

## 복식방의 조리에 관한 분석적 연구

이혜정 · 이성우\*

경기간호보건전문대학 식품영양과

\*한양대학교 식품영양학과

### Analytical Study on the Cooking in "Bok Sik Bang"

Hae-Jung Lee · Sung-Woo Lee\*

*Dept. of Food and Nutrition, Kyung Gi Health Junior College*

*\*Dept. of Food and Nutrition, Han Yang University*

#### ABSTRACT

"Bok Sik Bang", a book of cooking, was written in Korea in the 17th century. Various cooking methods of traditional foods were described in this book.

1. The kinds of cooking foods were Wine(69), Side dish(39), Seasoning(12), and Dessert (5).
2. The materials used in the cooking foods were cereals, vegetables, fishes, meats and etc.
3. The cooking methods were different and complicated.
4. The way of heating were also different such as to stew, to boil, to pan-boil, to frying, etc.
5. Utensils and table wares used for processing and cooking were poor and specific.
6. The measuring units were not accurate and unscientific.
7. Many of special words and expressions which are not used today in cooking and processing were reviewed.

#### I. 序 論

조리는 섭취하는 사람을 알고 있는 한 그의 연령이나 기호를 배려하며 섭취 음식의 온도까지도 신경을 쓰는 점이 식품산업에 의한 식품가공과의 차이점이며, 그러한 조리를 잘 하기 위한 연구를 조리과학이라는 범주에 넣을 수 있겠다.

이러한 조리과학은 인류의 발생과 함께 면면히 전해오며 그 사회상에 따라 변천했음을 여러 문헌으로 알 수 있다. 특히 옛날의 조리는 영양만을 공급받기 위한 것이 아니고 인간관계의 매체로서의 의의도 있어 만드는 사람과 섭취하는 사람 사이에 밀접한 인간관계도 성립시켰다.

조리과학적인 측면에서 본다면 본 조리서가 쓰

여진 당시는 현재에 비해 식품의 종류도 적었으나, 조리에 세심한 노력을 들여 제공한 사람들이 섭취하는 사람쪽의 입장에서 주걱 푸는 법 등을 알려 주었고 또한 조리의 개발도 활발하였던 점 등 배울 점이 적지 않다고 사료된다.

지금까지 연구된 여러 조리서 중에서도 복식방에는 술의 종류가 월등히 많이 소개되었고 독특한 술빚기법과 모밀, 차좁쌀, 녹두 등을 재료로 한 양조법 등은 특이한 것으로써, 수록된 많은 조리들을 조리과학적인 면으로 분석하여 우리 나라의 옛 조리에 대한 또 한 부분을 알아보고자 한다.

## II. 調理科學的 分析

### 1. 술

#### 1) 약주류

조리품목;삼해주, 소국주, 황금주, 하절불산주, 사시절주, 백화주, 황감주, 하향주, 무우주, 두견주, 지황주, 구지주, 도소주, 지골주, 석탄향, 연일주, 우슬주, 천문동주, 방문주, 울화춘, 백화춘, 추국주, 백탄향, 내국향은, 무슬주, 백지주, 부의주, 요산춘, 청서주, 구황주, 경감주.

주재료;백미, 밀가루, 누룩, 참쌀, 모주, 국말, 물, 밀술, 백국, 신국, 멍쌀, 청주, 누룩가루, 말국, 진말, 보리, 녹두, 부분, 백주

특수재료;무우, 진달래, 동조지, 북송아꽃, 생구기자, 건국화, 생지황, 지골피, 국화가루, 백출, 대황, 지모, 길경, 호장근, 구기자, 생지황즙, 감국화, 우슬, 천문동, 석금, 백비탕수, 실백자, 누런 새끼

준비법;깨끗이 씻다, 섞는다, 가루내다, 버무리담근다, 조각조각 얇게 쪼개다, 하룻밤 재우다, 껍질을 벗긴다, 가늘게 썰다, 봉하다, 골고루 젓다, 고루 섞어 휘젓는다.

주조리법;병을 만들다, 섞어 빚는다, 가루를 만든다, 혼합하여 빚는다, 담그다, 버무리 빚는다, 술밥을 찐다, 봉한다, 주먹만하게 뭉쳐서 찐다,

공병을 빚다, 달인다, 밀술을 빚다, 섞어 놓다, 즙을 걸러내다, 짓이겨 뺀다, 반죽한다, 죽수다.

가열법;찌다, 팔팔 끓이다, 달이다.

보온, 냉각;차게 식힌다, 찬데 둔다, 차디차게 식힌다, 따뜻하게 한다. 햇볕이 들지 않는 곳에 묻어 둔다.

단위;되, 말, 병, 일, 홑, 이레, 보시기, 개, 냥, 근, 돈, 섬, 탕기, 마리, 동이.

식기 및 부엌용구;병(자기, 옹기), 독, 주조, 부대(삼배, 비단), 주머니, 베보자기, 낱향, 향아리, 술주자, 허청, 우물속

#### 조리상의 특이점

삼해주;정월 첫째 해일에 술을 빚고 2월 첫째 해일에 덧술하고 3월 첫째 해일에 덧술하는 것으로서 일백일이 지난 후에 마시면 술맛이 독하고 좋다.

소국주;물을 팔팔 끓여 누룩 2되와 밀가루를 혼합하여 버무리 빚고 다시 백미로 술밥을 찌고, 물을 다시 끓여 밀술에 혼합하여 도합 세이레 만에 마시면 독하다. 멍쌀을 가루로 하고 정화수와 쌀앙금을 팔팔 끓여서 그 물에 쌀가루를 뒤섞은 후 누룩을 섞는다.

황금주;백미 2되를 가루 내고 팔팔 끓인 물과 국말 1되와 밀술 반보시기를 혼합하여 빚는다. 여름에는 3일, 봄 가을에는 5일, 가을에는 7일후에 참쌀 1말을 찌서 식힌 후 밀술과 혼합한다. 두이레가 지난 후면 맛이 기이하고 여러날 두어도 맛이 변하지 않는다.

하절불산주;백미를 가루 내어 찌서 물과 함께 섞어서 식힌 후 밀가루와 국말을 버무리 혼합하여 빚는다. 이 위에 백미로 술밥을 찌서 밀술에 버무리 빚어서 6일후에 마신다.

사시절주;백미를 찢 후 국말과 밀가루, 끓는 물을 혼합하여 빚는다. 여름에는 3일, 겨울에는 4, 5일후에 이 위에 참쌀이나 멍쌀을 찌서 밀술과 혼합하여 빚는다.

백하주;덧술에는 백미와 밀가루를 쓴다고 되어 있

으나 이 책에서는 백미가루에 국말과 밀가루를 넣고 주모를 넣는다. 백미가루에 국말과 밀가루를 넣고 주모를 넣고 버무린 다음 그 위에 덧술은 백미로 술밥을 쪄 후 물과 국말을 혼합하여 빚는다. 술이 익었는지의 여부를 불을 붙여 보아 알아낸 것으로 보아 알콜농도가 높은 술로 생각되고 맛을 물의 양으로 조정하나 다 빚은 후에 첨가하지는 않는다고 한다.

황감주; 밀술에 다른 물을 타지 않고 걸러서 혼합하여 빚어 꼭꼭 누른 후에 밀술을 걸러낸 술찌거미를 그 위에 덮고 꼭 봉하여 찬 곳에 놓아둔다.

