

## 牛肉調理法の 歴史的 考察

### I. 우육을 사용한 국류의 조리법을 중심으로

류경림 · 김태홍

상명여자 대학교 사범대학 가정교육과  
(1992년 7월 22일 접수)

## The Historical study of Beef Cooking - I. cookery of soup based on beef -

Kyung Lim Ryu and Tae Hong Kim

Department of Home Economics Education, Sangmyung Women's University  
(Received July 22, 1992)

### Abstract

1. There were 21 kinds foods and preservation of beef and the number of dishes were 346 in the literatures written before 1943.

2. Soup(羹) was appeared first, and followed by dried beef(肉脯), steamed(蒸), sliced of boiled beef(熟肉과片肉), preservation(貯藏), pan broiled beef(濕熱炒), salted beef(肉醬), raw beef(膾), shish kebab(算炙), roasted with seasoning(炙), beef with vegetables cooked in pan(煎鐵), calf's-hoof jelly(gelatin)(足片), jaban(佐飯), hard-boiled beef(boiled in soy sauce), ravioli(饅頭), beef juice(肉汁), thick broth(heavy soup, 助致), grilled beef(煎油魚), mix with the season(muchim), sun(膳) and gruel(粥).

3. The total of 14 different names of soup were found in the literatures which are Yang tang(stomach soup), Dunggol tang(marrow soup), Dogol tang(medulla soup), Sungi kuk(ox-blood soup), Sogogi kuk(beef soup), Gom kuk(bone attached beef and organs soup), Jap tang(bone attached beef, organs and tough beef soup), Yukgae-jang(fresh beef, organs and green onion soup), Joujeo tang(foot starched soup), Jok tang(foot soup), Kori tang(ox-tail soup), Kalbi tang(rib soup), Malgun jangkuk(clear soup), Wan ja tang(beef ball soup).

4. The number of staple ingredient were Tripe and fresh meat among 26 kinds of major ingredient, radish, wheat flour, egg among 21 kinds of miner ingredient black pepper, soy sauce and sesame among 22 kinds of seasonings, and Thin layer-fried egg among 9 kinds of decorating ingredient were used commonly in cooking for soup.

### I. 서 론

우리 민족은 上古時代부터 수렵에 능하고 육류 음식을 잘 다루었다. 이는 우리 민족의 주류를 이루는 맥족(貊族)이 유라시아 대륙에서 유목 생활을 하고 있던 퉁구스족의 일파가 동쪽으로 이동하여 만주 남부지방으로 빠져 나온 민족<sup>1)</sup>으로 본디 유목계였던 貊族은 화북의 농경민족에 비해 생활을 가축에 의지하는 비중이 크고 고기를 다루는 솜씨도 보다 익숙하였을 것으로 추측된다. 진대(晋代)의 『搜神記』에 漢代로부터

羌煮, 貊炙이라는 숙육법(熟肉法)이 중요한 잔치에 이용되었다는 기록<sup>2)</sup>이 있는데 羌은 西北의 유목민족을 가르키고 貊은 東北의 夫餘系民族을 가르키는 것이니 우리 민족은 古代에 이미 육류 조리법이 발달하였음을 알 수 있다.

『三國誌 魏志 東夷傳』에 부여의 벼슬이름으로 馬加, 牛加, 豬加, 狗加, 犬使를 들고 있는 것으로 보아 그들의 정부 조직이 온통 가축의 이름으로 이루어져있음을 알 수 있고, 그들의 생활에서 가축이 얼마나 중요한 위치를 차지하고 있었던가를 짐작할 수 있다.<sup>3)</sup> 또한 부여계

민족은 고기 다루기에 익숙하여 도살법, 조리법, 가열법 등에 독자적인 방법을 많이 개발하였고, 특히 오늘날의 불고기처럼 미리 薑菜를 섞고 간을 맞추는 貂炙을 개발하여 중국에까지 명성을 떨쳤다. 그러나 고구려 소수림왕 2년(372년)에 불교가 처음 전래되고 그 후 백제, 신라까지 불교가 전파되면서 불교의 영향으로 肉食을 금기시하게 되고 불교가 더욱 융성하였던 고려 시대에는 肉食이 더욱 우리 생활에서 멀어졌다. 고려말 원(元)의 지배 아래에 있던 때 元의 屯田兵을 위해 農牛가 필요하였는데 고려에는 이것을 공급할만큼의 소가 없었다. 징발에 실패한 몽고인들이 제주도에도 목장을 개설하고 그들의 발달된 목축 기술로 農牛를 증식하였다. 이와 같이 늘어난 소를 그들은 능란한 도살법과 고기 요리법으로 즐겨 먹게 되었고 충렬왕 23-27년(1297-1301) 사이에는 元에 牛肉을 보내기까지 하였다. 이에 영향을 받은 고려 사람들도 서슴치않고 쇠고기를 먹게 되었고, 그 맛에 끌려들어가게 된 것이다. 따라서 고기라고 하면 쇠고기를 가르키는 오늘날의 食肉觀이 고려말부터 싹트게 되 것이라 할 수 있다.<sup>4)</sup> 이렇게 소의 수가 늘어나기는 하였으나 소의 도살도 크게 늘어나서 그 수에 따르지 못하여 농경에까지 지장을 가져오게 되었다. 이를 막기위해 忠肅王 12년(1325)에는 소나 말을 도살하는 자에게는 벌을 준다는 命을 내렸고, 共愍王 11년(1362년)에는 農牛를 보호하기 위해 禁殺都檻을 두었으며 1405년에는 소를 잡는 이를 살인으로 論罪할 것과 닭과 돼지를 기르는 것을 권유하기도 했다. 이와 같이 살생과 도살의 금지는 몽고 침략 이전은 佛戒의 뜻으로 금하였고, 이후는 農牛 보호의 뜻으로 금지하였으며, 이 정책은 조선시대로 이어졌으나 農牛 도살 금지령은 쉽게 지켜지지 않았다. 1536년에 이르러 다시 조정에서 쇠고기를 못 먹게 금지령을 내렸고, 1613년 『지봉유설』에 “소를 잡는 것은 나라의 大禁이요 따라서 쇠고기를 禁肉이라 한다”고 거듭 경계하였다. 그러나 1607-1689 『尤庵集』에는 “우리나라 풍속은 牛肉을 上味로 삼았으며 이것을 먹지 않으면 죽는 것으로 알고 있으니 屠牛禁止令이 아무리 내려도 돌보지 않는다”는 것과 1750-1805년동안의 박제가(朴齊家)는 『北學議』에서 “소는 번식력이 돼지나 양만 못한데 자꾸만 도살해버리니 농경에 커다란 지장을 준다”는 것 등은 農牛도살이 지켜지지않고 있다는 것과 우리나라 쇠고기 선호성의 대단함을 말해준다.<sup>5)</sup> 이렇듯 금지령과 경계가 계속 내리고 있는 중에도 우리나라 쇠고기 선호성은 끈질기게 이어져 1670년-1945년 동안의 조리서에는 쇠고기에 대한 조리법이 많이 기록되었다. 현대에도 쇠고기의 선호성은 계속되어 아시아에서 대만의 경우 1인당 1년 육류 소비량은 33Kg중 쇠고기가 5%, 돼지고기 86%를 차지하고 일본은 30Kg중 돼지고기 36

