

2005 추계
학술세미나

두부

두부요리 개발방향에 관한 소고

우송대학교 외식조리학과 | 오석태 교수

동의대학교 외식산업학과 | 조용범 교수

두부요리 개발방향에 관한 소고

오 석태, 조용범¹

우송대학교 외식조리학과 교수, 동의대학교 외식산업학과 교수

A study succeed to Tobu Cuisine and Development

Suk-Tae Oh, Young-Bum, Cho

Professor, Dept. of Culinary Arts, Woosong University

Professor, Dept. of Food Service Managements, DOUNG-EUI University

I. 서 론

두부는 콩 제품 가운데 가장 대중적인 가공품으로 양질의 식물성 단백질이 풍부한 식품이다. 두부는 중국 한(漢)나라의 회남왕(淮南王) 유안(劉安)이 발명한 것이 시초라고 하며, 우리나라에서는 언제부터 두부가 사용되었는지는 정확하게 알 수 없지만 고려 말기 성리학자 이색(李穡)의 《목은집(牧隱集)》 <대사구두부내향(大舍求豆腐來餉)>이라는 제목의 시(詩)에 “나물죽도 오래 먹으니 맛이 없는데, 두부가 새로운 맛을 돋우어 주어 늙은 몸이 양생하기 더없이 좋다...”라는 구절이 나오는 것으로 보아 이미 그 이전에 우리나라에도 두부가 전래되어 사용되어 왔음을 추측할 수 있다. 일부에서는 두부의 전래시기를 당(唐)나라쯤으로 올라가 생각하기도 하나, 한국 문헌에 처음 보이는 때가 고려 말기이고, 그 기원은 중국임이 확실하므로 가장 교류가 많던 고려 말기에 원(元)으로부터 전래되었을 가능성이 크다. 이러한 추측으로 보면 두부가 우리나라에서 전래된 것은 1000여년이 된 것으로 보인다.

이렇게 1000년이나 우리민족의 오래된 식품인 두부가 오늘날 그 효능과 맛, 기능성에 있어서 새로운 연구대상이 되고 있으며, 두부를 사용한 요리가 전세계적으로 유행처럼 번져가고 있다. 그러나 아쉽게도 우리나라의 두부요리는 시대변화에 따라 새로운 요리가 발견되지 않고 있으나, 일본이나 중국의 두부요리는 맛과 형태 등에 있어 새로운 요리들이 세계 곳곳에서 발견되고 있어 많은 조리사들이 두부요리를

일본이나 중국의 요리로만 생각하고 있는 실정이다.

요리의 성격에 따라 그 나라의 국민 건강이 좌우되며, 요리는 곧 문화의 전령사 역할을 한다고 볼 때 두부요리에 세계적 관심이 집중되고 있는 시점에서 1000년 이상을 두부요리와 함께 한 우리의 요리를 새로운 관점에서 개발하고 전파할 수 있는 방법을 모색해야 할 것이다. 따라서 본 연구는 현재시점에서 두부요리를 재조명하고 두부요리의 개발 방법과 발전방안을 제시하고자 한다.

II. 두부에 관한 이론적 연구

1. 두부의 개념과 제조법

1) 두부의 개념

두부는 중국의 한자음으로 콩 두(豆)에 썩을 부(腐)를 합성하는 부르게 되었으며, 이러한 음에 따라서 영어로 "TOFU"라고 부른다. 두부의 영어 표기는 초기에 콩을 갈아서 응고를 시켜 만들기 때문에 치즈를 만들 때와 비슷한 개념으로 "BEANS CURD"라고 하였지만 차츰 두부가 영어권 국가로 전파되면서 두부 자체 발음인 TOFU로 불리게 되었다. 두부의 사전적 의미는 「콩을 물에 담갔다가 갈아 그 액을 가열하여 비지를 짜내고 응고제를 첨가하여 굳힌 식품」으로 정의하고 있다. 세계적으로 두부를 많이 사용하는 나라는 우리나라를 비롯하여 중국과 일본이 있다. 중국에서는 우리나라의 두부와 달리 발효를 시켜 매우 향이 강하고 독특한 냄새를 가진 두부들이 있으며, 일본의 경우 두부에 수분을 제거하거나 기타 다른 재료를 첨가하여 만든 제품을 많이 볼 수 있다. 따라서 이제 두부는 1차적 가공을 지나 2차적 가공 상태의 제품들이 개발, 파생되어 나가고 있다. 이러한 관점에서 두부의 개념을 정리하면 「두부란 콩을 물에 충분히 담갔다가 갈아서 그 액을 가열하여 비지를 짜내고 응고제를 첨가하여 굳힌 식품과 이에 물리적 화학적 성질을 가해 파생된 식품의 총체」로 개념을 정리 할 수 있다.

