

「飲食譜」의 調理에 관한 分析的 考察

金貴榮·李盛雨*

상주농업전문대학 농업가정과

*한양대학교 식품영양학과

(1988年 6月 18日 接受)

Analytical Study on the Cooking in Eum·Sik Bo

Gwi-Young Kim and Sung-Woo Lee*

Dept. of Agricultural Home Economics, Sangju Agri. Junior College

*Dept. of Food and Nutrition, Hanyang University**

(Received June 18, 1988)

Abstract

"Eum Sik Bo," the old cook book in Korean, had been kept on microfilm by Hwang, but the condition of copy was not clear so that interpretation of the content was very difficult. The interpreted content was classified and analyzed.

The kinds of cooking food recorded in this book were alcohol beverage 12, Side dish 12, Dessert 11, etc. The materials used for the cooking foods cereals, meats, fishes, honey, vegetables, etc. — were various and the cooking methods were described in detail. But the unit of measuring and the used utensils were very poor.

The special feature of "Eum Sik Bo" were the fact that red pepper was not used as seasoning and that Nu Ruk was used for Sik He and Ma ji Jub for Nu Ru Mi compared with "Eum Sik Di Mi Bang" and "Zu Bang Moon"

According to these points, "Eum Sik Bo" was supposed to be written contemporary or a little later than "Eum Sik Di Mi Bang(1670's)" and "Zu Bang Moon (the end of 17th Century)."

I. 序 論

옛부터 전해오는 우리나라 음식에는 독특한 맛과 秘法이 있다. 이 음식 만드는 일 또한 여자들의 가장 중요한 일이었다. 그러나 이 調理에 관한 문헌적 자료가 적고, 특히 여자들이 손쉽게 읽을 수 있는 한글로 적혀진 調理書는 귀하다.

「飲食譜」는 「음식디미방」 「酒方文」과 더불어 순한글로 쓰여진 귀한 古調理書이다.

本考에서는 「飲食譜」를 조리학적인 입장에서 분석하고 고찰하여 우리나라 17세기경의 調理의 실체를 알아보고자 한다.

II. 所藏 및 書誌

「飲食譜」는 1969년에 魯錫徑(前民俗村博物館長)이 光州의 洪錫禧에게 빌린 것을 黃慧性이 microfilm에 담아 두었으며, 그 후 원본은 洪氏에게 되돌려 준 후 그 행방을 알 수 없다는 것이다. 뒤 날 溫陽民俗博物館에서 호남지방의 古調理書 1권을 입수하였다고 듣고 있으나 溫陽民俗博物館측에서는 그 책이 입수된 후 행방불명이라고 말하고 있다. 黃慧性이 microfilm에 담아 둔 「飲食譜」가 溫陽民俗博物館에서 입수하였다는 책과 同一本이 아닌가 하는 생각이 든다.

표지에 「飲食譜·五服制 合部」, 「石崖先生夫人(淑夫人)

晋州鄭氏 手筆), 酒隱公夫人(淑夫人 珍原吳氏 手筆)”이라고 적혀 있다. 石崖先生이 누구인지 모르지만 趙萬永이라면 이 책이 1800년대 중엽에 편찬되었다고 하겠으나 실제로 豐壤趙氏의 족보를 조사해 보니 趙萬永의 配는 恩津宋氏로서 晋州鄭氏는 아니니 趙萬永夫人의 手筆本이라고는 볼 수 없다.

그리고 microfilm을 통하여 추적해 보니 책의 용지가 너들너들하고 조리내용, 기술용어 등으로 미루어 보아 1600년대 말엽으로 보이는 「酒方文」, 「음식디미방」 등과 비슷한 연대이거나 이보다 조금 늦은 것이 아닌가 추정된다.

가로, 세로의 책 길이가 거의 같고 표지 1枚, 飲食譜 9枚, 五服制 4枚이며, 無罫이고 全한글이다.”

