

## 문헌에 기록된 식해(食醢)의 분석적 고찰

이미영·이효지

한양대학교 가정대학

(1988년 11월 14일 접수)

## A Bibliographical Study On the Shikke

Mi-Young Lee, Hyo-Gee Lee

College of Home Economics, Han Yang University

(Received November 14, 1988)

### Abstract

Korean Chöchgal is a kind of salted, fermentive food mainly made of fish in our country.

It has been a suitable side'dish for the diet of rice. It has made use of an accompaniment of wine, seasoning, food of ceremony and a folk remedy. There were various kinds of Chöchgal and various way of for preparation. For a long time it has developed in how to cook and how to eat.

Nowaday, it has lessened to use Chöchgal.

In this thesis, the kinds of Chöchgal and the reference frequency to them, the material, the measuring unit of material, the making terms, and the cooking kitchen utensils are studied out of the 86 books published in Korea from 1200 to 1984.

1. It was classified Chöch, Sikhae, and Öyukchang as how to cook.
2. There were 147 kinds of Chöchgal, 100 kinds of Chöch, 40 kinds of Sikhae and 7 kinds of Öyukchang in our traditional documents.
3. Materials were classified into main material, sub-material, and seasonings. As main materials there were fish, internals of fish, spawn, flesh, salt and soy sauce. As sub-materials there were seasoning, flavor, vegetables and cereals.
4. There were 41 kinds of measuring units. Of them, 17 kinds are for volume, 9 kinds are for quantity, 3 kinds are for length, and 12 kinds are for the rest.
5. There were 52 kinds of cooking kitchen utensils. They used mainly a sieve and pebbles. To store Chochkal a kind of jar, a woodenware and a clay ware were used. To shelter it from the wind, they sealed it with leaves and oiled paper. But few of them are used nowaday.
6. There were 209 kinds of cooking terms. Of them, 35 kinds are for the washing process, 51 kinds are for the preparing process, 38 kinds are for the making process, 25 kinds are for the fermenting process, 24 kinds are for the keeping process, and 36 kinds are for the eating(using) process.

### I. 서 론

우리나라의 젓갈은 주로 수산동물을 소금에 절여 삭힌 발효성 가공식품이다. 젓갈이란 젓과 식해를 통털어

일컫는 말이다. 젓은 어패류 등의 살, 내장, 알을 소금에 약 20%의 농도가 되도록 절여 상온에서 일정기간 보관하여 자체내에 있는 자가분해효소와 미생물에 의한 발효작용으로 생긴 유리아미노산과 핵산분해 산물의 상

승작용으로 인해 특유한 감칠맛을 가지게 되는 가공식품의 하나이다.”

이러한 젓갈은 숙성과정중에 독특한 맛이 생기므로 옛부터 우리나라 사람들이 즐겨 사용해 온 음식으로 삼면이 바다인 지리적 이점과 함께 지방에 따라 계절에 따라 많은 종류의 젓갈들이 우리의 식탁을 꾸며왔다.

우리나라에서의 젓갈의 기원은 정확히 알 길이 없지만 문헌상으로는 ‘三國史記’卷8 神文王 3年(683)에 왕비를 맞이할 때 폐백품목에 醃가 기록되어 있는 것이 처음이다.<sup>2)</sup> 조선시대에는 어업의 발달과 김치에 젓갈을 병용하면서 젓갈의 종류와 사용도 다양해졌다.

식해는 생선, 소금, 쌀을 혼합하여 숙성시킨 것으로 쌀의 전분이 분해되고 유기산이 생성되어 소금과 더불어 생선의 부패를 억제하는 보존법이다.<sup>3)</sup>

식해에 관한 문헌은 조선 초기까지 전혀 찾아볼 수 없다가 조선 중엽부터 고 요리서 속에 나타난다. 1600년대末 ‘酒方文’에서 생선+곡물+소금의 전형적인 식해가 나타나고 1700年代에 ‘灑酒方文’에서는 식해의 생선 대신 牛腓이나 멧돼지 꺾질을 쓰고 후추를 쓴것도 역시 식해라 하였다.<sup>4)</sup>

‘설문해자’에서 ‘鮓는 생선의 또 다른 저장형태인 식해이다’라고 지적하였고 ‘釋名(석명)’에서는 생선을 소금과 쌀로써 빻어 숙성되면 먹는다고 하여 鮓의 모습이 똑똑히 나타나 있다.<sup>5)</sup>

‘山林經濟’<sup>6)</sup>, ‘增補山林經濟’<sup>7)</sup>, ‘林園十六志’<sup>8)</sup>, ‘閩閩叢書’<sup>9)</sup> 등에는 어육장이라 하여 수조육과 어패류를 말장(末醬)과 소금으로 담근 젓갈을 위시하여 여러가지 젓갈 가공법이 수록되어 있다.

이와 같이 젓갈과 식해에 관한 내용은 많은 문헌속에 다양하게 수록되어 있는데 이것은 쌀을 주식으로 하는 우리나라에서 밥반찬으로 젓갈이 적합하였고 술안주, 조미용, 의례용 등에 쓰이고 일부는 민간요법에도 이용되었던 점을 보아 젓갈의 발달과 상품화는 자연스러운 일이라 생각된다.

본 논문에서는 1200년대에서 1984년까지 발행된 문헌을 중심으로 食醃의 종류와 문헌에 기록된 빈도, 식해에 사용된 재료와 조리방법의 변화, 계량단위, 계량용구, 조리용어 등을 고찰함으로써 젓갈문화를 이해하

는데 도움이 되는 자료로 제시하고자 한다.

