

김치문화의 변천에 관한 문헌적 고찰

이 호 지
(한양대학교 교수)
이 혜 경
(보훈병원 영양사)

목 차

I. 서론	2. 조리용구
II. 김치류의 종류와 빈도	3. 조리용어
III. 김치류에 사용된 계량단위, 조리용구, 조리용어	IV. 요약 및 결론 참고문헌
1. 계량단위	

I. 서 론

김치는 무우, 배추를 주재료로 하고 파, 마늘, 생강, 고춧가루, 젓갈로 버무려 익힌 것으로 한국에서 개발한 고유한 채소염장 식품이다.¹⁾ 한국 김치의 개발과 발달은 영하의 추운 겨울을 3~4개월 지내야 하는 자연환경에 대처하느라 이루어진 것이다.²⁾ 예전에는 겨울에 신선한 채소가 귀하므로 채소 저장의 필요성을 느꼈고 그와 함께 각종 저장법이 발달하였다.

김치에 대한 처음 기록은 「시경(詩經)」의 “저(菹)”이었으나 우리나라 문헌에 기록된 것은 이규보의 「동국이상국집」에서 김치 담그기를 지염(漬鹽)이라 한 것이 최초였다. 그후 지(漬)으로 표기하고 이것은 침채(沈菜)→팀채→딤채→짐채→김채→김치의 명칭변화 과정을 거쳐 현재의 김치에 이르게 되었다.³⁾ 김치 담금의 초기단계인 상고시대에는 소금, 소금과 누룩, 소금과 술, 소금과 술지게미, 장류등에 순무우, 가지, 죽순등을 절이는 염지(鹽漬)의 단계였었다.⁴⁾ 그것이 신라, 고려시대로 오는 동안 숭불환경에 영향을 받아 침채(沈菜)로 발달하였다.⁵⁾ 그러나 신라, 고려시대에도 향신료로 천초, 호초, 생강등을 사용하였을 뿐 고춧가루를 사용하지 못했다. 고춧가루는 16C 임진왜란을 전후하여 우리나라에 유입되면서 비로소 김치에도 사용하게 되었고 「산림경제」의 오이김치가 고춧가루를 사용한 김치의 최초기록이다. 김치에 젓갈을 사용한 것은 그보다 훨씬 후의

1) 윤서석, 증보한국식품사 연구, 신광출판사, 1986, p180.

2) _____, 상계서 _____, 신광출판사, 1986, pp180.

3) 이성우, 고려이전의 한국식생활사 연구, 향문사, 1978.

4) 윤서석, 한국의 전래생활, 수학사, 1983, p73.

5) _____, 상계서 _____, 수학사, 1983, p73.

일이며 「규합총서」의 썩박지에 처음 짓갈을 넣었다. 김치에 고춧가루와 짓갈이 병용되기 시작한 18C전후로 담금법에 혁신적인 변화를 보였고 김치의 종류도 많아졌으므로 조선시대에 와서 김치가 보다 세분화되었고 섬세화 하였으며 다양해졌음을 알 수 있다. 또 요즈음 같은 결구형통배추는 19C에 유입되었으므로 그 이전의 대부분의 김치는 무우를 위주로 하는 김치가 선행하였고 라복함저(蘿蔔鹹菹), 침나복저(沈蘿蔔菹)와 같은 무우김치가 「증보산림경제」에 기록되어 있다. 따라서 보쌈김치나 통배추 김치의 역사는 그리 길지 않음을 알 수 있다.⁶⁾

김치는 익는 동안에 유기산을 생성하여 식욕을 촉진시키며 고춧가루의 매운맛 성분인 캡사이신(Capsicin)은 함께 사용한 짓갈에 들어있는 지방산의 산화를 방지하며 비린내를 가시게 한다.⁷⁾ 또한 주재료인 무우, 배추, 갓, 미나리 등에 Vitamin A, Vitamin C, 무기질이 풍부히 들어있고 짓갈에서 단백질과 칼슘이 보강된 영양이 풍부한 음식으로써 미각을 돋구어 주는 토착성이 짙은 음식이다.⁸⁾ 또 지방에 따라 고춧가루 사용이 많고 적음과 짓갈사용의 종류 등이 구분되는데 북쪽 추운 지방에서는 고춧가루를 적게 사용하며 전라도와 경상도 지방은 맵고 짓갈을 많이 사용한 짠 김치 등을 주로 담근다.⁹⁾ 특히 전라도 지방에서는 찹쌀풀을 넣는 것이 특징이다.

김치에 관한 선행연구로는 윤¹⁰⁾의 「정창원문서」에서 유추한 한국 고대의 장류와 채소절임, 이¹¹⁾의 中·韓·日에서의 김치류의 변천과 교류에 관한 연구, 송¹²⁾의 김치에 관한 문헌고찰 및 최적 숙성시의 염도관리에 대한 연구, 윤¹³⁾의 김치 가공법에 있어서의 조선초기와 후기의 비교 고찰, 이 등¹⁴⁾의 「주방문」의 조리에 관한 분석적 연구, 장¹⁵⁾의 한국 저채류 제조사 등이었고, 그외에 김치의 가공 및 화학적 분석에 관한 연구가 많이 있었다.

6) 송혜연, 김치에 관한 문헌고찰 및 최적 숙성시의염도관리에 대한 연구, 세종대학 대학원 석사학위 청구논문, 1979.

7) 윤서석, 증보 한국식품사 연구, 신광출판사, 1986, 0180.

8) 윤덕인, 김치 가공법에 있어서의 조선초기와 후기의 고찰, 중앙대학교 대학원 석사학위 청구논문, 1979.

9) 송혜연, 전게서, 세종대학 대학원 석사학위 청구논문, 1983.

10) 윤서석, 「정창원 문서」에서 유추한 한국고대의 장류와 채소절임, 가정문화 논총 Vol 1. 1987.

11) 이성우, 中·韓·日에서의 김치류의 변천과 교류에 관한 연구. 한국 영양식량학회지 Vol 4(1). 1975.

12) 송혜연, 상계서, 세종대학 대학원 석사학위 청구논문, 1979.

13) 윤덕인, 전게서, 중앙대학교 대학원 석사학위 청구논문, 1979.

14) 이성우, 김귀영, 「주방문」의 조리에 관한 분석적 연구, 한국신문화 학회지 Vol 1(4). 1986.

15) 장지현, 한국저채류 제조사, 고대 민속문화연구소, 1972.

