공파 가문	조장, 장물짠지	2	종가
2		정선군	덕수 이씨 수고당 이자 종가	칡창면	1	종가
3	경북	영덕군	무안 박씨 청신재 박의장 종가	곶감다식, 감단자	2	종가
4		영덕군	영양 남씨 난고 남경훈 종가	고등어국, 꽁치국, 우뭇가사리냉국, 김국	4	종가
5		울진군	평해 황씨 해월 황여일 종가	도토리다식, 게장시래기찌개	2	종가
6		영주시	반남 박씨 소고 박승임 종가	찐쌀콩국	1	종가
7		영주시	예안 김씨 무송헌 김담 종가	조기머리보푸라기, 육말	2	종가
8		칠곡군	광주 이씨 귀암 이원정 종가	수란묵챗국	1	종가
9		상주시	풍양 조씨 입재 조대윤 종가	감피다식	1	종가
10		상주시	흥양 이씨 월간 이전 종가	닭똥집탕	1	종가
11		문경시	부림 홍씨 허백정 홍귀달 종가	튀밥다식	1	종가
12		청도군	김해 김씨 탁영 김일손 종가	시래기콩나물횟집나물	1	종가
13		문경시	개성 고씨 월봉 고인계 종가	호박잎콩가루국	1	종가
14		문경시	장수 황씨 사정공 황정 종가	소허파전	1	종가

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

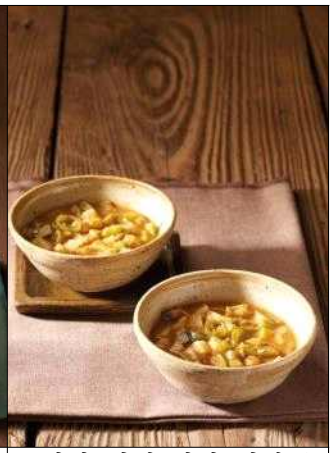
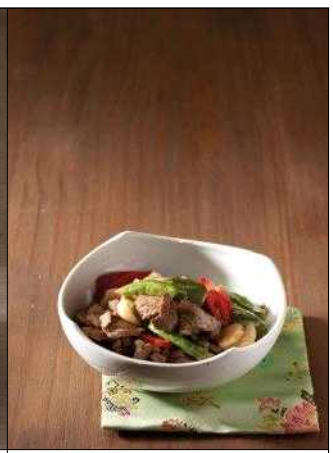
<표 4-3> 경상·강원 지역 가문의 내림음식 조리법 과학화 목록

순	지역		가문명	음식명	수	구분
15		성주군	의성 김씨 사우당 김관석 종가	피라미조림(피리조림), 붕어탕	2	종가
16		성주군	성산 배씨 서암 배덕문 종가	빡빡장	1	종가
17		성주군	성주 도씨 운제 도균 종가	장자지, 부적	2	종가
18		안동시	한산 이씨 대산 이상정 종가	안동송편, 상어구이(돔배기구이), 백비탕	3	종가
19		안동시	안동 장씨 경당 장흥효 종가	소고기사태장조림, 상어껍질편육, 우엉채볶음, 상추콩가루국	4	종가
20		안동시	진성 이씨 온계 이해 종가	가지전, 무홍합전	2	종가
전체					**34**	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

나. 경상·강원지역의 가문의 주요 내림음식

			
<한산 이씨 대산 이상정 종가 - 백비탕>	<진성 이씨 온계 이해 종가 - 무홍합전>	<영암 남씨 난고 남경훈 종가 - 고등어국>	<성주 도씨 운재 도균 종가 - 장자지>
			
<덕수 이씨 수고당 이자 가문 - 칡창면>	<무안 박씨 청신재 박의장 종가 - 감단자>	<개성 고씨 월봉 고인계 종가 - 호박잎콩가루국>	<성산 배씨 서암 배상룡 종가 - 빽빽장>
			
<진성 이씨 온계 이해 종가 - 가지전>	<평해 황씨 해월 황여일 종가 - 게장시래기>	<광주 이씨 귀암 이원정 종가 - 수란묵챗국>	<안동 장씨 경당 장흥효 종가 - 소고기사태장조림>

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(1) 한산 이씨 대산 이상정 종가 - 백비탕

돔배기를 사용한 탕으로 접빈객 음식이다. 안동 지역에서는 제례음식으로 반드시 상어 돔배기를 사용했다. 백비탕은 이 때 손질하고 남은 껍질을 맹물에 오래 끓이고 소금, 파, 마늘만 사용한 맑은 국이다. 제례음식을 손질하고 남은 재료를 지혜롭게 활용한 음식으로 가치가 있다.

<table>
<tr><td>재료</td><td>  </td><td>상어 껍질 200g, 파 1대, 다진 마늘 1큰 술, 소금 약간</td></tr>
<tr><td rowspan="4">만드는
방법</td><td> 
  </td><td>상어 껍질은 끓는 물에 살짝 데쳐 표면의 검고 꺼칠꺼칠한 부분을 칼로 긁어낸다.</td></tr>
<tr><td>  </td><td>손질한 상어 껍질을 3×2cm 크기로 나박나박 썬다.</td></tr>
<tr><td>  </td><td>냄비에 물을 붓고 상어 껍질을 썰어 넣어 끓인다.
상어 껍질이 무르면 파와 다진 마늘을 넣고 소금으로 간을 한 후 한소끔 더 끓인다.</td></tr>
</table>

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(2) 진성 이씨 온계 이해 종가 - 무홍합전

안동 지역은 무전과 배추전이 유명하다. 제철 채소를 이용해서 정성들여 전을 부쳐 제례음식과 접빈음식에 사용했다. 무홍합전은 제례음식의 어탕으로 쓰인 홍합을 다져 품격 있게 부쳐서 맛과 멋을 더했다. 모양은 둥글게 또는 네모지게도 해서 정성과 아름다움을 더했다고 한다. 이 음식은 가을, 겨울철 맛있는 무를 이용한 제철 음식으로 종택에 숙박한 손님들께 내놓는 아침상차림의 찬으로 인기가 좋다고 한다.

재료		무 1/2개, 밀가루 1/2컵, 물 2컵, 건홍합 50g, 식용유 적당량
만드는 방법		무를 0.5cm 두께로 둥글게 썬다.
		냄비에 물을 끓여 건홍합을 삶고 꺼내 잘게 다진다.
		홍합 삶은 물에 무를 넣고 삶는다. 무를 삶은 물을 식힌 후 밀가루를 풀어 반죽을 만든다.
		삶은 무를 밀가루 반죽을 묻혀 식용유 두른 팬에 지진다. 무를 지지는 동안 다진 홍합을 가운데에 올려 꽃 모양을 만들고 양면을 고루 지진다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(3) 영암 남씨 난고 남경훈 종가 - 고등어국

남경훈 종가 고등어국은 동해안 영덕해안 일대에 많이 잡히는 고등어 중 크기가 작아서 상품성이 없는 것은 가을철의 배춧잎을 많이 넣어 추어탕처럼 푹 끓여 먹었다고 했다.

재료		고등어 1마리, 배추 잎 50g, 마늘 2쪽, 생강 1쪽, 밀가루 1큰 술, 파 1/2뿌리, 한식간장 1큰 술, 소금 약간
만드는 방법		고등어를 푹 삶아 살만 발라낸다.
		배춧잎을 넣고 파, 마늘, 생강 넣고 끓인다.
		한식간장과 소금으로 간한다.
		마지막에 밀가루를 조금 넣는다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(4) 성주 도씨 운재 도균 종가 - 장자지

시조부께서 생선을 좋아해서 1년 내내 생선 음식을 상에 차렸다. 생 명태국을 끓이고 남은 명태 머리를 다져서 나박김치를 담가 상차림에 올렸다고 한다.

재료		생 명태머리 1kg, 무 1kg, 고춧가루 1컵, 소금 1/2컵, 다진 마늘 3큰 술, 다진 생강 1큰 술, 쪽파 30g.
만드는 방법		생 명태머리는 다져서 준비한다.
		무는 0.5cm 두께로 나박썰기해서 소금에 절인다.
		고춧가루, 다진 마늘, 다진 생강, 쪽파를 섞어 양념을 만든다.
		절인 무를 씻어 물기를 빼고 대접에 담아 다진 명태머리와 양념을 섞는다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(5) 덕수 이씨 수고당 이자 종가 - 칡창면

『조선요리법』에 따르면 창국은 맛이 차갑고 시원해서 여름철 입맛이 없을 때 먹는 음식으로 김창국, 오이창국, 파창국 등이 있다. 현대에는 창국을 냉국이라고 부른다. 칡가루나 녹말을 섞어 반죽해 서 뽑은 면을 오미자 우린 물에 함께 낸 것을 '칡창면' 또는 '갈분면' 등으로 기록되어 있다. 문헌에서는 구멍 뚫은 표주박을 이용해서 면을 뽑는데, 덕수 이씨 수고당 이자 가문에서는 칡녹말을 넓고 편편한 그릇에 놓고 중탕 후 채를 썰어 면을 만드는 것이 특징이다.

<table>
<tr><td>재료</td><td>  </td><td>칡녹말 1/4컵, 물 1/2컵, 오미자 국물 3컵, 설탕 6큰술, 잣 약간</td></tr>
<tr><td rowspan="4">만드는 방법</td><td>  </td><td>오미자국물을 준비해둔다</td></tr>
<tr><td>  </td><td>칡 녹말을 물에 풀어 20분 정도 두었다가 저어 면 보자기에 넣어 주무르면서 거른다.</td></tr>
<tr><td>  </td><td>넓은 그릇에 물을 끓인다.
밑이 편편한 양재기에 풀어놓은 녹말 물을 바닥에 깔릴 정도로 붓고 끓는 물에 중탕한다.
거의 익으면 그릇째 끓는 물속에 넣어 완전히 익힌 다음, 꺼내어 찬물에 식혀 야들야들 얇은 면을 가만히 건져내어 놓는다(면을 만들 때에는 한 장씩 할 때마다 풀어놓은 녹말 물을 충분히 저어가며 해야 한다.)</td></tr>
<tr><td>  </td><td>면이 식으면 채 썰어 화채 그릇에 담고, 오미자 국물을 먹기 직전에 붓고 잣을 띄워 낸다.</td></tr>
</table>

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(6) 무안 박씨 청신재 박의장 종가 - 감단자

영덕지역 종가가 있는 마을에 유독 감나무가 많다. 가을철 종가 마당에 아름답게 달린 감을 따 단자를 만들어 제례음식으로 사용하였으며, 지금도 내림음식으로 사용하고 있다고 한다.

재료		감 2개, 찹쌀가루 1컵, 물 1컵
만드는 방법		감을 깎아서 솥에 푹 끓인다.
		찹쌀가루를 넣고 저어가면서 푹 삶는다.
		큰 용기에 담아서 고물을 묻혀 먹기 좋은 크기로 만든다.
		감단자

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(7) 개성 고씨 월봉 고인계 종가 - 호박잎콩가루국

여름철에 흔하게 구할 수 있는 여린 호박잎에 생콩가루를 묻혀 장국에 끓인 국이다. 가문의 어른상에 영양도 풍부하고 제철음식으로 입맛을 돋우는 음식으로 여름철에 자주 올렸다고 한다.

재료		호박잎 200g, 생콩가루 200g, 한식간장 1큰술, 다진 마늘 1큰 술, 홍고추 2개
만드는 방법		날 호박잎을 주물러서 풋물을 빼고 생콩가루를 고루 묻힌다.
		홍고추는 잘게 썰어 놓는다.
		끓는 물에 한식간장으로 간을 하고 생콩가루 묻힌 호박잎을 넣고 끓이면서 다진 마늘과 잘게 썬 홍고추를 넣어 끓여낸다.
		호박잎콩가루국

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(8) 성산 배씨 서암 배상룡 종가 - 빽빽장

각종 제철 채소를 큼직하게 다져 끓인 국물이 자작한 된장찌개로 돌아가신 시어른께서 즐겨 드셔 상차림에 항상 준비한 음식이다.

재료		감자 50g, 호박 50g, 풋고추 2개, 무 50g, 다시마 10g, 표고버섯 1개, 된장 2큰 술, 고춧가루 1작은 술, 다진 대파 1큰 술, 다진 마늘 1/2큰 술, 참기름 1작은 술
만드는 방법		감자, 호박, 풋고추를 작게 다진다. 냄비에 물을 붓고 무, 다시마, 표고버섯을 넣어, 육수를 끓인다.
		모든 양념을 섞고 감자, 호박, 풋고추를 넣는다.
		끓는 육수에 3을 넣어 한소끔 끓인다. 부족한 간은 된장으로 맞춘다.
		빽빽장

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(9) 진성 이씨 온계 이해 종가 - 가지전

가지전은 종택에 숙박한 손님들에게 여름철 아침상에 올리는 평범한 음식이지만, 정성과 지혜를 다해서 만든 음식으로 상에 예쁜 꽃이 피었다고 칭찬 듣는 인기있는 음식이다.

재료		가지 2개, 청고추 1개, 홍고추 1개, 한식간장 2큰 술, 통깨 1작은 술, 참기름 1작은 술, 식용유 적당량
만드는 방법		가지를 어슷썰기 한다.
		식용유를 두른 팬에 살짝 굽는다.
		청고추와 홍고추는 잘게 다진다. 한식간장에 청홍고추 다진 것과 통깨, 참기름을 섞어 양념장을 만든다.
		구운 접시에 예쁘게 돌려 담고 가지 위에 양념장을 올린다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(10) 평해 황씨 해월 황여일 종가 - 게장시래기

해안 울진 지역에서는 귀한 대게를 불천위제례 제수음식으로 올린다. 이 때 손질하고 남은 게장을 무청 시래기에 넣어 다른 양념은 거의 하지않고 푹 끓여 어른 밥상에 올렸다고 한다. 게장의 감칠맛이 푹 밴 무른 시래기의 맛이 일품이며 특히 겨울철에 영양이 풍부한 음식이다.

<table>
<tr><td>재료</td><td>  </td><td>게 1마리, 무청 50g</td></tr>
<tr><td rowspan="4">만드는
방법</td><td>  </td><td rowspan="3">게를 손질해서 게장을 준비한다.</td></tr>
<tr><td>  </td></tr>
<tr><td>  </td></tr>
<tr><td>  </td><td>무청 시래기를 푹 삶아서 껍질을 벗기고 손질해서 준비한다.
무청 시래기에 게장을 넣고 물을 자박하게 넣어 시래기가 푹 무르도록 끓인다.</td></tr>
</table>

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(11) 광주 이씨 귀암 이원정 종가 - 수란묫챗국

이 종가에서는 한식 제사에 메밀묵채를 올리고, 불천위제례에서는 두부전 대신 메밀묵을 올리기도 한다. 귀암 종가에서는 항상 묵을 준비해두었다가 갑자기 찾아오신 손님들께 식사대용으로 묵을 채썰어 육수를 부어 양념장과 같이 내놓는 묵챗국을 대접했으며, 귀한 손님께는 수란을 묵 위에 올려 수란묵챗국을 대접했다.

<table>
<tr><td>재료</td><td>  </td><td>메밀묵 100g, 달걀 1개, 멸치 5마리, 김가루 약간, 다시마 1장, 한식간장 1큰술, 다진 대파 1작은 술, 다진 마늘 1/2 작은 술, 깨소금 약간</td></tr>
<tr><td rowspan="4">만드는 방법</td><td>  </td><td>메밀묵은 채 썰어 준비한다.</td></tr>
<tr><td>  </td><td>멸치, 다시마를 넣고 육수를 준비한다.</td></tr>
<tr><td>  </td><td>달걀은 끓는 물에 수란을 올리고 김가루로 장식한다.</td></tr>
<tr><td>  </td><td>육수를 붓고 양념장을 곁들인다.</td></tr>
</table>

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(12) 안동 장씨 경당 장흥효 종가 - 소고기사태장조림

소고기사태장조림은 귀한 손님에게 올리는 접빈음식으로 장물이 넉넉하고 사태의 오돌오돌 씹히는 맛이 우둔장조림보다 맛이있다.

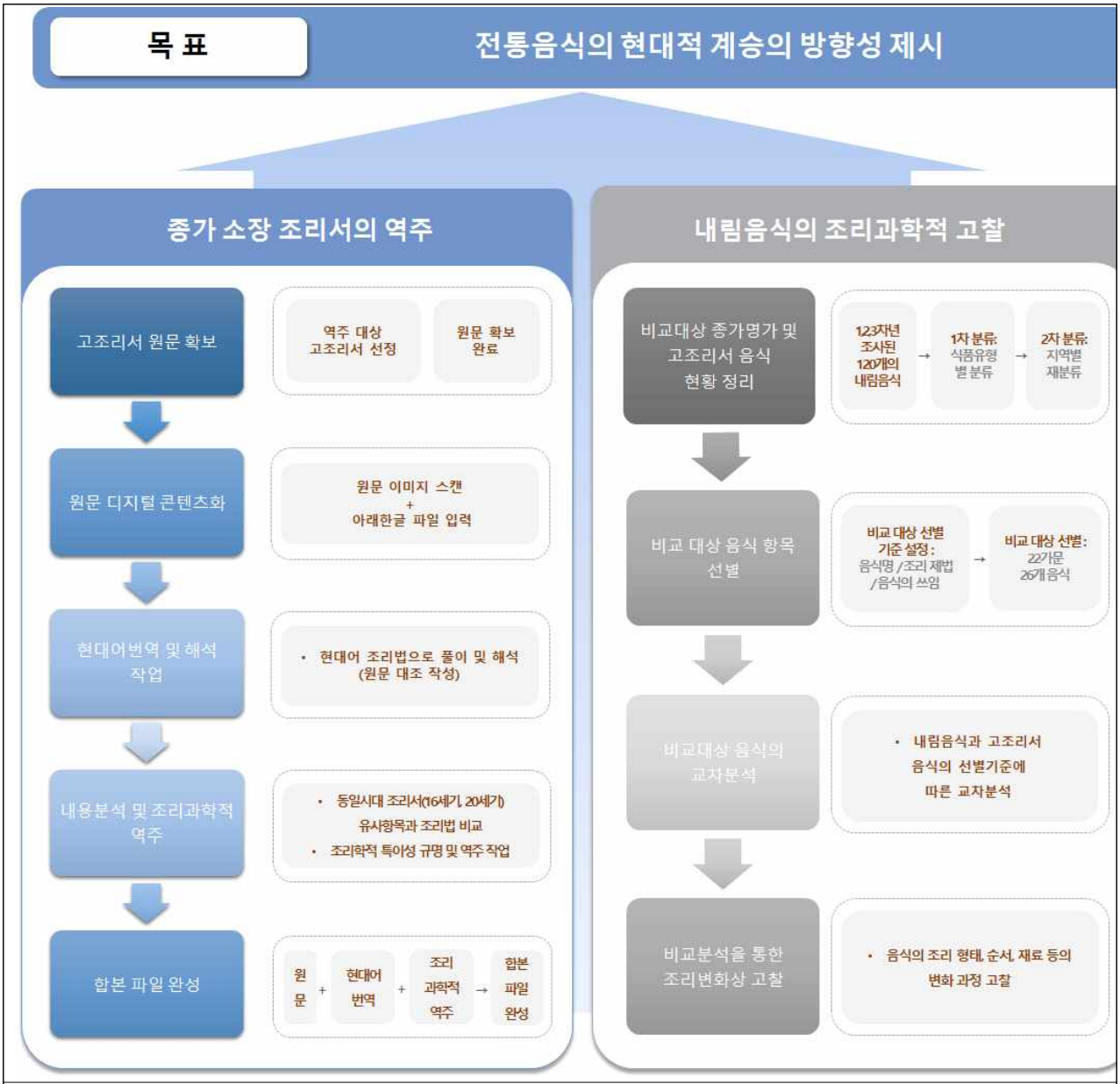
재료		소고기사태 300g, 꽈리고추 3개, 홍고추 1개, 마늘 3개, 한식간장 2큰술
만드는 방법		납작납작 썰어 찬물에 담가 여러 차례 물을 갈아 주면서 핏물을 충분히 뺀다.
		냄비가 잠길 정도의 물을 끓이면서 소고기를 넣고 중불에 끓이면서 떠오르는 거품을 걷어낸다.
		소고기가 어느 정도 연해지면 설탕을 약간 넣고, 한식간장을 넣어 간을 심심하게 맞추어 한소끔 더 끓이고 국물의 맛이 어우러지면 불을 끈다.
		장고에 보관하면서 상에 낼 때 편으로 썬 마늘과 꽈리고추, 홍고추를 썰어 넣어 다시 한소끔 끓여 국물과 같이 낸다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

제5절 종가 소장 조리서의 역주 및 조리과학적 해석

1. 연구 추진 체계



<연구 추진 체계>

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

2. 연구개발 수행 내용

가. 종가 소장 고 조리서 역주

(1) 고 조리서의 원문 확보 및 원문 디지털 콘텐츠화

(가) 고 조리서 원문 확보

『최씨 음식법』은 신창 맹씨 가문의 한글 간찰 『자손보전』(가로 29cm×세로 36.3cm, 숙명여대 박물관 소장) 편에 노비 명단, 편지, 잡기, 행장 등과 함께 수록되어 있다. 『자손보전』의 1~10면에 걸쳐 20품목의 음식이 실려 있으며, 한글 표기법 및 조리 방법 등으로 살펴보건대 최초 한글 조리서라 일컫는 『음식디미방』과 유사한 연대인 1600년대 초중반으로 추측된다. 또한 현존하는 조리서 중 『산가요록』(1449년), 『수운잡방』(1540년경)에만 소개된 '할미꽃을 이용한 김치 담금법'이 소개되어 있으며, 다른 조리서에는 기록되어 있지 않은 독특한 제법이 수록된 것으로 보아 기록자인 해주 최씨 부인 스스로 경험을 기록해서 조리법 기술방식에서 독자성이 강하게 드러나 문화사적으로 가치가 크다.

『동춘당 음식법』는 은진 송씨(恩津 宋氏) 동춘당 송준길(同春堂 宋浚吉) 가문에서 『주식시의』, 『우음제방』에 이어 3번째로 발굴된 조리서다. 2012년 농진청의 종가 음식 발굴 과정에서 새롭게 발견되었으며, 그 내용이 아직 학계에 자세히 보고된 바 없었으나 이번 연구를 통해 전문(全文)이 공개됐다. 서양조리법에서만 이용되던 소다, 설탕이 간장·장아찌 등과 같은 각종 음식 제조 시 사용된 흔적으로 보아 19~20세기 우리나라 근대음식문화를 살펴볼 수 있는 귀중한 자료이다.

(나) 고 조리서 2종의 원문 디지털화

데이터로서 가치와 후속연구를 위해 확보된 52품목의 음식 자료의 원문을 스캔해서 이미지 파일을 생성했다. 이 원문 이미지와 함께 원문을 쉽게 알아 볼 수 있도록, 원문의 표기법인 옛한글 그대로 아래한글 프로그램에 입력했다.

(1) 현대어 해석 작업 및 현대어 풀이 입력

원문을 토대로 현대어로 번역하였으며, 해석이 어려운 부분은 동시대 조리서 비교 및 종손 인터뷰 등을 통해 조리서 분석을 위한 해제 작업 시행했다. 해제 작업 후 현대 한글 표준어 표기법으로 전환 후 원문과 함께 병행해서 입력했다. 이해하기 어려운 부분을 주석을 붙여 그 풀이를 더불어 입력한 것과 더불어 조리법을 한 눈에 알아보기 쉽도록 그 순서를 요약해서 입력했다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

<표 5-1>『최씨 음식법』및『동춘당 음식법』수록 음식명 및 수량

조리서명	원문 음식명	음식 수
『최씨 음식법』	조쳥, 흑탕, 흰설교, 증편, 절편, 셕이편, 교의 상화, 잉도편, 즙디히, 팀치, 파딤치, 외딤치, 가지 딤치, 토란 딤치, 게젓, 붕어띰, 양찌는 방문, 연계띰, 가쟝법, 계란 국슈	20종
『동춘당 음식법』	진장하는 법, 임시 진장하는 법, 과하쥬 제조, 약과하ᄂᆞᆫ 법, 숑로쥬, 기랑쥬법, 쇼쥬조미법, 조미초법, 삼해쥬 방문, 과하쥬 방문, 쳥국장 방문, 보리탁쥬 방문, 살구편, 쇼쥬슐빗ᄂᆞᆫ법, 임시 제조 진쟝법, 임시 과자 졔조법, 풋고초장앗지ᄒᆞᄂᆞᆫ법, 진장 하난 법, 제목 없음, 싱강장, 들씨입 장앗지 ᄒᆞᄂᆞᆫ 법, 콩조리ᄒᆞᄂᆞᆫ 법, 육장 하난 법, 외션 하난 법, 경단 하난 법, 외장 앗지 하난 법, 개장을 개닙 식읍게 하난 법, 밥 하난 법, 보리밥 하난 법, 쇠머리 삼난 법, 졔육 삼난 법, 마날 장낫지 하난 법	32종
합계		**52종**

(1) 내용분석 및 조리과학적 역주

신창 맹씨 가문의 조리서인『최씨 음식법』(1600년대)과 은진 송씨 가문의 조리서인『동춘당 음식법』(1900년대)의 한글 표기법 및 사용된 식재료를 통해 집필연대를 추정해 보았을 때, 각각 17세기, 20세기에 쓰인 것으로 추정되며 이들 책인 쓰인 시기와 동일한 시대의 조리서들에서 유사 음식 항목을 선별해서 조리법을 비교했다.

<표 5-2> 참고문헌 목록

연번	도서명	출판연대	출처
1	거가필용 사류전집	1200년대	세계김치연구소, 2015 ※중국 원대 조리서
2	산가요록	1449년	한국식품연구원 소장본
3	수운잡방	1540년경	(사)한국전통음식연구소, 도서출판 질시루, 2006
4	음식디미방	1670년경	경북대학교 소장본
5	요록	1680년경	고려대학교 소장본
6	주방문	1600년대	서울대학교 소장본
7	술 만드는 법	1700년대	이성우, 『한국식경대전』, 1981
8	증보산림경제	1766년	김영욱, 『고농서국역총서6-증보산림경제Ⅲ(增補山林經濟)』, 농촌진흥청, 2004
9	시의전서	1800년대말	신광출판사, 2004
10	규합총서	1815년	장서각 소장본

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

나. 발굴된 가문의 음식 목록 분류 및 조리변화상 고찰

(1) 종가명가 내림음식의 유형 분류

'내림음식 선정 평가 기준'에 따라 총 3년 동안 총 67개 종가·명가 현지조사를 통해 발굴한 120개의 음식항목을 농식품종합정보시스템(http://koreanfood.rda.go.kr)을 참고해서 식품유형을 나눈 뒤 조사된 음식의 유형을 전국적, 지역별로 재분류했다.

<내림음식 선정 평가 기준>

① 종부를 통해 2세대 이상 전승된 음식
② 한국의 식재료를 중심으로 한 음식
- 해외 식재료(100년 미만), 조리법을 활용한 퓨전음식 등은 제외
③ 가문의 이야기가 담긴 음식
④ 지역 특산품을 이용해서 조리한 음식
⑤ 일반적이지만 해당 가문에서 특별한 명칭(사투리)으로 부르는 음식
⑥ 고(古) 조리서에 기록된 음식과 비교 가능한 음식(조리법)

(1) 종가·명가음식과 고 조리서의 비교 분석

종가·명가음식 중 음식명, 조리제법, 음식 쓰임의 계통상 변화과정을 추적할 필요한 음식 26종 선정해서 고 조리서에 수록된 음식과 비교 분석했다<표 5-4>. 종가·명가음식은 종부의 솜씨가 가문 대대로 계승되어 온 전통성과 더불어 지역의 자연환경에 기인해서 발생된 향토성이 결합되어 독특한 식문화 자원으로 여겨진다. 그러므로 조사된 종가·명가음식의 효과적인 검증을 위해서는 그 음식의 발생 배경에 주목할 필요가 있다. 따라서 선정된 음식을 토대로 조선시대 조리서에서 이들 음식의 출현 여부를 살펴보고, 유형별 조리법의 계통상 변화과정을 추적해서 비교 분석하는 것이 필요하다. 이를 위해 종가·명가음식과 고 조리서 음식 간 비교 가능하도록 조사된 음식의 선별 기준<표 5-3>을 설정하고 그에 따라 비교했다.

<표 5-3> 비교 대상 음식의 선별 기준

연번	선별 기준	내용
1	음식명	▪ 조사된 음식과 음식명이 동일하거나 유사해서 비교 분석의 가치가 있는 경우
2	조리 제법	▪ 조사된 음식과 음식명, 조리과정이 동일하거나 유사해설 비교 분석의 가치가 있는 경우 ▪ 음식명은 차이가 있으나, 조리과정이 동일·유사해서 비교 분석의 가치가 있는 경우

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

		▪ 음식명과 식재료는 차이가 있으나, 조리과정이 동일·유사해서 비교 분석의 가치가 있는 경우
3	음식의 쓰임	▪ 음식명, 조리제법, 식재료가 유사성을 띄며 상차림 시 음식의 쓰임이 동일・유사해서 비교 분석의 가치가 있는 경우

<표 5-4> 종가·명가 내림음식과 고 조리서 비교 대상 음식 항목

지역	가문	선정 음식명	문헌명	음식명	합계
전라·제주	행주 기씨 노사 기정진 종가 (전남 장성군)	닭떡국	시의전서(1800년대 말)	湯餠 썩국 [탕병 떡국]	총 12항목 (10가문)
			조선요리제법(1934년판)	떡국	
			우리나라 음식 만드는 법(1954년경)	생떡국 (사철)	
	선산 유씨 미암 유희춘 종가 (전남 담양군)	홍어찜	산림경제(1700년대)	洪魚[홍어]	
			농정회요(1830년경)	洪魚[홍어]	
	장흥 고씨 제봉 고경명 종가 (광주광역시)	찹쌀녹두닭죽	산림경제(1700년대)	鷄粥[계죽]	
			농정회요(1830년경)	鷄粥[계죽]	
			조선무쌍신식요리제법(1936년)	닭죽(鷄粥)	
			임원십육지(1835년경)	綠豆粥方[녹두죽방]	
			조선요리제법(1934년판)	녹두죽	
	밀양 박씨 청재 박심문 종가 (전남 나주시)	곰국	산림경제(1700년대)	煮驢馬腸[자려마장]	
			조선요리제법(1921년판)	곰국(잡탕)(사철음식)	
			우리음식(1948년)	곰국(肉湯)	
	서도 장씨 진안공파 종가 (전북 김제시)	대추주악	윤씨음식법(1854년)	대초조악	
			시의전서(1800년대 말)	딕쵸쥬악	
			음식방문(1880년경)	약조악	
			조선요리법(1943년)	대추주악	
	언양 김씨 장무공 김준 종가 (전북 정읍시)	콩나물잡채	농정회요(1830년경)	黃豆芽	
			시의전서(1800년대 말)	콩나물	
			조선요리제법(1934년판)	콩 나물(사철)	
			조선무쌍신식요리제법(1936년)	콩나물(菽芽茶)	
		호박즙나물	시의전서(1800년대 말)	호박나물	
			주식시의(1800년대 말)	호박나물 슐안쥬	
			규합총서(1815년경)	월과치	
			이조궁정요리통고(1957년)	오가리나물	
	풍천 노씨 노진 종가 (전북 남원시)	돼지불고기	식료찬요(1460년)	野猪肉[야저육]	
			조선무쌍신식요리제법(1936년)	제육복금	
			우리나라음식만드는법(1954년)	제육볶음 (사철)	
		북어전	조선무쌍신식요리제법(1936년)	북어전유어(北魚煎油魚)	
			조선요리제법(1934년판)	븍어 전유어	
			우리나라 음식 만드는 법(1954년경)	북어전 사철)	
	연안 김씨 직강공파 가문(명가) (전남 영광군)	오이초선	시의전서(1800년대 말)	외션	
			조선요리법(1943년)	오이선	
			우리음식(1948년)	오이선	
			이조궁정요리통고(1957년)	오이선	
	장흥 고씨	죽순나물	규합총서(1815년경)	듁슌치	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

	학봉 고인후 종가 (전남 담양군)		시의전서(1800년대말)	죽슌나물	
			박해통고(18세기 이후)	竹笋菜法[죽순채법]	
	제주 고씨 고회종가 (전북 부안)	머위대 장아찌	조선무쌍신식요리제법(1936년)	머위장앗지	
			조선요리제법(1934년판)	머우장앗지	
			우리나라 음식 만드는 법(1954년경)	머우장아찌 (봄철)	
서울·경기·충청	해주 오씨 퇴전당 오정방 종가 (경기 안성시)	갈비찜	시의전서(1800년대 말)	가리찜	**총 10항목 (8가문)**
			조선무쌍신식요리제법(1936년)	가리찜[갈비찜 脅蒸]	
			이조궁정요리통고(1957년)	가리찜	
		장김치	규합총서(1815년)	쟝김치	
			술빚는법(1800년대)	장김치 ᄯᅩ 한 법	
			시의전서(1800년대 말)	醬沈菜 장김치법	
			주식시의(1800년대 말)	장김치	
			조선요리제법(1921년판)	쟝김치	
	고령 신씨 보한재 신숙주 종가 (경기 평택시)	녹두나물	농정회요(1830년경)	菉豆芽[녹두아]	
			조선요리제법(1921년)	슉쥬나물	
			조선요리법(1943년)	숙주초나물	
	장수 황씨 방촌 황희 종가 (경기 파주시)	미쌈	산림경제(1700년대)	海參煎法[해삼전법]	
			시의전서(1800년대 말)	海蔘 믜쏨[해삼쌈]	
			조선요리법(1943년)	미쌈	
	광산 김씨 사계 김장생 종가 (충남 논산시)	홍합쌈 / 두부쌈	음식디미방(1670년경)	히숨 달호ᄂᆞᆫ 법 [해삼 다루는 법]	
			농정회요(1830년경)	蒸法[해삼전]	
			조선무쌍신식요리제법(1936년)	못소[海蔘餡]	
	의령 남씨 성은 남이흥 종가 (충남 당진시)	염교강회 (돼지파강회)	시의전서(1800년대 말)	셰파강회	
			규곤요람(1896년)	강회	
			우리음식(1948년)	파강회	
	안동 김씨 청음공파 가문 (서울특별시)	준치완자탕	산림경제(1700년대)	去骨法[거골법]	
			농정회요(1830년경)	去骨法[거골법]	
			부인필지(1908년)	쥰치뼈업시ᄒᆞᄂᆞᆫ법	
			조선무쌍신식요리제법(1936년)	준치국	
	한산 이씨 아계 이산해 종가 (충남 예산시)	맑은참조기탕	산림경제(1700년대)	石首魚[석수어]	
			부인필지(1908년)	조긔싱션	
			조선요리제법(1921년판)	죠긔국(三四月)음식)	
			우리음식(1948년)	조기국(石首漁湯)	
		배약산적구이	임원십육지(1835년경)	箄炙方[산적방]	
			주찬(1800년대초)	常散炙[상산적]	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

			시의전서(1800년대 말)	약산적	
			조선무쌍신식요리제법(1936년)	산적(算炙 散炙)	
	안동 권씨 양평권감 종가 (경기도 시흥시)	연근조림	해동농서(1700년대 말)	熟灌藕[숙관우]	
			농정회요(1830년경)	蓮藕煎法[연우전법]	
강원·경상	진성 이씨 온계 이해 종가 (경북 영주시)	가지전	우리음식(1948년)	가지전	**총 4항목 (4가문)**
			이조궁정요리통고(1957년)	가지전	
	안동 장씨 경당 장흥효 종가 (경북 안동시)	소고기사태 장조림	시의전서 (1800년대 말)	중조림법[장조림법]	
			규합총서(1815년경)	진쥬좌반[진주장조림]	
			조선요리제법(1934년)	장조림	
			이조궁정요리통고(1957년)	장똑똑이	
	한산 이씨 대산 이상정 종가 (경북 안동시)	안동송편	요록(1680년경)	松餠[송편]	
			윤씨음식법(1854년)	숑편[송편]	
			부인필지(19~20세기 초)	송편	
			우리음식(1948년)	송편[松片]	
	덕수 이씨 수고당 이자 가문 (강원 울진군)	칡창면	박해통고(1700년대 이후)	葛粉麵法[갈분면법]	
			산림경제(1700년대)	葛粉麵法[갈분면법]	
			농정회요(1830년경)	葛粉麵法[갈분면법]	
총 22가문의 26개 음식 항목					

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

<표 5-5> 참고문헌 목록

연번	도서명	출판연대	출처
1	식료찬요	1460	양양판(襄陽板) 영인본
2	음식디미방	1670	경북대학교 소장본
3	요록	1680	고려대학교 소장본
4	산림경제	1700	국립중앙도서관 소장본
5	박해통고	1700년대 이후	국립중앙도서관 소장본
6	해동농서	1700년대 말	농촌진흥청 편역, 『고농서국역총서14-해동농서Ⅱ』, 2008
7	주찬	1800년대 초	이성우(한양대) 소장본
8	규합총서	1815	장서각 소장본
9	농정회요	1830	농촌진흥청 소장본
10	임원십육지	1835	서울대학교 규장각 소장 필사본
11	윤씨음식법	1854	윤서석 외 3인 편역, 『(할머니가 출가하는 손녀를 위해서 쓴 책) 음식법(饌法)』, 아쉐뜨아인스미디어, 2008
12	음식방문	1880	동국대 소장본
13	규곤요람	1896	연세대학교 소장본
14	술빚는법	1800년대	국립중앙도서관 소장본
15	시의전서	1800년대 말	이효지 편역, 『시의전서』, 신광출판사, 2004
16	주식시의	1800년대 말	대전역사박물관 소장본
17	부인필지	1908	이효지 편역, 『부인필지』, 교문사, 2010
18	조선요리제법(1921년판)	1921	국립중앙도서관 소장본
19	조선요리제법(1934년판)	1934	국립중앙도서관 소장본
20	조선무쌍신식요리제법	1936	디지털한글박물관 소장본
21	조선요리법	1943	디지털한글박물관 소장본
22	우리음식	1948	디지털한글박물관 소장본
23	우리나라 음식 만드는 법	1954	한국식품연구원 소장본
24	이조궁정요리통고	1957	국립중앙도서관 소장본
※ 본 연구에 이용되는 '고 조리서'는 1950년대까지의 문헌을 지칭함			

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

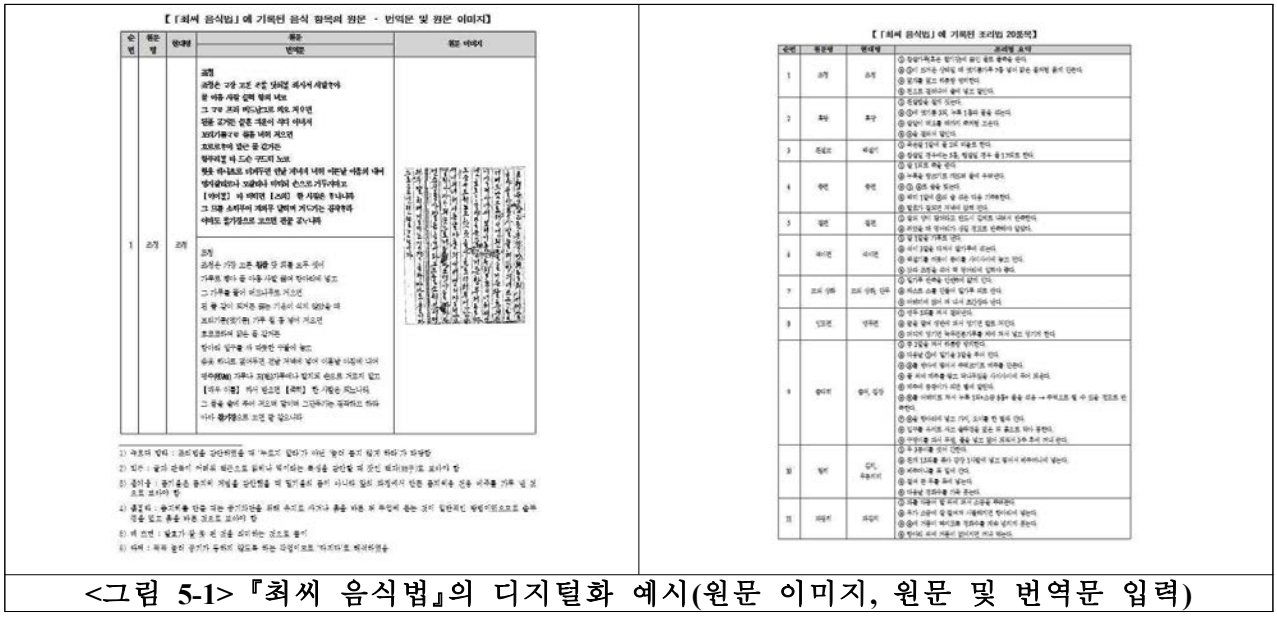
국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

3. 연구개발 수행 결과

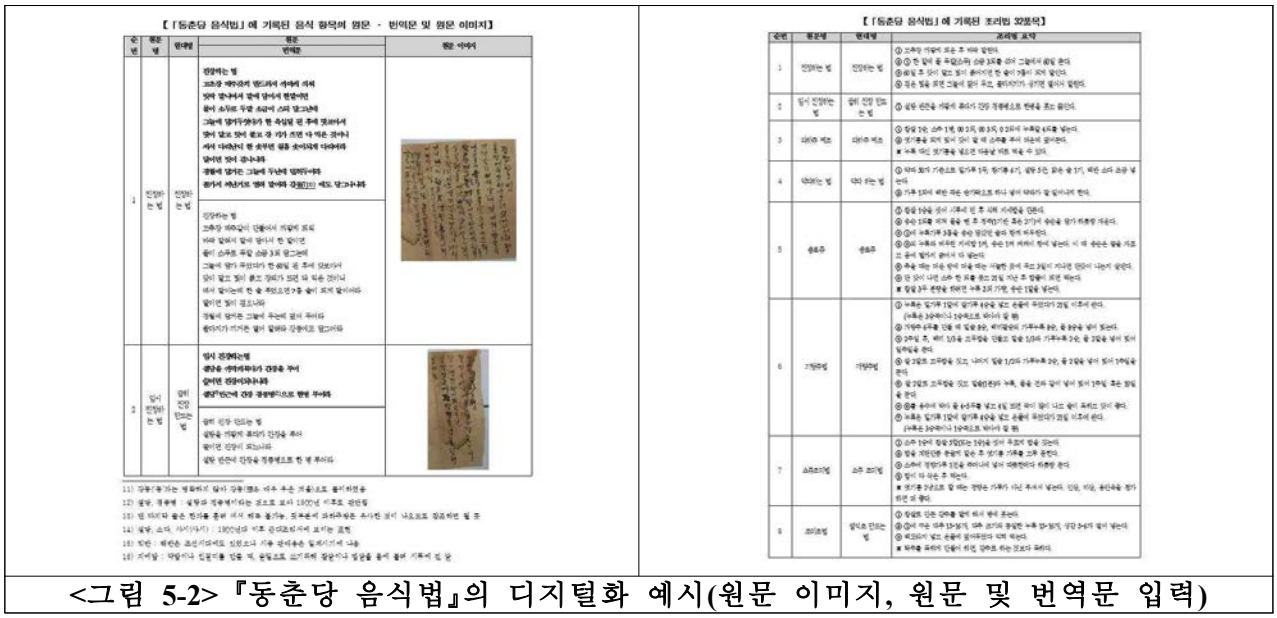
가. 종가 소장 고 조리서 역주

(1) 원문 및 현대어 해석문의 디지털 콘텐츠화

『최씨 음식법』의 20종, 『동춘당 음식법』의 32종 총 52품목의 음식 자료의 원문 이미지, 원문, 현대어 해석문, 조리법 요약문을 아래한글에 입력하였으며 그 내용은 <붙임 1>과 같다.