## II. 식해의 종류와 빈도

1200년대에서 1984년까지 발행된 문헌에 기록된 젓갈의 종류는 모두 149가지였는데 이것을 젓과 식해, 그리고 어육장으로 분류하여 살펴보았다.

식해는 것에 곡물을 첨가하여 숙성시킨 것이며, 어육장은 수조육과 어패류를 말장(末醬)으로 담근 것이다.

### 1. 식해(食醃, 鮓)

문헌에 기록된 식해의 종류와 빈도는 표 1과 같다.

식해가 12회로 가장 많이 기록되었고 연안식해 5회, 죽순자(竹筍鮓) 4회, 생치식해, 이어자(鯉魚鮓), 포순자(蒲筍鮓) 3회, 동태식해, 뱀어식해, 새우식해, 삼일식해, 황어자(黃魚鮓), 황작자(黃雀鮓) 2회, 가자미식해, 곤장이식해, 경구식해, 공어자(貢魚鮓), 광어식해, 효백자(茭白鮓), 낙지식해, 도루묵식해, 마른고기식해, 망호어식해, 인어식해, 명란식해, 문어식해, 멸치식해, 부자(魷鮓), 승어식해, 정자방(鯉鮓方), 산지피식해, 아자(鵝鮓), 엄육자(醃肉鮓), 여항어식해(餘項魚食醃), 우양식해, 육자(肉鮓), 자해파리(鮓海玻璃), 추복식해, 호광자(湖廣鮓), 대합식해, 죽순식해 1회였다.

### 2. 어육장(魚肉醬)

어육장방에 관한 내용은 ‘임원십육지’에만 기록되어 있었다.

사시납육법(四時臘肉法), 납육방(臘肉方), 어장방(魚醬方), 육장방(肉醬方), 주염하방(酒醃蝦方), 어육장방(魚肉醬方), 하월작어자방(夏月作魚鮓方) 1회였다.

문헌에는 ‘민속조사보고서’에 118종, ‘원행음료정리의례’에 62종, ‘시의전서’에 29종 ‘조선무쌍생식요리제법’에 26종, ‘임원십육지’에 30종, ‘오주연문장전산고’, ‘쇄미록’에 18종, ‘선만동물통감’에 19종, ‘중보산림경제’에 19종, ‘세종실록’에 14종, ‘미암일기’에 11종으로 비교적 많은 종류의 젓갈이 기록되어 있었다.

1) 이서래, 한국의 발효식품, 이화여대 출판부, 1986, pp. 324~333.

2) 윤서석, 한국식품사 연구, 신광출판사, 1974, p. 59.

3) 이성우, 한국식품문화사, 교문사, 1984, pp. 133.

4) 이성우, 전계서, p. 137.

5) 이성우, 전계서, pp. 133~134.

6) 홍만선, 산림경제, 영인본, 1715.

7) 유종업, 중보산림경제, 영인본, 1766.

8) 서유구, 임원십육지, 영인본, 1827.

9) 빙허각이씨원저, 정량환 역, 규합총서, 보진제, 1975.





### III. 식해의 재료와 조리법의 변화

#### 1. 식해(食醢, 鮓)

식해에 사용된 재료와 빈도는 (표 2)와 같다.

##### 1) 가자미 식해

가자미에 소금과 곡물을 넣고 양념하여 담근 것이다. '민속조사보고서'에 기록되었는데 가자미, 소금, 메좁쌀, 마늘, 생강, 고추가루를 재료로 하여 담는다. 가자미를 납죽 썰어 소금에 절이고 좁쌀밥에 양념을 섞고, 가자미, 소금, 조밥을 번갈아 꼭꼭 눌러 담아 익힌다고 했다.

##### 2) 곤장이 식해(紫蝦食醢)

'오주연문장전산고'에 기록되어 있다.

##### 3) 경구식해(經久食醢)

경구식해는 '요록'에 기록되어 있다.

재료는 물고기, 소금, 좁쌀, 백미, 후추가루 등이고 물고기에 소금을 좀 짜게 쳐서 2~3일 묵힌 후 깨끗이 씻은 다음에 눌러 물기를 빼고 좁쌀로 죽을 쑀어 고기에 섞어 항아리에 담는다. 익은 후 죽을 털어 버리고 다시 백미로 밥을 지어 섞어 담아 놓으면 색이 변하지 않는데 먹을 때 후추가루를 쳐서 먹으면 맛이 좋다고 하였다.

##### 4) 공어자(貢魚鮓)

'임원십육지'에 기록되었는데 잉어, 술, 소금을 절여 물기를 빼고 생강, 굴피, 후추, 시라, 회향, 누룩, 파, 쌀밥, 소금, 술 등을 같이 항아리에 넣고 봉하여 익힌다.

##### 5) 광어식해(廣魚食醢)

'오주연문장전산고'에 기록되어 있다.

##### 6) 효백자(莢白鮓)

'임원십육지'에 기록되어 있다.

##### 7) 동태식해

'민속조사보고서'에 명태포식해, 명태밥식해, 동태식해가 기록되었는데 동태로 짓을 담글 때에는 곡물을 첨가하여 삭히는 식해법을 이용하였다.

동태를 손질하여 잘게 썬 후 소금에 절였다가 건지고, 밥을 지어 고추가루와 갖은 양념으로 섞고 이것을 함께 버무려 눌러 담는다.

강원도의 명태포 식해에는 엿기름이 재료로 들어가는 것이 특이하고 사용하는 곡물은 밥이나 찰밥, 조밥 중에서 사용하였다.