%, 닭고기 35%를 차지하고 쇠고기는 17%밖에<sup>6)</sup> 되지 않는데 비해 우리나라는 1982년의 경우 쇠고기 23%, 돼지고기 54%, 닭고기 23%로<sup>7)</sup> 東洋 3國 중 가장 쇠고기의 섭취비율이 높았으며 현재도 증가 추세에 있다. 이토록 쇠고기 선호성의 전통은 700여년의 오랜 역사를 가지고 있지만 쇠고기에 관한 논문은 조리과학적 측면에서 몇몇 논문이 있을뿐이고<sup>8-16)</sup> 식품문화적, 조리사적인 연구는 이<sup>17)</sup>의 점에 관한 연구, 맑은 장구에 관한 연구<sup>18)</sup>에서 일부 쇠고기의 이용과 임<sup>19)</sup>의 육류의 조리법에 관한 연구 보고가 있으나 쇠고기 요리의 전통조리법의 문화를 연구하고자하는 기초 자료로서는 충분하지 않다. 따라서 본 연구는 1670년부터 1943년 동안에 발간된 문헌중에서 쇠고기에 대한 조리법이나 저장법이 기록된 23권을 중심으로 쇠고기 요리법의 종류, 연대, 빈도, 사용된 재료 및 조리법, 조리법의 변천을 고찰함으로써 쇠고기 조리법의 文化를 연구하는데 기초 자료를 마련하고자 하였다. 그 第一報로서 전체적인 쇠고기 요리의 종류와 빈도, 고기와 내장의 이용비율 그리고 연대순으로 우선 「국」에 대한 조리법에 관하여 고찰하였다.

## II. 쇠고기 요리의 조리법 및 저장법의 종류와 빈도, 고기와 내장의 이용비율

1670년에서 1943년동안 간행된 食生活綜合書(家庭百科全書),<sup>20)</sup> 調理 및 食品加工書와 歲時書 등<sup>21-43)</sup>에 나타난 쇠고기 요리의 조리법과 저장법은 표 1과 같이 총 346회 기록되어있는데 21종류로 크게 분류할 수 있다. 이는 닭고기 조리법(111회)<sup>44)</sup>의 3배, 돼지고기 조리법(66회)<sup>45)</sup>의 5배가 되며 따라서 우리나라 사람의 쇠고기에 대한 선호도를 알 수 있다. 이들중 국, 포, 찜, 숙육과 편육, 저장 및 볶음이 가장 먼저 수록되어 있고, 그 다음 육장, 회와 산적, 구이, 전골, 족편과 전약 그리고 자반, 조림, 만두 찜과 조치(찌개), 전유어, 무침과 선 그리고 죽,의 순서로 기록되어 있다. 문헌에 출현하는 빈도는 포가 42회로 가장 많이 등장하고, 다음이 국으로 41회, 숙육과 편육 36회, 구이 33회, 산적 29회, 찜 25회, 회 23회, 족편과 전약 20회, 전유어 17회, 저장 16회, 볶음 15회, 조림 12회, 자반 11회, 찜, 전골 각 7회, 조치, 무침 각 3회, 육장, 선이 각 2회, 만두와 죽이 각 1회씩 등장하고 있다.

한편 쇠고기 요리가 기록된 횟수를 인용문헌별로 보면 1900년 이전의 것으로는 「임원십육지」에 43회, 「시의전서」에 31회, 「증보산림경제」에 20회이고, 1900년 이후의 것으로는 「조선무쌍신식요리제법」에 72회, 「조선요리제법」에 46회, 「간편조선요리제법」에 33회 기록되어 있다.



주재료를 살코기와 내장으로 나누어 조리법과의 관계를 보면 살코기를 많이 다룬것은 포, 편육, 구이이고, 내장을 많이 다룬것은 전유어, 회, 볶음이며 고기와 내장을 함께 많이 다룬것은 국, 산적, 회등이며 그중 전유어는 1943년 이전까지는 내장만을 가지고 만들었다. 전체적으로 고기와 내장의 이용 백분율은 고기 65.6%, 고기+내장 11.3%, 내장 23.1%이며, 고기와 내장의 이용 비율은 약 2.8 : 1이었다.

III. 쇠고기국의 종류, 재료, 조리법 및 빈도

국은 여러가지 수조육류, 어패류, 채소류, 해조류등으로 끓인 국물 요리로서 밥을 중심으로 하는 반상에는 으레히 따르기 마련이다.<sup>46)</sup> 우리나라에서는 옛날부터羹(羹), 確(轄), 湯(탕)으로 부르기도 하였다.<sup>47)</sup>

표 1과 같이 위 문헌을<sup>21-43)</sup> 통하여 조사한 바로는 쇠고기 요리 중에서 가장 오래된 것은 <쇠고기국>으로 41회(12.0%) 등장하고 있다. 이는 김<sup>45)</sup>에 의하여 조사된 돼지고기국이 가장 후기의 문헌에 단 1회 기록되어 있는데 비하면 대단한 차이를 가지고 있다. 따라서 우리나라에서는 쇠고기국의 선호도가 대단히 높았음을 알 수 있다.