<그림 5-1> 『최씨 음식법』의 디지털화 예시(원문 이미지, 원문 및 번역문 입력)



<그림 5-2> 『동춘당 음식법』의 디지털화 예시(원문 이미지, 원문 및 번역문 입력)

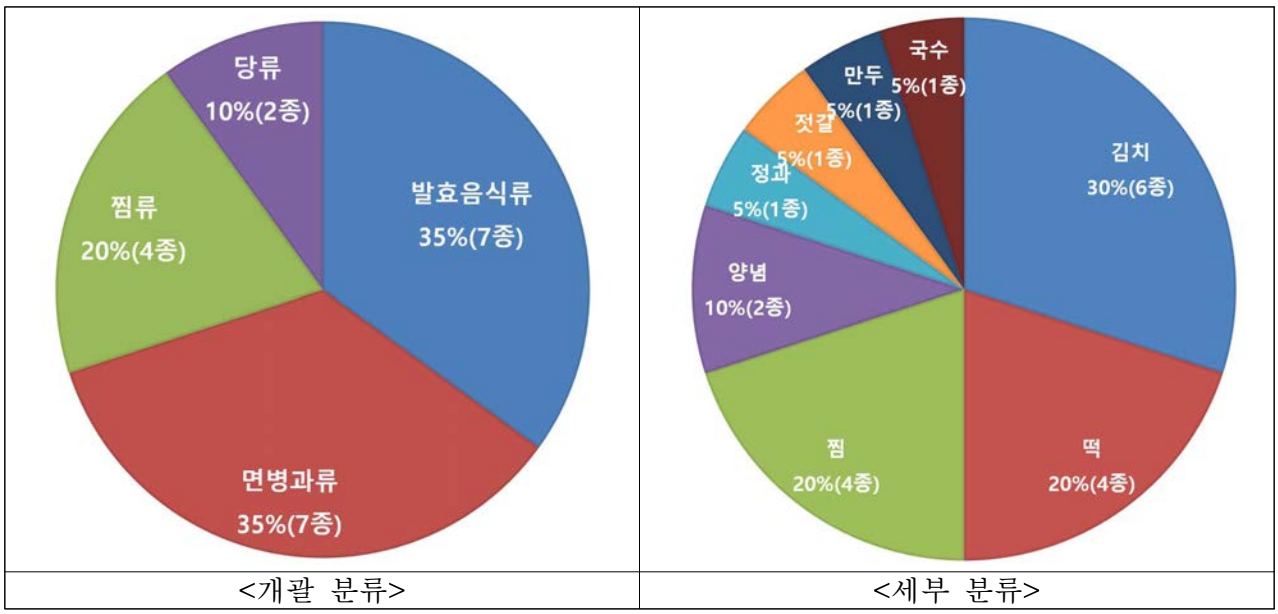
IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(2) 내용분석 및 조리과학적 역주

신창 맹씨 가문의 조리서인『최씨 음식법』(1600년대)과 은진 송씨 가문의 조리서인『동춘당 음식법』(1900년대)의 한글 표기법 및 사용된 식재료를 통해 집필연대를 추정해 보았을 때, 각각 17세기, 20세기에 쓰인 것으로 추정되며 이들 책인 쓰인 시기와 동일한 시대의 조리서들에서 유사 음식 항목을 선별해서 조리법을 비교했다.

신창 맹씨 가문『최씨 음식법』의 경우 총 20종의 음식 조리법이 기록되어 있으며 당류가 2종, 면병과류가 7종(정과 1종, 떡 4종, 만두 1종, 국수 1종), 발효음식류가 7종(김치류 6종, 젓갈류 1종), 찜류 4종으로 구성됐다. 발효음식류와 면병과류가 각각 35%(7종)으로 가장 많은 기록이 있는 것으로 나타났다. 이들을 더 세분해서 분류하면 김치류가 30%(6종)으로 가장 높은 비율을 차지했다<그림 5-3>. 통상적으로 고 조리서의 경우 종가의 의무인 조상들께 제사를 모시고 손님을 대접하는 봉제사접빈객(奉祭祀接賓客)에 따라 주류 제조법에 대한 기록이 다수 있는 것에 비해,『최씨 음식법』의 경우 주류에 대한 기록은 없는 특징을 지니고 있다.



<개괄 분류> <세부 분류>

<그림 5-3>『최씨 음식법』의 조리법 항목 비율

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

음식항목을 다른 문헌과 비교한 결과, 김치/젓갈류, 면병과/조미당류의 음식 항목 비율이 높은 것으로 나타났다<표 5-6>.

<표 5-6>『최씨 음식법』과 다른 조리서 간 동일 음식 비교

종류	음식 항목	『산가요록』	『수운잡방』	『최씨 음식법』	『음식디미방』	『요록』	『주방문』	『술 만드는 법』
		1449년	1540년경	1600년대	1670년경	1680년경	1600년대	1700년대
김치/젓갈류	즙디히	○	○	○	-	○	○	-
	팀치	○	-	○	-	-	-	-
	파딤치	○	-	○	-	-	△	-
	외딤치	○	○	○	-	-	△	-
	가지딤치	○	○	○	-	-	-	-
	토란딤치	○	○	○	-	-	-	-
	게젓	-	-	○	-	-	-	-
면병과/조미당류	조청	-	-	○	○	-	○	-
	흑당	-	-	○	-	○	○	-
	백설기	-	-	○	-	-	-	-
	증편	-	-	○	-	-	-	-
	절편	-	-	○	○	-	○	-
	셕이편	-	-	○	-	-	-	○
	앵두편	-	-	○	○	-	-	○
	교의상화	-	-	○	○	○	-	○
	계란국슈	○	-	○	○		-	-
찜류	붕어찜	-	-	○	○	○	○	○
	양 찌는 방문	○	-	○	○	-	-	○
	연계찜	○	-	○	○	○	○	-
	가쟝법		-	○	○	-	-	-
합계	**20**	**9**	**4**	**20**	**10**	**5**	**6**	**5**

『최씨 음식법』의 몇 가지 조리법은 동 시대의 타 조리서의 제법에서는 찾아볼 수 없는『최씨 음식법』만 독특한 제법을 살펴볼 수 있다. 특히 '붕어찜' 조리법 살펴보면,『음식디미방』,『요록』,『술 만드는 법』에서는 양념한 소를 붕어 뱃속에 채워 중탕하거나 찌는 반면『최씨 음식법』의 경우 날콩가루와 생 미나리를, 이들이 없다면 씻은 김치를 붕어에 덮어 찌는 것을 볼 수 있다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

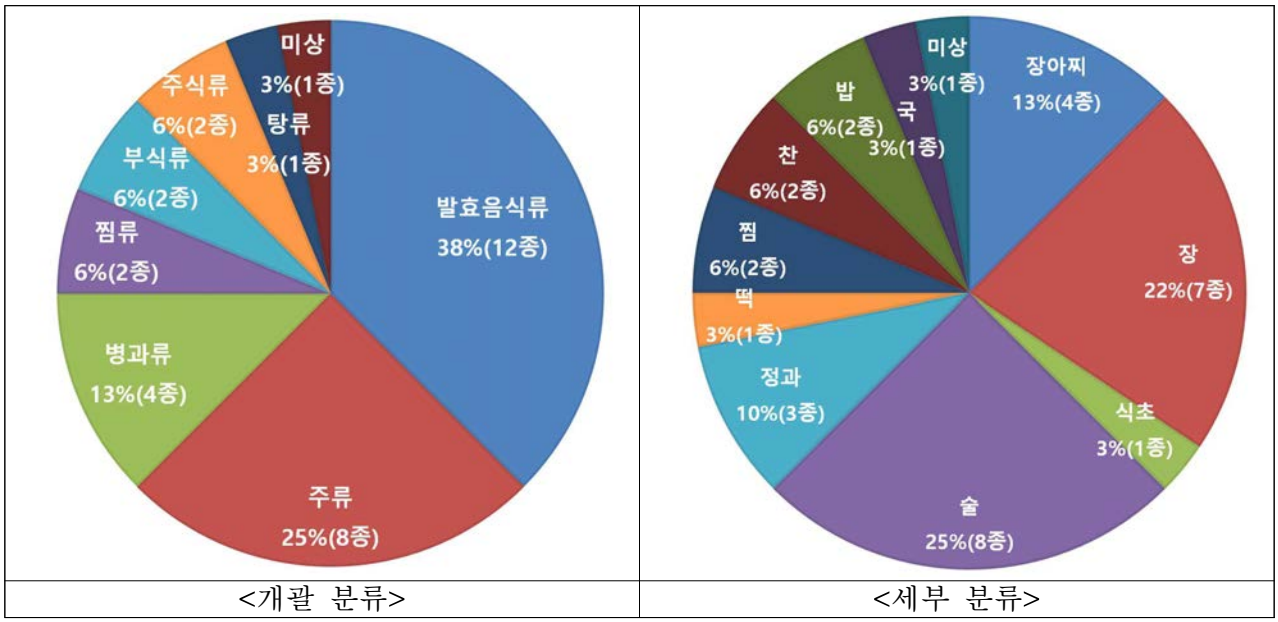
<표 5-7>『최씨 음식법』과 타 조리서의 조리법 비교(붕어찜)

문헌명	『최씨 음식법』	『음식디미방』	『요록』	『술 만드는 법』
연대	1600년대	1670년경	1680년경	1700년대
음식명	<붕어찜>	<붕어찜>	<蒸鯽魚>	<부어찜>
번역문	붕어(鮒漁)를 죄 씻고 밀가루 지령 후추 참기름 각각 혼합해서 덩이를 만들어 붕어 속에 넣어 솥 밑에 놓고 생치(生稚) 다리를 그 위에 덮고 날콩가루와 생 미나리를 두껍게 덮고 지령국 짜지 않게 해서 부어 불 세게 하지 말고 은근한 불로 고되 저녁에 안쳐 이튿날 식후에 내라. 머리와 등마루나 뼈가 녹아 두부 떠먹듯 하느니라. 미나리가 없거든 김치라도 죄 빨아 덮어라.	붕어의 등을 가르고 천초, 생강, 파, 기름에 된장을 걸러, 밀가루에 즙해서 가득 넣고 중탕해서 찌면 아주 맛이 좋다.	붕어 등 째고 뼈를 모두 빼낸다. 여기에 모장과 밀가루, 참기름, 후춧가루, 생강, 파를 섞어 붕어 배 속에 채워 넣고 쪄낸다.	붕어를 깨끗이 씻어 속에 소고기를 다져 양념을 맛있게 하고 소를 넣어 녹말을 묻혀 기름에 지져 파와 미나리를 덮어서 쓴다.
조리순서	① 밀가루, 간장, 후추, 참기름을 섞어 덩어리로 만든다.	① 천초, 생강, 파, 참기름, 된장, 밀가루를 섞는다.	① 모장, 밀가루, 참기름, 후춧가루, 생강, 파를 섞는다.	① 쇠고기, 양념을 섞는다.
	② 붕어뱃속에 넣는다.	② ①을 붕어뱃속에 넣는다.	② ①을 붕어뱃속에 넣는다.	② ①을 붕어뱃속에 넣는다.
	③ 붕어를 솥 밑에 넣고, 그 위에 꿩 다리를 얹는다. ④ 날콩가루, 생 미나리를 두껍게 덮는다. (※미나리 없거든 김치 씻어서 덮는다.)			③ 붕어에 녹말을 무쳐 기름에 지진다.
	⑤ 간장국물 붓고, 뭉근한 불로 저녁에 앉혀 다음날 식후에 낸다.	③ 중탕으로 찐다.	③ 찐다.	④ 파와 미나리를 덮고 찐다.

은진 송씨 가문『동춘당 음식법』의 경우 총 32종의 음식 조리법이 기록되어 있으며 발효음식류가 12종(장 7종, 장아찌 4종, 식초 1종), 주류가 8종, 병과류가 4종(정과 3종, 떡 1종), 찜류가 2종, 부식류가 2종, 주식류가 2종, 탕류 1종으로 구성되었으며, 불분명하게 기재된 조리법(즙장으로 추정)이 1종이 기재되어 있다. 이중 발효음식류가 가장 높은 비율인 38%(12종)을 차지하였으며, 그 다음 순으로는 주류가 25%(8종)으로 증류주, 탁주 등 다양한 주류 기록을 엿볼 수 있었다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다



<개괄 분류> <세부 분류>

<그림 5-4>『동춘당 음식법』의 조리법 항목 비율

『동춘당 음식법』에 수록된 제법 중 일부는 서양 조리법을 차용한 사례를 엿볼 수 있다. 전통 음식 제조 시 백반은 과채류 및 고기류의 육질을 단단하게 하기 위한 용도로 쓰인 반면, 『동춘당 음식법』에서 백반과 소다(탄산수소나트륨, $NaHCO_3$)를 과제 제조 시 반죽을 연하게 만들기 위해 쓰인 것을 살펴 볼 수 있다. 이는 서양에서 제과·제빵 시 과자나 빵을 부풀리기 위해 소다를 이용하는 방법을 전통조리법에 적용한 것으로 보인다.

<표 5-8>『동춘당 음식법』에서 소다·백반이 사용된 사례

문헌 (연도)	음식명	번역문	백반이 사용된 식자재와 그 이유
거가필용사류전집 (중국 元代 [1200년대])	마늘동아절임	마늘동아절임[蒜冬瓜法] 큰 것을 골라서 동지 전후까지 뒀다가 껍질과 속을 제거하고 손가락 두께로 길쭉하게 썬다. 백반·석회를 끓인 물에 푹 담갔다가 건져내서 물기를 말린다. 1근마다 소금 2량과 마늘쪽2냥을 같이 잘게 찧어 골고루 섞고 자기 그릇에 담아 저장하는데, 끓인 좋은 두초(頭醋)를 넣어 담근다.	- 과채류: 육질을 단단히 해서 보존성을 높임 - 고기류: 육질을 단단하게 해줌
	술을 넣은 게장	술을 넣은 게장 [酒蟹] 9월 사이에 살찌고 큰 것을 골라 10근에 볶은 소금 1근 4량, 좋은 명백반[白礬] 가루 1량 5전을 쓴다. 먼저 게를 깨끗하게 씻고 성글게 엮은 대광주리에 담아 한나절에서 하루 정도 게가 마를 때까지 매달아서 바람을 맞힌다. 거르지 않은 좋은 술 5근에 소금·명백반을 섞어서 녹여 게를 술 속에 담갔다가 한참 뒤에 꺼낸다. 게를 하나하나 배딱지를 비틀어 따서 속에 화초 1알을 넣고 자기 병에 꾹꾹 눌러 채워 담아 다시 화초를 그 위에 뿌린다. 종이로 만든 꽃으로	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

		병을 감싸서 팥알만한 크기의 소분(韶粉) 1알을 올리고 약엽(箬葉)으로 싸매서 진흙으로 굳게 봉한다. 꺼낼 때는 등불 빛을 보게 해서는 안 된다. 혹 좋은 술로 흩뜨려 펼친 납조(臘糟)에 소금·명백반을 섞어서도 만든다. 납조는 5근을 쓴다.	
증보 산림 경제 (1766년)	붕어찜	붕어찜[蒸法] 커다란 붕어를 가져다가 비늘을 제거한 다음 등뼈 쪽으로부터 갈라 내장을 꺼낸다. 어만두를 만드는 방법대로 양념해서 뱃속에 채워 넣고 주둥이에 맛있는 식초를 1~2숟가락 떨어 뜨린다. 주둥이 속에는 백반 1조각을 집어 넣는다. 가른 곳에는 녹말을 뿌려 붙이고 실로 묶는다. 솥에 물을 조금 붓고 뭉근한 불로 천천히 쪄서 기름과 간장을 알맞게 넣고 또 밀가루를 조금 푼다. 다 익으면 국물과 함께 접시에 담고 잣과 지단채를 뿌려 올린다.	- 고기류: 육질을 단단하게 해줌
규합 총서 (1815년, 장서각 소장본)	붕어찜	붕어찜[부어찜] 큰 붕어를 통째로 비늘을 제거하고 칼로 등마루를 찢어 속을 빼내고, 어만두처럼〈소를〉 만들어 뱃속에 넣고 좋은 초 2술을 붓는다. 고기 입 가운데 작은 백반 조각을 넣는다. 생선을 베어 구멍 난 곳에 녹말을 묻혀 실로 동여 매고 노구[솥]에 물을 조금 부어 기름장에 뭉근한 불로 끓이되, 밀가루 계란을 푼다. 『산해경』에 이르기를 붕어가 물에 다닐 때, 하나는 앞서고 둘은 뒤 세우니 일명 '비첩'이라 하고, 혹은 '청의어'라 하나, 본초에 이르기를 뭇 생선이 다 화[火]에 속하되, 즉어[붕어]가 토[土]에 속하는 고로 비위를 고르고 장위를 실하게 함에 있다 하니, 여씨춘추에 이르기를 생선 중 아름다운 것은 '통정집부'라 했다.	
동춘당 음식법 (1800년 대末)	급히 과자 만드는 법	급히 과자 만드는 법 [임시과자졔조법] 밀가루를 국수 반죽하듯이 해서 한참 치대어 방망이로 곱게 잘 밀어서 사방 1치 길이로 썰어 참기름이나 들기름에 튀긴다. 설탕이나 꿀에 재워먹으면 바삭바삭하고 맛이 먹을 만하다. 반죽이 너무 질퍽하면 좋지 못하다. 반죽할 때 백반, 설탕, 소다를 조금씩 넣으면 과자가 더 연해서 좋다. 돼지고기, 쇠고기, 꿩, 닭고기를 잘게 다져 부추, 파, 양념, 소금을 조금 넣어 소를 만든다. 밀가루를 송편처럼 빚어 소를 넣어 콩기름에 지져 잘 익힌 후 초장 찍어먹으면 맛이 가장 좋다. 이름해서 곤로 솥에 콩기름을 두르고 지져 거의 다 익을 때 냉수를 조금 두른다. 고기 적을 만드는 데는 곤로를 쓰는 것이 좋다 *임시과자졔조법에 기록 중 후반부는 '만두형태의 전병(煎餠)'으로 보여짐	- 과자류 및 만두류:반죽에 부드러움 부여

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

조선시대 후기까지 설탕은 일부 병과류, 음청류 혹은 약용으로만 사용되었으며, 설탕을 대신해서 단맛을 내기 위해 꿀 등의 대체품을 이용했다. 그러나 『동춘당 음식법』에서는 살구편, 경단, 과자 만드는 법과 같이 병과류 외에도 오이장아찌, 급히 진장 만드는 법 등 발효저장음식류 및 부식류 등 다양한 음식에서 설탕을 이용했다. 특히 외국음식의 조리법에서나 볼 수 있던 카라멜라이징 (Caramelizing) 기법이 『동춘당 음식법』의 급히 진장 만드는 법에 적용된 사례를 살펴볼 수 있다.

<표 5-9> 설탕 대용품 및 설탕이 이용된 사례

음식명	문헌 (연도)	번역문	변화 양상 및 특징
콩자반	시의전서 (1800년대 末)	콩자반[콩ᄌᆞ반] 콩을 푹 삶다가 콩 삶은 물에 진간장, 파, 생강, 기름, 깨소금, 고춧가루, 꿀, 고기 다진 것을 넣고 조린다.	꿀 → 설탕 : 음식에 단맛과 윤기를 부여
	동춘당 음식법 (1800년대 末)	콩 조리는 법[콩조리ᄒᆞᄂᆞᆫ법] 콩을 1승 넣거나 반승을 넣어 먹을 때 양에 맞춰 사용 검은밤콩 1승을 깨끗이 닦아 냄비에 넣고 물을 콩 잠길 만큼 부어 숯불에 올려놓고 물이 바글바글 끓거든 맛있는 간장을 알맞게 붓고 바짝 조린다. 갖은 양념은 다 조린 후에 한다. <참기름, 마늘, 파 조금씩 다져 넣고 쇠고기 볶아 다져서 넣고 설탕 약간 기별만 하고 쇠고기 없으면 멸치를 볶아 가루 내어 넣어라.> 풋콩은 콩을 씻어 냄비에 넣고 물 붓지 말고 양념을 해서 조린다. <양념하는 법은 위와 같다.> 오래 졸이면 메주냄새가 나니 콩 익을 만큼만 조린다.	
간장	증보 산림경제 (1766년)	청장 빨리 만드는 법 [急造淸醬法] 소금 7홉을 볶아 바싹 말리고, 밀가루 8홉도 소금과 골고루 섞어 볶는데 빛깔이 누렇게 되면 따로 묵은 맛 좋은 간장 3홉으로 볶은 소금, 볶은 밀가루와 서로 합치고 물을 6사발 부어 불에 졸인다. 물이 4사발이 될 때까지 졸이면 그 맛이 아주 좋다. 해를 넘겨 맛이 짠 굴젓의 즙이 1되를 불에 달여 반 되가 될 때까지 졸이면 맛 좋은 청장이 되는데 그 맛이 원래의 장맛과 구별하기 어려울 정도로 맛있다.	볶은 밀가루 → 볶은 설탕 : 카라멜라이징 (Caramelizing)의 이용
	동춘당 음식법 (1800년대 末)	급히 진장 만드는 법 [임시제조진장법] 설탕을 까맣게 볶다가 간장을 부어 끓이면 진장이 되느니라 (설탕 반 근에 간장 두 그릇이나 세 그릇이나 적당하게 붓는다. 눌은 설탕으로 하고 너무 타게 볶으면 맛이 좋지 않으니 역시 적당하게 볶아라.)	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

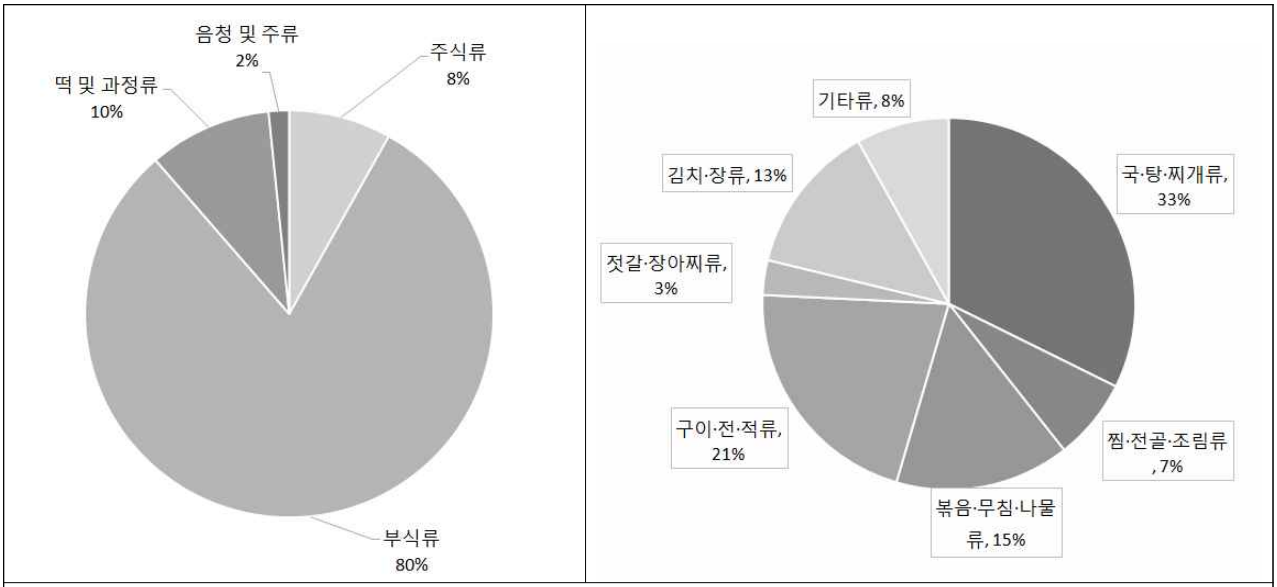
국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

나. 발굴된 가문의 음식 목록 분류 및 조리변화상 고찰

(1) 종가·명가에서 발굴된 음식 목록 현황

‘내림음식의 선정 평가 기준’에 따라 총 67개 종가·명가의 120개의 음식이 발굴되었으며, 본 연구에서는 발굴된 내림음식을 중심으로 내림음식의 유형, 음식의 주요 식재료 비율을 분석했다.

조사된 음식의 80%가 부식류며, 부식류 중에서도 국·탕·찌개류 33%, 구이·전·적류 21%, 볶음·무침·나물류 15%, 김치·장류 13%, 기타류 8%, 찜·전골·조림류 7%, 젓갈·장아찌류 3% 순으로 조사됐다.

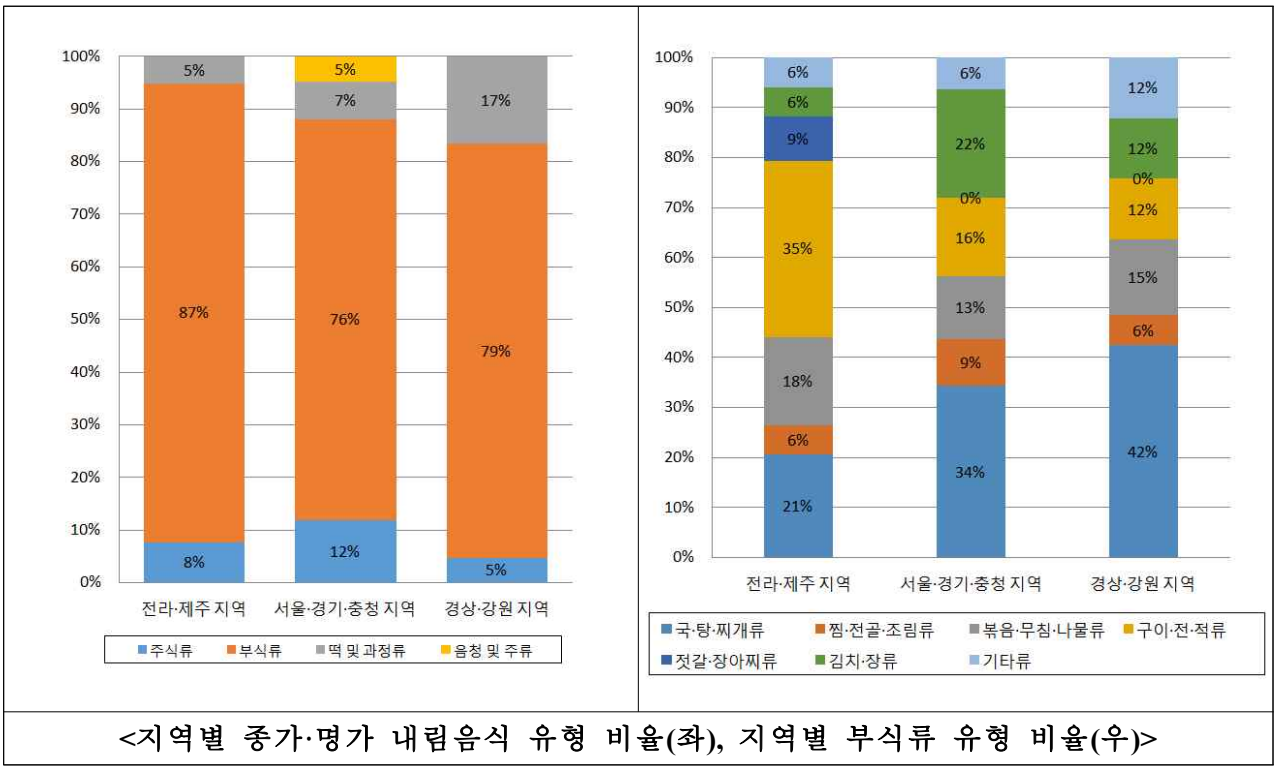


<음식 유형 분류(좌)와 부식류 세부 분류(우)>

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

각 지역별 조사된 내림음식의 유형을 비교하였을 때 부식류의 비율이 전라·제주지역이 87%, 서울·경기·충청 지역이 76%, 강원·경상 지역이 79%로 순으로 조사된 것으로 나타났다. 조사된 부식류의 유형만 따로 비교한 결과, 전라·제주 지역은 구이·전·적류가 35%로 서울·경기·충청 지역(16%)과 강원·경상 지역(12%)보다 상대적으로 많이 조사된 것으로 나타났다.



<지역별 종가·명가 내림음식 유형 비율(좌), 지역별 부식류 유형 비율(우)>

조사된 음식의 38%가 지역에서 채소류를 음식의 주요한 식자재로 이용하고 있었으며, 그 다음으로는 어패류(14%), 육류(13%), 곡류(8%), 두류(6%)·난류(6%), 견과류 및 종실류(5%), 해초류(3%), 감자 및 전분류(2%)·버섯류(2%)·과실류(2%) 순으로 이용된 것으로 나타났다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

(2) 종가·명가음식과 고 조리서의 비교 분석

종가·명가음식 중 음식명, 조리제법, 음식 쓰임의 계통상 변화과정을 추적할 필요한 음식 26종 선정해서 고 조리서에 수록된 음식과 비교 분석했다(<부록 2> 참고). 그 결과 대체적으로 19세기 이후 조리서들과 유사한 양식을 보였다. 또한 조사된 음식과 고 조리서 음식 간 재료 혹은 조리법이 조금씩 차이를 보인 이유는 지역 고유의 음식문화 유입, 종부의 친정가문 조리법과의 결합 등이 원인이 되어 현재의 조리법을 보이는 것으로 사료된다.

<종가·명가 내림음식과 고 조리서 비교> 전라·제주 지역 : 총 12항목(10가문)

○ 닭떡국

<표 6-9> 닭떡국의 재료와 조리법 비교

가문/문헌명	음식분류	음식명	재료			조리법
			주재료	부재료	양념	
행주 기씨 노사 기정진 종가/ 전남 장성	주식류	닭떡국	닭 1마리, 떡국떡 200g	닭 육수 6컵, 대파 1/3대, 마늘 15g	다진 마늘 1/2큰술, 다진 대파 1큰술, 달걀 2개, 소금 1큰술	① 생닭은 뼈와 살을 발라준다. ② 남은 닭 뼈는 마늘을 넣고 삶아 닭 육수를 만든다. ③ 대파는 어슷하게 썬다. ④ 닭살을 곱게 다져 다진 마늘, 다진 대파를 섞어 지름 2cm 크기의 완자를 만든다. ⑤ 준비한 닭 육수가 끓어오르면 닭 완자를 넣어준다. ⑥ 닭 완자가 익어 떠오를 때 떡국떡을 넣고 끓인다. ⑦ 떡이 떠오르기 시작하면 소금 간을 하고 대파와 달걀을 풀어 넣는다.
시의전서 (1800년대 말)		湯餠 혹국 [탕병 떡국]	흰떡	고기장국, 고기볶은즙, 약산적	후춧가루	① 흰떡은 납작하게 썬다. ② 고기장국은 생치국은 맛있게 끓이고, 국물이 끓으면 썰어둔 떡을 데친다. ③ 국물에 고기 볶은 즙과 데쳐놓은 떡을 넣고 약산적을 얹은 후 후춧가루를 뿌린다. ④ 장국을 따뜻하게 끓여서 곁에 두고 계속 부어가며 먹는다.
조선요리제법 (1934년판)		떡국	흰떡 15가래	고기 0.5근	간장 1/2 종자, 깨소금 1숟가락, 달걀 1개, 후추 조금, 파 큰 뿌리, 물 3그릇 가량	① 산적이나 섭산적을 만들어 약 2cm 길이, 1cm 너비로 썬다. ② 닭은 장국을 끓인다. ③ 흰떡을 0.3cm 정도 두께 되도록 어슷하게 썬다. ④ 국물이 끓으면 썰어둔 떡을 넣고 떡이 익을 때까지 끓인다. ⑤ 달걀을 풀어서 넣고 저어 그릇에 담고 산적 썬 것을 위에 고명으로 얹는다.
우리나라 음식 만드는 법 (1954년)		생떡국 (사철)	쌀가루 5홉	청육 1/4근	간장 1종자, 후춧가루 조금, 깨소금 1큰술, 파 2뿌리, 마늘 2쪽, 기름 조금, 물 5홉	① 쌀가루는 익반죽해서 도토리 크기로 둥그랗게 빚어 놓는다. ② 살코기는 채 썰어 양념한 뒤 볶아서 식혀둔다. ③ 채 썰고 남은 고기는 잘게 썰어서 갖은 양념을 한 뒤 국물에 넣어 맑은 장국을 끓인다. ④ 국물이 끓으면 떡을 넣고 떡이 떠오를 때까지 끓인다. ⑤ 그릇에 떡국을 담고 고기 볶은 것을 고명으로 얹는다.

○ 조리면화상 고찰

떡국에 관한 조리서의 내용을 살펴보면, 주로 고기장국(주로 소고기나 꿩고기)에 떡을 넣고 끓여 산적을 얹어 낸다. 1819년 김매순(金邁淳)이 한양(漢陽)의 연중행사를 기록한 『열양세시기(洌陽歲時記)』를 보면 소나 꿩대신 돼지고기, 닭고기도 이용했던 것으로 나타난다. 『시의전서』에는 꿩으로 국물을 내고 고명으로 약산적을 얹었으며, 1950년대 『우리나라 음식 만드는 법』에는 고기채를 볶아 고명을 올렸는데, 행주 기씨 노사 기정진 종가의 떡국은 닭으로 국물을 내고 살코기는 완자로 빚어 고명으로 사용하였다는 점에서 독특한 사례라 할 수 있다. 고명으로 산적이나 완자를 사용하는 방식은 1960년 이전까지 냉면 조리법에서도 볼 수 있던 현상이나 조리법의 간소화를 추구하는 경향과 함께 점차 사라졌을 것으로 추정된다.

