

주식문화의 형성

김 경 자

동아대학교 식품영양학과

우리나라 사람들은 길에서 이웃을 만났을 때 진지 잡수셨습니까 하고 끼니에 관심을 표하는 습관은 어느 때부터 이었는지 알 수 없으나 먹는 것에 관심을 전부 쏟아야 했던 우리 생활사의 한 단면을 말해 주고 있다.

각 민족마다 주식의 작물을 결정하는데 있어서는 몇 개의 갖추어야 할 조건이 있었다. 주식이 되는 작물은 영양원으로서 가치가 있고 열량이 풍부하고 병충해와 기상 재해에 강하고 재배가 쉬워야 하며 그 나라에서 생산량이 많아서 사람들이 충분히 먹을 수 있어야 하며 부식과 잘 어울려야 하고 매일 먹어도 싫증이 나지 않는 음식이 되어야 된다는 것이다.

우리나라가 쌀밥을 주식으로 하게 된 것도 살펴보면 외관적으로 하얀색의 쌀밥은 색채감에 있어서 어느 색깔과도 잘 어울려 부식이 어떤 것이 되던 색상으로 조화를 잘 이루며 맛도 담백하고 비어 있어서 짹짹하거나 새콤하거나 맛의 조화를 잘 이룰 수 있는 장점이 있다.

동서양을 막론하고 하루 세끼 식사를 하고 이 식사를 통하여 가족이 한데 모여서 친척과도 만나고 이웃들과 사귀어 온 것은 일상적인 생활 습관이지만 단순한 일은 아니었다. 이러한 일들은 인류문화의 중요한 단면을 이룬 역사적 사실로 중요시되고 있다. 그러나 자연적 환경과 조상들의 생활 습관이 제각기 달랐던 만큼 각 민족은 저마다의 독특한 생활문화와 식생활의 문화 양식을 발전시켜온 것이다.

식생활은 한 민족이 사는 나라의 기후와 풍토 및 민족의 역사와 수레 자국을 같이 하는 것이므로 식생활 사는 문화사 내지는 문명의 발달과 밀접한 관계가 있다.

벼농사의 시작을 보면 벼의 원산지는 벵골만(Bangal Gulf)의 오지로서 지금의 동파키스탄을 중심으로한 갠지스(Ganges)와 부라이마우트라(Brahmaputra)의 양대 강이 이루는 삼각주 일원으로서 역사는 2,500년 정도 되었다. 벼농사의 기술은 남방 유입설과 북방 경유설이 있었으나 이춘녕씨의 북방 경유설로 많이 기운다. 그것은 선사시대에 문화의 수입문이 평안남 북도로써 도착 기술도 여기로 유입되었을 것으로 보며 북방을 경유해서 들어 왔다면 북쪽이 도착 기술이 더 좋을 것인데 남쪽이 더 발달된 것은 남쪽의 기후가 강우량, 지형, 기온 등이 북쪽보다 남쪽에 적합하므로 남쪽에서 벼농사를 많이 하였다고 할 수 있다. 쌀은 인디카종과 자포니카종으로 나뉘는데 자포니카종은 입자가 짧고 점성이 있으며 인디카종 쌀은

입자가 가늘고 길며 점성이 적어서 우리나라에서는 자포니카종을 즐겨 먹었다.

우리나라 벼농사는 마한시대에 벼를 재배한 기록이 있고 삼국사기에서는 백제(33년)에서 논을 만들고 벼농사가 널리 퍼져있음을 기록하였고 제민요술에서는 논벼와 밭벼를 구분하였고 찰쌀과 멥쌀이 있다고 하였다. 그러나 6~7세기경까지도 귀족적 곡물이었고 일반 백성에게는 주식이 되지 못하였던 것으로 전한다. 주식문화를 이루게 된 배경은 여러 민족이 제각기 발달시켜온 음식의 종류와 조리법, 상차림법 식사 예절, 식습관 등 그 민족의 역사적 문화적 소산들을 들 수 있다. 민족들 가운데는 밥을 먹는 민족이 있는가 하면 빵을 먹는 민족도 있고 밥을 먹는 민족 가운데도 쌀의 품종이 다르기도 하고 조리수를 맹물을 붓는가 하면 우유를 넣기도 하고 밥이 끓을 때 밥물이 흘러나오는 것을 막는가 하면 한번 끓인 물을 따라 버리고 새물을 부어 다시 끓여서 밥을 짓는 곳도 있으며 밥을 먹을 때 습관도 손가락으로 먹는가 하면 손가락과 젓가락을 쓰며 포크 나이프를 쓰는 민족도 있다.