국은 사용하는 재료에 따라 표 2와 같이 내장, 살코기와 내장, 뼈에 붙은 고기, 살코기등의 4가지로 구분할 수 있으며, 고기의 부위에 따라서 14종류로 분류된다. 문헌에 나오는 쇠고기국의 종류는 표 3과 같다.

1. 내장으로 만든 국

내장을 이용한 국에는 <양탕>, <등골탕>, <두골탕>, <선지국>이 있고, 사용한 재료와 양념은 표 4와 같다. <양탕>은 『음식디미방』(1670년경)에 ‘양숙편’에 있어서 1회 기록되었다. 조리법은

『그 즙에 다시 한번 끓여 그릇에 푸고 생강, 후춧가루, 달걀황백지단 부친것을 돌돌 말아 썰어서 고명으로 얹는다. 모든 탕은 이와 같이 한다』

하였고, 위에서 이용한 “양숙편”은

표 2. 쇠고기국의 분류

1. 내장을 이용하여 만든 국 (양탕, 등골탕, 두골탕, 선지국)
2. 살코기와 내장을 함께 넣어 만든 국 (쇠고기국, 고음국, 잡탕(I)(II), 육개장)
3. 뼈 붙은 고기로 만든 국 (주저탕, 족탕, 꼬리탕, 가리탕)
4. 살코기로 만든 국 (맑은 장국, 완자탕)

『양의 껍질을 벗겨서 참기름과 진장에 호초, 천초 양념하여 단지에 담아 술에 넣고 단지 입을 봉하고 삶아 무르면 꺼내어 썰다』

하였다. 이로서 쇠고기국은 처음에는 내장의 한 종류인 양(羊)을 사용하였고, 중탕할 때 생기는 즙을 이용하여 만들었다. 이와 같이 처음에 내장을 이용한 것은 구석기 시대에 사냥꾼이 사냥감을 잡은 후에 운반하기 좋게 살코기를 배어 내고 그 자신은 사냥한 공로로 상하기 쉬운 부분들 즉 심장, 간, 뇌, 안구뒤에 있는 지방, 연한 내장기관들을 가지고 잔치를 했다는 것<sup>48)</sup>으로 미루어 저장하기에 어려운 내장을 처음 이용한 것으로 추측된다. 재료는 양(羊), 양념은 참기름, 진장, 후추, 천초, 생강등을, 고명으로는 달걀지단채가 사용되었다. 현대 조리서<sup>46,49,50)</sup>에는 이와 같은 방법의 양탕은 기록되어 있지 않고 양을 다져서 만드는 양즙<sup>46,49)</sup>과 양탕<sup>50)</sup>이 있을 뿐이다.

<등골탕>은 「간편조선요리제법」(1934)에 ‘골탕’으로 처음 나오며 모두 4회 기록되었으며 표 4의 골탕은 등골탕을 말한다.

조리법은 모두 같으며 「간편조선요리제법」에 『등골에 소금을 조금만 넣어 대꼬챙이로 껍질을 잘 벗겨서 배를 갈라서 넓게 하여 한치 길이씩 잘라 밀가루 무치고 또 계란을 무쳐서 기름에 지져서 놓고, 한편 맑은 장국을 끓여 파대가리를 채쳐 넣고 끓이다가 전을 부친 등골을 넣고 조금 더 끓여 먹는다』

하였고, 『조선요리법』에는 같은 내용 끝에 『오랫동안 끓이면 못 쓴다』고 덧붙였다.

재료는 등골,계란, 밀가루, 파, 소금등을 4 문헌에 모두 사용하고 있지만 깨소금, 계란지단은 2 문헌에만,

표 3. 조리서별 국의종류

문 헌	국의 종류
음식디미방(1670경)	양탕, 주저탕(족탕)
산림경제(1715경)	牛羹
규합총서(1815경)	소꼬리곰
임원십육지(1827경)	牛羹製法
시의전서(18C말)	고음국, 잡탕, 육개장, 쇠꼬리탕
술빚는법(18C말)	우미탕
간편조선요리제법 (1934)	골탕, 두골탕, 잡탕(곰국), 육개장 추포탕, 주저탕(족복기), 맑은 장국
조선요리법(1938)	골탕, 곰국I, 곰국 II, 잡탕, 육개장국
조선요리제법(1942)	골탕, 두골탕, 곰국, 육개장, 주저탕 (족복기), 가리국, 맑은 장국, 완자탕
조선무쌍신식 요리제법 (1943)	골탕, 선지국, 곰국I, 곰국 II, 잡탕 육개장, 주저탕(족복기), 족탕, 가리탕, 맑은장국I, II

표 4. 내장으로 만든 국에 사용된 재료

음식명	책이름(연도)	주재료		부재료		양념			고명	
		등골	기주재	계밀가	기부재	소참파	기양	달갈지단	기고	
양탕	음식디미방(1670경)		양				○		후추, 천초, 청장, ○	생강 후추
골탕	간편조선요리제법(1934)	○		○	○		○	○		
골탕	조선요리법(1938)	○	정육	○	○		○	○	깨소금, 간장	
골탕	조선요리제법(1942)	○	정육	○	○	표고	○	○	○	깨소금, 간장
골탕	조선무쌍신식요리(1943)	○		○	○		○	○	○	
두골탕	간편조선요리제법(1934)		두골	○	○		○	○		
두골탕	조선요리제법(1942)		두골, 정육	○	○	표고	○	○	○	청장, 깨소금
선지국	조선무쌍신식요리(1943)		선지, 창자			두부		○	후추, 새우젓	○

※음식명은 문헌에 쓰여진 그대로 옮김

그리고 표고는 1 문헌에만 기록되었다.

〈두골탕〉은 등골탕(골탕)뒤에 계속하여 쓰여진 것으로 조리법은 모두 같은 내용이며 「간편조선요리제법」에 「두골이면 껍질을 벗겨 밥틀만큼 썰어서 전을 지져 끓이나니라」

하였다. 등골탕에 이어서 쓴 것으로 보아 지지는 과정이나 탕을 끓이는 법은 등골탕과 같은 것으로 생각된다. 재료는 2회 모두 계란, 밀가루, 파대가리는 쓰였지만 한 문헌에는 표고버섯, 깨소금, 청장, 달갈지단, 소금을 추가로 사용하고 있다.

