
만두 문화의 역사적 고찰

정 혜 경

호서대학교 식품영양학과

만두 문화의 역사적 고찰

정 혜 경

호서대학교 식품영양학과 교수

I. 사랑과 나눔의 음식, 만두

“사랑은 여러 가지 재료를 보듬어 맛을 내는 만두 같은 것”..... ‘식객’이라는 음식 만화책에 나오는 구절이다. 아마도 설날 같은 명절이면 가족이 함께 모여 만두를 빚는 우리 민족 특유의 풍경에서 나온 것일 것이다. 한국에서 만두는 주로 이북지방에서 많이 발달하고 남쪽 지방에서는 크게 발달하지 않았다. 전라도 지역에서 전통적으로 먹어 온 만두 음식을 찾기란 쉽지 않다.

그런데 의외로 시베리아 사람들은 오늘날에도 연중 가장 중요한 명절인 새해에 일종의 만두 형태인 펠 메니를 만들어 먹으면서 가족애를 다진다. 또한, 중국 북부에서도 설 명절이면 모두 함께 앉아 반죽 덩어리를 밀며 그것을 접어서 속을 채워 만드는 만두 빚기를 하고 있다.

그렇다면, 가족들의 만두 빚기는 주로 메밀이나 밀의 재배가 가능했던 지구 북쪽 지역에서 행해지던 공통된 문화로 볼 수 있다. 베트남이나 태국 같은 남쪽 지역에서는 그 지역에서 나는 농작물인 쌀을 이용한 국수는 발달하였으나, 만두 문화는 찾기 어려운 것이 그 좋은 예이다. 그리고 한국에서도 남쪽 지역인 전라도에서 굳이 만두 문화가 발달하지 않은 것을 볼 수 있다.

얼마 전(2008년 4월 18일)에 미국을 방문한 교황의 만찬상으로 차려진 음식중 하나가 바로 라비올리이기도 한데, 페코리노 치즈로 채운 이탈리아 만두이다. 이 만찬을 차린 바스티아니치는 이탈리아계 이민 1.5세로 식단 속에 나이 든 교황의 긴장을 풀어주기 위해 ‘교황의 추억’이라는 컨셉으로 음식을 차렸다고 한다. 만두는 나눔과 사랑의 음식이라고 볼 수도 있다.

우리나라에서 만두는 기록상으로는 고려시대이후 고려가요인 ‘쌍화점’에서 부터 한국인의 중요한 음식으로 나타나고 있으며, 조선시대에는 각종 조리서에 그 조리법이 있고, 또 조선 왕조의 의궤 음식의 하나로 중요하게 기록되고 있다. 그러나 만두의 종류와 형태가 워낙 다양해 그 정확한 기원을 예측하기가 쉽지 않다.

본 고에서는 한정된 참고 자료 속에서 세계인들이 즐기는 만두 문화의 이동 루트를 추측해 보고자 한다. 또한, 가장 다양한 만두 문화를 자랑하는 중국인들의 만두 문화에 대해 살펴보고 이러한 맥락에서 일본문화속의 만두를 살펴보고자 하였다. 마지막으로 한국인들의 삶과 함께 해온 만두 문화의 기원과 역사를 살펴보고자 한다. 그러나 이는 어디까지나 연구가 부족한 필자의 상상력과 함께 한 작업이었으며, 학문적인 연구가 되지 못했음을 밝힌다.



<피에로기>



<라비올리>



<만두>



<딤섬>

II. 만두 문화의 서양 루트를 찾아서

실크로드, 밀의 도로, 만두의 도로

만두나 국수 같은 밀가루 음식의 탄생지를 꼽자면 아마 메소포타미아 즉, 시리아나 이라크 아니면 아프가니스탄 북부일 것이다. 중동 지역이 인류 최초의 문명 발생이 가능한 것은 곡물의 경작이 용이했기 때문이다. 아시리아 사람들과 수메르 사람들이 그들의 알곡을 가루로 갈기 시작하고 여기에 물을 부어 반죽을 만들었다. 고고학자들은 밀가루의 가장 오래된 발명품을 빵으로 분류하고, 이 빵이란 타고 있는 숯이나 뜨거운 돌 위에서 구은 평평하고 둥근 반죽 빵을 말한다. 최초의 빵은 트락타와 비슷했을 것이고 그것은 호모 없이 구은 빵으로 팬케익으로 부를 수도 있고 아니면 라자냐라고 부를 수도 있다.