서구의 주식문화의 이질적 측면을 들어 비교하면서 오늘의 우리나라 식문화의 구조적 바탕을 살펴보면 동, 서간의 주식문화의 뿌리는 자연적 배경과 식량생산 기술의 구조적 차이에서 온 것임을 볼 수 있어 그 틀은 선사시대에 형성되었던 것으로 보여진다. 이를 테면 우리나라는 역사시대 이전에 식량의 근본은 농경문화에 두었고, 신석기시대후 철기시대까지 곡류문화를 정착시켰다. 곡류문화도 정착과정에서 그의 선후가 있었지만 철기시대에 이르러 생산되는 곡류는 쌀, 조, 비(피), 기장, 두류, 소류 등이 있었다. 그 중 가장 뒤늦게 자리잡은 것이 맥류였다. 우리나라에 농경문화의 형성과정과는 달리 서구사회의 식량생산 수단은 선사시대부터 이미 유목문화를 꽃피었고 지중해 연안의 맥류문화에 접목되면서 서구사회는 육식문화를 앞 세운데 반하여 우리나라는 곡류문화를 형성하였던 것이다. 육식문화를 선두로한 서구 사회는 맥류문화와 과실문화, 채소문화로 발전해 왔으며 우리나라는 곡류(오곡)문화를 앞세우고 채소문화, 어류문화, 과실문화, 가축문화로 발전시켰다.

식문화의 발달과정의 차이는 조리방법에도 있어서 육식문화권에서는 적숙문화(Roasting Culture)를, 곡류문화권에서는 증자문화(Steaming Culture)를 그의 근본으로 하게 된 것이다. 이러한 조리방법은 조리기구에 차이를 보여주게 되었고 곡식문화권에서는 솥, 시루, 남비, 번철 문화로 발달되었다. 육류문화권에서 로문화(Oven)로, 팬 문화(Pan)로 발달하였다. 이에 따라 우리나라는 습식조리법인 밥 문화가 정착되었고, 서구사회에서는 빵 문화로 주식생활이 이루어진 변화를 엿볼 수 있게 되었다.

개화기 이전 주식문화 (주·부식 분리시대에서 조선시대)

1. 쌀밥

우리 민족에 주식인 밥은 용기와 연료의 변화에 따라서 변화 발전되었다. 초기에는 토기에 곡물을 넣고 물을 넣어 가열하여 죽의 상태로 익혔으나 토기가 되어 흙의 냄새가 우려나서 어려움을 격다가 만들어낸 용기가 흙으로 빚은 토기시루로써 쌀을 시루에 찌서 익히는 방법을 썼으나 토기 시루도 쌀을 익히기에는 충분하지 못하였음을 추측하기 어렵지 않다.

그후에 만든 조리 기구로 첩기로 된 그릇이 나오므로서 첩기그릇에 쌀을 넣고 물을 넣어 끓이는 밥을 짓기 시작하였다 쌀로써 밥맛이 좋게 만들어지기 시작한 때부터 주식과 부식이 분리되었을 것이고 그때부터는 밥이 주식으로 중시되고 반찬은 부식으로 경시되어 왔으므로 밥짓는 솜씨도 중요하게 되어 아무렇게나 밥을 짓는 것은 하늘이 내려주신 물건을 낭비하는 것이며 또 밥알 한알 한알을 귀중하게 생각하여 한 알이라도 버리는 것은 죄를 짓는 일이라고 하였다.