<그림 5-5> 종가·명가 내림음식과 고 조리서 비교 예시(닭떡국)

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

<붙임 1>

(제4협동) 『최씨 음식법』, 『동춘당 음식법』 내용

【『최씨 음식법』에 기록된 음식 항목의 원문·번역문 및 원문 이미지】

순번	원문명	현대명	원문 번역문	원문 이미지
1	조쳥	조청	**죠쳥** **죠쳥은 ᄀᆞ장 고ᄅᆞᆫ ᄎᆞᄡᆞᆯ 닷되ᄅᆞᆯ 죄시서 셰말ᄒᆞ야** **물 아홉 사발 ᄭᅳᆯ혀 항의 녀코** **그 ᄀᆞᄅᆞᆯ 프러 버드남그로 외오 저ᄋᆞ면** **된풀 ᄀᆞᆮ거든 ᄭᅳᆯᄒᆞᆫ 긔운이 식디 아녀셔** **보리기름ᄀᆞᄅᆞ 칠홉 녀허 저으면** **호로로ᄒᆞ야 말근 물 같거든** **항부리ᄅᆞᆯ ᄡᅡ 드슨 구드ᄅᆡ 노코** **핫옷 하나호로 더펴두면 안날 져녀긔 녀허 이튼날 아ᄎᆞᆷ의 내여** **명지잘리로나 모잘리나 바ᄐᆡ되 손으로 거두지마고** **【ᄆᆡ이ᄅᆞᆯ】 ᄡᅡ 바ᄐᆡ면 【즈의】 한 사발은 ᄒᆞ나니라** **그 므를 소ᄐᆡ부어 져의무 달히며 거ᄃᆞ기는 짐쟉ᄒᆞ라** **아마도 출기장으로 고으면 젼ᄭᅮᆯ ᄀᆞᆮᄂᆞ니라** 조청 조청은 가장 고른 **찹쌀** 닷 되를 모두 씻어 가루로 빻아 물 아홉 사발 끓여 항아리에 넣고 그 가루를 풀어 버드나무로 저으면 된 풀 같이 되거든 끓는 기운이 식지 않았을 때 보리기름(엿기름) 가루 칠 홉 넣어 저으면 흐르르하여 맑은 물 같거든 항아리 입구를 싸 따듯한 구들에 놓고 솜옷 하나로 덮어두면 전날 저녁에 넣어 이튿날 아침에 내어 명주(明紬) 자루나 모(毛)자루에나 밭치되 손으로 거르지 말고 【매우 이를】 짜서 받으면 【족히】 한 사발은 되느니라. 그 물을 솥에 부어 저으며 달이며 그만두기는 짐작하고 하라 아마 **찰기장**으로 고면 꿀 같으니라	

2) 누르디 말라 : 조리법을 감안하였을 때 '누르지 말라'가 아닌 '눌러 붙지 않게 하라'가 타당함

3) 빅ᄌᆞ : 글자 판독이 어려워 백근으로 읽히나 떡이라는 특성을 감안할 때 잣인 백자(柏子)로 보아야 함

4) 즙기울 : 즙기울은 즙지히 제법을 감안했을 때 밀기울의 즙이 아니라 앞의 과정에서 만든 즙지히용 전용 메주를 가루 낸 것으로 보아야 함

5) 흙불라 : 즙지히를 만들 때는 공기차단을 위해 유지로 싸거나 흙을 바른 뒤 두엄에 묻는 것이 일반적인 방법이었으므로 솥뚜껑을 덮고 흙을 바른 것으로 보아야 함

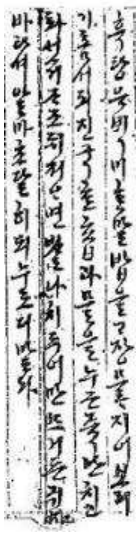
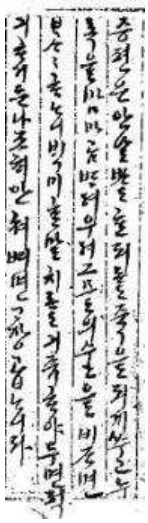
6) 데 쁘면 : 발효가 잘 못 된 것을 의미하는 것으로 풀이

7) 다져 : 꼭꼭 눌러 공기가 통하지 않도록 하는 작업이므로 '다지다'로 해석하였음

8) 다지고 : 꼭꼭 눌러 공기가 통하지 않도록 하는 작업이므로 '다지다'로 해석하였음

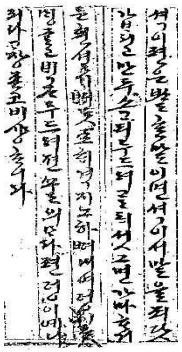
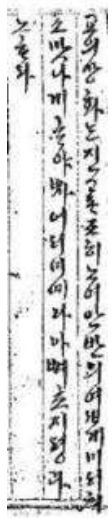
IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	원문명	현대명	원문 번역문	원문 이미지
2	흑탕	흑당	**흑탕** **흑탕은 빅미 ᄒᆞᆫ말 밥을 ᄀᆞ장 무ᄅᆞ지어** **보리기름 서되 진국 ᄒᆞᆫ홉과 물을** **누근 죽만치 고와 섯거 ᄌᆞ조 뒤저으면** **ᄲᆞᆯ나치 두어만 ᄯᅳ거든 쥐 ᄲᅡ 바타셔 알마초 달히되 누르디 말라[2]** 흑당(엿) 흑당(엿)은 백미 한 말을 아주 질게 밥을 지어 보리기름 서 되 누룩(陳麴) 한 홉과 물을 눅은 죽만큼 고아 섞어 뒤섞어 쌀알이 두어개 뜨거든 모두 짜 걸러서 알맞게 달이되 눌지 않게 하라	
3	흰설교	백설기	**흰셜교** **흰셜교는 무른 ᄲᆞᆯ이어든** **ᄒᆞᆫᄃᆞᆯ릐 물 두되 됴히 되고** **ᄎᆞᄲᆞᆯ 닷홉 들고** **신도미ᄂᆞᆫ 물 되 칠홉으로 두라** **온갓 편 ᄲᆞᆯ이라 골치나게 슬허야 곱ᄂᆞ니라** 흰설기(백설기) 흰설기는 묵은 쌀이거든 한 말에 물 두 되 족히 들고 찹쌀이면 닷 홉 들고 햅쌀일 경우는 물 한 되 칠 홉으로 하라 모든 떡(편) 쌀은 아주 세게 찧어야 고우니라	
4	증편	증편	**증편** **증편은 안날 ᄲᆞᆯ ᄒᆞᆫ되ᄅᆞᆱ 죽을 되게 쑤고** **누룩을 밤마곰 ᄲᅳ려 우려** **그 믈의 술을 비ᄌᆞ면 ᄇᆞᄉᆞᄉᆞ ᄒᆞᄂᆞ니** **빅미 ᄒᆞᆫ말치ᄅᆞᆯ 긔쥬ᄒᆞ야 두면** **펵 긔ᄒᆞ거든 나조히 안쳐 ᄢᅴ면 ᄀᆞ장 곱ᄂᆞ니라** 증편 증편은 전날 쌀 한 되를 죽을 수고 누룩을 밤 크기만큼 깨서 우리고 그 물에 술을 빚으면 바스스하나니 백미 한 말을 기주(起酒)하여(발효시켜) 두면 괴거든 저녁에 안쳐 찌면 아주 고우니라	

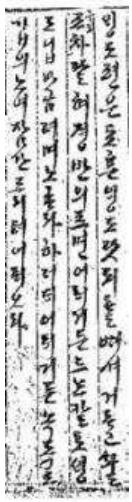
IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	원문명	현대명	원문 번역문	원문 이미지
5	절편	절편	**졀편** **졀편은 암만이라도 브듸 깁체로 뇌고** **반죽을 쥐면 뎡이질만ᄒᆞ여야 알맛ᄂᆞ니** **쉬나리ᄲᆞᆯ이나 밀다리ᄲᆞᆯ이야 졀편의 가ᄒᆞ니라** 절편 절편은 암만해도 꼭 깁체로 쳐서 내리고 반죽을 쥐면 덩이가 질만하여야 알맞다 희나리쌀(덜 익은채로 마른 쌀)이나 밀다리쌀(늦벼를 찧은 쌀)이 어야 절편에 좋으니라	
6	셕이편	석이편	**셕이편** **셕이편은 ᄲᆞᆯ 흔말이면 셕이 서말을 죄 닷갑되고** **만두소ᄀᆞ티 두드려 ᄀᆞᆯ되 섯그면 【가마ᄒᆞ가든】** **흰셜기 ᄯᅴ듯 조히 격지노하 ᄠᅥ내여 뎡이 ᄆᆡᆼ글고** **빅ᄌᆞ[3] 두드려 젼ᄭᅮᆯ의 ᄆᆞ라 편 뎡이예 【니피라】** **ᄀᆞ장 조코 비샹ᄒᆞ니라** 석이편 석이편은 쌀 한 말이면 석이(石耳) 서 말을 모두 닦아서 만두소 같이 다져서 가루에 섞으면 【검어지는데】 흰설기 찌듯 종이를 격지로 놓아 쪄내어 덩이를 만들고 잣(柏子)을 두드려 꿀에 말아 떡(편) 덩이에 【입히라】 가장 좋고 특별하니라	
7	교의상화	교의상화, 만두	**교의상화** **교의상화ᄂᆞᆫ 진ᄀᆞᄅᆞ 죠히 노여** **안반의 엷게 미러 치소 맛나게 ᄒᆞ야** **싸 어러미예 다마 ᄠᅥ 초지령과 노호라** 교의상화 교의상화는 밀가루를 깨끗이 놓아 안반에 엷게 밀어 두고 채소를 맛있게 하여 싸서 어레미에 담아 쪄서 초간장과 놓아라	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	원문명	현대명	원문 번역문	원문 이미지
8	잉도편	앵두편	**잉도편** **잉도편은 됴흔 잉도 닷되를 뼈셔 거르고** **쑬도 두되조차 달혀 [정반]의 프면 어릐거든** **드는 칼로 잉도닙마곰 져며 노ᄒᆞ라** **하 더듸 어릐거든 녹도ᄀᆞ로 깁의 노예 잡간 【드디려】 어릐으라** 기게 하라	
			앵두편 앵두편은 좋은 앵두 닷 되를 쪄서 거르고 꿀 2되를 달여 [쟁반]에 펴서 엉기거든 잘 드는 칼로 앵두잎만큼 저며 놓아라 많이 더디게 엉기거든 녹두가루를 깁체에 쳐서 조금 【넣어】 엉기게 하라	

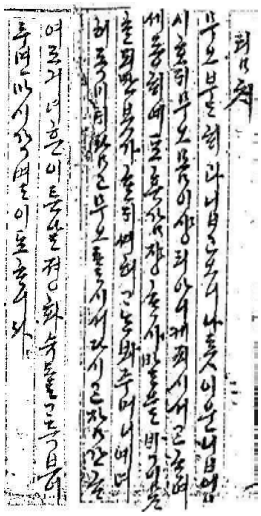
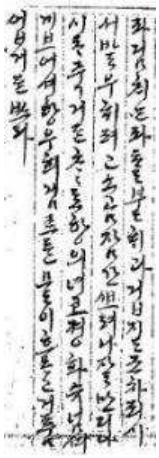
IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	원문명	현대명	원문 번역문	원문 이미지
9	즙디히	즙저, 집장	**즙디히** **팔월 초싱의 콩 두말 슬킌 고오다가** **밤자여 이튼날 밀기울 서말 브어 다시 흔듸 닉게 뼈** **방하의 놀온이 찌허 더온 김의** **아히 주먹마곰 주여 플 뷰여 싸코** **며조랑 닥닙흐로 격지두어 두닐웨 띄오면** **몌조 소기 발가ᄒᆞ고 노른김의 쎗ᄂᆞ니** **깨이저 벼틱 ᄆᆞᆯ로여 어러메로 처** **즙기울[4] ᄒᆞᆫ말의 누록 ᄒᆞᆫ되식 섯거** **소곰 팔홉식 물 프러 주먹지게 반죽ᄒᆞ여** **가지 외를 ᄒᆞᆫ불식 ᄭᅵ라 항부리 식지로 ᄡᅡ미고** **솓두에 다다 【흙불라[5]】 두험기피 파** **풀만히 부여 싸코 띄워 세닐웨 후에 내라** **데 ᄠᅳ면[6] ᄉᆡ고 [불사]ᄒᆞ니 자조 보고 잘 띄오라** 즙저, 집장 팔월 초순에 콩 두 말을 실컷 고아 밤을 보내고 이튿날 밀기울 세말을 부어 다시 한데 익게 쪄 방아에 같이 찌어 더운 김이 날 때 아이 주먹만큼 쥐어 풀을 베어 쌓고 메주랑 닥나무 잎으로 격지 두어 이 주를 띄우면 메주 속이 발갛고 노란 곰팡이가 피었거든 이것을 깨어 볕에 말려 어레미로 쳐서 즙기울 한 말에 누룩 한 되씩 섞어 소금 팔 홉씩 물에 풀어 주먹지게 반죽하여 가지 오이를 한 벌씩 깔아 항아리 입구를 유지로 싸매고 솥뚜껑을 닫아 흙발라 두엄을 깊이 파 풀 많이 베어 쌓고 삼칠일 후에 내어 쓰되 잘못 뜨면 쉬어서 사용할 수 없으니 자주 보고 잘 띄워라	

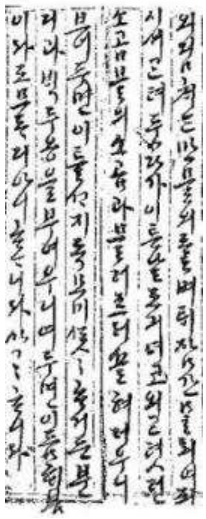
IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	원문명	현대명	원문 번역문	원문 이미지
10	팀치	김치, 무동치미	**팀치** **무오 불희과 닙 고오니 【나풋이운닙】 업시ᄒᆞ딕** **무오 몸이 샹티아니케 죄 시서 근ᄒᆞ여** **세 동히예 됴흔 감쟝 ᄒᆞᆫ사발을** **빅임ᄌᆞ ᄒᆞᆫ되 반 봇가 ᄒᆞᆫ딕 찌허 ᄀᆞᄂᆞᆫ 뵈주머니예 녀허** **독미틔 담고 무오를 시서 다시 근 잠간ᄒᆞ여** **도긔 녀흔 이튼날 졍화슈를 ᄀᆞ득 부어두면 마시 각별이 됴ᄒᆞ니라** 김치 무 뿌리와 잎 고운 것을 【시든 잎】 없게 하되 무 몸이 상하지 않게 모두 씻어 간하여 세 동이에 좋은 감장 한 사발을 흰깨(백임자) 한 되 반 볶아 함께 찧어서 가는 베 주머니에 넣어 독 밑에 담고 무를 씻어 간을 잠깐 하여 독에 넣은 이튿날 정화수를 가득 부어두면 맛이 각별히 좋으니라	
11	파딤치	파김치	**파딤치** **파딤치ᄂᆞᆫ 파를 불희과 겁질조차 죄시서 발우희 펴고** **소곰 잠간 ᄲᅳ려【나잘만디나】 【시들 죽거든】** **ᄎᆞᄎᆞ 항의 녀코 졍화슈 넘 찌게 브어셔** **항우희 검프른 물이 흐르고 거품업거든 ᄡᅳ라** 파김치 파김치는 파를 뿌리와 껍질까지 모두 씻어 발 위에 펴고 소금을 잠깐 뿌려 놓아 【만디나】 【시들시들해지면】 차차로 항아리에 넣고 정화수를 넘치게 부어서 항아리 위에 검푸른 물이 흐르고 거품이 없어지거든 쓰라	

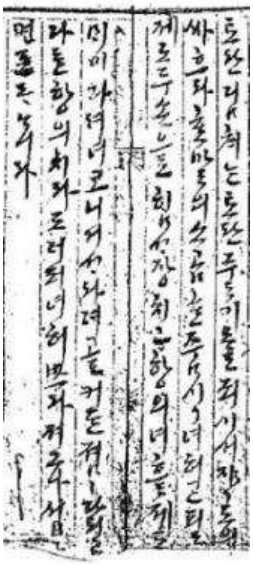
IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	원문명	현대명	원문 번역문	원문 이미지
12	외딤치	오이김치	**외딤치** **외딤치는 만물 외를 벼틔 잠간 ᄆᆞᆯ뇌여 죄 시서** **군텨 둣다가 이튼날 도긔 녀코** **외 군텻던 소곰물의 소곰과 물 더프러 ᄭᅳᆯ혀 더우니 부어두면** **이틀ᄭᅡ지 독모미 ᄯᅳᆺᄯᅳᆺᄒᆞ거든** **분디과 ᄇᆡᆨ두옹을 부여 우니여 두면** **이듬히 봄이라도 므ᄅᆞ디 아니ᄒᆞᄂᆞ니라 삭삭ᄒᆞ니라** 오이김치 오이김치는 끝물 오이를 볕에 잠깐 말리어 모두 씻어 소금을 쳐서 두었다가 이튿날 독에 넣고 오이 간 쳤던 소금물에 소금과 물 더 풀어 끓여 더울 때 부어두면 이틀까지 독이 따뜻할 때 분디(산초열매)와 할미꽃을 베어 우리어 두면 이듬해 봄이라도 무르지 아니하고 삭삭하느니라	
13	가지딤치	가지김치	**가지딤치** **가지딤치는 ᄀᆞ을 히긋 가지를 곡지 ᄀᆞᆯ히고** **죄시서 칼로 열십ᄌᆞ로 어히고** **마ᄂᆞᆯ 뎌며 ᄭᅵ오고 항의 녀코** **정화슈의 소곰 잠간 ᄲᅡ 넘게 붓고 만두람이로 우녜고 닉거든 ᄡᅳ라** 가지김치 가지김치는 가을에 끝물 가지를 꼭지를 따고 모두 씻어 칼로 열십자로 베어 마늘 저며 끼운 후 항아리에 넣고 정화수에 소금 잠깐 타 넘치게 붓고 맨드라미로 우려내고 익거든 써라	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	원문명	현대명	원문 번역문	원문 이미지
14	토란딤치	토란김치	**토란딤치** **토란딤치ᄂᆞᆫ 토란 줄기ᄅᆞᆯ 죄시서 쟉도의 싸흐라** **ᄒᆞᆫ말의 소곰 한줌식 녀혀ᄀᆞᆫ 칠제도** **두손으로 힘 ᄉᆡ장 치고** **항의 녀흘제도 ᄆᆡ이 【다져ᄀᆡ】 녀코 니거서 놔려 골커ᄃᆞᆫ** **졈졈 【다지고ᄒᆞ】 다ᄅᆞᆫ 항의 치라도** **더 펴 녀허 ᄡᅳ라 져그나 【셥면 물ᄅᆞᄂᆞ니라】** 토란김치 토란줄기를 모두 씻어 작두에 썰어 한말에 소금 한줌씩 넣어 간 칠 때도 두 손으로 힘껏 치고 항아리에 넣을 때도 매우 다져서 넣고 익어서 가라앉아 삭거든 점점 다지고 다른 항아리의 것이라도 더 펴서 넣어 써라 (양이) 적거나 【성기게 하면 무르느니라】	

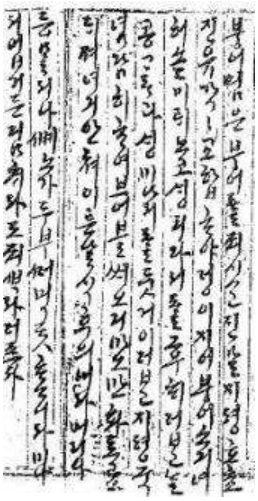
IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	원문명	현대명	원문 번역문	원문 이미지
15	게젓	게젓	**게젓** **게젓 ᄃᆞᆷ기ᄂᆞᆫ 소금 ᄒᆞᆫ되예** **굴근 게ᄂᆞᆫ 열식 듕게ᄂᆞᆫ 열다ᄉᆞᆺ 홀니ᄂᆞᆫ 스믈식 헤아려** **ᄃᆞᄆᆞ되 산게를 ᄆᆞᆯ근 물의 자바 녀ᄒᆞ면 제ᄆᆞ음으로 ᄃᆞᆫ녀** **더러온 거슬 다 시서 ᄇᆞ되고 ᄇᆡᆺ소긔 더러운 거슬 다 토ᄒᆞ여든** **자바 내여 노망태예 녀허 ᄃᆞ라 두면** **촛촛ᄒᆞ여 죽디 아닐만 ᄒᆞ여거든 소곰물 ᄆᆡ이 달혀 소ᄅᆡ의 펴두면** **성에텻거든 게를 자바 녀흐면 주린 김의 그 므를 죄 혀고 죽거든** **도로 내여 잣바되혀 항의 촌 촌 장여 녀코 국브어 ᄲᅡᄆᆡ여 니키라** **맛나게 ᄃᆞᄆᆞ려ᄒᆞ면 소곰국을 ᄲᅡᆨ게 ᄒᆞ고 지령 조곰 진말 서너되나 ᄒᆞ고** **호초ᄀᆞᄅᆞ 진유 ᄒᆞᆫ종지나 ᄒᆞ고 오미ᄌᆞ 너출ᄀᆞᄅᆞ ᄒᆞᆫ줌만 녀허** **고로고로 저어서너 소곰 ᄉᆞᆯ혀 식거든 보면 성에텼거든** **산게를 【그톄로】 ᄒᆞ여 자바 녀흐면** **주린 김의 그 즙을 다 마시고 죽거든** **항의 주어 녀흐ᄃᆡ과 잣바리혀 녀코 【져근덧】 더펴두면** **그머 국물이라 다 도로 흘러나거든** **항을 【손서픠로 ᄀᆞ리오고】 국을 ᄠᆞᆯ와** **다시 젼지령을 ᄲᅡ 달혀 펴 시겨 항의 도로 브어 ᄲᅡ 듯다가 식거든 ᄲᅳ라** 게젓 게젓 담기는 소금 한 되에 굵은 게는 열씩, 중간 게는 열다섯, 작은 게는 스물씩 세어서 담되 산 게를 맑은 물에 잡아넣으면 제 마음대로 다녀니니 더러운 것을 다 씻어 버리고 뱃속의 더러운 것을 다 토하거든 잡아내어 노망태기에 넣어 달아두면 시들시들하여 죽지 않을 만 할 때 소금물 매우 달여 소래기에 펴두어 김이 나가면 게를 잡아넣으면 주린 상태에 그 물을 다 먹고 죽거든 도로 내어 뒤집어 항아리에 찬찬히 쟁여 넣고 국물을 부어 싸매어 익혀라 맛나게 담으려면 소금국을 짜게 하고 간장 조금 밀가루 서너 되 후춧가루 참기름 오미자 줄기의 가루를 한 줌만 넣어 골고루 저어 서너 소끔 끓여 식어 김이 나갔거든 산 게를 그대로 뒤집어 넣으면 배고픈 상태에서 그 즙을 다 마시고 죽거든 모두 항아리에 뒤집어 넣어 잠깐 덮어두면 그 먹은 물이 다 도로 흘러나오거든 【덩굴손으로 성기게 짠 것을 대고】 그 2배을-따라 간장을 타서 달리고 식혀서 항아리에 도로 부어 싸두었다가 익거든 써라	 

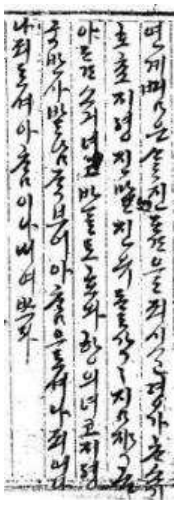
IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	원문명	현대명	원문 번역문	원문 이미지
16	붕어찜	붕어찜	**붕어찜** **붕어찜은 부어를 죄 싯고** **진말 지령 호초 진유 각각 교합ᄒᆞ야 뎡이 지어** **부어 소긔 녀허 솔미틔 노코** **싱치 다리를 그 우희 덥고 놀콩ᄀᆞᄅᆞ과 싱미나리를 듯거이 덥고** **지령국 념담히 ᄒᆞ여 부어** **블 씨오긔 마고 만화로 고ᄃᆡ 져녀긔 안쳐** **이튼날 식후의 내라 머리나 등ᄆᆞᄅᆞ거나 쎼노가 두부 ᄯᅥ먹듯 ᄒᆞᄂᆞ니라** **미나리 업거든 딤치라도 죄 ᄲᅡᆯ라 더프라** 붕어찜 붕어찜은 붕어(鮒漁)를 모두 씻고 밀가루 간장 후추 참기름 각각 혼합하여 뎡이를 만들어 붕어 속에 넣어 솥 밑에 놓고 생치(生雉) 다리를 그 위에 덮고 날콩가루와 생미나리를 두껍게 덮고 간맞추어 부어 불 세게 하지 말고 뭉근한 불로 고되 저녁에 안쳐 이튿날 식후에 내라 머리와 등마루나 뼈가 녹아 두부 떠먹듯 하느니라. 미나리가 없거든 김치라도 모두 빨아 덮어라	

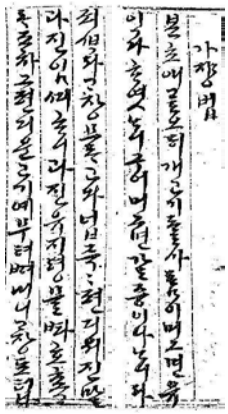
IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	원문명	현대명	원문 번역문	원문 이미지
17	양찌는 방문	양찌는 방문	**양찌는 방문** **양찌는 방문은 대우 양을 죄 【실ᄒᆞ야】** **사항의 담고 지령국 슴슴이 ᄒᆞ야 항의 ᄀᆞ득이 붓고** **진유 ᄒᆞᆫ종ᄌᆞ 뎡가 호초ᄀᆞᄅᆞ조차 항의 녀허** **항부리를 유지로 ᄃᆞᆫᄃᆞᆫ이 ᄡᅡ고** **ᄉᆞ면을 숫불 픠오ᄃᆡ 항 허리만 되게 픠워** **장물이 반만 달코 양이 므ᄅᆞ 닉거든 내여** **시겨든 칼로 사호라 ᄡᅳ라** **양 거픠 ᄒᆞᆯ 제 물 너무 ᄉᆞᆯ히면 질긔ᄂᆞ니** **하 ᄉᆞᆯ히지 말고 고올 제** **ᄉᆞᆯ진 ᄃᆞᆰᄒᆞ고 젼복 ᄒᆞᆫ곳조차 고으면 세가지 마시 나 됴ᄒᆞ니라** 양 찌는 방문 양 찌는 방문은 큰 소의 **양**을 모두【껍질을 벗겨】 사기 항아리에 담고 간장국을 심심하게 하여 항아리에 가득 붓고 참기름 한 종지 정가(형개) 후춧가루조차 항아리에 넣어 항아리 입구를 유지로 단단히 싸고 사면에 숯불을 피우되 항아리 허리만 미치게 피워 장물이 반만 닳고 양이 무르게 익어든 내어 식혀 잘 드는 칼로 썰어 써라 양 거피할 때 물 너무 끓이면 질겨지니 많이 끓이지 말고 고을 때 살찐 닭과 전복을 한 곳에 고면 세 가지 맛이 나 좋으니라	
18	연계찜	연계찜	**연계찜** **연계찜은 ᄉᆞᆯ진 ᄃᆞᆰ을 죄 싯고** **뎡가 ᄎᆞ소기 호쵸 지령 진말 진유를 각각 짐쟉ᄒᆞ야** **ᄃᆞᆰ 소긔 녀코 바ᄂᆞᆯ로 호와** **항의 녀코 지령국 반 사발 남즉 브어** **아ᄎᆞᆷ으로 셔나 【죄어나나 죄됴셔】 아ᄎᆞᆷ이나 내여 ᄡᅳ라** 영계찜 영계찜은 살찐 닭을 모두 씻고 정가 차조기 후추 간장 밀가루 참기름 각각 짐작하여 닭 속에 넣고 바늘로 꿰매어 항아리에 넣고 청장국 반 사발 남직 부어 아침에 하였으면 【저녁에, 저녁에 하였으면】 아침에 내어 써라	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	원문명	현대명	원문 번역문	원문 이미지
19	가쟝법	개고기찜	**가쟝법** **본초에 골오ᄃᆡ 개고기를 사ᄅᆞᆷ이 머그면 유익다 ᄒᆞ엿ᄂᆞ니** **구어 머그면 갈증이나ᄂᆞ니** **다 죄 ᄲᆡ라 ᄀᆞ장 므ᄅᆞ 고와 넙죽넙죽 편 디워** **진말과 진임 ᄭᆡᄒᆞ니 과 진유 지령 물 ᄠᅡ** **호초ᄀᆞᄅᆞ조차 그 편 디운 고기에부텨 ᄠᅥ내니 ᄀᆞ장 됴터라** 개장법 본초강목에 가로되 개고기를 사람이 먹으면 유익하다 하였나니 구워 먹으면 갈증이 나느니라 죄 빨아 아주 무르게 고아 넙죽넙죽 편을 지어 밀가루와 참깨 찧은 것과 참기름 간장물을 타 후춧가루조차 그 편 지은 고기에 무쳐 쪄내니 가장 좋더라	
20	계란국슈	계란국수	**계란국슈** **계란을 만히 ᄠᅥ려 그르ᄉᆡ 담고** **모미ᄀᆞᄅᆞ과 녹두ᄀᆞᄅᆞ과 섯 ᄉᆞᆫᄃᆡ** **녹두ᄀᆞᆯᄅᆞ랑 죠곰ᄒᆞ야 그를 긔 알히 ᄆᆞ라 쳐** **홍도개로 암반의 ᄀᆞᄂᆞ긔 밍그나** **지령국의 ᄉᆡᆼ티 안가슴 ᄉᆞᆯ마 그 ᄉᆞᆯ ᄀᆞᄂᆞ긔 ᄲᅩᆺ고** **쉰무오줄기 ᄒᆞᆫ치곰 ᄊᆞ흐라** **기름의 데워 봇가 조차 드리혀 ᄉᆞᆯ마 스되 교토 노ᄒᆞ면 일미** 계란국수 계란을 많이 깨어 그릇에 담고 메밀가루와 녹두가루 섞되 녹두가루를 조금 하여 그것을 그 알에 말아 쳐 홍두깨로 안반에 밀어 가늘게 만든다. 간장국에 생치(生雉) 안가슴 살을 삶아 그 살을 가늘게 뜯고 쉰 무 줄기를 한 치 정도가 되게 썰어 데워 기름에 볶아 그것까지 넣어 삶아 말아 고명(교태)으로 놓으면 맛이 좋다	

9) 기주(起酒) : 증편이나 강정 또는 빵 따위를 만들 때에 반죽에 술을 부어 부풀어 오르게 함

10) 안반 : 떡을 칠 때에 쓰는 두껍고 넓은 나무 판

11) 형개(荊芥) : 명아줏과의 한해살이풀. '정가'라고도 함. 한의학에서는 정가의 잎과 줄기를 뜻하며, 감기나 두통을 다스리고 피를 깨끗이 하므로 산후(産後)에 흔히 쓰임

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

【『최씨 음식법』에 기록된 조리법 20품목】

순번	원문명	현대명	조리법 요약
1	조쳥	조청	① 찹쌀가루(혹은 찰기장)에 끓인 물로 풀죽을 쑨다. ② ①이 뜨거운 상태일 때 엿기름가루 7홉 넣어 맑은 물처럼 묽게 만든다. ③ 덮개를 덮고 하룻밤 방치한다. ④ 천으로 걸러내어 솥에 넣고 달인다.
2	흑탕	흑당	① 흰쌀밥을 질게 짓는다. ② ①에 엿기름 3되, 누룩 1홉과 물을 섞는다. ③ 쌀알이 떠오를 때까지 죽처럼 고은다. ④ ③을 걸러서 달인다.
3	흰설교	백설기	① 묵은쌀 1말에 물 2되 비율로 한다. ② 찹쌀일 경우에는 5홉, 햅쌀일 경우 물 1.7되로 한다.
4	증편	증편	① 쌀 1되로 죽을 쑨다. ② 누룩을 밤크기로 깨뜨려 물에 우려낸다. ③ ①, ②로 술을 빚는다. ④ 백미 1말에 ③의 술 섞은 다음 기주[9]한다. ⑤ 발효가 잘되면 저녁에 앉혀 찐다.
5	절편	절편	① 쌀의 양이 많더라도 반드시 김체로 내려서 반죽한다. ② 쥐었을 때 덩어리가 생길 정도로 반죽해야 알맞다.
6	셕이편	석이편	① 쌀 1말을 가루로 낸다. ② 석이 3말을 다져서 쌀가루에 섞는다. ③ 백설기를 찌듯이 종이를 사이사이에 놓고 찐다. ④ 잣과 조청을 섞어 떡 덩어리에 입혀야 좋다.
7	교의 상화	교의 상화, 만두	① 밀가루 반죽을 안반[10]에 얇게 민다. ② 채소로 소를 만들어 밀가루 피로 싼다. ③ 어레미에 얹어 쪄 내서 초간장과 낸다.
8	잉도편	앵두편	① 앵두 5되를 쪄서 걸러낸다. ② 꿀을 달여 쟁반에 펴서 엉기면 칼로 저민다. ③ 더디게 엉기면 녹두전분가루를 체에 쳐서 넣고 엉기게 한다.
9	즙디히	즙저, 집장	① 콩 2말을 쪄서 하룻밤 방치한다. ② 다음날 ①에 밀기울 3말을 부어 찐다. ③ ②를 방아에 찧어서 주먹크기로 메주를 만든다. ④ 풀 위에 메주를 쌓고 닥나무잎을 사이사이에 두어 띄운다. ⑤ 메주에 곰팡이가 피면 볕에 말린다. ⑥ ⑤를 어레미로 쳐서 누룩 1되+소금 8홉+ 물을 섞음 → 주먹으로 쥘 수 있을 정도로 반죽한다. ⑦ ⑥을 항아리에 넣고 가지, 오이를 한 벌씩 깐다. ⑧ 입구를 유지로 싸고 솥뚜껑을 덮은 뒤 흙으로 막아 봉한다. ⑨ 구덩이를 파서 두엄, 풀을 넣고 덮어 띄워서 3주 후에 꺼내 쓴다.
10	팀치	김치, 무동치미	① 무 3동이를 씻어 간한다. ② 흰깨 1.5되를 볶아 감장 1사발에 넣고 찧어서 베주머니에 넣는다. ③ 베주머니를 독 밑에 깐다. ④ 절여 둔 무를 독에 넣는다. ⑤ 다음날 정화수를 가득 붓는다.
11	파딤치	파김치	① 파를 다듬어 발 위에 펴서 소금을 뿌려둔다. ② 무가 소금에 잘 절여져 시들해지면 항아리에 넣는다. ③ ②에 거품이 빠지도록 정화수를 계속 넘치게 붓는다. ④ 항아리 위에 거품이 없어지면 꺼내 먹는다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	원문명	현대명	조리법 요약
12	외딤치	오이 김치	① 끝물 오이를 말려서 간하고 절여둔다. ② 다음날 절인 오이를 독에 넣는다. ③ 오이 절임에서 나온 소금물에 소금과 물을 추가하여 끓인다. ④ 소금물의 더운 김이 가시기 전에 독에 붓는다. ⑤ 다음날 ④에 분디와 할미꽃 넣어 우러나도록 하면 무르지 않는다.
13	가지 딤치	가지 김치	① 가지를 씻어 열십자로 칼집 낸다. ② 마늘을 저며 가지 사이에 끼운다. ③ ②를 항아리에 넣는다. ④ 항아리에 소금물을 넘치게 붓는다. ⑤ 맨드라미 넣어 가지에 붉은색이 우러나도록 하여 익혀 먹는다.
14	토란 딤치	토란 김치	① 토란줄기를 씻어 작두에 썬다. ② 썬 토란줄기 1말에 소금 한줌씩 간한다. ③ 항아리에 세게 다독여 넣는다. ④ 익어서 가라앉으면 다시 다독여 누르기를 반복한다.
15	게젓	게젓	-방법1- ① 산 게를 맑은 물에 잡아넣으면 더러운 것을 다 토해놓으니 죽지 않았을 때 달여서 식힌 소금물을 붓는다. ② 게가 주린 상태에서 소금물을 다 먹고 죽으면 도로 꺼내어 항아리에 다시 차곡차곡 넣고 국물 부어 봉해서 익힌다. -방법2. 맛나게 담는 법- ① 짠 소금물에 간장, 밀가루, 후춧가루, 참기름, 오미자 줄기 가루를 섞어 한소끔 끓여 식힌다. ② 산 게에 ①을 넣으면 주린 상태에서 그 즙을 마시고 죽는다. ③ 게를 항아리에 넣어 잠깐 두어 먹은 물이 다 빠지도록 한다. ④ 이 국물을 따라 내어 간장을 타 달인 뒤 식혀서 항아리에 도로 부어 잘 싸서 익힌다.
16	붕어찜	붕어찜	① 밀가루, 간장, 후추, 참기름 섞어서 덩어리로 만든다. ② 붕어 뱃속에 넣는다. ③ 붕어를 솥 밑에 넣는다. ④ 꿩다리를 그 위에 얹는다. ⑤ 날콩가루, 생미나리를 두껍게 덮는다. ⑥ 간장국물 붓는다. ⑦ 저녁에 뭉근한 불에 앉혀 다음날 식후에 낸다. ⑧ 머리, 등의 뼈가 녹아 두부 떠먹는 것 같은데 미나리가 없거든 김치를 물에 헹구어서 덮는다.
17	양찌는 방문	양찌는 방문	① 소 내장(臟)의 껍질 벗겨 손질한다. ② 손질한 양을 사기항아리에 담는다. ③ 간장국을 심심하게 만들어 붓는다. ④ 참기름 1종지, 형개[11], 후춧가루로 양념한다. ⑤ 항아리를 유지로 봉한다. ⑥ 숯불이 항아리 허리까지 오도록 묻어 장물을 조린다. ⑦ 양이 무르도록 익으면 꺼내서 식혀 칼로 썬다. ⑧ 양 거피할 때 물을 너무 끓이면 질겨지니 많이 끓이지 않는다. ⑨ 고을 때 살찐 닭과 전복을 함께 넣어 고면 3가지 모두 맛있다.
18	연계찜	연계찜	① 닭을 씻은 뒤 형개, 차조기, 후추, 간장, 밀가루, 참기름을 닭 뱃속에 넣는다. ② 배를 바늘로 꿰매고 항아리에 넣는다. ③ 간장을 반 사발 정도 부어 익힌다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

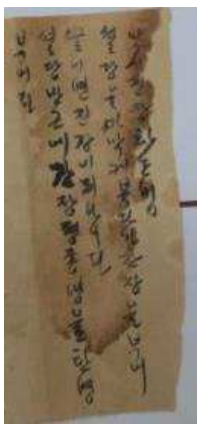
국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	원문명	현대명	조리법 요약
19	가쟝법	개고기찜	① 개고기를 잘 씻어 무르게 고아 납작하게 편으로 썬다. ② 밀가루, 참깨가루, 참기름, 간장, 후추 섞는다. ③ ②에서 만든 양념을 ①에 무쳐 쪄 낸다.
20	계란 국슈	계란 국수	① 계란을 많이 깨서 그릇에 담아둔다. ② 메밀가루, 녹두가루를 섞는다. ③ ①과 ②를 섞어 반죽하여 안반에 밀어 얇게 만든다. ④ 간장국에 꿩 안쪽 가슴살을 삶아 내어 살을 가늘게 찢어둔다. ⑤ 무 줄기는 1치 길이로 썰어 기름에 볶는다. ⑥ ③의 면을 삶아 (국물에) 말아서 ④, ⑤를 고명으로 놓으면 맛이 뛰어나다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

【『동춘당 음식법』에 기록된 음식 항목의 원문·번역문 및 원문 이미지】

순번	원문명	현대명	원문 번역문	원문 이미지
1	진장하는 법	진장하는 법	**진장하는 법** **고초장 메주갓치 만드러셔 까마케 쯰워** **밧싹 말니여셔 말에 담어셔 한말이면** **물이 소두로 두말 소금이 스되 담그난데** **그늘에 담거두엇다가 한 육십일 된 후에 맛보아셔** **맛이 달고 빗이 불고 장 긔가 쓰면 다 익은 것이니** **쩌셔 다리난듸 한 솟부면 칠홉 솟이되게 다리여라** **달이면 빗이 검나니라** **정월에 담거든 그늘에 두난데 덥허두어라** **골가지 씨난거로 염려 말어라 강동(?)[12] 에도 당그나니라** 진장하는 법 고추장 메주같이 만들어서 까맣게 띄워 바싹 말려서 말에 담아서 한 말이면 물이 소두로 두말 소금 3되 담그는데 그늘에 담가 두었다가 한 60일 된 후에 맛보아서 맛이 달고 빛이 붉고 장괴가 뜨면 다 익은 것이니 떠서 달이는데 한 솥 부었으면 7홉 솥이 되게 달이어라 달이면 빛이 검으니라 정월에 담거든 그늘에 두는데 덮어 두어라 골마지가 끼거든 열어 말려라 강동에도 담그어라	
2	임시 진장하는 법	급히 진장 만드는 법	**임시 진장하는법** **셜당을 까막케복다가 간장을 부어** **쓸이면 진장이되나니라** **셜당[2]반근에 간장 정종병[13]으로 한병 부어라** 급히 진장 만드는 법 설탕을 까맣게 볶다가 간장을 부어 끌이면 진장이 되느니라 설탕 반근에 간장을 정종병으로 한 병 부어라	