아시리아를 연구하는 학자인 장 보테르는 수메르와 아카드의 요리책에서 고기 속을 넣은 작은 반죽 경단인 ‘피젤헨’의 요리법을 발견했다. 이것을 만들려면 반죽으로 만든 피위에 다진 고기를 올린 다음 그것을 두번째 반죽피로 덮는다. 그리고 이것을 점토 용기안에 넣고 발효시킨다. 만두와 라자냐의 연관성은 있어 보인다. 추측컨대 4000년 된 메소포타미아의 면류에 대한 요리법은 단편적이지만 라자냐의 초기 형태인 만두와 국수로 유추해 볼 수 있다. 그리고 위구르의 ‘슈패츨 수츠’인 양루파오모는 선사시대부터 존재했던 빵과 국수의 연결고리로 해석할 수 있다. 언제, 어디서 누가 납작한 반죽이나 국수를 물이나 수프에 넣어 끓이기 시작했는지 모른다. 근동과 중동의 국수 역사는 실크로드의 쇠락과 함께 황야의 모래속으로 사라졌다. 하지만 국수는 메소포타미아에서 생겨났던 아니면 더 동쪽인 이란이나 아프가니스탄에서 생겨났던 분명한 것은 실크로드를 통해 아시아의 내륙에 도달했다.

밀이 메소포타미아에서 동쪽으로는 중국, 한국, 일본까지 그리고 서쪽의 유럽까지 퍼졌다는 설은 오늘날 하나의 이론으로 받아들여진다. 국수 기술이 밀을 쫓아갔다는 명제는 거의 증명되지 않고 있다. 반대 이론은 국수가 독자적으로 생겨났다는 것이다. 이런 자발적인 생성설(바로 중국의 경우)을 배제할 수 없다.

국수가 밀을 따라 실크로드를 걸쳐 동쪽으로 갔다는 문서상의 증거는 물론 존재하지 않는다. 그러나 만두의 경우는 항상 어원의 흔적이 남아 있다. 이슬람화하기 이전의 페르시아에서 고기속을 넣은 만두는 요시파라(joshparah)라 불렸다. 그 단어는 역사가 찰스페리가 주장하듯이 ‘끓이다’의 뜻을 지닌 페르시아어 ‘요시’와 ‘조각’의 뜻인 ‘파르샤’에서 유래된듯하다. 거기서 나중에 ‘구스트에바레(gusht-barr)’도 되었다. 물론 이슬람의 페르시아어에서 ‘요시파라’라는 단어는 이제는 사용되지 않는다. ‘요시파라’는 타지키스탄어(다리어)에서 ‘투시베라’라는 단어가 되었다. 터어키어로 만두는 ‘뫼시베라’, 우즈베키스탄어로 ‘추츠바라’, 키르기스어로 ‘취츠파라’, 위구르어로 ‘취취라’라 불린다. 페리는 이 단어들의 어원이 이슬람하기전의 페르시아어라고 한다.

실크로드에 존재하는 다양한 국수의 밀접한 연관성을 암시하는 다양한 증거들이 존재한다. 실크로드 음식들은 아프가니스탄에서 중국까지 매우 비슷하다. 특히 만두가 그렇다. 그리고 명칭도 만티, 만투, 문투, 만두 등으로 비슷하다. 결국 실크로드는 밀의 도로이고, 국수의 도로이며 언어상의 기원으로 볼 때 만두의

도로로 볼 수 있다.

중앙아시아의 복합 문화

카스피해에서 고비사막까지, 그리고 중국 서부까지 음식 특히 국수 요리는 서로 밀접한 관계가 있다. 민속학자인 루이 뒤프레는 면류가 아프가니스탄 북부, 즉 두산베 남쪽 산악지대에서 쉽게 상하지 않는 비상식량으로 유목민을 위해 만들어졌다고 말한다. 뒤프레의 말처럼 여기에는 전통적으로 파스타 복합체 즉, 국물에 담긴 국수(라그만, 라그몬)와 만두(만티, 터어키어)가 존재했다. 반면, 아프가니스탄 남부와 오늘날의 파키스탄에서는 국수를 먹지 않는다. 현재도 타자키스탄의 수도 두산베에서 가장 손쉽게 국수 형태인 라그만과 만티를 먹을 수 있다. 만티는 만두피가 내용물을 헐겁게 감싸고 있는 라비올리로 만두이다.