하향주; 공병을 빚어 폭신 쪄 식힌 후 고운 말국을 고루 섞어 빚고, 3일후에 찹쌀 1말을 물을 뿌려 술밥을 쪄서 식힌 다음 혼합하여 빚는데 객물 기운이 들어가지 않도록 한다.

무우주; 무우를 조각조각 쪄개어 물과 함께 달인다. 신국을 혼합하여 빚고, 술이 익으면 마신다. 밀술을 빚더라도 무우 달인 물로 밥을 버무려 빚어야 하고 약주처럼 빚는다.

두견주; 정월 첫째 해일에 백미를 씻어 가루를 만들고 물과 함께 박문주처럼 버무려 식힌다. 진달래꽃은 꼭지와 꽃술이 없이 독밑에 많이 깎 후 술과 커켜이 섞어놓고 그 위에 동조지를 꽃아 봉하여 두었다가 4월쯤 끓여 식힌 다음 마신다.

지향주; 남향안에 백미가루를 익혀 국말과 버무려 빚은 후에 건국화(국화 말린 것)를 가루로 만들고, 생지황을 빻아서 삼베부대에 그 즙을 걸러내고 지골피를 물과 함께 되게 달인다. 빚어서 아주 찬 곳에 두고 독을 싸주지도 말고 서늘하게 하여 35일이 지난 후에 거른다.

구기주; 생구기자를 짓찧어 비단부대에 담아서 좋은 술속에 담아 두이레가 되면 마시는데 마음껏 마셔도 취하지 않는다.

도소주; 백출, 대황, 천초, 지모, 길경, 호장근, 오뚜껍질 벗긴 것을 붉은주머니에 담아 설달 그믐날 우물 속에 매달아 바닥에 닿도록 한다. 정월 초하룻날 아침 꺼내어 술속에 넣어 여러번 끓여서 동쪽을 향하여 마신다.

지골주; 구기자뿌리, 생지황, 감국화를 짓찧어 빵아 물과 함께 달여 찹쌀로 쪄서 만든 누룩가루와 고루 섞어 독에 넣고 평상대로 빚어 봉하여 둔다.

석탄향; 죽을 쑤어 식힌 다음 누룩을 고루 섞어 두고 다른 물기가 들어가지 않게 한다. 도합 7일 후에 걸르는데 몹시 독하고 향기롭다.

연일주; 국말, 진말을 섞어 빚고 발효된 후에 백미, 물과 함께 펼쳐 식힌 다음 밀술과 혼합하여 빚었다. 두이레가 지난 후에 걸러서 마신다. 조입하는 물은 겨울에는 끓인 물, 여름에는 냉수를 밥에 섞어 찬 곳에 놓아둔다.

우슬주; 우슬 달인 즙에 국말을 타서 술을 빚거나, 혹은 썰어서 부대에 담아 술속에 담갔다 끓여 마신다.

천문동주; 천문동의 심을 버리고 삶은 즙을 국말과 함께 빚는데 익었을 때에는 맛이 시나 오래 되면 좋아진다.

방문주; 백미를 가루로 만들어 꼭꼭 주물러서 지록하게 만들고, 식힌 다음에 말국, 진말을 넣고 고루 섞어 빚는다. 두이레가 지난 후에 위의 것을 건어내고 걸르는데 1말에 물 5탕기씩을 끓여서 붓는다.

울화춘; 봄, 가을, 겨울에는 5, 6일, 여름에는 3일후에 익은 다음 백미를 찌고 끓는 물, 말국을 밀술에 고루 섞어 빚었다 17일후에 걸러서 마신다.

내국향온; 누룩을 만드는데 보리를 갈아서 둥글게 만들고 1개에 1말씩 되게 하되 녹두 달인 것 1홉씩을 혼합하여 만든다.

요산춘; 복용할 때는 생수 기운이 들어가지 않게 해야 된다. 정월 첫째 해일이 따뜻하면 술밥과 떡이 식도록 기다리고, 날씨가 추우면 해일이 지나서 빚어도 무방하다.

청서주; 술이 익어 맑아지면 술주자에 올리는데 술담은 병을 항시 물에 담가놓고 마신다.

무슬주; 숯개의 가죽과 내장을 버리고 오랫동안 삶아 마구 짓이겨 그 즙을 밥과 함께 반죽하여 백

국과 고루 섞어 빚는다.

## 2) 가향주류

조리품목;오가피주, 소자주, 창포주, 송엽주, 송순주, 오향주

주재료;국말, 오가피나무, 뿌리 달인 즙, 소자, 청주, 찰생동쌀, 찹쌀, 말국, 소주

특수재료;창포뿌리, 솔잎, 송순, 정향, 팔각향, 자단향

준비법;깨끗이 씻는다, 줄기와 잎을 버린다, 담그다, 곱게 썰다.

주조리법;달인다, 살짝 볶아 뺀다, 거른다, 음양으로 말린다, 뒤섞다, 빚다, 봉한다, 고루 버무리려 빚다.

가열법;달이다, 찌다, 끓이다.

보온, 냉각;식히다.

단위;되, 말, 개월, 일, 병, 홉

식기 및 부엌용구;비단주머니, 독, 병

### 조리상의 특이점

오가피주;겉질과 뿌리를 깨끗이 씻어 쓴다. 물에 달여 국말에 섞어 술을 빚는다.

소자주;소자를 살짝 볶아 뺀아서 비단주머니에 담아 청주 속에 담갔다 거러내어 마신다. 조금씩 마시면 가슴속의 채기가 없어지고 오장의 하기를 보호하고 담증을 치료한다.

창포주;창포뿌리를 썰어 청주속에 담그고 꼭 봉한 후 3개월 후에 찰생동쌀을 써서 더 넣고 다시 꼭 봉하였다가 7일후에 마시면 36가지 병이 스스로 없어지고 풍증도 치료한다.

송엽주;찰쌀로 술밥을 지어 식힌 다음 국말, 솔잎을 뒤섞어 물을 사용하지 않고 빚는다. 처음 맛은 약간 씩씩하나 뒷맛은 개운하다.

오향주;정향, 팔각향, 자단향을 함께 병안에 넣으면 여름이 지나도 맛이 변하지 않는다.

## 3) 속성주류

조리품목;일일주, 시급주

주재료;좋은 술, 국말, 물, 백미, 탁주, 찹쌀, 진말

주조리법;혼합하여 버무리려 넣는다, 폭신 찌다, 골고루 섞는다, 봉한다, 빚다, 무르녹게 익힌다.

보온, 냉각;더운 곳에 둔다, 식히다

단위;보시기, 되, 말, 홉, 병, 동이

식기 및 부엌용구;독, 항아리

### 조리상의 특이점

일일주;전술에 백미, 누룩을 넣어 꼭꼭 찌르지 말고 골고루 뒤섞고 꼭 봉해서 아주 더운 곳에 두면 새벽에 빚어 점심때 익는다.

시급주;뜨거운 물로 탁주를 걸러서 항아리 속에 넣은 후에 찹쌀을 익혀서 밥을 짓고, 진말, 국말을 섞어 3일후에 마신다.