2) 두부의 제조

두부를 제조하는 과정은 몇 가지 공정으로 분류된다. 각 단계의 공정은 모두 두부의 맛과 상태에 중요한 영향을 미치기 때문에 매우 세심한 관리가 요구된다.

<표2-1> 두부제조 단계별 공정

주요공정	내 용
블리기	계절에 따라 콩블리는 시간을 조금씩 달리하여야 한다.
분쇄하기	콩물이 만들어지도록 물과 함께 콩을 분쇄하는데, 이 때 콩에 지나친 물리적 힘이 가해지는 것을 피해야 한다.
걸러내기	같은 콩을 촘촘한 천으로 걸러 콩물만 빼낸다.
끓이기	고온 입자의 콩물을 약 30여분 정도 끓인다.
응고시기키 (간수첨가)	중요한 과정으로 간수의 양이 조금만 더 첨가되어도 두부가 만들어 질 때 단단해진다. 이렇게 간수를 부을 때 엉기는 것이 순두부이다.
모양 만들기	작은 구멍이 뚫린 네모난 나무틀 안에 천을 깔고 갓 엉긴 순두부를 넣은 다음 천으로 싸서 나무 뚜껑을 덮은 후 무거운 돌을 얹어 물을 뺀다.(15-20분정도) 이때에도 가끔 손대중으로 살며시 눌러보면서 시간을 조절해야 부드러운 두부를 만들 수 있다.
간수빼기	완성된 두부를 물에 담가두면 콩물을 응고시킬 때 사용된 응고제가 물에 용해되어 두부의 맛이 향상된다.
포장하기	일반적으로 모 상태로 포장하지만 크기와 형태는 다양하게 할 수 있다.

콩을 충분히 블리기 위해서는 잘 씻어 여름에는 7~8시간, 겨울에는 24시간 물에 담가 두어야 한다. 충분히 블려진 것이 확인 되면 물과 함께 조금씩 분쇄기에 넣고 곱게 간다. 이렇게 만들어진 것을 콩비지라 하는데, 콩비지를 고운 천이나 베주머니에 넣고 콩물과 비지를 분리하게 되는데, 지역과 방법에 따라 끓인 후 분리하는 곳도 있다. 다만 수작업으로 콩물과 콩비지를 분리할 때에는 콩물의 온도가 뜨거울 때 걸러내는 것이 보다 용이 하므로 끓인 후 뜨거운 상태에서 걸러내기도 한다. 콩물을 가열하게 되면 열로 인하여 콩의 비린내가 제거되는 동시에 단백질이 다량 용해된다. 이렇게 만들어진 콩물을 두유(豆乳)라고 하며, 여기에 열을 가해 70 ℃쯤 되면 응고제를 넣는다. 이전에는 응고제로서 간수)를 썼으나, 최근에는 황산칼슘을 주성분으로 하는 분말상태의 응고제를 사용한다. 응고제가 들어가면서 콩물 중의 단백질이 덩어리로 굳어지기 시작하며, 그대로 놓아두면 맑은 물과 커드(Curds), 즉 덩어리가 분리되게 된다. 이 때 응고물을 물이 잘 빠지는 틀에 무명천을 깔고 부은 다음 뚜껑을 닫고 위에 무거운 물건을 올려 두면 물기가 빠지면서 일정한 형태의 두부가 만들어진다. 두부가 충분히 굳으면 틀과 함께 차가운 물속에 넣어 물속에서 틀을 제거하고 두부는 잠시 물에 담가 둔다. 이렇게 하면 두부 속에 남아 있던 응고제 성분이 물에 용해되면서 빠져 나가 두부의 맛이 좋아진다. 이것을 적당히 자르면 완

1) 식염에서 녹아내린 액상으로 짜고 쓴 맛이 강하다. 주성분은 염화마그네슘으로 이루어짐.

제품이 되는데, 보통 두부 1모는 200g이 표준이고, 콩 1 kg에서는 4~5 kg의 두부가 나온다.

3) 두부의 영양적 가치와 종류별 특징

(1) 두부의 영양적 가치

콩으로 만들어지는 대표적인 제품이 간장, 된장, 그리고 두부이다. 전세계에 흩어져 살고 있는 중국인들에게 그들의 식생활에서 가장 중요한 단백질 공급원은 바로 된장과 두부라고 할 수 있다. 콩으로 만들어진 제품에 대한 관심이 이전보다 더 증폭되고 있는 이유는 바로 이들의 함유하고 있는 영양적 가치 때문이다. 이미 많은 분야에서 콩에 대한 연구가 이루어져왔기 때문에 새로운 사실은 아니지만 콩에서 생산된 두부와 된장은 양질의 단백질을 함유하고 있으면서도 흔히 성인병의 근원이 되는 지방과 당의 함량이 육류나 생선과 비교하여 낮다는 것이다. 아울러 비용면에서도 다른 육류나 생선과 비교할 수 없는 조건을 가지고 있다.