〈선지국〉은 「조선무쌍신식요리제법」에 기록되어 있고 조리법은

「선지는 토장국에 흔히 넣어 먹으나 젓국에 끓이는 것이 좋으니 처음에 고기와 곱창을 넣고 파와 후춧가루를 새우젓에 한대 넣고 곱창이 무르도록 끓인 후에 두부를 번듯번듯하게 썰어 넣고 선지를 채반에 건져 피 뺀것을 한 덩이씩 들고 착착 쳐서 넣되 얇게 하여 넣는다(끓으면 커지나니라)」

하였다. 이상과 같이 내장만을 이용한 국은 1670년 ‘양탕’에서 비롯하였으며 그 후 양탕처럼 중탕으로 만드는 국은 사라지고 1900년 초반에 이르러 끓여서 만드는 등골탕, 두골탕, 선지국이 등장하였다.

2. 살코기와 내장을 함께 넣어 만든 국

살코기와 내장을 함께 하여 만든 것은 〈최고기국〉(牛羹), 〈고음국〉(膏飮), 〈잡탕〉, 〈육개장〉 등의 더운 국과 〈추포탕〉이란 찬국이 있고, 사용된 재료와 양념은 표 5와 같다.

〈최고기국(牛羹)〉은 『산림경제』(1715년경)에 ‘우갱

(牛羹)’으로 처음 나오며, 모두 2회 기록되었다. 「산림경제」에

牛羹基製法與鹿羹同但心肝肚 不必重湯只可就鍋 煮糜爛食之

「국 끓이는 법이 사슴고기국과 같되, 다만 염통, 간, 양복피(腹皮)안의 고기)은 반드시 중탕할 필요는 없고, 솥에 고아 호물호물하게 익은 뒤에 먹는다」

하였다. 위에서 인용한 사슴고기국은

鹿羹用肉不拘多少洗淨控乾先以塩酒多醋少浴用 花椒面香紅豆桂皮但爲細末量肉多少下之却將酒醋 醬油拌勻加葱白數莖入磁器密對其口用重湯漫火煮 只候軟爛方可食(神隱)

「고기의 양은 관계없이 깨끗이 씻어 물기를 뺀다. 먼저 좀 많은 양의 물에 소금과 초를 약간 타서 고기를 씻고, 곱게 빻은 화초, 회향, 붉은 팔, 계피가루를 고기 양에 맞추어 넣는다. 다시 술, 초, 장, 기름을 고루 섞고, 파 흰줄기 몇 뿌리를 더 넣어 자기 그릇에 담아 주둥이를 꼭꼭 봉하고 둥근한 불로 중탕하여 고되 호물호물해질때까지 고아야 먹을 수 있다」

하였다. 이는 1670년의 문헌상에 나오는 〈양탕〉에 이용한 중탕방법이 牛羹 조리법에 유일하게 이어졌음을 알 수 있다.

〈고음국(膏飮)〉은 시의전서(18C말)에 처음 나오며 모두 7회 기록되었다.

「시의전서」에

「다리뼈, 사태, 도가니, 훌떼기, 꼬리, 양, 곤자소니, 전복, 해삼을 큰 솥에 물을 많이 붓고 만화로 푹

표 5. 실험기와 내장을 함께 넣어 만든 국에 사용된 재료

음식명	책이름(연도)			주 재료			부 재료			양념			고명		
	양곤장 자소 니	창홀부시 메가 자기아태 육니	정도	기 주 재 료	파 무 도	기 부 재 료	후 정 깨 참 머 피	기 양	달 걀 지 단	미 나 리 지 단	기 고				
牛羹 牛羹製法	○	○	○	간, 염통			붉은팔	○ ○ ○	○ ○ ○	소금, 계피, 화초 소금, 계피, 화초 초, 회향, 술					
고음국(膏飮) 잡탕(곰국) 곰국 I 곰국 II 곰국 곰국 I	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	쇠족, 꼬리 지라 갈비 떡심 쇠족, 꼬리, 이자 만하, 쇠약갈비 광대머리 쇠약갈비, 양지 업진	○ ○ ○ ○ ○ ○	전부, 해삼	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○ ○	집진간장					
곰국 II	○	○	○	갈비, 양지머리	○	계란, 밀가루, 다시마, 고비, 미나리	전부, 해삼	○		집진간장					
잡탕	○	○	○	갈비, 양지머리	○	진대구	○	○	○						
잡탕	○	○	○	쇠약갈비, 만하	○	밀가루, 전복 해삼, 미나리	○	○	○	유장				고기고명 표고, 석이	
육개장	○	○	○	갈비 패	○		○	○	○						
육개장	○	○	○	쇠약갈비, 만하 이자, 광대머리	○		○	○	○	고춧가루					
육개장	○	○	○	이자, 광대머리	○		○	○	○	고추장					
육개장	○	○	○	지라	○		참깨국, 외	○	○						
추포탕	○	○	○		○			○	○						

고아야 국이 진하고 뽀얏다」

라고 하였고, 「간편조선요리제법」에는

「고기(흠떼기)와 허파와 양과 곤자소니와 창자와 자라와 무를 통으로 정하게 씻어 술에 넣고 맹물을 부은 후 불을 때어 흠뻑 끓인 후에 꼬챙이로 찢러 보아 잘 익었거든 건져 내어 각각 골빼쪽만큼씩 썰은 후에 고기들은 함께 그릇에 담고 간장과 기름과 깨소금, 후춧가루를 치고 파를 이겨 넣고 한참 섞어 놓은 후 무 썰은 것을 따로 그릇에 담고 간장을 조금 쳐서 간장이 무에 젖을만하거든 국에 넣고 간을 맞추어 끓인 후 먹을 때에 주발에 국을 주고 고명을 쳐 놓았던 고기를 조금씩 넣어 먹나니 이것은 많은 사람이 먹을 때에 하는 법이고, 집에서만 먹을 것은 고기를 함께 넣어 끓인다」