12) 강동('동'자는 명확하지 않아 강동(强冬 매우 추운 겨울)으로 풀이하였음

13) 셜당, 정종병 : 설탕과 정종병이라는 것으로 보아 1900년 이후로 판단됨

14) 맨 마지막 줄은 한자를 흘려 써서 해독 불가능, 뒷부분에 과하주방문 유사한 것이 나오므로 참조하면 될 듯

15) 설당, 소다, 사시(샤시) : 1900년대 이후 근대 조리서에 보이는 표현

16) 빅반 : 백반은 조선시대에도 있었으나 시중 판매용은 일제시기에 나옴

17) 지에밥 : 약밥이나 인절미를 만들 때, 술밑으로 쓰기위해 찹쌀이나 멥쌀을 물에 불려 시루에 찐 쌀

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	원문명	현대명	원문 번역문	원문 이미지
3	과하쥬 졔조	과하주 제조	**과하쥬 졔조하는 ᄃᆡ 누룩 ᄃᆡ신 엿기름을 느면** **오날하면 릭일 먹나니라** **엿기름으로 되게 비져너헛다가** **맛이 달 ᄯᅴ에 소쥬를 부어 더운 ᄃᆡ 덥허두어난** **찹쌀 일승 소쥬 한병이면하여 먹을 차** **00 二되 00 三되 0 二되에 침누룩말 느되너[14]** 과하주 만드는데 누룩 대신 엿기름을 넣으면 오늘 만들면 내일 먹을 수 있다. 엿기름을 되게 빚어 넣었다가 맛이 달 때에 소주를 부어 더운데 덮어둔다. 찹쌀 1승에 소주 1병이면 먹을 수 있다. 00 2되, 0 3되, 0 2되에 누룩가루 4되를 넣는다.	
4	약과하는 법	약과하는 법	**약과하는법 소입이여좌** **오십기하랴면** **밀가루 일두, 참기름 륙긔 셜당[15] 오근 호품 말근** **술 일긔 빅반 소다[4] 소허 빅반[16]을 너흐면** **약과가 잘일고 바샥 〃하고 연하여 조흐니라** **가루한되에 백반 작은 사시[4]로 하나 너라** 약과 하는 법 - 들어가는 것은 왼쪽과 같다. 50개 하려면 밀가루 1두, 참기름 6기, 설탕 5근, 좋은 맑은 술 1기, 백반 소다 조금 넣으면 (백반을 넣으면) 약과가 잘 일고 바삭바삭하고 연하여 좋으니라 가루 1되에 백반 작은 숟가락으로 하나 넣어라	

18) 이쥬일 : 2주일이라는 표기는 서양식 역법 도입 이후이므로 일제강점기 이후 문헌이라는 단서가 됨

19) 백세작말(百洗作末) : '백번 씻고 가루로 만들다'는 뜻

20) **정월에 두덧 두었다가 :** 정월의 밑술+2월의 덧술 부어 만들어 둔 것을 의미 하는 듯함

21) **셤누룩** : 가루누룩 아닌 덩어리 누룩으로 판단됨

22) **누른 셜당** : 위에 누른 살구를 黃이라 하였으므로 판매하는 황설탕을 의미하는 것이거나 볶아서 눌어 색이 변한 설탕을 의미할 수도 있을 듯

23) 골노 : 곤로는 일본의 풍로를 말하는 것으로 보임

24) 설탕, 소다, 곤로, 콩기름 : 모두 근대 이후 사용된 것이며 과자라는 것도 근대 이후 음식명임

25) 쩡당지 : 글씨 불분명/ 정체를 알수 없음

26) 말에 담어 : 한 말(斗)들이 말통으로 해석하였음

27) 뒷부분이 없음

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

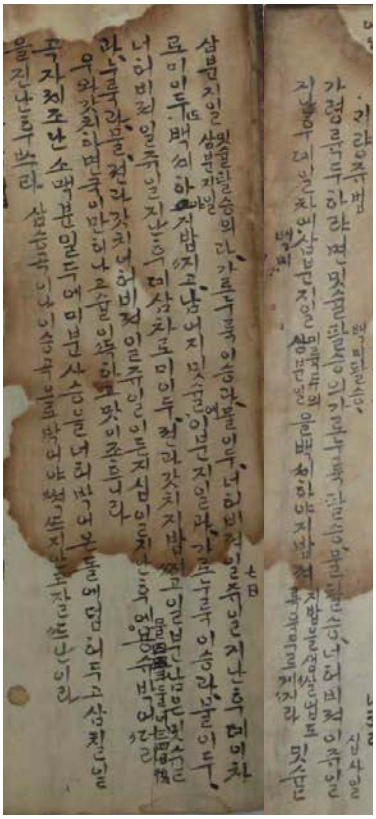
국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	원문명	현대명	원문 번역문	원문 이미지
5	숑로쥬	송로주	**숑로쥬** **졈미 일승 백세하야 지밥 쪄 식힌후** **잘 쓴 가로 누룩 얄풋스흡 숑슌한되넉〃듸쳐** **물 싸진후 조흔 청쥬일긔반이나 혹 이긔에** **숑슌을 당거 하로밤재워** **지밥과 누룩을 버무릴 쌔의** **숑슌담것든 술을 너허버무려** **지밥한케 숑슌한케 켜〃아** **알마진 항에 비져 너허 다도거려** **치울 쌔난 더운방에 더울 쌔난 셔늘한 곳에 두엇다가** **삼일지난후 맛을 보아 달거든 고급소쥬한되 가웃 쯤부어** **다 익은 후 잡슈시오 <소쥬분 후 삼칠일만에 먹어라>** **밥풀이 동동 쓰야 다된 젭니다.** **숑슌은 끗 잘느고 몸에 털을 다글거너흐으라** **졈미 삼두하랴면 조흔 가로 누룩 닷되가량 숑슌 한말 너흐라** **말근 술은 숑슌이 다잠길 졍도로 부어라** **소쥬는 가량ᄒᆞ야 너허라**	
			송로주 찹쌀 1승 백세하여 지에밥[17] 쪄서 식힌 후 잘 뜬 가루 누룩 얄풋하게 3홉 송순 1되 넉넉히 데쳐 물 빠진후 좋은 청주 1기반이나 혹 2기에 송순을 담가서 하룻밤 재워 지에밥과 누룩을 버무릴 때 송순 담았던 술을 넣어 버무려 지에밥 1켜 송순 1켜 켜켜이 알맞은 항에 빚어 넣어 다독거려 추울 때는 더운 방에, 더울 때는 서늘한 곳에 두었다가 3일 지난 후 맛을 보아 달거든 고급 소주 한 되 가량 부어 다 익은 후 잡수시오. <소주 부은 후 21일 만에 먹어라> 밥풀이 동동 떠야 다된 겁니다. 송순은 끝 자르고 몸에 털을 다 긁어 넣어라. 찹쌀 3두 분량을 하려면 좋은 가루 누룩 5되가량 송순은 한말 넣어라 맑은 술은 송순이 다 잠길 정도로 부어라 소주는 가량(양을 조절) 하여 넣어라	

28) 글씨체가 다른 것과 판이하게 다르고 앞부분이 잘려있음. 게다가 원문자체가 문맥이 이어지지 않음

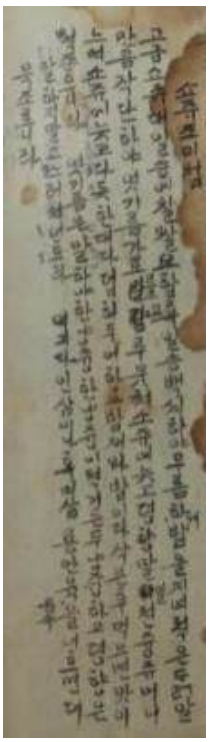
IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	원문명	현대명	원문 번역문	원문 이미지
6	긔량쥬법	개량주법	**긔량쥬법** **가령 륙두하랴면 밋슐 팔승** **<백미팔승>의 가로누룩 팔승 물 팔승** **너허 비져 이쥬일[18]<십사일> 지난후** **뎨일차에 <백미> 삼분지일** **미륙두의 삼분일을 백세하야** **지밥 쪄 지밥을 생쌀업도록 폭 무르게 찌라** **밋슐 삼분지일 <밋슐팔승의 삼분지일>과 가로누룩 이승과** **물 이두 너허 비져 일쥬일<7일> 지난후** **뎨이차로 미이두도 백세하야 지밥 찌고 나머지 밋슐에 이분지일과** **가로누룩 이승과 물 이두 너허 비져 일쥬일 지난후** **뎨삼차로 미 이두 젼과 갓치 지밥 찌고** **일분 남은 밋슐과 누룩과 물 젼과 갓치 너허 비져** **일쥬일이든지 십일지난후에 용수박어 <물 4오두를 너코 4일후>쩌라** **우와 갓치하면 국이 만히나고 슐이 쏙하고 맛이 조흐니라** **곡자졔조난 소맥분일두에 미분사승을 너허 박어온돌에 덥허두고** **삼칠일을 진난후 쓰라** **삼승곡이나 이승곡으로 박어야 썩 쓰지안코 잘 쓰난이라** 개량주법 만약 6두를 만들려면 밑술 8승(백미)에 <백미팔승의> 가루누룩 8승, 물 8승을 넣어 빚어 2주일 지난 후 제1차에 백미 1/3 (쌀 6두의 1/3)을 백세(깨끗이 씻어)하여 고두밥(지에밥)을 찌되 생쌀 없도록 푹 무르게 쪄라. 밑술 1/3(밑술 8승의 1/3)과 가루누룩 2승과 물 2말을 넣어 빚어 1주일 지난 후 제2차로 쌀 2말을 백세하여 고두밥 지고 나머지 밑술 1/2과 가루누룩 2승과 물 2말을 넣어 빚어 1주일 지난 후 제 3차로 쌀 2말을 전과 같이 고두밥 찌고 1분 남은 밑술과 누룩, 물을 전과 같이 넣어 빚어 1주일이나 10일 지난 후 용수 박아서 <물 4~5두를 넣고 4일후>떠라 위와 같이 하면 국이 많이 나고 술이 독하고 맛이 좋으니라. 누룩 제조는 밀가루 1말에 쌀가루 4승을 넣어 박아서 온돌에 덮어두고 삼칠일(21일) 지난 후 쓰라 3승곡이나 2승곡으로 박아야 썩지 않고 잘 뜨느니라.	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	원문명	현대명	원문 번역문	원문 이미지
7	쇼쥬조미법	소주 조미법	**쇼쥬조미법** **고급 쇼쥬 대 일승에** **찰 빨 오합 혹 일승 백셰하야** **무름하게 밥을 지여 젹은 돍알만큼 작단하야** **엿기름 가로를 고루 뭇쳐** **소쥬에 늣코 뎡향말 일젼즁 쥬머니느셔** **쇼쥬에 늣코 짜 뜻한 대다 덥허두어 하로밤 재와** **밥이다 삭은 후 먹으면 맛이 뼉 조흐니라** **엿기름은 말하야 한냥즁 한냥즁이 젹거든** **두냥즁하고뎡향은 말하지 말고 쓰허셔 너흐라** **여긔다 안심이나 혹 미삼 룡안육 등속을 너흐면 더 조흐니라** 소주 조미법 고급 소주 1승에 찹쌀 5합이나 혹 1승을 백세하여 무르게 밥을 지어 작은 계란만큼 둥글게 만들어 엿기름가루를 고루 묻혀 소주에 넣고 정향가루 1전 무게를 주머니에 넣어 소주에 넣고 따듯한 데에다 덮어 두어 하룻밤 재운다. 밥이다 삭은 후 먹으면 맛이 썩 좋다. 엿기름은 가루로 만들어 1냥을 쓰는데 1냥이 적거든 2냥으로 하고 정향은 가루로 하지 말고 부셔서 넣어라 여기에 안심이나 미삼 용안육 등을 넣으면 더 좋다	

29) 물대마르거든 : '물대 마른다'는 것은 물기가 마른 것일 수도 있고 고추의 수분이 말라 꾸득꾸득한 상태가 된 것일 수도 있음

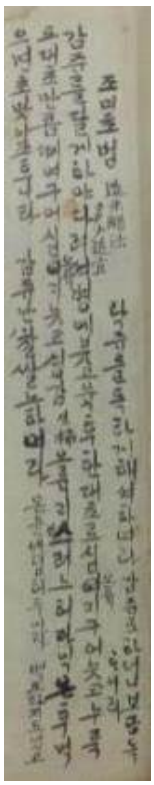
30) 계란 씌워 붓쳐너코 : 계란지단 만드는 것 의미

31) 0 : 해독 어려움

32) 재칠 것 업시 : 재치다는 밥을 한번 뒤적거린다 or 재를 덮어서 불을 줄인다로 해석 가능할 듯하나 뒤에 나오는 '재쳐'를 보면 뒤적거린다는 의미가 맞을 듯함

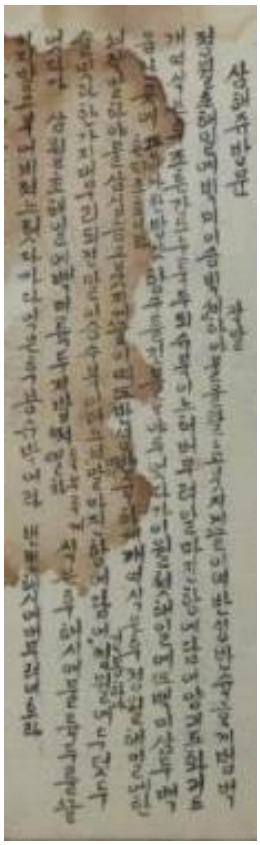
IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	원문명	현대명	원문 번역문	원문 이미지
8	조미초법	쌀식초 만드는 법	**조미초법 造米醋法** **탁쥬를 독하게 해셔 하여라** **감쥬로 하너니 도담 독ᄒᆞ니라** **감쥬를 달게하야 다려셔 병에 붓고** **육후한대초로 십오륙기 구어 늣코** **누룩도 대초만콤 쎄여구어** **십오륙 기 늣코 싱감生柿 오륙기 쓰러느허** **다 익은 후 먹으면 초맛이 조흐니라** **감쥬난 찰쌀노하여라** **<온돌에 덥허 두어라 백도라지도 넛코>** 쌀식초 만드는 법 탁주를 독하게 해서 하여라 감주로 하는 것보다 독하니라 감주를 달게 하여 달여서 병에 붓고 살이 많은 대추 15~16개 구워 넣고 누룩도 대추크기로 떼어 구워 15~16개 넣고 생감 5~6개를 썰어 넣어 다 익은 후에 먹으면 식초 맛이 좋다. 감주는 찹쌀로 하여라 <온돌에 덮어두어라 백도라지도 넣고>	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	원문명	현대명	원문 번역문	원문 이미지
9	삼해쥬방문	삼해주방문	**삼해쥬방문** **경월초해일에 빅미 이승 빅셰<작말>19)하야** **물을 팔〃고 붓지게 쓸이여** **반싱반슉ᄒᆞ게 범벅개여식은후** **조흔 가로누룩 두되슈북이 느허 버무려** **알마진 항에 담어 양귀도화긔도읍난 곳에** **<광이나 찬방갓흔ᄃᆡ 조흐니라>** **항구를긴봉ᄒᆞ야두엇다가 이월쳣해일에** **또백미삼두 백셰 작말하야 물 삼십승 고붓지게 쓸이여** **또반싱반슉하게 개여 식은후 경월해일에 한술밋과 한가지 버무리되** **진말이승 수북이더느셔 알마진 항에 담어 <긴봉하야>** **경월에 두덧 두엇다가20) 삼월초 해일에 백미륙두지밥 쪄 <푹무루게 찔차>** **식은후 해시에 물 륙두를 쓸이지 말고 부어 비져느헛다가 다 익은후** **용슈박어라 번번 해시에 버무려 너흐라** 삼해주방문 정월초 해(亥돼지날)일에 백미 1승 백세하여 가루로 만들어 물을 팔팔 강하게 끓여 반 정도 익게 하여 범벅 하여 개어 식힌 후 좋은 가루누룩 2되 수북이 넣어 버무려 알맞은 항에 담아 볕도 열도 없는 곳에 <광이나 찬방 같은 곳이 좋다> 항아리 입구를 단단히 봉하여 두었다가 2월 첫 해일에 또 백미 3두를 백세 작말하여 물 30승 팔팔 끓여 또 반쯤 익혀 개어두었다가 식은 후 정월 해일에 만든 밑술과 한데 버무리되 밀가루 2승 수북이 더 넣어 알맞은 항아리에 담아 <단단히 봉하여> 정월에 두덧 두었다가 3월초 해일에 백미 6두 지에밥 <푹 무르게 쪄서> 식은후 해시에 물 6두를 끓이지 말고 부어 빚어 넣었다가 다 익은 후 용수 박아라. 매번 해시에 버무려 넣어라.	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	원문명	현대명	원문 번역문	원문 이미지
10	과하쥬방문	과하주방문	**과하쥬방문** **가령 찰쌀 삼승 지밥 쪄 식은후** **진가로 누룩 반되 너허 되게 비져 항에 너허** **방에 두엇다가 맛이 달젹에** **조흔 소쥬 아홉 그릇 부엇다가 다된후 잡슈시오** **다되면 말간물 우에 밥풀이 동〃 쓰나니라** **(누룩 ᄃᆡ신 엿기름 너흐면 명일에 먹나니라)** 과하주방문 만약 찹쌀 3승을 지에밥을 쪄 식은 후 밀가루 누룩 반 되 넣어 되게 빚어 항아리에 넣어 방에 두었다가 맛이 달 때 좋은 소주 9그릇 부었다가 다된 후 잡수시오. 다되면 말간 물 위에 밥풀이 동동 뜨느니라. (누룩 대신 엿기름 넣으면 다음날 먹느니라.)	

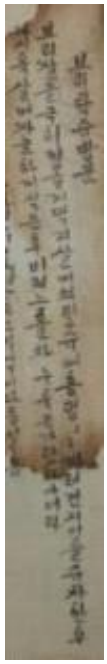
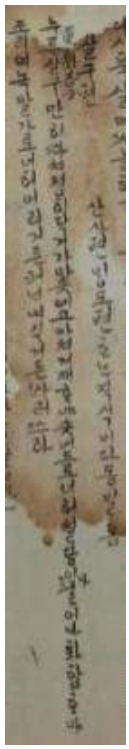
IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	원문명	현대명	원문 번역문	원문 이미지
11	쳥국장방문	청국장방문	**쳥국장방문** **콩을 한되 가웃 쯤 복가 매에 두쪽가름으로 타셔** **물 붓고 푹 살머셔 콩이 다 무른후 그 물 까지 펴닉셔** **더운방에 하로밤 재워두고 고음 거리를 맛침 쥰비했다가** **고을 쩍에 콩을 물 써지 고음 솟헤 한데 드러부어 고아라** **고음거리는 즉 퇴육살 동 곳〃ᄒᆞ게 쓸고** **갈비양진머리 아져막이 듸창 조롱창(?)** **히삼 젼복 홍합 문어 건듸구 무슈 홍고쵸** **다 경하게 졔작ᄒᆞ야 한데 너허 푹고아라** **콩 살문것도 한데 느허 부어 고을 차** **싱도미 싱민어 싱대구 등속을 더 조흐니라** **고명거리 계란붓쳐 쓸고 실백 은힝 각식 버셧 작만ᄒᆞ엿다가** **장펴낼 림시에 너허 잠깐 익혀 펴낼차** 청국장방문 콩을 한 되가량 볶아 매에 (멧돌?) 두 쪽으로 타서 물을 붓고 푹 삶아서 콩이 다 무른 후 그 물까지 퍼내어 더운 방에 하룻밤 재워두고 고음거리를 준비했다가 고을 때에 콩을 물까지 고음 솥에 한꺼번에 들어부어 고아라. 고음거리는 퇴육살(?) 동글동글하게 썰고 갈비 양지머리 새끼돼지 막창 대창 해삼 전복 홍합 문어 건대구 무 홍고추 다 반듯하게 썰어서 한데 넣고 푹 고아라. 콩 삶은 것도 한데 넣어 부어 곤다. 생도미 생민어 생대구 등속은 더 좋으니라. 고명거리로 계란 지단을 썰고 잣 은행 각종 버섯을 장만했다가 장을 떠 낼 때에 잠깐 넣어 익혀서 펴낸다.	

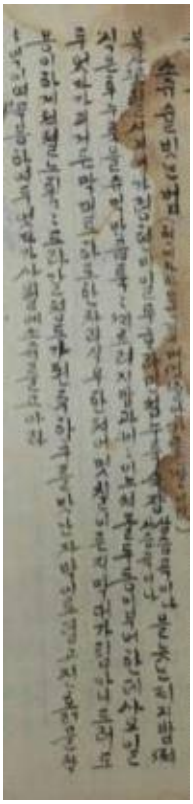
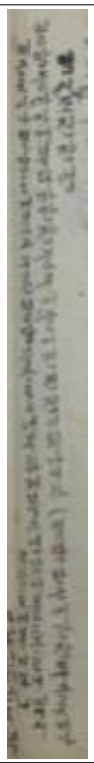
IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	원문명	현대명	원문 번역문	원문 이미지
12	보리탁쥬방문	보리탁주방문	**보리탁쥬방문** **보리쌀을 극히 경ᄒᆞ게 댁겨 살머셔** **팅슈에 홍덩〃〃 빠러 건지기를 슈차한 후** **다시 푹 살머 싸늘하게 식은후** **비져 느흘차 누룩은 가량하야너라**	
			보리탁주방문 보리쌀을 아주 깨끗이 껍질 벗겨 삶아서 냉수에 홍덩홍덩 빨아 건지기를 여러 번 한 후 다시 푹 삶아 싸늘하게 식힌 후 빚어서 넣는데 누룩은 양을 보아가며 넣어라.	
13	살구편	살구편	**살구편** **산사편 잉도편 ᄒᆞᄂᆞᆫ격식이 다 동일 ᄒᆞᆷ** **누른살구 黃熟杏子 만히 짜셔** **경히닥거가마솟에 고아셔 거재ᄒᆞ야 솟에 도로 너허** **셜당이나 쑬이나 화합ᄒᆞ야 조리여** **녹말가로 너허 어리거든 펴ᄂᆡ여 식거든 싸러쓰라**	
			살구편 산사편 앵두편 하는 방법이 다 동일함 누런 살구 많이 따서 깨끗이 닦아 가마솥에 고아서 찌꺼기는 버리고 솥에 도로 넣어 설탕이나 꿀이나 섞어서 졸이어 녹말가루 넣어 엉기거든 퍼내어 식거든 썰어 쓰라.	

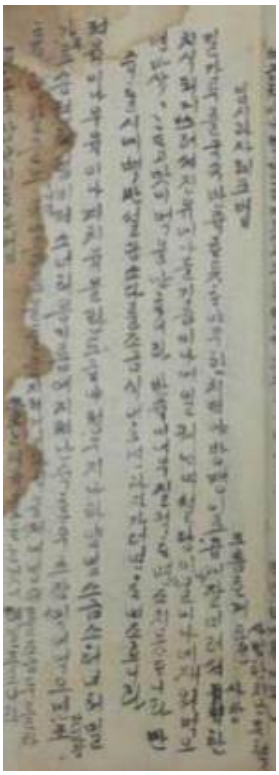
IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	원문명	현대명	원문 번역문	원문 이미지
14	쇼쥬술빗는법	소주 빚는 법	**소쥬술빗는법** **(현미라하는건 겨우 베 껍질만 까노흔 쌀이라)** **복사 쏫필시긔에 가령 현미 일두 ᄒᆞ랴면** **셤누룩[21] 슥장(삼승곡이나 사승곡이나)을 늣는ᄃᆡ** **지밥 쪄식은후 누룩을 쥬먹만큼 툭〃ᄭᅴ트려** **지밥과 켜〃이 느셔 물 두동이 부어 한데** **사오일 두엇다가 괴거든** **막대로 하로한 차리식 무한 져어** **몃칠이든지 막대가 힘 아니드러도** **용이하게 져절노 휙〃도라갈 경도가 된 후 항구를 맛난 자박이로 덥고** **흙을 착〃익이여 쏙 봉하여 두엇다가 사월에 소쥬를 고아라** 소주 빚는 법 (현미라는 것은 겨우 벼껍질(겨)만 까놓은 쌀이다.) 복사꽃 필 때에 만약 현미 1두 하려면 누룩덩어리 3장(3승곡이나 4승곡)을 넣는데 지에밥 쪄서 식힌 후 누룩을 주먹만큼 톡톡 깨뜨려 지에밥과 켜켜이 넣어 물 2동이 부어 4-5일 두었다가 술이 괴거든 막대로 하루에 1차례씩 계속 저어 며칠이든지 막대기 저을 때 힘 안 들어도 쉽게 저절로 획획 돌아갈 정도가 된 후에 항아리 입구를 맞는 자배기로 덥고 흙을 착착 이겨서 꼭 봉하여 두었다가 4월에 소주를 고아라.	
15	임시 제조 진쟝법	급히 진장 만드는 법	**임시제조진쟝법** **셜당을 까마케 복다가 간쟝을 부어 끌이면 진쟝이 되나니라** **(셜당 반근에 간장 두그릇이나 세그릇이나 젹당ᄒᆞ게 붓고** **누른 셜당[22]으로 ᄒᆞ고 너무 타게 복그면 맛이 불호하니** **역시 젹당ᄒᆞ게 복거라)** 급히 진장 만드는 법 설탕을 까맣게 볶다가 간장을 부어 끓이면 진장이 되느니라 (설탕 반근에 간장 두 그릇이나 세 그릇이나 적당하게 붓고 누런/눌은(?) 설탕으로 하고 너무 타게 볶으면 맛이 좋지 않으니 역시 적당하게 볶아라)	

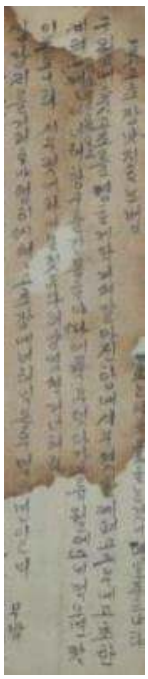
IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	원문명	현대명	원문 번역문	원문 이미지
16	임시 과자 제조법	급히 과자 만드는 법	**임시 과자 졔조법** **밀가루를 국슈반죽ᄒᆞ듯 ᄒᆞ야 무한치ᄃᆡ야** **방맹이로 곱게 잘미러셔** **사방 한치식 되게 쓰러셔** **진유에나 들기름이나에 일궈ᄂᆡ여** **셜당[12]이나 ᄭᅮᆯ이나에 재워먹으면** **바삭〃ᄒᆞ고 맛이 먹을만 ᄒᆞ니라** **반죽이 너무 질컥ᄒᆞ면 조치못ᄒᆞ니라** **반죽ᄒᆞᆯ시에 백반셜당소다[12]를 조금식 너흐면** **과자가 더 연ᄒᆞ여조흐니라** **져육이나 우육이나 계치육을 란도ᄒᆞ야** **졍구지나 파 양염 소금 소허 너허** **밀가루로 송편쳐럼 비져 소너허 콩기름에 지져 난숙ᄒᆞᆫ후** **초쟝 찍어먹으면 맛이 가장 조흐니** **명왈 골노[23],[12]<.니라> 솟에 콩기름[24]을 들느고 지져** **거의 다 익을 ᄯᅢ에 닝슈를 조금 두를차** **골로ᄂᆞᆫ 적육으로 ᄒᆞᄂᆞᆫ 것이 뎨일 조흐니라** 급히 과자 만드는 법 밀가루를 국수 반죽하듯이 하여 한참 치대어 방망이로 곱게 잘 밀어서 사방 1치 길이로 썰어 참기름이나 들기름에 튀긴다. 설탕이나 꿀에 재워먹으면 바삭바삭하고 맛이 먹을 만하다. 반죽이 너무 질퍽하면 좋지 못하다. 반죽할 때 백반, 설탕, 소다를 조금씩 넣으면 과자가 더 연하여 좋다. 돼지고기 쇠고기, 꿩, 닭고기를 잘게 다져 부추나 파, 양념, 소금을 조금 넣어 소를 만든다. 밀가루를 송편처럼 빚어 소를 넣어 콩기름에 지져 잘 익힌 후 초장 찍어 먹으면 맛이 가장 좋다. 이름하여 곤로 솥에 콩기름을 두르고 지져 거의 다 익을 때 냉수를 조금 두른다. 골로난? 적육으로 하는 것이 제일 좋으니라.	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	원문명	현대명	원문 번역문	원문 이미지
17	풋고초장앗지ᄒᆞᄂᆞᆫ법	풋고추 장아찌 하는 법	**풋고초장앗지ᄒᆞᄂᆞᆫ법** **구월에 풋고초를 졍ᄒᆞ게 닥거셔** **알마진 항에 싀우졋 한켸펴고 그우에 고초한켸펴고** **(다소 물론ᄒᆞ고) 켸〃너허 항구를 긴봉ᄒᆞ야** **짜에 푹 무덧다가** **오륙월에 쓰너 먹으면 맛이 조흐니라** **싀우졋에 파 마ᄂᆞᆯ 짓두다려 양념셕거 너허라** **씽당지25)를 거피ᄒᆞ야 졍히 씨셔** **고초장에 너허 익은후 먹으면 일미** 풋고추 장아찌 만드는법 9월에 풋고추를 깨끗이 닦아서 알맞은 항아리에 새우젓 1켜 펴고 그 위에 고추 1켜 펴고 (다소에 관계없이) 켜켜 넣어 항아리 입구를 단단히 봉하여 땅에 푹 묻어 두었다가 5~6월에 꺼내 먹으면 맛이 좋다. 새우젓에 파, 마늘 짓이겨 양념과 섞어 넣어라 씽당지(무짠지의 일종?)를 껍질 벗겨 깨끗이 씻어 고추장에 넣어 익은 후 먹으면 맛이 일품이다.	
18	진장 하난 법	간장 만드는 법	**진장하난법** **졍월에 당거라 그늘에 덥허 두되 골가지 ᄭᅵ난것 염려 말어라** **가을에 담어도 무방** **메쥬를 고초장메쥬갓치 만드러 ᄭᅡ마케 ᄯᅴ워셔 밧삭 말니어** **말에 담어26) 한말이면 물은 두말 소금은27)** 간장 만드는 법 정월 담가라 그늘에 덮어 두되 골마지가 기는 것은 염려 말아라. 가을에 담가도 무방 메주를 고추장 메주같이 만들어 까맣게 띄워서 바싹 말려 말통에 담아 한 말이면 물은 두 말 소금은	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	원문명	현대명	원문 번역문	원문 이미지
19	제목 없음		의28) 한듸나른이 씨어 닥업 업듸ᄒᆞ 갸름 〃 죄악여싸 켸〃노하 띄워 삼일후 손 뒤여 사일되거든 쓰더 말뇌되 너무 마른 즉 작말ᄒᆞ기 어려우니 마초말뇌여 마아시 0편물나됨도곤 조곰 눅은 닷기ᄒᆞ여 가지 외 고초편켜두엇ᄒᆞ되 가지ᄂᆞᆫ 씨셔건져 물긔 ᄲᅦ고 고초외ᄂᆞᆫ 잠간 져리고 지령을 셕그면 조코 소곰 만 하여도 히롬은 아니ᄒᆞ나 지령두어 그릇 너호 이만 못ᄒᆞ니 된 며쥬가로 버무리기를 지령소곰슈량ᄒᆞ여 ᄒᆞ되 승거우면 시고 조곰 짠거 산 오릐두고 쓸시 조흐니 된 작말ᄒᆞ여 묵어 거ᄂᆞᆫ 조곰 더 눅게 소곰물에 하여 욱어지 끼면 그게 달기ᄂᆞᆫ 더하니라 밋히 싱풀깔고 깁히 무더 더운 ᄯᅴᄂᆞᆫ 닷새 만에 ᄂᆡ고 싱량ᄒᆞᆫ ᄯᅴᄂᆞᆫ 칠일만에 여나니라 ᄃᆡ져 익난ᄃᆡᄒᆞ니라 --- 한데 나른하게 찌어 티 없이 하되 갸름하게 죄 익어 쪼개어 놓고 띄워 3일 후 손으로 뒤집어 4일 되거든 말리되 너무 마르면 가루로 만들기 어려우니 알맞게 말리어 00처럼 조금 눅은 듯이 하여 가지 오이 고추 켜로 넣되 가지는 씻어서 건져 물기 빼고 고추와 오니는 잠깐 절여 간장을 섞으면 좋고 소금만 해도 나쁘지 않으나 간장 두어 그릇 넣은 것만은 못하다. 된 메주가루 버무리기를 간장 소금물이랑 하되 싱거우면 시고 조금 짠 것은 00좋으니 되게 가루 내어 묵혀 조금 더 눅눅하게 소금물에 하여 우거지 끼면 그게 달기는 더하다. 밑에 생풀 깔고 깊이 묻어 더운 때는 5일 만에 내고 쌀쌀할 때는 7일 만에 여는데 뒤적여 익으면 된다.	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	원문명	현대명	원문 번역문	원문 이미지
20	싱강장	생강장	**싱강장은 고기 두다려 복가 고쳐 두다려 강즙 짜고** **고기와 삼분지일 합이되게 ᄒᆞ여 장 잡 쌀러치고** **기름만히 ᄒᆞ여 즈즐〃ᄒᆞ게 조려내나니라** **셩장은 숙육을 두다려 각식양염ᄒᆞ여** **육장복닷ᄒᆞ나 잠간더 가날고 무르니라** 생강장은 고기 두드려 볶아 다시 두드려 강즙을 짜고 고기와 1/3 합이 되게 장을 치고 기름 많이 하여 자작하게 조려내느니라 생장은 숙육을 두드려 여러 양념하여 육장 볶듯이 하나 조금 더 가늘고 무르게 한다.	

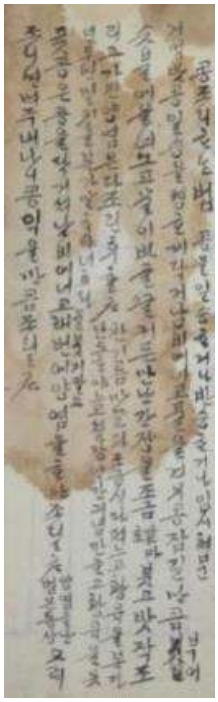
IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	원문명	현대명	원문 번역문	원문 이미지
21	들씨입 장앗지ᄒᆞᄂᆞᆫ 법	들깻잎 장아찌 만드는 법	**들씨입 장앗지ᄒᆞᄂᆞᆫ법** **들 씨입을 조흔것을 팔월에 만이 짜셔** **<정ᄒᆞ게 닥거> 슬젹살며 샥혀** **물부어 쏙눌어 두엇다가** **김장ᄒᆞᆯ시긔에 ᄭᅳ너셔 파 마날 짓두다리고** **씨소금 실고초 셜당 가진 양념ᄒᆞ여** **알마진 항에 입살도 켸〃이 펴고** **양념을 켸〃이 두어** **맛ᄂᆞᆫ 간장을 ᄭᅳ려 식히여 붓고** **곡눌너 두엇다 먹으면 조흐니라** **가을에 풋고초를 짜셔 (싀히지말고) 정ᄒᆞ게 닥거** **(물대마르거든)[29] 고초장에 너허다가 봄ᄭᅵ먹으면 고초맛이 조코** **고초속에 가득ᄒᆞ게 든 물맛이 긔이하니라** **고초를 토장에 늣다 먹어도 조코 장에 몃긔식쓰러 느코 지져도 조흐니라** 들깻잎 장아찌 만드는 법 들깻잎 좋은 것을 8월에 많이 따서 <깨끗이 닦아> 슬쩍 삶아 삭힌다. 물을 부어 꼭 눌러 두었다가 김장할 때 꺼내서 파 마늘 짓이기고 깨소금 실고추 설탕 갖은 양념하여 알맞은 항아리에 잎을 켜켜 넣고 양념을 켜켜 넣는다. 맛있는 간장을 끓여 식혀 붓고 꼭 눌러 두었다가 먹으면 좋다. 가을에 풋고추를 따서 삭히지 말고 깨끗이 닦아 수분이 마르거든 고추장에 넣었다가 봄에 먹으면 고추 맛이 좋고 고추 속에 가득하게 든 물맛이 기이하다. 고추를 토장에 넣었다가 먹어도 좋고 장에 몇 개씩 썰어 넣고 지져도 좋다.	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	원문명	현대명	원문 번역문	원문 이미지
22	콩조리ᄒᆞᄂᆞᆫ법	콩 조리는 법	**콩조리ᄒᆞᄂᆞᆫ법** **콩을 일승ᄒᆞ거나 반승ᄒᆞ거나 임시쳐분** **거먹밤콩 일승을 졍ᄒᆞ게 닥거 남비에 너코** **물을 겨우 콩 잠길만큼 부어 숫불에 올녀노코** **물이 바글 쓸커든** **만난 간장을 조금 알마초 붓고 밧작 조리고** **가진양념은 다조린 후 홀ᄎᆞ** **<찬기름 마늘 파 조금식 다져느코** **황육을 복가 난도ᄒᆞ야 느코** **셜당 약간 긔념만ᄒᆞ고 황육을 못넣으면 멸치를 복가 말ᄒᆞ야 너흐라>** **풋콩은 콩을 닥거셔 남비에 너코 <물붓지말고>** **0번에 양념을 ᄒᆞ야 조릴 ᄎᆞ <양염ᄒᆞ난법은 동상>** **오릭조리면 며주내 나니 콩익을 만큼 조릴 ᄎᆞ** 콩 조리는 법 콩을 1승 넣거나 반승 넣거나 먹을 때 양에 맞춰 사용 검은밤콩 1승을 깨끗이 닦아 냄비에 넣고 물을 콩 잠길 만큼 부어 숯불에 올려놓고 물이 바글바글 끓거든 맛있는 간장을 알맞게 붓고 바짝 조린다. 갖은 양념은 다 조린 후에 한다. <참기름, 마늘, 파 조금씩 다져 넣고 쇠고기 볶아 다져서 넣고 설탕 약간 기별만 하고 쇠고기 없으면 멸치를 볶아 가루 내어 넣어라> 풋콩은 콩을 닦아서 냄비에 넣고 <물 붓지 말고> 양념을 하여 조린다. <양념하는 법은 위와 같다> 오래 졸이면 메주냄새가 나니 콩 익을 만큼만 조린다.	
23	육장하난법	육장하는 법	**육장하난법** **물을 먼저 고붓지게 끌린후** **조흔 졍육을 기래 칠팔푼시 도막 쓰러느어 반쯤 익거든** **맛난 간장을 간 맛초아 샛고 조려야 삼〃하고 맛나니라** **마날과 검은 밤콩이나 강낭콩느코 조리면 맛이 더 조흐니라** 육장하는 법 물을 먼저 강렬하게 끓인 후 좋은 쇠고기를 길이 7~8푼 정도로 토막 썰어 넣고 반쯤 익거든 맛있는 간장으로 간을 맞추어 붓고 졸여야 삼삼하고 맛있다. 마늘 검은밤콩이나 강낭콩을 넣고 졸이면 더 맛이 좋다.	