종류	번호	빈도																			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
김치	1																				
김치	2																				
김치	3																				
김치	4																				
김치	5																				
김치	6																				
김치	7																				
김치	8																				
김치	9																				
김치	10																				
김치	11																				
김치	12																				
김치	13																				
김치	14																				
김치	15																				
김치	16																				
김치	17																				
김치	18																				
김치	19																				
김치	20																				
김치	21																				
김치	22																				
김치	23																				
김치	24																				
김치	25																				
김치	26																				
김치	27																				
김치	28																				
김치	29																				
김치	30																				
김치	31																				
김치	32																				
김치	33																				
김치	34																				
김치	35																				
김치	36																				
김치	37																				
김치	38																				
김치	39																				
김치	40																				
김치	41																				
김치	42																				
김치	43																				
김치	44																				
김치	45																				
김치	46																				
김치	47																				
김치	48																				
김치	49																				
김치	50																				
김치	51																				
김치	52																				
김치	53																				
김치	54																				
김치	55																				
김치	56																				
김치	57																				
김치	58																				
김치	59																				
김치	60																				
김치	61																				
김치	62																				
김치	63																				
김치	64																				
김치	65																				
김치	66																				
김치	67																				
김치	68																				
김치	69																				
김치	70																				
김치	71																				
김치	72																				
김치	73																				
김치	74																				
김치	75																				
김치	76																				
김치	77																				
김치	78																				
김치	79																				
김치	80																				
김치	81																				
김치	82																				
김치	83																				
김치	84																				
김치	85																				
김치	86																				
김치	87																				
김치	88																				
김치	89																				
김치	90																				
김치	91																				
김치	92																				
김치	93																				
김치	94																				
김치	95																				
김치	96																				
김치	97																				
김치	98																				
김치	99																				
김치	100																				

<표 1> 김치의 종류와 빈도

번호	김치이름	지역															
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
53	평원관동지보배																
54	원성막지																
55	월두김치																
56	생선김치																
57	수삼김치																
58	수박김치																
59	순무김치																
60	순시김치																
61	송송김치																
62	산호김치																
63	생채김치(생김치)																
64	마리김치																
65	마리김치																
66	마리김치																
67	마리김치																
68	마리김치																
69	마리김치																
70	마리김치																
71	마리김치																
72	마리김치																
73	마리김치																
74	마리김치																
75	마리김치																
76	마리김치																
77	마리김치																
78	마리김치																
79	마리김치																
80	마리김치																
81	마리김치																
82	마리김치																
83	마리김치																
84	마리김치																
85	마리김치																
86	마리김치																
87	마리김치																
88	마리김치																
89	마리김치																
90	마리김치																
91	마리김치																
92	마리김치																
93	마리김치																
94	마리김치																
95	마리김치																
96	마리김치																
97	마리김치																
98	마리김치																
99	마리김치																
100	마리김치																

<표 1> 김치의 종류와 빈도

번	종류	빈도																													
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28		
105	장근냉채																														
106	장근냉채																														
107	부추냉채																														
108	소시냉채																														
109	소시냉채																														
110	냉채																														
111	냉채																														
112	냉채																														
113	냉채																														
114	가래냉채																														
115	냉채																														
116	냉채																														
117	냉채																														
118	냉채																														
119	냉채																														
120	냉채																														
121	냉채																														
122	냉채																														
123	냉채																														
124	냉채																														
125	냉채																														
126	냉채																														
127	냉채																														
128	냉채																														

<표 1> 김치의 종류와 빈도

본 논문에서는 752년부터 1984년까지 발행된 우리말 조리서 20권, 한문 조리서 41권, 총 61권을 중심으로 김치의 종류와 문헌에 기록된 빈도, 김치에 사용된 재료와 조리 방법의 변화, 계량단위, 계량용구, 조리용어 등을 고찰함으로써 김치문화를 이해하고 연구 하는데 도움이 되는 자료로 제시 하고자 한다.

II. 김치류의 종류와 빈도

김치류는 김치와 깍두기로 분류하였다. 김치는 116가지, 깍두기는 10가지였다.

1. 김 치

문헌에 기록된 김치의 종류와 빈도는 <표1>과 같다. 김치는 국물이 적고 건더기를 주로 먹는 김치와 국물을 많이 붓고 김치국물을 주로 먹는 김치로 구별할 수 있다. 국물이 적은 김치는 배추·무·가지·갓·파·오이·미나리 등의 채소를 소금에 절이고 파·마늘·생강·젓갈로 양념하여 고춧가루로 버무린 것이다. 국물이 많은 김치는 무·오이·동아·미나리 등의 채소를 그대로 혹은 소금에 절여서 파, 마늘, 생강으로 양념하여 국물을 부은 것이다. 김치류의 빈도는 동치미 24회, 김치(저(菹)) 18회, 산갓김치, 배추김치 9회, 보쌈김치 8회, 꼬들빼기 김치, 교침채, 나박김치, 오이김치, 전복김치 7회, 굴김치, 닭김치, 찐무김치, 열무김치, 용인엽과저 5회, 엄채, 잡저, 반지, 갓김치, 박김치, 파김치 4회, 치저, 가지김치, 평김치, 나복함저, 동과엄침채, 동과섞박지, 동과저, 물김치, 백김치, 외소침채 3회, 가지김치하월법, 겨자김치, 고추김치, 골곰짬지, 나복동침저, 무염침채, 동김치, 동저, 만청염침채, 만청저, 콩나물김치, 콩잎김치, 돌나무김치, 부추김치, 비늘김치, 순무김치, 어육김치, 우영김치, 용인과저, 젓국지, 젓무법, 지럼김치, 채칼김치, 꽃김치가 2회, 묘삼나박김치, 버무리김치, 분홍지, 생치침채법, 명월관생치침채, 생선김치, 수근염침채, 수근침채, 수박김치, 어리김치, 열가리김치, 열무물김치, 부추꽃김치, 고수김치, 고구마줄기김치, 깻잎김치, 검들김치, 곤쟁이젓김치, 외동침채, 녹두장음침채, 엄황과, 열젓국지, 외가지채, 오이젓무, 오이비늘김치, 유자침채, 집근저, 조이김치, 조가법, 조강법, 조산법, 죽순자법, 채김치, 총각김치, 청근염침채, 청근침채, 침즙저, 콩밭무우김치, 생강김치, 단무지김치, 동지김치, 동가침채, 들깨잎김치, 만청근저, 초시법, 침나복함저법, 침동과, 파래김치, 풋마늘곶절이, 향개침채, 오이김치하월법, 황과숙저법, 황과함저, 호박김치, 해물김치는 각각 1회씩 기록되어 있었다. 동치미가 24회로 가장 많이 기록된 김치였다. 김치는 김치, 저(菹), 침채(沈菜), 침저(沈菹), 엄채(淹菜), 지(漬)등으로 표기하였고 1670년에 발행된 「음식디미방」 이후의 문헌에 많이 기록되어 있었다. 「동국이상국집」에 처음 기록되었고, 1984년의 「민속조사보고서」는 54종류로 가장 많이 기록된 문헌이었다. 대표적인 국물 적은 김치라 할 수 있는 배추김치는 「연행일기」에서부터 기록되었고 대표적인 국물 많은 김치인 동침이는 「요록」에서부터 기록되었다.

2. 깍두기

깍두기의 재료와 빈도는 <표2>와 같다. 깍두기는 무를 팔모썰기로 썰어 소금에 절였다가 고춧가루에 버무리고, 파, 마늘, 생강, 새우젓으로 양념한 것이다. 깍두기의 빈도는 깍두기 13회, 굴깍두기, 오이깍두기 5회. 숙깍두기, 헛깍두기, 배추통깍두기가 각각 1회

기록되어 있었다. 가장 많이 기록된 깍두기는 13회였고, 「조선무쌍신식요리제법」 「민속조사보고서」는 6가지의 깍두기가 기록되어 있어 가장 많이 기록된 문헌이었다. 깍두기는 「간편조선요리제법」에 처음 기록되었고 그 이전의 문헌에는 기록되어 있지 않았으나 다른 이름으로 사용하였으리라 생각된다. 굴깍두기, 오이깍두기는 「조선요리법」에 처음 기록되었고, 숙깍두기는 「조선요리법」에 채깍두기는 「조선무쌍신식요리제법」에 처음 기록되었다.