## 4) 탁주류

조리품목;이화주, 천금주, 송절주, 도화주, 도인주, 삼합주, 육일주, 진상주, 두강주, 송계춘, 광릉춘, 도화춘, 경액춘, 별백화주, 진향주, 하절이화주, 예주

주재료;백미, 찹쌀, 누룩, 말국, 밀술, 국말, 밀가루, 찹쌀술, 차좁쌀, 모밀쌀, 소주, 진말

특수재료;천금나무겉질, 솔절, 모과가루, 복숭아꽃, 복숭아씨, 백밀, 천초, 후추가루, 건강가루

준비법;물에 담그다, 가루를 내다, 벗긴다, 켜켜이 썰다, 겉질을 벗긴다, 곱게 간다

주조리법;몽쳐서 솔잎 깔고 담는다, 함께 섞다, 불송편을 빚다, 봉한다, 말린다, 뺀아서 정말을 만든다, 공병을 만들다, 구멍떡을 만들다, 체로 거른다, 고루 섞는다, 버무리려 빚는다, 솔썰꺼기를 켜켜이 넣어 빚는다

가열법;폭신 찌다, 달인다, 끓인다, 증탕하다, 삶다, 폭쭈다, 식히다

보온, 냉각;찬곳에 둔다, 시원한 곳에 둔다, 뜨거운 곳에 둔다

단위;말, 주먹만하게, 되, 일, 홉, 냥, 이레, 근, 돈, 동이, 보시기

### 조리상의 특이점

이화주;백미가루를 주먹만하게 몽쳐서 말렸다 썰

어서 누룩가루를 만들고, 찹쌀이나 멥쌀로 구무떡을 만들어 숙성시킨다. 그 위에 누룩만들 때 따로 벗겨두었던 겉껍질로 봉해 찬곳에 두었다 마신다.

천금주; 아침마다 빈 속에 마시는데 3말을 계속 빚어 모두 마시면 습증이 모두 치료된다.

송절주; 술을 빚은 7일후에 찹쌀로 밥을 지어 넣고 송절, 모과가루를 혼합하여 빚어 두이레 지난 후에 마신다. 만약 익지 않았으면 익을 때까지 놓아둔다.

도화주; 정월에 찹쌀을 가루내고 국말, 밀가루를 고루 섞어 찬 곳에 두었다가 복숭아꽃 필 무렵에 백미, 찹쌀을 무르녹게 찌서 끓는 물을 고루 섞어 밀술과 잘 버무려 빚는다.

도인주; 복숭아씨를 물에 담가 껍질을 벗긴 후 갈아서 찹쌀을 9되 속에 넣어 엉기게 하고 백자항아리 속에 넣은 후 그 가운데에 풋대를 쫓아 9되 한계를 알 수 있게 하고 찹쌀술 6되를 더 붓는다. 중탕을 한 후에 꺼내어 마신다.

삼합주; 중탕할 때에는 중탕하는 그릇위에 찹쌀을 조금 놓아두어 그 쌀이 익어 밥이 되면 즉시 꺼내어 고운체로 걸러서 뜨거운 곳에 놓아두고 마시면 습증치료에 좋다.

육일주; 물을 독 안에 넣고 다음날 백미가루를 물과 함께 넣고 죽을 쑀어 식힌 다음 독안에 빚는다. 3일후 찹쌀을 쪄 진말을 조금 넣고 버무려 꼭꼭 문쳐 주먹만하게 만들어 독안에 넣었다가 3일후에 마신다.

진상주; 백미를 끓은 물과 함께 섞어 죽을 쑀어 식힌 다음 말국을 섞어 빚는다.

두강주; 아주 뜨거운 곳에 놓아두고 잔뜩 덮어두면 조석으로 휘저어 마시면 꿀처럼 달다.

송계춘; 찹쌀을 되직하게 죽을 쑀어 식힌 다음 국말을 또 넣어 밀술에 섞어서 빚는다.

광릉춘; 누룩은 신국을 쓰고, 물은 팔팔 끓인 물을 쓴다.

도화춘; 찹쌀이나 국말, 진말을 고루 섞어 빚은 다음 백미 6말을 찌서 냉수를 고루 뿌린 그릇에다

펼쳐 놓고 3일이 지난 후에 밀술과 합하여 빚는다.

별백화주; 술이 익은 다음 백미를 쪄고, 끓는 물과 함께 섞어 식힌 다음 밀술에 합하여 빚는다. 익은 다음의 맛은 몹시 독한데 술이 막 익어 내리려고 할때 백미 죽을 쑀어 술에 붓고 또 익은 다음 마신다.

진향주; 남은 지계미를 다시 죽을 쑀어 첨가시키면 오히려 더 좋다.

### 5) 감 주 류

조리품목; 청감주, 왕감주

주재료; 찹쌀, 말국, 청주, 백미, 옛기름가루

준비법; 밥을 짓다, 가루로 만들다

주조리법; 고루 섞어 빚다, 죽 쑀다

보온, 냉각; 식히다, 뜨거운 곳에 두다

단위; 말, 홉, 병, 되, 보시기, 스푼

식기 및 부엌용구; 항아리

### 조리상의 특이점

청감주; 찹쌀로 밥을 지어 말국을 물에 넣지 않고 좋은 청주로 고루 섞어 빚으면 달기가 꿀맛 같다.

왕감주; 백미나 찹쌀가루에 끓는 물을 혼합하여 죽을 쑀어 식힌 다음 옛기름을 섞어 항아리에 넣고 뜨거운 곳에 두었다가 다음날 마시면 몹시 달다.

### 6) 소 주 류

조리품목; 홍로주, 적선소주, 주방

주재료; 누룩, 백미, 국말, 찹쌀, 밀술, 좁쌀, 청주

특수재료; 향은, 지초, 후추, 황밀

준비법; 깨끗이 씻다, 담그다

주조리법; 가늘게 썰다, 달인다, 가루로 만들다,

고루 섞어 빚다, 혼합하여 빚다, 죽쑀다

가열법; 쪄다, 달인다

보온, 냉각; 식히다

단위; 말, 병, 되, 냥, 돈, 보시기

식기 및 부엌용구; 은그릇, 질항아리, 가마솥

### 조리상의 특이점

홍로주; 향온처럼 빛는데 누룩은 2 말로 한정한다.  
 술을 달일 적에 청주 1병에 후추, 황밀을 질항  
 아리에 담아서 가마솥 안에 놓고 현을 따라 물을  
 채워서 달이고 시간이 경과한 후에 꺼낸다.  
 적선소주; 밀술을 빚고 여름에는 3일, 겨울에는 5  
 일 후에 찹쌀을 깨끗이 씻어 하루가 지난 후에  
 술밥을 써서 밀술에 혼합하여 빚고 익은 다음 4  
 등분하여 붓는다.  
 주방; 좁쌀 한말을 물 1말에 담갔다가 며칠 후에  
 꺼내어 마구 썰고 다시 폭신 썬 물에 담가 빚는  
 다. 익은 후 소주를 내리면 6, 7되가 나오는데  
 그 맛이 몹시 독하다.