III. 內 容

「飲食譜」의 내용은 술류 12項, 반찬류 12項, 만두와 상화 3項, 병과류 8項이고 내용 해독이 전혀 불가능한 상태로 제목만 알 수 있는 것이 1項(자점법)이 있어 총 36項으로 되어 있다.

1. 술류

- 1) 청명주법 2) 진향주방문 3) 단점주방문 4) 오병주법 5) 소국주방문 6) 두강주법 7) 백병주 바빠 빛는 법 8) 칠일주 9) 백하주 10) 매화주 11) 삼해주법 12) 과하주

2. 반찬류

- 1) 식해(食鹽)
 - (1) 삼일식해법 1 (2) 삼일식해법 2
- 2) 구이(炙)
 - (1) 난적법
- 3) 느르미(造泡)
 - (1) 석화느르미 (2) 쇠고기느르미 (3) 동화느르미
- 4) 찜(蒸)
 - (1) 가지찜법
- 5) 채(菜)
 - (1) 잡채법
- 6) 자반(佐飯)
 - (1) 산삼자반법
- 7) 김치(沈菜)
 - (1) 가지약지히법 (2) 동침이법 (3) 침강법

3. 만두와 상화

- (1) 점전편법 (2) 쇼범벅 (3) 교의상화법

4. 병과류

- 1) 떡(餅)
 - (1) 귀증편법 (2) 잡과병 (3) 모피편법 (4) 모밀편법 (5) 유화전법
- 2) 정과(正菓)
 - (1) 생강정과법 (2) 동화정과법 (3) 모과정과법

IV. 調理學의 分析 및 考察

1. 술류

「飲食譜」에 나타난 술은 총 12項으로 양조방법별로 분류하면 대부분이 藥酒로서 밀술(酒母)을 만든 후 1차 덧술하는 二釀酒인 常用藥酒는 청명주, 진향주, 단점주, 오병주, 소국주, 두강주; 백병주, 칠일주, 백화주 등 9項이며, 밀술에 2차 덧술하는 三釀酒인 고급약주는 삼해주, 매화주, 술 빛을 때 소주를 첨가하는 소주도 아니고 약주도 아닌 중간형의 술인 混釀酒로서 과하주 가 기록되고 있다.

표 1에서는 「飲食譜」의 술을 재료, 재료처리법, 가열법, 계량단위, 조리기구, 제조기간, 제조시기별로 분류 분석하였다.

표 1과 같이 술의 재료는 멥쌀과 찰쌀을 가장 많이 쓰고 있고 재료처리법으로는 주로 백세(白洗)하다, 작말(作末)하다 등으로 단순하며 쌀가루로 죽을 쑤거나 끓는 물을 부어 익혀 누룩가루와 섞어 술을 빛는 방법이 가장 많았다(청명주, 진향주, 단점주, 소국주, 두강주, 삼해주, 백병주, 백화주). 구멍뚫을 빛어 삶아 술 담그는 법으로는 매화주가 있으며, 청명주, 오병주, 소국주, 백화주, 삼해주에는 밀가루를 첨가하기도 했다.

주로 사용한 계량단위는 말(斗), 되(升), 홉(合) 등이다. 사용한 조리구구는 항 2회, 체 1회 등으로 아주 빈약하였다.

술의 제조기간은 밀술 만드는 기간과 덧술하여 양조하는 기간을 상세히 명시한 술은 5項이며 그외 7項은 불확실하다.

술의 제조시기는 단점주·과하주는 여름술로 소개된 節期酒이고 매화주와 삼해주는 술 담그는 정확한 날자까지 명시해 놓은 時釀酒이다.

1) 李盛雨: 韓國食經大典, 향문사(1981), p792, 793.
 2) 李盛雨: 韓國食品社會史, 교문사(1984), p242.