그리고 밥은 "만든다."하지 않고 "짓는다."고 하였다. 밥을 짓는다는 것은 밥을 기계적으로 끓인다는 뜻이 아니고 기술에 정성을 드려야 함을 말해 준다. 즉 취라는 말은 끓이고 찌면서 뜸들이고 약간 태우는 이 세 가지 과정이 일체화된 개념인 것이다. 밥을 짓는 것뿐만 아니라 다 된 밥을 그릇에 푸는 자세도 중요했다. 밥그릇에 가득 눌러 담지 않고 살살 퍼 담아 뚜껑을 덮어 보온하였다.

주식이 밥으로 자리 잡으면서 곡식으로 정착을 하고 밥의 형태로 굳혀지면서, 농경사회에 따라 밥의 종류도 다양하게 발전되었고 상용 밥류로는 쌀밥을 중심으로 보리밥, 조밥이 보편화 되어 왔으며, 별미 반으로 오곡밥과 약밥이 전해지고 곡류의 구성은 쌀, 보리, 콩, 조, 기장을 주축으로 그밖에 잡곡밥류도 많이 있었다.

그러나 농업인구가 80%를 차지하여 농자천하지대본(農者天下之大本)이라 하였으나 한해, 병충해, 상해와 전쟁으로 농사를 제대로 할 수 없었기 때문에 기근으로 허덕이는 경우가 대단히 많았다. 증보문헌비고(增補文獻備考) 11권에 기록으로 보면 한재만도 신라시대 80회, 고려시대 39회, 조선시대 38회였다고 하며 통일신라시대 부터 고종대까지 150회 이상의 흉수가 있었다는 기록이 있었다. 수재나 한재는 인위적으로 조정할 수 없었으므로 당시에는 죽을 밥먹듯 하였다. 조선시대 현종 12년에 좌승지 이서하가 솔잎죽을 쑤어서 백성들에게 나누어 줄 것을 임금에게 상소하였다고 한 것으로 보아 밥을 먹는 사람보다 죽을 먹는 사람들이 많았고 허기를 채우기 위해 국이 많이 발달되었음을 알 수 있다. 이러한 밥 외에 주식으로는 밀이 재배되기 시작하면서 밀가루로 만들어진 칼국수(면류)와 만두류, 수제비 등이 주식으로 대체되었다.

2. 면류(국수류)

전래의 면류 중에는 제면기법으로 나누어 수제비, 칼국수, 실국수 등으로 크게 나누어지고 면류의 시조는 떡국과 무관하지 않으며 차차 발전하여 국수로 정착되었다. 그 기원은 삼국시대까지 거슬러 올라가 면류는 전래의 음식을 대신하면서 간식으로 또는 관혼상제의 음식으로 폭넓게 이용되었으며 오늘날의 면류의 주원료는 밀가루가 차지하고 있으나, 조선시대가 후까지도 면류는 녹두전분, 메밀전분, 밀가루의 순으로 되어 있었고, 황해도, 평안도, 함경도는 메밀국수, 경기도는 녹두전분국수, 호남을 뺀 나머지 지역은 밀국수를 이루고 있었다.

그밖에 장수를 곁들이지 않는 골동면, 비빔국수가 유행되고 있었으며, 주로 메밀국수에 양념장이 그 바탕을 이어 왔다. 그후 당면이 국수 또는 나물무침으로 이용되어 왔는데 당면은 녹두와 감자녹말을 섞어서 만드는데 1919년 중국인이 사리원에 당면 공장을 세워 처음

으로 천연 동결법으로 당면을 만들기 시작했다.

한편 국수는 국수물의 종류에 따라 다양하게 말아먹을 수 있으며, 탕액의 온냉에 따라 냉면, 온면형이 있었고, 냉면형은 오미자차, 동침이, 육수, 물김치 류가 주로 차지하고 있었다. 온면형은 장국수가 그 기초를 이루고 있다. 또한 수제비는 육수에 온면형이었고, 칼국수 또한 실국수의 냉, 온면으로 나뉜다.