깍두기에 사용된 재료는 <표3>와 같다.

(1) 깍두기

깍두기는 무를 팔모썰기로 썰어 소금에 절였다가 고춧가루에 버무리고 파, 마늘, 생강, 새우젓으로 양념한 것이다. 「조선무쌍신식요리제법」 「간편조선요리제법」 「가정요리」 「조선요리제법」 「이조궁정요리통고」 「민속조사보고서」에 기록되어 있다. 재료 수는 2, 10, 12가지였고 재료는 무, 배추, 미나리, 갓, 청각, 돼지고기, 양지머리, 조기젓, 북어, 조기, 부추, 굴, 참쌀풀, 꿀, 가오리였고 양념은 소금, 파, 마늘, 생강, 새우젓, 고춧가루, 설탕이었다. 「조선요리제법」 「조선무쌍신식요리제법」 「간편조선요리제법」 「이조궁정요리통고」에는 깍두기에 무우외에 배추가 사용되었고, 「요리제법」 「간편조선요리제법」에만 청각이 사용되었다. 「조선무쌍신식요리제법」에만 돼지고기, 양지머리, 조기, 부추를 넣었고 「민속조사보고서」에만 조기젓, 참쌀풀, 꿀, 가오리를 사용하였다. 「간편조선요리제법」에는 고춧가루를 넣지않고, 생고추를 이겨서 넣은 점이 특이하였고 아무때나 담그는 깍두기, 겨울에 먹는 깍두기, 목히는 깍두기 만드는 법이 기록되어 있었다. 아무때나 담그는 깍두기는 무나 오이에 고추, 마늘, 생강 새우젓을 재료로 사용하였고 겨울에 먹는 깍두기는 청각, 미나리, 갓, 조개젓, 북어, 배추를 더 첨가하였다. 목히는 깍두기는 무, 마늘, 생강, 새우젓을 사용하였는데 무를

아무때나 담그는 깍두기, 겨울에 먹는 깍두기보다 굵게 썬 점이 특이했다.

<표2>

깍두기의 종류와 빈도

책 이름 연 대		간 편 조 선 요 리 제 법	선 만 동 물 통 감	조 선 요 리 법	가 정 요 리	조 선 요 리 제 법	조 선 무 쌍 신 식 요 리 제 법	이 조 궁 정 요 리 통 고	만 국 사 물 기 원 역 사	민 속 조 사 보 고 서	횟 수
번호	김치이름	1934	1936	1938	1940	1942	1943	1957	1969	1984	
1	깍두기	○ (3)		○	○	○	○	○		○ (5)	13
2	굴깍두기			○		○	○				5
3	닭깍두기					○				○ (2)	1
4	숙깍두기					○	○				3
5	오이깍두기			○		○	○	○			5
6	조개깍두기			○						○	1
7	창란젓깍두기									○	1
8	채깍두기						○				2
9	배추통깍두기									○	
10	햇깍두기						○			○	1

(2) 굴, 깍두기

굴, 깍두기는 깍두기에 굴을 많이 넣고 고춧가루로 버무리고 파, 마늘, 생강으로 양념하여 새우젓으로 간맞춘 것이다. 「조선무쌍신식요리제법」 「조선요리법」 「조선요리제법」 「민속조사보고서」에 기록되어 있다. 재료수는 2, 8, 11, 13가지였고, 재료는 무, 배추, 미나리, 고춧가루, 굴, 배, 실고추였고 양념도 소금, 파, 마늘, 생강, 새우젓, 설탕이었다. 「조선무쌍신식요리제법」에는 다른 양념없이 무와 굴만 재료로 기록되어 있었고 「조선요리제법」에만 배와 실고추를 넣었으며 「민속조사보고서」에만 설탕을 사용하였다.

(3) 닭깍두기

닭깍두기는 오이를 닳분길이로 썰어서 넷으로 쪼개 파, 마늘, 생강, 고춧가루로 양념한 후 닭을 삶아 살만 뜯어넣어 함께 버무리려 얼음에 채웠다 먹는 것이다. 「조선요리제법」에 기록되어 있다. 재료수는 7가지였고 재료는 오이, 닭 등이고 양념은 파, 마늘, 생강, 젓국, 고춧가루였다.

(4) 숙 깍두기

숙 깍두기는 무를 삶아서, 파, 마늘, 생강, 고춧가루, 젓국으로 양념하여 담그는 것이다. 「조선무쌍신식요리제법」 「조선요리제법」 「민속조사보고서」에 기록되어 있다. 「조선무쌍신식요리제법」에는 노인들이 먹기에 좋다고 하였다. 재료수는 1, 7, 8가지였고 재료는 무, 미나리, 굴이고 양념은 파, 마늘, 생강, 소금, 고춧가루, 새우젓, 설탕이었다. 「조선무쌍신식요리제법」에는 다른 재료없이 무만 기록되어 있고 「조선요리제법」에만 굴이 사용되었다. 「민속조사보고서」에만 설탕을 양념으로 넣었다.

(5) 오이깍두기

오이깍두기는 오이를 자름하게 썰어 소금에 잠깐 절여서 파, 마늘, 생강, 고춧가루, 새우젓으로 양념하여 버무린 것이다. 「조선무쌍신식요리제법」 「조선요리법」 「이조궁정요리통고」 「조선요리법」 「민속조사보고서」에 기록되어 있다. 「조선무쌍신식요리제법」 「조선요리법」 「조선요리제법」에는 외깍두기로 표기하였고 「이조궁정요리통고」 「민속조사보고서」에는 오이 깍두기로 표기하였다. 재료수는 6, 7, 8, 10가지였고 재료는 무, 오이, 미나리, 열무 등이고 양념은 파, 마늘, 생강, 고춧가루, 새우젓, 소금, 실고추, 설탕이었다. 「조선요리법」에는 오이와 열무를 함께 사용하였고 「이조궁정요리통고」에는 오이와 무를 함께 사용하였고 「조선요리제법」에는 오이와 미나리를 사용하였는데 「조선무쌍신식요리제법」과 「민속조사보고서」에는 오이만 사용하였다. 「이조궁정요리통고」에는 다 담근후 독에 넣고 우거지로 위를 덮고 돌로 눌러 봉한다고 하였다. 「조선요리제법」에는 새우젓을 넣을때 곱게 다져 그대로 넣는 것이 좋으나 혹시 가시가 있을 염려가 있으면 물에 행귀서 꼭 짜가지고 그 물로만 담그라고 하였다.

(6) 조개깍두기

조개 깍두기는 배추, 무를 납작하게 썰어 소금에 절였다가 행귀 파, 마늘, 생강, 소금, 고춧가루, 새우젓으로 양념하여 버무릴때 무명조개를 썰어 넣은 것이다. 「조선요리법」에만 기록되어 있고 재료수는 13가지였으며 사용된 재료는 배추, 무, 무명조개, 고춧가루, 새우젓, 소금, 파, 마늘, 생강, 미나리, 설탕, 배, 실고추 등이었다. 배추는 속대와 하얀줄기만 사용하였고 무명조개는 내장을 발라내고 지느러미를 자르고 된살만 섞는데 두꺼우면 반으로 쪼개어 넣었다. 국물은 따로 붓지말고 제국에다 설탕을 조금만 넣어 간 맞추었으며 가을에 술안주로 적당하다 하였다.