이탈리아의 라비올리

중세나 르네상스 시대에 이탈리아에서는 베르미첼리, 피델리, 마카로니, 탈리아리니, 롱게티, 판카르텔레, 피델리, 마카로니, 탈리아리니, 롱게티, 포르멘티네 보다 속을 넣은 국수인 만두 형태라고 볼 수 있는 라비올리, 토르텔리니, 아노릴니, 카펠레티를 자주 먹었다. 상류층은 약간 복잡한 것을 좋아했다. 라자냐, 즉 국수를 속과 번갈아 가면 쌓아 올린 것은 고대부터 귀족들 사이에서 인기가 있었다.

우리는 아직도 파스타라고 하면 스파게티처럼 얇고 긴 가닥이거나 라자냐처럼 납작하거나 리본 모양이라고 생각한다. 그렇지만 파스타는 크기와 모양이 다양하다. 엄밀하게 말하면 밀가루 이외의 곡물가루로 만든 크로켓, 커넬, 뇨키도 모두 파스타라고 할 수 있다.

이탈리아의 파스타가 중국에서 전래된 것이라는 이야기는 16세기말에 발간된 마르코 폴로의 ‘동방견문록’ 초판의 편집자였던 라무시오가 최초로 주장한 것이다. 폴로가 살았던 1300년경에는 베르미첼리, 마카로니, 스파게티와 같은 말이 없었기 때문에 그 말을 쓰지 않았던 것은 당연했다. 그렇지만 라무시오가 편집한 책의 주석에는 “그 사람들은 깨끗이 빻은 가루로 라자냐와 몇 가지 다른 파스타 요리를 만들었고, 폴로도 그런 음식을 몇 차례 먹었다. 폴로는 그 중 일부를 베네치아로 가지고 왔는데 그 맛이 보리빵과 비슷했다”고 기록해 두었다. 실제로 당시의 사람들은 마르코 폴로가 베네치아로 가지고 왔던 그 음식을 좋아하지는 않았다. 마르코 폴로가 신기하게 여겼던 것은 중국인들이 먹었던 음식이 아니라 나무열매를 빻은 가루로 반죽을 만들었다는 사실일 것이다.

16세기 이탈리아의 역사학자들에 의하면 다진 고기, 향료, 치즈 심지어는 생선으로 소를 넣은 파스타를 처음 만든 사람은 케르누스크에 살던 농부의 아내였던 리비스타였다고 한다. 14세기의 요리책에 소개된 라비올리는 프리터처럼 기름에 튀긴 것이다. 코모 출신으로 1450년경에 로마 아퀼레이아 총 대주교의 주방장이었던 마르티노는 육수로 요리하는 법을 남겨두었다. 그러나 옛날의 라비올리는 일반적으로 고기, 치즈, 달걀, 향료로 만든 소를 반죽으로 싸서 튀겨 오늘날의 칸넬로니와 비슷한 음식을 뜻했다.

아시시식 토르벨리(1481년경의 요리책)는 소를 반죽으로 싸지 않고 다진 고기를 밀가루에 굴리기만 하면 되었다. 다진 고기의 기름에 말라붙은 밀가루가 뜨거운 브로스에 의해서 엉겨 붙었을 것이다.

라비올리는 만찬 음식이기도 했다. 프라토에서 특히 유행했다. 이 경우의 라비올리는 토르타에 넣어서 먹었다. 토르타는 기름에 튀긴 닭, 마늘소스, 라비올리를 여러 층으로 쌓아 익힌 것이다. 라비올리에는 햄, 아몬드, 대추야자로 만든 소를 넣는다. 토르타 전체를 국수로 싸서 숯불에 굽는다.

1000년경부터 전해오는 토픽이라고 부르는 특이한 종류의 아르메니아 라비올리도 있다. 네모난 모슬린 천에 밀가루나 병아리 완두 껍데기로 만든 반죽을 편다. 소를 채운 후에 모슬린 천의 끝을 잘 오므려서 끓는 물에 넣는다. 모슬린 천에 싸 채로 식혔다가 먹기 직전에 계피가루나 올리브유와 레몬 주스를 뿌려서 먹는다. 작은 토픽은 중국의 만두나 덤플링과 비슷하다. 만두 덤플링은 밀가루와 달걀을 넣은 반죽으로 만들고 덤플링을 삶은 맑은 국물과 함께 먹는다.