##### 8) 도루묵 식해

'민속조사보고서'에 기록되었는데 도루묵, 소금, 좁쌀밥 또는 멍쌀밥, 마늘, 생강, 고추가루를 재료로 담는 법이 있었다. 손질한 도루묵을 열간으로 절여 돌로

누른뒤, 좁쌀밥과 양념을 버무린 것을 생선과 한꺼번 번갈아 담아 삭혀 담는다. 익었을 때 윗물이 생기는 것은 떠내는 것이 좋다고 하였다.

##### 9) 마른고기 식해

'민속조사보고서'에 기록되어 있다.

쌀밥, 북어, 소금, 마늘, 생강, 파, 고추가루를 재료로 하고 있다. 쌀밥을 지어 헤쳐서 식으면 토막친 북어에 소금, 마늘, 생강, 파, 고추가루를 넣고 버무려 그릇에 담고 눌러 담는다.

##### 10) 망호어 식해(望湖魚食醢)

'오주연문장전산고'에 기록되었다.

##### 11) 인어식해(鰻魚食醢)

'오주연문장전산고'에 기록되었다.

##### 12) 명란식해(明卵食醢)

'민속조사보고서'에 기록되었는데 명란, 소금, 차좁쌀, 마늘, 파, 생강, 고추가루를 재료로 하고 명란을 깨끗이 씻어 소금간에 약간 절여놓고 차좁쌀을 찌서 물기없이 양지에 바짝 말려서 양념에 버무리고 여기에 다시 명란을 버무리서 만든다고 했다.

##### 13) 문어식해(文魚食醢)

문어식해는 '오주연문장전산고'에 기록되어 있다.

##### 14) 멸치식해

'민속조사보고서'에 기록되었는데 멸치를 말리고 선바를 말려 멸치의 수분함량과 조화를 이루게 하고 갖은 양념을 넣어 버무린 다음 서늘한 곳에 저장하여 둔다고 했다.

##### 15) 뱀어식해(白魚食醢)

뱀어식해는 '쇄미록', '미암일기'에 기록되어 있다.

##### 16) 부자(麩鮓)

부자는 '농정회요'에 기록되어 있다.

##### 17) 승어식해(秀魚食醢)

승어식해는 '미암일기'에 기록되어 있다.

##### 18) 식해(食醢, 諸魚食醢)

'민속조사보고서', '주방문', '진연의괘', '시의전서', '수문사설', '수문잡방'에 기록되었다.

'시의전서', '수문사설'에는 식해(食醢)라 기록되었으나 내용은 식해(食醢)를 잘못 기록한 것이었다.

여기서 식해와 식해가 구분되어야 하는데 식해의 醢는 생선+소금이고, 여기에 밥을 섞어서 이를 결합해서 食醢라 한 것이다. 생선, 소금, 곡물. 엿기름으로 만든 식해에서 생선과 소금을 빼고 곡물, 엿기름에 물을 많이 써서 만든 것이 감주이고 여기에 유자나 석류알을 넣어 산미가 감돌게 한 것을 식해(食醢)라 한다.

'진연의괘'에는 식해라는 이름의 기록이 있고 '수문잡방'에는 어식해법이 기록되었는데 생선의 배를 갈라 내

장을 들어내 소금을 뿌리고 술, 밥, 소금, 밀가루를 혼합한 것을 생선과 함께 담아 발효시켜 사용했다.

식해는 '요록', '재물보', '내외진찬등록', '오주연문장전산고', '쇄미록' 등에도 기록되어 있다.

#### 19) 새우식해(大蝦食醃, 白蝦食醃)

새우식해는 '오주연문장전산고'에 기록되어 있다.

#### 20) 삼일식해(三日食醃)

'주방문'에 기록되어 있다.

재료로 마른고기, 소금, 밀가루, 밥을 사용하고 식해하는 법대로 하되 마른고기(복어)를 알맞게 두드려 썰고 소금과 밀가루를 알맞게 밥에 말아 넣고 유지로 싸서 눌러 두었다가 사흘 후에 쓰며 고기점이 크면 익는 것이 더디다고 했다.

#### 21) 생치식해(生雌食醃)

생치식해는 '쇄미록', '태상지', '미암일기'에 기록되어 있다.

#### 22) 정자방(鯉鮓方)

'임원십육지'에 기록되어 있다.

맛살조개, 소금, 기름, 생강, 굴피, 파, 술, 쌀밥을 재료로 하는데 조개를 소금에 절였다가 씻고 나머지 재료를 함께 버무려 담고 흙으로 밀봉한 뒤 먹는다고 했다.

#### 23) 산저피식해(山猪皮食醃)

산저피식해는 '역주방문'에 기록되었다. 산돼지 껍질, 후추, 소금, 밥, 밀가루 등 5가지를 재료로 하여 산돼지 껍질을 끓는 물에 잠깐 넣었다 꺼내 털을 제거한 뒤 네모지게 썰어 후추가루를 바른 후 소금을 약간 뿌리고 밥을 질게하고 밀가루를 한 움큼 섞어 모두 사기 항아리에 담고 뚜껑을 단단히 싸매어 재 속에 묻고 익은 뒤에 사용했다고 한다.

#### 24) 아자(鵝鮓)

'임원십육지'에 기록되어 있다. 거위의 살코기, 소금, 술을 같이 절였다가 즙을 쏟고 파, 생강, 굴피, 후추, 시라, 미나리, 누룩가루, 술을 넣어 흙으로 밀봉하는데 돼지고기, 양고기도 이와 같이 만들 수 있다고 했다.

#### 25) 잉어자(鯉魚鮓, 鯉鮓)

'임원십육지'에 기록되어 있는데 잉어를 열토막으로 자르고 정향 및 기타 양념을 넣은 후 누룩가루를 섞어 항아리에 담는다고 했다.

잉어젓은 '선만동물통감', '세종실록'에도 기록되어 있다.

