KOREAN J. DIETARY CULTURE
Vol. 2, No. 2 (1987)

우리나라 젓갈의 지역성 연구(2)
- 젓갈의 담금법 -

徐惠卿

全州大學校 師範大學

(1987. 11. 23)

A study on the Regional Characteristics of Korean Chotkal
—The ways of preservation of chotkal—

Hye-Kyung Suh

College of Education, Chonju University

(Received November 23, 1987)

Abstract

The ways of preservation of chotkal which are classified by the principles of fermentation, are analyzed and interpreted.

Chotkal is preserved mainly as two forms; one is chot and the other is shikhae. The fact that shikhae is preserved only in the eastern area can be attributed to two main reasons; (1) raw materials are available throughout four seasons and (2) relatively less production of salt.

Chotkal is further classified into nine different ways of preservation and shikhae into fourteen.

Regional characteristics for chot include that (1) in western part, Kechot is preserved in salty water (2) in central part Origuljot is fermented either with salt and powdered red pepper, or with salt, powdered red pepper and cooked cereal, (3) in southern part, freshwater shrimp with① salt only, ② salt and powdered red pepper, ③ salt and cooked cereal, ④ salt, powdered red pepper and cooked cereal, (4) in northern part, fish with salt and powdered red pepper.

Those for shikhae include that malt is used in southern part, shredded radish in northern part and cooked cereal more in southern part than in northern part.

I. 序　論

본 논문은 우리나라 젓갈의 지역성 연구의 일부분으로 이미 조사 보고한 논문에서는 우리나라 젓갈의 종류와 주재료의 지역성을 자연환경적인 측면에서 해석해 보았고, 本報에서는 우리나라 젓갈 담금법의 지역성을 알아보고자 한다. 젓갈의 담금법은 발효원리에 의해 크게 젓과 식해로 구분하였다. 염장에 의해 부패를 억제하고 자가 분해 효소와 미생물에 의해 발효되는 것은 젓으로, 젓보다 자연발효로 생긴 유산에 의해 부패를 방지하는 것은 식해로 구분하여 분류하였다.

II. 연구방법

연구 방법은 一報[1]와 동일하다.

III. 젓갈 담금법의 지역성

1. 젓 담금법의 분류

본 조사 결과 젓 담금법에는 ① 소금에만 절여 담근 것, ② 소금과 고추가루에 담근 것, ③ 소금과 익힌 곡류에 담근 것, ④ 소금·고추가루·곡류에 담근 것, ⑤ 소금·메주가루에 담근 것, ⑥ 소금·누룩가루·콩가루에 담근 것, ⑦ 간장에 담근 것, ⑧ 젓에 담근 것, ⑨ 소금물에 담근 것 등의 9가지 방법으로 분류되었다.

식해담금법은 ① 쌀밥·소금·엿기름으로 담근 것, ② 쌀밥·소금·엿기름·밀가루로 담근 것, ③ 쌀밥·소금·고추가루·엿기름으로 담근 것, ④ 조밥·소금·고추가루·향신료로 담근 것, ⑤ 쌀밥·소금·고추가루·엿기름·향신료로 담근 것, ⑥ 조밥·소금·고추가루·엿기름·무우채·향신료로 담근 것, ⑦ 조밥·소금·고추가루·무우채·향신료로 담근 것, ⑧ 쌀밥·소금·밀가루·고추가루·엿기름(설탕)·(향신료)로 담근 것, ⑨ 쌀밥·소금·고추가루·무우채·엿기름(설탕)·향신료로 담근 것, ⑩ 찰밥·소금·고추가루·향신료로 담근 것, ⑪ 소금·무우채·고추가루·향신료로 담근 것, ⑫ 찰밥·소금·고추가루·엿기름·향신료로 담근 것, ⑬ 찰밥·소금·고추가루·엿기름·무우채·향신료로 담근 것, ⑭ 밀가루죽·소금·고추가루·엿기름·(무우채)·향신료로 담근 것 등의 14가지 방법이 있다.

젓의 주재료별 담금법은 표 1, 식해의 주재료별 담금법은 표 2와 같다.

2. 젓갈 담금법의 지역성

1) 젓

(1) 어류로 담근 젓

어류로 담근 젓의 담금법을 지역별로 표시한 것은 그림 1과 같다.

어류로 담근 젓은 면단위 이상의 142개 조사 지역 중 12곳을 제외하고 전지역에 분포되어 있었다.

① 소금만으로 담근 젓

그림 1에서와 같이 어류로 담근 젓은 관북지방 중 함경북도의 청진시, 성진시, 학성군 학상면을 제외하고는 대부분 소금만으로 담그고 있었다.

② 소금과 고추가루로 담근 젓

소금과 고추가루를 넣어 담근 젓의 분포와 종류는 함경도의 도루묵젓·멸치젓·전남 진도군 임회면과 경북 경주시의 명태젓, 전북 부안군 행안면의 뱅어젓(단기 숙성 젓), 경남 충무의 단기 숙성 젓인 갈치젓·볼락어젓 등이며, 그 외에 함경도의 수메젓·대구젓·눈치젓 등은 마늘·파·깨 등의 향신료를 넣어 담그고 강원도와 함경도의 명란젓은 고추가루와 소금외에 마늘·파 다진 것을 넣어 담근 젓이었다. 관북지방에서는 주로 소금과 고추가루를 넣어 젓을 담갔다고 한다.

그중 경상북도 경주의 명태젓과 경남 충무의 볼락어젓은 고추가루외에 얇게 썬 무우를 넣어 함경남도 함흥의 동태깍뚜기·대구깍뚜기처럼 김치와 비슷하게 담그기도 한다.

③ 소금과 메주가루로 담근 젓

소금과 메주가루로 담근 젓은 전북 부안군 행안면의 등피리젓·고노리젓·조기젓·갈치젓 등이었다.

④ 소금· 누룩가루·콩가루로 담근 젓

소금·누룩가루·콩가루를 함께 넣어 젓을 담그는 곳은 전북 김제군 김제읍 옥산리의 일부 가정으로 황새기젓과 잡젓 등이었다.

소금이외에 메주가루 또는 누룩가루·콩가루를 넣어 젓을 담그면 비린내가 나지 않는다고 한다.

⑤ 젓에 담그는 젓

젓에 담그는 젓은 명태젓으로 경기도 파주군 문산읍에서는 명태머리를 새우젓에 담그고 전남 진도군 군내면에서는 명태머리를 멸치젓에 담그어서 명태젓이라고 하였다.