(7) 창란젓 깍두기

창란젓 깍두기는 무우를 각뚝썰기로 썰어 소금에 절여 파, 마늘, 생강으로 양념하여 고춧가루로 버무릴때 창란젓을 넣어 간 맞추는 것이다. 「민속조사보고서」에 기록되어 있으며, 재료수는 8가지였다. 사용된 재료는 무우, 창란젓, 미나리, 파, 마늘, 생강, 고춧가루, 소금이었다. 창란젓은 소금으로 절여서 맛있게 삭은 것을 골라 미리 정하게 씻어서 쓴다 하였다.

(8) 채깍두기

채깍두기는 무를 채쳐서 깍두기 담그듯 한 것이다. 「조선무쌍신식요리제법」에 기록되어 있다. 재료는 무 한가지만 기록되어 있고 만드는 법은 기록에 없어 알 수 없었다.

(9) 햇 깍두기

햇 깍두기는 무를 팔모썰기로 썰어 설탕에 절여 두었다가 파, 마늘, 젓국, 고춧가루에 양념한 것이다. 「조선무쌍신식요리제법」에 기록되어 있다. 재료수는 10가지였고 재료는 무, 배추, 미나리, 큰 조개였고 양념은 파, 마늘, 젓국, 고춧가루, 실고추, 설탕이었다. 간을 맞출때 소금을 사용하지 않고 젓국만 쓰여진 것이 특이했고 양념하기 전에 설탕에 먼저 절여두는 점도 독특했다.

(10) 배추통깍두기

배추통각두기는 무를 채치고 배추는 절여놓고 배추잎 사이에 무, 채킨것, 파, 마늘, 생강, 미나리, 새우젓, 소금, 조기젓, 고추가루를 함께 버무려 소를 넣는 것이다. 「조선요리법」에 기록되어 있다. 사용된 재료수는 12가지였다. 재료는 무, 배추, 갓, 미나리, 청각이었고 양념은 파, 마늘, 생강, 고춧가루, 실고추, 새우젓, 소금, 조기젓 등이었다.

Ⅲ. 김치류에 사용된 계량단위, 조리용구, 조리용어

1. 계량단위

김치류에 사용된 재료의 계량단위는 <표 4>과 같다. 계량단위는 모두 57가지로 용량단위 18가지, 중량단위 5가지, 수량단위 13가지, 길이, 두께 단위 9가지, 기타 12가지였다. 용량단위로는 사발, 홉, 보시기, 사시, 공기(7홉공기), 대접, 컵, 숟가락, 되, 동이, 독(새우젓), 종지(종자), 말, 식기, 못, 합, T·S, t·s을 사용하였다. 중량단위로는 kg, g, 근, 돈, 양을 사용하였다. 수량단위로는 뿌리, 개, 쪽, 단통, 마리, 조각, 뿔, 툄, 줄기, 짐, 코, 장을 사용하였다. 길이 두께의 단위로는 분, 치, 촌, 작게(가늘게) cm, mm, 젓가락 굵기로, 푼, 길이를 사용하였다. 그리고, 용량, 중량, 수량의 관계없이 조금(약간), 적당히 쓰는대로, 골뻑짜처럼, 몇오리 맛보아서, 넉넉히, 간맞게(간모아서), 알맞게, 많이, 길죽길죽, 아이주먹만하게 등으로 양(量)을 나타내기도 했다.

특히 세계 공통적으로 쓰이는 단위인 용량단위에서 T·S, t·s 중량단위인 kg, g, 길이, 두께단위인 cm, mm 등으로 「조선요리법」(1938)에서 처음 기록되기 시작했다.

<표 4>

김치류에 사용된 재료의 계량단위

구분	번호	계 량 단 위	재 료
용 량 단 위	1	사발	갓(썬 것), 실고추, 파(채친 것), 미나리(썬 것), 낙지(썬 것), 소금, 열무, 굴, 물, 새우젓국, 청각
	2	홉	물, 간장, 육수, 고추, 청각, 실백, 준치젓, 소금, 마늘(채친 것), 실고추
	3	보시기	미나리(썬 것), 곤쟁이젓, 열무김치, 새우젓, 소금, 마늘, 굴
	4	사시	소금, 고춧가루, 기름, 고추장, 실백, 생강(이긴 것), 설탕
	5	공기(7홉공기)	미나리(썬 것), 팽(저미것), 마늘(채친 것), 생강, 파(채친것)
	6	대접	미나리(썬 것), 무우(썬것), 물, 갓(썬 것), 청각, 파(채친 것), 배추(썬 것), 굴, 열무, 조개
	7	컵	소금, 멸치젓, 고춧가루, 물, 동치미국물, 조기젓국, 실백, 대추, 굴, 새우젓, 황새기젓, 뽕맹이젓, 고춧가루, 설탕, 간장, 창란젓
	8	숟가락	실백, 설탕, 고추장, 깨소금
	9	되	소금, 밤, 청각, 조기젓국, 고춧가루
	10	동이	무우, 물, 김치, 간장, 배추
	11	새우젓독하나	무우
	12	종지(종자)	고추(썬 것), 소금, 실고추, 밀가루, 생강(이긴것)
	13	말	물, 고추, 식초
	14	식기	멸치젓
	15	못	조기젓
	16	합	밤, 소금 젓국
	17	T·S	소금, 실백, 생강(채친 것), 파(채친 것), 설탕, 고춧가루, 부추(썬 것), 밀가루, 실고추
	18	t·s	실백, 설탕
중 량 단 위	20	kg	골들빼기, 배추꽃대, 갓, 배추, 무우
	21	g	고구마줄기, 미나리, 갓, 골파, 마늘, 생강, 실고추, 고춧가루, 청각, 소라, 시금치, 열무, 무우, 굴
	22	근	정육, 실고추
	23	돈	생강
	24	양	쇠고기, 고춧가루, 청각, 배추, 무우, 굴, 낙지, 조기
수	25	뿌리	파
	26	개	고추, 파, 무우, 풋고추, 죽순, 표고, 전복, 해삼, 배, 석이, 오이, 목이, 가지, 유자, 석류, 배, 밤, 소라, 동아, 조기젓, 낙지, 대추