3. 만두류

전래의 만두는 송나라때 사물기원(事物記原)에 의하면 제갈공명이 맹획(孟獲)을 정복하고 돌아오는 길에 풍량이 심하여 건널 수가 없으니 따르던 사람들이 풍속에 따라 인두(人頭)를 제단에 바칠 것을 권하였으나 이를 대신으로 양과 돼지의 고기를 밀가루에 싸서 바친 것이 만두의 유래로 내려오고 있다. 만두피는 밀가루로 만든 것이 주를 이루고 있으나 생선으로 만든 것은 어만두 꿩고기로 만든 것은 치만두(雉饅頭)가 있고, 메밀가루로 만드는 메밀만두가 있다.

속에 넣는 속재료에 따라 천엽만두 생복(生腹)만두, 수어(秀魚)만두, 진계(陳鷄)만두, 황육(黃肉)만두, 양(羊)만두가 있고 조리방법에 따라 물만두, 장국만두, 군만두, 찢만두로 전래되고 있다.

소맥만두 중에는 수교위, 규아상, 병시, 편수관 이름이 전해지고 있었거니와 편수는 만두를 빚는 과정에서 네귀를 대각선으로 맞붙인데서 일반만두와 다르며, 만두소를 넣고 잎새모양 주름을 잡아 오므려 붙인 것이 일반만두의 성형법이라 할 수 있다.

만두 또한 시식과 무관하지 않았으며 밀 만두는 10월 6일 시식으로, 또 어만두는 4월달의 시식구실을 하여 왔었거니와 제사음식으로도 보편화되어 왔다. 그밖에도 메밀만두는 10월달의 시식으로 이용되었다.

4. 냉면

면류의 제면 기법을 앞서우고 그들 종류를 살펴보면 실국수, 가는 국수의 경우, 원료면에서 밀국수, 녹말국수, 교맥국수, 메밀국수, 칙뿌리전분국수, 울면, 밤전분국수 등을 들 수 있고, 이들 면류는 국수로 형성되나, 수면은 면자를 이용하지 않고, 부분적으로 녹두전분을 호화시킨 다음 바가지에 송곳으로 구멍을 많이 뚫어 제면 기로 삼아 낙하법을 이용 불탕 중에서 호화, 성형시키는 제면 기술이 전해지고 있었는데 이것이 냉면이다.

또한 국수는 고려이전부터 사용되어 왔으나 면자가 이용되기 이전에는 수지압법으로 가늘게 성형하는 기법이 있었으며, 이와 같은 방법은 조선시대로 내려와서도 이용되고 있었고, 이 수지압법으로 성형된 국수를 우수 또는 별작면으로 전해지고 있었고 냉면을 만드는 기법으로 전해진다.

5. 칼국수

칼로 썰어서 성형하는 칼국수 중에는 소맥분 위주의 밀가루 칼국수를 비롯하여 녹말 칼

국수, 보리, 칼국수, 갈분칼국수 등이 있었고, 밀가루 칼국수 중에는 밀가루를 계란으로 반죽한 난면을 비롯하여 밀가루 반죽을 미리 호화시켜 성형하는 밀랄화, 밀나 있었고, 밀가루만으로 만든 밀가루칼국수가 당연히 포함된다. 녹말을 주원료로 한 칼국수 중에는 녹두나 화를 비롯하여 창면, 별타면, 화면 등의 칼국수가 전해지고 있었다. 그밖에도 교맥분칼국수, 모밀칼국수와 갈분칼국수가 있었다.

칼국수법을 이용치 않고, 밀가루 수제비와 같이 반죽을 맑은 장국 등에 손으로 뜯어 넣거나 수저로 떠 넣어서 익혀 먹는 따위를 비롯하여 그밖에 특별한 방법으로 임의 성형하는 유형의 것을 수제비라 하는데 이 가운데는 밀수제비를 비롯하여 꽃잎을 꿀에 재웠다가 녹말을 무쳐 끓는 물에 익혀 성형하는 꽃수제비가 있었고, 꿩이나 닭 살코기를 맑은 장국에 끓여 콩알만하게 썰어서 역시 녹말을 묻혀 맑은 장국에 익혀 먹는 진주수제비, 그리고 날 오이를 실같이 썰어 데쳐서 녹말을 묻혀 익혀 성형하는 것을 과면, 오이수제비라 하였고, 그밖에도 기장으로 만든 서면, 기장수제비 등이 전해지고 있었다.