어류로 젓을 담그는 방법이 다양한 것은 주재료에 따른 특성과 각 지역의 기후 요인에 맞추어 담금법이 조정되어 온 것이라고 생각할 수 있다. 예를 들어 멸치처럼 지방분이 많고 맛이 농후한 생선은 소금만으로 담그도록 관례화된 반면, 명태와 같이 담백한 생선은 소금과 고추가루로 담근 것, 새우젓이나 멸치젓에 절인 것 등 여러 방법이 창안되어 있다. 즉 담백한 생선은 담그는 과정에서 맛을 보충하기 위한 것으로 생각된다.

기후요인 중 젓갈 담금법에 영향을 미치는 것은

1) 서혜경·윤서석 : 한국식문화 학회지, 2 (1) 45, 1987

표 1. 젓의 주재료별 담금법

분류	담금법	어류 몸통 또는 살	어류 내장	어류 생식소	부족류및복족류 몸통 또는 살	부족류및복족류 내장	두족류 몸통 또는 살	갑각류 몸통 또는 살	갑각류 생식소	기타 내장	기타 생식소	비고
젓	소금	가자미젓 갈치젓 갈치새끼젓 고노리젓 까나리젓 강달이젓 고등어젓 꽁치젓 숭어새끼젓 눈탱이젓 돌치젓 명태젓 돼미젓 등피리젓 디포리젓 매깨젓 고등어새끼젓 멸치젓 박대젓 반지젓 밴댕이젓 전어젓 준치젓 병어젓 수느레젓 볼락어젓 실치젓 신대젓 아까모찌젓 아그대젓 웅어젓 전갱이새끼젓 자돔젓 열치젓 장대젓 잡젓 조기새끼젓 정어리젓 호수가재미젓 조기젓 황석어젓	민어아가미젓 아가미젓 조기아가미젓 명태아가미젓 돔배젓 대구아가미젓 갈치내장젓 갈치창젓 창란젓 전어내장젓 뱀장어창젓 조기창젓	**대구알젓** **대구이리젓** **명란젓** **연어알젓** **고등어알젓** **장대알젓** **조기알젓** **복어알젓**	조개젓 바지락젓 동죽젓 모시조개젓 맛젓 토애젓 아사리젓 굴젓 소라젓 오분재기젓	게웃젓	낙지젓 꼴뚜기젓 오징어젓 우스레젓 한치젓 호디기젓	새우젓 곤쟁이젓 중하젓 오젓 육젓 추젓 세하젓 자젓 백하젓 부새우젓 토하젓 피앵이젓	게알젓 화란젓	해삼 창자젓	성게젓	
	소금+고춧가루+(향신료)	대구젓 명태젓 멸치젓 뱅어젓 눈치젓 갈치젓 도루묵젓 볼락어젓	대구아가미젓	**명란젓**	**어리굴젓**		오징어젓	농발게젓 토하젓 방게젓				
	소금+익힌곡류							토하젓				
	소금+고춧가루+곡류				**어리굴젓**			토하젓				
	소금+메주가루	갈치젓 고노리젓 등피리젓 조기젓							게알젓			**게알젓은 어류로 담그는젓과 함께담금**
	소금+누룩가루 콩가루	잡젓 황석어젓										
	간장+(향신료)							**바닷게젓** **갈게젓** **능갱이젓** **황발이젓** **사시랭이젓** **벌떡게젓** **박하지젓** **썰게젓** **썰게미젓** **게젓** **청게젓** **갯가게젓** **꽃게젓** **방게젓** **참게젓** **화란게젓** **돌게젓** **털게젓**				
	젓	명태젓						**돌게젓** **벌떡게젓**				
	소금물							**꽃게젓** **참게젓**				

표 2. 식해의 주재료별 담금법

분류	담금법 \ 부위별 \ 주재료	어류			부족류및복족류		두족류	갑각류		기타		비고
		몸통 또는살	내장	생식소	몸통 또는살	내장	몸통 또는살	몸통 또는살	생식소	내장	생식소	
식해	쌀밥+소금 +엿기름	우럭식해 도다리식해 가자미식해 마른오징어식해										충무시·포항시
	쌀밥+소금 +엿기름+ 밀가루	쥐치식해 돌가자미식해 우럭식해										영일군 흥해읍
	쌀밥+소금 +고춧가루 +엿기름	조기식해 전어식해 가자미식해 복어식해 회때식해					마른 오징어식해					진주시 함안군 함안읍 청도군 청도읍 영덕군 영덕읍
	조밥+소금+ 고춧가루+ 향신료	갈치식해 가자미식해 명태식해										함흥
	쌀밥+소금+ 고춧가루+ 엿기름+향신료	가자미식해 도루묵식해 명태새끼식해 명태식해 회때식해										창원시 명주군 주문진읍 밀양군 청도면 울주군 강동면
	조밥+소금+ 고춧가루+엿기름 +무우채+향신료	고기식해 명태식해 가자미식해	명태 아가미식해									강릉시
	조밥+소금+ 고춧가루+ 무우채+향신료	가자미식해 도루묵식해 회때식해 대구식해 갈치식해 명태식해										청진, 북청군 북청읍, 나진, 경흥군 경흥읍, 성진시, 회령군 회령읍 학성군 학성면, 영흥군 영흥읍, 갑산군 회린면
	쌀밥+소금+ 밀가루+고춧가루 +엿기름(설탕) +(향신료)	쥐치식해 갈치식해 우럭식해 돌가자미식해 전갱이새끼식해					오징어 (밥) 식해					영일군 흥해읍
	쌀밥+소금+ 고춧가루+ 무우채+향신료 +엿기름(설탕)	명태식해 가자미식해 도루묵식해 회때식해 홀때기식해 깍저구식해 도다리식해 갈치식해 조기식해					한치식해					삼척군 삼척읍, 동해시 강릉시 경주시 포항시
	찹쌀+소금+ 고춧가루+향신료	조기식해			찹쌀식해		오징어식해 마른 〃					영흥군 영흥읍, 경주시
	소금+무우채+ 고춧가루+향신료						문어식해					나진시, 강릉
	찹쌀+소금+ 고춧가루+ 엿기름+향신료	갈치식해 짠갈치식해					오징어식해 마른 오징어식해					청도군 풍각면, 밀양군 청도면
	찰밥+소금+ 고춧가루+엿기름 +무우채+향신료	갈치식해 마른명태식해 명태식해			고동식해		마른 오징어식해					월성군 감포읍
	밀가루죽+소금+ 고춧가루+ 엿기름+(무우채) +향신료		명태아가미 식해 명태창자식해	명란식해			오징어식해					울진군 북면