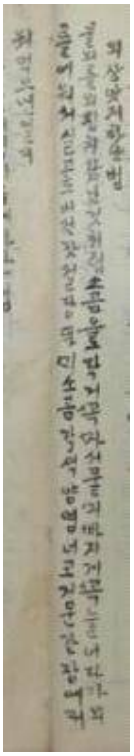
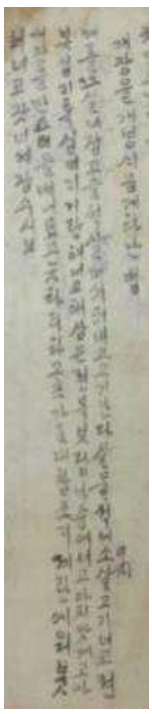
IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	원문명	현대명	원문 번역문	원문 이미지
24	외션하난법	외선하는법	**외션하난법** **동자물외를 경히 싯쳐 소박이 하듯 짝개셔** **살코기를 곱게 다져 가진 양념뭇쳐** **외속에 늑코 녹말가로를 되직하게 하여** **외에 뭇쳐 살작 쪄셔 초장 찍어먹어라** 오이선 만드는 법 어린 물 오이를 깨끗이 씻어 소박이 만들듯 쪼개어 살코기를 곱게 다녀 갖은 양념에 무친다. 오이의 속에 소를 넣고 녹말가루를 되직하게 하여 오이에 무쳐 살짝 쪄서 초장에 찍어 먹어라	
25	경단하난법	경단하는법	**경단하난법** **찰쌀가로를 냉수에 반죽하야 두틈〃 구멍 쩍 맨드러** **끌난물에 너허 익히 푹 살머라** **다 익으면 구멍 쩍이 물우에 쓰나니 쓰거든** **쩍을 자배긔에 건져노코** **방맹이로 조고마한 덩어리하나도** **업시 매오치대고 기여노코** **밤조리 꿀팟으로 소를 맨드러 구멍 쩍에 싸고** **소가로 쩍에도 고물 무쳐 먹어라** **소하난법 계피가로 설당 굴너면 더조코 한듸조화히셔 써라** **물을 먼져 끌린후 구멍 쩍을 너허야 푸러지〃 안나니라** 경단 만드는 법 찹쌀가루를 냉수에 반죽하여 두툼하게 구멍 떡을 만들어 끓는 물에 넣어 익혀 푹 삶는다. 다 익으면 구멍 떡이 물위에 뜨니 뜨거든 떡을 자배기에 넣어 방망이로 조그만 덩어리 하나도 남지 않게 치대어 개어 놓는다. 조림 꿀팥으로 소를 만들어 구멍 떡에 싸고 소가루를 떡에 고물로 묻혀 먹는다. 소하는 법은 계피 가루 설탕 꿀을 넣으면 더 좋고 한데 섞어 쓰라. 물을 먼저 끓인 후 구멍 떡을 넣어야 풀어지지 않는다.	

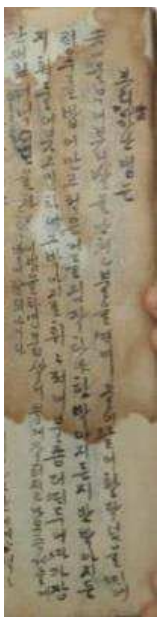
IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	원문명	현대명	원문 번역문	원문 이미지
26	외장 앗지 하난 법	오이 장아찌 하는 법	**외장앗지 하난법** **물외를 외침치 담난것처럼 소곰으로 닥거 꼭 짜서** **물 씌 빠지게 꼭 눌어다가 외를 에워서** **실고초 버섯 잣 설당 파 씨소곰 각색 양념너코** **거문간장에 재워 먹으면 일미** 오이 장아찌 하는법 물오이를 오이김치 담는 것처럼 소금으로 닦아 꼭 짜서 물기 빠지게 꼭 눌렀다가 오이에 칼집을 내어 실고추 버섯 잣 설탕 파 깨소금 갖은 양념 넣고 검은 간장에 재워 먹으면 일품이다.	
27	개장을 개닙 시읍게 하난 법	개장국을 개냄새 없이 만드는 법	**개장을 개닙시 읍게 하난법** **개를 쓰실너 잡고 슬적 살머셔 펴내고** **고기난다살물적에 소살고기 牛肉 너코** **젼복 십기 혹 십여기 기량해너코** **해삼은 젼복보담 나중에 너코 마치 맛게 고아** **개장을 만들 쩍에** **표고 늣타리 파 고초가로 대합 조기** **계란 씨워 붓쳐너코[30] 잣너셔 잡수시오** 개장국을 개냄세 없이 만드는법 개를 그슬려 잡고 살짝 삶아서 꺼내고 고기 삶을 때 소살코기 넣고 전복 10개 혹 십여개 가량 넣고 해삼은 전복보다 나중에 넣고 알맞게 고아 개장국을 만들 때 표고 느타리 파 고춧가루 대합조개 넣고 계란지단 넣고 잣 넣어 잡수시오.	

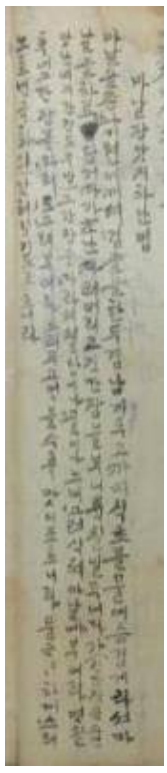
IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	원문명	현대명	원문 번역문	원문 이미지
28	밥 하난 법	밥 하는 법	**밥 하난법** **가령 래일 아침 밥을 하랴면** **오날 져녁ᄃᆡ 쌀을 ᄯᅳ물읍시 졍하게 닥(아)** **일 건져 대속코리에 담어 두어 짜가** **밥할 임시에 밥물을 료량하야 솟에 붓고** **불을 ᄶᅥ야 물이 설〃 ᄭᅳᆯ커든** **일 건져 두어 ᄲᅳᆫ 그 쌀을 드러붓고** **불을 더 ᄶᅥ여 밥물이 활닥 넘어** **다될만하거든 아궁이에 (31)이고** **다시 재칠것 업시32) 그냥 조금 두엇다가 ᄲᅳᆷ들거든 퍼먹을 차** **밥을 이법으로 하면 밥이 쉽게 되고 젓물이 들지 안코** **찌걱〃하난 폐단업고 쌀이 푹무르고 밥이 구슬〃하고 맛이 조호니라** 밥 하는 법 만약 내일 아침밥을 하려면 오늘 저녁때 쌀을 뜨물 없이 깨끗이 씻어 건져 대소쿠리에 담아 두었다가 밥할 때에 밥물 양을 잡아 솥에 붓고 불을 때어 물이 설설 끓거든 아까 건져 두었던 쌀을 붓고 불을 때어 밥물이 훌쩍 넘어 다 될 때쯤 되면 아궁이에 000 다시 재칠 것 없이 그냥 조금 두었다가 뜸 들거든 퍼먹는다 밥을 이 방법으로 하면 쉽게 되고 겉물이 들지 않고 찌걱찌걱하는 폐단 없고 쌀이 푹 물러 밥이 고슬고슬 맛이 좋다.	
29	보리밥 하난 법	보리밥 하는 법	**보리밥 하난법은** **솟에 물부어 보리쌀을 안치고 불을 ᄶᅥ여** **물이 ᄭᅳᆯ어 활닥 넘을 ᄶᅥ에** **릿수를 밥이 만코 적은거를 짐작하야** **한박아지든지 반 박아지든지 휘들러 붓고** **연하여 그 박아지를 휘〃져어** **불좀 더 ᄶᅥ두어 짜가 잠간 재쳐 퍼먹을차** **<이법을 하면 불 삭이 쉽게 잘펴질 나무** **즉 게풀 게밤이 잘되나니라>** 보리밥 하는 법은 솥에 물을 부어 보리쌀을 앉히고 불을 때어 물이 끓어 확 넘으려 할 때 냉수를 밥량을 감안하여 한 바가지나 반 바가지 정도 휘둘러 붓고 이어 그 바가지로 휘휘 저어 불을 조금 더 때다가 잠깐 뒤적여 퍼먹는다. <이 방법은 불씨가 잘 퍼지는 나무 즉 게풀이나 게밤으로 하면 잘 된다.>	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	원문명	현대명	원문 번역문	원문 이미지
30	쇠머리 삼난 법	쇠머리 삶는 법	**쇠머리 삼난법은** **찰베집을 ᄯᅥ셔 살무면 쉽게 잘 익나니라** **찰베집삼단이면 넉〃하니라** 쇠머리 삶는 법은 찰벼짚으로 불을 때어 삶으면 쉽게 잘 익는다. 찰볏짚 3단이면 넉넉하다.	
31	제육 삼난 법	제육 삶는 법	**졔육삼난법은** **돼지를 삼다가 거져서(건져서) 팅수에 헹거 닥가셔** **그 솟헤 물에 도로 너허 삼되** **이갓치 이삼회 하야 살무면 속〃드리 피 ᄭᅴ엇시 푹 잘 익나니라** 제육 삶는 법은 돼지를 삶다가 건져서 냉수에 헹궈 닦은 후 그 솥에 도로 넣어 삶되 이와 같이 2~3회 하여 삶으면 속속들이 핏기 없이 푹 잘 익느니라	
32	마날 장낫지 하난 법	마늘 장아찌 만드는 법	**마날 장앗지하난법** **마날을 종 나기젼에 캐셔 겁줄을 한두겹 남겨두고 싸셔** **식초를 물에 숭겁게 타셔 마날을 하로만 담거다가** **초난 ᄯᅡ라 버리고 진간장을 부어 륙칠일 두아다가** **(진간장 옵스면 만난 여늬 간장도 무방)** **그 간장을 ᄯᅥ셔 셜당이나 ᄭᅮᆯ이나 느며 ᄯᅳ려 식혀** **마날에 부어라** **몃칠후에 그 간장을 따러 ᄯᅩ ᄯᅳ려 부어라** **오래두고 먹을수록 맛이 조흐니라** **등긋〃하게 쓰러 노흐면 국화란 갓허 보기도 조흐니라** 마늘 장아찌 만드는 법 마늘을 (마늘)쫑 나기 전에 캐서 껍질을 한두 겹 남겨두고 싸서 식초를 물에 싱겁게 타서 마늘을 하루만 담갔다가 초는 따라 버리고 진간장을 부어 6~7일 둔다 (진간장 없으면 맛있는 다른 간장도 무방) 그 간장을 떠서 설탕이나 꿀이나 넣어 끓여 식혀 마늘에 부어라 며칠 후에 그 간장을 따라서 또 끓여 부어라 오래두고 먹을수록 맛이 좋다. 둥글하게 썰어 놓으면 국화 같아 보기도 좋다	

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

【『동춘당 음식법』에 기록된 조리법 32품목】

순번	원문명	현대명	조리법 요약
1	진장하는 법	진장하는 법	① 고추장 까맣게 띄운 후 바싹 말린다. ② ① 한 말에 물 두말(소두) 소금 3되를 섞어 그늘에서 60일 둔다. ③ 60일 후 맛이 달고 빛이 붉어지면 한 솥이 7홉이 되게 달인다. ④ 검은 빛을 띄면 그늘에 덮어 두고, 골마지기가 생기면 열어서 말린다.
2	임시 진장하는 법	급히 진장 만드는 법	① 설탕 반근을 까맣게 볶다가 간장 정종병으로 한병을 붓고 끓인다.
3	과하쥬 제조	과하주 제조	① 찹쌀 1승, 소주 1병, 00 2되, 00 3되, 0 2되에 누룩말 4되를 넣는다. ② 엿기름을 되게 빚어 맛이 달 때 소주를 부어 더운데 덮어둔다. ※ 누룩 대신 엿기름을 넣으면 다음날 바로 먹을 수 있다.
4	약과하는 법	약과 하는 법	① 약과 50개 기준으로 밀가루 1두, 참기름 6기, 설탕 5근, 맑은 술 1기, 백반 소다 조금 넣는다. ② 가루 1되에 백반 작은 숟가락으로 하나 넣어 약과가 잘 일어나게 한다.
5	숑로쥬	송로주	① 찹쌀 1승을 씻어 시루에 찐 후 식혀 지에밥을 만든다. ② 송순 1되를 데쳐 물을 뺀 후 청주(1기반 혹은 2기)에 송순을 담가 하룻밤 재운다. ③ ①에 누룩가루 3홉을 송순 담갔던 술과 함께 버무린다. ④ ③의 누룩과 버무린 지에밥 1켜, 송순 1켜 켜켜이 항에 넣는다. 이 때 송순은 끝을 자르고 몸에 털까지 긁어서 다 넣는다. ⑤ 추울 때는 더운 방에 더울 때는 서늘한 곳에 두고 3일이 지나면 단맛이 나는지 살핀다. ⑥ 단 맛이 나면 소주 한 되를 붓고 21일 지난 후 밥풀이 띄면 먹는다. ※ 찹쌀 3두 분량을 하려면 누룩 5되 가량, 송순 1말을 넣는다.
6	기랑쥬법	개량주법	① 누룩은 밀가루 1말에 쌀가루 4승을 넣고 온돌에 두었다가 21일 이후에 쓴다. (누룩은 3승곡이나 1승곡으로 박아야 잘 뜸) ② 개랑주 6두를 만들 때 밑술 8승, 백미팔승의 가루누룩 8승, 물 8승을 넣어 빚는다. ③ 2주일 후, 백미 1/3을 고두밥을 만들고 밑술 1/3과 가루누룩 2승, 물 2말을 넣어 빚어 일주일을 둔다. ④ 쌀 2말로 고두밥을 짓고, 나머지 밑술 1/2와 가루누룩 2승, 물 2말을 넣어 빚어 1주일을 둔다. ⑤ 쌀 2말로 고두밥을 짓고 밑술(1분)과 누룩, 물을 전과 같이 넣어 빚어 1주일 혹은 10일을 둔다. ⑥ ⑤를 용수에 박아 물 4~5두를 넣고 4일 뜨면 국이 많이 나고 술이 독하고 맛이 좋다. ⑦ 누룩은 밀가루 1말에 쌀가루 4승을 넣고 온돌에 두었다가 21일 이후에 쓴다. (누룩은 3승곡이나 1승곡으로 박아야 잘 뜸)
7	쇼쥬조미법	소주 조미법	① 소주 1승에 찹쌀 5합(또는 1승)을 씻어 무르게 밥을 짓는다. ② 밥을 계란만큼 둥글게 말은 후 엿기름 가루를 고루 묻힌다. ③ 소주에 정향가루 1전을 주머니에 넣어 따뜻한데다 하룻밤 둔다. ④ 밥이 다 삭은 후 먹는다. ※ 엿기름 2냥으로 할 때는 정향은 가루가 아닌 부셔서 넣는다. 인삼, 미삼, 용안육을 첨가하면 더 좋다.
8	조미초법	쌀식초 만드는 법	① 찹쌀로 만든 감주를 달게 해서 병에 붓는다. ② ①에 구운 대추 15~16개, 대추 크기와 동일한 누룩 15~16개, 생감 5~6개 썰어 넣는다. ③ 백도라지 넣고 온돌에 덮어두었다 익혀 먹는다. ※ 탁주를 독하게 만들어 하면, 감주로 하는 것보다 독하다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	원문명	현대명	조리법 요약
9	삼해쥬 방문	삼해주 방문	-밑술- ① 정월초 해일에 백미 1승 씻어 가루로 만들고, 끓는 물에 반정도 익혀 범벅을 만든다. ② ①을 식힌 후, 가루누룩 2되 넣고 버무려 항에 담아 단단히 봉하고, 그늘진 곳(광 혹은 찬방)에 둔다. -덧술- ③ 2월 첫 해일에 다시 백미 3두를 가루로 만들고, 물 30승을 끓여 반쯤 익힌다. ④ ③ 식힌 후, 정월 해일에 만든 밑술과 버무려 밀가루 2승 수북이 더 넣어 알맞은 항아리에 담아 단단히 봉한다. -마무리- ⑤ 3월초 해일에 백미 6두로 지에밥을 만들어 식힌 후 물 6두를 끓이지 말고 부어 빚어 ④에 넣는다. ⑥ 다 익은 후 용수에 박고, 매번 해시에 버무려 넣는다.
10	과하쥬 방문	과하주 방문	① 찹쌀 3승을 지에밥을 쪄 식힌다. ② ①에 밀가루 누룩 반 되를 되게 빚어 항아리에 넣어 방에 둔다. ③ 맛이 달면 소주 9그릇 부어 두었다가 먹는다. ※ 완성되면 밥풀이 위에 뜬다. ※ 누룩 대신 엿기름을 넣으면 다음날 먹어야 한다.
11	쳥국장 방문	청국장 방문	① 콩을 한 되 볶아 멧돌로 간다. ② 콩에 물을 붓고 푹 삶아 콩이 무르면 콩과 물을 따로 담아낸다. ③ 삶은 콩을 하룻밤 재워둔 후, 콩과 물을 함께 끓인다. ④ 퇴육살을 동글동글하게 썰고 갈비, 양지머리, 새끼돼지, 막창, 대창, 해삼, 전복, 홍합, 문어, 건대구, 무, 홍고추 다 반듯하게 썰어 푹 끓인다. ⑤ ④에 ③의 끓인 콩을 같이 넣고 푹 곤다.
12	보리탁쥬 방문	보리탁주 방문	① 보리쌀을 깨끗이 씻어 껍질을 벗긴 후 삶는다. ② 삶은 보리쌀을 냉수에 씻고, 건지기를 여러 번 한다. ③ ②를 다시 푹 삶아 차게 식힌다. ④ 차게 식힌 보리쌀을 빚어 적당량의 누룩을 함께 섞는다.
13	살구편	살구편	① 노란빛의 살구를 따서 깨끗이 씻고, 가마솥에 찐 후 찌꺼기는 버린다. ② ①을 솥에 다시 넣고, 설탕 혹은 꿀을 섞어 졸인다. ③ ②에 녹말가루를 다시 넣고 엉기면 퍼내고, 식으면 썬다. ※ 산사편, 앵두편 모두 동일한 방법을 취한다.
14	쇼쥬술빗는법	소주 빚는 법	① 복사꽃 필 때 현미 1두 하려면 누룩덩어리 3장(3승곡 혹은 4승곡)을 넣는다. ② 지에밥을 쪄서 식힌 후 누룩을 주먹만큼 만들고, 항아리에 지에밥과 누룩을 켜켜이 넣어 물 두동이 부어 4-5일 둔다. ③ ②에 술이 생기면, 막대로 하루 한 차례씩 저어 힘을 들이지 않고 저을 수 있을 때 항아리 입구를 자배기로 덥는다. ④ 흙을 짓이겨 ③을 봉하고, 4월이 되면 소주를 곤다.
15	임시 제조 진쟝법	급히 진장 만드는 법	① 설탕 까맣게 볶다가 간장을 부으면 진장이 된다. ※ 1) 설탕 반근을 적당히 볶는다. 2) 1)의 볶은 설탕에 간장 두 그릇(혹은 세 그릇)을 붓는다.

33) 해독이 어려워 추측하여 기재

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	원문명	현대명	조리법 요약
16	임시 과자 제조법	급히 과자 만드는 법	① 밀가루 반죽을 만들고, 국수 반죽하듯 치댄다. (반죽은 질퍽하지 않도록 함) (반죽 시 백반, 설탕, 소다를 조금 넣으면 과자가 더 연함) ② 방망이로 잘 밀고, 사방 1치 길이로 썬다. ③ 참기름이나 들기름에 ②를 튀긴다. ④ 튀긴 과자를 설탕이나 꿀에 재워 먹는다. ⑤ 돼지고기. 쇠고기, 꿩, 닭고기, 부추, 파, 양념, 소금을 조금 넣고 소를 만든다. (적육으로 하는 것이 가장 좋다.) ⑥ 밀가루 반죽에 ⑤의 소를 넣어 송편처럼 빚는다. ⑦ ⑥을 곤로 솥에 콩기름을 넣고 지진 후 다 익을 때쯤 냉수를 조금 넣는다. ⑧ 잘 익힌 과자를 초장에 찍어 먹는다.
17	풋고초장앗지ᄒᆞᄂᆞᆫ법	풋고추 장아찌 하는 법	① 9월에 풋고추를 깨끗이 씻고 ② 새우젓은 파, 마늘 짓이겨 양념과 섞어 넣는다. ③ 양념한 새우젓 한 켜, 고추 한 켜씩 넣고 항아리 입구를 봉한다. ④ ③을 땅속에 묻고, 5~6월에 꺼내 먹는다. ※ 무짠지를 껍질을 벗겨 시소, 고추장에 넣어 익힌 후 먹는다.
18	진장 하난 법	간장 만드는 법	① 정월에 장을 만들고, 그늘에 덮어 둔다. (골마지기가 가는 것은 염려 말아라.) ② 메주를 고추장 메주같이 만들어 까맣게 띄워 바싹 말린다. ③ 말통에 담아 한 말이면 물 두말, 소금은...(이하 글 누락) ※ 가을에 담가도 무방하다.
19	제목 없음	제목 없음	① 메주를 한데 찌어 티 없이 하되 가름하게 익어 쪼개놓고 띄운다. ② 3일 후 손으로 뒤집어 4일이 되면 말린다. 단, 바싹 말리지는 않는다. ③ 가지는 씻어 건져 물기를 빼고, 고추와 오니는 잠깐 절여 간장을 섞거나 소금을 섞어 준비한다. ④ 알맞게 마른 ②에 가지, 오이, 고추를 켜켜이 넣는다. ⑤ 된 메주가루 버무리기를 간장 소금물과 하고, 조금 짠 것은 되게 가루 내어 묵힌다. (조금 더 눅눅하게 소금물에 하여 우거지가 낀 것이 더 달음) ⑥ 밑에 생풀을 깔고 깊이 묻어 더운 데는 5일 만에 내고, 쌀쌀할 때는 7일 만에 여는데 뒤적여 익으면 된다.
20	싱강장	생강장	① 고기를 잘게 다져 볶다가 다시 두드려 강즙을 짠다. ② 고기와 장을 섞어 합이 1/3이 되게 버무린다. ③ 기름을 많이 넣고 ②를 자작하게 조린다. ④ 생장은 숙육을 두드려 양념한다. ⑤ ④을 육장 볶듯이 하고 조금 더 가늘고 무르게 한다.
21	들씨입 장앗지ᄒᆞᄂᆞᆫ 법	들깻잎 장아찌 만드는 법	① 8월에 딴 들깻잎을 깨끗이 씻어 살짝 삶은 뒤 삭힌다. ② 물을 부어 꾹 눌러 두었다가 김장할 때쯤 꺼낸다. ③ 짓이긴 파, 마늘과 깨소금, 실고추, 설탕을 한데 섞어 양념을 준비한다. ④ 간장을 끓인 후 식힌다. ⑤ 항아리에 들깻잎 한 켜, 양념 한 켜 씩 넣고 ④의 간장을 붓고 꾹 눌러 두었다 먹는다. ⑥ 가을에 풋고추를 따서 깨끗이 씻는다. ⑦ 수분이 마르면 고추장에 넣었다가 봄에 먹는다. (고추 속에 가득하게 든 물맛이 기이하며 좋음) ※ 고추를 토장에 넣었다가 먹어도 좋고, 장에 몇 개씩 썰어 넣고 지져도 좋다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	원문명	현대명	조리법 요약
22	콩조리 ᄒᆞᄂᆞᆫ 법	콩 조리는 법	① 검은밤콩 1승을 깨끗이 씻고 냄비에 넣고 물을 콩이 잠길 만큼 부어 숯불에서 끓인다. ② 물이 끓으면 간장을 알맞게 붓고 바짝 조린다. ③ 다진 쇠고기를 볶아 설탕 간을 한다. ④ ③과 참기름, 다진 마늘·파로 갖은 양념을 만들고 ②의 조려진 콩에 양념을 첨가한다. ※ 쇠고기가 없다면 멸치를 볶아 가루를 내어 쓴다.
23	육장 하난 법	육장 하는 법	① 물을 팔팔 끓인 후 7~8분 길이로 토막 낸 쇠고기를 넣는다. ② 간장으로 간을 맞추고 간이 맞을 때까지 조린다. ※ 마늘, 검은밤콩, 강낭콩을 넣고 졸이면 맛이 좋다.
24	외션 하난 법	외선 하는 법	① 어린 물 오이를 깨끗이 씻은 후, 오이소박이 만들 듯 오이 가운데 칼집을 내어 준비한다. ② 고기를 곱게 다져 갖은 양념을 한다. ③ 칼집 낸 오이 속에 ②를 넣는다. ④ 녹말가루를 되직하게 준비하고 오이에 살짝 무쳐 쪄낸다. ⑤ 먹을 때는 초장을 곁들여 먹는다.
25	경단 하난 법	경단 하는 법	① 찹쌀가루를 냉수에 반죽하여 가운데 구멍을 만든다. ② ①을 끓는 물에 넣고, 반죽이 떠오르면 익은 것이므로 건진다. ③ 떡을 자배기에 넣고 골고루 치댄다. ④ 조림 꿀팥(계피가루, 설탕을 함께 넣음)으로 소를 만든다. ⑤ ④의 소를 구멍 떡에 싸고, 소가루를 고물로 묻혀 먹는다.
26	외장 앗지 하난 법	오이 장아찌 하는 법	① 물오이를 오이김치 담는 것처럼 소금으로 닦아 꼭 짜고, 물기가 빠질 수 있게 무거운 것으로 눌러 놓는다. ② 오이에 칼집을 낸다. ③ 실고추, 버섯, 잣, 설탕, 깨소금으로 갖은 양념을 만든다. ④ 오이를 갖은 양념에 버무리고, 간장에 재워 두었다가 먹는다.
27	개장을 개닙 ᄉᆡ읍게 하난 법	개장국을 개냄새 없이 만드는 법	① 개의 껍질을 그슬려서 준비한다. ② 물을 끓여 개를 삶을 때, 소살코기와 전복 10개가량 넣는다. ③ 전복이 어느 정도 익으면 해삼을 넣는다. ④ 표고버섯, 느타리버섯, 파, 고춧가루, 대합조개 넣는다. ⑤ 계란 지단을 만든다. ⑥ 마지막에 계란지단과 잣을 고명으로 올려둔다.
28	밥 하난 법	밥 하는 법	① 내일 아침밥을 준비할 때 전날 저녁, 쌀을 뜨물 없이 깨끗이 씻는다. ② 씻은 쌀을 소쿠리에 건져둔다. ③ 다음날 아침 밥할 때, ②에 맞는 적당량의 물만 솥에 붓고, 불을 땐다. ④ 솥에 물이 살살 끓으면, ②의 건져두었던 쌀을 넣는다. ⑤ 불을 더 때어 밥물이 넘어 다 될 때쯤 되면 불을 약하게[33] 두어 뜸을 들인다. ※ 밥을 이 방법으로 하면 쉽게 겉물이 들지 않고, 질지 않고 고슬고슬한 밥을 만들 수 있다.
29	보리밥 하난 법	보리밥 하는 법	① 솥에 물을 부어 보리쌀을 앉히고 불을 땐다. ② 물이 끓어 넘으려 하면 냉수를 한 바가지 혹은 반 바가지(물은 밥량에 맞춤)휘둘러 붓는다. ③ ②의 바가지로 휘휘 젓은 후, 불을 더 때고 잠깐 뒤적여 먹는다. ※ 이 방법으로 할 때 불씨가 잘 지펴지는 나무인 게풀이나 게밤으로 하면 좋다.
30	쇠머리 삼난 법	쇠머리 삶는 법	① 찰벼짚으로 불을 떼어 삶으면 쉽게 익는다. ※ 이 때, 찰볏짚 3단이면 넉넉하다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

순번	원문명	현대명	조리법 요약
31	제육 삼난 법	제육 삶는 법	① 돼지를 삶다가 건져서 냉수에 헹궈 닦는다. ② ①의 솥을 다시 이용하여 돼지를 삶는다. ③ ①~②의 방법을 2~3회 실시하여, 돼지 속 핏기가 없게 푹 익힌다.
32	마날 장낫지 하난 법	마늘 장아찌 만드는 법	① 마늘을 줄기(쫑)이 나기 전에 캐고, 마늘의 껍질을 한두 겹 남겨두어 준비한다. ② 식초를 물에 싱겁게 타서 마늘을 하루 동안 담가둔다. ③ 식초는 버리고, 진간장을 부어 6~7일 둔다. (진간장이 없다면 다른 간장도 무방함) ④ ③의 간장만 따로 떠내고, 설탕 혹은 꿀을 넣어 끓여 식힌다. ⑤ ④의 식힌 간장을 마늘에 다시 붓는다. ⑥ 간장을 다시 따로 내고, 또 끓여 식혀 마늘에 다시 붓는다. ※ 오래두고 먹을수록 맛이 좋다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

<붙임 2>

(제4협동) 종가·명가 내림음식과 고 조리서 비교

<종가·명가 내림음식과 고 조리서 비교> 전라·제주 지역 : 총 12항목(10가문)

○ 닭떡국

<표 1> 닭떡국의 재료와 조리법 비교

가문/문헌명	음식분류	음식명	재료			조리법
			주재료	부재료	양념	
행주 기씨 노사 기정진 종가/ 전남 장성	주식류	닭떡국	닭 1마리, 떡국떡 200g	닭 육수 6컵, 대파 1/3대, 마늘 15g	다진 마늘 1/2큰술, 다진 대파 1큰술, 달걀 2개, 소금 1큰술	① 생닭은 뼈와 살을 발라준다. ② 남은 닭 뼈는 마늘을 넣고 삶아 닭 육수를 만든다. ③ 대파는 어슷하게 썬다. ④ 닭살을 곱게 다져 다진 마늘, 다진 대파를 섞어 지름 2cm 크기의 완자를 만든다. ⑤ 준비한 닭 육수가 끓어오르면 닭 완자를 넣어준다. ⑥ 닭 완자가 익어 떠오를 때 떡국떡을 넣고 끓인다. ⑦ 떡이 떠오르기 시작하면 소금 간을 하고 대파와 달걀을 풀어 넣는다.
시의전서 (1800년대 말)		湯餠 썩국 [탕병 떡국]	흰떡	고기장국, 고기볶은즙, 약산적	후춧가루	① 흰떡은 납작하게 썬다. ② 고기장국은 생치국은 맛있게 끓이고, 국물이 끓으면 썰어둔 떡을 데친다. ③ 국물에 고기 볶은 즙과 데쳐놓은 떡을 넣고 약산적을 얹은 후 후춧가루를 뿌린다. ④ 장국을 따뜻하게 끓여서 곁에 두고 계속 부어가며 먹는다.
조선요리제법 (1934년판)		떡국	흰떡 15가래	고기 0.5근	간장 1/2 종자, 깨소금 1숟가락, 달걀 1개, 후추 조금, 파 큰 뿌리, 물 3그릇 가량	① 산적이나 섭산적을 만들어 약 2cm 길이, 1cm 너비로 썬다. ② 맑은 장국을 끓인다. ③ 흰떡을 0.3cm 정도 두께 되도록 어슷하게 썬다. ④ 국물이 끓으면 썰어둔 떡을 넣고 떡이 익을 때까지 끓인다. ⑤ 달걀을 풀어서 넣고 저어 그릇에 담고 산적 썬 것을 위에 고명으로 얹는다.
우리나라 음식 만드는 법 (1954년)		생떡국 (사철)	쌀가루 5홉	정육 1/4근	간장 1종자, 후춧가루 조금, 깨소금 1큰술 파 2뿌리, 마늘 2쪽, 기름 조금, 물 5홉	① 쌀가루는 익반죽해서 도토리 크기로 동그랗게 빚어 놓는다. ② 살코기는 채 썰어 양념한 뒤 볶아서 식혀둔다. ③ 채 썰고 남은 고기는 잘게 썰어서 갖은 양념을 한 뒤 국물에 넣어 맑은 장국을 끓인다. ④ 국물이 끓으면 떡을 넣고 떡이 떠오를 때까지 끓인다. ⑤ 그릇에 떡국을 담고 고기 볶은 것을 고명으로 얹는다.
○ 조리변화상 고찰						
떡국에 관한 조리서의 내용을 살펴보면, 주로 고기장국(주로 소고기나 꿩고기)에 떡을 넣고 끓여 산적을 얹어 낸다. 1819년 김매순(金邁淳)이 한양(漢陽)의 연중행사를 기록한 『열양세시기(洌陽歲時記)』를 보면 소나 꿩대신 돼지고기, 닭고기도 이용했던 것으로 나타난다. 『시의전서』에는 꿩으로 국물을 내고 고명으로 약산적을 얹었으며, 1950년대 『우리나라 음식 만드는 법』에는 고기채를 볶아 고명을 올렸는데, 행주 기씨 노사 기정진 종가의 떡국은 닭으로 국물을 내고 살코기는 완자로 빚어 고명으로 사용했다는 점에서 독특한 사례라 할 수 있다. 고명으로 산적이나 완자를 사용하는 방식은 1960년 이전까지 냉면 조리법에서도 볼 수 있던 현상이나 조리법의 간소화를 추구하는 경향과 함께 점차 사라졌을 것으로 추정된다.						

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

○ 홍어찜

<표 2> 홍어찜의 재료와 조리법 비교

가문/문헌명	음식분류	음식명	재료			조리법
			주재료	부재료	양념	
선산 유씨 미암 유희춘 종가/ 전남 담양군	부식류	홍어찜	홍어 1마리	파 2대	깨소금 적당량, 소금 적당량	① 찜통에 물을 넣고 끓여준다. ② 파는 채를 썰어준다. ③ 홍어는 소금간을 하고 파를 올려 쪄준다. ④ 깨소금을 뿌려 완성한다.
산림경제 (1700년대)		洪魚 [홍어]	홍어		감장즙	① 끓는 물에 점액을 씻어낸다. ② 편으로 잘라 감장즙에 찐다. ※ 홍어의 백란(미수정 알)을 즙에 섞으면 맛이 좋다.
농정회요 (1830년경)		洪魚 [홍어]	홍어		감장즙	① 끓는 물에 점액을 씻어낸다. ② 편으로 잘라 감장즙에 찐다. ※ 백란(미수정 알)을 즙에 섞으면 맛이 좋다.
○ 조리변화상 고찰						
홍어찜은 전라도지역의 토속음식으로 널리 애용되고 있지만 고 조리서에서 관련 기록을 찾기는 쉽지 않다. 다행히 농서에서 조리방법을 확인할 수 있는데, 홍어를 씻어 점액질을 제거한 다음 편으로 썬 뒤 감장즙(간장)을 넣고 쪘다. 이때 홍어알을 감장에 섞으면 더 맛있다고 했다. 선산 유씨 미암 유희춘 종가에서 내림되고 있는 홍어찜은 찔 때 간장은 사용하지 않고 소금으로만 간을 해서 파와 함께 쪄내는데, 최근 전라도지역에서 먹는 방식도 이와 유사하다. 『전통향토음식용어사전』(농진청, 2010)의 홍어찜법을 보면 소금과 청주로만 밑간을 해서 찐 후, 먹을 때 간장에 갖은 양념을 배합한 양념장을 곁들이는 방식이다.						

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

○ 찹쌀녹두닭죽

<표 3> 찹쌀녹두닭죽의 재료와 조리법 비교

가문/문헌명	음식분류	음식명	재료			조리법
			주재료	부재료	양념	
장흥 고씨 제봉 고경명 종가/ 광주광역시	부식류	찹쌀 녹두 닭죽	찹쌀 100g, 녹두 100g	<육수> 닭 700g(1마리), 물 2L(10컵), 오가피 10g, 황기 15g	소금 2큰술, 후춧가루 2큰술, 다진 마늘 2큰술, 다진 대파 4큰술	① 냄비에 닭과 오가피, 황기를 넣고 끓여 육수를 만든다. ② 녹두는 깨끗이 씻어서 5시간 이상 불린 다음 체에 걸러 물기를 뺀다. ③ 찹쌀을 씻어서 2시간 이상 불린 다음 체에 걸러 물기를 뺀다. ④ 육수를 끓인 닭은 건져서 살을 찢어 놓는다. ⑤ 육수에 녹두와 찹쌀을 넣고 죽을 끓인다. ⑥ 죽 농도가 나오면 찢어놓은 닭살과 다진 마늘, 다진 대파를 넣고 소금, 후춧가루 간을 해서 완성한다.
산림경제 (1700년대)		鷄粥 [계죽]	암탉, 멥쌀	달걀		① 암탉을 푹 고아 뼈를 발라내고 국물은 체에 밭쳐 기름기를 걷어낸다. ② 멥쌀은 간을 맞춘 후 국물에 넣고 충분히 익힌다. ③ 쌀이 익으면 닭고기와 달걀을 풀어 넣고 한소끔 끓인다.
농정회요 (1830년경)		鷄粥 [계죽]	암탉, 새알심(멥쌀)	계란		① 암탉을 푹 무르게 삶아 낸 다음 체에 받쳐 기름기를 제거한다. ② 닭국물이 끓으면 멥쌀로 만든 새알심을 넣고 죽을 쑨다. ③ 다 익으면 간을 맞추고 계란을 넣어 풀어준 뒤 한소끔 끓여낸다.
조선무쌍신식 요리제법 (1936년)		닭죽 (鷄粥)	암탉, 멥쌀		장, 기름, 파, 후추	① 늙은 암탉은 푹 삶아낸 뒤 국물을 굵은 체에 거른다. ② 기름을 걷어낸 국물에 쌀을 넣고 끓인다. ③ 장으로 간을 맞추고 기름, 파, 후춧가루를 넣어 맛을 낸 뒤 쌀알이 풀어지도록 푹 익힌다. ④ 3에 계란 두어 개를 넣고 풀어서 한번 끓어오르면 먹는다.
임원십육지 (1835년경)		綠豆粥方 [녹두죽방]	녹두, 찹쌀	생강즙, 흰 꿀		① 생강을 끓여 건더기는 건져 버리고 탕에 흰 꿀과 녹두를 넣어 푹 삶는다. ② 찹쌀은 거칠게 빻아 가루로 만든다. ③ 찹쌀가루에 생강즙을 넣고 버무려 새알심을 만든다. ④ 녹두국물에 쌀가루와 새알심을 넣고 익혀 죽을 쑨다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

조선요리제법 (1934년판)		녹두죽	녹두 5홉, 쌀 2홉	물 1되		① 녹두는 물을 넉넉하게 부어 푹 삶는다. ② 녹두는 삶은 물과 건더기를 분리한다. ③ 삶은 녹두 건더기를 으깨어 체에 거른 뒤 잠깐 동안 그대로 두어 가라앉힌 다음 윗물과 앙금을 분리한다. ④ 녹두 윗물과 쌀을 솥에 넣고 푹 끓이다가 가라앉은 녹두앙금을 마저 붓고 주걱으로 저어가면서 뭉근하게 끓인다. ⑤ 새알심을 넣을 경우 찹쌀가루를 반죽해서 은행크기로 동그랗게 빚어서 끓는 죽에 넣고 잠깐 더 끓인 후에 바로 퍼서 먹는다. ※ 찹쌀가루가 없으면 인절미를 골패 짝만 하게 썰어 넣는다.