한편 국수는 국수물의 종류에 따라 다양하게 말아먹을 수 있으며, 탕액의 온냉에 따라 냉면, 온면형이 있었고, 냉면형은 오미자차, 동침이, 육수, 물김치류가 주로 차지하고 있었다. 온면형은 장국수가 그 기초를 이루고 있다. 또한 수제비는 육수에 온면형이었고, 칼국수 또한 실국수의 냉, 온면을 쫓고 있었다.

개화기 이후 주식문화

1. 1900~1950년대(구황식 시대)

개화기 전부터도 자연에만 의존하여 짓던 벼농사는 전체 백성들에게 충분한 식량이 되지 못하고 있었으나 구한말에는 일본이 조선을 식량 공급의 주요 기지로 삼아 양곡을 유출해 갔으므로 이것을 막기 위해 방곡령(1880~1890)까지 내렸으나 일본의 강압으로 해제된 후 청일 전쟁(1894), 러일 전쟁(1904)에서 일본이 득세하여 마침내 1910년 일본의 강점기에 들어서면서 서민들의 식생활은 곤궁에 빠졌다.

1937년 중일전쟁 후 우리는 감자류로 식량을 대신했고 현미, 칠분도미, 반도미 등의 도정 제한과 수입한 쌀, 잡곡미, 서류 등으로 주식을 대치하게 되었다.

일제 강점기 속에 한국인의 식품섭취를 계층별로 조사한 것을 보면 조선 13도 중에서 쌀만을 주식으로 한 인구는 27%이었다고 하였다.

농민들의 평상주식은 감자나 풀, 나무열매, 옥수수, 조, 귀리, 콩, 팥 등의 잡곡을 섞어 죽을 끓이거나 귀리나 메밀가루를 물에 풀어서 끓여 먹었고 삶은 감자나 고구마 그리고 참외로 주식을 보충하였다고 한다.

1895년 동경의학 잡지에 발표된 한인 상식조사표에서 한국인 중류서민층 8인을 대상으로 7일간의 식사를 조사한 결과 1일 2식을 하고 있었다고 하였다.

1939년 일본이 히로가(廣川)는 서울에 거주하는 상류, 중류, 하류생활자의 주식과 부식의 섭취 비율을 조사한 결과 상류계급은 주식이 56.7%, 부식은 43.3%로 나타났고, 중류생활자

는 주식 76.1%, 부식은 23.9%로 나타났으며 하류 생활자는 주식 95.4%, 부식 4.6%로 하류 생활자는 대부분 주식에 의존함을 알 수 있었다.

중하류 생활자로서 부산지방에서 일제 강점기를 지나오신 72세에서 90세까지의 살아 계신 분들에게 면담법으로 조사한(2003년 2월 동아대 식품영양학과 조사) 주식의 내용을 보면 감자밥(밀과 보리를 감자와 함께 넣은 것), 풀대죽(보리와 밀을 갈아서 쭈운 죽), 굴, 바지락 죽, 물밥(물은 해조류), 콩누룩밥(콩 누룩은 콩으로 기름을 짜고 남은 것), 모재기죽, 토란밥, 도토리밥, 툯밥, 팔잎밥(팔잎을 넣은 밥이 가장 먹기가 힘들었다고 함)시래기죽, 배추꼬랭이 밥, 등개죽, 송기밥, 칩밥, 독새풀죽, 자운영풀죽, 말풀죽, 호박죽, 툯나물과 밀가루 보리가루를 섞어서 끓인 죽 등 부산이 바닷가이므로 해조류를 섞어서 물을 넣어 죽을 만들어 주식으로 사용하였음을 알 수 있었다. 특히 춘궁기에는 더 빈곤해져서 콩깻묵을 솥 밑에 깔고 위에 보리를 얹은 콩밥이나 수수밥을 먹었다고 하였다. 또 농촌에서는 일년동안 주식이 일정하게 유지되지 못하는 3, 4월경에는 산채류인 고사리, 고비, 도라지, 칩뿌리 등 초목의 어린 뿌리를 캐어 먹고, 미나리, 냉이 등 산채는 캐서 곡물을 섞어서 죽을 쑤어 먹었다고 한다. 좁쌀과 보리 그리고 쌀은 약간 넣어 물을 붓고 푹 끓이면 잡탕 죽으로 먹는데 보릿가루에 여러 가지 나물을 섞은 보리죽, 쌀에 물을 넣고 콩가루와 나물을 넣은 콩죽과 녹두죽이나 팥죽은 귀한 것으로서 특별할 때 먹을 수 있었다고 하였다.