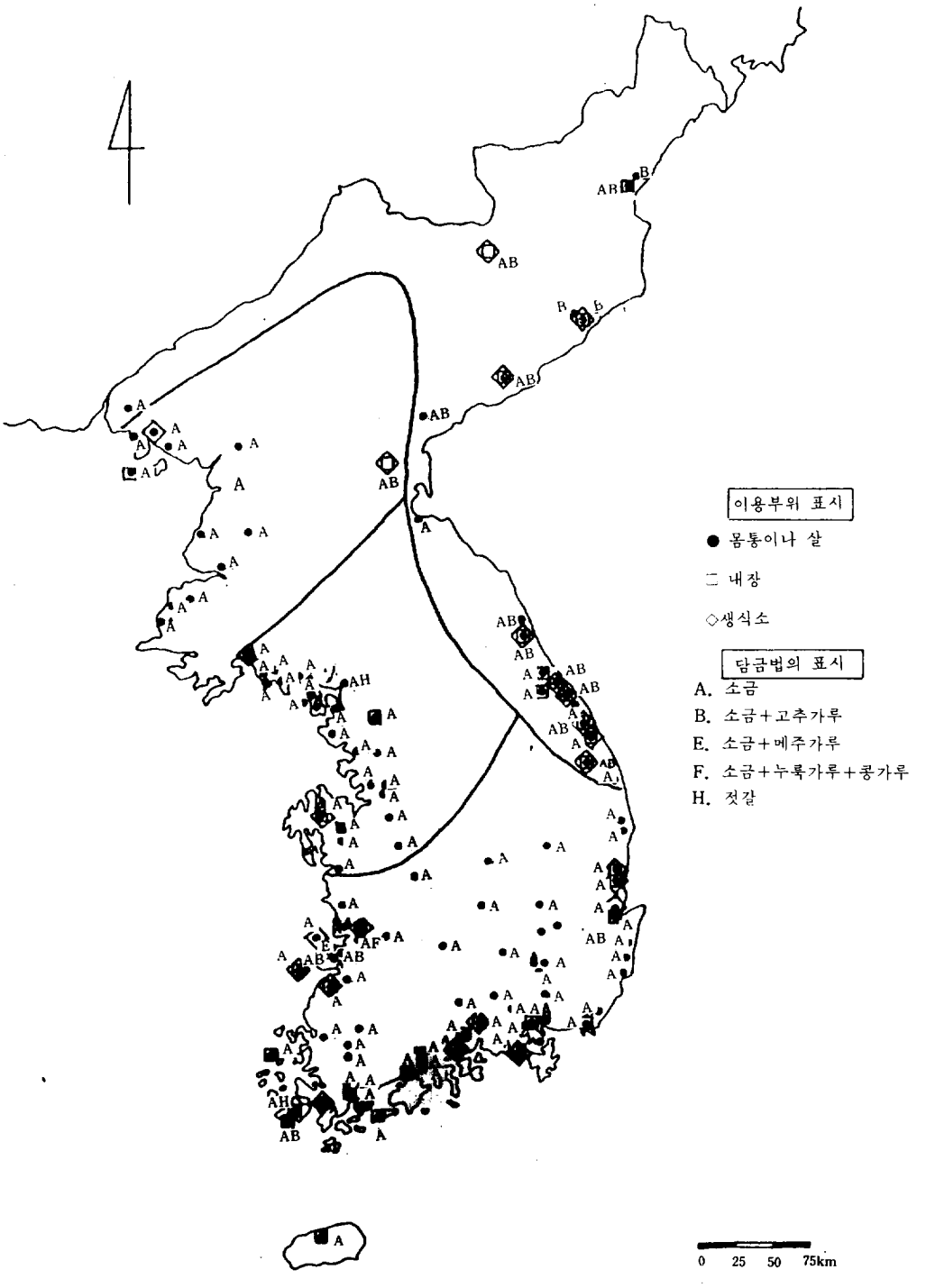

그림 1. 어류로 담근 젓의 지역분포

기온이다. 젓갈은 발효식품이므로 숙성 중의 온도에 따라 발효도가 크게 영향을 받고 있는 반면, 밀봉저장하므로 바람과 강수 등의 기후요소는 별 영향을 주지 않는다.

멸치젓·눈치젓의 경우 같은 남부지역중에서도 남해안 지역은 연 1회(음력 3~5월)담그는 반면, 동해안 지역에서는 연 2회(음력 4월과 7~8)를 담그는데 일찍 담근 것은 응달에서 숙성시키고 늦게 담근 것은 따뜻한 곳에서 숙성시켜야 적당히 발효되어 비린내가 없고, 좋은 맛으로 삭을 수 있다고 한다. 그 배경은 전적으로 기후요인에 순응한 것이다. 또한 연 2회를 담그는 까닭은 이곳이 연 2회에 걸쳐 멸치가 어획되기 때문이다. 즉 멸치는 난수성 어족인데 동해안은 난류가 봄철에 북상하였다가 가을이면 다시 회유함으로 이에따라 멸치 어획기가 연 2회가 된다. 이같이 젓갈 담금법의 관행은 재료와 기후요인이 크게 반영되고 있다.

멸치젓은 일반적으로 소금에만 담그나 특히 함흥과 북청에서는 멸치젓을 담글때 고추가루를 가미하며 멸치와 같은 어족인 눈치젓도 고추가루를 혼입한다. 고추가루는 발효를 촉진시키는 작용이 있으므로 젓갈 담글 때 고추가루를 혼입하는 까닭은 발효를 촉진시키기 위한 것과 낮은 기온에서 숙성된 젓의 비린내를 막기 위한 것으로 생각할 수 있다.

한편, 멸치류의 젓중 고추가루 혼입 지역인 함흥은 연평균기온이[2] 9.1℃, 북청은 9.8℃이며, 고추가루를 혼입하지 않는 고장인 경주는 연평균기온이 13.3℃, 영덕은 13.2℃로서 양 지역의 연평균기온차는 3.4~4.2℃이므로 고추가루 혼입의 배경이 기온에 의한 것임을 알 수 있다.

또한 관북지방의 수메젓·대구젓·명란젓 등을 담글때 고추가루를 넣는 것도 발효를 촉진시키기 위한 것으로 생각되며, 이러한 젓이 대부분 밥반찬으로 쓰이는 것은 매운 맛이 식욕을 촉신시키기 때문으로 보인다. 이처럼 담금법도 용도별 한 요소가 되고 있다.

또 전남 진도군 임회면에서는 젓갈을 담글때 먼저 소량의 소금으로 생선을 절여 하룻밤 지난 다음 그 물을 딸아버리고 소금을 많이 넣어 젓을 담근다. 이것은 젓갈의 염도를 높이는 방법으로 높은 기온에서 젓갈을 장기간 보존할 수 있는 방법이다.

(2) 부족류 및 복족류로 담근 젓

부족류 및 복족류로 담근 젓의 지역분포는 그림 2와 같다.

중부지방에서는 어리굴젓을 담그는데 소금과 고추가루 또는 통고추를 불려간 것으로 담그는 것이 일반적이고, 소금과 고추가루 외에 찹쌀풀이나 찹쌀죽 등을 섞어 담그는 예는 극히 드물었다.