#### 26) 엄육자(醃肉鮓)

'학음잡록'에 기록되어 있다.

#### 27) 여항어식해(餘項魚食醃)

'쇄미록'에 기록되어 있다.

#### 28) 연안식해(延安食醃)

연안식해는 조갯살에 밥, 소금, 양념을 섞어 버무려 담는 것이다.

연안식해는 '고대구합총서', '부인필지', '민속조사보고서'에 기록되어 있다.

연안식해는 어느 책에서나 만드는 법이 동일했는데 조갯살은 통을 따고 물기를 꼭 짜고 멍쌀을 고슬고슬하게 지어 펴서 엇기름 가루를 섞고 조갯살과 멍쌀밥에 대추와 잣을 섞고 소금, 참기름을 조금 섞어 담아 꼭 봉한 뒤 익으면 먹는다고 했다.

'부인필지'에서는 소금을 재료에 사용하지 않았고 '고대구합총서'에서는 쌀뜨물에 조개를 씻어서 이용했다.

#### 29) 죽순식해(竹筍食醃)

'중보산림경제'에 기록되었다.

익힌 죽순을 멍쌀, 엇기름가루와 함께 담그는 것을 식해라 하고 보통 식해와 같은 방법으로 담고, 익으면 먹는다고 했다.

#### 30) 우양식해(牛臙食醃)

우양식해는 '역주방문'에 기록되었다.

재료는 소양, 후추가루, 소금, 쌀, 밀가루 등 5가지이며 소양의 껍질을 벗겨 기와쪽과 함께 물에 담갔다 끓는 물에 데쳐서 네모지게 썰고 후추가루와 소금을 뿌린다. 밥을 질게하고 밀가루를 섞어서 모두 항아리에 담고 봉한 후, 재 속에 묻어 익은 뒤 사용한다고 했다.

#### 31) 육자(肉鮓)

육자는 '임원십육지'에 기록되어 있는데 살코기, 소금, 미수가루, 醃肉皮를 재료로 만든다고 했다. 醃肉皮를 끓는 물에 데쳐 가늘게 썰어 다져서 소금과 같이 버무려 대껍질로 싸서 잣불에 3일 묻어 익혀서 먹는다고 했다.

#### 32) 해파리자(海玻璃鮓)

'오주연문장전산고'에 기록되어 있다.

#### 33) 죽순자(竹筍鮓)

'도문대작'에 죽순해로 기록되어 있다.

죽순해는 호남의 이남에서 잘 담그고 맛이 좋다고 했다. 죽순자는 '고사십이집'에도 기록되어 있다.

#### 34) 참새자(黃雀鮓)

'음식디미방', '임원십육지'에 기록되었다.

참새의 내장을 빼고 두드려 피를 빼고 술로 씻은 다음 소금, 기름, 술, 천초, 파 등을 섞어 쪼개 넣어 담아 밀봉해서 익힌다고 했다.

'음식디미방'에서는 술에 씻은 뒤 말려서 이용했고 '임원십육지'에서는 말리지 않은채 이용했다.

#### 35) 추복식해

추복식해는 '다례탈기'에 기록되어 있는데 食醃로 잘못 기록되어 있다.



36) 포순자(蒲筍鮓)

‘고사십이집’, ‘군학회동’에 기록되어 있다.

37) 호광자(湖廣鮓)

‘농정회음’에 기록되어 있다.

38) 황어자

‘세종실록’, ‘쇄미록’에 기록되어 있다.

39) 대합식해(大合食醃)

‘중보산림경제’에 기록되어 있는데 대합식해의 만드는 법은 연안식해와 거의 같다고 기록하고 있다.

40) 낙지식해(絡締食醃)

‘오주연문장전산고’에 기록되어 있다.

2. 어육장(魚肉醬)

어육장에 사용된 재료와 빈도는 (표 3)과 같다.

1) 사시납육법(四時臘肉法)

사시납육법은 ‘임원십육지’에 기록되었는데 동짓달 지린 고기를 사용할 때 취했다. 臘水 각 한사발, 소금을 섞은 즈에 절였다가 먹고 쌀뜨물에 소금을 넣고 끓여 먹는데 臘肉을 술, 식초와 삼으면 고기가 붉고 맛있다고 했다.

2) 납육방(臘肉方)

‘임원십육지’에 기록되었는데 신선한 돼지고기를 썰어 밀을 삶은 물로 데쳤다가 소금과 함께 절인다. 보름 후에 조를 넣어, 이를 후 마즙으로 씻고 말려서 씻은 재와 함께 층층히 넣어 저장하고 사용할 때는 쌀뜨물에서 재를 씻고 끓는 물에 담갔다다 다시 끓여 사용한다고 했다.

3) 어장방(魚醬方)

‘임원십육지’에 기록되어 있다.

생선, 소금, 고추, 회향, 누룩, 간장, 홍국, 술을 재료로 하는데 생선을 잘게 썰어 볶은 소금 그리고 나머지 재료를 한데 넣어 섞어서 항아리에 담아 밀봉한 뒤 10일 후 파를 넣어 먹는다고 했다.

4) 육장방(肉醬方)

‘임원십육지’에 기록되었는데 정육, 진장, 소금, 파, 고추, 회향, 진피, 술을 함께 버무려 항아리에 담아 봉해 10여일 놓았다가 술과 소금을 가해 밀봉한다고 했다.

5) 주엄하방(酒淹蝦方)

‘임원십육지’에 기록되어 있다.

큰 새우의 수염과 꼬리를 제거하고 소금으로 절였다가 말려서 후추와 층층이 항아리에 넣고 소금을 술과 함께 붓고 흠으로 밀봉하여 20일 후 먹는다고 했다.