라고 하였다. 또 「조선요리법」의 곰국I은

「양을 뒤해서 껍질을 벗기고 다른 국거리 즉 곤자소니, (씨앗)가리, 흠떼기, 사태, 뼈도가니와 무를 술에 넣고 푹 곤다. 익으면 길이는 팔구푼쯤, 넓이는 한 서너푼 되게 썰어서 갖은 양념해 놓고 무도 육질푼길이를 잘라서 나뭇하고 도톰하게 썰어 양념해 놓는다 국물에 다시 넣고 문근히 불을 댈다」

라고 하였고, 곰국II는

「보통 국거리로 곱창, 대창, 부아, 떡심등인데 여기에 사태, 흠떼기, 양등속만 더 넣고 무를 넣고 끓이면 훌륭하다」

고 하였다. 위에서 「조선요리법」중의 곰국 I은 내장보다 뼈가 붙은 고기를 많이 이용한 것이고, 곰국 II는 곱창, 대창등 내장을 더 넣는 것으로 구별된다.

「조선요리제법」에는

「고기, 흠떼기, 곤자소니, 양, 창자를 정하게 씻어 술에 넣고 물을 붓고 무도 둘로 갈라서 넣고 펄펄 끓여가지고 만화에 더 끓여서 꼬챙이로 고기를 찢러 보아 순하게 들어가면 고기가 무른것이니 건져서 골빼쪽만큼씩 썰어서 양념하여 잘 섞고 무는 칠푼 길이와 너푼 높이 너푼 넓이 되게 썰어서 양념하여 고기 삶은 국물에 무와 고기를 넣고 다시 끓여서 오래 끓은 후에 푸나니 그릇에 퍼 놓고 알고명을 골빼쪽만큼씩 썰어 너덧조각 띄우나니라」

「조선무쌍신식요리제법」에서 곰국 I은

「고기는 흠떼기, 광대머리, 무릎도가니, 사태, 쇠약갈비, 대창, 곱창, 양, 곤자소니, 이자, 만하, 부아등을 육개장과 같이 하고 테친 쇠족과 꼬리를 털벗겨 넣고 한 소금 끓여든 무를 통으로 쪼개어 넣어서 무른 후에 깨내어 무는 사방이 두둑두둑하고 네모지게 썰어 놓고 진장을 쳐 까불러 무빔이

붙게 하고 이 위에 여러가지 고기는 육개장같이 썰어서 양념하여 한참 주무른 후에 국을 퍼 먹을때 고기를 넣어 먹나니라. 이것은 여러사람이 먹을 때에 하거니와 조금하야 먹는데는 고기 주무른 것을 한데 넣고 끓여서 먹나니라」

「조선무쌍신식요리제법」의 곰국II는

「치성으로 하려면 잡된 고기는 아니 넣고 순전히 양지머리, 업진, 사태, 쇠약갈비, 해삼, 전복과 무를 넣고 끓여야 맛이 달고 국이 상등이 되고 쇠똥내가 없나니라」

하였다. 위에서 「조선무쌍신식요리제법」의 곰국 I은 쇠족, 쇠약갈비와 같은 뼈 붙은 고기와 여러가지 내장으로 만든 것이고, 곰국 II는 내장을 넣지 않고 뼈 붙은 고기와 살코기와 해물을 넣고 만든 것으로 구별된다.

이상 조리법을 통한 곰탕의 정의는 쇠약갈비, 쇠족, 다리뼈(사골)같은 뼈 붙은 고기와 내장과 질긴 부위의 살코기와 무등에 물을 붓고 문근히 푹 고으는 것으로 내장을 더 많이 넣고 만든 것과 살코기를 더 많이 넣고 만드는 두 방법이 있다고 할 수 있다. 설<sup>10)</sup>에 의하면 찬물과 끓는 물에서 사골뼈를 조리한 것이 유의적 차이는 없으나 찬물에서부터 조리한 것이 칼슘의 용출량이 약간 많았다고 한다. 따라서 사골뼈를 조리할때는 12시간정도 가열하되 찬물에서부터 가열하는 것이 효과적이라고 하였는데 이는 처음부터 큰술에 물을 많이 붓고 만화로 푹 고아야 국이 진하고 뽀얏다는 옛조리법을 조리과학적으로 증명해 준다고 생각한다.

이들 문헌에 의하면 곰국의 재료로 양, 흠떼기, 무, 후춧가루, 깨소금, 청장은 모두 사용하고 있으며 사태, 곤자소니, 기름, 파등도 대부분 사용하고 쇠족, 쇠약갈비, 꼬리, 도가니, 허파, 참기름, 마늘 등은 2-3문헌에 사용하고, 양지머리, 정육, 지라, 떡심, 광대머리, 이자, 만하, 업진, 전복, 해삼, 계란지단등은 한 문헌에만 등장하고 있다.

〈잡탕〉은 「시의전서」(18C말)에 ‘잡탕’으로 처음 나오며 모두 3회 기록되었다.

「시의전서」에

「양지머리와 갈비 삶은 국에 부아, 창자, 통무우, 다시마를 넣고 물을 많이 부어 푹 삶아낸 후 쉰다. 모두 골빼 모양으로 썰어 삶은 국에 한데 섞은 후 고비와 도라지, 파, 미나리를 다 가늘게 찢어서 밀가루를 약간 무쳐 계란을 섞워 얇게 부쳐서 건지와 한 모양으로 썰어 넣는다. 계란도 얇게 부쳐서 완자로 썰어 위에 얹는다」

「조선요리법」에는

「양과 곤자소니, 뼈도가니, 흠떼기등과 무를 한데 넣고 보통 곰국처럼 푹 끓인다. 익으면 건져서

보통 곰국보다 조금 자잘하게 썰어서 갖은 양념하고 무도 보통 국보다 갈게 썰어 양념해서 국물에 다시 넣어 끓여 놓고 미나리지단 부쳐 나뭇나뭇 썰고, 고기 다져서 양념하여 모루기(완자) 만들고 황,백지단을 부쳐서 미나리 지단과 같은 크기로 썰어 놓았다가 국을 뜨고 완자, 미나리지단, 계란 지단 썬 것과 실백을 얹는다」