부족류 및 복족류의 젓은 소금에만 담그는 것이 가장 많았다. 소금에만 절이는 부족류의 젓 중 전남 해남군 해남읍의 굴젓은 특수한 것으로 굴을 바닷물(이때 바닷물이 아니면 굴이 녹아 못쓰게 된다고 한다)에 대강 씻어 소금을 뿌려 하룻밤 재웠다가 걸죽한 물을 받쳐 버리고 소금을 다시 넣어 버무려 양지에서 1년간 숙성시키면 오돌오돌해지고, 해가 묵을수록 고약같이 된다고 한다.

(3) 두족류로 담근 젓

두족류로 담근 젓의 지역분포는 그림 3과 같다. 두족류는 대부분 소금에 절여 담그나 경북의 일부 지방에서는 오징어젓을 소금과 고추가루로 담그기도 하는데 이것은 단기숙성에 한한다. 이때 무우를 얇게 썰어 섞기도 한다. 이것은 함경북도 나진의 문어식해 담금법과 동일한 방법이다.

(4) 갑각류로 담근 젓

갑각류로 담근 젓의 지역분포는 그림 4와 같다.

갑각류로 담근 젓중 게젓은 ① 소금물에 담근 것, ② 간장에 담근 것, ③ 젓갈에 담근 것, ④ 소금과 메주가루로 담근 것, ⑤ 소금과 고추가루로 담근 것등 5가지였다. 새우젓은 ① 소금으로 담근 것, ② 소금과 익힌 곡류로 담근 것, ③ 소금과 고추가루로 담근 것, ④ 소금·고추가루·곡류로 담근 것 등 4가지 였다. 갯가재는 간장에 담그는 것 1가지 뿐이었다.

관서해안지방에서는 게젓을 소금물에 담그고 중부와 남부지방에서는 거의 간장에 담근다. 관서지방의 게젓은 게종류중에서도 맛이 있는 꽃게와 참게로 담그므로 소금물에 담가도 맛이 좋다고 한다. 관서지방은 겨울에 바다가 얼어 고기잡이가 불가능하므로 가을에 담근 게젓은 다음해의 봄까

2) 安承堯, 김치제조에 관한 연구(제1보), 국립공업연구소 연구보고 제20집, 1970, p. 68.
3) 金光植 外 14人, 한국의 기후, 一志社, 1977, pp. 322~324.