6) 어육장방(魚肉醬方)

‘임원십육지’에 기록되었다.

항아리를 땅 속에 묻고 쇠고기(노루, 양, 토끼도 가

능), 소내장, 소염통, 빙, 닭, 송어, 광어, 석수어, 진어, 민어, 연어, 방어, 오징어, 전복, 채소 등을 층층이 항아리에 담고 생물을 끓여 소금을 넣고 식혔다가 항아리에 붓는다. 벗겉으로 항아리를 싸고 잘 밀봉하여 흠으로 완전히 묻는다고 했다. 어육은 모두 되고, 계란, 오리알도 넣을 수 있으며 고추, 생강, 두부 등을 넣어 먹으면 더욱 좋다고 했다.

7) 하월작어자방(夏月作魚鮓方)

‘임원십육지’에 기록되었는데 생선, 소금, 점미, 술, 굴피, 생강, 후추를 넣고 항아리에 담는다고 했다. 소금은 조금 양이 많다는 것을 알 수 있었다.

IV. 젓갈에 사용된 계량단위, 조리용구, 조리용어

1. 계량단위

젓갈을 담을 때 사용된 재료의 계량단위는 (표 4)와 같다.

계량단위는 모두 41가지로 용량단위 17가지, 수량단위 9가지, 길이단위 3가지, 기타 12가지가 이용되었다.

용량단위로는 말, 되, 홉, 대접, 공기, 주발, 사발, 냥, 근, 돈, 양동이, 동이, 바가지, 잔, 승, 분, 합 등을 사용했고, 수량단위로는 개, 쪽, 뿔, 단, 마리, 줌, 움큼, 알, 주먹 등이 사용하였다. 길이단위로는 치, 푼, 분이 사용되었으며, 용량, 수량, 길이 관계없이 알맞게, 적당히, 간맞게, 조금, 약간, 조각, 잔뜩, 넉넉히, 덩어리, 토막, 밤톨만치, 소량 등의 어휘로 수나 양을 나타내기도 했다.

2. 조리용구

젓갈을 담을 때 사용된 조리용구는 (표 5)와 같다.

조리용구는 모두 52가지로 맷돌, 숟가락, 단지(항아리, 독), 밥솥, 그물, 오지그릇(질그릇), 채, 채반, 모다발, 면지, 유지, 형겉, 소반, 강판, 베보자기, 돌, 숯, 그릇, 실(줄), 접시, 나무(땃가지), 밭, 돗자리(돗), 널, 짚, 술, 바구니, 덮개, 삼겹질, 칼, 가랑잎(모자반 말린것), 방구리, 병, 뚜껑, 주발뚜껑, 소쿠리, 기와쪽, 죽피, 대사리, 널판지, 도마, 바가지, 멧석, 흠, 재, 대나무, 대껍질, 비, 나무통, 자루, 벗짚, 대야 등이었다.

3. 조리용어

젓갈을 담을 때 사용된 조리용어는 (표 6)과 같다.

① 씻는 과정의 용어 35가지

② 준비 과정의 용어 51가지



표 4. 젓갈에 사용된 재료의 제량단위

구분	번호	제량단위	재 료
용 량 단 위	1	말	굴, 소금, 술, 진장, 멸치, 실치
	2	되	소금, 전지령, 참기름, 물
	3	흙	고추가루
	4	대접	굴
	5	공기	생물채
	6	주발	소금, 굴, 고추가루
	7	사발	게, 간장, 무우청, 멸치젓, 물, 쌀뜨물, 소금, 술
	8	냥	파, 굴피, 생강, 사인(砂仁), 후추, 시라, 참기름, 장, 천초가루, 소금, 누룩, 천초피, 회향, 파인, 팔
	9	근	마유, 누룩가루, 정미, 기름, 게, 초술, 진장, 재강, 소금, 고기, 산육피(酸肉皮) 생선, 파
	10	돈	소금
	11	양동이	물
	12	동이	물, 새우알
	13	바가지	물
	14	잔	술
	15	승	초, 소금, 술
	16	분	재
	17	합	쌀, 밀가루, 소금, 술, 굴피, 생강, 누룩가루
수 량 단 위	18	개	배, 파, 무릇, 고추, 황육, 게, 무우, 대추, 조기
	19	쪽	마늘, 생강, 소고기
	20	뿔	생강
	21	단	조엽
	22	마리	게
	23	줌	갓, 파
	24	움쿰	밀가루
	25	알	통후추
	26	주먹	파
길이 단위	27	치	게, 무청, 움파, 청어
	28	푼	무우, 명란
	29	분	무우
기 타	30	알맞게	고추가루, 물, 생강, 소금, 밀가루, 후추
	31	간맞게	소금
	32	조금	소금, 꿀, 술, 장, 초, 생강, 기름, 고추가루
	33	조각	황육
	34	잔뜩	소금
	35	넉넉히	물
	36	덩어리	쇠고기
	37	소량	미수가루, 감초, 미나리, 후추, 굴피, 시라, 생강
	38	적당히	물, 생강, 밀가루, 소금, 고추가루
	39	약간	술, 장, 초, 생강, 기름, 고추가루, 소금, 꿀
	40	토막	무우, 붉은고추, 복어
41	밤불만치	새우알젓	