○ 조리변화상 고찰

닭죽에 관한 조리서의 내용을 살펴보면, 『산림경제』, 『농정회요』에서 볼 수 있듯이 대개 멥쌀을 이용했다. 또한 암탉을 푹 고은 후 기름기를 걷어내 감칠맛을 높이고자 했다. 이러한 조리 방식은 1900년대에도 이어져 『조선무쌍신식요리제법』에서도 살펴볼 수 있다. 한편 녹두만을 이용해서 죽을 제조하기도 하였는데, 『임원십육지』는 생강을 끓인 물에 꿀과 녹두를 섞어 푹 익히고, 찹쌀가루로 만든 새알심을 넣어 먹었다. 『조선요리제법(1934)』에서는 『임원십육지』 제법과 유사하나 다른 재료를 넣어 따로 국물을 우려내지 않았다. 장흥 고씨 제봉 고경명 종가에서 내림되고 있는 찹쌀녹두닭죽은 오가피, 황기를 넣어 우려낸 물을 육수로 사용해서 녹두와 닭을 동시에 넣고 익히는 특징을 지닌다. 닭백숙을 할 때 녹두를 뱃속에 넣거나 닭국물을 이용해 녹두죽을 만드는 조리법이 대중들에게 익숙해지기 시작한 것은 1990년대 후반 이후기사에서 여름휴양지 별식으로 소개되기 시작한 이후 차츰 확산되면서부터라 할 수 있는데 장흥 고씨 종가에서는 오래 전부터 내림음식으로 전해져 왔다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

○ 곰국

<표 4> 곰국의 재료와 조리법 비교

가문/문헌명	음식분류	음식명	재료			조리법
			주재료	부재료	양념	
밀양 박씨 청재 박심문 종가/ 전남 나주	부식류	곰탕	양지머리 300g,	양 150g, 무 250g, 양파 1/2개, 대파 2대	물 1.5L(7컵), 한식간장 1.5큰술, 참기름 약간, 소금 약간, 후춧가루 약간	① 양은 속껍질이 나오도록 말끔히 벗겨 소금으로 문질러 헹군다. ② 양지머리는 핏물을 빼서 준비한다. ③ 냄비에 양지머리와 양을 넣고 잠길 만큼 물을 붓고 푹 끓인다. ④ 양지머리와 양이 익으면 무와 양파, 대파를 넣고 무가 완전히 익을 때 까지 푹 끓인다. ⑤ 양파와 대파는 건져낸 후, 양지머리는 결대로 찢고 양은 0.5cm 두께로 얇게 어슷하게 썰어서 섞어준다. ⑥ 양지머리와 양을 한식간장, 참기름, 후춧가루로 양념해서 버무린다. ⑦ 무는 푹 삶아진 것은 건져내고 아삭아삭하게 삶아진 것을 나박나박 깍두기처럼 얇게 썬다. ⑧ 재료가 준비되면 육수에 양념한 고기와 무, 대파를 넣고 끓여서 내준다.
산림경제 (1700년대)		煮驢馬腸 [자려마장]	나귀 창자	호두 3개	참기름, 파, 후추	① 나귀 창자를 깨끗이 씻어 누린내를 제거한다. ② 창자를 끓는 물에 담가 반쯤 익힌 뒤 체에 받쳐둔다. ③ 2의 창자에 참기름, 파, 후추를 넣고 섞어 양념한다. ④ 호두 3개와 깨끗한 물을 넣고 뭉근하게 곤다.
조선요리제법 (1921년판)		곰국 (잡탕) (사철음식)	고기(홀떼기)	허파, 양, 고자소니, 창자, 무	간장, 기름, 깨소금, 후춧가루, 파	① 고기(홀떼기)와 허파, 양, 고자소니, 창자, 지라, 무를 깨끗하게 씻어 솥에 넣고 적당량의 물을 붓는다. ② ①을 푹 끓인 후 꼬챙이로 찔러보아 잘 익으면 건져 낸다. ③ ②에 각각을 골패 짝 만큼씩 썬 후 함께 그릇에 담는다. ④ ③에 간장과 기름과 깨소금, 후춧가루, 짓이긴 파를 넣고 충분히 간이 베도록 양념한다. ⑤ 무 썬 것은 따로 그릇에 담고 간장이 무에 살짝 스밀 정도로 간을 한 뒤 넣고 간을 맞추며 끓인다. ※ 먹을 때 주발에 국을 푸고 양념해둔 고기를 조금씩 넣어 먹는다. ※ 사람이 많을 때는 위의 방법으로, 집에서는 고기를 함께 넣어 끓인다.
우리음식 (1948년)		곰국 (肉湯)	사태 200g	꼬리 200g, 허파 120g, 양 120g, 곱창 120g, 무 또는 파 600g	간장 약간, 물 600L	① 사태, 꼬리, 허파, 양, 곱창을 모두 씻어서 통째로 끓인다. ② 거의 익었을 때 무와 파를 통으로 넣고 장으로 간을 한 뒤 다시 끓인다. ③ 고기와 무가 푹 무른 뒤 건져 잘게 썰고 후추와 다진 파로 양념을 한다. ④ ③을 뜨거운 국물에 넣어 먹는다.

○ 조리변화상 고찰

곰국은 고음(膏飮)이라고 해서 고기와 내장류를 통째로 오랜 시간 고아 국물을 우려내 만드는 음식으로 특별한 조리기술을 요하지 않기에 오래 전부터 이어져왔을 것으로 추정되는 전통 탕류 조리법이다. 다만, 고기와 내장의 누린내를 잘 잡아내는 것이 중요한데, 『산림경제』에 소개된 나귀곰국을 보면 나귀의 창자를 한 번 데쳐 누린내를 없애되, 누린내를 제거하기 위해 호두알을 함께 넣었다. 삶은 창자를 양념해서 다시 새로운 국물을 부으면 특유의 누린내를 없앨 수 있다. 『조선요리제법』, 『우리음식』을 살펴보면 고기 외 허파, 양 등과 같은 부산물을 섞어 만들어 잡탕, 육탕으로 불린 것을 볼 수 있다. 밀양 박씨 박심문 종가에서 내림되고 있는 곰탕 역시 양념한 양지머리와 양에 육수를 부어 무, 대파, 양파를 함께 내는 형태이다. 이러한 조리법은 특별한 조리기술을 포함하지 않는 만큼 과거의 곰탕 만드는 법과 크게 달라진 것이 없다. 다만 국물의 감칠맛과 시원한 맛을 더하기 위해 대파, 무, 양파를 함께 넣어 고아낸다는 점이 좀 더 진보한 형태로 보인다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

○ 대추주악

<표 5> 대추주악의 재료와 조리법 비교

가문/문헌명	음식분류	음식명	재료			조리법
			주재료	부재료	양념	
서도 장씨 진안공파 종가/ 전북 김제시	부식류	대추주악	거피녹두 50g	소금 2g, 꿀 14g, 찹쌀가루 80g, 대추 40g, 소금 3g, 물 50g, 설탕 60g, 조청 60g		① 거피한 녹두를 물에 불려 찜통에 무르게 찐 후 소금을 넣고 가루를 만든다. ② 거피녹두가루를 체에 내린 후 꿀을 섞어 소를 만든다. ③ 냄비에 물과 설탕을 넣고 끓여 절반으로 양이 줄었을 때 조청을 넣어 집청을 만든다. ④ 대추는 속 씨를 제거하고 곱게 다진 후 찹쌀가루와 소금을 넣고 익반죽한다. ⑤ 찹쌀 익반죽에 거피녹두 소를 넣고 송편 크기로 동그랗게 빚고, 조금 납작하게 만든다. ⑥ 식용유를 두른 팬에 주악을 지지고 집청을 묻히고 설탕을 뿌린다.
윤씨음식법 (1854년)		대초조악	대추, 찹쌀 가루	생강즙 양념		① 대추는 곱게 다진 뒤 찹쌀가루와 섞어 반죽한다. (익반죽을 하지 않아야 부드럽고 좋다.) ② 끓는 물에 반죽을 넣고 삶는다. ③ 반죽이 익으면 다진 대추를 넣고 친다. ④ 생강즙과 양념은 통상적인 방법대로 만들어 쓴다.
시의전서 (1800년대 말)		듸쵸쥬악	대추			① 대추를 곱게 다진 뒤 생반죽으로 반죽해서 먹기 좋게 빚는다.
음식방문 (1880년경)		약조악	대추 마른 것, 찹쌀 가루			① 마른 대추는 씨를 제거하고 찹쌀가루를 조금 넣고 부드럽게 찧는다. ② 굵은 체에 얹어 검은 빛이 나도록 무르게 찐다.
조선요리법 (1943년)		대추주악	찹쌀가루 1되, 대추 다진 것 1공기	꿀소 1홉, 참기름, 설탕 1공기		① 대추는 곱게 다지고 찹쌀가루를 고운 겹체에 친다. ② 덩어리 1개로 자그만하게 만들어 끓는 물에 넣고 삶는다. ③ 2를 건져내어 남은 가루와 대추를 넣고 같이 섞어 삶은 덩어리로 반죽을 한다. ④ 속을 조금씩만 넣어 송편처럼 빚는다. ⑤ 참기름을 끓이다가 여기에 빚은 반죽을 넣고 지진다. ⑥ 설탕에 넣어 따뜻한 채로 두면 설탕이 녹아 재워진다.

○ 조리변화상 고찰

주악은 갖가지 떡 위에 웃기로 사용될 정도로 모양새가 작고 고왔으며 조약돌처럼 생겨 주악이라 이름 붙여졌다. 1800년대 조리서인 『윤씨음식법』, 『시의전서』, 『음식방문』 모두 곱게다진 대추를 이용해서 찹쌀가루와 섞어 반죽했다. 다만, 『윤씨음식법』의 경우 경단 조리법과 유사하게 끓는 물에 익히는 방식을 취한 반면, 『음식방문』의 경우 찌는 조리법을 이용했다. 1943년 조리서인 『조선요리법』 역시 곱게 다진 대추에 찹쌀가루를 섞어 반죽하나, 마지막에 지져 설탕에 재우는 방식을 취했다. 서도 장씨 진안공파 종가 역시 『조선요리법』과 동일하게 기름에 지져 내나, 대추와 함께 녹두가루를 이용해서 반죽에 이용한 특징을 지닌다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

○ 콩나물잡채

<표 6> 콩나물잡채의 재료와 조리법 비교

가문/문헌명	음식분류	음식명	재료			조리법
			주재료	부재료	양념	
언양 김씨 장무공 김준 종가/ 전북 정읍	부식류	콩나물잡채	콩나물 200g	다시마 25g, 미나리 30g, 무 80g, 불린 고구마순 80g	식초 2.5큰술, 가는 고춧가루 2큰술, 깨 1큰술, 다진 마늘 1큰술, 다진 대파 2큰술, 조청 2큰술, 설탕 2.5큰술, 소금 1.5큰술	① 말린 고구마순은 물에 불려 준비한다. ② 콩나물은 머리와 꼬리를 제거해서 끓는 소금물에 5분 간 데치고 찬물에 행군 뒤 체에 밭쳐 물기를 뺀다. ③ 고구마 순은 콩나물과 마찬가지로 끓는 물에 약 5분간 데치고, 찬물에 행군 뒤 소쿠리에 밭쳐, 물기를 뺀다. ④ 무는 채 썰고 다시마는 살짝 씻어서 얇게 썰고 고구마순과 미나리는 적당한 크기로 썬다. ⑤ 콩나물, 미나리, 고구마순, 다시마, 무에 다진 마늘과 다진 대파, 식초, 고춧가루, 깨, 조청, 설탕, 소금을 넣고 무친다.
농정회요 (1830년경)		黃豆芽	대두			1. 콩나물 기르기 ① 대두를 깨끗하게 일어둔다. ② 콩에 물기가 있을 때 부들로 잘 싸두고 매일 물을 뿌려 준다. ③ 싹이 조금 나면 껍질은 버리고 깨끗이 씻는다. 2. 콩나물 무침 양념하기 ① 콩나물은 끓는 물에 데쳐 찬물에 행군 뒤 물기를 꼭 짠다. ② 향신, 귤채, 목이버섯, 불수감열매를 채를 썬다. ③ ① 과 콩나물 잘 섞는다. ④ ②에 참기름과 설탕을 많이 넣고 식초를 섞는다.
시의전서 (1800년대 말)		콩나물	콩나물			① 콩나물은 머리와 꼬리를 제거한 뒤 기름을 두르고 볶는다.
조선요리제법 (1934년판)		콩 나물 (사철)	콩나물 1대접	(고기)	마늘 조금, 간장 2숟가락, 생강 조금, 기름 2숟가락, 파 1뿌리, 깨소금 1숟가락, 고추 1개	① 콩나물의 꼬리를 다듬고 찬물에 깨끗이 씻는다. ② 번철에 기름을 두르고 뒤적거리면서 골고루 볶는다. ③ 콩나물이 익으면 마늘, 생강, 파, 고추 다진 것을 넣고 간장을 넣어 간을 맞춘다. ④ 깨소금을 뿌려 접시에 담는다. 고기를 잘게 다져 넣고 함께 볶으면 맛이 더욱 좋다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

조선무쌍신식 요리제법 (1936년)		콩나물 (菽芽茶)	콩나물	고기	파, 장, 고명	① 콩나물의 꼬리를 떼어내고 깨끗이 씻는다. ② 기름을 두르고 콩나물을 볶는다. ③ 고기, 파, 장을 넣고 같이 볶는다. 무나물처럼 고명을 얹어 먹을 수 있으나 생강은 넣지 않고 소의 떡심을 같이 볶았다가 떡심을 따로 썰어 먹으면 좋다고 한다.
음식디미방 (1670년경)		잡칙 (잡채)	오이, 무, 댓무, 참, 석이, 표고, 송이, 숙주나물, 도라지, 거여목, 박고지, 냉이, 미나리, 파, 두릅, 고사리, 승검초, 동아, 가지, 꿩고기		생강(건강/초강), 후춧가루, 참기름, 진간장, 밀가루, 기름간장, 천초가루, 후추가루, 즙액(꿩고기, 된장, 참기름, 밀가루)	① 오이, 무, 댓무, 참버섯, 석이, 표고, 송이, 숙주나물은 깨끗이 씻어 놓는다. ② 도라지, 거여목, 박고지, 냉이, 미나리, 파, 두릅, 고사리, 승검초, 동아, 가지, 꿩고기는 데치거나 삶아 가늘게 찢어 놓는다. ③ 생강 또는 건강이나 초강, 후춧가루, 참기름, 진간장, 밀가루를 섞어 양념을 만든다. ④ 모든 재료들을 양념으로 간하고, 기름간장에 각각 볶아 함께 섞는다. ⑤ 큰 대접에 담아 즙액을 알맞게 뿌리고 마지막에 천초가루, 후춧가루, 생강을 뿌린다. ※ 즙액은 다진 꿩고기에 된장으로 간을 맞춘 다음, 참기름과 밀가루를 넣고 한소끔 끓여 걸쭉하게 만든다. ※ 동아를 사용할 경우 물에 살짝 데쳐 맨드라미꽃 혹은 머루 뭉을 이용해서 물들이면 좋다. 도라지 역시 같은 방법으로 물들여도 좋다.
조선무쌍신식 요리제법 (1936년)		잡채(雜)	도라지, 소금, 미나리, 기름, 목이버섯, 황화채, 소고기, 돼지고기, 표고버섯, 파	달걀 고명, 석이버섯, 붉은 고추, 잣	장, 기름, 깨소금, 후춧가루,	① 도라지를 하루 동안 물에 담갔다가 데쳐서 헹군다. ② 도라지를 다듬고, 꼬챙이로 잘게 뜯은 후 소금으로 잘 주무르며 씻는다. ③ 깨끗이 씻은 도라지는 물기를 없애고 그릇에 담는다. ④ 미나리를 썰어 소금에 절였다가 물기를 없애고 기름에 볶는다. ⑤ 목이버섯을 불려 넣고 황화채도 불려 잘라 넣는다. ⑥ 소고기와 돼지고기를 양념해서 볶는다. ⑦ 표고버섯은 채 쳐 기름에 볶는다. ⑧ 파를 채 쳐 넣는다. ⑨ 장, 기름, 깨소금, 후춧가루를 섞은 후 기름에 볶아내 잘 섞어 담는다. ⑩ 흰백지단 고명, 표고와 석이버섯 지진 것, 붉은 고추를 잘게 썰고 얹고 잣도 위에 얹는다.

○ 조리변화상 고찰

오늘날 잡채라고 하면 당면을 주재료로 한 음식으로 통용되지만 원래 잡채는 단어 그대로 여러 가지(雜) 채소(菜)를 섞어 만든 음식이었다. 오이, 무, 버섯류, 미나리, 도라지, 숙주나물 등이 주로 사용되었고 고 조리서에서 콩나물을 잡채의 재료로 사용한 사례는 찾기 힘들다. 언양 김씨 장무공 김준 종가의 경우 콩나물이 전주, 전북지역의 명산물이었던 만큼 이를 이용한 잡채가 만들어졌을 것으로 추정된다. 콩나물에 관한 조리서의 내용을 살펴보면, 『농정회요』에는 콩나물을 기르는 방법부터 기재되어 있다. 『시의전서』에는 콩나물을 다듬고 볶는다고 되어 있으나, 양념이나 볶는 방법 등 자세한 기재는 되어 있지 않다. 이는 누구나 쉽게 할 수 있는 음식으로 여겨 자세히 기재가 안 된 것으로 생각된다. 고 조리서를 살펴보면 마늘, 생강, 파 등과 같은 향신채소를 사용하되, 간장으로 간을 맞추었다. 언양 김씨 장무공 김준 종가에서 내림되고 있는 콩나물잡채는 고 조리서들과는 조리방식에서 큰 차이를 보이고 있다. 콩나물 외 다시마, 미나리, 고구마순을 같이 섞고 식초와 소금으로 간해서 상큼한 맛이 특징이다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

○ 호박즙나물

<표 7> 호박즙나물의 재료와 조리법 비교

가문/문헌명	음식분류	음식명	재료			조리법
			주재료	부재료	양념	
언양 김씨 김성철 종가/ 전북 정읍	부식류	호박즙나물	말린 호박 50g	마른 새우 15g, 들깨가루 2T, 멥쌀가루 1T,	육수 500ml(멸치 30g, 다시마 10g, 무 50g), 마늘 1t, 파 2t, 소금	① 멸치는 내장을 제거하고, 다시마와 무를 우려 육수를 넉넉히 준비한다. ② 불린 쌀과 들깨를 갈아 멥쌀가루와 들깨가루를 만든다. ③ 육수에 말린 호박을 넣고, 소금으로 약간 간을 한 뒤, 끓이다가 들깨와 쌀 간 것을 넣고 끓인다. ④ 다진 마늘과 파, 마른새우를 넣고 버무려 완성한다.
시의전서 (1800년대 말)		호박나물	애호박	기름	파, 새우젓	① 어린 애호박을 두껍지 않도록 둥글게 썬다. ② 파와 새우젓을 다져 넣고 간을 한다. ③ 솥에 기름을 둘러가며 조금씩 넣어 볶는다.
주식시의 (1800년대 말)		호박나물 슐안쥬	애호박	기름, 돼지고기 (송이버섯)	새우젓국, 파, 고추 등	① 어린 호박을 둥글게 썬다. ② 기름을 넣고 먼저 호박을 살짝 볶은 다음, 물을 살짝 넣고 뚜껑을 덮는다. ③ 반 정도 익었을 때 새우젓국, 파, 고추, 양념을 넣고 돼지고기를 저민 것을 넣는다. ※ 송이버섯을 넣으면 좋다.
규합총서 (1815년경)		월과치	애호박	돼지고기, 쇠고기	파, 고추, 석이버섯, 깨소금	① 애호박을 알맞은 두께로 썬다. ② 돼지고기는 얇게 저미고 쇠고기는 곱게 다진다. ③ ②에 파, 고추, 석이버섯을 넣는다. ④ 솥을 달군 다음 기름을 많이 넣고 호박과 고기를 빠르게 볶는다. ⑤ 깨소금을 뿌린다. ※ 안주로 쓸 때, 엽전만하게 만들어 지진 찹쌀전병을 섞어 볶아 쓴다.
이조궁정요리통고 (1957년)		오가리나물	말린 호박 (호박오가리)		간장, 후춧가루, 깨소금, 참기름, 파, 마늘	① 호박오가리 물에 불려서 꼭 짠다. ② 간장, 후춧가루, 깨소금, 참기름, 파, 마늘로 양념한다. ③ 양념 후 살짝 볶는다. ※ 가을철에 흔한 호박이나 가지, 무 등은 썰어서 햇볕에 말린 다음 잘 보관해 두었다가 정월보름에 나물을 무친다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

음식디미방 (1670년경)		잡치 (잡채)	오이, 무, 댓무, 참, 석이, 표고, 송이, 숙주나물, 도라지, 거여목, 박고지, 냉이, 미나리, 파, 두릅, 고사리, 승검초, 동아, 가지, 꿩고기		생강(건강/초강), 후춧가루, 참기름, 진간장, 밀가루, 기름간장, 천초가루, 후추가루, 즙액(꿩고기, 된장, 참기름, 밀가루)	① 오이, 무, 댓무, 참버섯, 석이, 표고, 송이, 숙주나물은 깨끗이 씻어 놓는다. ② 도라지, 거여목, 박고지, 냉이, 미나리, 파, 두릅, 고사리, 승검초, 동아, 가지, 꿩고기는 데치거나 삶아 가늘게 찢어 놓는다. ③ 생강 또는 건강이나 초강, 후춧가루, 참기름, 진간장, 밀가루를 섞어 양념을 만든다. ④ 모든 재료들을 양념으로 간하고, 기름간장에 각각 볶아 함께 섞는다. ⑤ 큰 대접에 담아 즙액을 알맞게 뿌리고 마지막에 천초가루, 후춧가루, 생강을 뿌린다. ⑥ ※ 즙액은 다진 꿩고기에 된장으로 간을 맞춘 다음, 참기름과 밀가루를 넣고 한소끔 끓여 걸쭉하게 만든다. ⑦ ※ 동아를 사용할 경우 물에 살짝 데쳐 맨드라미꽃 혹은 머루 뭉을 이용해서 물들이면 좋다. 도라지 역시 같은 방법으로 물들여도 좋다.

○ 조리변화상 고찰

『훈몽자회』의 기록에 따르면 "菜(나물)은 풀로서 먹을 수 있는 것은 모두 菜 라한다"고 했다. 한편 남새와 푸새 역시 나물을 지칭하는 것으로 불리는데 이성우(『한국요리문화사』, 교문사, 1999년 개정판)의 설명에 따르면 재배되는 채소를 '남새', 야생에서 채취하는 채소를 '푸새'라 구분했다. 고 조리서 속 호박나물에 관련된 내용을 살펴보면 주로 애호박을 이용하였으며, 새우젓으로 간을 해서 기름에 볶아 만들었다는 것을 확인할 수 있다. 언양 김씨 김성철 종가에서 내림되고 있는 호박즙나물은 고 조리서들과는 다르게 기름 없이 육수에 호박을 넣어 자작한 즙이 생기게 한 뒤 마른 새우를 비롯한 양념을 첨가해서 만들고 있다. 한편, 『음식디미방』의 잡채 조리법을 보면 여러 채소류를 볶은 뒤 밀가루로 만든 즙을 끼얹고 천초, 생강, 후추를 뿌린다. 언양 김씨 김성철 종가의 호박즙나물 제조 역시 육수를 넉넉히 부어 조리함으로써 촉촉한 형태의 나물 조리법을 적용한 것으로 보인다. 한편, 『이조궁정요리통고』를 살펴보면 종가와 유사하게 말린 호박을 이용한 것을 볼 수 있다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

○ 돼지불고기

<표 8> 돼지불고기의 재료와 조리법 비교

가문/문헌명	음식분류	음식명	재료			조리법
			주재료	부재료	양념	
풍천 노씨 노진 종가/ 전북 남원	부식류	돼지 불고기	돼지고기(목살 혹은 삼겹살)600g	당면 50g, 시금치100g, 콩나물100g	파 1대, 마늘 5톨, 양념장(고춧가루1큰술, 고추장2큰술, 간장1큰술, 새우젓 2큰술, 조청 1큰술), 물 한컵, 참깨 약간	① 마늘은 다지고 파는 어슷하게 썬다. ② 당면은 물에 불리고 시금치와 콩나물은 깨끗이 씻어 손질해 놓는다. ③ 돼지고기를 적당한 얇기로 썰어 파, 마늘을 넣은 양념장에 재워 놓는다. ④ 팬을 불에 달구고 양념한 돼지고기를 넣고 볶다가 물을 한컵 넣고 시금치와 콩나물, 충분히 불린 당면을 넣고 5분정도 뚜껑을 덮고 조리한다. ⑤ 완성된 돼지불고기에 참깨를 솔솔 뿌려 손님상에 낸다.
식료찬요 (1460년)		野猪肉 [야저육]	멧돼지고기 2근		양념장	① 멧돼지고기는 먹기 좋게 썬다. ② 고기에 양념을 넣고 재워 굽는다.
조선무쌍신식 요리제법 (1936년)		제육복금	돼지고기	부추, 강낭콩, 두부, 석이버섯	간장, 파, 설탕, 후춧가루, 알고명	① 돼지고기는 날 것으로 껍질째 먹기 좋게 썬다. ② 썰어둔 고기에 장, 파, 설탕, 후춧가루를 넣고 양념이 배도록 재운다. ③ 고기가 익을 때까지 볶다가 부추를 3cm 길이로 썰어 넣고 숨이 죽을 때까지 볶는다.(부추 외에 강낭콩을 껍질째 아래 위 꼭지와 심줄을 벗기고 어슷하게 썰어 같이 볶아 먹어도 좋다. ④ 그릇에 담고 마지막에 후춧가루를 뿌려 먹는다. ⑤ 고명으로 석이버섯과 알고명을 채쳐 얹어도 좋다.
우리나라 음식 만드는 법 (1954년경)		제육볶음 (사철)	돼지고기 반근	기름 반차사시, 고추(붉은 고추) 반개, 파 잎 넉넉히	간장 두큰사시, 고추장 한차사시, 후춧가루 조금, 깨소금 한큰사시, 파 두뿌리, 마늘 두쪽, 생강 조금, 달걀 한 개, 물 한 홉	① 돼지고기를 얇게 저며서 먹기 좋게 썬다. ② 간장과 고추장 잘 섞고 파, 마늘, 생강을 다져 넣고 양념을 만든다. ③ 냄비에 돼지고기를 담고 만들어 둔 양념을 넣어 볶는다. ④ 양념이 타지 않도록 물을 붓고 간을 맞춰가며 더 볶는다. ⑤ 돼지고기가 충분히 익으면 고추 다진 것과 파 잎을 넣고 숨이 죽도록 잠깐 뜸을 들인다. ⑥ 그릇에 볶은 고기를 담고 채 썬 달걀지단을 고명으로 얹는다. 젓국으로만 간을 해서 볶을 수도 있으며, 이때는 간장과 고추장 없이 새우젓만 넣고, 다른 재료는 동일하게 사용한다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

시의전서 (1800년대 말)		가리구이 (갈비구이)	갈비		새우젓국	① 갈비를 2치 3~4푼 길이로 자르고 깨끗이 씻는다. ② 고기의 가로결대로 아주 잘게 안팎에 칼집을 낸다. ③ 세로로 자르고 가운데를 갈라 좌우로 젖힌다. ④ 새우젓국으로 간을 맞춰 양념한 뒤 주물러 재웠다가 굽는다.
○ 조리변화상 고찰						
『식료찬요』에는 멧돼지를 양념해서 구운 사례를 찾아 볼 수 있다. 근대의 조리서를 살펴보면 간장을 주요 양념으로 쓰거나 간장에 고추장을 섞어 쓰는 방식을 취하고 있다. 혹은 새우젓만으로 양념을 해서 먹기도 한다. 『시의전서』의 가리구이도 양념으로 새우젓을 사용하였는데 근대이후 조리서에서는 고기구이 양념에 새우젓을 쓰는 조리법은 거의 찾아보기 힘들다. 풍천 노씨 노진 종가에서 내림되고 있는 돼지불고기는 간장, 고추장 외에 새우젓을 양념으로 활용하고 있어 전통의 흔적을 확인할 수 있다.						

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

○ 북어전

<표 9> 북어전의 재료와 조리법 비교

가문/문헌명	음식분류	음식명	재료			조리법
			주재료	부재료	양념	
풍천 노씨 노진 종가/ 전북 남원	부식류	북어전	말린 북어 3마리	참기름 2T, 달걀 2개	소금 1ts, 실고추 약간, 통깨 약간	① 말린 북어는 물에 불려 물기를 빼 놓는다. ② 물기를 뺀 북어의 가시를 제거하고 적당한 크기로 잘라 놓는다. ③ ②에 참기름과 소금을 넣고 조물조물 간이 배도록 한다. ④ 양념을 한 북어에 달걀을 묻혀 전을 부친 후 실고추와 통깨를 이용해서 장식한다.
조선무쌍신식요리제법 (1936년)		북어전유어 (北魚煎油魚)	햇북어			① 햇북어의 껍질을 벗긴다. ② 물에 오랫동안 담근 후 얇게 저민다. ※ 겨울음식이다.
조선요리제법 (1934년판)		븍어 전유어	북어 2개	고기 10돈, 기름 1/2종자, 달걀	깨소금 1숟가락, 간장 2숟가락, 마늘 1/4쪽, 파 1뿌리	① 북어를 물에 불려서 껍질을 벗기고 둘로 갈라 뼈를 다 빼내고 한 치 길이로 자른다. ② 잘게 다진 고기에 간장, 기름, 깨소금, 파와 마늘 이긴 것 등을 양념한다. ③ 북어 한 편에 ②의 고기를 얇게 붙인다. ④ 밀가루, 달걀 순으로 묻혀 번철에 기름을 칠하고 지진다.
우리나라 음식 만드는 법 (1954년경)		북어전 (사철)	북어 2마리	우육 조금, 밀가루 1/2홉, 기름 쓰는대로	파 1뿌리, 마늘 1/2쪽, 간장 1큰사시, 깨소금 1차사시	① 북어를 두들겨서 물에 불려 껍질을 벗기고 잘라서 뼈를 다 긁어낸다. ② ①을 4cm 길이로 썬다. ③ 소고기를 곱게 다져 갖은 양념한다. ④ ③의 소고기를 조금씩 떼어 북어조각 한 편에 얇게 붙인다. ⑤ ④에 밀가루, 달걀순으로 묻혀 번철에 기름을 바르고 지져 놓는다.

○ 조리변화상 고찰

조선 초기 문헌인 『신동국여지승람(1530)』에 따르면 명태가 無泰魚(무태어)란 명칭으로 이북지역의 鏡城(경성) 明川(명천)의 토산물로 기록되어 있다. 그러나 다른 『세종실록지리지』와 같은 조선 초기 문헌에서는 명태의 존재를 찾기 어려운데, 『한국요리문화사』(이성우, 교문사, 1999년 개정판)에서는 무명(無名)의 생선은 먹으면 안 된다는 미신 때문에 먹지 않다가 조선후기 함경도에서 많이 잡히고 명태란 이름이 붙으면서 먹기 시작했다고 추측하고 있다. 북어는 『임원십육지』, 『오주연문장전산고』의 기록을 통해 조선후기 이후 음식재료로 본격화되었다는 것을 알 수 있는데 고 조리서의 북어전 조리법을 보면 북어의 껍질을 벗긴 후 적당한 크기로 잘라 준비한 후 양념된 다진 고기를 붙여지지는 방식을 취하고 있다. 풍천 노씨 노진 종가에서 내림되고 있는 북어전은 고 조리서와는 다르게 북어 자체에 양념을 한 후 지져서 먹는다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

○ 오이초선

<표 10> 오이초선의 재료와 조리법 비교

가문/문헌명	음식분류	음식명	재료			조리법
			주재료	부재료	양념	
연안 김씨 직강공파 가문(명가)/ 전남 영광군	부식류	오이초선	오이	달걀, 표고버섯, 소고기	실고추, 식초, 설탕, 소금, 간장	① 오이는 길게 반을 갈라 어슷하게 5cm 길이로 썬다. ② 어슷하게 3군데 칼집을 넣고 소금물에 절여준다. ③ 표고버섯과 황백지단으로 부친 달걀을 채 썬다. ④ 채썬 쇠고기와 표고버섯에 양념해서 볶는다. ⑤ 오이 사이사이에 채 썬 재료를 넣어 준다. ⑥ 촛물을 곁들여 준다.
시의전서 (1800년대 말)		외션	오이	쇠고기, 채친 표고, 느타리, 석이, 실고추, 달걀, 잣가루	파, 마늘, 후춧가루, 기름, 꿀, 초장, 백청	① 한입 크기로 오이를 토막내고, 윗부분을 어슷하게 칼집을 낸 후 푹 찐다. ② 곱게 다진 쇠고기에 파, 마늘, 후춧가루, 기름, 꿀 같은 양념을 넣고 볶는다. ③ 다진 표고·느타리·석이버섯에 실고추, 채친 달걀부침을 섞어 소를 만들어, 초장에 백청 탄 것을 섞는다. ④ ①에 칼집 낸 사이사이에 ③을 넣고 그 위에 잣가루를 뿌린다.
조선요리법 (1943년)		오이선	애오이 5개	정육 조금, 녹말 3숟가락	깨소금 약간, 간장 조금, 설탕 조금, 후춧가루 약간, 겨자즙 조금, 참기름 1/2숟가락, 파 1/2개	① 꼭지 자른 오이를 소금에 절인 후 찬물에 헹궈 그 가운데를 세 갈래로 가른다. ② 곱게 다진 고기에 갖은 양념을 넣고 ①의 오이 속에 넣는다. ③ ②에 녹말을 입혀 솥에 찐 후 찬물에 헹궈 물기를 뺀다. ④ ③에 겨자즙을 곁들인다.
우리음식 (1948년)		오이선	오이 10개	쇠고기 80g	소금 약간, 각종 양념 약간, 기름	① 꼭지 자른 오이 배에 속까지 통하게 잘게 칼집 내어 소금에 절인 후 누름돌로 누른다. ② ①을 기름 친 냄비에 살짝 볶는다. ③ 양념해서 볶은 고기를 ②의 속에 넣는다. ④ ※ 급할 때는 오이를 삶아서 쓴다.
이조궁정요리통고 (1957년)		오이선	오이 10개	소고기 0.5근, 표고 5개, 석이 3개, 달걀 1개, 잣 조금, 실고추 조금	간장, 설탕, 후춧가루, 깨소금, 참기름, 파, 마늘	① 한입 크기로 오이를 토막내어, 몸통 가운데를 칼집낸 후 끓는 물에 데친다. ② 채 썬 소고기, 표고, 석이버섯을 양념(간장, 후춧가루, 깨소금, 참기름, 실고추, 파, 마늘)을 잰다. ③ 달걀은 황백으로 나눠 지단을 부쳐 채 썬다. ④ 절인 오이의 물기를 짜고, 오이 속에 ②를 넣어 냄비에 넣는다. ⑤ 국물에 간을 맞춰 ④에 붓고 끓인다. ⑥ 오이를 꺼내 접에 담고 국물을 조금 끼얹어 달걀지단과 잣을 뿌려 낸다. ※ 오이를 끓는 물에 데치지 않으면 소금을 뿌려 절인다.

○ 조리변화상 고찰

현대의 선은 선(膳) 오이와 같이 식물성 재료에 소를 넣고 찐 것을 의미한다. 다만 『조선요리법』에서 청어선, 양선, 태극선과 『조선무쌍신식요리제법』의 양선, 계란선과 같이 동물성 식재료를 이용한 경우도 있다. 어린 오이를 칼집을 내어 갖은 양념을 한 소고기와 버섯을 속으로 채워 만든 오이초선은 고 조리서와 연안김씨 직강공파 가문에서 전해지는 조리법이 유사함을 알 수 있다. 그러나 오이를 다루는 방식에서 조금 차이를 보인다. 『시의전서』에 따르면 오이를 익히는 형태를 취하나 근대 조리서들을 살펴보면 대체적으로 소금에 절이는 형태를 취한다. 『이조궁정요리통고』를 살펴보면 2가지 방식이 모두 기재 되어 있어 근대에는 두 방법이 혼용되었을 것으로 사료된다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

○ 죽순나물

<표 11> 죽순나물의 재료와 조리법 비교

가문/문헌명	음식분류	음식명	재료			조리법
			주재료	부재료	양념	
장흥 고씨 학봉 고인후 종가/ 전남 담양군	부식류	죽순나물	죽순 2개	당근 20g, 대파 20g	한식간장 1/2큰술, 들깨즙 1/2컵, 멸치육수 50ml(1/4컵), 다진 마늘 1작은술, 들기름 약간, 소금 약간	① 죽순을 삶아 물기를 빼고, 세로 방향으로 1.5 cm 두께로 찢어 준비한다. ② 당근은 채 썰고 대파는 어슷하게 썬다. ③ 소금, 한식간장, 다진 마늘을 넣어 간을 한다. ④ 냄비에 들기름을 두르고 죽순을 볶는다. ⑤ 들깨즙과 멸치 육수를 넣어 끓인다. ⑥ 당근채와 대파를 넣어 마무리한다.
규합총서 (1815년경)		듁슌치	죽순	쇠고기, 꿩고기, 표고버섯, 석이버섯	후춧가루, 양념, 기름, 밀가루	① 죽순을 얇게 저며 끓는 물에 데쳐 찬물에 담근다. ② 물기를 뺀 죽순에 쇠고기, 꿩고기, 표고·석이버섯 등을 넣고 후춧가루로 양념한다. ③ ②에 기름을 두르고 밀가루를 조금 넣어 볶는다.
시의전서 (1800년대 말)		쥭슌나물	죽순	고기	깨소금, 고춧가루, 기름, 진간장	① 데친 죽순을 찢어 1치 길이씩 썬다. ② 다진 고기에 깨소금, 고춧가루, 기름, 진간장을 넣어 주무른 후 볶는다.
박해통고 (1700년대 이후)		竹笋菜法 [죽순채법]	죽순	석이, 표고	생강, 파, 후추, 잣	① 죽순은 재에 묻어 굽거나 삶아서 껍질을 제거한다. ② ①을 편으로 썰어 채친다. ③ ②에 석이, 표고, 생강, 파, 후추, 잣 등을 넣어 양념해서 초무침을 한다.
○ 조리변화상 고찰						
죽순나물에 관한 고 조리서를 살펴보면, 한입 정도의 길이로 찢어 기름에 볶은 후 갖은 양념을 해서 만든다. 죽순은 나물 외에도 밥, 잡채, 회, 냉채 등에 이용되며 아린 맛을 없애고 영양소의 파괴를 막기 위해 데친 후 이용하는데, 『한국 음식문화』(윤서석 외 6인, 교문사, 2015)에 따르면 쌀뜨물이나 쌀겨를 넣고 삶으면 좋지 않은 수산 성분이 나오고, 죽순 성분의 산화를 막아 아린맛을 없애준다고 했다. 장흥 고씨 학봉 고인후 종가에서 내림되고 있는 죽순나물 역시 고 조리서와 일부 조리법이 동일하지만, 죽순과 다른 채소를 들깨즙+멸치육수를 양념으로 버무려 만드는 특징이 있다. 나물요리에 즙을 넉넉히 하는 방식은 언양 김씨 김성철 종가의 호박즙나물에서 보듯이 조선시대 나물볶음 요리에 밀가루즙을 얹었던 방식과 유사하다.						

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

○ 머위대장아찌

<표 6-12> 머위대장아찌의 재료와 조리법 비교

가문/문헌명	음식분류	음식명	재료			조리법
			주재료	부재료	양념	
제주 고씨 고희 종가/ 전북 부안	부식류	머위대 장아찌	머위대 500g	-	된장 250g, 다진 마늘, 참기름, 참깨	① 머위는 잎을 잘라내고 껍질을 벗긴다. ② 껍질을 벗긴 머위대와 깐 머위대 껍질을 모두 된장에 넣어 3개월 정도 숙성시킨다. ③ 숙성시킨 머위대를 꺼내 적당한 크기로 썰어 다진 마늘, 참기름과 통깨를 뿌려 먹는다.
조선무쌍신식요리제법 (1936년)		머위장앗지	머위 한 보시기	-	진장 한보시기, 꿀(혹은 설탕)한보시기, 통고추 5~6개	① 머위 줄기 껍질을 벗기고 8분 길이로 자른다. ② 머위를 물에 오래 삶고 그 물을 따라버린다. ③ 머위에 진장과 꿀(혹은 설탕)을 넣고 바닥이 보일 때 까지 약한 불에서 졸인다. ※ 씨를 뺀 통고추를 넣고 함께 졸이면 좋다. ※ 오랫동안 장을 졸인다.
조선요리제법 (1934년판)		머우장앗지	머위 한사발 (썰은 것)	-	간장 1/2보시기, 설탕 1종자, 고추 10개 가량	① 머위 줄기의 껍질을 벗기고 한 치 길이씩 썰어 삶는다. ① ①을 채반에 받쳐 물기를 다 빼버린다. ② ②를 냄비에 담고 간장, 설탕, 씨 빼낸 풋고추를 넣고 졸인다.
우리나라 음식 만드는 법 (1954년경)		머우장아찌 (봄철)	머위 한사발 (썰은 것)	-	간장1/2홉, 설탕 1종자, 풋고추 10개	① 머위 줄거리를 골라서 껍질을 벗기고 1치 길이로 썬다. ② ①을 데친 후 잘 씻어 채반에 담아 물이 빠지게 한다. ③ ②를 냄비에 넣고 간장, 설탕, 씨를 뺀 통 풋고추를 10개가량 넣고 끓인다.