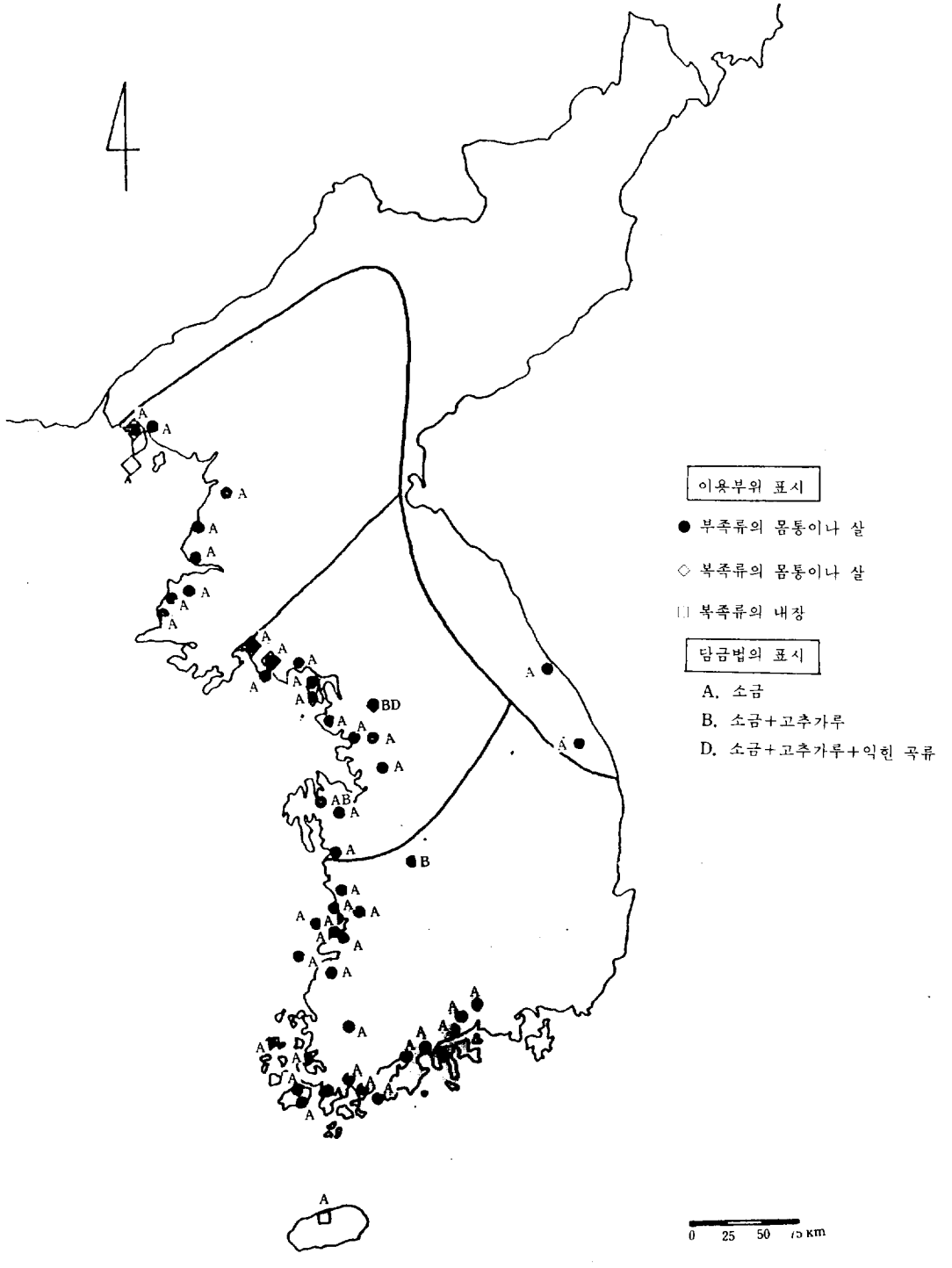

그림 2. 부족류 및 복족류로 담근 젓의 지역분포

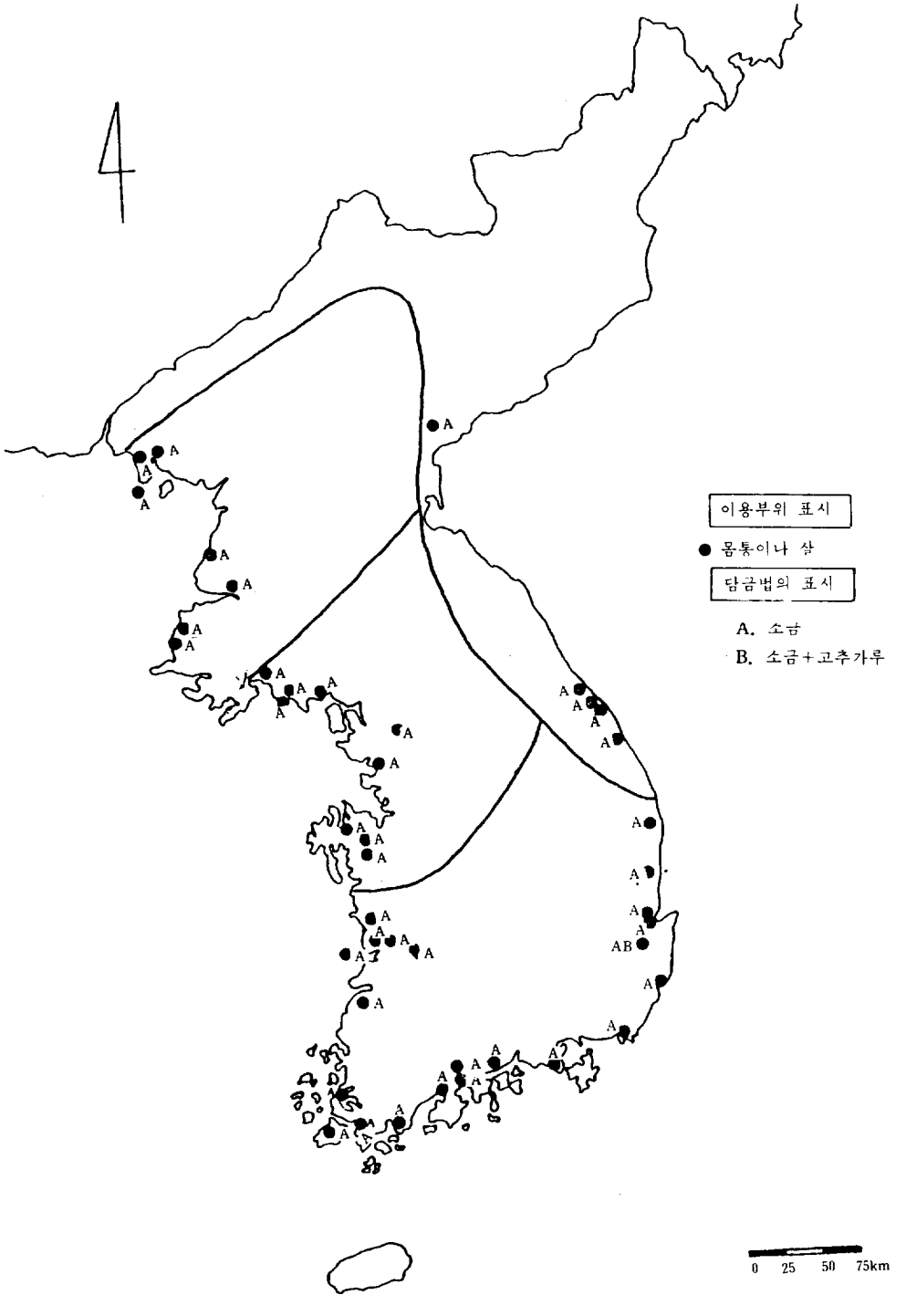

그림 3. 두족류로 담근 젓의 지역분포

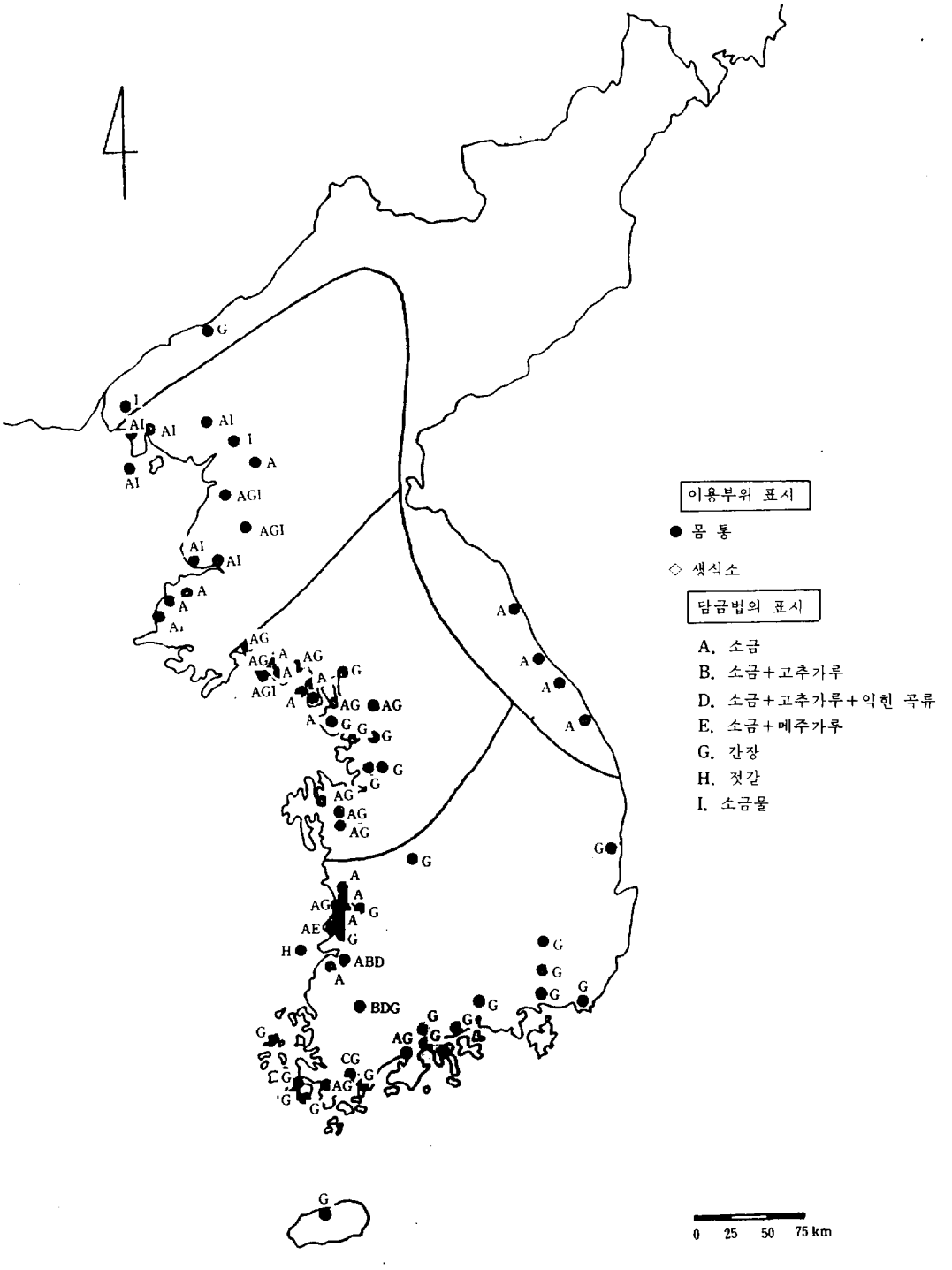

그림 4. 갑각류로 담근 젓의 지역분포

지 이용하도록 저장성을 높이기 위하여 간장에 담그는 것보다 소금물에 담그는 법이 관례화되어 있었다. 또 소금물에 담그면 오래 저장해도 게젓의 색이 변하지 않아서 좋다고 한다.