표 1. 술의 調理學的 分析

	청명주	진향주	단접주	오병주	소국주	두강주		사용빈도
재 료	멥쌀 참쌀 누룩 밀가루	참쌀(2) 누룩	참쌀(2) 누룩	멥쌀 참쌀 누룩 밀가루	멥쌀(2) 누룩 밀가루	멥쌀 누룩	재 료	멥쌀 14 참쌀 9 누룩 13 밀가루 6 점주 1 소주 1
재료 처리법	백세하다 작말하다 익게개다	백세하다(2) 담그다 건지다	작말하다 범벅지우다 체에거르다	백세하다 쪄다 부비다	백세하다 작말하다 헹구다	백세하다 작말하다	조리가공법	백세하다 14 작말하다 10 익게이다 2 섞다 2 건지다 1 범벅지우다 1 (체에)거르다 1 쪄다 1 부비다 1 헹구다 1 술다 1 구멍뚫는다 1 섞어넣다 1 담그다 1 술빚다 1 우리다 1 바투다
가열법		죽쭈다 쪄다		쪄다 끓이다 죽쭈다	끓이다 죽쭈다	죽쭈다 쪄다		죽쭈다 5 쪄다 5 끓이다 2 삶다 2
계량단위	말(3) 되 홉(2)	말 되(3)	말 되(2)	말 되(2) 병	말 되(2) 홉	말(2) 되 홉	계량단위	말 21 되 22 홉 8 병 1
조리기구			체		항		조리기구	항 2 고운실베 유지(油紙) 1 동이 1 고운실베 유지(油紙) 1
제조기간		밀술:6일 덧술:5일	덧술:21일	밀술:3일 덧술:4일	밀술:5일 덧술:15일	밀술:3~4일 덧술:20일		
제조시기			여름철					
	백병주	칠일주	백화주	매화주	삼해주	과하주		
재 료	멥쌀 누룩	멥쌀 참쌀 누룩	멥쌀(2) 누룩(2) 밀가루(2)	멥쌀(2) 참쌀 누룩	멥쌀(3) 누룩 밀가루	참쌀 누룩 점주 소주		
조리 가공법	백세하다 작말하다	술다	백세하다 작말하다	백세하다(3) 작말하다(2) 구멍뚫는다 섞어넣다	백세하다(2) 작말하다(2) 익게개다 섞다 술빚다	백세하다 우리다 바투다 섞다	가열법	죽쭈다 5 쪄다 5 끓이다 2 삶다 2
가열법		죽쭈다		삶다(2)	쪄다	쪄다	계량단위	말 21 되 22 홉 8 병 1
계량단위	말(3) 홉	되 홉	말(2) 되(2) 홉(2)	말(2) 되(2)	말(4) 되(4)	말		
조리기구			동이			항 고운실베 유지(油紙)	조리기구	항 2 체 1 동이 1 고운실베 유지(油紙) 1
제조기간				밀술:15일 1차덧술:12일		10일		
제조시기				밀술:12월 21일(윤력) 1차덧술:1 월5일, 2차 덧술:1월12	정월첫해일 (亥日)에밀 술담그고 둘째, 세째 亥日에 1차 2차덧술	여름철		

각 술 담그는 법에 나타난 調理上의 特異點을 살펴보면 다음과 같다.

① 청명주: 멥쌀가루를 익게 개어 누룩가루·밀가루 섞어 밀술하고 찹쌀 찌서 덧술하는 二釀酒이다. 「星湖僖說(성호사설)」에서는 청명주를 춘분부터 15일째 되는 청명일에 빚는 계절적인 술이라고 하였다.³⁾ 「음식보」에서는 청명일을 명시하지 않았으나 술이름으로 보아 청명일에 담그는 술이라고 추측할 수 있다.

② 진항주: 밀술, 덧술 모두 찹쌀만 사용하는 순찰쌀약주이다. 「음식디미방」, 「酒方文」, 「규합총서」 등 다른 조리서에서는 볼 수 없는 술이름이다.

③ 단점주: 찹쌀만으로 하는 粘酒로 밀술을 체에 걸러서 덧하며 맛이 비상하다 하였다.