표 5. 젓갈에 사용된 조리용구

번호	조리용구	과 정
1	맷돌	갈다
2	술가락	긋다, 뜨다
3	단지(항아리, 독)	담다, 절이다, 붓다, 채우다, 모으다, 놓다, 누른다, 넣다, 업는다, 깔다, 묻다
4	밥솥	찜다, 달인다, 붓다, 끓이다
5	그물	받치다
6	오지그릇(질그릇)	담는다.
7	체	건져서 뺀다, 걸르다, 내린다, 친다, 받치다
8	채반	덜어둔다, 건지다, 놓다, 담다
9	모다발	위에 얹다
10	면지	깔다
11	유지	봉하다, 싸다
12	형질	받친다
13	소반	퍼놓다, 덜다
14	강판	갈다
15	(베)보자기	싼다, 깔다, 쥐어짜다
16	돌	누른다, 지질른다
17	숯	피워 달인다
18	그릇	담다, 받치다, 넣다, 부신다, 대다
19	실(줄)	동여맨다, 꿰다
20	접시	담는다, 받친다
21	나무(덧가지)	가로지르다, 지른다, 버티다
22	발	퍼놓다, 놓다, 널다
23	돛자리(돛)	덜다
24	널	눌러둔다
25	짚	(마게를) 치다, 깔다
26	솔	씻는다, 문지르다
27	바구니	담다, 내린다
28	덜게	덜다
29	삼겹질	싸다
30	칼	긋다, 누르다, 칼집을 내다, 자르다, 다지다, 썰다, 토막치다
31	가랑잎(모자반 말린것)	덜다, 막다
32	방구리	담다
33	병	담는다, 넣다
34	뚜껑	덜다, 싸매다
35	주발뚜껑	대다, 뜨다
37	소쿠리(광주리)	퍼다, 담다, 건지다
36	기와쪽	함께 담그다
38	죽피	덜는다, 막다
39	대사리	(물기를) 뺀다
40	널판지	널다
41	도마	놓다
42	바가지	(넣다) 흔들다, 물을 붓다
43	명석	널다
44	흙	밀봉한다
45	재	함께 넣는다
46	대나무	편다, 덜다
47	대껍질	싼다
48	비	술다
49	나무통	꼭꼭 담다
50	자루	싸다
51	벧짚	싸다
52	대야	덜다

표 6. 짓갈의 조리용어

조리과정	조 리 내 용			
1. 씻는과정	1) 바닷물에 씻는다 5) 세발한다 9) (수분이) 들다 13) 일다 17) 정히 씻는다 21) 씻어 건진다 25) 끼얹어 씻는다 29) 닦는다 33) 마른 행주로 씻는다	2) 끓는 물에 넣는다 6) 말갱게 씻는다 10) 대강 씻는다 14) 적을 고르다 18) 혼들어 씻는다 22) (술로) 씻는다 26) 싹 씻는다 30) 날물로 씻는다 34) 흠어 내린다	3) 쥐어 찐다 7) (물기를) 뺀다 11) 반쳐둔다 15) 간국에 씻는다 19) 주물러 씻는다 23) (술로) 문지른다 27) 손 빨리 씻는다 31) 터지지 않게 씻다 35) 술로 씻는다	4) 백세한다 8) 살짝 행군다 12) 일어 씻는다 16) 눌러서 뺀다 20) (행주로) 싹싹 훑친다 24) (물을) 끼여 버린다 28) 모조리 씻는다 32) 건져 놓는다
2. 준비과정	1) 퍼 놓는다 5) (풀을) 쓴다 9) 얇게 저민다 13) 곱게 간다 17) 자른다 21) 내장을 뺀다 25) 누른다 29) 방정하게 썬다 33) (체에) 내리다 37) 싸늘하게 식히다 41) 두드려 썬다 45) 훑는다 49) 밤이슬을 맞힌다	2) 술술 뿌린다 6) (해감을) 토하게한다 10) 조갯다 14) 절인다 18) 휘휘 짓는다 22) 싹을 바른다 26) 다진다 30) (체에) 걸르다 34) 바짝 말리다 38) 떼어 모은다 42) 토막을 낸다 46) 헤쳐서 식힌다 50) 곱게 친다	3) 데친다 7) (겉질을) 간다 11) 잘게 썬다 15) 잡물을 고른다 19) 적을 고른다 23) 얹게 탄다 27) (계를) 거꾸로 매단다 31) 털어 버린다 35) 수둑수둑 말리다 39) 알을 뺀다 43) (간장을) 다린다 47) 얼점한다 51) 제거한다	4) 바른다 8) 펄펄 끓인다 12) 정히 고른다 16) 가려낸다 20) 비늘 끊는다 24) 남죽남죽 썬다 28) 겉질을 벗긴다 32) 다듬다 36) 반을 가르다 40) 배를 가르다 44) (닭을) 튀힌다 48) 조린다
3. 담는과정	1) 삼삼하게 담는다 5) 무친다 9) 버무린다 13) 문지른다 17) 물들인다 21) 눌러 담는다 25) 절이다 29) 채운다 33) 채운다 37) 재여 쌓는다	2) 혼합한다 6) (소금에) 굴린다 10) (고추가루를) 푼다 14) (양념을) 끼엿는다 18) 간을 맞춘다 22) 간을 세게 한다 26) 차곡차곡 담는다 30) 달여 붓는다 34) 툇툇 잘라 넣는다 38) 절여 담는다	3) 분등하여 넣다 7) 가득 넣는다 11) 섞는다 15) 끓여 붓는다 19) 격지격지 넣는다 23) 커를 얹힌다 27) (소금) 넣는다 31) 재둔다 35) 짹짹하게 둔다	4) (꼭짜서) 엷는다 8) 층층으로 넣는다 12) 섞여 담는다 16) 쳐 넣는다 20) 켜켜 담는다 24) 지질린다 28) 맛을 낸다 32) 배합한다 36) 번갈아 담는다
4. 익는과정	1) 부적부적 고여오르다 5) 노랗고 돌돌하게된다 9) 새롭하게 익는다 13) 빛이 좋다 17) 누르스름하다 21) 빛이 묽어진다 25) 국물이 피어 오른다	2) 갈아 앗는다 6) 익힌다 10) 찢듯하게 된다 14) 자작자작하다 18) 떠오른다 22) 검어진다	3) 곰 삭는다 7) 짓갈맛이 난다 11) 노랗게 기름이 떠오른다 15) 짓국이 (국물이) 고인다 19) 쨌다 23) 좋은 냄새가 난다	4) 푹 삭힌다 8) 보그리하게 피어오른다 12) 뼈가 무르다 16) 멍치지 않는다 20) 꼬들꼬들하다 24) 노란물엿처럼 된다
5. 보관과정	1) 휘젓다 5) 파 묻어둔다 9) (돌로) 누른다 13) 끓는다 17) 저장해 둔다 21) 위가 진다	2) 푹 덮어둔다 6) 밀봉한다 10) 색이 변한다 14) 빛을 피한다 18) 마개를 친다 22) (물을) 갈아 붓다	3) 봉해둔다 7) 가시가 난다 11) 서늘한 곳에 둔다 15) 삭는다 19) 정한곳에 둔다 23) 물들지 않게한다	4) 싸맨다 8) 바람들다 12) 물러진다 16) 냄새가 난다 20) 허여진다 24) 묵힌다