전북 고창군 신림면의 황발이젓(농발게젓)과 방게젓은 농발게와 방게 등이 별로 맛이 없는 까닭에 게를 갈아서 고추가루와 소금을 넣어 담근다.

전북 부안군 위도의 게젓은 폭 삭은 갈치창젓을 끓여 받친 젓국에 담근다. 위도는 섬이라서 대부분의 주민이 어업에 종사하기 때문에 콩간장보다 액체 젓갈을 이용하는 편이 시간과 노력을 절약하는 방법이므로 갈치창젓이 간장대용으로 쓰인다.

전북 부안군 행안면의 게알젓은 꽃게의 알과 등피리(딘팽이)·조기·갈치·고노리 등을 함께 소금과 메주가루를 섞어서 담그는 혼합젓이다.

게젓은 소금물·간장 등 액체에 담그므로 반드시 끓여 식혀 붓기를 몇번 반복해야 하며, 간장에 담글 때는 간장에 생강이나 마늘을 섞어 넣는 지방이 많다.

경남 진주에서는 참게에 간장을 부어 3~4일간 절인 다음, 게의 딱지를 떼고 그 안에 마늘채·생강채·밤채·실고추·실깨(거피한 통깨)를 넣고 딱지를 덮은 다음 실로 동여 다시 간장에 담가 그 간장을 끓여서 식힌 후에 붓기를 3번쯤 반복하는 특미 게장도 있다. 또 경남 창원에서는 게장에 쇠고기를 넣고 끓여서 식혀 붓기도 한다.

전남 강진군 강진읍의 한 가정에서는 게에 소금을 약간 뿌렸다가 장을 부은 후 딸아서 쇠고기를 다져서 함께 끓인 후 식혀서 붓고, 먹을 때는 참기름·고추가루·마늘·생강을 넣어 양념한다.

새우류로 담그는 젓 중 바다새우젓은 소금만으로 담그고, 민물새우젓은 ① 소금, ② 소금과 익힌 곡류, ③ 소금과 고추가루, ④ 소금·고추가루·곡류 등 4가지로 담근다.

전남 강진군 강진읍의 장기저장용 토하젓(민물새우젓)은 소금을 많이 넣어 담그는데, 짠 맛을 줄이기 위해 쌀가루나 찹쌀가루로 만든 경단을 토하젓 항아리에 넣어 둔다. 토하젓을 속성으로 익히려면 밥·고추가루·토하를 함께 갈아서 소금으로 담그거나 토하를 그대로 고추가루와 소금에 버무려서 또는 소금·고추가루·죽을 섞어 담그기도 한다. 전남 강진에서는 전에는 토하젓을 생쌀·생강·마늘·고추를 갈아 넣고 담갔으나, 요즈음은 생쌀을 넣고 담그는 가정이 거의 없다. 토하젓을 장기 보존하려면 소금에만 담가서, 먹을 때 양념을 한다.

갯가재젓은 경기도 시흥군 군자면 도일 마을에서 담그며 간장에 담근다.

(5) 해삼류 및 성게류로 담근 젓

해삼창자젓은 경남 충무시와 전남 여수시에서 소금으로 담그고, 성게젓은 제주도에서 소금으로 담그며, 이들 젓은 소금의 양을 다른 젓보다 적게 넣어 담근다.

2) 식 해

식해 담금법의 지역분포는 그림 5와 같이 우리나라의 동부에서만 담근다. 동부에서만 식해를 담그게 된 이유 중의 하나를 우리나라 해역에서 산출되는 어류의 분포에서 찾을 수 있다. 즉 서해는 수심이 얕고 북서계절풍의 영향을 받아 겨울철에는 고기를 잡을 수 없고 어류도 난수성 어족은 머물 수가 없다. 그래서 어류를 장기 보존해 둘 필요성에 따라 서해안에서는 장기 저장 젓갈이 발달한 것으로 보인다. 반면에 동해는 바다가 깊고 한류인 리만해류의 지류인 북한해류가 여름에는 **水源端**이 남으로는 별로 내려가지 않으나, 겨울에는 그 세력이 발전하여 영일만까지 달하고 그 이남에는 난류의 하층으로 **潛流**하므로 동해안에서는 한수성어족을 사시사철 잡을 수가 있다. 따라서 어류를 장기간 보존해 둘 필요성이 적어서 젓보다 보존기간이 짧은 식해발달의 한 요인이 된다고 할 수 있다.

또 다른 이유는 소금의 생산량에서 찾을 수 있다. 젓은 대량의 소금으로 담그는데 비해 식해는 소량의 소금으로 담근다.[4] 우리나라 동해안은 소금의 생산량이 적다. 염전의 조건[5]은 부근에 높은 산이 없고 통풍이 잘 되며 하천에 인접하지 않는 곳이 이상적이며 기후상으로는 청천일수와 증발량이 많은 곳이어야 한다. 서해안은 이러한 조건외에 넓은 간석지와 **粘土** 40%, **微土** 60%가 배합된 토양이 도처에 많고 바다가 얕고 **潮差**가 커서 밀물 때에 바닷물을 염전에 끌어들이기 쉬운 조건을 갖

4) 李盛雨, 韓國食品文化史, 教文社, 1984, p. 33.
5) 權寧植, 外 14人, 地理, 傳英社, 1977, p. 219~220.