**7) 약용 약주류**

조리품목; 선령비주, 초산춘, 녹용주, 신선고본주  
 주재료; 백미, 신국, 찹쌀, 밀술, 백국  
 특수재료; 음양곽, 우술, 하수오거친가루, 구기자,  
 녹용, 산약가루, 천문동, 맥문동, 생지황, 숙지  
 황, 당귀, 인삼, 육계  
 준비법; 담그다, 깨끗이 씻다, 녹용 털 제거하다,  
 얇게 썬다.  
 주조리법; 달이다, 가루로 만들다, 고루 섞어 빚  
 다, 죽썬다, 봉하다, 혼합하다, 환을 지다, 말  
 리다, 봉하다, 담그다  
 가열법; 찌다  
 보온, 냉각; 식히다  
 단위; 근, 말, 그릇, 홉, 일, 되, 냥, 잔  
 식기 및 부엌용구; 부대, 솥, 비단주머니, 술병

**조리상의 특이점**

선령비주; 음양곽 1근을 술 1말에 3일동안 담갔  
 다가 수시로 마신다.  
 초산춘; 밀술에 물을 타지 말고 걸러내어 고루 섞  
 어 빚었다가 7일후에 마신다. 더 오래 두었다가  
 마시면 눈을 밝게 한다.  
 녹용주; 녹용을 얇게 썬 것과 산약가루를 주머니에  
 넣어 술병 속에 담가 꼭 봉하였다가 7일후에 병  
 을 따고 1일에 3잔씩 마시고, 녹용은 불에 말  
 려 환을 지어 복용한다.

**8) 혼양주류**

조리품목; 과하주, 부검주  
 주재료; 찹쌀, 누룩, 소주, 탁주  
 준비법; 깨끗이 씻다, 하룻밤 재우다, 담그다  
 주조리법; 소주를 붓는다, 비틀어 짜다, 고루 혼합  
 하다, 무르녹게 익힌다, 봉한다, 밥짓다  
 가열법; 찌다, 끓이다, 김을 올린다  
 보온, 냉각; 식히다  
 단위; 말, 홉, 되, 보시기, 동이  
 식기 및 부엌용구; 비단주머니

**조리상의 특이점**

과하주; 과하주는 주명으로 미루어 약주 발효과정  
 에 소주를 넣어 숙성시킨 혼양주이며 특히 청명  
 날 샘물로 술을 담그면 오래 먹을 수 있다.  
 부검주; 찹쌀로 밥을 짓고 누룩을 고루 혼합하여  
 동이 밑에 붙인다. 좋은 탁주를 그 위에다 붓고  
 꼭 봉하여 두면 청주가 된다.

**9) 절기주류**

조리품목; 절주  
 주재료; 찹쌀, 국말, 밀술  
 주조리법; 가루로 만들다, 공병을 빚다, 혼합하여  
 짓이겨 빚는다, 밀술을 거른다, 봉한다  
 가열법; 찌다  
 보온, 냉각; 식히다  
 단위; 말, 되, 두이레

**조리상의 특이점**

술이 익은 후에 찹쌀 1말을 술밥으로 써서 폭신  
 익혀 식힌 후에 밀술에 끓는 물을 조금 넣고 걸러  
 내어 혼합하여 빚고, 꼭꼭 눌러서 봉해두었다가  
 두이레가 지난 후에 마신다.

**10) 기 타**

- \* 술 달이는 법; 좋은 청주, 황탐, 후춧가루를 넣  
 고 입을 꼭 봉하고 젖은 쌀을 그 위에 놓아두고  
 중탕하여 달인다. 즉시 꺼내어 식혀서 마신다.
- \* 술을 마셔도 취하지 않는 법; 건갈 1냥, 박하 5  
 돈, 감초 3돈, 아다 1돈을 곱게 갈아서 오메육  
 으로 조각자의 크기만하게 환을 지어 1알씩 입

안에 머금고 있다.

술을 마실때 소금 1숟가락을 먼저 먹으면 반드시 평소의 배를 마실 수 있다. 여우의 피로 가장 쌀, 맥문동을 적시어 그늘에 말려서 환을 지어서 술을 마실 때 한알을 혀밑에 넣고 머금고 있으면 취하지 않는다.

- \* 술을 끓는법; 굵병이를 갈아서 가루를 술에 타서 마시면 영구히 술을 마시지 않는다.

술병이 닳을 때 수양버들을 벌에 말려서 가루를 만들어 1돈씩 따뜻한 물에 타서 마신다.

술에 취하여 깨어나지 못할 때는 물속에 사는 소라나 조개, 파, 시충을 삶아서 먹거나 즙을 마시면 깨어난다.

- \* 주적을 푸는 법; 닭의 멀더구니, 건갈을 가루로 내어 풀로 오동나무 열매만하게 환을 지어서 한번에 50개씩 술로 넘긴다.

술을 많이 먹어서 창자가 뚫어지려고할 때는 노새발굽의 딱딱한 부분을 깎아내어 물에 넣고 달여서 그 즙을 차게 하여 마신다.

술에 중독되어 구역이 날 때는 붉은 팔 달인 즙을 천천히 마신다.

술에 취하여 깨어나지 못할때는 배추씨 3홉을 곱게 갈아서 정화수에 타서 두번에 먹는다.

술에 몹시 취하여 견디지 못하고 며칠동안 병이 나서 피곤할 때는 순무우나물에 쌀을 조금 넣고 푹신 달여서 찌꺼기는 버리고 차게 하여 마신다.

생강즙은 주취를 풀어준다.

그믐날은 크게 취하는 것이 좋지 않다.

두강은 술을 빚었는데 정육일에 죽었으므로 이날은 물을 마시거나 손님을 접

## 2. 반찬

### 1) 국

조리품목; 생선만두탕, 칠향계탕, 잡탕, 금중탕, 과물음, 초계탕, 시래기탕, 골탕, 게탕  
주재료; 생선, 고기, 달걀, 암탉, 통도라지, 녹말, 전복, 해삼, 양, 포포, 다시마, 고비, 쇠머리골, 게, 토란, 무우, 배추, 오이

단위; 종지, 응큼, 홉, 편, 숟가락 크기, 손가락만한 크기

조미료; 식초, 장, 참기름

향신료; 후춧가루, 통천초, 통과, 생강

칼질법; 곱게 썬다, 반듯하게 자른다

가열법; 끓인다, 중탕한다, 삶다

주조리법; 달인다, 갖을 예쁘게 여민다, 푼다, 볶다, 통째로 튀하다, 털을 뽑다

### 조리상의 특이점

생선만두탕; 장국에 갖은 양념을 넣고 달인 후 생선과 고기를 썰고, 다음에 생선만두를 넣는다.

칠향계탕; 묵은 암탉을 튀하여 털을 뽑고 식초, 통과, 후춧가루 등 7가지 향신료를 닭속에 넣고 항아리에 담아 중탕하여 삶는다.

잡탕; 모든 고기를 숟가락 크기만하게 반듯하게 잘라서 순색으로 볶아내고, 모든 꾸미를 준비한 후에 장국물을 심심하게 하여 오랫동안 끓인다. 거의 다 끓으면 오이를 넣는데 오이가 거의 익어 푸른 빛이 있을때 먹으면 좋다.

금중탕; 묵은 닭을 흐물러지게 삶고 다시마, 포포, 무우를 잘라서 합하여 끓인 후 장을 부어 간을 맞추어 먹는다.

초계탕; 닭을 튀하여 기름기를 제거하고 흐물러지게 삶아서 파와 수란을 넣은 후에 장, 초를 타서 먹으면 좋다.