하였다. 「조선무쌍신식요리제법」에

「잡탕은 육개장이나 곰국이나 고기 넣는 것은 같으나 아무썩쪽 여러가지 넣는 것이 좋은데 그 외에도 건대구를 넣고 끓이다가 무나 파를 넣어 한소끔 끓인 후에 먹을때 퍼내어 각색 고명을 넣되 미나리 부친것과 계란 부친것과 표고, 석이 버섯을 기름에 볶아 모두 골패처럼 썰어 넣고 완자와 실백을 얹어 쓰나니라」

하였다. 따라서 잡탕의 정의는 뼈에 붙은 고기, 질긴 고기(양지머리), 내장등을 마음대로 섞어서 끓인 것에 여러가지 채소를 계란에 부쳐 골패모양으로 썰어넣고 고명으로 실백과 완자로 썬 계란지단을 올려 놓는 것이라 할 수 있다.

이들 문헌에 의하면 “잡탕”의 재료로 양, 무, 달걀 지단은 모두 사용하고 있으며, 곱창, 흠뻑기, 도가니, 사태, 곤자소니, 도라지, 후춧가루, 깨소금, 청장, 파, 마늘, 실백은 대부분 사용하고, 썰약갈비, 광대머리, 이자, 만하, 다시마, 고비, 파, 미나리, 계란, 밀가루, 기름, 고기고명, 표고, 석이, 후춧가루는 한 문헌에만 등장하고 있다.

〈육개장〉은 『시의전서』(18C말)에 ‘육개장’으로 처음 나오며 그 후 모두 5회 기록되었다. 육개장은 18C말엽에 시작되어 1943년에 이르도록 이어지고 있는 국이다.

『시의전서』에

「정육과 흠뻑기와 부아, 창자, 양을 튀하고 전복, 해삼을 물을 많이 붓고 무르게 삶아 건진다. 고기는 다지고 다른것은 다 골패처럼 썬다. 파, 미나리를 살짝 데쳐서 잘라 넣고, 갖은 양념과 유장에 간 맞추고 밀가루를 넣어 주무른 다음 무르게 끓인다 완자도 넣고 계란을 얇게 부쳐 귀지게 썰어서 위에 얹어 쓴다」

「간편조선요리제법」에는

「먼저 파를 다듬어 물에 데쳐서 물에 빨아 꼭 짜가지고 한치 길이씩 썰고 쇠고기와 양, 곤자소니, 창자, 허파등을 솥에 넣고 맹물에 오랫동안 삶아서 흠뻑 익은 후에 전저 고기는 손으로 잘게 뜯어 파와 함께 담고 다른 것들은 칼로 잘게 썰어 담는다 길이는 한치, 넓이는 두어푼쯤 되게 썰어서 양념하여 한참 주물러 섞어서 고기 삶은 물에 다시

넣고 또 다시 한참 끓여서 먹는다」.

「조선요리법」에는

「양, 사태, 대창, 곤자소니, 흠뻑기, 씨앗가리를 고아서 잘 무르거든 전저서 양, 사태, 곤자소니, 대창 등은 육칠푼 길이로 썰어서 보통 국거리보다 가늘게 썰고, 씨앗거리나 흠뻑기이는 잘게 찢어 놓고, 파는 다듬어서 끓는 물에 데쳐서 한데 섞고, 갖은 양념을 하는데 고춧가루를 쳐서 빛을 낸다. 빛이 안나거든 고추장을 조금만 섞는다」

「조선요리제법」에서는

「고기, 사태, 흠뻑기, 양, 곤자소니, 폐, 도가니를 솥에 넣고 물을 붓고 삶아 손가락 한 마디만큼 썰어 놓고 파익은 한치 길이씩 잘라서 데쳐 꼭 짜서 고기와 함께 넣고 갖은 양념하여 고기국에 넣고 다시 끓여 간을 맞추고 만화로 오래 끓인다」

「조선무쌍신식요리제법」에는

「먼저 파를 데쳐 물에 빨아 꼭 짜서 한치 길이씩 썰어 놓고 흠뻑기, 광대머리, 무릎도가니, 사태, 썰약갈비, 대창, 곱창, 양, 곤자소니, 이자, 만하, 부아를 맹물에 삶아 무르면 전저서 살코기는 손으로 잘라 뜯어 넣고 나머지는 썰어서 여러가지 고기와 함께 섞고 양념하여 한데 주물러 고기 삶은 물에 끓여서 먹는다. 매운 고추장을 한데 버무리 국물솥에 넣고 한 소끔 끓여 쓰는 것도 좋으니라」

하였다. 위에서 보는 바와 같이 1800년 말엽부터 1943년에 이르도록 비슷하게 조리한 것을 알 수 있다. 즉, ‘육개장’의 정의는 뼈가 붙지 않은 살코기와 내장을 맹물에 삶아 살코기는 손으로 찢었고, 나머지 내장은 골패형이나 육칠푼 내지 한치길이를 썰고, 파를 반드시 데쳐서 꼭 짜서 고기와 섞어 양념하여 끓는 국물에 넣어서 만든 것이다. 다만 변화된 것은 고기를 무칠 때 처음 18C말에는 밀가루를 넣어서 주물렀는데 그 후에는 전혀 넣지 않은 것과 1938년 이후부터 고춧가루나 고추장을 넣어 맵고 붉게 만든 것이다. 그러나 1943년 「조선무쌍신식요리제법」에 “혹은 고추장은 국물속에 넣고 한 소끔 끓여 쓰면 좋다고”한 것으로 보아 2가지 방법이 함께 쓰였음을 알 수 있다. 따라서 육개장은 1800년 말에 매운맛이 없는 것으로 시작되었는데 1938년에 이르러 매운맛의 육개장이 되고 그 후에는 매운맛의 육개장과 맵지 않은 맛의 육개장이 같이 존재하였다.