수 량 단 위	27	쪽	마늘, 생강, 고추
	28	단	깻잎, 미나리, 갓, 배추
	29	통	마늘, 배추, 김치
	30	마리	평, 닭, 낙지, 조기젓, 동태
	31	조각	표고, 느타리, 석이
	32	뿔	파, 생강
	33	톨	생강, 마늘, 밥
	34	줄기	청각
	35	집	배추
	36	코	낙지
	37	장	배추잎
길 이 · 두 께	38	분	갓줄기, 배추고쟁이, 복어
	39	치	미나리, 파, 배추
	40	촌	동아
	41	잘게(가늘게)	무우, 파
	42	cm	고구마줄기, 무, 미나리, 갓, 낙지, 배추, 파, 열무, 풋마늘, 오이
	43	mm	박
	44	젓가락 굵기로	무우
	45	푼	무우, 낙지, 배추
46	길이로	파, 생강, 송이	
기 타	47	조금(약간)	생강, 설탕, 정육, 식초, 간장, 새우젓, 실고추, 파, 소금, 김치, 얼음, 두부, 편육, 햇김치, 갓, 실백, 밥, 초, 무(채썬것), 청각, 고춧가루, 마늘, 밀가루
	48	적당히	소금, 양념, 물, 무우
	49	쓰는대로	소금, 젓국, 조기젓국, 설탕, 고춧가루
	50	골뻐썩처럼	배추속대, 전복, 해삼, 무우
	51	몇오리	실고추
	52	맛보아서	식초, 설탕, 고춧가루
	53	넉넉히	물
	54	간맞게(간보아서)	소금, 젓국
	55	알맞게	소금, 물, 고춧가루
	56	많이	마늘
	57	길죽길죽	미나리
	58	아이주먹만하게	오이, 호박

2. 조리용구

김치류를 만들때 사용된 조리용구는 <표 5>와 같다. 조리용구는 모두 37가지 였다. 채반, 항아리(동이, 독, 김치독, 장독, 오지항아리), 배주머니, 절구, 체(김체, 고운체, 가는체, 굵은체, 얼맹이), 그릇(큰그릇, 넓은 그릇), 밭, 유리그릇(대접), 보자기(베), 번철, 짚(벼짚), 돌, 실, 사기그릇, 대가치, 종이, 거적(가마니), 시루, 수수깡이, 소쿠리, 도마, 보시기, 광주리, 포대기(이불), 굵없는 그릇, 의복(옷, 솜둔것), 나무쇠, 널판, 확독, 동전, 칼, 큰통, 중두리, 절구, 방아, 솔뚜껑, 뚜껑 등이었다. 특히 김치에 골마지가 끼지않게 하는데 필요한 방법은 <표 6>으로 따로 분류하였다. 모두 19가지였다.

<표 5> 김치류에 사용된 조리용구

번호	조리용구	과정
1	채반	건져놓다. 담아놓다. 쏘다.
2	항아리(동이, 독, 김치독, 장독, 오지항아리)	담다. 놓다. 붓다. 넣다. 묻다. 봉해둔다
3	배주머니	담다.
4	절구	쪼는다.
5	체(김체, 고운체, 가는체, 굵은체, 대나무체, 얼맹이)	받친다. 붓다. 받다. 거르다. 치다
6	그릇(큰그릇, 넓은그릇)	담다. 덮어둔다. 부어놓다.
7	발	널다.
8	유리그릇(대접)	담다.
9	보자기(베)	짜다. 받치다. 싸다.
10	번철	볶다. 싸다. 우거지를 덮다. 동여매다. 깔다.
11	짚(벼짚)	위를치다.
12	돌	눌러놓다.
13	실	동여매다.
14	사기그릇	담다.
15	대가치	눌러놓는다.
16	종이	바르다. 덮다.
17	거적(가마니)	싸둔다.
18	시루	붓다. 앉히다.
19	수수깡이	질르다.
20	소쿠리	건지다.
21	도마	넓게펴다. 놓다.
22	보시기	담다.
23	광주리	내어놓다. 담는다.
24	포대기(이불)	덮어준다.
25	굽이없는 그릇	담는다.
26	나무쇠	앉힌다.
27	널판	놓다.
28	학독	갈다.
29	동전	넣어둔다.
30	칼	저민다. 다진다.
31	큰통	담는다.
32	중두리	담다.
33	절구	쪼는다.

34	우거지	덜다. 치다. 싸다.
35	방아	짚다.
36	솔뚜껑	덜다.
37	뚜껑	덜고 봉한다.

3. 조리용어

김치류를 만드는데 사용된 조리용어는 <표 7>와 같다. 조리과정에 따른 조리용어는

- (1) 준비과정에 53가지
- (2) 모양내는 과정에 40가지
- (3) 가열과정에 16가지
- (4) 썰는 과정에 38가지
- (5) 담는 과정에 64가지
- (6) 보관과정에 44가지였다.

<표 6> 김치에 골마지 끼지 않게 하는데 사용된 방법

김치이름	연 대	책 이 름	방 법 및 용 구
겨자김치	1938	조선요리법	배추겉대로 위에 덮는다
나복동김치	1715	산림경제	벼짚으로 위를 덮는다.
동김치	1984	민속조사보고서	무청으로 위를 덮는다. 대잎으로 누른다. 대가치로 누른다.
동가침채	1815	규합총서	단단한 잎으로 위를 덮는다. 수숫잎으로 덮는다. 돌로 누른다.
동치미	1942 1943 1957 1984	조선요리제법 조선무쌍신식요리제법 이조궁정요리통고 민속조사보고서	무거운 돌로 지질러 놓는다. 무청절인 것으로 덮는다. 대잎으로 덮는다. 무거운 돌로 덮는다. 무거운돌로 지질러 놓는다. 돌로 누른다. 짚으로 우거지를 덮는다.
반지	1984	민속조사보고서	수수깁이를 지지른다. 김치돌로 눌러 놓는다.
배추통김치	1938 1957 1984	조선요리법 이조궁정요리통고 민속조사보고서	위를 잘친다. 우거지를 덮는다. 돌로 누른다. 우거지를 덮는다. 돌로 누른다.
백김치	1984	민속조사보고서	절인 배추잎으로 덮는다.
통김치	1942	조선요리제법	무거운 돌로 저지른다.
섞박지	1815 1942 1943 1957	규합총서 조선요리제법 조선무쌍신식요리제법 이조궁정요리통고	단단한 나무로 위를 가로지른다. 절인 배추잎으로 덮는다. 무껍질로 덮는다. 절인 배추잎으로 위를 덮는다. 무잎으로 덮는다. 돌로 누른다. 절인 배추잎으로 위를 덮는다. 무껍질로 덮는다. 돌로 누른다.
어육침채	1815	규합총서	돌로 누른다.
열무김치	1957	이조궁정요리통고	돌로 누른다.
장김치	1942 1957	조선요리제법 이조궁정요리통고	잎사귀로 잘 덮는다. 돌로 노른다. 배추잎으로 덮는다. 베껍질로 덮는다.
젓국지	1934	간편조선요리제법	무청 절인 것으로 덮는다. 돌로 누른다.
젓무	1943	조선무쌍신식요리제법	우거지를 친다. 돌로 누른다.

침궐	1680	요 록	상수리나무잎으로 덮는다. 돌로 누른다.
오이김치하월법	1715	산림경제	땅무릎잎사귀로 덮어둔다.
황과합저	1766	증보산림경제	축옆으로 덮는다.
깍두기	1934 1957	간편조선요리제법 이조궁정요리통고	우거지를 덮는다. 돌로 누른다.
오이깍두기	1957	이조궁정요리통고	우거지를 덮는다. 돌로 누른다.

IV

IV. 요약 및 결론

1752~1984년에 발간된 문헌을 중심으로 김치류의 종류와 빈도, 재료와 조리법의 변화, 김치류에 사용된 재료의 계량단위, 조리용구, 조리용어 등을 분석 고찰한 결과를 다음과 같이 요약, 정리할 수 있다.