<표2-2> 두부의 영양분석표

(두부 100g 중)			
성분	함유량	성분	함유량
수분	83.0g	칼슘	181mg
단백질	8.6g	인	94mg
지방	5.5g	철	2.2mg
탄수화물	1.7g	비타민B ₂	0.03mg
섬유	0.3g	비타민B ₃	0.03mg
회분	0.9g	니아신	0.5mg

※ 원료콩의 상태에 따라 일부 차이가 있을 수 있음.

위 <표2-2>에서 보는 바와 같이 두부는 단백질이나 탄수화물 외에도 칼슘과 비타민B등의 사람의 건강 유지에 필요한 다양한 생리활성물질이 들어 있는 것을 알 수 있다. 일부 연구에서 콩을 많이 섭취하는 동양인이 서양인에 비하여 유방암, 난소암, 전립선암과 같은 성호르몬 관련 암의 발병률이 낮게 나타나는 것을 밝혀내서 주목을 끌고 있다. 이러한 결과 외에도 두부의 가치가 주목받는 이유는 팽우병이나 조류독감 등으로 인해 육류 단백질 식품에 대한 불신이 높아지고 비만과 같은 사회적 문제에 대중들의 관심이 새로운 식품으로 눈을 돌리면서 나타난 사회적 현상이기도 하다.

(2) 두부의 종류와 특징

눈 앞에서 언급한 바와 같이 두부에 대한 전세계인들의 관심이 집중되고 있지만 대부분의 사람들이 두부는 중국과 일본의 음식으로 생각하고 있다. 중국에서 두부가

개발되고 발전되어 우리나라와 일본에 전해지면서 세 나라 모두 두부를 전통음식처럼 여기고 자연스럽게 일상생활에서 섭취하고 있다. 일본에 두부의 전래 시기는 정확하게 알려지고 있지 않지만 문헌에 따르면 우리나라와 비슷한 8세기 정도로 승려들에 의해서 두부가 전해졌다고 한다. 물론 일본의 두부제조기술은 중국보다는 매우 간단하면 짧은 시간에 만들 수 있는 두부제조 형태로 우리나라와 대동소이하다. 따라서 두부의 종류를 살펴보려면 이 세 나라의 두부를 살펴보아야 한다.

두부의 종류가 다르다고 하여 만드는 방법에 큰 차이가 나는 것은 아니다. 두부가 완성되고 나서 가공하는 방법에 따라서 또 다른 모습의 두부가 탄생하기 때문이다. 일반적으로 두부는 강도에 따라서 구분되어지며, 두부가 완성된 후 가공 방법에 따라서 여러 가지 다양한 모양이나 상태로 바뀌게 된다. 중국과 일본 그리고 우리나라에서 공통적으로 많이 사용하는 두부는 일반두부, 연두부, 순두부가 있다.

<표2-3> 두부의 종류와 특성

두부종류	특성
일반두부 (경두부)	가장 보편적인 두부로서 소비량도 가장 높다. 두부 제조 회사마다 약간씩의 차이는 있지만 겉과 속이 단단하고 잘 부서지지 않아 모양을 유지하는 요리에 많이 사용한다.
연두부	경두부와 순두부의 중간 정도로 콩물에 응고제를 넣고 그대로 가열하여 만들고 굳혀서 눌러주는 과정을 거치지 않기 때문에 매우 부드러운 두부이다.
순두부	콩물을 끓여 응고제를 넣어 커드가 만들어지면 굳히지 않고 그대로 포장하여 유통시킨다. 수분 함유량이 가장 높은 두부다.
압축 두부	일반 두부를 기계로 압축하여 물기를 제거한 다음 단단한 블록 모양으로 만든 두부다. 일반적으로 간장과 향신료 등에 절여 두었다가 썰어서 사용한다. 따라서 외관은 갈색으로 나타나지만 내부는 밝은 갈색을 띤다.
종이두부 (말린두부)	종이두부는 콩물을 넓은 팬에 담고 은근하게 열을 가해서 끓기 시작하면서 표면에 얇은 막이 형성되는데, 이 때 긴 막대기를 이용하여 표면을 재빨리 걷어 올리면 종이처럼 달려 올라온 막을 그대로 말려서 사용하는 것이다.
발효두부	일반 두부를 만들어 짚 위에 올려 말린 다음 소금과 알코올, 향신료를 넣어 단지에 담아 밀봉하여 6개월 정도 두었다가 꺼내서 사용한다. 향이 매우 강하며, 중국치즈로 불려지기도 한다.
템페	인도네시아 두부로 불리기도 하며, 실제로 두부라기보다는 콩을 발효시켜 청국장과 비슷한 모양이다. 배양발효균을 넣어 만들어지며, 맛은 두부와 비슷하고, 구수한 맛이 더하다. 경두부와 비슷한 방법으로 요리에 적용한다.