1945년 해방과 더불어 경제력을 회복시키고 식량증산에 힘써서 1949~1950년에는 양곡 생산이 호조되어 외국에 수출하기까지 되었는데 1950년 한국 전쟁의 발발은 모든 것을 무너뜨렸다.

그러나 일제 강점기간 내 상류층에서는 개화기에 태동된 서양 음식과 일본식, 중국식 음식을 접하게 되었고, 일상식생활은 전통적인 반상 차림이 있었고 별식으로는 국수, 만두, 떡국, 묵 등도 먹을 수 있었으며 기호 식으로 빵, 과자를 먹는 다양한 식생활을 하였다.

2. 1950~1980년대 (혼분식 장려시대)

광복후 한국전쟁이란 기막힌 정치적 사회적 격동은 식생활에 큰 변화를 일으켰다.

광복과 동시에 월남민과 해외 귀환민으로 인한 인구의 격증으로 경제와 식량수급은 최악의 상태였다.

전쟁기간 중에는 흉작까지 겹쳤고 전쟁으로 인한 군량미, 피난민, 전쟁으로 인한 굶주린 인구 등 휴전 이후에는 폐허와 허탈 상태뿐이었다.

1953년 국제 연합아동기구 (UNICEF)를 중심으로 외국 원조 급식 양곡 지원을 받게 되었다. 학교급식이 시작되면서 외국으로부터 학교급식 지원은 1972년까지 20년간이나 계속되었다. 그후 1955년에는 미공법 480호 (Us Public Law 480)에 따라서 정부는 미국의 잉여 농산물을 도입하게 되었고 이때 농산물의 양은 우리나라 총 생산량에 10%에 해당하는 양이므로 양곡 확보와 저곡가 정책에 큰 영향을 주었다.

이것을 체결하여 잉여농산물을 56년에서 64년까지 국내 곡물 생산량의 40%를 들여오기로 하여 식량난 해결에 아주 큰 역할을 하였다.

이때 들어온 곡물은 밀이 추가되었고 제분업이 급속히 발달되면서 밀가루로 만든 국수와 빵, 과자의 생산과 소비가 늘어나면서 이것은 쌀 위주의 식습관에 많은 영향을 미쳤다.

이에 식량자급 대책으로 보리 혼식을 장려하는 국민 계몽운동이 펼쳐졌고, 1960년부터는 혼분식장려 운동이 일어나 쌀밥 편중의 우리의 식생활 습관을 크게 바꾸었다.

주식인 밥은 쌀밥보다 보리밥, 콩밥, 조밥등 잡곡을 많이 넣게 하고 하루에 한끼는 밀가루 음식을 섭취하도록 권했다.

한편 1953~1959년에 이르러 1차 산업이 발달되면서 취업인구가 늘어나고 취업인구가 79% (1953년), 78%(1956년), 73%(1959년)로 조사되어 (한국농촌경제연구소 발표 1989년) 점차 식량의 안정을 찾아가기 시작했다.

1960년대 초기 만성적인 식량 부족에 허덕이었으므로 정부에서는 양곡을 원만히 공급하기 위하여 절약정책과 혼분식 장려 정책을 적극 추진하였다. 1966년 양곡관리법을 내어놓고 양곡소비 절약 시행지침을 전국민 운동으로 전개하였다. 그리고 쌀밥위주의 소비 편중을 보리나 밀을 섞어서 먹는 혼식 장려를 하였고 분식은 수입된 밀이나 밀가루 소비를 권장하였다.

또한 혼분식 장려의 일환으로 1969년 1월부터 요식업자에게 25%이상의 보리쌀이나 면류를 혼합해서 팔고 매주 수요일 토요일은 11시부터 5시까지 쌀만의 음식을 팔지 못하도록 규제하였고 국밥이나 설렁탕에도 쌀 50%, 잡곡 25%, 면류 25% 혼합한 밥을 지어 팔도록 하였다.