이들 문헌에 의하면 후춧가루, 깨소금, 청장은 모두 사용하고 있고, 양, 흠뻑기, 곤자소니, 파, 기름은 4개의 문헌에, 곱창, 허파, 정육, 사태는 3개 문헌에, 도가니, 마늘은 2문헌에, 썰약갈비, 떡심, 광대머리, 이자, 만하, 도라지, 미나리, 전복, 해삼, 양파, 유장, 고추장, 파, 참기름, 고춧가루 등은 한 문헌에만 등장하고 있다.



위의 3가지 <곰탕>, <잡탕> 및 <육개장> 등은 살코기, 뼈붙은 고기와 내장을 몽근히 끓이는 방법은 거의 같으면서도 조금씩 다른 조리법으로 만들고 있으며 한 조리서에 3가지를 모두 기록하고 있다. 이 3가지의 차이점은 곰탕은 뼈가 붙은 고기 또는 내장을 삶고 부재료로 무를 이용하였고, 육개장은 살코기와 내장을 삶고 부재료로 파를 이용하였으며 잡탕은 살코기, 내장, 뼈붙은 고기 모두를 마음대로 이용하고 부재료로 여러가지 채소로 전을 부쳐서 골패형으로 썰어 넣고 만든 것이라고 할 수 있다.

<추포탕>은 「간편조선요리제법」(1934년)에만 기록되고 조리법은

「고기, 곤자손이, 창자, 허파, 자라, 양 등을 씻어서 그대로 솥에 넣은 후 물을 붓고 끓여 잘 삶아서 다 건져 각각 골패짜만큼씩 잘게 썰어 놓고, 또 위를 그와 같이 썰어 소금에 잠깐 절였다가 정한 수건에 싸서 물을 꼭 짜 버리고 기름에 볶아서 함께 담아 간장, 기름, 깨소금, 후춧가루를 치고 한참 주물러서 놓고 만들어 놓은 깻국에 고기를 넣어 찬으로 먹는 것이다(깻국은 불린 참깨를 절구에 잠깐 찧어서 물에 씻어 점질을 벗겨 맷돌에 물을 쳐 가면서 갈아 체에 바쳐 소금을 조금 친다)」

하였다. 이 추포탕은 현대에는 <깻국탕><sup>49)</sup>으로 기록되어 전해지고 있다.

3. 뼈 붙은 고기로 만든 국

뼈 붙은 고기로 만든 국에는 <주저탕>, <죽탕>, <꼬리탕>, <갈비탕>이 있고, 사용된 재료와 양념은 표 6과 같다.

<주저탕>은 『음식디미방』(1670년)에 ‘죽탕’(내용은 주저탕임)으로, 처음 나오며 모두 5회 기록되었다. 1600년대 중엽에 시작은 되었으나 그 후 300년 동안은 전혀 보이지 않다가 1900년 초엽에 이르러 다시 나타나서 1943년에 이르도록 이어져 기록되고 있다.

『음식디미방』의 ‘주저탕(죽탕)’은

「소죽을 털째 삶아 가족이 무를 때 꺼내서 더울 때 씻으면 하얗게 된다. 솥에 맑은 물과 같이 넣고 우뚝같이 고아서 식거던 강정낙만큼씩 썰고 참무도 푸른 외도, 표고버섯도 그와 같이 썬다. 생치즙에 간장 넣고 밀가루 즙을 타고 골파를 넣어 끓이면 매우 맛있다」

「간편조선요리제법」과 「조선무쌍신식요리제법」은 같은 내용으로

「소죽을 잘게 썰어서 솥에 넣고 녹도록 끓인 후에 밀가루를 조금 풀고 무우를 골패짜처럼 썰어 넣고 밀가루를 잡탕 국물에 풀어 풀 쭈뜨 하고 무우는 곰국에 넣는 것처럼 썰어 한데 버무려 묽은 죽처럼 한다」

하였다. 위에서 보면 조리법 앞에 삶은 죽이라는 말이 빠진듯하다. 이상에서 ‘주저탕’의 정의는 쇠죽을 고은 것에 골패모양으로 썬 무, 오이, 표고와 생치즙이나 잡탕국물에 밀가루 푼 것을 넣어 끓여 걸쭉한 죽처럼 끓인 것이라고 할 수 있다. 조리법에서는 1670년에는 쇠죽 고은 것을 그대로 이용하였고, 재료에서는 이용한 국물이 생치즙에 잡탕국물로 변했으나 질감은 걸쭉한 묽은 죽같은 것으로 변하지 않았다고 생각된다.

<죽탕>은 조선무쌍신식요리제법(1943년)에만 기록되었다. 조리법은

「죽에 물을 많이 붓고 흐물흐물하도록 삶아 건져

표 6. 뼈 붙은 고기로 만든 국에 사용된 재료

음식명	책이름(연도)	주 재 료			부 재 료			양 념			고명
		쇠 꼬 죽리	쇠 약 갈비	갈 비	기 주 재 료	무 표 고	기 부 재 료	청 후 장	개 소 금	기 양 념	
주저탕(죽탕)	음식디미방(1670경)	○			생치즙		○	참무, 푸른외	○	밀가루, 골파	
주저탕(죽복기)	간편조선요리제법(1934)	○			잡탕국물		○			밀가루	
주저탕(죽복기)	조선요리제법(1942)	○			정육		○	○		밀가루	
주저탕(죽복기)	조선무쌍신식요리(1943)	○			잡탕국물		○			밀가루	
죽탕	조선무쌍신식요리(1943)	○			사태			○	○	계피	
소꼬리곰	규합총서(1815경)		○	○	부아			○	○	유장, 고추장	
우미탕	술빚는법(18C말)		○	○	부아, 대접이살			○	○	유장, 고추장	
쇠꼬리탕	시의전서(18C말)		○					○	○	유장, 고추장	
가리국	조선요리제법(1942)			○				○	○	기름	○
가리탕	조선무쌍신식요리(1943)		○	○	양지머리			○	○	기름	

식거든 뼈째 굵게 저며 장과 후춧가루와 계피가루를 치고(사태를 같이 삶는다는 말이 빠진듯 함) 사태도 썰어 넣고 주물러 이왕 국물에 간 맞추어 한 소끔 다시 끓여 먹는다」

하였다. ‘죽탕’이 ‘주저탕’과 다른 점은 ‘죽탕’은 몽근히 고은 죽을 뼈째 이용한 것과 주저탕처럼 밀가루를 이용하지 않은 맑은 국의 형태인 것이다. 주저탕과 죽탕의 재료는 쇠죽을 모두 사용하고 있으며 무, 밀가루, 청장, 후춧가루는 대부분 사용하고 참무, 푸른 외, 표고버섯, 골파, 생강은 한 문헌에만 기록되었다. 주저탕과 죽탕은 현대 조리서<sup>46,49)</sup>에는 거의 기록되지 않고 있다. <꼬리탕>은 「규합총서」(1815년경)에 ‘소꼬리곰(牛尾蒸丸)’으로 처음 나오며 모두 3회 기록되었다. 1815년경에 시작되어 1800년 말에 이르기까지 이어져온 것이다.