소비에트의 만두, 펠메니

소비에트에서는 현재도 만두의 일종인 펠메니를 산두노프 반야라는 증기육탕에서 먹는다. 펠메니는 다진 고기로 속을 채운 것으로 시베리아 라비올리라고 부르는 만두이다. 그 껍질은 달걀을 넣은 밀가루 반죽으로 만든다. 시베리아 사람들은 펠메니를 겨울에 먹는다. 그리고 밀가루를 묻힌 다음 봉지에 싸서 발코니에 놓아둔다, 10월부터 이듬해 4월까지 시베리아 자체가 커다란 냉장고이다. 모스크바에서도 보관과 운반을 쉽게 하기 위해 ‘겨울의 마법을 이용한다. 해동시키지 않고 바로 끓는 물에 넣는다. 시베리아 사람들은 오늘날에도 연중 가장 중요한 명절인 새해에 펠메니를 만든다. 그리고 중국 북부에서처럼 모두 함께 앉아 반죽 덩어리를 밀고 그것을 접어서 속을 채운다.

중세의 식단속의 만두

14세기에는 대부분 다른 시대와 마찬가지로 가난한 사람들의 식사는 따로 떨어진 부류에 속했다. 그러나 중세의 요리법의 독특한 특징은 소도시의 부유한 상인이나 시골의 2류 귀족들에 의해 중류 사회에서 베풀어진 정찬 모임에서 아주 분명하게 인식할 수 있다. 중세의 메뉴는 현대의 것과 거의 관련이 없다. 각 코스는 모든 것이 식탁 위에 동시에 차려지는 여러 가지의 다른 요리들로 이루어져 있었다. 바로 두번째 코스에 2종류의 만두 요리가 등장하고 있음을 볼 수 있다.

Ⅲ. 동양권의 만두 문화

중국, 한국, 일본에서도 쌀, 보리 또는 대두로 만든 덩펄링, 크로켓, 국수를 만들어 튀기거나 찌서 먹었다. 중국-몽골 국경 지역의 고원에 있는 산시 지역에서는 기후 때문에 귀리만 재배할 수 있었다. 이 지역의 사람들은 아주 오래 전부터 귀리죽을 반죽으로 만들어서 얇게 민 다음에 네모 골로 잘라서 선으로 시가 모양으로 만든 것을 끓는 물이 담긴 솥에 풀줄기로 엮어서 만든 체를 올려놓고 찌서 먹었다.

중국의 만두- 자오지(자오쯔 餃子), 바오즈(바오쯔 包子), 만터우(饅頭)

중국에서는 기원전 1세기경에 수차로 돌절구를 움직이는 수마(水磨)가 출현하고, 이어서 형겅체가 고안된 덕분에 흰 밀가루를 만들게 되었다. 그 무렵 북쪽에서는 호식(胡食)이 유행하기 시작해 자오쯔(餃子), 바오쯔(包子), 만터우(饅頭)(자오쯔는 밀가루를 반죽해 얇게 민 다음 다진 고기나 채소 등을 넣고 찐, 한국에서 일반적으로 만두라고 일컫는 음식이고, 바오쯔는 단팥소가 들어 있는 찐 빵, 만터우는 밀가루에 효모를 넣어 반죽해 찐 소가 없는 찐 빵이다)가 퍼져 나갔다.

중국의 기록상에 나타난 만두의 기원은 여러 가지로 나타난다. 그 중 가장 잘 알려진 것이 삼국시대 제갈공명의 이야기이다. “삼국시대 촉의 제강공명이 孟獲을 정복하고 돌아오는 길에 瀘水의 풍량이 심하여 건널 수 없으니 종자가 수신을 위로하기 위하여 蠻地의 풍속에 따라 신두를 제단에 바칠 것을 권하니 공명은 개선도상에 한사람이라도 더 죽인다는 것은 건널 수 없는 노릇이라고 하고, 양과 돼지의 고기를 밀가루 반죽에 싸서 인두처럼 만들어 이를 대신 바쳤는데, 饅頭란 이름은 여기서 유래되었다. 또, 명대의 망수유고에서는 ‘본디 蠻人의 목을 본 탄 것이기에 이것을 蠻頭라 하였으니 후에 蠻과 饅의 음이 같아 饅頭가 되었다고 하였다.

그런데 또 다른 기록에 의하면 “만두의 기원은 漢의 최연이 지은 ‘사민월령’ 속에 춘절에는 밀가루로 蒸餅을 만든다”는 말이 나오고 또 한대의 유희는 ‘석명’에서 “증병도 병이고 溲麵도 또한 같은 것이다”라고 했는데 “수면이란 물과 밀가루를 반죽하여 발효시킨다는 뜻이니 만두의 기원은 삼국시대가 아니라 한대에 비롯되며 이것을 진대에서는 曼頭, 당대에서는 龍餅, 오대에서는 爐餅이라 하였다. 지금은 饅饅(mo mo)

보보(bo bo), 麵頭(miann tour)등으로 불린다.”고 하였다.