과물음; 늙은 오이 껍질을 벗겨 그 속에 잣, 고기를 넣고 녹말이나 진말로 묻혀서 참기름에 볶아낸 후에 장국에 넣어 달여서 오이가 붕그러지면 잘라서 먹는다. 오이는 본래 담한 것이므로 장을 타야 맛이 좋다.

시래기탕; 무우, 배추가 연할 때 햇볕에 말렸다가 겨울에 삶아 어육 등의 꾸미를 많이 넣어 따뜻한 때 먹는 것이 좋다.

골탕; 쇠머리속의 골을 벗겨내고 소금을 뿌려 둔다. 진말에 묻혀 달걀을 씌워 볶아낸 후 끓인다. 이때 황육, 장, 기름, 모밀가루를 넣고, 통잣 1개씩을 그 속에 박아서 달여 익힌 후 천초, 후춧가루를 뿌려서 먹는다.

계탕;계껍질과 썬겨기를 빵아 걸러낸 후 줄거리나 포채를 삶아 계장과 함께 버무린 후 장국에 양념을 넣고 달인다.

## 2) 찜

조리품목;생치찜, 전복찜, 영계찜, 고사리찜, 붕어찜, 된장찜, 말찜, 생치찐지, 오계찜, 헤어찜, 양찜

주재료;찜, 밀가루, 미나리, 표포, 순무우, 도라지, 고비, 표고버섯, 다시마, 쇠고기, 오이, 양, 돼지고기, 말즙, 전복, 달걀, 녹말, 영계, 송이버섯, 말, 장국, 오골계, 바닷고기

조미료;참기름, 식초, 된장, 기름, 깨소금, 여러 가지 양념, 잣가루

향신료;천초, 후추가루, 생강, 파, 고추, 통천초  
준비법;끓는 물에 튀하여 털을 뽑아낸다, 씻는다, 전복 끝을 잘라낸다, 비늘을 긁어낸다, 껍질을 벗긴다, 속을 파낸다

주조리법;두들겨 짓이겨서 속을 채운다, 실로 꿰맨다, 짓찜다, 달인다, 끓인다, 덩어리로 만든다, 빵아넣다, 버무리다

가열법;끓인다, 지지다, 삶다, 찌다, 볶다, 달인다, 중탕한다

식기 및 부엌용품;채, 그릇, 숯불, 솥, 강그레, 주사틀

### 조리상의 특이점

생치찜;장국을 난폭하게 끓이면 그 국물이 모두 끓어서 나머지가 있게 마련인데 만일 없으면 뒤에 매우 부드러운 말즙을 사용한다.

전복찜;전복 삶은 물은 별도로 놓아둔다. 전복에 속을 파내어 갖은 양념을 다하여 두들겨 짓이겨서 파낸 속을 다시 채우고 녹말을 묻혀서 기름에 지지낸 후 전복 삶은 물을 장국물에 타서 끓이고 달걀을 풀어 먹는다.

영계찜;배를 갈라 내장을 꺼낸 후 여러가지 양념을 마구 짓찜어서 유장을 섞어 주물러서 생치찜 처럼 찜낸다.

고사리찜;기름을 타서 장국물을 달여 완전히 익은 후에 말즙을 풀고 깨소금과 후추가루를 뿌려서

먹는다.

붕어찜;붕어배를 파내고 구색양념을 하여 기름에 지지내고 장국을 달인다. 오래 달인 후에 식초를 조금 넣으면 뼈와 가시가 부드러워진다.

된장찜;기름이 뜨지 않고 물이 새지 않은 된장을 체로 걸러 많은 향신료와 함께 숯불위에 올려 놓고 달여서 익으면 단내가 난다. 천초를 많이 넣으면 된장의 좋지 않은 맛을 제거하고 그 냄새가 향기롭다.

말찜;좋은 말을 삶아서 기름을 제거하고 말려서 볶아내고, 채소와 함께 달여 통천초, 깨소금을 뿌려 식혀서 먹는다.

생치찐지;오이를 썰어 볶아내고 생치는 것이겨 덩어리를 만든다. 장국을 붓고 세차게 달여서 꺼내려 할때 볶은 오이를 넣어 식혀 먹는다.

오계찜;갖은 양념을 오골계에 넣고, 몸뚱이에 바르고 따로 양념을 남겨둔 후에 솥안에 강그레를 설치하고 닭을 그 위에 올려 놓고 남은 양념을 또 넣고 찜내어 먹는다.

해어찜;바닷고기를 주사틀에 물을 걸러서 잠깐 삶아낸다. 오골계찜처럼해서 미나리와 파를 넣어 뭉그러지게 찜서 먹는다.

양찜;양념과 함께 넣고 향아리 입을 진흙으로 바르고 땅을 파고 것불속에 묻어 놓고 다음날 아침에 초장을 찍어 먹으면 좋다. 것불로 찜면 좋으나 중탕하여 찜는 것이 좋을 듯하다.

## 3) 구 이

조리품목;고기지짐, 사술산적, 고기구이, 영계구이, 장산적, 설화떡적

주재료;고기, 표고버섯, 석이버섯, 장국, 밀가루, 영계

조미료;소금, 기름, 잣가루, 깨소금, 참기름, 기름장, 진말

향신료;후추가루, 생강, 파, 마늘즙, 천초가루, 통천초, 고추, 잣

준비법;소금물에 씻어낸다, 사지를 바르게 잘라내고 물기를 빠뜨린다.

칼질법;빚겨썰다, 칼로 뼈를 부순다, 칼날로 두들



기다, 알뜰하게 썰다  
 주조리법; 버무리고 재운다, 장국을 붓다, 타다,  
 기름장에 재운다, 누비듯이 꿰매다, 식히다.  
 가열법; 달인다, 끓이다.  
 단위; 치, 푼, 숟가락  
 식기 및 부엌용구; 꼬치

#### 조리상의 특이점

고기지짐; 고기와 양념을 함께 채우고 기름에 재워  
 서 급히 달여 익혀서 스스로 걸쭉한 즙이 생긴  
 후에 장국을 붓고 세차게 달이고 막 익었을때 먹  
 는다.  
 영계구이; 영계의 사지를 바르게 잘라내고 칼로 뼈  
 를 부순 후에 장에 재웠다가 한참 있다가 깨소금  
 과 진말을 넣고 함께 섞어서 굽는다.  
 장산적; 칼로 자근자근 고기를 두들겨 고기 조각이  
 서로 달라 붙게한 후 급히 구어내어 몹시 건조할  
 때 먹는다.

#### 4) 식해와 젓갈

조리품목; 개젓, 납삭젓, 멸치젓, 식해  
 주재료; 게, 장국물, 쌀, 조개, 전복, 옛기름가루  
 조미료; 소금물, 기름  
 향신료; 고추, 통천초, 생강, 후추  
 준비법; 깨끗이 씻다.  
 주조리법; 담다, 장국물을 끓인다, 식히다, 끓어낸  
 다, 달인다.  
 단위; 되, 수저, 종지  
 식기 및 부엌용구; 항아리, 대나무그릇, 체

#### 조리상의 특이점

모든 것은 모두 소금에 절여서 것이 된 후에 젓을  
 건져내어 다시 비늘과 거친 것을 끓어낸 후에 그  
 젓국물을 체로 걸러 소금물을 더 붓고 세차게 달  
 인다.