조리과정	조 리 내 용			
6. 먹는과정 (사용과정)	1) 양념한다 5) 살کم전다 9) 무친다 13) 송송 썬다 17) 꾸미물 엮다 21) 섞는다 25) 비벼 먹는다 29) 달여 반친다 33) 곱게 다진다	2) 적어 먹는다 6) 지져 먹는다 10) 싸서 먹는다 14) 굽거나 편다 18) 쪽쪽 찢는다 22) 맛이 아름답다 26) 아삭아삭하다 30) 간이 뜨다 34) 풀어서 쓰다	3) 반듯반듯하게 베어쓰다 7) 맛이 기이하다 11) 담박하다 15) 간장처럼 쓴다 19) 삶는다 23) 달인다 27) 볶는다 31) (바구리에) 내린다 35) 뜯어 담는다	4) 즐깃하다 8) 조린다 12) (기름을) 탄다 16) 곱게 따라 쓴다 20) 개어 양념한다 24) 곱들여 놓는다 28) 말려 먹는다 32) 잘게 썬다 36) 이겨 놓는다

- ③ 담는 과정의 용어 38가지  
 ④ 익는 과정의 용어 25가지  
 ⑤ 보관 과정의 용어 24가지  
 ⑥ 먹는 과정(사용과정)의 용어 36가지였다.

## V. 요약 및 결론

1200년에서 1984년까지의 발간된 문헌을 중심으로 짓갈의 종류와 빈도, 짓갈에 사용된 재료와 조리법의 변화, 짓갈에 사용된 재료의 제량단위, 조리용구, 조리용어 등을 분석, 고찰한 결과는 다음과 같이 요약, 정리할 수 있다.

- ① 짓갈의 종류는 모두 147가지였는데 첫 100가지, 식해 40가지, 어육장 7가지이다.
- ② 짓갈에 사용된 재료는 주재료와 부재료, 양념으로 분류하였다.
- 1) 주재료
- (1) 생선 ① 어류-가자미, 까나리, 갈치, 고등어, 꽁치, 동태, 대구, 도루묵, 도미, 전어, 멸치, 송어, 민어, 뽕냉어, 방어, 병어, 복어, 청어, 실치, 조기, 차조기, 송어, 방어, 용어, 준치, 준어, 황석어
- ② 패류-전복, 소라, 조개, 바지락, 홍합, 굴
- ③ 갑각류-곤장미, 게, 작은새우, 꽃게, 방게, 새우
- ④ 연체류-꽃뚜기, 낙지, 오징어
- ⑤ 건어-복어
- (2) 생선의 알  
가자미알, 게알, 넙치알, 대구알, 명태알, 새우알, 조기알, 송어알, 연어알, 장대알, 홍어알
- (3) 생선의 내장  
갈치내장, 고등어내장, 명태고지, 전복창자, 대구아가미, 전어내장, 민어아가미, 조기아가미, 준어내장, 복어아가미, 멸치내장, 조기내장, 대구내장, 동태내장, 해삼창자

- (4) 수육류-소(살코기, 소양, 소염통), 돼지(살코기, 껍질)
- (5) 조육류-참새, 노루, 양, 토끼
- (6) 채소류-죽순
- (7) 알류-달걀, 오리알
- (8) 소금, 간장
- 2) 부재료
- (1) 고기류-쇠고기
- (2) 조미료-꿀, 고추가루, 실고추, 멸치젓국, 기름, 통후추, 천초
- (3) 발효재-재갈, 술, 엇기름, 누룩가루
- (4) 곡물-좁쌀, 멧쌀, 찰쌀, 밀가루
- (5) 채소-무우, 통고추, 무우청, 고춧잎, 오이
- (6) 과일류-밤, 배, 대추, 잣
- (7) 기타-다시마, 쌀뜨물, 물, 거목완
- 3) 양념  
파, 마늘, 생강, 고추가루, 실고추, 통깨, 식초, 기름, 풋고추, 후추가루, 설탕, 초장였다.
- 여기서 부재료라 함은 식하기 전의 과정에 사용되는 재료이고 양념은 식힌 후에 다시 사용되는 재료를 말한다.
- ① 짓갈 담금법은 젓과 식해 그리고 어육장으로 구분되는데 식해는 곡물이 첨가되어 발효하게 되고 어육장은 수조육 어류를 장과 소금으로 담근 것이다.
- ② 짓갈을 담는데 사용된 재료의 제량단위로는 용량단위, 수량단위, 길이단위 등이 있었는데 용량단위로는 말, 되, 홉, 대접, 공기, 주발, 사발, 냥, 근, 돈, 양동이, 동이, 바가지, 잔, 승, 분, 합이었고 수량단위로는 개, 쪽, 뿔, 단, 마리, 줌, 움큼, 알, 주먹이었고 길이단위로는 치, 푼, 분이었고 기타 알맞게, 적당히, 간맞게, 조금, 약간, 조각, 잔뜩, 넉넉히, 덩어리, 토막, 밤톨만치, 소량 등의 표현이었다.
- ③ 조리용구는 52가지인데 가장 많이 사용된 것은 채와 돌이었고 짓갈의 보관 용구로 항아리(단지, 독), 나