그러면 ‘거가필용’을 통하여 중국의 만두가 어떤 것인지 알아보자. 이것은 밀가루를 발효시켜 고기나 채소로 소를 삼고 시루에서 둥글게 썬 것이다. 그렇다면 오늘날 우리나라에서 생각하고 있는 만두와는 다르다. 오히려 ‘음식디미방’이나 ‘주방문’에 소개되어 있는 霜化와 같은 발효성 떡 과자이다. 이 饅頭는 상화 霜化란 이름으로 고려시대에 이 땅에 들어왔음은 고려가요인 ‘쌍화점’을 통하여 알 수가 있다. 다음은 쌍화점에 한 구절이다.

“雙花店에 雙花 사라 가고신댄 回回아비 내 손 모글 주여이다.”

현대에 오면 중국의 모든 도시에서 지아오지를 먹는다. 그 속을 채우는 재료만 열두 가지가 넘는다. 일상적인 돼지고기와 채소혼합에서 버섯, 양고기, 시금치, 작은 식용 새우를 부추, 파를 넣은 지아오지도 있다. 중국 북부에서는 새해에 가족들이 만든 지아오지를 ‘유안 바오’라 한다. 오래된 중국 화폐에 그려진 지아오지는 작은 황금색 경단처럼 보이는데 앞으로의 안녕을 약속한다. 유안 바오의 속에 땅콩이 들었다면 장수를, 호두가 숨어 있다면 평화를, 붉은 색의 중국 대추야자 열매가 있다면 어린이에 대한 축복을 의미한다.

지아오지와 만두피는 보통의 밀가루 반죽으로 만든다. 완성된 지아오지는 삶거나 굽거나 찌서 먹는다. 피가 얇고 속이 귀한 거라면 찌서 먹어야 하고 지아오지의 맛이 살고 거리에서 파는 지아오지처럼 속의 재료가 거저 그렇다면 구워먹는 것이 좋다. 그리고 우리의 만둣국과 비슷한 것은 완탕(원톤, 훈툰)이다. 원톤(훈툰)의 피를 만들기 위해 반죽을 할 때는 지아오지의 그것보다 조금 더 질게 한다. 그렇게 하면 피에 보다 많은 탄력이 생겨 피가 얇아져도 터지지 않는다. 원톤은 닭 육수에 가끔은 약간 말린 문어와 함께 끓이기도 한다.

지아오지 외에도 바오즈가 있다. 바오라는 단어는 여러 가지 밀가루 음식에 사용된다. 속이 들었던 안 들었던 남중국의 찐 빵은 바오즈이다. 모든 바오즈의 공통점은 반죽에 효소가 포함되어 있어서 부풀어 오른다는 점이다. 단 것도 있다. 사람들은 그것을 아침으로 먹기도 한다. 속은 대략 비슷하고 겉은 지아오지의 피보다 약간 두껍지만 효소 때문에 더 가볍다.

상하이의 별미 중에 ‘시아오롱바오(xiao long bao)’가 있는데, 이것은 ‘관을 사용해 국물을 집어넣은 바오’라는 뜻의 ‘관탕 바오(guantang bao)’라 불리기도 한다. 작은 화산 모양처럼 보이고 속에는 스프가 있다. 바오를 한 입 물어뜯고 난 후 그 안에 든 국물을 빨아 먹는다. 그 다음 남은 반죽 주머니를 먹는다. ‘관을 사용해 국물을 집어넣은 바오’라는 이름이 우리로 하여금 착각하게 만든다. 주사기 같은 것으로 이 국물을 반죽주머니에 집어넣은 것이 아니다. 뼈와 함께 닭 육수를 아주 오래 삶고 차게 식히면 응고된다. 그리고 젤라틴을 넣어 응고가 잘 되도록 도와준다. 그 다음에 차갑게 굳은 국물을 조각으로 나누어 약간의 소와 함께 피로 싸다. 찌면 그 국물이 다시 녹는다. 그리고 작은 기적이 나타난다.

중국 북경의 왕푸진 가에 있는 구불리는 중국의 가장 오래된 바오즈 체인점이자 어쩌면 세계에서 가장 오래된 패스트푸드 체인점일 것이다. 구불리는 강아지에게 무시 당하다는 뜻이고, 원래 텐진에서 시작되었다.