#### 5) 놀 음

조리품목; 동화놀이, 황향놀이, 생선놀이  
 주재료; 노동화, 돼지고기, 녹말, 달걀, 집, 연한  
 고기, 도라지, 진말, 생선  
 조미료; 기름장, 소금, 장, 깨소금

향신료; 후추, 생강  
 주조리법; 겹질을 벗긴다, 썰다, 재워두다, 짓이기  
 다, 버무리다, 섞다, 간을 맞추다, 칼로 두들기  
 다, 생선뼈를 발라내다, 반듯하게 여민다.  
 가열법; 볶다, 달이다.  
 단위; 게, 치  
 식기 및 부엌용구; 대꼬챙이

#### 조리상의 특이점

동화놀이; 고기를 만두속처럼 짓이겨서 갖가지 양  
 념을 함께 넣고 기름장으로 고루 버무리 볶아내  
 어 동화 썰은 것을 싸는데 대꼬챙이로 4 개씩 꿰  
 어서 볶아낸다.  
 황향놀이; 고기와 양념을 함께 버무리 뽁뽁하게 썰  
 후에 칼로 두들겨 볶아내어 예쁘게 갖을 잘라낸  
 다음 장국을 간을 맞추고 여러 양념과 기름을 넣  
 고 세차게 달인다.

#### 6) 자 반

조리품목; 도미어장, 저육장  
 주재료; 돼지고기, 두부, 새우, 조개, 도미  
 조미료; 기름, 장국물, 참기름  
 향신료; 파, 생강, 통과  
 준비법; 자른다, 썰다  
 주조리법; 간을 맞추다  
 가열법; 달인다, 졸인다

#### 조리상의 특이점

도미어장; 도미를 깨끗이 씻어 세차게 달여 뼈와  
 살이 흐물러져 풀어지게 오랫동안 달인다. 자반  
 의 일종이다.  
 저육장; 돼지고기를 자르고 두부를 두텁게 썰은 후  
 에 새우, 조개의 젓국물로 간을 맞추고 세차게  
 달인다.

#### 7) 김 치 류

조리품목; 가을 김치 담그는 법, 짠지, 동치미, 섞  
 박지, 울섞박지, 싱검지  
 주재료; 무우, 배추, 갓, 오이, 가지  
 특수재료; 젓갈(조기젓, 준치젓, 새우젓), 대하,  
 청각, 생전복, 석이버섯, 표고버섯, 소라, 굴

조미료;소금

향신료;생강, 천초, 파, 고추, 마늘, 후추, 볶은 깨

준비법;절이다, 걸쳐놓다, 담그다, 벗기다, 재우다, 말리다, 깨끗이 씻다

칼질법;벗기다, 썰다, 가르다, 끊어내다

주조리법;켜켜이 섞어 담다, 간간이 절이다, 휘저어 낸다, 재우다, 씻어낸다, 생수에 담근다, 건염에 재워둔다

보온, 냉각;서늘한 곳에 놓아둔다

식기 및 부일용구;독, 항아리, 체, 그릇, 소반, 유지

단위;동이, 되, 말

### 조리상의 특이점

가을 김치 담그는법;김치를 담근 후에 소금에 절인 무우, 배추잎을 덮어 놓는다, 오래 되어 줄어들면 익어서 먹게 된다. 생강과 마늘 짐을 많이 넣고 호파, 오이, 고추잎, 가지는 그 시절에 소금에 절여 두었다가 사용한다.

짠지;무우 껍질을 벗기고 소금에 재워 건져내어 생수에 휘저어 물기가 마른 후 독안에 담근다, 양념을 켜켜이 섞어 담근 후에 처음 무우를 절였던 소금물을 부어 넣는데 싱거우면 소금을 더 넣어 오래 두었다가 먹는다.

동치미;소금에 며칠 재운 후 냉수를 많이 붓고 씻어낸 후 독에 담근다. 천초와 고추씨를 빼고 가운데를 갈라서 켜켜이 담근 후 무우를 재웠던 소금물을 체로 걸러서 간을 맞추어 붓는다.

섞박지;줄기는 짠맛이 배지 않고 잎만 겨우 짠맛이 들 때에 꺼내어 짓갈과 여러 양념을 섞어 켜켜이 담는다. 국물을 항아리에 가득히 붓는데 많은 양의 국물을 별도의 그릇에 남겨두었다가 자주 부어 주면 냄새가 나지 않고 좋다. 짓갈중에는 조기젓이 가장 좋으나 김치를 담글때는 젓국물을 넣으면 맛이 이상하고 좋지 않으니 사용하지 않는 것이 좋다.

울섞박지;김치가 너무 짜면 김치국물을 붓고, 너무 싱거우면 짠지 국물을 부으면 좋다. 유지로

항아리를 봉하여 김이 새어나가지 않게 해야 하는데 국물이 줄어들어 냄새가 나지 않도록 한다.

짠지;무우를 건염에 재워 소금이 저절로 녹아 무우가 부드러워진다. 객수는 쓰지 않고 소금만 사용한다.

싱검지;무우에 생강, 후추 등을 섞어 담그는데 가령 1동이를 담근다면 소금 1되를 물에 타서 담근다.

### 8) 기 타

조리품목;약포

주재료;연한 황육

조미료;천초가루, 장, 기름, 온갖 양념

향신료;후추가루, 생강가루

준비법;세차게 버무려서 펼쳐 말린다.

칼질법;칼날로 오랫동안 두들긴다.

### 조리상의 특이점

고기가 연하지 않으면 도마위에 올려놓고 칼날로 두들겨서 부드럽게 한 후 양념을 혼합한다.

## 3. 조미료

### 1) 장

조리품목;간장, 청장, 고추장, 집장, 장맛이 변한 것을 구제하는 법

주재료;콩, 메주, 진말, 누룩, 참쌀, 보리쌀

특수재료;사삼, 길경, 콩잎, 콩깍지, 느릅나무열매, 우박, 무김치, 석이 표고, 더덕, 탁나무잎, 가지, 오이

조미료;소금, 진간장, 고추가루, 생강

주조리법;따다, 혼합하다, 버무리다, 짓이기다, 말리다, 술질하다, 깨끗이 씻다, 저미다, 볶다, 뺀다, 펼치다, 끊이다, 휘젓다, 삶다, 켜켜이 넣다.

특수기법;짚으로 싸이두다, 서리와 눈이 들어가면 좋다.

가열법;삶다, 찌다, 안치다.

단위;말, 동이, 홉, 되, 일, 이레, 조각

식기 및 부일용구;체, 부대, 항아리

### 조리상의 특이점

간장;콩을 삶아 짓이겨 메주를 만들어 짚으로 싸아둔다. 오래 되면 거죽이 하얗게 되는데 꺼내어 술질하여 두었다가 3월경에 항아리에 담근다. 햇볕이 잘 드는 곳에 놓아두고 남은 소금물로 자주 부어 주어야 장이 많다. 사삼과 길경을 씻어 말려 물에 담가두면 쓴맛이 없어지는데 장을 담글때 독밀에 넣어두면 장맛이 좋다.