두부의 종류는 <표2-3>에서 나열한 것 외에도 대단히 많고 다양하다. 특히 일본의 경우 두부의 상품화가 두드러지게 나타나고 있는데, 콩으로 만든 두부의 영양학적

가치를 높이기 위한 각종 첨가물²⁾ 사용이 두부의 종류를 한층 늘리고 있다.

Ⅲ. 두부 조리방법 연구

1. 두부조리방법

쌀을 주식으로 하는 아시아권 국가에서는 여러 가지 형태로 쌀에서 섭취가 부족한 각종 영양소를 다른 식품에서 보충해줄 필요성을 느끼게 되었으며, 특히 두부는 쌀에서 부족한 단백질을 보충해주는 중요한 식품 중에 하나로 여겨져 왔다.

우리나라역시 주식으로 쌀을 비롯한 곡물을 많이 소비하는데, 곡물에는 녹말 함량은 많으나 단백질 함량이 적을 뿐만 아니라 질도 좋지 않다. 성인이 하루에 섭취해야 하는 단백질 권장량을 남 75g, 여 60g이라고 할 때 단백질 양의 중요성과 함께 양질의 단백질을 선택하여 섭취하는 것이 바람직하다. 영양소 섭취는 조리방법과 매우 밀접한 관계를 가지고 있다.

반면 두부는 이미 가공되어 식품으로 유통되기 때문에 다른 식품과는 달리 매우 간단한 조리방법만으로도 섭취가 가능하다. 특히 특별한 조리과정을 거치지 않고도 섭취가 가능한 두부의 조리방법을 알아보면 다음과 같다.

<2-4> 조리방법과 두부의 비교표

두부종류	조리법					
	건식조리			습식조리		
	구이	튀김	볶기	끓임	찜	졸임
경두부	○	○	△	○	○	○
연두부	×	△	×	○	×	×
순두부	×	×	×	○	×	×

<표2-4>에서 보는 바와 같이 두부의 조리방법은 연두부와 순두부의 경우 매우 제한적으로 나타났다. 반면 대부분의 조리방법에 적용될 수 있는 것이 어느 정도의 단단함이 있는 경두부이다. 따라서 기존 조리방법을 두부 자체에 적용하기에는 경두부 외에 다른 두부는 커다란 제약을 받을 수 있음을 알 수 있다.

2. 요리에 대한 두부의 재료적 성격

모든 식품은 조리에 사용되는 재료적 성격을 가지고 있다. 예를 들어 주 재료적 성격이 강한 식품이 있는가 하면 부 재료적 성격이 강한 식품이 있다. 이러한 재료들은 서로 간에 독특한 성격 때문에 재료의 성격이 바뀌었을 경우 매우 어색한 조화를

2) 주로 기능성 첨가물인 녹차, 칼슘 등을 넣어 영양성분을 강화시키는 물질이다.

이루게 된다.

일반적으로 주재료의 성격이 강한 재료와 부재료의 성격이 강한 재료들은 각자의 특성을 가지고 있는데, 이들의 성격을 요리에 조화시키기 위해서는 조리개발자의 아이디어가 매우 중요하다.

<표3-1> 식재료의 성격별 특성

재료별 특성비교		
항목	주재료	부재료
맛	순하여 다른 재료와 잘 어울림	독특하여 다른 재료에 영향을 줌
향	순하여 잘 나타나지 않음	독특하여 자신의 향이 잘 나타남
조리량	대량사용이 가능함	소량만 사용하여야 함
생산량	대량생산	대량생산, 소량생산
가격	비교적 안정된 가격	비교적 가격변동이 큼
주요품목	쌀, 밀, 감자, 육류, 생선 등	양파, 마늘, 깨, 허브, 등

식품이 주 재료가 되기 위해서는 섭취빈도가 높아도 일상생활에서 맛에 대한 체감³⁾ 정도가 낮아야 한다. 물론 계속하여 요리에 사용하기 위해서는 적절한 가격이 유지되어야 하며, 가격이 유지되기 위해서는 희소성에 영향을 받으므로 생산성역시 높아야 한다. 가령 아무리 재료의 맛이나 향이 주재료의 성격을 갖추었다 할지라도 생산량의 한계가 있다면 희소성으로 인해 가격이 높아지게 되고, 가격이 높아지면 사용빈도가 낮아지므로 주재료로서의 성격이 희석되게 된다.