그러나 현재는 많은 중국 만두 가게가 있고 이곳에서 만두를 사 먹는 것이 유행이지만, 원래 중국식 견해에 의하면 지아오지 요리사와 바오즈 요리사는 국수 만드는 사람이 아니다. 유럽의 라비올리와는 다르게 지아오지와 바오즈는 중국에서는 국수로 간주되는 게 아니라 독자적인 범주를 형성했다. 사람들은 자주 지아오지와 바오즈를 가족과 함께 만들어 먹는다. 그건 요리가 아니라 축제이다. 그러니까 만두는 축제 음식이고 사랑의 음식인 셈이다.

광주의 스낵, 딤섬(Dim Sum)

딤섬은 ‘마음에 점을 찍는 약간의 먹을 것’이라는 의미이다. 오늘날의 딤섬은 18세기에 차를 곁들여 먹는 음식으로 탄생했다. 유럽의 납작한 과자처럼 차와 짝을 이루는 것이다. 차를 마시면서 간식을 곁들이는

습관은 물론 오래되었다. 그러한 습관은 당나라의 수도인 시안에서 시작해 남쪽의 대도시들로 이동했을 것이다. 어쩌면 남쪽의 대도시들에서도 귀족들과 승려들만의 특권으로 이미 오래전에 존재했을지도 모른다. 그러나 덩섬은 광저우에 와서야 비로소 고급스러운 오후의 간식, 새참(간식)의 고급 음식이 되었다. 홍콩에서 덩섬은 오늘날 가족들을 위한 전형적인 일요일 브런치이다. 그리고 오후와 저녁의 간식이 되었다.

일본의 만두 문화

일본의 옹주부지(擁州府志)에 의하면 1341년(고려 충혜왕시대)에 임정인이라는 중국 사람이 만두를 처음 일본에 전했다고 한다. 이 일본 만두의 소는 육류를 쓰지 않았고 설탕이나 채소를 쓴 것이다. 또 해유록(海游錄 1719)에 의하면 ‘일본에는 만두란 것이 있어서 우리나라의 상화병과 같은데 겉은 희고 안은 검고 맛은 달다’고 하였다. 어쨌든 만두는 우리나라와 일본에 비슷한 시기에 전해진 것이라고 생각된다(이성우, 요리문화사). 그러나 “겉은 희고 속은 달다”라고 한 것으로 보아 중국식 찐 빵의 형태로 생각된다.

중국에는 송나라 때 서역에서 빵이 전해졌는데, 찐빵이나 만두와 같은 독자적인 형태로 바뀌어 받아들여졌다. 굽기보다 찌는 방식이 발달한 것이다. 그런 중국 제조법의 영향을 받아 일본에서도 굽기가 아니라 찌는 방식이 발달했다는 기록과도 일부 일치한다.

IV. 한국 만두 문화의 기원과 역사

‘훈몽자회’에는 만(饅)을 상화 → 만, 두(頭)를 상화 → 두라 하였다. 그리하여 ‘동국세시기’와 ‘주방문’에는 상화를 이두로 상화(霜花)라 적었고, ‘육전조례’에는 상화(床花)라고 하여 “상화는 그 모양과 성질이 중국인의 기호에 맞는 관계로 중국 사신이 오면 그들을 대접하는데 썼다”고 하였다. ‘역어유해’에는 상화는 중국의 증병(蒸餅)이라고 하였으며 ‘성호사설’에는 상화는 기수(起搜, 발효떡)라고 하였다. 또, 발효시켜서 만든 떡을 가리켜 말하는 경우도 있다. 또, 송대의 ‘연익화모록’에 의하면 “인종의 탄일에 신하에 포자(包子, pao tzu)를 내렸다. 포자의 별명은 만두로서 발효시킨 것으로 소가 있는 것도 있고, 없는 것도 있다. 찌서 만드는데 이것을 만두라 한다”고 하였으니 중국의 만두가 우리의 상화임이 확인되고 이것을 포자라고 한다. 고 이성우 선생님은 만두가 중국에서 유래된 것이라고 설명하고 있다.

그런데도 중국의 만두와 한국의 만두의 차이점은 ‘옹회잡지’에서 설명하고 있다고 보았다.

우리나라의 만두를 가리켜서 ‘옹회잡지’에서는 ‘華人은 만두를 병과의 하나로 보고 있으나, 東人은 병과라고 하지 않고 잔치상이나 제사상의 음식으로서 면식의 상두를 차지한다. 제법은 동일하지 않으나 대체로 소를 밀가루에 싸는 것으로 湯餅(떡국 무리 → 좁은 뜻으로)이나 索餅과 같은 무리의 것이다. 즉, 중국인의 발효식의 일부인 찐빵류와 우리의 떡국류에 속하는 만두의 차이를 설명하고 있다. 이 점은 좀 더 논의가 필요하다고 보인다.