청장;콩을 삶고 진말을 잘 볶아 빵아 색깔이 누렇게 되도록 온돌에 펼쳐서 말린다. 소금을 끓는 물에 타서 햇볕에 놓아두고 자주 휘저어 장을 만든다. 누룩과 소금을 섞어 독안에 넣고 꼭 봉하여 두면 장맛이 좋다.

장맛 변한 것을 구제하는 법;우박 1, 2 되를 독속에 넣거나 야간에 장독을 열어놓아 서리와 눈이 들어가면 좋다.

고추장;고루 섞어 버무린 후에 생강 저민 것과 무김치 저민 것, 석이, 표고버섯, 길경, 더덕 등을 썰어 넣고 담그면 맛이 변하지 않고 좋다.

집장;다나무잎으로 안치기를 하고 메주를 펴고 하기를 반복하였다가 싸두고 6, 7일후에 꺼내어 말리고, 뚜껑을 꼭 덮어서 신초를 많이 쌓아 높은 독에 두었다가 두이레 후에 내어 쓴다. 만일 날이 뜨겁지 않아 풀이 잘 썩지 않으면 아침에 끓는 물을 부어 주는 것이 좋다.

### 2) 식 초

조리품목;식초, 시초, 조초, 창포초

주재료;가을 보리쌀, 누룩, 쑥, 술, 감, 청주, 대추, 오매, 창포

주조리법;담그다, 붓다, 불에 구워 담그다, 씻다, 섞다, 찜다, 익혀 덮다, 끓이다

단위;말, 되, 동이, 세이레, 잔, 개

식기 및 부엌용구;사기, 항아리, 유지, 보자기

### 조리상의 특이점

식초;물을 팔팔 끓여 항아리에 담고 유지로 봉하고 청색 보자기를 덧씌우고 쑥을 익혀 덮어 두었다가 세이레가 지난 후에 쓴다. 1잔을 꺼내어

쓰면 술 1잔을 도로 채워 넣는다.

시초(감초);감이 붉어지려고 할 때 따서 사용하는데, 초를 거의 먹었으면 다시 좋은 술을 붓고 구운 누룩을 담가서 쓰면, 다시 감을 넣지 않는다.

### 3) 조청 만드는 법

주재료;찰기장쌀, 엿기름, 정화수, 대추

주조리법;찜다, 깨끗이 씻다, 짓다, 섞다, 걸르다, 흐무리지도록 한다.

가열법;중탕한다

단위;말, 되, 홉, 일

식기 및 부엌용구;사기항아리, 삼베주머니, 솥, 사기병, 기름종이

### 조리상의 특이점

찰기장쌀을 찜어 밥을 짓고 따뜻할 때에 엿기름가루와 정화수를 고루 섞어서 따뜻한 방안에 놓아둔다. 고운 삼베부대로 걸러서 맑은 즙을 취하여 사기병속에 넣고 대추살을 추가하여 중탕하여 대추가 흐무리지도록 한다. 그런 다음 기름종이로 병입을 싸고 사기그릇으로 덮어서 홉속에 파묻었다가 30일후에 꺼내어 보면 꿀이 된다.

### 4. 후 식(떡, 만두류)

조리품목;계란떡, 양만두, 생선만두, 처님만두, 생치만두

주재료;달걀, 생선, 고기, 양, 녹말, 송어, 표고버섯, 처님, 꿩, 무우, 두부

조미료;기름, 깨소금, 기름장, 초장, 잣가루, 모밀가루

향신료;생강, 후추, 파

준비법;번철에 기름칠한다, 양의 내외피를 벗긴다, 씻는다

주조리법;부친다, 얇게 썬다, 칼날로 자근자근 두들긴다, 갖을 붙인다, 짓이킨다, 갖을 췌맨다, 삶는다.

식기 및 부엌용구;대까치, 번철, 소쿠리

### 조리상의 특이점

표 1. 재료의 종류 및 사용빈도

	술		반찬		조미료		후식	
	재료	빈도	재료	빈도	재료	빈도	재료	빈도
주재료	누룩	64	고기	18	콩	2	생선	2
	참쌀	43	달걀	11	메주	2	고기	2
	멥쌀백미	41	무우	12	보리쌀	2	녹말	2
	밀가루	8	밀가루	8	누룩, 참쌀	2	달걀	1
	좋은 술	19	닭	7	감청주 대추	1	양	1
	밑술	28	오이	7	좋은 술, 쑥	1	송어	1
	엿기름	1	녹말	7	오매, 창포	1	표고	1
	모밀쌀	1	생선, 표고버섯	6	사삼, 길경	1	처남	1
	차좁쌀	1	콩, 말집	5	콩잎, 콩깍지	1	날평	1
	백미	1	도라지, 표고	4	우박, 무김치	1	무우	1
	보리	1	다시마, 배추	4	석이, 표고	1	두부	1
	녹두	1	석이버섯, 미나리	4	더덕, 가지	1	모밀가루	1
	부본	1	전복, 두부	3	오이, 엿기름	1		
	황밀	1	양, 고비, 게	2				
			대하, 고사리	2				
			조개, 모밀가루	2				
			해삼, 쇠머리골	1				
		토란, 가지, 청각	1					
		소라, 굴, 붕어	1					
		곤자소니, 엄통	1					
		콩팥, 노동화	1					
		도미, 쌀, 부추	1					
		엿기름, 죽순	1					
조미료	지초	1	소금	18	소금	2	기름	1
			기름	13	장, 진간장	1	초장	1
			장, 참기름	7			깨소금	1
			장국, 깨소금	6			유장	1
			식초, 유장	5			장	1
			젓국물	4			참기름	1
향신료	후추가루	1	생강	22	고추가루	1	생강	3
	천초가루	1	후추	21	생강	1	후추	3
	건강가루	1	파(18), 천초(12)				파	3
			통 파(8), 잣(6), 통 천초(6), 마늘 (4)				잣가루	1

계란떡; 계란을 부칠 때는 번철에 기름칠을 먼저 한다. 초장은 모두 생강과 파를 꼭 사용하는 것이 좋다.

양만두; 양의 내외피를 벗겨내어 얇게 썰어서 고르게 두들겨서 잠깐 녹말을 묻힌 후에 만두처럼 싸고 다시 녹말에 굴러 갖을 꿰매어 팔팔 끓는 물에 삶아내고, 냉수에 씻어낸 후에 초장에 양념하여 먹는다.

생선만두; 양만두처럼 삶아내어 냉수에 씻어낸 후

에 초장을 찍어 먹는다.

처널만두; 여러 속을 만들고 처널으로 싸서 녹말을 묻혀 실로 갖을 꿰매고 대까치로 꿰매어 삶아 먹는다.