두부의 경우 주재료로서의 성격을 끌고루 갖추 식품으로 분석되고 있다. 우선 두부는 콩으로부터 만들어지며, 두부의 주재료인 황색 콩은 적두나 녹두 등 전분이 많은 다른 콩과 비교하여 맛이 매우 순한 것이 특징이다. 아울러 생산량도 타 콩류에 비해 높은 편이다. 가격 면에서 있어서도 두부는 주재료로서 안정된 가격을 갖추고 있다고 볼 수 있다. 특히 단백질 식품으로서 타 식품류인 육류나 생선 등과 비교할 때도 가격의 안정성은 매우 뛰어난 것을 알 수 있다.

<표3-1>에서도 이미 설명되어진 바와 같이 두부의 조건을 비교해보면 두부는 요리에 있어서 주재료로서의 성격과 부 재료로서의 성격을 고르게 갖추고 있는 것으로 나타났으므로 요리 개발의 잠재성은 매우 높게 평가되고 있다.

3. 두부를 이용한 요리

두부요리의 가장 큰 장점은 조리법이 매우 간단하다는 것이다. 두부는 이미 가공

3) 맛에 체감이란 끼니를 연속하여 먹을 때 싫증을 느끼는 정도를 나타내는 정도를 말함.

처리과정을 거쳐서 섭취 가능한 상태로 유통되기 때문에 복잡한 조리과정을 거치지 않고 곧바로 섭취가 가능하다. 두부요리를 살펴보면 크게 세 가지로 구분될 수 있다. 첫째, 두부자체가 요리의 주가 되며 다른 재료를 곁들여서 먹는 경우이다. 모두부, 구운두부, 마파두부, 두부조림, 두부전골 등이 여기에 속한다. 둘째, 두부를 다른 요리에 넣어 함께 먹는 경우 이다. 된장찌개, 매운탕, 각종 전골 등이 여기에 속한다. 셋째, 두부를 양념으로 사용하는 것인데, 앞의 두 가지 조리방법과는 달리 두부를 으개서 잘 섞이도록 하여 사용하는 것이다. 예를 들면 만두와 같이 속을 채우는 재료의 일부로서 사용되는 것이다. 최근 들어 두부를 이용한 요리가 부쩍 늘고 있는데, 두부를 많이 섭취하기 위한 방법으로 두부 탕수육, 두부 두르치기, 두부 샐러드 등과 같이 두부를 주재료로 하는 것이 특징이다.

두부요리를 살펴보기 위해서는 우선 한국을 비롯한 중국과 일본에의 요리들을 살펴볼 필요가 있다.

(1) 중국의 두부요리

중국의 경우 두부의 종류가 다양한데 비하여 두부요리자체의 개발은 매우 뒤떨어진 것으로 보인다. 그럼에도 불구하고 중국의 두부요리는 주요리적 성격을 띠고 있다. 두부를 튀기거나 날 두부에 각종 야채를 곁들여 볶은 후 소스를 곁들여서 내는 것이 중국 두부요리의 특징이다. 전세계인 잘 알고 있는 “마파후 두부”가 좋은 예라고 할 수 있다. 또한 종이 두부를 이용하여 춘권이나 쌀피를 처럼 이용한 것도 중국 두부요리에서만 볼 수 있는 특이한 조리법이다.

(2) 일본의 두부요리

일본의 경우 두부의 종류는 중국에 비하여 다양하지는 못한 것으로 보인다. 중국 두부가 저장용 목적으로 수분 함량이 낮아 단단하거나 발효를 시킨 것이 특징이라면 일본의 두부는 신선한 두부에 중점을 두고 있으며, 질감이 부드러운 것이 특징이다. 일본 두부요리의 특징은 무엇보다도 같은 두부라 할지라도 곁들임이 다양하다는 것이다. 즉 같은 두부에 국물이나 야채 등 부재료 곁들임을 달리하여 두부의 맛을 다양화 했다는 것이다. 최근 들어 특히 돋보이는 것은 일본 두부의 기능성과 소스의 개발이다. 여기에 더하여 가니쉬⁴⁾의 발전이다. 일본 두부요리는 시각적인 측면과 맛의 다양성을 모두 갖추고 있다.

일본 두부요리가 이렇게 다양성을 나타내는 데는 이들의 대표적인 요리인 스시(Sushi)와 두부를 접목 시키는데 성공하면서 나타난 현상이다. 즉 스시는 밥이라고

4) 요리에 맛과 향, 그리고 시각적인 효과를 높여주기 위해 곁들여지는 각종 재료 첨가 및 모양을 내는 기술.

하는 주재료에 다양한 생선을 곁들임으로써 단조로움을 극복하였다. 또한 초기에 생선만을 스시에 고집하던 것이 각종 야채와 과일, 심지어는 육류까지도 스시에 적용하면서 놀라울 정도로 그 종류가 다양해지게 되었다. 이러한 과정에서 두부요리 역시 곁들임 재료를 다양하게 접목하면서 현재 수천가지의 두부 요리로 발전되었다.