다음으로 그동안 우리나라 만두의 역사를 한복진 선생님의 논문을 통해 조선시대 각 조리서에 수록된 만두의 종류를 살펴보면 다음과 같다.

1670년 ‘음식디미방’에서 1957년 ‘이조궁정요리통고’에 이르기까지 문헌들에 수록된 만두는 모두 78종이었으며, 종류별로 분류하여 보면 가루반죽을 만두피로 이용한 만두가 18종, 육류를 이용한 만두가 8종, 생선을 이용한 만두가 20종, 편수가 17종, 그리고 호두만두, 지진만두, 보만두 등 기타 만두가 15종이었다.

밀만두, 메밀만두, 어만두, 생치만두는 대부분의 문헌에 수록되어 있었으며, 변시만두는 1815년 이후부터 소개되기 시작하였고, 굴이나 전복을 이용한 만두는 1800년대에만 소개가 된 반면 준치만두는 1939년 처음 소개되기 시작하여 1957년까지 계속 이어졌다. 특징적인 만두로 지진 만두, 감자만두, 보만두가 1943년, 두부만두가 1952년, 규아상, 동아만두가 1957년에 소개되었다. 1854년에 소개된 건치만두, 제육만두, 전복

만두, 준수만두, 호두만두는 명칭은 만두로 되어 있으나, 일반 만두와 만드는 방법이 재료 면에서 차이가 있으며, 안주나 육포의 일종인 포 짬으로 사용되었다.

세계 다른 나라보다 우리의 만두 문화가 더 발달했다고 주장할 수 있는 것은, 대개 밀가루나 호밀가루 등 곡물재료를 만두피로 이용해 만두를 만들었던 다른 나라와 달리 한국은 생선, 채소류 등 다양한 재료를 만두피로 사용하여 새로운 형태의 만두 음식을 창조한 것이 아닌가 한다. 우리나라의 요리 발달의 독창성이 엿보이는 대목으로 생각된다.

그리고 만두는 조선시대에 중요한 궁중 음식이었는데, 각 의궤에는 다음과 같이 등장하고 있다.

1719년 : 饅頭, 骨만두, 魚만두, 冬果만두

1795년 : 千葉만두, 生鰻만두, 秀魚만두, 陳鷄만두, 황육만두, 양만두

1827년 : 生雉만두, 生蛤만두, 肉만두

표 1. 조선시대 고조리서에 수록된 만두의 종류

문헌	연도	종류	저자
음식디미방	1670년경	만두, 어만두, 수교이, 슈어만도	안동장씨
요록	1680년경	수고아, 소마	저자미상
산림경제	1715년경	송어만두	홍만선
수문사설	1740년경	황자계혼돈, 석화만두	이표
규합총서	1815년경	변시만두	방희각이씨
임원십육지	1827년경	생치만두, 어만두, 하씨만두방, 송채만두, 박만두	서유구
주찬	1800중엽	생치만두, 처넙만두, 양만두, 어만두	저자미상
음식법	1854년	어만두, 수교의	저자미상
		건치만두, 제육만두, 전복만두, 준수만두, 호두만두	
음식책	1838? 1898?	생치만두	저자미상
정일당잡식	1856년	난만두	저자미상
음식방문	1800년대	어만두, 생합만두, 굴만두	저자미상
고대규합총서	1800년대	변시만두	방희각이씨
술 만드는 법	1800년대	변씨만두, 숙교	저자미상
시의전서	1800년대말	만두(메밀), 어만두, 수교의, 밀만두(편수)	저자미상
연대규곤요람	1896년	만두	저자미상
신영양조리법	1935년	밀만두, 메밀만두(또는 백면만두)	이석만
세계의 조선요리	1935년	메밀만두, 어만두, 밀만두	
조선요리법	1939년	만두, 현수, 생치만두, 준치만두	조자호
조리요리제법	1942년	메밀만두, 밀만두, 어만두, 편수	방신영
조선무쌍신식요리제법	1943년	시체만두, 배추만두, 어만두, 편수, 지진만두, 감자만두, 보만두	이용기
우리 음식	1948년	만두, 어만두, 편수	손정규
우리나라 음식 만드는 법	1952년	메밀만두, 생치만두, 밀만두, 굴린만두, 어만두, 준치만두, 편수(1)(2), 두부만두	방신영
이조궁정요리통고	1957년	만두, 생치만두, 어만두, 준치만두, 편수, 동아만두, 규아상	한희순, 황혜성, 이해경

김기숙, 이미정, 한복진 (1999) 고조리서에 수록된 만두의 종류와 조리법에 관한 고찰, 동아시아식생활문화학회지 9(1).