④ 오병주: 멥쌀 1말에 물 다섯병 넣어서 오병주라 한다. 「양주방」에서는 육병주를 소개하는데 제조방법은 오병주와 비슷하다.

⑤ 소국주: 쌀가루로 죽을 쑀어 누룩가루와 밀가루 섞어 밀술 빚는 5일 후 덧술한다. 덧술에는 누룩 쓰지 않는다. 누룩을 적게 쓰고 대신 밀가루를 첨가한다. 忠南 舒川郡 韓山面에 고려시대부터 내려오는 토속주로 韓山小麴酒가 최근 一道一鄕土술 개발 정책에 따라 다시 빛을 보게 되었다.⁴⁾

⑥ 두강주: 「중보산림경제」의 두강주는 旬內酒이면서 二釀酒로 速成酒類로 분류될 수 있으나 「음식보」의 내용은 25일쯤 소요되는 二釀藥酒이다.

⑦ 백병주: 밀술 담그고 덧하는 二釀酒이다. 종이가 낡아 앞부분의 내용이 분명치 않다.

⑧ 칠일주: 단시일내 숙성되는 술을 旬內酒라 한다. 대개 일주일 정도 걸린다. 일반 고급주가 多釀酒인데 비하여 旬內酒는 대부분 單釀酒로서 淸酒型보다는 오히려 濁酒型에 가깝다.⁵⁾ 그런데 「음식디미방」에서도 칠일주를 旬內酒이면서도 二釀酒로 소개되고 있고 「음식보」에서도 二釀速成藥酒로 나타난다.

⑨ 백화주: 술이름으로 보아 여러가지 꽃을 넣어 하는 加香酒같으나 「음식보」의 내용상으로는 단순 二釀藥酒이다.

⑩ 삼해주: 정월 첫째 해일(亥日)에 밀술하고 둘째 해일에 1차 덧술, 셋째 해일에 2차 덧술하는 三釀酒로서 고급약주이며 時釀酒이다.

⑪ 매화주: 술이름과 달리 매화꽃을 이용한 加香酒가 아니고 설달과 정월에 걸쳐 밀술과 2차 덧술하는 三釀酒로 매화꽃 필 무렵에 담그는 時釀酒이다.

⑫ 과히주: 이름 그대로 여름을 날 수 있는 술로서 술미에 소주를 넣어 숙성시킨 單釀酒이다. 오늘날까지 경북 김천에 질 좋은 遇夏酒가 전통민속주로 전해오고 있으나 이것은 고급약주로서 여기서 말하는 과히주와는 다르다.

2. 반찬류

「飲食雜」에 나타난 반찬류는 총 12項으로 표 2와 같이 조리학적으로 분류분석하였다.

표 2에 나타난 것과 같이 반찬류에 사용한 주재료는 곡류, 누룩, 밀가루, 육류, 알류, 물고기, 조개류, 각종 채소, 나물, 버섯, 산삼 등 아주 다양하게 사용한 것을 알 수 있다.

주로 사용한 조미료는 소금, 기름, 간장 등으로 이때 사용한 기름은 어떤 것인지 확실히 나타나 있지 않으나 참기름으로 추정되며 특이한 것은 마지즙이다. 난적, 석화느르미, 잡채 등 조리의 마지막 단계에 마지즙을 치고 고명 없다고 한다. 이 마지즙은 이제까지 밝혀진 古調理書, 「음식디미방」, 「규합총서」, 「酒方文」 등 기타 어떤 調理書에도 나와 있지 않는 조미료이다. 그러면 이 마지즙은 어떤 것인가? 참깨를 한자로 麻脂라고도 한다. 이 참깨를 볶아서 맷돌에 갈면 脂肪이나 걸쭉한 상태로 된다. 즉 참기름을 짜기 전의 단계의 것인 셈이다. 이 마지즙(麻脂汁)을 요리에 끼얹으면 걸쭉한 상태로 고소하고 맛이 한층 더 좋았을 것이다. 이런 방법은 요즘 쓰이지 않고 단지 들깨를 걸쭉하게 갈아서 들깨즙이라 하여 국에 넣기도 하고 쌀과 함께 같이 죽으로 이용하기도 한다.