(3) 한국의 두부요리

우리나라는 중국과 일본의 두부요리와는 매우 다른 독특한 방법으로 발전해 왔다. 중국과 일본에서 기름에 두부를 튀기는 조리법이 많은 반면 한국에서는 두부를 팬에 구워서 양념을 하는 조리법이 많다. 또한 김치와 함께 조리하는 두부 요리가 많은 것 또한 한국의 두부요리 특징이다. 아울러 두부를 생산할 때 나오는 비지를 이용한 요리가 개발되면서 두부만을 전문으로 하는 레스토랑이 최근 들어 부쩍 늘어나고 있다. 우리나라에서 두부는 주로 찌개의 형태로 조리된다. 중국과 일본에도 우리나라와 비슷한 방법의 찌개가 많지만 거의 모든 찌개에 두부를 사용하는 우리나라와는 차이가 있다. 이러한 찌개에 사용되는 두부는 주재료적인 목적 보다는 부재료적 목적이 강하기 때문에 두부가 그 요리에서 지배적이지 못한 역할을 하고 있다. 이러한 문제는 두부요리를 상품화하는데 한계점으로 나타나고 있다.

IV. 두부요리의 개발과 과제

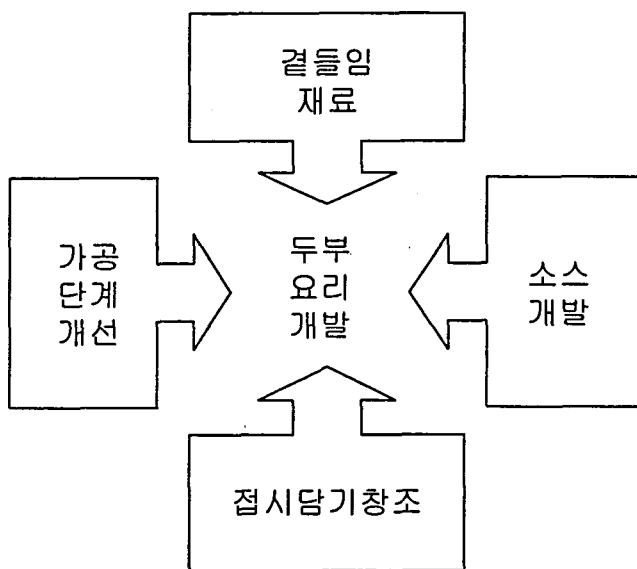
1. 두부요리의 개발

앞에서 살펴본바와 같이 두부가 가지고 있는 식품 가치는 매우 높은 것으로 나타났다. 특히 기름진 음식이나 육식에서 벗어나 새로운 식품에 관심이 집중되고 있는 시점에서 두부가 가지는 잠재적 가치는 더욱 큰 것으로 보인다. 무엇보다 중요한 것은 이러한 두부를 어떤 조리법으로 발전시켜 나가느냐 하는 것이다. 세계는 소리 없는 문화전쟁의 상태에 있으며, 요리가 문화전파에 매우 중요한 수단이라고 볼 때 두부요리의 개발은 그 어느 때보다 시급하다고 생각된다. 더욱이 두부를 세계적으로 가장 많이 사용하는 한국을 비롯한 중국과 일본 중에서 일본은 이미 두부요리의 개발이 어느 정도 수준에 도달해 있으며, 중국도 세계에 널리 퍼져 있는 화교들에 의해서 두부요리가 이미 대중화 되어 있다. 이러한 시점에서 요리를 개발하고 연구해야 할 책임과 의무가 있는 사람들의 노력이 그 어느 때보다 필요한 시점이라고 생각된다.

(1) 두부요리의 개발 방향

두부요리의 개발은 단순하게 다른 요리에 두부를 첨가하는 수준에서 끝나는 것이

아니라, 두부를 이용한 새로운 요리 창조가 필요할 것으로 본다. 즉 발상의 전환이 필요한 시점이다. 이러한 관점에서 두부요리 개발에 방향을 살펴보면 <그림 4-1>과 같다.



<그림 4-1> 두부요리 개발방향

첫째, 두부를 주재료로서의 성격을 최대한 살린 요리개발 되어야 한다. 두부가 어떤 요리의 일부분으로 사용된다면 대체식품으로 변경이 가능하다. 특히 재료 구입이 쉽지 않은 외국으로 두부요리를 전파하기 위해서는 반드시 두부가 주재료적 성격을 가져야 한다. 이와 함께 두부의 맛을 살려 줄 수 있는 결들임 재료의 개발이 필수적이다. 일본의 두부요리에서 특징적으로 나타나는 것이 두부의 맛이 다양한 것이 아니라 결들임 재료에 변화를 줌으로써 두부의 맛을 최대한 살리면서 다양한 맛을 찾아내고 있다는 것이다.