○ 조리변화상 고찰

고 조리서 속 머위대 장아찌에 관련된 내용을 살펴보면 껍질을 벗긴 머위 줄기를 적당한 크기로 자르고, 이를 간장을 주요한 베이스로 한 양념에 졸이는 방식을 취하고 있다. 머위는 잎과 줄기를 모두 섭취하는 산채(山菜)로 수분 함량이 96%로 높아 주로 건조해서 저장 하고, 이를 다시 물에 불리는 방식으로 이용했다. 제주 고씨 고희 종가에서 내림되고 있는 머위대 장아찌는 껍질을 깐 머위 줄기를 된장에 박아 숙성시키는 방식으로 일반적인 장아찌 만드는 방법과 동일하다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

<종가·명가 내림음식과 고 조리서 비교> 서울·경기·충청 지역 : 총 10항목(8가문)

○ 갈비찜

<표 13> 갈비찜의 재료와 조리법 비교

가문/ 지역명 혹은 서적명	음식분류	음식명	재료			조리법
			주재료	부재료	양념	
해주 오씨 퇴전당 오정방 종가/ 경기 안성시	부식류	갈비찜	소갈비 600g	표고버섯 3개, 밤 4개, 대추 3개, 달걀 1개	한식간장 2큰술, 설탕 1큰술, 다진 대파 1큰술, 다진 마늘 1/2큰술, 매실청 1/2큰술, 참기름 1/2큰술, 깨소금 1/2큰술, 후춧가루 1/4작은술	① 갈비는 포를 떠 물에 담가 핏물을 빼고 양념에 30붕 재운다. ② 표고버섯은 밑동을 제거하고 4등분으로 자른다. ③ 밤은 껍데기를 벗겨 3등분으로 자른다. ④ 대추는 돌려 깎아 4등분으로 자른다. ⑤ 갈비 1대에 표고버섯, 밤, 대추를 넣고 말아준다. ⑥ 달걀은 황백지단을 부쳐 골패모양으로 잘라 준비한다. ⑦ 말아 놓은 갈비는 호일에 싸서 냉장 보관한다. ⑧ 손님 인원 수 에 맞춰 냄비에 넣어 익히면서 한입 크기로 자른다. ⑨ 고명으로 황백지단을 올린다.
시의전서 (1800년대 말)		가리찜	갈비	소 위, 부아, 곱창, 무, 표고, 석이, 미나리, 밀가루, 계란, 다시마	갖은 양념	① 갈비는 3cm 길이로 썬 뒤 끓는 물에 삶는다. ② 소의 위는 끓는 물에 살짝 데친다. ③ 부아, 곱창, 통무, 다시마를 같이 넣고 푹 삶아 건져낸다. ④ 무는 탕무처럼 썰고 다른 고기도 무와 같이 먹기 좋게 썬다. ⑤ 다시마는 마름모 모양으로 썬다. ⑥ 표고는 먹기 좋게 썰고, 석이버섯은 채 썬다. ⑦ 파와 미나리는 끓는 물에 살짝 데쳐 넣는다. ⑧ 갖은 양념과 밀가루를 섞어 재료를 버무린 후 기름에 볶는다. ⑨ 국물을 조금 있게 해서 그릇에 담고, 달걀지단과 석이버섯채를 놓는다.
조선무쌍신식요리 제법 (1936년)		가리찜 [갈비찜 脅蒸]	갈비	달걀, 미나리, 표고버섯, 석이버섯, 완자, 잣	간장, 후춧가루	① 갈비를 행주로 닦고 먹기 좋게 썬 다음 끓는 물에 넣고 끓인다. ② 간장을 넣고 간을 맞추고 후춧가루를 넣어 합에 담고 국물을 붓는다. ③ 달걀지단과 미나리를 부치고, 표고버섯과 석이버섯은 썰어 기름에 볶는다. 완자와 잣을 얹어 마무리한다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

이조궁정요리통고 (1957년)		가리찜	소갈비 2대	해삼 3대 전복 1개 밤 10개 미나리 1단 당근 1개 옥총(파) 1개 표고, 석이 3개씩 계란 1개	간장, 후추가루, 깨소금, 참기름, 설탕, 파, 마늘	① 소갈비는 6cm 길이로 토막내 삶고, 중간중간 기름을 걷어낸다. ② 해삼과 전복은 물에 불려 한 입 크기로 썬다. ③ 계란은 황, 백으로 나누어 지단을 부치고 식힌 뒤 채 썬다. ④ 밤과 당근, 미나리, 버섯 등은 깨끗이 씻어 먹기 좋게 썬다. ⑤ 소갈비가 충분히 삶아져서 부드러워지면 건져낸다. ⑥ 삶은 소갈비에 간장, 후춧가루, 깨소금, 설탕, 참기름, (다진)파, (다진)마늘을 넣고 양념하고 남은 재료와 함께 자작하게 끓인다.. ⑦ 재료가 모두 익으면 달걀지단을 고명으로 얹는다.

○ 조리변화상 고찰

통상적으로 찜(蒸)요리는 수증기를 이용한 방식으로 여겨지나 이성우(『한국요리문화사』, 교문사, 1999년 개정판)에 따르면 우리나라에 찜 조리법 방식은 중탕 하는 방식, 오븐처럼 대류열을 이용한 방식, 잿더미 속에 묻는 방식 등 다양하다. 갈비찜에 대한 기록을 살펴보면 『시의전서』의 경우 갈비 외 소위, 부아, 곱창 과 같이 소의 다양한 부위를 함께 익혀내었다. 반면 『조선무쌍신식요리제법』의 경우 『시의전서』에 비해 부재료가 적어 조리과정 역시 비교적 단순한 편이었다. 『이조궁정요리통고』에서는 해삼, 전복과 같이 해산물을 함께 익힌 특징을 지닌다. 해주 오씨 퇴전당 오정방 종가의 갈비찜은 갈비를 포를 뜬 뒤 그 안에 부재료(밤, 대추, 표고버섯)를 넣고 감싸 익히는 방법으로 조리과정이 독특했다. 또한 핏물을 미리 제거한 뒤 생고기를 양념에 재워 익혀 전통적으로 고기를 한번 삶아 익힌 후 양념을 넣는 방법과 차이가 있다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

○ 장김치

<표 14> 장김치의 재료와 조리법 비교

가문/문헌명	음식분류	음식명	재료			조리법
			주재료	부재료	양념	
해주오씨 퇴전당 오정방 종가/ 경기도 안성시	부식류	장김치	무1/4ea	밤5ea, 단감1/2ea, 사과1/4ea,	한식간장1C, 고명- 대추3ea, 잣5g, 실고추 약간	① 무를 2.5cm*2.5cm*0.4cm 나박하게 썰어 한식간장에 20분 정도 절여 색을 낸다. ② 사과, 단감은 껍질을 벗겨 무와 같은 크기로 자른다. ③ 밤은 껍질을 벗겨 납작하게 저며 자른다. ④ 대추는 돌려깎기 해서 씨를 제거하고 3등분으로 자른다. ⑤ 밤, 단감, 사과, 대추, 실백, 실고추를 넣어 물을 부어 3~4일 숙성시킨다.
규합총서 (1815년경)		쟝김치	오이	무, 배추, 전복, 파, 생강, 마른 청각, 고추, 마늘, 고기, 잣가루, 후춧가루,	고기 양념: 생강, 파, 기름장, 잣가루, 후춧가루 국물: 간장	(방법 1) ① 어린 오이를 끓는 물에 살짝 데친다. ② 데친 오이와 무, 배추를 같이 넣고 청장으로 절인다. ③ ② 의 오이와 무, 배추가 숨이 죽거든 건져놓는다. ④ 생전복(또는 전복)은 손질해서 씻어서 살만 발라 넓게 저며 썬다. (※전복이 없다면 큰 합을 혀만 베어 대신 사용해도 좋다.) ⑤ 파와 생강은 저며 썰고, 마른 청각, 고추, 마늘 등을 썰어 준비한다. ⑥ 간장에 고명을 넣고 끓인 다음 물을 부어 간을 맞춘다. (※김치를 담그는 물은 끓여서 사용해야 골마지가 끼지 않는다.) ⑦ 항아리에 절인 오이와 무, 배추, 전복, 파, 생강, 마른 청각, 고추, 마늘을 켜켜이 넣고 ⑥의 장김치 국물을 부어 익힌다. (※가을 무, 배추로 담그는 김치는 생강이 많아야 좋다.) (방법 2) ① 오이는 가운데 속을 파내고 살짝 볶는다. ② 고기를 곱게 다진 후 생강, 파를 다져 넣고 유장으로 간 맞추어 볶는다. ③ 볶은 고기에 잣가루, 후춧가루를 넣고 ②의 볶은 오이 속에 채워 넣는다. ④ 속을 채운 오이는 부춧잎으로 묶는다. ⑤ 장국에 고명을 넣고 끓인다. (※김치를 담그는 물은 끓여서 사용해야 골마지가 끼지 않는다.) ⑥ 항아리에 ④의 속 채운 오이를 넣고 ⑤의 장국을 식혀 붓는다. ⑦ 장김치가 익으면 얼음을 채워 사용한다.
술빚는법 (1800년대)		장김치 또 한 법	오이	무, 배추, 마른 조개, 석이버섯, 배, 대추	고기 양념: 생강, 파, 기름장, 잣가루, 후춧가루 오이 양념: 생강, 파	(방법 1) ① 오이를 가운데에 칼집을 낸 뒤 살짝 볶는다. ② 다진 고기에 다진생강ㆍ파, 기름장, 잣가루, 후춧가루 넣고 오이 속에 소로 넣는다. ③ 부추 잎으로 ②의 오이를 동여맨다. ④ 생강, 파로 양념 뒤 항아리에 넣어 장국을 채워 둔다. ※ 오이김치는 물을 끓여 식혀 두어야 쉽게 상하지 않는다. (방법 2)

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

						① 오이와 무, 배추를 살짝 데친다. ② 오이는 칼집을 낸 뒤 고기소로 양념을 넣는다. ③ 마른 조개를 버무려 한꺼번에 항아리에 넣고 장국을 채워 둔다. ※ 석이버섯과 배 그리고 대추를 넣으면 좋다.
시의전서 (1800년대 말)		醬沈菜 장김치법	배추, 무	고추, 파, 마늘, 생강, 밤, 석이, 표고, 전복, 해삼, 양지머리, 차돌박이, 잣	진간장, 백청	① 배추를 씻어 1치 길이로 썬다. ② 무는 다듬고 껍질을 벗겨 반듯하게 썬다. ③ 배는 무와 같은 크기로 썬 뒤 진간장에 절인다. ④ 고추, 파, 마늘, 생강, 밤, 석이, 표고는 모두 채썬다, ⑤ 전복, 해삼, 양지머리, 차돌박이는 모두 얇게 저민 뒤 잣을 넣어 버무린다. ⑥ ③의 절일 때 넣은 간장을 따라 내어 달인 뒤 물을 타 간을 맞춘다. ⑦ ⑥에 백청을 타서 장김치에 붓고 익혀 먹는다. ※ 여름철에는 어린 오이를 장에 절여 오이김치 소를 넣는 것처럼 한다.
주식시의 (1800년대 말)		장김치	어린 오이	쇠고기, 부추(또는 파), 생강, 후춧가루, 고추, 석이버섯, 표고버섯, 전복	고기 양념: 생강, 파, 후추, 장, 잣가루, 국물: 간장	① 어린 오이의 속을 파내고 살짝 볶는다. ② 다진 쇠고기에 생강, 파, 후추를 섞어 장에 볶고, 잣가루를 첨가해서 양념한다. ③ 오이 속에 ②를 넣고 부추나 파로 오이를 매고 파, 생강, 후춧가루, 고추, 석이버섯, 표고버섯, 전복을 넣고 장국을 꾸미로 해서 넣어 다 식은 후에 붓는다. ④ 익으면 얼음을 넣고 오이와 잣을 띄운다. ※ 오이김치는 다 된 간장에 절여야 좋다.
조선요리제법 (1921년판)		쟝김치	배추, 무	참배, 밤, 파, 마늘, 고추, 버섯, 잣, 미나리, 갓	간장	① 배추는 살로만 칠푼 길이씩 썬다. ② 무는 육푼 길이, 너푼너비, 한 푼 두께가 되게 썬다. ③ 무와 배추의 비율을 1:2로 항아리에 넣는다. ④ ③을 간장으로 절여 두었다가 다 절여지면 다른 항아리에 건져 담는다. ⑤ 물을 적당량 부은 후 간장으로 간을 맞춘다. ⑥ 참배, 밤을 무와 같이 조금씩 썰어 넣는다. ⑦ 파, 마늘, 고추, 버섯을 잘게 채쳐 넣는다. ⑧ 미나리와 갓은 한 칠푼길이 크기로 잘라 넣는다. ⑨ 잣을 조금 뿌리고 봉해 두었다가 잘 익으면 먹는다.

○ 조리변화상 고찰

『진연의궤』 1901년의 기록에서 장김치(장침채, 醬沈菜)를 살펴볼 수 있는데 이는 장김치가 궁중연회의 음식으로 쓰여졌다는 것을 알 수 있다. 또한"순종께서 지럼을 이용해 담근 장김치를 통김치, 섞박지와 함께 햇김치가 나기까지 잡수셨다"1924년 조선일보 기사가 있다. 이러한 궁중의 음식이 양반에게 전해진 것으로 추측되며, 이에 사대부가의 고조리서에서도 심심치 않게 등장하는 것을 확인 할 수 있다. 장김치가 쓰인 조리서를 살펴보면, 『규합총서』, 『술빚는법』, 『주식시의』의 경우 오이를 주재료로 오이 속에 소를 채워 담그는 특징을 지닌다. 반면, 『시의전서』, 『조선요리제법』의 경우 무와 배추를 주재료로 이용한다. 해주 오씨 오정방 종가에서 내림되고 있는 장김치는 무를 주재료로, 단감, 사과와 같이 과일을 넣는데, 이는 『시의전서』, 『조선요리제법』에서도 과일인 배를 넣는 것과 유사하다고 볼 수 있다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

○ 녹두나물

<표 15> 녹두나물의 재료와 조리법 비교

가문/문헌명	음식분류	음식명	재료			조리법
			주재료	부재료	양념	
고령 신씨 보한재 신숙주 종가 / 경기 평택시	부식류	녹두나물	숙주 400g		한식간장 1/2큰술, 들기름 1큰술, 다진 마늘 1작은술, 다진 대파 1작은술, 깨소금 약간	① 숙주를 씻어 끓는 소금물에 넣어 데친 후 찬물에 헹궈 물기를 꼭 짠다. ② 대접에 데친 숙주, 다진 대파, 다진 마늘을 넣고 한식간장으로 간을 한다. ③ 마지막으로 들기름을 넣고 깨소금을 뿌린다.
농정회요 (1830년경)		菉豆芽 [녹두아]	녹두	고기(잘게 썬 것)	생강, 식초	① 녹두를 찬물에 이틀 동안 담가 불린다. ② 물을 갈아주면서 두 번 일고 불에 쪄어 말린다. ③ 깨끗한 바닥에 물을 뿌려 촉촉하게 한다. ④ 촉촉한 바닥에 종이 한 겹을 깔고 종이 위에 녹두를 편 다음 동이를 덮는다. ⑤ 하루에 두 번 물을 뿌려주고 싹이 나면 물에 일어 껍질을 없앤 후 끓는 물에 살짝 데친다. ⑥ 데친 숙주나물에 생강과 식초를 넣는다. 잘게 썬 고기를 넣기도 한다.
조선요리제법 (1921년)		숙쥬나물	숙주	무, 물쑥	소금, 초, 파, 기름, 간장	① 숙주의 끝을 제거하고 깨끗하게 씻는다. ② 솥에 넣고 끓는 물에 잠깐 데쳐 냉수에 여러번 씻어 식힌다. ③ 물기를 꼭 짜서 그릇에 넣고 소금, 초 파 다진 것, 기름을 넣고 잘 섞어서 접시에 담아둔다. 여기에 무를 채 썰어 넣고 물쑥을 넣어 간장에 무치기도 한다.
조선요리법 (1943년)		숙주초나물	숙주(삶은 것) 1대접	편육(차돌박이 채 친 것) 1/2공기, 배(작은 것)1/2개, 미나리 (데친 것) 7홉 공기	간장, 설탕, 초, 깨소금 1/2숟가락, 참기름 1/2숟가락, 파 1뿌리, 마늘 1/2쪽, 고춧가루 약간	① 숙주는 머리와 꼬리를 따버리고 끓는 물에 데쳐 찬물에 헹궈 물기를 꼭짠다. ② 미나리는 줄기만 다듬어서 3cm 가량으로 썰어 데쳐둔다. ③ 편육 차돌박이를 가늘게 채 썰고 배도 채쳐둔다. ④ 배만 남겨두고 숙주, 미나리, 편육 등을 같이 섞어둔다. ⑤ 파, 마늘을 곱게 다지고, 간장, 참기름, 초, 설탕, 깨소금 등 여러 가지 양념을 넣어 무친다. ⑥ 고춧가루는 약간만 넣고 참기름은 맨 나중에 넣는다. ⑦ 배는 상에 놓을 때 마지막에 무쳐서 놓는다.
○ 조리변화상 고찰						
녹두가 싹을 틔워 자라나면 이를 숙주라 부르며 숙주를 이용한 나물 제법을 고 조리서에서 찾을 수 있다. 『농정회요』, 『조선요리제법』, 『조선요리법』 모두 양념에 식초를 이용해서 나물을 무친 것으로 나타났다. 『한국식품사연구』 (윤서석, 1993 개정판)에 따르면 조선시대 나물과 생채를 무치는 양념 중 하나로 식초+기름+간장 혹은 소금에 무치는 초채(醋菜)가 존재했다. 고령 신씨 보한채 신숙주 종가의 녹두나물은 간장으로 간을 하고 들기름으로 향을 내는 것이 특징이다.					

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

○ 미쌈

<표 16> 미쌈의 재료와 조리법 비교

가문/문헌명	음식분류	음식명	재료			조리순서
			주재료	부재료	양념	
장수 황씨 방촌 황희 종가 / 경기 파주시	부식류	미쌈	두부 300g, 돼지고기 300, 달걀 3개	식용유 적당량	다진 대파 50g, 소금 약간, 후춧가루 약간	① 두부는 칼 넓은 면으로 눌러서 곱게 다지고, 면 보자기에 넣어 물기를 꼭 짠다. ② 돼지고기와 대파는 다진다. ③ 두부, 돼지고기, 다진 대파를 섞고 소금, 후춧가루로 양념해서 소를 반죽한다. ④ 소 20g 정도 떼어 직사각형 모양을 잡는다. ⑤ 달걀 물을 만들어 기름 두른 팬에 소가 들어갈 정도 크기의 지단을 지진다. ⑥ 팬에 지지고 있는 지단 위에 소를 올리고 사방을 감싸 덮어주고 모든 면을 골고루 익힌다.
산림경제 (1700년대)		海參煎法 (해삼전법)	건해삼	육류, 두부, 달걀	생강, 파, 후추, 기름, 장	① 해삼은 싱싱한 것은 찜으로 조리하며, 말린 것은 솥에 물을 많이 붓고 푹 삶은 다음 꺼내 뱃속을 깨끗하게 손질한다. ② 돌 위에 얹어 물을 떨어뜨려가면서 비빈 뒤 다시 깨끗하게 씻는다. ③ 다진 고기와 두부에 다진 생강과 다진 파, 후추를 넣고 양념한 뒤 기름과 장을 두르고 볶는다. ④ 3을 해삼 뱃속에 넣고 실로 단단히 동여맨다. ⑤ 달걀즙을 입혀 솥뚜껑에 기름을 두르고 지져낸다. 돌 위에서 비벼 곧바로 기름을 두르고 볶아내어 양념을 채우기도 한다.
시의전서 (1800년대 말)		海蔘 믜숨 (해삼쌈)	건해삼	쇠고기, 숙주, 미나리, 두부, 밀가루, 계란	갖은 양념	① 해삼을 물에 불리고 푹 삶아 쪼개어 모래와 해감 등 지저분한 것을 모두 제거하고 깨끗이 씻는다. ② 쇠고기, 숙주, 미나리는 다져서 준비한다. ③ 2에 두부를 섞어 갖은 양념을 넣고 주무른다. ④ 해삼 뱃속에 3을 채워 넣고 겉면에 밀가루를 묻힌다. ⑤ 4에 달걀물을 씌워 부친다.
조선요리법 (1943년)		미쌈	해삼	정육, 두부, 숙주, 밀가루, 달걀	파, 마늘, 깨소금, 후춧가루, 설탕, 간장, 참기름	① 굵고 좋은 해삼을 푹 삶아서 배를 갈라 속을 깨끗하게 씻고 깨끗한 물에 씻는다. ② 고기는 곱게 다지고, 숙주도 위아래를 떼어버리고 삶아서 찬물에 헹궈 물기를 꼭 짜버리고 곱게 다진다. ③ 파, 마늘은 곱게 다진다. ④ 두부도 깨끗한 보에 싸서 맷돌 같은데 눌러 놓았다가 위 재료와 같이 섞어 양념한다. ⑤ 해삼 속에 양념한 소를 넣고 밀가루와 달걀물을 입혀 번철에 전을 부친다.

○ 조리변화상 고찰

미쌈의 '미'는 해삼(海蔘)을 의미하는 순 한글 '뮈'가 현대로 오면서 변형된 것이다. 그래서 고 조리서 속 미쌈을 살펴보면 해삼을 이용해서 음식을 만든 것을 알 수 있다. 『산림경제』 海參煎法(해삼전법)이라 기록되어 있으며, 해산에 다진 고기와 두부 등을 양념해서 감싸고 달걀즙을 입혀 지져냈다. 『시의전서』, 『조선요리법』 모두 미쌈으로 기록되어 있으나 그 조리법은 『산림경제』와 같다. 장수 황씨 방촌 황희 종가의 미쌈은 명칭과는 다르게 해삼을 사용하지 않고, 두부와 돼지고기, 대파를 다져 한데 섞고 해삼대신 지단으로 감싼 특징을 지닌다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

○ 홍합쌈/두부쌈

<표 17> 홍합쌈/두부쌈의 재료와 조리법 비교

가문/문헌명	음식분류	음식명	재료			조리순서
			주재료	부재료	양념	
광산 김씨 사계 김장생 종가 / 충남 논산시	부식류	홍합쌈 / 두부쌈	건홍합 300g 두부 1모	달걀 3개 식용유 적당량	소금 약간	① 건홍합을 따뜻한 물에 불린다. ② 두부는 3×4cm 직사각형으로 자른다. ③ 달걀을 풀고 소금을 넣어 달걀 물을 만든다. ④ 달걀 물을 식용유 두른 팬에 얇고 넓게 지단을 부친다. ⑤ 불린 홍합 6~8개 또는 두부 2개를 달걀지단 가운데 놓고 직사각형 모양으로 감싸서 말아준다.
음식디미방 (1670년경)		히숨 달호ᄂᆞᆫ 법 (해삼 다루는 법)	건해삼	꿩고기, 밀가루, 석이, 표고, 참버섯, 송이	후춧가루, 간장, 기름, 초간장, 즙액, 골파,	① 마른 해삼은 솥에 넣고 내장을 꺼낼 수 있을 정도만 삶는다. ② 삶은 해삼은 배를 가르고 칼로 속을 모두 긁어낸 다음 깨끗하게 씻는다. ③ 2의 해삼이 물러지도록 다시 삶는다.(볏짚을 넣고 삶으면 잘 물러진다.) ④ 꿩고기, 밀가루, 석이, 표고, 참버섯, 송이는 잘게 다지고 후춧가루로 양념한 다음 해삼 뱃속에 가득 채우고 빠져나오지 않게 실로 감는다. ⑤ 솥에 물을 붓고 그 위에 해삼 담은 그릇을 넣은 다음 푹 쪄낸다. ⑥ 다 익으면 실은 제거하고 해삼은 먹기 좋게 썰어 낸다.
농정회요 (1830년경)		蒸法 (해삼전)	해삼	육류, 두부, 달걀, 기름	생강, 파, 후추, 장	① 말린 해삼은 솥에 물을 많이 붓고 푹 삶는다. ② 내장을 손질해서 돌 위에 얹어 물을 뿌려가며 한 동안 비빈 뒤 깨끗이 헹궈 씻는다. ③ 따로 익힌 고기와 두부는 생강, 파, 후추 등 여러 가지 양념을 넣고 곱게 다진 다음 기름과 장을 두르고 볶는다. ④ 볶은 재료를 해삼 뱃속에 채워 넣고 실로 묶는다. ⑤ 달걀물을 입힌 뒤 솥뚜껑에 기름을 두르고 지진다. 돌 위에서 비벼 곧바로 솥에 기름을 두르고 볶아 양념을 채우는 방법도 있다.
조선무쌍신식 요리제법 (1936년)		못소 (海蔘餡)	해삼	완자, 밀가루, 달걀, 기름, 잣	초장	① 작은 건해삼을 골라 하룻밤 불린 다음 배를 갈라 속에 모래를 빼고 살짝 삶아낸다. ② 완자 만드는 재료를 활용해서 해삼 속을 꼼꼼하게 채워 넣는다. ③ 소 넣는 부분에 밀가루를 묻히고 달걀물을 입혀 기름을 두르고 지져낸 뒤 속을 익혀서 초장과 곁들인다. (제사에 쓰는 것은 큰 해삼으로 만들고 소를 넣을 때 잣 3~4개를 나란히 넣는다.)
○ 조리변화상 고찰						
홍합쌈, 두부쌈의 조리법 모두 미쌈과 유사하다. 육류, 두부, 채소 등을 양념한 뒤 해삼 속에 넣고 재료가 빠지지 않도록 감싸 지져내는 제법이 미쌈과 유사했다. 보통 '쌈'이라는 단어가 싸서 먹는 음식을 뜻하기 때문에 홍합쌈, 두부쌈, 미쌈 모두 재료를 한데 싸서 먹는 형태를 보이는 것으로 사료된다.						

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

○ 염교강회

<표 18> 홍합쌈/두부쌈의 재료와 조리법 비교

가문/문헌명	음식분류	음식명	재료			조리법
			주재료	부재료	양념	
의령 남씨 성은 남이흥 종가 / 충남 당진시	부식류	염교강회 (돼지파강회)	염교 30g		고추장 1작은술, 빙초산 1/2작은술, 꿀 1/2작은술, 깨소금 약간	① 염교를 손질해서 찜통에 찐다. ② 고추장, 빙초산, 꿀, 깨소금을 섞어 초고추장 양념을 만든다. ③ 염교를 돌돌 말아 접시에 돌려가며 보기 좋게 담는다. ④ 초고추장과 함께 곁들여 상에 내보낸다.
시의전서 (1800년대 말)		세파강회	실파	고추, 계란, 석이, 양지머리, 차돌박이, 잣	양념장	① 실파의 뿌리를 제거하고 깨끗이 씻는다. ② 고추, 달걀, 석이, 양지머리, 차돌박이로 채를 준비한다. ③ 씻어 놓은 실파로 채 쳐 놓은 재료를 색색이 고루 모아 돌려 감고 잣을 가운데 끼운다. ④ 세파강회를 접시에 담고 양념장을 곁들인다.
규곤요람 (1896년)		강회	미나리	파, 달걀, 낙지(또는 제육, 오징어, 조기), 고추, 잣		① 미나리는 삶고 파는 끓는 물에 잠깐 데쳐낸다. ② 달걀을 노른자와 흰자로 각기 부쳐서 길이를 5푼만 되게 하고 너비는 젓가락짝만하게 썰어 둔다. ③ 낙지나 제육이나 오징어나 조기를 달걀과 같이 썰고 고추는 달걀 너비 반 만큼 썰어서 색을 맞추어 준다. ④ 파 잎으로 감아서 잣을 1개씩 파 잎에다가 예쁘게 꼽는다.
우리음식 (1948년)		파강회	파	편육	초고추장	① 어리고 연한 파를 살짝 데친다. ② 파로 편육을 싸서 감아 초고추장에 찍어 먹는다.
○ 조리변화상 고찰						
염교(돼지파)는 당진 인근지역의 특산품으로 쪽파와 비슷하나 크기가 크며 돼지파라고도 부르기도 한다. 고 조리서에 등장하는 강회의 대부분은 육류나 다른 재료들을 먹기 좋게 묶는 매듭의 역할을 하는 재료로 파나 미나리를 활용했다. 의령 남씨 성은 남이흥 종가의의 염교강회는 육류나 다른 재료를 곁들이지 않고 익힌 파를 보기 좋게 말아 초고추장을 찍어 먹는 형태를 취한다.						

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

○ 준치완자탕

<표 19> 준치완자탕의 재료와 조리법 비교

가문/문헌명	음식분류	음식명	재료			조리법
			주재료	부재료	양념	
삼해약주 명가/ 서울특별시	부식류	준치완자 탕	준치 1마리	달걀1개, 쑥갓10g	파5g, 마늘2g, 백후추1g, 밀가루15g 약간	① 준치는 비늘을 벗긴 후 앞뒷면을 뼈만 남긴 채 포를 뜬다. ② 머리 부분과 뼈 등은 토막 내어 큰 냄비에 물을 붓고 끓여 육수를 만들어 놓는다. ③ 준치살을 도마 위에서 칼로 살을 긁어낸다. ④ ③의 재료를 소금, 백후추로 간해서 완자를 빚는다. ⑤ 완자의 앞뒤를 밀가루 살짝 바르고 달걀을 풀어 간하고 거기와 담갔다 건져 완자를 지진다. ⑥ ②에 완자를 넣고 기호에 맞게 황백지단과 쑥갓을 올린다.
산림경제 (1700년대)		去骨法 [거골법]	준치	녹말, 기름	간장, 생강	① 손질한 준치를 크게 토막을 내어 가마솥에 집어넣고 물을 많이 붓고 푹 삶은 후 꺼낸다. ② 대나무 체에 ①을 담고 손으로 비비면서 체 밑으로 걸러진 살코기를 반대기로 빚어 녹말을 입힌다. ③ 생선 삶았던 국물에 ②를 넣어 기름과 간장, 생강 등 여러 가지 양념재료를 넣은 뒤 다시 끓인다. ※ 가시가 전혀 없어 맛이 아주 좋다.
농정회요 (1830년경)		去骨法 [거골법]	준치	녹말	장, 생강, 파 등	**(준치 다듬는 법)** ① 준치를 깨끗이 손질해서 옆으로 눕혀 칼로 2치쯤 되게 자르고 도마 위에 거꾸로 세운다. ② 삼베나 모시수건으로 양끝을 잡은 상태에서 생선 토막 끝을 꽉 누르면 가느다란 가시가 수건 밖으로 빠져 나온다. ※ 나머지 가시를 하나하나 제거하고 음식을 만들면 날카로운 가시가 조금 줄어든다. **(준치국 끓이기)** ① 준치의 뼈를 깨끗이 씻어서 크게 토막을 낸다. ② 가마솥에 물을 많이 붓고 ①을 넣고 푹 삶은 후 꺼낸다. ③ ②를 대나무체에 담아 걸러 내린다. ④ ③의 밑으로 떨어진 고기를 주무르고 편으로 빚어 녹말을 입힌다. ⑤ 앞의 생선 삶았던 국물에 ④를 넣고 기름과 장, 생강, 파 등의 양념과 재료를 넣어 끓인다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

부인필지 (1908년)		쥰치뼈업시ᄒᆞᄂᆞᆫ법	준치		파, 기름, 간장 등	① 준치를 토막 쳐 도마에 위에 놓는다. ② 베나 모시나 수건으로 준치를 덮은 다음 눌러주면 뼈가 수건 밖으로 나온다. ③ 수건 밖으로 나온 뼈와 잔가시들을 제거한다. ④ ③를 삶고 여러 가지 색깔의 양념을 준치 토막 위에 놓고 준치를 삶은 솥에 다시 넣는다. ⑤ ④에 파, 기름, 간장을 넣고 끓인다.
조선무쌍신식 요리제법 (1936년)		준치국	준치	맑은 장국, 밀가루, 달걀, 녹말, 고기	파, 초, 장, 후춧가루, 기름	**(방법 1_준치 토막 이용)** ① 준치의 비늘을 제거하고 칼로 작게 가시까지 잘라지도록 잘게 자른다. ② 맑은장국에 가는 파를 넣고 끓인 뒤 준치 토막 친 것을 넣고 끓인다. ③ 알과 이리도 토막을 내고, 함께 끓인다. ④ 먹을 때는 초를 쳐서 먹는다. **(방법 2_준치 완자 이용)** ① 준치를 토막 쳐서 도마 위에 세운 뒤, 베나 모시 헝겊으로 덮어 누른다. ② 뼈가 헝겊 밖으로 나오면 족집게나 손으로 뽑고 등뼈도 제거한다. ③ ②에 장, 파, 후춧가루를 넣고 주물러서 작은 밤알만 하게 둥글게 빚는다. ④ ③을 밀가루, 달걀 순으로 묻혀 완자처럼 지져낸다. ⑤ 맑은장국이 끓을 때 ④를 넣고 한참을 끓여 먹는다. **(방법 3_준치 토막 이용)** ① 준치는 토막을 내고 삶아낸 뒤 각종 양념을 한다. ② ①에 녹말을 씌워 삶아낸 솥에 넣고 고기와 파와 기름과 장을 쳐서 끓인다.

○ 조리변화상 고찰

『증보산림경제』에 준치를 진어(眞魚)라 기록되어 있는데 이는 생선 중 가장 맛있다해서 붙여진 이름이다. 그런데 뼈가 지나치게 많아 고 조리서에서 뼈를 없애 이용하는 제법이 다수 기록되어 있다. 준치완자탕과 유사한 조리법이 기록된 조리서를 살펴보면, 『산림경제』와 『농정회요』가 있다. 이들의 경우 명가와 유사하게 준치로 완자를 빚어 조리하며, 준치 삶은 물을 다시 국물에 이용하기도 한다. 『부인필지』의 경우 준치를 뼈없이 삶아 이용하나 따로 완자로 만들지는 않으며, 『조선무쌍신식요리제법』의 경우 1. 3.준치 토막 이용, 2. 준치 완자 이용 과 같이 크게 2가지 방법을 이용하는 방법이 기재되어 있다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

○ 맑은참조기탕

<표 20> 맑은참조기탕의 재료와 조리법 비교

가문/문헌명	음식분류	음식명	재료			조리법
			주재료	부재료	양념	
한산이씨 아계 이산해 종가/ 충남 예안시	부식류	맑은 참조기탕	참조기4마리	호박10g, 청양고추2개, 홍고추1개, 두부10g, 대파5g	쌀뜨물 200ml, 조선간장5ml, 마늘2g, 무20g, 다시마1g, 후추가루 1g	① 쌀뜨물 200ml에 참조기를 담궈 비린내를 제거 한다. ② 무, 다시마로 육수를 끓인다. ③ 두부 2*2cm, 호박은 반달모양, 청양고추, 홍고추, 대파는 어슷썰어 준비한다. ④ 탕그릇에 채소, 조기를 넣고 끓인 육수를 넣고 끓인다. ⑤ 조선간장으로 간을 맞춘다. 후추가루를 첨가해서 바글바글 끓여낸다.
산림경제 (1700년대)		石首魚 [석수어]	참조기	순채		① 참조기 고기 머리에 바둑알만한 돌이 있는데 그것을 갈아서 먹으면 좋다. ※ 순채와 함께 국을 끓여 먹기도 한다.
부인필지 (1908년)		조긔싱션	조기			① 조기를 끓일 때 조기의 허리를 주무른 뒤 끓여야 살이 흐트러지지 않는다.
조선요리제법 (1921년판)		죠긔국 (三四月)음식	조기	미나리, 파, 고기	고추장	① 조기를 씻고 비늘을 제거한 뒤, 한 치 길이씩 토막을 친다. ② 솥에 물을 붓고 고추장을 심심하게 푼다. ③ 미나리를 푹 데쳐 한 치 길이씩 잘라 ②의 솥에 넣는다. ④ ③에 파 고명, 썰은 고기를 넣고 뚜껑을 덮어 끓인다. ⑤ 한참 끓으면 조기를 넣고 더 끓인 뒤 먹는다. ※ 혹은 맑은 장국에 파와 미나리를 데쳐 넣고 끓이기도 한다.
우리음식 (1948년)		조기국 (石首漁湯)	조기 2마리	쑥갓 120g, 쇠고기 120g, 파 3뿌리, 간장 3숟가락, 물 1L, 후춧가루 약간		① 조기의 비늘을 제거하고 배래를 빼고 씻은 뒤 토막 친다. ② 쑥갓, 파를 다듬고 씻어 놓는다. ③ 냄비에 다진 고기, 파, 간장을 볶는다. ④ ③에 물을 붓고 끓으면 조기를 넣고 한 번 더 끓인다. ⑤ 그릇에 담을 때 후춧가루를 친다.