조리과정에 대하여 썰다·베다 등 칼질법과 우리다·겁질각다 등 준비법, 양념하다·속넣다 등으로 자세히 표현되고 있으며, 가지약지히·가지찜에서 가지에 속을 넣기 위해 칼집을 넣는 것을 삼발나게 헤치다·삼발나게 칼집 넣다로 특이하게 표현하고 있다.

가열법으로는 '삶다', '굽다'가 4회로 가장 많으나 '삶다'라는 내용에는 준비과정을 말한 것이 많다. 즉 삶은 후 양념하여 굽는 방법이 난적법·석화느르미·쇠고기느르미에 소개되고 있으며, 굽는 방법은 느르미와 자반의 주가열법이다.

사용한 조리기구는 특이한 것이 없다. 각 반찬류에 나타난 調理上의 特異點을 살펴보면 다음과 같다.

1) 식해는 삼일식해법 두 가지가 소개되었으나 한 가지는 종이가 낡아서 해독하기 불가능하며, 「酒方文」에

3) 문화재 관리국: 전통 민속주(1985).

4) 李盛雨: 韓國食品社會史, 교문사(1984), p248.

5) 文化財管理局, 傳統民俗酒(1985).

표 2. 반찬류의 調理學的 分析

	식혜	구이	느 르 미			찜	주재료	사 용 빈 도			
	삼일식혜법	난적법	석화느르미	쇠고기느르미	동화느르미	가지찜		달 갈	2	참버섯	2
주재료	소천어	달갈	굴	쇠허파	동화	가지	도라지	2	가 지	2	
	백미밥	오리알	토란	도라지			소천어	1	오리알	1	
	밀가루	참버섯	두부	참버섯			백미밥	1	밀가루	1	
	누룩가루		달갈지단				누 룩	1	굴	1	
							토 란	1	두 부	1	
조미료 향신료	소금	기름	소금			기름	쇠허파	1	동 화	1	
		간장	기름			간장	산 삼	1	무 우	1	
		생강	간장				생 강	1	각색나물	1	
		후추	생강								
		마지즙	천초								
		마지즙				향신료	기 름	6	간 장	6	
						조미료	소 금	4	생 강	3	
조리 가공법	베다	썰다	썰다	썰다	베다	삼발나제	마지즙	3	후 추	2	
	배파다	개다	즙치다	우리다		헤치다	천 초	1	파 초	1	
	비늘겨술이다	섞다		즙치다		즙치다	초	1			
	짚갈다	즙치다		양념하다							
가열법		삶다	굽다	삶다(2)	데치다	찌다	조리 가공법	썰 다	4	즙치다	4
		굽다	삶다	굽다			베 다	2	우리다	2	
조리기구	맑은그릇 유지	종이				그릇 대접	말리다	2	배파다	1	
							비늘겨술이다	1	짚갈다	1	
						개 다	1	섞 다	1		
						양념하다	1	삼발나제	1		
						겉질벗기다	1	헤치다	1		
						양념에재우다	1	삼발나제	1		
						짜 다	1	칼집넣다	1		
						겉질갈다	1	발로밟다	1		
						소금물에 담그다	1	깨끗이 씻다	1		
조리 가공법	썰다	겉질벗기다	삼발나제 칼집넣다	삶다	겉질갈다	깨끗이씻다	가열법	삶 다	4	굽 다	4
		짓두드리다		말리다	깨끗이씻다		데치다	2	찌 다	1	
		우리다 (양념에재우다 (별)에말리다	짜다 숙넣다		소금물에 담그다		달이다	1			
가열법		굽다	데치다				조리 기구	맑은그릇	1	유지(油紙)	1
			달이다				종 이	1	그 룯	1	
조리기구	베주머니 바고리			구유	항아리		대 접	1	베주머니	1	
				질 독			바고리	1	단 지	1	
						구 유	1	짚	1		
						항아리	1	항아리	1		