둘째, 두부와 잘 어울리는 소스의 개발이 뒤따라야 한다. 소스는 단순하게 두부에 결들여 먹는 것에서부터 두부의 전체적인 맛을 변화시키고 나아가서는 두부의 결들임 재료와 잘 어울리는 소스로 광범위하게 개발되어야 할 것으로 본다.

셋째, 두부는 이미 만들어진 상태로 유통되기 때문에 두부 자체의 근본적인 변화는 가공단계에서부터 일어나야 한다. 가령 녹차두부나 검은콩 두부의 경우 가공 단계부터 재료의 선택이 다르다. 따라서 보다 다양한 기능성 두부가 만들어지면 요리개발의 폭도 넓어지게 될 것이다. 아울러 일률단편적인 두부의 모양을 가공단계에서부터 요리 목적에 맞도록 주문생산이 이루어지도록 하는 체계를 갖추어야 한다.

마지막으로 모든 요리의 기본이 되는 접시담기이다. 두부의 경우 부 재료로 사용되게 되면 모양에 크게 제한을 받지 않지만 주재료, 또는 주요리로서의 역할을 하기 위해서는 접시담기가 매우 중요하다. 두부요리가 보다 효과적으로 제공되기 위한 접시의 선택에서부터 두부의 위치와 곁들임 재료의 위치, 그리고 소스나 양념의 첨가 방법 등이 객관적이고 과학적으로 개발되어야 할 것이다.

(2) 두부요리개발과제

두부는 동양인들에게는 새로운 식재료가 아니다. 그러나 육류를 중심으로 식생활이 이어져온 유럽이나 미국 사람들에게는 매우 흥미로운 식재료이다. 중국과 일본 그리고 한국에서는 1000년 이상 식생활에 두부를 사용해 왔고 앞으로도 계속하여 사용할 것이다. 다만 일반 식생활에서 접하는 두부의 이미지가 고급화 내지는 특별한 음식으로 여겨지지 않고 그저 평범한 “두부 한모” 정도로 생각하여 그 중요성을 크게 깨닫지 못하고 지나친 것으로 생각된다. 이제 이러한 중요성을 인식하고 두부에 대한 새로운 시각으로 접근해야 한다. 두부요리가 한국의 문화와 함께 전세계인들에게 전파되기 위해서는 몇 가지 해결해야 할 과제들이 있다. 이러한 과제들을 제시해보면 다음과 같다.

첫째, 두부요리의 고급화이다. 어떤 나라 어느 민족을 보더라도 서민들의 음식문화가 있다. 서민들의 식문화는 간결하면서도 짠 식재료에 바탕을 두고 있다. 또한 맛의 대중성을 가지고 있다. 그러나 이러한 장점에도 불구하고 이방인들의 시각으로 볼 때에는 불결하고, 세련되지 못하였으며, 싸구려로 비취질 수 있다. 따라서 서민들의 음식이 상품으로 탄생하기 위해서는 조리전문가들에 의해서 다듬어져서 새로운 요리로 탄생하여야 하며, 이러한 과정을 거치면서 그 요리는 고급화가 되는 것이다.

둘째, 요리제공방법에 개발이다. 두부요리의 대부분이 전골, 찌개, 탕 등 여러사람들이 함께 먹는 형태로 발전되어 왔다. 이와 함께 요리 자체가 매우 뜨거운 상태, 즉 웅기나 냄비에서 끓는 상태로 고객이 섭취하거나 제공받게 된다. 이러한 제공방법은 주위가 산만하거나 고객의 관심이 모두 음식을 먹는데 집중되어야 하므로 요리를 즐기거나 공식적인 대화를 나누기에는 부적절 하다. 이러한 관점에서 볼 때 제공되는 요리는 개별화되어야 하며, 고객에게 제공될 때 요리의 온도는 음식의 맛을 가장 살릴 수 있는 섭씨 65~80도 사이여야 한다. 이와 함께 요리가 제공되는 기구도 개선되어야 할 것이다.

셋째, 두부요리에 대한 마케팅적 접근이 필요하다. 음식은 맛있어야 하고, 맛있으면 고객이 찾아온다. 이러한 생각은 매우 지엽적이고 단순한 전근대적인 생각이다. 철

저희 계획된 마케팅에 의해서 홍보와 판매 전략이 이루어져야 할 것이다. 이러한 마케팅적 접근을 위해서는 먼저 두부에 대한 철저한 분석이 이루어져야 하며, 아울러 고객의 니즈파악이 정확하게 분석되어야 한다.