무통, 오지그릇(질그릇)을 사용했으며 바람이 들지 않도록 밀봉하는데 유지, 가랑잎(수유잎, 대잎)을 사용했다.

④ 조리용어는 씻는과정의 용어 35가지, 준비과정의 용어 51가지, 담는과정의 용어 38가지, 익는과정의 용어 25가지, 보관과정의 용어 24가지, 먹는과정(사용과정)의 용어 36가지였다.

우리나라의 젓갈은 어업의 발달과 김치에 젓갈이 병용되면서 더욱 종류가 많아졌는데 지금은 이용하지 않는 젓갈의 종류가 많아서 안타까운 일이다.

앞으로는 식생활 변천에 따라 젓갈에 사용된 염분과 건강문제를 해결하고 조리방법의 개선, 담그는 법을 해결하여 식탁에서 잊혀져 가는 우리의 미각을 찾을 수 있도록 우리의 젓갈을 전수 개발하여 민족 고유의 젓갈 문화를 이루어 갈 수 있어야 하겠다.

### 참고문헌

1. 강인희 : 한국식생활사, 삼영사, 1978.
2. 박지원 : 열하일기, 민속문화추진회.
3. 허균원저 : 배원식의 4인 역, 동의보감, 남산당, 1986.
4. 서유구 : 임원십육지, 영인본, 1827.
5. 서혜경 : 전북지방 젓갈에 관한 조사연구, 전주대 논문집, 제 14집, 1985.
6. 서혜경 : 우리나라 젓갈의 지역성 연구, 한국식문화학회지, Vol. 2, No1, 1987.
7. 유중임 : 증보산림경제, 영인본, 1766.
8. 윤서석 : 한국식품사연구, 신광출판사, 1974.
9. 윤서석 : 증보한국식품사연구, 신광출판사, 1986.
10. 윤서석 : 한국음식(역사와 조리), 수학사, 1980.
11. 이서래 : 한국의 발효식품, 이화여대 출판부, 1986.
12. 이만영 : 재물보.
13. 이용기 : 조선무쌍 신식요리제법, 대산치수발행, 1943.
14. 이석만 : 간편조선요리제법, 삼문사서점, 1934.
15. 이석만 : 신영양요리법, 1935.
16. 이성우 : 한국식품문화사, 교문사, 1984.
17. 이성우 : 아시아속의 한국어장문화에 관한 연구, 한국식문화학회지, Vol. 1, No. 4, 1986.
18. 이성우 : 한국고 문헌속의 어장 색인, 한국식문화학회지, Vol. 1, No4, 1986.
19. 이성우 : 한국식생활사연구, 향문사, 1986.
20. 이성우 : 한국식경대전, 향문사, 1981.
21. 이성우, 조준하 : 요록, 한국생활과학연구, 창간호, 1983.
22. 이성우, 조준하 : 수문사설, 한국생활과학연구, 제 2호, 1984.
23. 이성우, 조준하 : 역주방문, 한국생활과학연구, 창간호, 1983.
24. 이성우, 이효지, 조준하 : 진연의계, 한국생활과학연구, 제 2호, 1984.
25. 이철호 : 우리나라 수산발효 기술의 특색, 한국식문화학회지, Vol. 1, No3, 1986.
26. 이혜경, 한희순, 황혜성 : 이조궁정요리통고, 학총사, 1957.
27. 안동장씨 : 음식디미방, 1598~1680.
28. 장지현 : 한국전래해류식품제조사, 성심여자대학논문집, 제 7집, 1976.
29. 빙허각 이씨 원저 : 정량완 역, 규합총서, 보진재, 1975.
30. 제임스게일(장문평 역) : 코리언스케치, 현암사, 1970.
31. 조자호 : 조선요리법, 광한서림, 1938.
32. 방신영 : 조선요리제법, 한성도서주식회사, 1942.
33. 홍만중 : 산림경제, 영인본, 1715.
34. 홍석모 : 동국세시기, 민속원, 1985.
35. 허균 : 도문대작, 1611.
36. 홍선표 : 조선요리학, 조광사, 1940.
37. 황혜성 : 한국요리백과사전(고서편), 삼중당, 1976.
38. W. E. 그리피스(신복룡 역), 은자의 나라 한국, 평민사, 1985.
39. 저자미상 : 주방문, 영인본.
40. " : 훈몽자회.
41. " : 수운잡방.
42. " : 연행일기.
43. " : 원행음묘정리의계, 영인본.
44. " : 고대규합총서.
45. " : 농가월령가.
46. " : 월여농가.
47. " : 농가십이월유시.
48. " : 시의전서.
49. " : 부인필지.
50. " : 조선문화총화.
51. " : 만국사물기원역사.
52. " : 사시촬요초.
53. 황혜성, 정순자, 박재옥, 이효지 : 민속조사보고서(향토음식편), 문화공보부, 문화재관리국, 1984.