서와 같이 '식혀'라 표기하고 있다. 전형적인 식혜는 1600년대 말엽의 『酒方文』과 1680년의 『要錄(요록)』에 생선+곡물+소금으로서 나타나며 특히 『酒方文』에서는 보통의 식혜와 또 다른 삼일식혜법으로 생선+곡물+소금에다 빨리 발효시키기 위해 밀가루를 첨가시키고 있다.⁶⁾ 본책 『음식보』에서 삼일식혜법으로 생선+곡물+소금+밀가루에다 다시 누룩을 섞어 더욱 빨리 발효 숙성시키는 발전된 모습을 볼 수 있다.

2) 구이로 난적법(卵炙法)이 소개되는데 달걀과 오리알을 구어서 두부같이 썰어 참버섯 섞어 넣어 기름 간장 발라 잠깐 구어 마지즙(麻脂汁)치고 생강 후추 섞는다.

3) 느르미는 오늘날 중국요리의 溜菜에 해당하는 것으로 찌거나 구운 것에 진한汁을 끈적하게 끼얹은 것이다. 그러면汁으로 무엇을 사용했는가? 1670년경의 『음식디미방』의 가지 느르미를 보면 가지적에 밀가루즙을 뒤섞은 것으로 밀가루즙을 사용했으며, 1600년대 말엽의 『酒方文』의 석화느름, 동화느름에서 '즙한다'고만 표현되었으며 즙의 재료를 명시하지 않았다. 본책 『음식보』에서는 참깨를 갈아 만든 麻脂汁을 사용했다. 이렇게 보면 『음식디미방』→『酒方文』→『음식보』의 연대순으로 밀가루즙을 사용하는 糖醋肉(탕수육)과 같은 느르미가 차츰 사라지고 마지즙을 거쳐 느름적, 전 등 기타의 料理品으로 변해 갔다고 볼 수 있다.⁷⁾

4) 찜: 가지찜법으로 가지속에 양념한 소를 넣어 찌고 즐친다.

5) 채: 잡채법으로 각종 나물 잘고 곱게 썰어 기름 간장에 볶아 오색꾸미 놓아 마지즙 쳐서 쓴다.

6) 자반: 산삼 자반법이라 하여 산삼이나 도라지를 손질하고 물에 우리어서 양념에 하룻밤 재워 두었다가 벌에 말리어 두고 쓸 때 구어 쓴다.

7) 김치: ①가지약지히법-가을 찬이슬을 맞은 가지를 삼발나게 칼집 넣어 물에 데쳐서 물기없이 찢 다음 생강을 썰어 속 넣고 기름, 간장, 달걀 가지 위에 부어 두고 겨울에 쓰는 장아찌의 일종이다. 중국식의 장아찌로 오늘날 남아 있지 않다. ②동침이법-무우에 소금물을 끓여 식혀 부어 땅에 묻어 두었다가 세시(歲時)에 쓰는 것으로 오늘날의 동치미법과 비슷하다. ③침강법-생강을 소금에 절인 후 식초에 절이는 초절이 방법이다.

3. 만두와 상화·병과류

『음식보』에 기록된 만두와 상화는 37項이고 병과류는

87項으로 그 중 모ديل편법은 종이 가 남아서 내용을 알 수 없으며, 그의 10項을 표 3과 같이 調理學的으로 분류 분석하였다.

표 3에서 나타난 것과 같이 만두와 상화에는 밀가루가 주재료로 많이 사용되었고 그의 기름이 많이 쓰였으며 생치(生雉)가 사용되었다. 떡에는 찹쌀 멧쌀 등 곡류와 밤·대추·꽃감·잣 등 견과류와 꿀·더덕·술·쑥·송피 등의 재료가 다양하게 사용되었다. 정과는 생강·동화·모과 등의 주재료와 꿀을 사용하였다. 재료처리법은 작말하다·썰다 등 16종으로 다양한 편이다. 가열법은 찌다·삶다·달이다 등 습열조리법이 많았다. 계량단위와 조리기구는 다른 음식들과 마찬가지로 빈약하였다.