### III. 結果 및 考察

복식방을 分析한 결과에 따라서 이들을 材料, 調理技法, 칼질법, 計量, 單位, 加熱法, 食器 및

표 2. 調理技法의 種類 및 頻度

술		반 찬		調味料		후 식	
종 류	빈도	종 류	빈도	종 류	빈도	종 류	빈도
씻다	39	재우다	13	혼합하다	2	갖을 여민다	3
빚다	38	씻다	12	말리다	2	기름칠한다	1
섞다	37	볶다	10	씻다	2	부치다	1
가루 만들다	37	버무리다	8	볶다	2	벗겨내다	1
혼합하여 빚다	28	채우다	6	뺀다	2	씻다	1
담그다	26	벗기다	5	걸르다	2	짓이기다	1
봉하다	14	붓다	5	담가두다	2	속을 만든다	1
버무리다	11	담그다	4	붓다	2	걸러내다	1
밥짓다	9	섞다	4	따다	1	버무리다	1
걸러내다	8	켜켜이 섞다	3	버무리다	1		
공병을 만들다	5	담는다	3	짓이기다	1		
짓이기다	5	발라내다	3	술질하다	1		
휘젓다	5	짓이기다	3	켜켜이 놓다	1		
뺀다	4	뺀다	2	펼치다	1		
벗기다	3	뺀다	2				
뭉치다	3	펼쳐놓다	2				
버리다	3	찜다	2				
재우다	2	꿰매다	2				
말리다	2	뺀다	2				
켜켜이 놓다	2	여민다	1				
덮다	2	튀하다	1				
쪄개다	1	휘저어 낸다	1				
갈다	1	절이다	1				
반죽하다	1	두들기다	1				
걸어내다	1	짓썰다	1				
붓는다	1	혼합하다	1				
구빔떡 만들기	1	말리다	1				
비틀어 짜다	1						

부엌 用具 등으로 나누어 정리하고 그 頻度 등을 분석하여 調理科學의인 면에서 考察하고자 한다.

1. 材 料

調理加工에 사용된 主材料 및 特殊材料, 調味料, 香辛料의 種類와 頻度는 (표 1)과 같다.

2. 調理技法

복식방에 나타난 준비법, 主調理法, 特殊技法등 調理技法 및 빈도는 (표 2)와 같다.

3. 칼 질 법

복식방에 나타난 칼질법의 종류와 빈도는 (표 3)과 같다.

4. 加 熱 法

표 3. 칼질법의 종류와 빈도, 加熱法の 종류와 빈도

	술		반 찬		조미료		후 식	
	종 류	빈도	종 류	빈도	종 류	빈도	종 류	빈도
칼질법의 종류와 빈도	썰다	6	썰다	13	저미다	1	썰다 칼날로 두들긴다	3
			자른다	8				2
			칼날로 두들긴다	4				
			긋어내다	3				
			벗겨썰다	2				
		가른다	1					
가열법의 종류와 빈도	찌다	53	달인다	15	삶다 끓인다 증탕한다	3 1 1	삶다	4
	죽썰다	18	끓인다	12				
	끓인다	14	삶다	10				
	달인다	9	찌다	4				
	삶다	4	굽다	4				
	증탕하다	2	증탕하다	3				
	익히다	2	지지다	3				
	김을 올린다	1	졸인다	1				
식기, 부엌용구 의 종류 와 빈도	독	9	항아리	10	항아리 장독 기름종이 보자기 체 부대 그릇 초 숯 사기병	3 2 2 2 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	번철 소쿠리 대까치	1
	그릇	6	체	7				1
	병	5	대꼬챙이	3				2
	주머니	5	숯	2				2
	항아리	5	정그레	2				1
	부대	3	독	1				1
	체	3	그릇	1				1
	시루	2	기름종이	1				1
	주조	1	번철	1				1
	보자기	1	백지	1				1
	남향	1	숯불	1				1
	술주자	1	대나무그릇	1				1
	허칭	1	주사틀	1				1
	대나무그릇	1						
	은그릇	1						
	질항아리	1						
	숯	1						

표 4. 計量單位의 種類와 頻度

	술		반찬		조미료		후식	
	종류	빈도	종류	빈도	종류	빈도	종류	빈도
양(量)	말	64	개	3	말	6		
	되	57	되	2	되	5		
	흡	23	종지	2	동이	2		
	병	12	동이	1	흡	2		
	보시기	10	말	1	잔	1		
	개	4	수지	1	개	1		
	동이	4	흡	1	조각	1		
	섬	2	옹큼	1				
	마리	1	편	1				
	탕기	1						
길이 및 넓이			치	2				
			푼	1				
무게	냥	7						
	근	5						
	돈	3						
시간	이레	12			이레	2		
	일	10			일	1		
	개월	1						

복식방에 나타난 加熱法의 種類 및 빈도는 (표 3)과 같다.

5. 食器 및 부엌용구

調理加工에 사용된 食器 및 부엌용구의 種類 및 사용빈도는 (표 3)과 같다.

6. 計量單位

복식방에 나타난 단위의 종류와 빈도는 (표 4)와 같다.

IV. 結 論

복식방을 調理科學的으로 분류하고 分析한 結果는 다음과 같다.

1. 수록된 음식 125 가지를 술, 반찬, 조미료, 후식으로 분류하였으며, 술은 약주류 31 가지, 가향주류 6 가지, 속성주류 2 가지, 탁주류 17 가

지, 감주류 2 가지, 소주류 3 가지, 약용약주류 4 가지, 혼양주류 2 가지, 절기주류 1 가지, 기타로는 술달이는 법, 술을 마셔도 취하지 않는 법, 주적을 푸는 법이 있고 반찬으로는 국 9 가지, 찜 11 가지, 구이 6 가지, 볶음 3 가지, 자반 2 가지, 김치류 6 가지, 기타로는 약포가 있고 조미료로는 장 4 가지 외에 변한 장맛을 구제하는 법이 있고 식초 4 가지와 조총 만드는 법이 있고 후식으로는 떡과 만두가 5 가지 있다.

2. 음식에 사용된 주재료는 술에는 누룩 등 14 가지로 곡물 및 곡물가공품이 많이 이용되었다. 반찬에는 밀가루, 쇠고기, 생선, 야채 등 43 가지의 재료가 광범위하게 사용되었다. 조미료에는 술, 메주등 24 가지, 후식에는 밀가루 등 12 가지의 재료가 사용되었다.

3. 조리법은 준비법, 칼질법, 주조리법, 특수기법으로 분류해 본 결과 그 조리법은 다양하고 자세히 표현되었다.
4. 가열법은 11 가지가 나타나며 끓이다, 삶다 등의 濕熱調理法과 굽다, 볶다 등의 乾熱調理法, 지지다 등의 기름을 이용한 加熱法등 다양하다.
5. 計量단위는 말, 되 등의 주로 양을 나타내는 單位 14 가지가 많이 사용되었으며 이레 後 등 기간이 많이 명시되어 있었고 그 기간이 1 개월에 해당하는 것도 있었다.
6. 조리에 사용된 식기 및 부엌용구는 항아리, 시루, 갱그레 등 30 여 가지로 특수한 기구들이 사용되었다.
2. 이성우:이조시대 조리서의 분석적 연구, 한국정신문화연구원(1982)
3. 이성우:한국식품 사회사, 교문사(1984)
4. 이성우:한국요리문화사, 교문사(1985)
5. 신기철:새우리말 큰 사전, 삼성출판사(1982)
6. 김귀영:김승진대 주방문의 조리가공학적고찰, 상주농업전문대학 논문집, 제 22 집(1983)
7. 강인희, 이경복:한국식생활풍속, 삼영사(1984)
8. 윤서석:증보 한국식품사연구, 신광출판사(1985)
9. 권순형:"음식방문"속의 술방문에 관한 분석적고찰, 식품영양연구지, 3, (1989)
10. 장지현:한국전래발효식품사, 수학사, (1989)

## V. 참고문헌

(1990년 10월 5일 수리)

1. 이성우:한국식경대전, 향문사(1981)