V. 세계인의 음식, 만두

만두는 앞서 살펴보았지만 많은 세계인들이 즐기는 음식이다. 그동안 우리나라에서는 중국의 삼국시대의 제갈공명의 만두 설을 기록에 나타난 대로 만두의 기원을 설명해 온 경향이 있고, 이 중국의 만두가 원나라 때 상화라는 이름으로 들어온 것이 정설로 되어왔다. 이에겐 고려가요의 ‘쌍화점’이라는 고려가요가 기록으로 제시되어 왔다.

그러나 실크로드를 통한 밀가루의 전래가 국수의 기원과 맞물려 만두의 기원으로 보는 설에도 주목할 필요가 있다. 메소포타미아 문명과 함께 시작된 밀의 재배를 통해 이 중동 지역에서 재배된 밀가루 음식이 실크로드 루트를 통한 바로 밀의 이동 통로라고 볼 수 있다. 특히 밀가루로 만들어진 최초의 음식으로 추정되는 것은 빵이지만, 빵 다음으로 우리가 일반적으로 생각하는 국수보다도 만두를 어원상으로 볼 때 먼저 개발되었다고 보고 있다. 즉, 국수보다 더 일찍 더 일반적으로 만들어진 음식으로 만두를 지목하고 있다는 점이다.

중국의 국수가 마르코 폴로를 통해 이탈리아로 전해졌다는 기존의 통설도 다시 고려되어야 한다. 단지 마르코 폴로가 한정된 지식으로 중국에서 자신이 알지 못하던 국수를 보고 이를 고향인 이탈리아에 알린 것이지 이탈리아에 국수 형태가 존재하지 않았다고 볼 수는 없다는 점이다. 이탈리아에서는 만두는 파스타와 비슷한 범주의 음식으로 이해되고 있다는 점이다. 그래서 중세의 식탁에서는 만찬 코스의 두 번째 코스에 ‘식용 수탉 고기만두’와 도미와 뱀장어 고기만두가 등장하고 있는 서양의 중요한 음식이었음을 알 수 있다.

또한, 현재 전 세계적으로 사랑받고 있는 음식이 바로 이 만두라는 점이다. 중국의 딤섬은 말할 것도 없고, 이탈리아의 라비올리, 아르메니아의 토픽, 시베리아의 펠메니, 그리고 페르시아의 요시파라, 러시아, 폴란드, 헝가리에서 즐기는 피에로기나 터어키의 만티 등등 대부분의 북반구에 위치한 국가에서 즐기는 음식이 만두이기도 하다.

우리나라의 만두의 기원과 역사적 배경도 다시 한 번 생각해 볼 필요가 있다. 고려시대 기록에 나타나기 훨씬 이전부터 상화와는 다른 형태의 만두가 만들어져 중국에 들어 왔을 가능성이 크다. 그렇지 않다면 우리나라 자체에서 메밀가루나 곡식가루를 빵아 만들어진 자생적 음식이라는 설도 가능할 수 있다. 그러니까 우리가 만두의 유래를 원나라 때 들어 온 상화에 두는 것은 논의의 여지가 있고 좀 더 연구해 볼 필요가 있다.

참고문헌

Reay. Tannahill (1973) 손경희역 (1991) 식품문화사, 효일문화사.

Maguelonne Toussaint-Samat (1987) 이덕환역 (2002) 먹거리의 역사, 까치글방.

Christoph Neithart, 박계수역 (2007) 누들, 시공사.

이성우 (1998) 한국요리문화사, 교문사.

김기숙, 이미정, 한복진 (1999) 고조리서에 수록된 만두의 종류와 조리법에 관한 고찰. 동아시아식생활문화학회지 9(1).

“세상사는 일도 만두 빛는 일과 같다. 무리 없이 세상일을 싸잡아서 제 안으로 끌어안는 것. 조심하지 않고 조금만 힘을 쥐도 여기저기 만두피가 찢어지고 내용물이 쏟아져서 먹음직스럽게 보이지 않듯 세상 일도 그렇다.” 은 미희, ‘만두 빛는 여자 중’에서