만두와 상화·병과류에 나타난 調理上의 特異點을 살펴보면 다음과 같다.⁸⁾

1) 만두와 상화

①점전편법-밀가루 한되, 메밀가루 5홉, 녹두가루 2홉 섞어 떡 만들어 상화하듯이 하여 만두같이 소를 익혀서 넣어 빚는다고 한다. 여기서 상화와 만두가 같이 쓰인다. 그러면 상화와 만두는 어떤 차이가 있을까? 여기서는 밀가루를 발효시켜 찌낸 것을 상화라고 하고 익힌 소를 넣어 빚어 국물에 삶은 것을 만두라고 하는 것 같다. 후에 만두와 상화가 혼돈되어 오늘날 소를 넣고 찌낸 것도 만두라고 한다.

②소법적-밀가루 반죽하여 찌 소넣어 숯불에 첩 놓고 첩안에 모래 깔고 종이 펴고 그 위에 놓아 노릇하게 굽는 일종의 군만두와 같다.

③교의 상화법-흰 밀가루를 찬물에 반죽하고 생치만두 같이 하여 소넣어 빚는다.

2) 떡

괴증편과 모피편은 찌내는 증병(蒸餅)이며 잡과병은 찹쌀가루를 빚어 삶아내어 고명을 무친 단자류(團子類)이며, 유화전은 이름과 같은 유전병(油煎餅)이 아니고 쌀가루 찌 안반에 밀어 고물 묻히는 도병에 속한다.

①괴증편법-멧쌀 3홉 가루내어 좋은 술 많이 섞어 나흘 동안 발효시킨 후 그 술에 멧쌀 1말 가루로 하여 넣어 유지(油紙)에 싸서 찌다.

②잡과병-좋은 찹쌀가루를 산삼같이 빚어 삶아 꿀에 건져 대추, 건시, 잣, 숙을 등을 잘게 썰어 무친다. 오늘날 이같은 잡과병과 찹쌀가루를 찌서 빚어 고명 무치는 잡과병이 함께 행해지고 있다.

③모피편법-쌀가루에 건시, 대추, 숙을을 가늘게 썰고 생더덕 가늘게 찢어 섞어 찌낸다.

④유화전법-백미 서되 찹쌀 5홉 가루로 만들어 익게

6) 李盛雨: 조선시대 조리서의 분석적 연구, 한국정신문화연구원(1982).

7) 金貴榮·李盛雨: 酒方文의 조리에 관한 분석적 연구, 한국식문화학회지1-4, (1986).

8) 李盛雨: 한국요리문화사, 교문사(1985).