<표 7>

조 리 용 어

조리과정	조 리 용 어		
1. 준비 과정	(1) 다듬는다. (2) 씻는다. (3) 건지다(물) (4) 물기를 빼다. (5) 껍질 벗기다. (6) 정하게 씻다. (7) 살살 씻다. (8) 불리다. (9) 걸대를 제치다. (10) 담그다. (11) 물기없이하다. (12) 실실이 벗기다. (13) 얹히다. (14) 물에 담그다. (15) 행구다 (16) 물을 갈아 붓다. (17) 우려내다(고들빼기) (18) 두드리다	(19) 흙을 털다. (20) 받치다(체). (21) 물기를 거두다. (22) 소금에 묻다. (23) 토렴하다. (24) 퍼다. (25) 널다. (26) 얼핏저리다. (27)쟁이다. (28) 짜다. (29) 떠놓다. (30) 숨만 죽이다. (31) 묻지르다. (32) 떼다(떡잎). (33) 따다(뿌리). (34) 걸다(기름). (35) 긁어내다. (36)뜯어내다(잔뿌리). (37)굴리다.	(38) 저질러 놓다. (39) 속을 파다. (40) 빼다(빼). (41) 수득수득말리다. (42) 가라앉히다. (43) 빨다. (44) 꺼내다. (45) 뽑다(닭털). (46) 거르다(체). (47) 골라내다. (48) 꼬들꼬들하게 말리다. (49) 가리다(굴적). (50) 모아두다. (51) 까부르다. (52) 부득부득 말리다. (53) 발라내다.
2. 모양 내는 과정	(1) 소 넣듯이 넣다. (2) 어금맞게 동여매다. (3) 차곡차곡 담다. (4) 솔솔 뿌리다. (5) 겹겹이 넣다. (6) 꼭꼭 누르다. (7) 골뻑처럼 하다. (8) 차곡차곡 추리다. (9) 손가락 두마디만큼씩 하다. (10) 개름개름하게 하다. (11) 네모나게 하다. (12) 파랗게 하다. (13) 가루처럼 하다.	(14) 소 넣다. (15) 묻히다. (16) 얹게 퍼다. (17) 싸매다. (18) 길죽길죽하게 하다. (19) 반듯반듯하게 하다. (20) 아물리다. (21) 감다(무우청으로). (22) 묶다. (23) 손바닥크기만하게 하다. (24) 짙막하게 하다. (25) 자잘하게 하다. (26) 박다. (27) 납작하게 하다.	(28) 잡아매다. (29) 물들이다. (30) 수들수들하게 하다. (31) 파리를 틀다. (32) 모으다. (33) 가지런하게 하다. (34) 둥글게 하다. (35) 과줄처럼 하다. (36) 모양내다. (37) 골무처럼 오그리다. (38) 주머니처럼 오그리다. (39) 호두알만큼씩하게 하다. (40) 꾸미를 넣다.
3. 가열 과정	(1) 데치다. (2) 삶다. (3) 튀기다. (4) 끓이다. (5) 다리다(젓갈). (6) 슬쩍 데치다.	(7) 볶다. (8) 찌다. (9) 한소끔 끓이다. (10) 고으다(깻). (11) 익히다. (12) 백숙하다.	(13) 쭈다(풀). (14) 증탕하다. (15) 데우다. (16) 미지근하게 하다.

4. 씨는 과정	(1) 칼집을 내다. (2) 가르다. (3) 채치다. (4) 자르다. (5) 얇게 썰다. (6) 저미다. (7) 골패짝처럼 썰다. (8) 나뭇나뭇 썰다. (9) 송송 썰다. (10) 찢다. (11) 찢다. (12) 도톰하게 썰다. (13) 다지다. (14) 알뜰하게 저미다.	(15) 쪼개다. (16) 착착 썰다. (17) 베다. (18) 손벽만큼씩 썰다 (19) 깎다. (20) 끊다. (21) 난도하다. (22) 오리다. (23) 도려내다. (24) 갈다(마늘). (25) 에이다. (26) 더내다(생선살). (27) 버혀넣다.	(28) 어스어스 자르다. (29) 빼져 썰다. (30) 나박나박 썰다. (31) 반듯반듯 썰다. (32) 대사살로 썰다. (33) 실같이 썰다. (34) 토막내다. (35) 연필깎듯이 하다. (36) 길이로 썰다. (37) 비늘처럼 썰다. (38) 꼭지 베다.
5. 답는 과정	(1) 답다. (2) 었다. (3) 띄우다. (4) 놓다. (5) 격지격지 답다. (6) 덮다. (7) 타다. (8) 흩어쓰다(실백). (9) 곁들이다. (10) 버무리다. (11) 양념을 끼우다. (12) 이기다. (13) 고명을 치다. (14) 섞다. (15) 붓다. (16) 헤치다(소금). (17) 뿌리다. (18) 양념하다. (19) 풀어 넣다. (20) 국물을 치다. (21) 켜켜로 넣다. (22) 무치다.	(23) 헤트리다. (24) 화합하다. (25) 가미하다. (26) 타다(물). (27) 비비다. (28) 문지르다. (29) 개다(겨자). (30) 한테넣다. (31) 켜를 얹히다. (32) 간을 맞추다. (33) 함담 맞추다. (34) 절이다. (35) 익히다. (36) 꼭 봉해넣다. (37) 노랗게 삭히다. (38) 꼭 익히다. (39) 누렇게 삭히다. (40) 시어지다. (41) 국물이 괴이다. (42) 견을 삭히다. (43) 툼툼이 넣다. (44) 간맞게 하다.	(45) 슴슴하게 하다. (46) 바툼하게 하다. (47) 부어두다(국물). (48) 절이다. (49) 식히다. (50) 시큼하게 하다. (51) 시게하다. (52) 간하다. (53) 속을 넣다. (54) 묽게 하다. (55) 섞어 답다. (56) 섞바꾸다. (57) 물이배게 하다. (58) 짹짹하게 하다. (59) 육회재듯 하다. (60) 조합하다. (61) 반죽하다. (62) 진이나다. (63) 무르다. (64) 얼음에 채워두다.

6. 보관 과정	(1) 익히다.	(19) 무껍데기로 덮다.	(32) 짚으로 싸두다.
	(2) 독에 가득 채우다.	(20) 절인 배추잎으로 덮다.	(33) 대잎으로 덮다.
	(3) 꼭꼭 눌러 담다.	(21) 수수깡이로 지지른다.	(34) 그릇으로 덮어두다.
	(4) 위를 치다.	(22) 땅무를 잎사귀로 덮다.	(35) 종이를 발라두다.
	(5) 땅에 묻다.	(23) 배곱질로 덮다.	(36) 열지않는 곳에 두다.
	(6) 정한곳에 두다.	(24) 짚으로 위를 치다.	(37) 거적으로 싸두다.
	(7) 서늘한 곳에 두다.	(25) 무청 절인 것으로 덮다.	(38) 단단한 나무로 가로 지른다.
	(8) 밀봉한다.	(26) 마초분속에 묻어두다.	(39) 골마지가 끼지않게 한다.
	(9) 물을 갈아 붓다.	(27) 진흙으로 발라두다.	(40) 나무쇠를 눌러 놓는다.
	(10) 돌로 눌러 놓다.	(28) 상수리잎으로 덮다.	(41) 우거지가 적게 생기게 한다.
	(11) 우거지를 덮어두다.	(29) 솜옷으로 덮어 두다.	(42) 소금에 묻어둔다.
	(12) 더운곳에 두다.	(30) 축 잎으로 덮어두다.	(43) 잎사귀로 덮어둔다.
	(13) 이불을 덮어두다.	(31) 배추겉대로 덮어 두다.	(44) 수수잎으로 누른다.
	(14) 뚜껑을 덮다.		
	(15) 흙으로 덮어두다.		
	(16) 두껍게 싸두다.		
	(17) 단단히 싸두다.		
	(18) 대가치로 눌러놓다		

1. 김치류는 김치, 깍두기로 분석하였다. 김치류의 종류는 126가지였다. 그중 김치는 116가지, 깍두기는 10가지였다.