○ 조리변화상 고찰

조기는 젓갈을 담가먹거나 구워먹거나 건조시켜 굴비로도 먹는다. 『한국요리문화사』(이성우, 교문사, 1999년 개정판)에 따르면 고려 인종 때 영광으로 유배 온 사람이 굴비를 먹으면서 너무 맛있어서 영광의 굴비가 유명해졌다는 유래가 있다. 『산림경제』와 『부인필지』의 경우, 조기국을 끓이는 자세한 방법보다는 약간의 도움말이 쓰여 있다. 『조선요리제법』과 『우리음식』의 경우 조기국을 끓이는 방법이 자세히 기재되어 있는데, 『조선요리제법』은 고추장 베이스의 국물이, 『우리음식』은 맑은 국물을 낸다. 한산이씨 이산해 종가 역시 『우리음식』의 조기국과 유사하게 맑은 국물을 이용한다. 다만, 종가에서는 참조기의 비린내를 없애기 위해 쌀뜨물을 이용한다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

○ 배약산적구이

<표 21> 배약산적구이의 재료와 조리법 비교

가문/문헌명	음식분류	음식명	재료			조리법
			주재료	부재료	양념	
한산이씨 아계 이산해 종가/ 충남 예안시	부식류	배약산적 구이	소고기100g, 배10g	호박10g, 청양고추2개, 홍고추1개, 두부10g, 대파5g	간장3g, 마늘2g, 후추가루 1g, 들기름1g, 참깨 1g, 잣 3g	① 소고기를 곱게 다진다. ② 배를 강판에 갈아 준비한다. ③ 갖은 양념과 다진 소고기를 한데 섞어 네모난 모양으로 빚는다. ④ 빚은 산적은 화로에 석쇠를 올려 구워 낸다. ⑤ 잣은 다져서 고명으로 올린다.
임원십육지 (1835년경)		篡炙方 [산적방]	쇠고기		기름, 장, 참깨	① 살찐 쇠고기를 2~3치의 길이로 길게 썰고 기름과 장으로 양념 후 볶은 참깨가루를 뿌린다. ② 양쪽이 일치하게 대나무 꼬챙이에 꿴다. ③ 화롯불 위에 구워 익힌다. ※ 모양이 주판에 펴놓은 것 같아 산적이라고 한다. ※ 각종 산적 설명 - 잡산적 : 소 심장, 창자, 간, 밥통, 천엽 등을 섞어 대 꼬챙이에 꿰어 굽는다. - 장산적 : 구워서 달인 간장에 담근다. - 즙산적 : 개성 사람들이 만든 양념장을 많이 바른 잡산적이다.
주찬 (1800년대 초)		常散炙 [상산적]	쇠고기	밀가루	깨소금, 생강, 파, 후춧가루, 천초, 기름 간장	① 연한 쇠고기를 얇게 저민다. ② 생강, 파, 후춧가루, 천초를 약간씩 넣고 기름간장에 재운다. ③ 밀가루를 조금 사용하고 깨소금을 많이 넣어 가루즙을 만든다. ④ ②의 쇠고기에 가루즙을 묻혀 센 불에 굽는다.
시의전서 (1800년대 말)		약산적	쇠고기		진간장, 갖은 양념, 깨소금	① 쇠고기를 썬 뒤, 갖은 양념을 넣은 진간장에 재운다. ② 양념한 쇠고기를 꼬지에 꿴 뒤. 도마에 놓고 잔칼질을 한다. ③ 깨소금을 뿌려 석쇠에 굽는다.
조선무쌍신식요리제법 (1936년)		산적 (算炙, 散炙)	연한 고기		장, 기름, 깨소금, 후춧가루, 파	① 고기를 두툼하고 넓게 저며 장을 바른다. ② 기름, 깨소금, 후춧가루를 넣고 주무른다. ③ ②를 도마에 펴 놓고 두드려 가며 기름, 파, 깨소금을 뿌려 켜켜이 놓는다. ④ ③을 석쇠에 구워 먹는다. ※ 제사에나 큰 잔치 상에 괴어 쓴다.

○ 조리변화상 고찰

구이의 종류에는 꼬챙이에 꿰거나 석쇠·적쇠로 직화 구이하는 적(炙)과 꼬챙이를 쓰지 않고 철판이나 돌 위에 간접 불로 굽는 구이(燔)로 나눌 수 있으나 현재는 적과 구이의 명칭이 모호해져 가고 있다. 『임원십육지』를 살펴보면 다양한 산적의 종류를 살펴볼 수 있으며, 『조선무쌍신식요리제법』을 살펴보면 산적이 제사나 큰 잔치에 내놓는 음식임을 알 수 있다. 한산이씨 이산해 종가의 배약산적구이와 『시의전서』의 약산적은 명칭은 유사해도 그 제조방법이 크게 다르다. 종가의 경우 다진 고기를 빚어 모양을 내어 굽는 반면, 『시의전서』는 꿰어놓은 고기에 잔칼질을 해서 양념이 잘 밸 수 있도록 한 뒤에 굽는다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

○ 연근조림

<표 22> 연근조림의 재료와 조리법 비교

가문/문헌명	음식분류	음식명	재료			조리법
			주재료	부재료	양념	
안동권씨 양평권감 종가/ 경기도 시흥시	부식류	연근조림	연근 1뿌리	식초 1ts	물 3cup, 간장 16ts, 설탕 5ts, 참기름 1ts, 다시마 1조각, 깨	① 연근을 일정한 두께로 썬다. (얇게) ② 연근이 잠길 정도로 물을 붓고 식초를 넣고 10분간 끓인다. ③ 물 3컵에 설탕, 간장, 다시마를 넣고 끓인다. ④ 삶아진 연근을 ③의 조림간장에 넣고 끓인다. ⑤ 양념장이 자작해질 때 까지 조린다. ⑥ 마지막으로 깨, 참기름을 넣는다.
해동농서 (1700년대 말)		熟灌藕 [숙관우]	연근	밀가루, 꿀, 사향		① 밀가루에 꿀을 넣고 사향 약간을 섞는다. ② 연근의 굵은 머리통의 구멍에 ①을 채워 넣는다. ③ ②의 연근을 기름종이로 싸고 무르게 졸인다. ④ 졸인 연근을 편으로 썬다.
농정회요 (1830년경)		蓮藕煎法 [연우전법]	연근	소금, 꿀, 순밀		**(방법 1)** ① 햇연근을 끓는 물에 반쯤 데쳐 껍질을 벗기고 가늘고 길게 썰거나 납작하게 편을 썬다. ② 주발에 소금물과 연근을 넣고 연근을 식힌다. ③ ②를 1시간 정도 두었다가 연근을 걸러 물기를 빼고 말린다. ④ 말린 연근을 꿀 6냥에 담가 소금기를 없앤다. ⑤ 따로 꿀 10냥을 약한 불에서 졸여 호박색이 나면 식혀 보관한다. **(방법 2_민간방법(속방))** ① 연근을 적당한 크기로 썬다. ② 꿀과 물을 1:1로 섞어 약한 불에 졸인다. ③ 즙이 다 없어질 때쯤 순밀을 넣고 더 졸이며, 거품을 걷어 낸다. ※ 연근을 썰어 대나무 체에 담아 솥에 넣고 대충 쪄서 꿀로 졸여도 맛있다.

○ 조리변화상 고찰

이규진의 연구[1]에 따르면 '조림'이라는 표현의 등장은 1800년대말 조리서인 『시의전서』에 장조림법(조림법)을 등장하나 조림 음식이 '장육의 좌반 각종'에 포함되어 있는 것으로 보아, 조림 조리법의 분류가 독자적으로 자리 잡히지 않았던것으로 추측된다. 이후 『조선요리제법(1917)』에 장조림이 등장하게 된다. 그러나 이때까지도 조림 음식이 '잡종'으로 분류되어 조림이 하나의 조리법으로 분화되지 않았었다. 이러한 경향은 1930년대까지 지속되어오다 1943년의 『조선요리법』 이후 '~조림' 혹은 '~조리개'로 지칭되는 음식들이 조림 항목의 한 부분으로 자리 잡은 것을 볼 수 있다. 연근조림과 유사한 내용이 기록된 조리서를 살펴보면, 『해동농서』과 『농정회요』가 있으며 이들 모두 꿀로 연근을 조린 특징을 지닌다. 다만, 졸일 때 밀가루를 사용한 제법인 『농정회요』의 속방이 『해동농서』의 조리법과 유사하다고 볼 수 있다. 안동 권씨 양평권감 종가에서 내림되고 있는 연근조림은 고 조리서에 비해 설탕, 간장, 다시마 등 다양한 재료를 양념에 이용한 특징을 지닌다.

1) 이규진, 조미숙, '육류조림'의 조리모형 분석을 통한 조리법 변화 연구 : 근대이후 조리서를 중심으로, 2009, 한국식생활문화학회지, 24(5), 478~485쪽

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

<종가·명가음식과 고 조리서의 비교> 강원·경상 지역 : 총 4항목(4가문)

○ 가지전

<표 23> 가지전의 재료와 조리법 비교

가문/문헌명	음식 분류	음식명	재료			조리법
			주재료	부재료	양념	
진성 이씨 온계 이해 종가 / 경북 영주시	부식류	가지전	가지 2개	청고추 1개, 홍고추 1개, 식용유 적당량	한식간장 2큰술, 통깨 1작은술, 참기름 1작은술	① 가지를 어슷하게 썬다. ② 식용유를 두른 팬에 살짝 굽는다. ③ 청고추와 홍고추는 잘게 다진다. ④ 간장에 고추 다진 것과 통깨, 참기름을 섞어 양념장을 만든다. ⑤ 구운 가지를 접시에 예쁘게 돌려 담고 그 위에 양념장을 올린다.
우리음식 (1948년)		가지전	가지	밀가루, 달걀, 기름	고추장	① 가지를 둥글고 납작하게 썬다. ② 밀가루와 달걀을 순서대로 묻히고 기름을 달궈 지진다. 밀가루 칠을 하지 않고 기름에 지져 고추장에 찍어 먹기도 한다.
이조궁정요리통고 (1957년)		가지전	가지 5개	밀가루 조금, 지지는 기름 조금, 달걀 2개(또는 녹말가루)	소금 조금	① 가지는 속에 씨가 생기지 않고 연한 것으로 골라 껍질을 벗기고 넓적넓적 썬다. ② (가지에 소금을 뿌리면 가지가 소금에 절어서 물기가 빠지기 때문에 지지는데 좋지 않으므로)달걀을 풀 때에 소금을 넣어 간을 맞춘다. ③ 썰어둔 가지에 밀가루와 달걀을 씌워 기름을 두르고 번철에 지진다.(달걀을 쓰지 않고 백면가루나 녹말가루만 씌워서 흰색 전으로 만들 수 있다.)
○ 조리변화상 고찰						
가지는 예부터 여름에 쉽게 구할 수 있는 채소로 『한국 음식문화』(윤서석 외 6인, 교문사, 2015)에 따르면 혈액의 콜레스테롤 함량을 낮추고, 이뇨작용도 돕는 효능을 지닌다. 전 외에도 나물, 찜, 선, 김치, 장아찌 등에 가지를 이용했다. 『우리음식』과 『이조궁정요리통고』에 등장하는 가지전의 경우 가지를 납작하게 썰어 밀가루와 달걀물을 입혀 기름에 지지는 방법으로 전을 부쳤다. 반면, 진성 이씨 온계 이해 종가의 가지전은 가지를 썬 후에 밀가루나 달걀물을 입히지 않고 그대로 구워 양념장을 얹는 것이 특징을 지녔다.					

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

○ 소고기사태장조림

<표 24> 소고기사태장조림의 재료와 조리법 비교

가문/문헌명	음식분류	음식명	재료			조리법
			주재료	부재료	양념	
안동 장씨 경당 장흥효 종가 / 경북 안동시	부식류	소고기사태장조림	소고기사태 300g	꽈리고추 3개, 홍고추 1개, 마늘 3개	한식간장 2큰술, 설탕 약간	① 소고기 사태를 납작납작 썰어 찬물에 담가 여러 차례 물을 갈아 주면서 핏물을 충분히 뺀다. ② 냄비에 소고기가 잠길 정도의 물을 끓이면서 소고기를 넣고 중불에 끓이면서 떠오르는 거품을 걷어낸다. ③ 소고기가 어느 정도 연해지면 설탕을 약간 넣고 한식간장을 넣어 간을 심심하게 맞추어 한소끔 더 끓이고 국물의 맛이 어울려 지면 불을 끈다. ④ 냉장고에 보관하면서 상에 낼 때 편으로 썬 마늘과 꽈리고추, 홍고추를 썰어 넣어 다시 한소끔 끓여 국물과 같이 낸다.
시의전서 (1800년대 말)		증조림법 [장조림법]	소고기	잣	후추, 진간장, 백청	① 소고기는 다져서 전골처럼 자작하게 재운다. ② 재운 소고기를 회오리밤 크기로 떼어내어 속에 후추와 잣을 한 개씩 넣고 뭉쳐준다. ③ 석쇠에 종이를 깔고 ②를 얹고 불에 구워 익힌 뒤 진간장과 백청을 넣고 달게 조려낸다. 장조림은 결대로 찢어 먹으면 좋다.
규합총서 (1815년경)		진쥬좌반 [진주장조림]	소고기		진한 간장, 기름, 꿀, 볶은 통깨, 후춧가루	① 연한 부위의 쇠고기를 가늘게 채 썰고 다시 반대로 썰어 진주모양으로 작게 자른다. ② 번철에 작게 썬 쇠고기를 넣고 볶아 반 정도 익으면 진한 간장을 넣어 간을 맞춘다. ③ ②에 기름을 많이 넣고 꿀은 약간만 넣어 쇠고기가 익도록 볶는다. ④ ③에 볶은 깨를 넣고 다시 곱게 다진 후 후춧가루를 넣는다.
조선요리제법 (1934년)		장조림	소고기 볼기살 (또는 도가니, 아롱사태)		간장	① 뚝배기나 쇠솥에 고기가 겨우 잠길 만큼 물을 붓고 푹 끓인다. ② 고기를 꼬챙이나 젓가락으로 찔러보아서 잘 들어갈 때까지 익으면 간장을 넉넉히 붓고 다시 졸인다. ③ 먹을 때는 사방이 2cm길이, 굵기는 1cm내외가 되도록 찢어서 접시에 담고, 아롱사태는 길이로 얇게 저민다.
이조궁정요리통고 (1957년)		장똑똑이	소고기 120匁		간장 1컵, 생강 조금, 파, 마늘(다진 것) 1/2ts 실고추 조금, 설탕 7.5ts, 깨소금 6ts, 고추가루 1.5ts, 참기름 1.5ts	① 연하고 기름기 없는 살코기는 채 썰어서 냄비에 담는다. ② 채 썬 고기는 다진 파와 다진 생강, 다진 마늘, 후춧가루, 설탕, 실고추 등으로 양념해서 재워둔다. ③ 2에 간장을 붓고 조린다. ④ 양념이 자작하게 졸아들면 참기름과 깨소금을 넣고 잠깐 뜸을 들인다. 간장은 다 조린 후에도 잘팍하게 남아 있도록 넉넉히 붓는다.

○ 조리변화상 고찰

『시의전서』, 『규합총서』, 『조선요리제법』, 『이조궁정요리통고』 모두 소고기 장조림의 경우 작은 덩어리 고기를 간장양념에 졸인 뒤 먹기 좋게 찢거나 썰어서 먹는 형태를 보인다. 안동 장씨 경당 장흥효 종가의 경우 소고기를 양념이 베어들도록 조리기 전 먹기 좋게 썰어서 조리하므로 시간을 단축할 수 있다. 이러한 조리법은 『이조궁정요리통고』의 장똑똑이와 같이 먹기 좋은 크기로 상에 내어 놓는 점이 유사하다. 조리 순서의 경우 끓는 물에서 1차로 익힌 후 양념장을 넣어 졸이는 방법으로 이는 『조선요리제법(1934)』의 방법과 유사했다. 이는 1차로 익혀내 기름기를 어느 정도 제거 한 뒤, 2차로 간장에 졸여내 깔끔한 맛을 낼 수 있게 하기 위함이다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

○ 안동송편

<표 25> 안동송편의 재료와 조리법 비교

가문/문헌명	음식분류	음식명	재료			조리법
			주재료	부재료	양념	
한산 이씨 대산 이상정 종가 / 경북 안동시	떡류	안동송편	멥쌀 500g	풋콩 300g, 물 적당량	소금 1큰술	① 멥쌀은 깨끗이 씻어 물에 3시간 정도 불려 놓았다가 건져 물기를 빼서 빻아 쌀가루를 준비한다. ② 멥쌀가루에 따뜻한 물을 넣고 익반죽하고, 풋콩은 소금을 뿌려 둔다. ③ 반죽을 둥글 넙적하게 만들어 안에 풋콩 소를 넣고 넓적한 송편 모양으로 빚어 20분 정도 쪄낸 후 참기름을 약간 바른다.
요록 (1680년경)		松餠 [송편]	백미	솔잎		① 흰쌀은 곱게 가루 내어 떡을 빚는다. ② 솔잎은 깨끗하게 씻어 솥 가운데에 깔고 가장자리에 떡을 가지런히 놓는다. 그 위에 다시 솔잎을 얹어 김이 오르면 떡을 찐다. ③ 떡이 다 익으면 꺼내서 하나하나 깨끗이 물에 씻는다.
윤씨음식법 (1854년)		송편 [송편]	쌀가루	팥 볶은 것, 계피, 후추, 깨, 꿀		① 쌀가루는 고운체에 내리고 물을 골무떡 반죽보다 좀 더 무르게 넣은 뒤 떡메로 친다. ② 굵고 길쭉하게 밀어 그릇에 담고 조금씩 떼어내어 가루를 묻혀 얇게 빚는다. 수단 빚을 때처럼 가루를 묻히지 않는다. ③ 볶은 팥소를 달게 만들어 계피와 후추를 섞어 소를 넣고 빚으면 송편이 붉은 색을 띤다. ④ 깨와 꿀을 버무려 소를 만들면 맛이 담백하고 빛깔은 희다.
부인필지 (1908년)		송편	쌀가루	팥, 계피, 말린 생강가루, 호두, 잣가루, 솔잎, 참기름		① 쌀가루를 고운 체에 치고 반죽을 무르게 해서 찐다. ② 오래 치고 흰떡보다도 가늘게 비벼 빚는다. 둥글게 포개어 감아 놓고 떼어가면서 빚으면 송편이 터지지 않는다. ③ 팥에 계피, 말린 생강가루, 호두, 잣가루를 넣어 만든 소를 넣는다. ④ 솔잎을 여러 켜 놓고 쪄낸 다음 물에 씻고 참기름을 바른다.
우리음식 (1948년)		송편 [松片]	쌀가루 2L	콩 1.2L, 솔잎 적량	소금 약간	① 쌀가루에 소금을 넣고 물로 반죽을 한다. ② 콩 불린 것을 소로 넣고 빚는다. - 소는 콩, 팥고물, 밤고물, 대추, 고구마 등 무엇이든 좋다. - 쌀가루에 쑥이나 송기를 다져 넣으면 빛깔이 좋다. ③ 시루에 솔잎을 깔고 빚은 것을 늘어놓고 다시 솔잎을 덮은 다음 그 위에 다시 송편을 놓고 찐다. ④ 물기가 빠지면 참기름을 칠한다. ⑤ 설탕이나 꿀을 찍어 먹는다.

○ 조리변화상 고찰

『한국식품사연구』(윤서석, 1993 개정판)에 따르면 송편은 통과의례(백일과 생일) 때 쓰이며, 8월 추석외에도 2월 중화절의 절식으로 쓰였다. 고문헌을 살펴보면 소를 이용하는 재료들이 다양하게 나타났다. 『윤씨음식법』은 팥과 계피, 후추, 깨, 꿀을 이용하였으며, 『부인필지』는 『윤씨음식법』과 유사하나 호두, 잣가루와 같이 견과류를 추가하였으며, 『우리음식』에서는 콩을 소로 이용했다. 반면 『요록』을 살펴보면 소를 넣지 않고 단순히 쪄 내기만 해서 송편 소가 시간이 지남에 따라 발전하는 양상을 살펴볼 수 있다. 한산 이씨 대산 이상정 종가의 경우 송편을 소로 콩을 이용해 『우리음식』의 소와 유사하나 그 모양은 둥글넙적한 모양으로 기존의 송편과는 다른 특징을 지녔다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

○ 칡창면

<표 26> 칡창면의 재료와 조리법 비교

가문/문헌명	음식분류	음식명	재료			조리법
			주재료	부재료	양념	
덕수 이씨 수고당 이자 가문/ 강원 울진군	음청류	칡창면	칡녹말 1/2T	잣	오미자 물 3C, 설탕 6T	① 오미자 물에 설탕을 넣어 국물을 만든다. ② 물에 칡녹말을 풀어 20분 정도 두었다가 고운체에 거른다. ③ 넓은 그릇에 물을 끓이고, ②를 넣어 중탕한다. ④ 거의 익을 때 그릇 째 끓는 물속에 넣어 완전히 익힌 다음 찬물에 식혀 가만히 건져 놓는다. ⑤ 채 썰은 면을 화채 그릇에 담고, ①의 국물을 먹기 직전에 붓고 잣을 띄운다.
박해통고 (1700년대 이후)		葛粉麵法 [갈분면법]	칡가루, 녹두가루	잣	오미자 우린 물, 꿀	① 칡가루와 녹두가루를 섞어 반죽한다. ② 구멍 뚫린 표주박을 뜨거운 물 위에 놓고, 그 속에 ①의 반죽을 붓는다. ③ 표주박 구멍마다 반죽이 흘러 뜨거운 물속으로 가는 실처럼 들어가면서 면이 익는다. ④ ③의 면을 바로 꺼내 차가운 물에 넣었다가 건진다. ⑤ 오미자 우린 물에 꿀을 타서 준비한다. ⑥ ⑤에 ④의 국수를 넣고 잣을 띄운다.
산림경제 (1700년대)		葛粉麵法 [갈분면법]	칡가루, 녹말	-	-	① 칡가루와 녹말을 섞어 반죽한다. ② ①을 창면이나 수면 같은 가는 면으로 만든다.
농정회요 (1830년경)		葛粉麵法 [갈분면법]	칡가루, 녹말	-	-	① 칡가루와 녹말을 섞어 실국수로 만든다.

○ 조리변화상 고찰

『조선요리법』에 따르면 창국은 맛이 차갑고 시원해서 여름철 입맛이 없을 때 먹는 음식으로 김창국, 오이창국, 파창국 등이 있다. 현대에는 창국을 냉국이라고 부른다. 칡가루나 녹말을 섞어 반죽해서 뽑은 면을 오미자 우린 물에 함께 낸 것을 '칡창면' 또는 '갈분면' 등으로 기록되어 있다. 문헌에서는 구멍 뚫은 표주박을 이용해서 면을 뽑는데, 덕수 이씨 수고당 가문에서는 칡녹말을 넓고 편편한 그릇에 놓고 중탕 후 채를 썰어 면을 만드는 것이 특징이 있다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

제4장 목표달성도 및 관련분야 기여도

제1절 목표대비 달성도

당초 목표	가중치 (%)	개발 내용	달성도 (%)
1) 종가 명가 음식 발굴을 위한 조사 도구 개발 및 DB 구축	20	• 지역별 종가·명가음식의 발굴을 위한 조사 도구 개발 • 종가·명가음식 음식 및 상차림 분류 체계 도출 • 지역별 종가·명가 음식 발굴 결과 DB 구축, 자료 발간	100
2) 전라지역 종가·명가 음식 조사 발굴 및 조리법 과학화	20	• 전라·제주지역 종가·명가 음식 발굴 적합성 및 조리법 재현	100
3) 서울・경기・충청지역 종가음식 발굴 및 조리법 과학화	20	• 서울·경기·충청지역 종가·명가 음식 발굴 적합성 및 조리법 재현	100
4) 강원·경상 지역 종가·명가 음식 조사 발굴 및 조리법 과학화	20	• 강원·경상지역 종가·명가 음식 발굴 적합성 및 조리법 재현	100
5) 신창 맹씨, 은진 송씨 가문 조리서의 현대어 역주 및 사대부 조리서와 교차 분석 6) 종가·명가 현지 발굴 음식과 고 조리서 음식 비교분석을 통한 조리 변화상 고찰	20	• 현대어 해석 작업 완성도, 조리서와 비교분석 정합성, 조리사적 의의 • 교차분석 작업 완성도, 고 조리서 비교를 통한 발굴 종가음식 역사적 가치 확보수준	100
	100%		100%

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

제2절 정량적 성과

성과지표명 \ 연도		당초목표 (전체)	실적	달성도 (%)
논문게재	SCI			
	비SCI	12	13	108.3
산업재산권	출원	1	0	0
	등록			
학술발표	국제	1	1	100
	국내	20	24	120
정책자료 기관제출				
영농기술·정보 기관제출		8	8	100
DB구축		1	1	100
자료발간		1	1	100
홍보		5	131.8	100
계		49		91.0

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

제5장 연구 결과의 활용 계획

제1절 기술적 측면

발굴된 종가·명가 음식과 스토리를 디지털 콘텐츠 자원으로 활용해서 한국의 종가음식 문화에 대한 가치를 제고할 수 있다. 종가·명가 음식 발굴과 조리 기술의 표준화를 통해 한식산업화 및 세계화에 기초 자료로 활용할 수 있다. 고 문헌 연구 등 역사적 고증을 거친 한식의 원형 발굴과 문화적 스토리텔링 기법을 적용해서 산업화 가능성이 높은 건강한 한식을 발굴해서 한식의 산업화에 연계할 수 있다. 조사된 결과로 만든 데이터베이스는 대국민 공개 서비스로 전환해서 농촌진흥청 농식품종합정보시스템(koreanfood.rda.go.kr)을 통해 제공된다. 제공되는 자료를 활용해서 조리 또는 외식, 관광 관련 대학에서 '음식문화', '식문화', '한국음식' 등 과목의 조리 실습과 이론, 체험 학습 교재에 활용할 수 있을 것이다. 제1세부과제에서 가문의 내림음식 식재료 연구의 실험 결과를 바탕으로 학술 연구논문을 발표 할 계획이다.

제2절 경제적·산업적 측면

지역을 상징하고 대표하는 종가의 한식 조리 기술 기록 및 체계화는 전통 무형문화로서 높은 가치를 지닌다. 스토리텔링을 활용한 역사적 스토리를 가진 종가음식 발굴로 국가 홍보 및 이미지 제고에 기여할 수 있다. 이와 같은 스토리는 향후 지역의 향토음식 등 지자체에서 산업적 자원으로 활용이 가능하며, 지역 내에서 추진하는 전통향토음식 관련 사업의 콘텐츠로 활용해서 지역 산업 및 경제 활성화에 영향을 줄 수 있다.

제3절 문화적·사회적 측면

전통 한식의 가치를 재발견하는 차원에서 연구 결과를 참고할 수 있으며, 한국 음식의 다양성을 확보하는데 도움을 줄 수 있다. 또한 종가·명가 발굴 음식과 이와 관련된 고 조리서 속 음식과 비교해서 조리법 계통의 변화과정을 추적하고, 이를 현대 과학적인 조리법으로 변형해서 활이 가능 할 것이다. 조리 또는 관광 관련 학교에서 '음식문화', '식문화', '한국 음식' 등 과목의 실습과 이론 그리고 체험 학습 자료로 활용 할 것이다. 이렇게 발굴된 조리서에 기재된 음식과 조리법을 디지털 기록으로 남겨 디지털 기기를 통한 확산에 도움을 줄 수 있으며, 디지털 기기를 이용하는 젊은 층에게도 전통 계승에 관심을 갖는 계기를 마련할 수 있다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

제6장 연구 과정에서 수집한 해외 과학 기술 정보

해당 없음

제7장 연구 개발 결과의 보안 등급

해당 없음

제8장 국가과학기술종합정보시스템에 등록한 연구시설·장비 현황

해당 없음

제9장 연구개발과제 수행에 따른 연구실 등의 안전조치 이행실적

해당 없음

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

제10장 연구개발과제의 대표적 연구실적

번호	구분 (논문/ 특허/ 기타)	논문명/특허명/기타	소속 기관명	역할	논문게재지/ 특허등록국가	Impact Factor	논문게재일 /특허등록일	사사여부 (단독사사 또는 중복사사)	특기사항 (SCI여부/ 인용횟수 등)
1	논문	종가 제례음식의 편(떡)에 관한 연구	농과원	주관	한국식생활 문화학회지	1.27	2015.9.30.	단독사사	비SCI
2	논문	종가 제례음식의 적(炙)에 관한 연구	농과원	주관	한국식생활 문화학회지	1.27	2016.2.19.	단독사사	비SCI
3	논문	종가 제례음식 논문의 내용과 동향분석-국내 학술지를 중심으로-	농과원	주관	한국식생활 문화학회지	1.27	2016.8.17.	단독사사	비SCI
4	논문	종가의 고 조리서를 통해 본 전통주 연구	전주대	주관	동아시아식 생활학회지	0.90	2014.12.30.	단독사사	비SCI
5	논문	고 조리서와 종가의 무김치 비교 연구	전주대	주관	한국식품 영양학회지	0.98	2015.10.15.	단독사사	비SCI
6	논문	연령에 따른 종가 및 제례음식에 대한 인식도 조사	호서대	주관	한국식생활 문화학회지	1.27	2014.11.10.	단독사사	비SCI
7	논문	심층면접을 통한 충북 지역 종가(宗家) 음식문화 특성 연구	호서대	주관	동아시아식 생활학회지	0.90	2015.8.14.	단독사사	비SCI
8	논문	경기도 종가의 내림음식 사례 연구	호서대	주관	한국식생활 문화학회지	1.27	2016.12.31.	단독사사	비SCI
9	논문	상주지역의 불천위제사 제수문화에 관한 연구	경북대	주관	동아시아식 생활학회지	0.90	2015.10.15.	단독사사	비SCI
10	논문	경북 지역 종가(宗家)의 다식에 관한 연구	경북대	주관	한국식생활 문화학회지	1.27	2016.8.24.	단독사사	비SCI
11	논문	경북지역 종가의 음식문화 기록화를 위한 심층인터뷰조사 연구	경북대	주관	지역사회연구	0.68	2016.9.10.	단독사사	비SCI
12	논문	신창맹씨 종가의 문헌『자손보전』에 수록된「최씨 음식법」의 조리법을 통한 조선 중기 음식문화 고찰 - 찜류 및 면병과류를 중심으로 -	세계 김치 연구소	주관	한국식생활 문화학회지	1.27	2016.10.12.	단독사사	비SCI
13	논문	은진 송씨 종가소장『동춘당 음식법』의 내용과 특징	세계 김치 연구소	주관	한국식생활 문화학회지	1.27	2016.10.6.	단독사사	비SCI

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

번호	자료발간	ISBN	발행처
1	『종가음식 100선』	978-89-480-4321-1 (93520)	국립농업과학원 가공이용과

제11장 기타사항

해당 없음

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

제12장 참고문헌

강인희. 1987. 한국의 맛. 대한교과서. 서울.

국가생물종지식정보시스템. 2016. http://www.nature.go.kr/kbi/plant/pilbk/selectPlantPilbkDtl.do?plantPilbkNo=31658, [검색 : 2016.4.25.].

국립국어원. 2015. http://stdweb2.korean.go.kr/main.jsp, [검색 : 2015.4.10.]

국립문화재연구소 편. 2005. 종가의 제례와 음식 6 광산 김씨 사계 김장생 종가, 경주 이씨 초려 이유태 종가. 김영사.

권용석·김영·김양숙·최정숙·이진영. 2012. 종가의 과정(한과)류에 관한 탐색적 연구. 한국식생활문화학회지, 27(6):588-597.

권용석·김영·이진영·최정숙·김행란·김양숙. 2013. 종가의 손님맞이 음식에 대한 탐색적 연구. 한국식생활문화학회지, 28(1):12-30.

김귀영·김보람·박모라, 2015, 상주지역의 불천위제사 제수문화에 관한 연구 동아시아식생활학회지, 25(5):739-751.

김귀영·이성우. 1988.『온주법』의 조리에 관한 분석적 고찰. 한국식생활문화학회지, 3(2):143-151.

김순임·한영실. 1993. 여러 가지 조리방법에 따른 송피떡과 모시풀떡의 관능적, 기계적 텍스쳐 특성. 한국식품과학회지, 43(1):83-90.

김용숙·배순이. 2013. 적송수피 색소 성분의 화학적 조성과 섬유 염색성. 한국의류산업학회지, 15(1):138-146.

김진숙·황동주·강은정·김경미·최송이·김기창. 2015. 박피 유무에 따른 전처리 백연근의 항산화능 및 항고혈압능 효과. 동아시아식생활학회지, 25(4):667-671

김철암·오덕환·은종방. 2006. 건조방법에 따른 생식 원료의 이화학적 특성 및 기능성 성분의 변화. 한국식품과학회지, 38(2):188-196.

농촌진흥청. 2008. 한국의 전통향토음식 1-10. ㈜교문사.

농촌진흥청 편. 2010a. 구황방 고문헌집성 제2권 일제강점기의 구황방. 농촌진흥청, 수원.

우에키 호미키. 1919년.『조선의 구황식물』-기호 이북산 중심-. pp 18-19, 30-31.

임태치. 1945년.『조선의 구황식물과 사용법』. pp 206-207.

농촌진흥청 편. 2010b. 구황방 고문헌집성 제3권 조선시대의 종합농서 (1). 농촌진흥청, 수원.

유중임. 1766년.『증보산림경제』. p 39, 41.

서호수. 1778년경.『해동농서』. p 130.

농촌진흥청 편. 2010c. 구황방 고문헌집성 제4권 조선시대의 종합농서 (2). 농촌진흥청, 수원.

서유구. 1800년대 초엽.『임원십육지』. p 38, 88.

박미연·강민경·조명희·최서율·박필숙. 2012. 충무공 이순신장군 사당의 불천위제례음식문화 비교: 아산현충사고택·통영착량묘·남해충렬사. 한국식생활문화학회지, 27(6):598-606.

박민희·최병곤·임상현·김경희·허남기·유성희·김종대·이광재. 2011. 수리취(Synurus deltoids)의 일반성

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

분, 무기질 및 식이섬유에 관한 연구. 한국식품영양과학회지, 40(11):1631-1634.

백두현 편. 2006.『음식디미방(飮食知味方)』. 글누림출판사.

식품의약품안전처. 2016.『식품공전』. 《식품위생법》 제7조 제1항.

송경현·문성필·김대성·홍영기. 2009. 라디아타 소나무 수피로부터 제조한 Pinux™염료의 화학조성과 견섬유와의 염색성. 한국생활과학회지, 18(6):1315-1321.

우민주. 2015. 송기분말제조 최적화 및 송기가래떡의 품질특성. 석사학위논문, 전주대학교, pp 43.

윤덕인. 2005. 외식조리인을위한한국음식이론및조리의실제. 관동대학교출판부. 강원.

윤서석. 1984. 한국음식-역사와 조리. 수학사. 서울.

윤서석. 1985. 食生活管理. 수학사. 서울.

윤서석. 1991. 한국의 음식용어. 民音社. 서울.

윤서석. 1997. 한국음식대관1 한국음식의 개관. 한림출판사.

윤서석. 2002. 한국음식대관6 궁중의 식생활·사찰의 식생활. 한국문화재보호재단.

윤숙경. 1996a. 안동지역의 제례에 따른 음식문화(Ⅰ) -불천위제례와 제수-. 한국식생활문화학회지, 11(4):439-454.

윤숙경. 1996b. 안동지역의 불천위제례와 제수. 한국식생활문화학회지, 11(2):279-298.

이연자. 2002. 명문 종가를 찾아서. 컬처라인. 경기.

이영준·한완택·최현선·이부용·정현정·이옥환. 2013. Pinexol®의 항산화 및 지방세포 분화 억제 효과. 한국식품과학회지, 45(1):97-103.

이은영·김영아. 1994. 가열처리에 의한 콩나물과 시금치의 식이섬유 함량변화. 한국식품조리과학회지, 10(4):381-385.

이창현·김영·이진영·강민숙. 2015a. 안동 권씨 충재 권벌 종가의 동곳떡에 관한 연구. 한국식생활문화학회지, 30(3):296-312.

이창현·김영·박영희·김양숙. 2015b. 종가 제례음식 편(떡)에 관한 연구. 한국식생활문화학회지, 30(5):502-544.

이창현·김영·박영희·김양숙. 2016a. 종가 제례음식 적(炙)에 관한 연구. 한국식생활문화학회지, 31(1):1-32.

이창현·김영·황영·김현미. 2016b. 한국 종가 제례음식 논문의 내용과 동향분석 -국내 학술지를 중심으로-. 한국식생활문화학회지, 31(4):286-299.

이효지 편. 2004.『시의전서(是議全書)』. 신광출판사, pp 1-333.

장지현. 2001. 한국음식대관4 발효·저장·가공식품. 한림출판사.

정낙원·조신호·최영진·김은미·원선임·차경희·김현숙·이효지. 2007. 17세기 이전 조선시대 찬물류의 문헌적 고찰. 한국식품조리과학회지, 23(5):731-748.

정양완 편. 2014.『조선요리법(朝鮮料理法)』. 책미래.

정혜경. 2013.『음식디미방』과『규합총서』와의 비교를 통한『주식시의』속 조리법 고찰. 한국식생활문화학회지, 28(3):234-245.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

조영심·김순임·한영실. 2008. 함초 추출물의 장 기능 개선과 변비 해소 효과. 한국식품과학회지, 40(3):326-331.

조창숙. 1999. 한국음식대관2 주식·양념·고명·찬물. 한국음식대관

차경희. 2012.『주식시의』에 기록된 조선후기 음식. 한국식생활문화학회지, 27(6):553-587.

한국문화재보호재단. 2000. 한국음식대관3 떡·과정·음청. 한림출판사.

한국문화재보호재단. 2002. 한국음식대관5 상차림·기명·기구. 한림출판사.

한국전통지식포탈. 2015. http://www.koreantk.com/ktkp2014/, [검색 : 2015.5.29.].

이수광. 1613.『지봉유설(芝峯類說)』.

이용기. 1924.『조선무쌍신식요리제법(朝鮮無雙新式料理製法)』.

한복려 편. 2001. 다시 보고 배우는 조선무쌍신식요리제법(朝鮮無雙新式料理製法). 도서출판 궁중음식연구원.

한복려 편. 2011.『산가요록(山家要錄)』. 도서출판 궁중음식연구원, pp 147-149.

황혜성. 2002. 한국음식대관

AOAC. 1990. Official Methods of Analysis (15th ed.). Association of Official Analytical Chemists. Washington, D.C., U.S.A..

Bergman I, Östlund L, Zackrisson O. 2004. The Use of Plants as Regular Food in Ancient Subarctic Economies: A Case Study Based on Sami Use of Scots Pine Inner Bark. Arct. Anthropol., 41(1):1-13.

Bogdanova S. 2016. Bark food - The Continuity and Change of Scots Pine Inner Bark Use for Food by Sami People in Northern Fennoscandia. Degree of Master of Philosophy, The Arctic University of Norway.

Campbell NA, Reece JB, Urry LA, Cain ML, Wasserman SA, Minorsky PV, Jackson RB. 2013. Campbell Biology (10 edition).

Englyst HN, Anderson V, Cummings JH. 1983. Starch and Non-starch Polysaccharides in Some cereal Foods. J. Sci. Food Agric., 34(12):1434-1440.

Ku CS, Jang JP, Mun SP. 2007. Exploitation of Polyphenol-rich Pine Barks for Potent Antioxidant Activity. J. Wood Sci., 53(6):524-528.

Östlund L, Ahlberg L, Zackrisson O, Bergman I, Arno S. 2009. Bark-peelin, Food Stress and Tree Spirits - the Use of Pine Inner Bark for Food in Scandinavia and North America. J. Ethnobiol., 29(1):94-112.

Pan H, Lundgren LN. 1996. Phenolics from Inner Bark of Punus Sylvestris. Phytochem., 42(4):1185-1189.

Rautio AM, Norstedt G, Östlund L. 2013. Nutritional Content of Scots Pine Inner Bark in Northern Fennoscandia. Economic Botany, 67(4):363-377.

Slavin JL. 2005. Dietary Fiber and Body Weight. Nutr., 21(3):411-418.

Varo P, Laine R, Koivistoinen P. 1983. Effect of Heat Treatment of Dietary Fiber: Interlaboratory Study. J. Assoc. Off. Anal. Chem., 66(4):933-938.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

Vidal-valverde C, Frias J. 1991. Legume Processeing Effects on Dietary Fiber Components. J. Food Sci., 56(5):1350-1352.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03

국가연구개발 보고서원문 성과물 전담기관인 한국과학기술정보연구원에서 가공·서비스 하는 연구보고서는 동의 없이 상업적 및 기타 영리목적으로 사용할 수 없습니다

주 의

1. 이 보고서는 농촌진흥청에서 시행한 「현장실용화농업기술」의 연구보고서입니다.

2. 이 보고서 내용을 발표하는 때에는 반드시 농촌진흥청에서 시행한 「현장실용화농업기술」의 연구 결과임을 밝혀야 합니다.

3. 국가과학기술 기밀유지에 필요한 내용은 대외적으로 발표 또는 공개해서서는 아니 됩니다.

IP : 14.49.138.138, 2017-11-03 17:15:03