표 3. 만두와 상화·병과류의 調理學的 分析

재 료	떡				만두와상화	재 료	사용빈도							
	귀 증 편 법	잡 과 병	모 피 편 법	유 화 전 법			점 전 편 법	멤 쌀	3	밀 가루	3			
재 료	멤쌀(2) 좋은솔	참쌀 숙 울 대 추 건 시 жат 꿀	멤 쌀 더 덕 жат 건 시 대 추 숙 울	참 쌀 팔 멤 쌀 유 청 쑥 송피(松皮)	밀가루 메밀가루 녹두가루 기 름 생 강 초간장	재 료	멤 쌀	3	밀 가루	3				
							숙 울	2	대 추	2				
건 시	2	жат	2											
기 름	2	생 강	2											
꿀	2	칭 밀	2											
유 청	1	참 쌀	1											
좋은솔	1	더 덕	1											
팔	1	쑥	1											
송피(松皮)	1	메밀가루	1											
녹두가루	1	초간장	1											
생치(生雉)	1	동 화	1											
모 과	1													
조리 가공법	작말하다 범벅개다 빳 다 무치다	썰 다 빳 다 무치다	부비다 작말하다	거피하다 작말하다 반죽하다 안반에밀다	떡만들다 소넣다	조리 가공법	작말하다	3	썰 다	3				
							빳 다	2	반죽하다	2				
소넣다	2	범벅개다	1											
무치다	1	부비다	1											
거피하다	1	안반에밀다	1											
떡만들다	1	행구다	1											
저미다	1	껌질벗기다	1											
뿌려두다	1	손보다	1											
가열법	죽쭈다 썩내다	삶다					가열법	썩 다	2	삶 다	2			
								달이다	2	굽 다	1			
죽쭈다	1													
계량단위	흙			되(2) 흙(1)	되 흙(2)	계량단위		되	5	흙	4			
								사 발	2					
조리기구	유 지 솔			안 반				조리기구	숯 불	2	솔	1		
									안 반	1	찰	1		
중 이	1	모 래	1											
재 료	정 과													
	쇼 범 벽	교의상화법	생 강 정 과	동 화 정 과									모 과 정 과	
재 료	밀가루	밀가루	생 강	동 화	모 과		가열법		썩 다	2	삶 다	2		
	기 름	생 치	칭 밀	꿀	칭 밀				달이다	2	굽 다	1		
조리가공법	소넣다	반죽하다	행구다	껌질까서벗기다	썰 다				계량단위	죽쭈다	1			
	빳 다		저미다	뿌려두다	썰 다	되				5	흙	4		
가열법	썩 다 굽 다		삶 다 달이다	달이다		조리기구				사 발	2			
								숯 불		2	솔	1		
단 위			되(2) 사 발	사 발				계량단위		안 반	1	찰	1	
										중 이	1	모 래	1	
조리기구	숯 불 찰 중 이 모 래		숯 불							조리기구	중 이	1	모 래	1
											모 래	1		

썩 쑥물이나 송피(松皮)조각 지진물 넣고 유청을 가하여 안반에 밀어서 고물 무친다.

3) 정과법

생강, 동화, 모과를 손질하여 삶아서 꿀을 넣고 달인다.

V. 結 論

「飲食譜」는 黃憲性先生이 microfilm에 담아 둔 것을 복원하여 현대어로 해석하고 調理學的으로 分類, 分析하고 考察하였다. 원본의 보관 상태가 아주 나빠서 내

용 해독에 어려움이 많았으며, 쓰여진 음식은 총 36項으로 술류 12項, 반찬류 12項, 만두와 상화 3項, 병과류 8項이며 제목만 알 수 있는 것이 1項으로 다양하다.

음식에 사용된 재료를 볼 때 술에는 곡류와 누룩이 가장 많이 사용되었으며, 반찬류에는 곡류·육류·어류·채소·버섯·산삼 등 아주 다양하였으며, 만두와 상화·병과류의 재료는 곡류와 견과류·꿀·더덕 등 특수 재료가 다양하게 사용되었다.

조리가공법은 아주 자세히 표현하고 있으며, 계량단위와 사용된 조리기구도 아주 빈약하였다.

본 「飲食譜」에 나타난 특징으로는 조미료로 고추를

사용한 흔적이 없으며, '삼일식해법'에서 식해를 「酒方文」에서와 같이 「식혀」라 표기하고 있으며, 「酒方文」에서는 생선+곡물+소금+밀가루를 쓰고 있으나 「飲食譜」에서는 여기다 다시 누룩을 첨가하였다. 느르미에서는 「음식디미방(1670년경)」의 '밀가루즙' 사용, 「酒方文(1600년대 말엽)」의 '즙한다'라는 표현과 본책 「飲食譜」에서는 '마지즙(麻脂汁)을 사용하였다.

이상의 표기법과 내용으로 보아 「飲食譜」는 「음식디미방」 「酒方文」과 거의 동시대 또는 약간 후에 쓰여진 調理書라 추정할 수 있다.