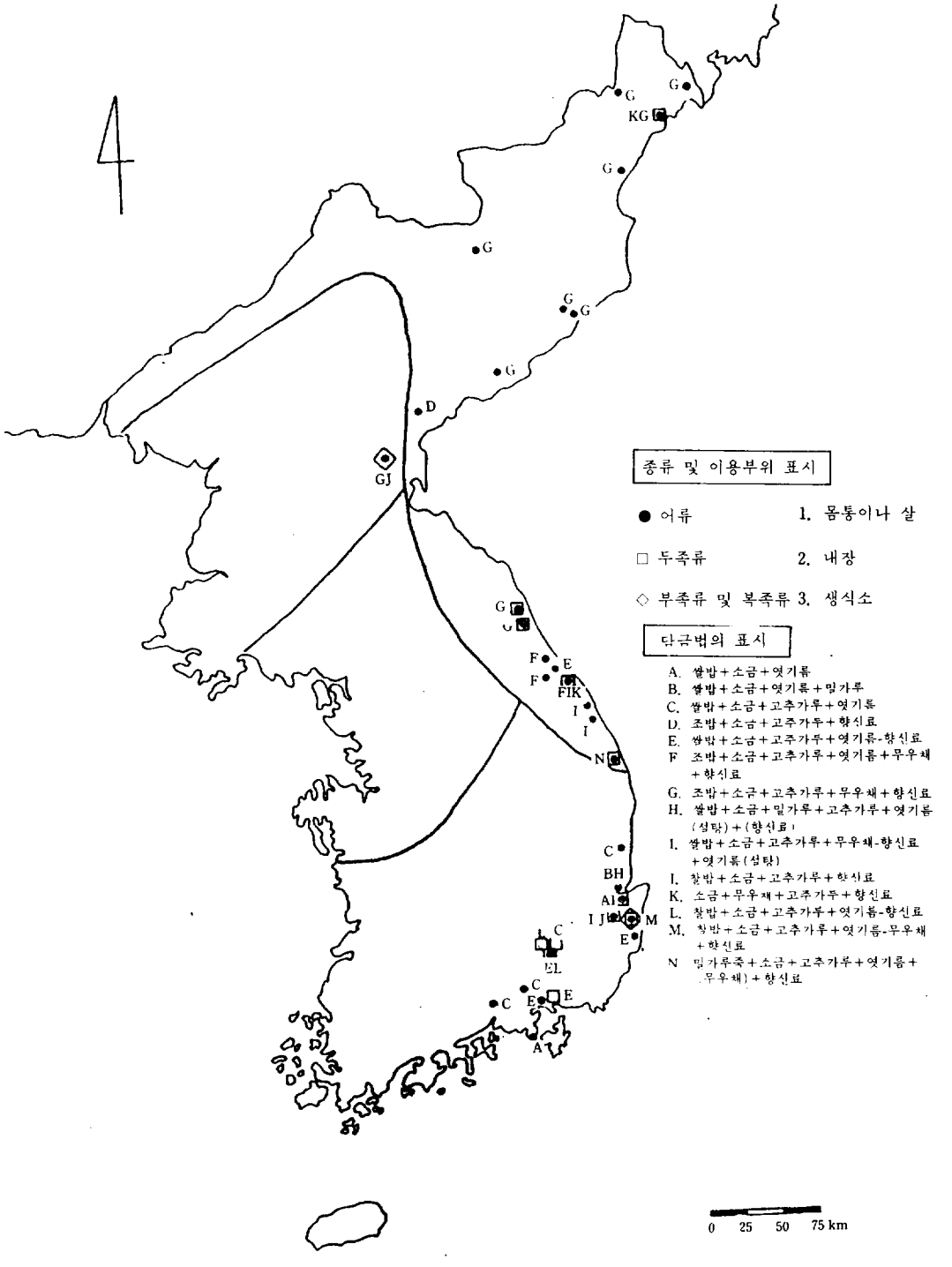
종류 및 이용부위 표시
● 어류 1. 몸통이나 살
□ 두족류 2. 내장
◇ 부족류 및 복족류 3. 생식소
담금법의 표시
A. 쌀밥+소금+엿기름
B. 쌀밥+소금+엿기름+밀가루
C. 쌀밥+소금+고추가루+엿기름
D. 조밥+소금+고추가루+향신료
E. 쌀밥+소금+고추가루+엿기름-향신료
F 조밥+소금+고추가루+엿기름+무우채+향신료
G. 조밥+소금+고추가루+무우채+향신료
H. 쌀밥+소금+밀가루+고추가루+엿기름(설탕)+(향신료)
I. 쌀밥+소금+고추가루+무우채-향신료+엿기름(설탕)
J. 찹밥+소금+고추가루+향신료
K. 소금+무우채+고추가루+향신료
L. 찹밥+소금+고추가루+엿기름-향신료
M. 찹밥+소금+고추가루+엿기름-무우채+향신료
N 밀가루죽+소금+고추가루+엿기름+(무우채)+향신료
0 25 50 75 km

그림 5. 식해의 지역분포

추었으므로 우리나라 염전은 서해안에 집중되어 있다. 따라서 서해안의 젓 발달과 동해안의 식해 발달은 소금생산량과도 관계가 있다고 할 수 있다.

식해의 담금법 중 엿기름·무우채 등의 첨가 여부와 첨가하는 곡물의 종류와 양은 지역적인 특성이 있으나 고추가루의 첨가 여부는 지역적인 특성보다는 용도에 따라 달라지며, 밥반찬과 술안주·잔치음식으로 쓰일 때는 식해를 담그는 모든 지역에서 고추가루를 넣어 담그나 제찬용에는 고추가루를 쓰지 않는다. 제찬용 식해를 담그는 지역은 남부지방이다.

식해 담글 때 엿기름 또는 설탕을 첨가하는 지역은 북부관북지방이다. 경북 경주에서는 요즈음도 엿기름을 넣지 않고 식해를 담그는 가정이 있으며, 포항에서는 12~13년 전까지도 엿기름이나 설탕을 넣지 않았으나 요즈음은 대부분 넣는다고 한다.

관북지방에서는 대부분 무우채를 넣어서 담그며 남부지방에서는 무우채를 넣지 않고 담그는 곳이 더 많다. 생선이 흔하지 않는 곳에서는 무우채를 넣어 담근다고 하는데 산출어류의 분포로 보아 타당하다고 생각된다.

그 밖에 첨가하는 곡류에 따라 식해 담금법이 달라진다. 첨가하는 곡류의 종류는 조밥·쌀밥·찰밥·보리밥·밀가루죽 등이며 그 지역에서 생산이 많이 되는 곡류를 사용한다.

관북지방 중에서 강원도 강릉 이북에서는 조밥을 넣으며 삼척에서는 조밥이나 보리밥이나 쌀밥을 넣고, 남부지방 중에서 경상북도와 경상남도와 남해안 지역에서는 쌀밥을 넣고 경상남도의 내륙과 동해안 지방에서는 찰밥을 넣는다. 그 외에 함경남도 영흥군 영흥읍의 찹쌀식해는 대합조개의 살에 찰밥을 넣고 담근다. 경북 울진군 북면에서는 밥 대신에 밀가루죽을 소량 넣기도 하고 전혀 넣지 않기도 한다.