2. 김치에 사용된 재료는 주재료, 양념, 젓갈, 고명으로 나누었다.

(1) 주재료

- 채소류: 무, 배추, 가지, 열무, 갓, 미나리, 깻잎, 고구마줄기, 돌나물, 고사리, 고수, 꼬들배기, 오이, 동아, 청각, 못순, 호박, 부추, 들깻잎, 박, 시금치, 쪽갓, 고춧잎, 콩 잎, 풋마늘, 송김초, 파, 우엉, 무말랭이, 죽순
- 버섯류 : 적로근, 송이, 표고, 느타리, 목이
- 콩류 및 콩제품: 콩, 두부, 콩나물
- 수조육류 : 쇠고기, 돼지고기, 닭고기, 꿩
- 어류 : 조기, 병치, 준치, 승어, 북어, 명태, 민어, 도미, 도루묵
- 패류 : 굴, 조개, 소라, 전복
- 연체류 : 낙지, 해삼
- 해조류 : 파래
- 생선알 : 연어알
- 갑각류 : 생새우
- 곡류 : 밀기울, 멧쌀밥, 밀가루
- 과일류 : 사과, 수박, 유자, 배, 굴겉질
- 김치류 : 외깍두기, 열무김치, 통김치, 햇김치, 동치미

● 기타 : 맨드라미꽃, 술, 술지게미, 묘삼 등이었다.

(2) 양념은 소금, 파, 마늘, 생강, 고추, 간장, 식초, 설탕, 겨자, 기름, 조청, 옥수, 고추장, 천초, 후추, 청강, 꿀, 청밀, 석회, 백반, 엿기름, 숙유 등이었다.

(3) 젓갈류는 새우젓, 황새우젓, 소라젓, 꼴뚜기젓, 진어젓, 밴댕이젓, 조기젓, 준치젓, 실치젓, 짜구리젓, 수합젓, 조개젓, 곤쟁이젓 등이었다.

(4) 고명은 실고추, 깨, 밤, 실백, 석이, 대추, 회향, 화초 등이었다.

3. 각두기에 사용된 재료는 주재료, 양념, 젓갈, 고명으로 나누었다.

(1) 주재료는

● 채소류 : 무, 배추, 미나리, 갓, 청각, 열무, 오이, 부추

● 수조육류 : 쇠고기, 돼지고기, 닭고기,

● 어류 : 조기, 북어, 가오리, 동태

● 패류 : 굴, 조개

(2) 양념은 파, 마늘, 생강, 소금, 설탕, 고추, 꿀 등이었다.

(3) 젓갈류는 새우젓, 조기젓, 조개젓, 창란젓 등이었다.

(4) 고명은 실고추, 깨 등이었다.

그밖에 참쌀풀을 넣기도 하였다.

4. 그밖에 이름만 기록되어 있고, 재료와 만드는 법은 기록이 없어 알 수 없는 김치가 많이 있었다. 교침채, 녹두장음침채, 담채, 동과담침채, 만청근저, 만청담침채, 산개담침채, 생리침채, 엄채, 현채 등은 이름만 있고 재료와 만드는 법에 대한 기록이 없었다.

5. 김치류를 만드는데 사용된 재료의 계량단위에는 용량단위 18가지, 중량단위 5가지, 수량단위 13가지, 길이, 두께 단위 9가지, 기타 12가지 등이었다. 사용된 단위는 다음과 같다.

(1) 용량단위 : 사발, 홉, 보시기, 사시, 공기(7홉공기), 대접, 컵, 숟가락, 되, 동이, 독(새우젓독), 종지(종자), 말, 식기, 못, 합, T·S, t·s

(2) 중량단위 : kg, g, 근, 돈, 양

(3) 수량단위 : 뿌리, 개, 쪽, 단, 통, 마리, 조각, 뿔, 틀, 줄기, 짐, 코, 장

(4) 길이 두께단위 : 분, 치, 촌, 잘게(가늘게), cm, mm, 젓가락 굵기로, 푼, 길이로

(5) 기타 : 조금(약간), 적당히, 쓰는대로, 골뻑적처럼, 몇오리, 맛보아서, 넉넉히, 간맞게(간보아서), 알맞게, 많이, 길죽길죽, 아이주떡만하게

6. 김치류에 사용된 조리용구는 42가지였다. 채반, 항아리(동이, 독, 김치독, 장독, 오지항아리), 베주머니, 절구, 체(김체, 고운체, 가는체, 굵은체, 대나무체, 얼맹이), 그릇(큰그릇, 넓은그릇), 발, 유리그릇(대접), 보자기(베), 번철, 짚(벼짚), 돌, 실, 리, 포대기(이불), 굵이 없는 그릇, 의복(옷, 솜둔것), 나무쇠, 널판, 확독, 동전, 칼, 큰통, 중두리, 절구, 방아, 솔뚜껑, 뚜껑 등이었다. 이중 빈도가 가장 많은 것은 항아리였다.

김치류에 사용된 조리용어는 준비 과정용어 53가지, 모양내는 과정용어 40가지, 가열 과정용어 16가지, 썰는 과정용어 38가지, 담는 과정용어 64가지, 보관 과정용어 44가지였다.

위와같이 우리나라 김치류의 종류와 사용한 재료는 다양하였다. 1800년대에 오면서 더욱 종류가 다양해졌는데 지금은 재료와 만드는 법이 없어지거나 사용하지 않는 것이 많이 있음은 안타까운 일이다.