1963년 삼양식품에서 수입한 라면은 인스턴트 식품으로 간식 혹은 주식 대용으로 각광을 받기 시작하였으며 주식대용으로 국민들에게 애용되었다.

1960년대는 한국의 경제와 사회의 성장기로서 초반에는 인구의 급성장으로 열악하였으나 초기부터 정부의 식량정책으로 지난 20세기의 100년 속에서 주식의 변화를 가장 많이 일으킨 때라고 볼 수 있다.

1970년에는 경제개발 5개년 계획으로 고도의 경제성장을 이루어 초기에 국민소득이 200 \$이었던 것이 1000 \$로 올라갔다. 따라서 절대적 식량부족에서 벗어나 안정적인 식량자원을 확보하는 시기가 되었다.

미곡의 소비량은 1970년에 1인당 136.4kg에서 1976년에 120.4kg으로 감소하였고 1977년에 126.4kg을 고비로 1978년 134.7kg, 1979년 136.6kg으로 다시 증가하는 경향을 나타내었다.

1970년대는 다양하고 고급화된 식생활로 전환되는 시기로서 곡류 위주의 식생활에서 조금씩 탈피하여 두류, 육류, 난류, 우유 및 유제품과 동물성 식품과 신선한 과일 및 채소류 섭취가 증가하는 추세로 바뀌었다.

1970년대 경제성장은 유제품과 청량음료 등 다양화되면서 1980년 이후로는 고도 산업사회를 이루었고 국민소득 증대 식생활 개선, 품질의 고급화를 하면서 소비자들의 요구가 높아졌으므로 식품산업 분야에 외국의 자본 및 기술도입으로 가공식품생산의 전환기가 된다.

3. 1980~2000년대 (퓨전시대)

1980년에는 경제성장이 가속화되면서 1988년 1인당 GNP가 4040 \$에 이르게 되었다. 따

라서 세계 올림픽대회의 개최로 세계인이 우리나라를 방문하게 되었고 그들의 입맛에 맞는 음식을 구비하다 보니까 곡류 공급량이 감소하는 반면 동물성 식품의 공급량이 증가하고 야채류와 과일류의 소비도 급증하였다. 1980년대 후반에는 해외여행자수가 급증함으로 외식산업의 발달과 함께 서구화 식생활이 많이 도래하게 되었다.

1993년 12월에 UR협상이 타결되고 이어서 1995년 1월부터 WTO체제가 본격적으로 출범됨에 따라 농산물이 연차적으로 수입 자율화가 이루어졌다.

1990년대에는 가공식품이 전체식품에 1/3을 차지하게 되었고 고도 경제 성장은 각계 각층으로 영향을 미치게 되었으며 소비자의 식료품 소비 비율은 1990년에는 32%였던 것이 1995년에는 28.5%로 감소되었으며 외식과 가공식품이 차지하는 비율은 점차 증가하였다.

1997년에는 IMF의 한파로 전량 수입되는 밀가루 제품의 사용에 대하여 생각해 볼 문제를 남겼고 외국 조리품과 패스트푸드 섭취에 따른 건강문제가 대두되게 되었으며 외식산업에 IMF의 영향이 클 것이라고 생각되었으나 외식산업계는 질적으로나 양적으로 더욱 발전해 가는 추세로 발전되었다. 이에 따라 가정에서 섭취하는 식생활의 회수가 줄어들면서 전통적인 주식위주의 식생활에 획기적인 변화를 주게 되었다.

맺 는 말

주식을 선사시대부터 조선전기까지 그리고 조선후기에서 최근까지의 특징을 요약하면 다음과 같다.

첫째 주·부식의 구별은 학자에 따라서 벼를 재배하기 시작한 부족국가시대, 삼국시대로 구분하고 있었으나 본인의 생각으로는 밥으로서 밥맛은 담백하고 텅 비어 있는 맛을 지녔기 때문에 어떠한 음식과도 잘 어울려 밥으로서 형태를 갖추고 부식과 어울어져 먹을 수 있게 맛이 형성된 조리용구와 조리법이 나타난 시기라고 생각된다.