마지막으로 두부요리를 개발하는 연구자들의 노력이 필요하다. 새로운 아이디어와 이러한 아이디어를 적극적으로 받아들이는 실험정신이 있어야 할 것이다.

V. 결론 및 제언

최근 들어 외식 및 조리 분야에 대한 연구가 매우 활발하게 이루어지고 있음은 의심에 여지가 없다. 이로 인해 외식업체를 비롯한 식품업계에 많은 변화가 일어나고 있다. 안타까운 점은 이렇게 많은 노력을 하고 있음에도 불구하고 외국을 여행하다보면 한국요리의 발전이 계속하여 정점에 머물고 있다는 것이다. 일본요리, 멕시칸, 그리고 태국요리, 심지어는 인도네시아와 베트남 등 많은 나라들에 요리가 나름대로의 가치를 가지고 세계인들의 입맛을 사로잡고 있는 것을 볼 때 우리 나라의 조리 및 외식관련 연구가 그 양에 비해서 성과는 만족할 만큼 나타나지 않았다는 생각을 지울 수가 없다.

흔히 외식 및 조리 분야는 실용학문이라고 한다. 경험과 실험에 바탕을 두지 않은 이론은 공허할 뿐이다. 또한 이론적 체계가 없는 경험과 실험은 매우 편협하게 된다. 요리에 대한 이론적 연구는 현장에서 이 일을 실행하는 사람들에게 방향을 제시해 주어야 한다.

두부요리의 개발은 어떤 이론적인 측면에서만 정리해서는 한계성이 있다. 아울러 두부가 만들어진 상태에서 요리만을 개발하는 것에도 문제점이 많을 것으로 보인다. 따라서 두부를 가공하는 단계에서부터 두부요리가 개발되어 고객에게 제공되고 고객의 피드백을 받아보는 단계까지 매우 체계적이고 객관적인 연구가 뒤따라야 할 것으로 보인다. 따라서 본 연구가 향후 두부를 연구하려는 사람들에게 어떤 마음가짐으로 연구를 시작해야하는지를 생각해 하는 계기가 되길 기대한다.

참고문헌

- 김동만, 장규섭, 윤한교 「분말두부의 수분 흡착 특성」 한국식품과학회지 12(4)
1980
- 김재욱 「농산 식품가공」 문우당 1992
- 김재욱, 이택수, 김관유, 금중화 「식품가공저장학」 광문각 1994

- 김종만, 백승화, 황호선 「난각으로부터 두부응고제 제조와 그이용 방법에
관하여」 한국영양식량학회지 17(1) 1985
- 경남 향토음식 경상남도 농촌 진흥원 1994
- 국학간행회 「신식요리제법」 영창서관 1991
- 기준성 「사람의 먹거리」 정신세계사 1993
- 문수재, 손경희 「식품학 및 조리원리」 수학사 1995
- 박용곤, 박부덕, 최광수 「대두 수침시간에 따른 조직의 미세구조 단백질
특성 및 두부 수율의 변화」 한국영양식량학회지 14(4) 1985
- 손정우, 김우정 「건조비지 첨가에 의한 두부품질의 변화」
한국식품과학회지 17(6) 1985
- 신태범 「우리맛 탐험」 강천 P28 1997
- 이규태 「한국인의 생활 구조」 기린원 1994
- 임상빈, 이춘기, 전재근 「두부의 제조과정중 calcium염의 행동과 분포」
한국농화학회지 28(1) 1985
- 유태중 「음식궁합」 동지 1995
- 林輝明, 성백우감수 「머리가 좋아지는 음식물 나빠지는 음식물」
은광사 1994
- 장학길 「대두저장조건이 두부품질에 미치는 영향」
- 장희진 「식품가공과 조미기술」 세진사 1992
- 전은자, 서민자 「영양급식과 조리」 홍익재 1997
- 정청송 「기초제과 제빵기술」 기전 연구사 1991
- 주현규 「농산식품가공학」 동일인쇄사 1993
- 황혜성 「조선왕조 궁중음식」 궁중음식 연구원 1995
- 황혜성, 한복려, 한복진 「한국의 전통음식」 교문사 1995
- Sang Ae Kim 「Nutritive Quality Evaluation of GDL Soybean Curds」
J. KOREA SOC. FOOD NUTR 13(1) 1984
- Dong Won Kim, Woo Jung Kim 「Effect of pressure and pressing Time
on the properties of Isolated soyprotein-Tubf during compressing process」
KOREAN J, FOOD & NUTRITION vol. 6(4) 1993
- Deh-Ta Hsiung 「The Chinese Kitchen」 KEN HOM 2003
- Deh-Ta Hsiung , Sallie Morris 「The Cook's Guide to Asian Ingredients」 1999