김치를 담글때 고춧가루를 사용한 것은 「산림경제」의 오이김치가 최초였다. 그이

전의 김치는 단순히 소금과 누룩, 소금과 술로 주재료를 절여 파, 마늘, 생강으로 양념한 담채법(淡菜法)이었다. 「증보산림경제」에는 재료를 절일때 술과, 술지게미를 사용한 조염법(糟鹽法)이 기록되어 있는데 꿩여 식힌 술, 술지게미, 소금에 늙은 오이, 가지, 생강, 마늘 등을 절여서 말려먹는 조황과(糟黃瓜), 조가자(糟茄子), 조강(糟薑), 조산법(糟蒜法) 등이 그것이다. 김치에 젓갈을 사용한 것은 조선조 말기인 18C 부터이고, 이것으로써 고춧가루와 젓갈을 사용한 현재와 같은 김치의 면모가 갖추어 졌다고 할 수 있다. 김치에 젓갈의 사용과 함께 어육류가 재료로써 첨가되기 시작하여 「시의전서」 「동국세시기」 등에 젓갈과 낙지, 전복 등의 어패류가 기록되어 있어 단순한 김치담금법이 보다 복잡해지고 다양해짐을 알 수 있다. 젓갈외에 수조육류를 넣기도 하였는데 「음식디미방」에는 꿩, 「시의전서」에는 쇠고기, 「조선무쌍신식요리제법」에는 닭고기, 돼지고기, 쇠고기를 사용하였다. 「규합총서」 「증보산림경제」 「조선무쌍신식요리제법」 등에는 김치국물의 색을 곱게하기 위해 맨드라미꽃을 사용한 것이 특이했다. 또 「증보산림경제」에는 오이를 소금에 절일때 녹이 쓴 동전이나 녹이 쓴 늦수저를 닦은 수세미를 넣어 두어 오이의 색을 파랗게 고정시킨다고 하였으니 녹색의 클로로필 색이 녹갈색의 pheophytin으로 되는 것에 구리염을 첨가함으로써 수소를 구리로 치환하여 Cu-chlorophyll의 밝고 짙은 녹색을 갖게하는 과학적인 방법을 이미 알고 있었음을 알 수 있다. 김치는 장기간 보관하였다 먹는 저장식품이므로 보관방법도 다양하였다. 김치를 담근후 골마지가 끼지않게 하기 위해서 대잎, 우거지, 무껍데기, 절인배추잎, 상수리잎, 땅무릎잎사귀, 축연, 배껍질, 짬, 배추겉대, 무청절인것, 잎사귀, 수수잎 등으로 위를 덮고 대가치, 그릇, 수수깁이, 단단한 나무, 나무쇠, 돌 등으로 눌러놓거나 가로질러 놓았다.

계량단위는 아이주먹만하게, 손가락 굵기로, 조금, 넉넉히 등 비과학적이고 부정확한 표현이 사용되었다.

이와같이 김치는 한국인의 기호에 가장 알맞는 전통음식으로써 수용되어 왔다. 사회가 아무리 변해도, 우리의 입맛이 서구화 되어가도 김치가 빠진 밥상을 생각할 수 없듯이 김치에 대한 선호도는 조금도 감해지지 않는 것이 사실이다. 우리 고유의 김치를 맛있고 영양적이며, 위생적인 음식으로 그리고, 다양한 종류를 개발하여 우수한 김치문화를 계승 발전시켰으면 하는 바람이다.

참 고 문 헌

- 김경준, 김지남, 진이행 : 역어유해, 영인본, 1682.
- 김병규 : 사류박해, 영인본, 1885.
- 김정중 : 연행록, 영인본, 1712.
- 김창업 : 연행일기, 영인본, 1712.
- 김 현 : 수운잡방, 영인본, 1531~1598.
- 방신영 : 조선요리제법, 한성도서주식회사, 1942.
- 빙허각이씨 원저 : 정양완역, 규합총서, 보진제, 1975.
- 서영보, 심상규 : 만기요람, 영인본, 1808.
- 서유구 : 임원십육지, 영인본, 1827.
- 송혜연 : 김치에 관한 문헌고찰 및 최적숙성시의 염도관리에 대한연구 세종대학대학원, 석사학위 청구논문, 1983.
- 유득공 : 경도잡지, 조선광문회, 1700년대말.
- 유증임 : 증보산림경제, 영인본, 1766.
- 윤덕인 : 김치 가공법에 있어서의 조선초기와 후기의 비교고찰, 중앙대학교 대학원 석사학위 청구논문, 1979.
- 윤서석 : 「정창원문서」에서 유추한 한국고대의 장류와 채소절임. 가정문화논총, Vol 1, 1987.
- _____ : 한국식품사연구, 신광출판사, 1974.
- 윤서석 : 증보 한국식품사연구, 신광출판사, 1986.
- _____ : 한국음식(역사와 조리), 수학사, 1980.
- _____ : 한국의 전래생활, 수학사, 1980.
- 안동장씨 : 음식디미방, 영인본, 1598~1680.
- 이수광 : 지봉유설, 조선연구회, 1917.
- 이규보 : 동국이상국집, 고전간행회 발행, 1958.
- 이만영 : 재물보, 영인본,
- 이석만 : 간편조선요리제법, 상문사서점, 1934.
- 이용기 : 조선무쌍신식요리제법, 대산치수, 1943.
- 이성우 : 한국식품문화사, 교문사, 1984.
- _____ : 한국식생활사연구, 향문사. 1986.
- _____ : 한국식경대전, 향문사. 1981.
- _____ : 한국고문헌속의 김치색인, 한국생활과학연구, Vol 5, 1987.
- _____ : 중, 한, 일에서의 김치류의 변천과 교류에 관한 연구, 한국영양식량학회지, Vol 4(1), 1975.
- 이성우, 이효지 : 요록, 한국생활과학연구, 1983.
- _____ : 수문사설, 한국생활과학연구, Vol 2, 1984.
- _____ : 역주방문, 한국생활과학연구, 창간호, 1983.
- 이성우, 이효지, 조준하 : 진연의 깨, 한국생활과학연구, Vol 2, 1984.
- 이성우, 이규영 : 주방문의 조리에 관한 분석적 연구, 한국식문화학회지, Vol 1(4), 1986.
- 이성우, 이효지, 김경진 : 한국음식 용어의 문헌적 고찰, 한국영양식량학회지, Vol 12(2), 1983.
- 이창정 : 수양총서유집, 영인본, 1620.
- 장지현 : 한국저채류제조사, 고대민속문화연구소, 1972.
- 정약용 : 목민심서, 영인본, 1821.
- 정윤용 : 자류주석, 영인본, 1856.
- 조자호 : 조선요리법, 광한서림, 1938.
- 최세진 : 훈몽자회, 영인본, 1527.
- 한국민속대관, 고려대학교, 민속문화연구소, 1980.
- 허 균 : 도문대작, 1611.

홍만중 : 산림경제, 영인본, 1715.
홍석모 : 동국세시기, 민속원, 1985.
황필수 : 명물기략, 영인본, 1870.
황혜성 : 한국요리백과사전(고서편), 삼중당, 1976.
황혜성, 한희순, 이해경 : 이조궁정요리통고, 학총서, 1957.
황혜성, 박재욱, 정순자, 이효지 : 민속조사보고서(향토음식편), 문화공보부, 문화재관리국, 1984.

저자미상 : 연행기사, 영인본, 1777.
저자미상 : 계산기정, 영인본, 1803.
저자미상 : 원행술묘정리의 궤, 영인본, 1795.
저자미상 : 고려대규곤요람, 영인본, 1800 초~중.
저자미상 : 농가월령가, 1816.
저자미상 : 월여농가, 1861.
저자미상 : 농가십이월속시, 1861.
저자미상 : 시의전서, 영인본, 1800대말.
저자미상 : 부인필지, 1915.
저자미상 : 만국사물기원역사, 1969.
저자미상 : 사시촬요초, 영인본, 성종.
저자미상 : 해유록, 영인본, 1766.
저자미상 : 연세대규곤요람, 영인본, 1896.
저자미상 : 가정요리, 1940.