둘째, 쌀밥은 어느 시대에서나 주식으로 으뜸이었고 근대에 이르기까지 쌀의 재배 방법이 자연에만 의존되어 풍·수해에 의해 충분한 생산이 되지 않아 계급사회에서는 상류층이 향유하는 전유물이었다. 세금도 쌀로 하여 쌀이 화폐 기능을 하였고, 쌀밥을 먹는 것은 상류층으로 구분되었다.

셋째, 쌀밥을 귀하게 여기므로써 쌀밥에서 나온 속담이 대단히 많았다. "밥은 보약이다." "밥을 맛있게 먹어야 복이 들어온다." "밥한알이 귀신 열을 쫓는다." "밥을 많이 버리면 소리가 된다." "밥과 국은 천생 베필이다." "승냥에 밥을 맡아 먹어야 딸이 잘 산다." 라고 하여 밥을 신성시 하였다.

넷째, 조선 전·후기와 20세기 중반까지도 잡곡류로 지은 잡곡밥과 구황식품으로 만든 구황식품 밥들은 쌀밥이 부족하던 시대로서 주식의 대용식품이었으나 21세기에 들어서는 잡곡밥과 구황식밥(야채밥)이 건강식, 병인식 혹은 전식이란 형태로 주식생활이 변화 발달되고 있는 것은 식생활의 역사성에 놀라움을 느끼게 하였다.

다섯째, 쌀밥이 BC 4~5세기부터 지어져 주식으로 하였으나 쌀밥을 짓는데 사용하는 조

리수가 21세기까지 일상적으로 맹물을 사용하고 변화가 없다는 것은 문제점으로 지적할 수 있다.

이상으로 넉넉지 못하게 주식문화에 대한 변화를 살펴 보았다. 최근의 세계화 추세에 따른 음식문화의 다양성은 전통음식의 조리법마저 퓨전시키고 있는데 혹자는 한국의 음식과 조리방법이 독특하고 맛이 있어서 국제적인 상품으로서 최첨단 제품과 동일하게 무궁무진한 상품이 될 수 있어 젊은이들에게 반듯한 교육이 요구되는 때라고 말하는 사람도 보았다.

지난 역사속에서는 귀하고 부귀의 상징으로 소중히 다루던 쌀이 날이 갈수록 소비량이 줄고 소홀히 다루는 오늘날의 주식문화가 1세기를 지난 후에 어떻게 변화될지 적지 아니 궁금하게 느끼며 한편으로는 우려되는 마음도 들었다.

참고문헌

1. 강인희 한국식생활 풍속 삼영사 1984.
2. 강인희 한국식생활 삼영사 1983.
3. 김상순 한국전통식품의 과학적 고찰 숙명여대출판사 1985.
4. 이춘령 쌀과 문화 서울대학교 출판부 1991.
5. 이성우 한국 요리 문화사 교문사 1985.
6. 이성우 한국 식생활의 역사 수학사 1993.
7. 김기숙 외 4명 식품과 음식문화 교문사 1999년.
8. 이기원 외 4명 식생활 100년 평가 신광출판사 1998년.
9. 한복진 우리생활 100년 (음식) 현암사 2001년.
10. 김열류 먹기와 요리 그리고 상차림의 문화론 제 7회 인제식품과학 forum 논춘 p95.
11. 주영하 전통음식과 기술의 문화체계 제 7회 인제식품과학 forum 논춘 p15.
12. 김영자 조선 왕국 이야기 서문당 1994년.
13. 윤서석 식생활 문화의 역사 신광출판사 1999년.
14. 이영화 조선시대 조선 사람들 1998년.
15. 고대민속문화연구소 한국민속대관 그 의식주 일상생활 1982년.
16. 정양원 규합총서 보진제 1980년.
17. 김만조 외 2명 김치천년의 맛 디자인 하우스 1996년.
18. 이성우 한국식품사회사 교문사 1995.
19. 한국 농촌 경제 연구원 식품수급표 각년도.