함경북도 나진시에서 담그는 문어식해는 익힌 곡류를 넣지 않고 무우채·고추가루·소금만으로 담그며, 강원도 강릉에서는 무우채에다 생선을 넣고 양념해서 버무려 먹는 것도 식해라고 한다. 또 경상북도의 해안지방에서는 젓을 식해라고 하여 명란젓을 명태알식해라고 하고 멸치젓을 식해라고 부르기도 하였다. 그러므로 식해를 표현할 때는 밥식해 또는 밥젓갈이라고 해야 한다. 이상과 같은 것을 볼 때 경북 울진군 북면에서 담그는 것은 식해와 젓갈의 중간형태라고 할 수 있다. 울진군 북면에서 담그는 식해 중에서 무우채를 넣지 않고 담그는 것은 명란식해였다. 강원도 동해시에서 담그는 식해 중에서 멧식해(멸치식해)는 밥과 무우채를 넣지 않고 담근다. 그러나 일반 젓과의 차이점은 소금이외에 아주 소량의 엿기름을 넣기도 하며 고추가루·파·마늘다진 것을 넣어 담그는 것이다. 이러한 방법은 함경도의 대구젓·멸치젓·도루묵젓·눈치젓·수메젓·담그는 법과 같은 것이다.

그 외에 경북 영일군 흥해읍에서는 쌀밥·소금·엿기름 외에 생선의 뼈를 연하게 하기 위해서 날밀가루를 조금 넣어 담근다.

식해에 넣는 익힌 곡류의 양은 남부지방이 관북지방보다 많아서 곡류양을 생선의 세배 정도로 넣기도 한다. 남부지방은 기온이 높아 생선이 부패하기 쉬운데, 이러한 사례는 곡류를 많이 넣을수록 어류의 부패억제에 효과가 크다는 이론과 일치한다.[6]

식해에 넣는 향신료로는 마늘이 가장 많이 쓰이고, 그 밖에 파·생강·깨·참기름 등을 넣기도 한다. 경남 울주군 강동면에서는 갈치식해를 만들 때 파·마늘다진 것, 엿기름, 고추가루, 고두밥과 참기름 또는 통깨를 섞어 담그기도 한다.

요 약

발효 원리에 의한 젓갈 담금법은 크게 젓과 식해로 구분된다.

젓은 9가지로 ① 소금, ② 소금·고추가루, ③ 소금·익힌 곡류, ④ 소금·고추가루·곡류, ⑤ 소금·메주가루, ⑥ 소금·누룩가루·콩가루, ⑦ 간장, ⑧ 젓갈, ⑨ 소금물 등에 담그는 것이다.

식해는 14가지로 ① 쌀밥·소금·엿기름, ② 쌀밥·소금·엿기름·밀가루, ③ 쌀밥·소금·고추가루·엿기름, ④ 조밥·소금·고추가루·향신료, ⑤ 쌀밥·

6) 日引重幸, 清水亘, 水產物の 腐敗に 関する 研究(26), Bulletin of the Japanese Society of scientific Fisheries Vol.24 No.11, 1959, p.915.

소금·고추가루·엿기름·향신료, ⑥ 조밥·소금·고추가루·엿기름·무우채·향신료, ⑦ 조밥·소금·고추가루·무우채·향신료, ⑧ 쌀밥·소금·밀가루·고추가루·엿기름(설탕)·(향신료), ⑨ 쌀밥·소금·고추가루·무우채·향신료·엿기름(설탕), ⑩ 찰밥·소금·고추가루·향신료, ⑪ 소금·무우채·고추가루·향신료, ⑫ 찰밥·소금·고추가루·엿기름·향신료, ⑬ 찰밥·소금·고추가루·엿기름·무우채·향신료, ⑭ 밀가루죽·소금·고추가루·엿기름·(무우채)·향신료 등으로 담그는 것이다.

젓 담금법의 지역적 특색은 관서지방에서는 갑각류 중 게를 소금물에 담그는 가정이 많았고, 중부지방에서는 부족류 및 복족류 중 굴을 소금·고추가루, 소금·고추가루·익힌 곡류로 어리굴젓을 담그며 남부지방에서는 갑각류 중 민물새우를 소금, 소금·고추가루, 소금·익힌곡류, 소금·고추가루·익힌 곡류로 담그며, 관북지방에서는 어류를 소금·고추가루로 담그는 것을 알 수 있다.

식해 담금법의 지역적 특색은 우리나라의 동부지역에서 담근다. 이것은 동해에서는 사계절 생선을 잡을 수 있으므로 구태여 오래 보존해 둘 필요가 없기 때문이며, 또한 동해안은 소금 생산량이 적기 때문에 소금이 풍부한 서해안에서는 젓이 발달하고, 소금이 부족한 동해안에서는 식해가 발달하게 된 것임을 알 수 있다.

식해 담금법 중 엿기름을 넣어 담그는 곳은 남부지역이고, 무우채를 넣어 담그는 곳은 관북지역이며, 관북지방보다 남부지방에서는 익힌 곡류의 양을 많이 넣는다. 고추가루는 관북·남부 모두 넣으나, 남부지방에서는 제찬용 식해에는 넣지 않는다. 식해에 넣는 곡류의 종류는 그 지역에서 생산이 많이 되는 곡류를 사용한다.

참고문헌

1. 安東張氏, 음식디미방, 1980.
2. 憑虛閣 李氏, 閨閣叢書, 鄭良婉역주 보진재, 1975.
3. 權寧植외 14人, 地理, 博英社, 1977.
4. 金光植 外 14人, 韓國의 氣候, 一志社, 1973.
5. 金基柱·孔泳, 水產資源學, 太和出版社, 1977.
6. 朴淵禧, 함경도 음식론, 신동아 1월호, 1980.
7. 安承堯, 김치 제조에 관한 연구(제1보), 국립공업연구소 연구보고 제20집, 1970.
8. 尹瑞石, 日本文化의 源流로서의 比較韓國文化, 三省出版社, 1981.
9. 李盛雨, 한국식품문화사, 교문사, 1984.
10. 정경자, 제주 향토음식의 이모저모, 교육제주 48호, 제주도 교육위원회, 1982.
11. 鄭純子, 저장식품의 일년 계획, 여성동아 3월호, 1975.
12. 한국민속종합 보고서, 각 도편, 문화재관리국, 1969~1984.
13. 황혜성, 한국요리 백과사전, 三中堂, 1976.
14. 황혜성, 전통 향토음식조사 보고서, 문화재관리국, 1980.
15. 日引重辛·清水 亘, 水產物の腐敗に関する研究(26)-炭水化物の存在下における腐敗一, Bulletin of the Japanese Society of Scientific Fisheries, Vol.24. No.11, 1959.