조리법은 「규합총서」와 「술빚는 법」의 내용이 같으며 「규합총서」에

「소꼬리 살찐 것을 뿌리의 살찌 무르누게 삶아 잘게 찢어 썰약갈비(소갈비의 길고 짧은 갈비)와 부이(허파) 삶은 것을 썰어 함께 기름장에 후추 붙이, 깨소금을 섞어 주무르고 삶은 파를 많이 넣어 청장에 고추장 약간 섞어 국을 만들면 개국과 같되 맛이 특별하다」

하였고, 「시의전서」에는

「살찐 쇠꼬리를 무르누게 삶아 유장, 후추 등을 섞은 다음 삶은 파를 넣고 청장에 고추장을 약간 섞어 갠을 만들면 개탕과 같아 맛이 자별하다」

하였다. 이로서 소꼬리탕의 정의는 소꼬리, 부이, 썰약갈비 또는 소꼬리만을 몽근히 끓인 것에 삶은 파를 넣고 다시 끓여 고추장기를 한 국이라고 할 수 있다. 조리법에서 무르누게 끓이는 방법은 변하지 않았고, 재료에서 1800년대 초에는 부이, 썰약갈비를 넣고 만들었는데 1800년대 후기에는 고기류에서는 소꼬리만을 가지고 만들었고, 삶은 파와 고추장의 이용은 변치 않고 계속 이어지고 있었다. 조<sup>9)</sup>에 의하면 소꼬리를 무르누게 삶는 것은 끓기 시작해서 85-95℃에서 2시간 30분을 끓였을 때 적당했으며 국물보다(25.78%) 살(67.58%)에 아미노산의 함량이 많았다는 보고가 있다. 이는 위에서 무르누게 삶는다는 말을 뒷받침해 준다. 이들 문헌의 꼬리탕의 재료로서 쇠꼬리, 유장, 청장, 후춧가루, 파는 모두 사용하였고, 썰약갈비, 고추장, 깨소금은 대부분 사용하였으며 대접살과 술은 한 문헌에서만 기록되었다.

<가리국>은 「조선요리제법」(1942년)에 ‘가리국’으로 처음 나오고 같은 무렵 「조선무쌍신식요리제법」(1943년)에 ‘가리탕’(갈비, 脇湯)으로 기록되었고, 1900년 이후에 가장 늦게 등장한 국이다.

「조선조리제법」에

「가리를 정히 씻어 한치 길이씩 잘라가지고 칼로 고기를 어여서(잔칼질) 떨어지지 않도록 하여 맹물에 오래 삶아 고기가 무른 후에 건져서 파를 채쳐 넣고, 여러가지 양념을 넣고 간장을 간 맞추어 쳐서 그릇으로 까불어서 잘 섞어 가지고 국물에 넣어서 다시 만화로 오래 끓여 그릇에 푸고 알고명을 골짜작만끔씩 썰어 넣어 먹는다」

하였고, 「조선무쌍신식요리제법」에서는

「가리를 씻지말고 잘게 잘라 행자 쳐서 맹물에 푹 여 흐들흐들하거던 꺼내어 장과 기름, 깨소금, 호춧가루를 치고 까불러가지고 다시 국에 넣어 한소끔 끓여 먹으라 처음 까불러에 장을 많이 쳐야 국에 간이 맞나니라. 썰약가리가 더욱이 맛이 좋으니 양지머리와 한데 끓이면 더우기 좋다」

하였다. 가리국의 재료는 가리, 장, 기름, 깨소금, 후춧가루는 모두 쓰였고, 썰약갈비, 양지머리, 파, 계란은 한 문헌에만 기록되었다.

이상의 여러가지 국에서 다리뼈(사골), 양지머리, 사태, 곱창, 꼬리, 곤자소니 등을 한번에 넣고 몽근히 만화로 삶았는데 임<sup>11)</sup>은 오래 익혀야 되는 것부터 부위별 재료의 특성을 살려 단계적으로 첨가하는 것이 바람직하며 국물을 통후하게 하기 위해서는 12-18시간 조정함이 적합하다고 하였고, 안<sup>16)</sup>은 단백질 지방의 용출액을 위해서도 12-18시간 가열이 효과적이라고 했고, 박<sup>15)</sup>은 유효영양성분의 충분한 용출을 위해서는 가열시간이 12시간 이상이 필요하다고 하였다. 이<sup>14)</sup>는 소의 양은 영양성분의 충분한 용출과 맛을 위해서는 상압가열조리에서는 8시간, 압력조리에서는 1-2시간의 조리시간과 10배 이상의 물의 첨가가 필요하고, 임<sup>12)</sup>은 곰국의 건더기인 양지머리는 2시간 정도 가열하는 것이 바람직하고, 조<sup>50)</sup>는 곰국을 끓일 때 각 부위별로 지질 구성의 특성에 따라 차이가 있으나 대체적으로 국물중으로 용출되는 양은 극히 적다고 하였다. 따라서 몽근히 오래 끓이는 시간이 문헌에는 정해지지 않았지만 12-18시간으로 추측된다. 또, 국의 재료 중 임<sup>16)</sup>은 사골, 양, 곱창을 시간의 변화를 주고 가열했을 때 단백질 용출액 중에서도 양이 가장 높았고, 다음이 사골, 양지머리, 곱창의 순이고, 양지머리의 용출액중 glutamic acid는 가열 시간에 따라 약간 감소했는데 양의 용출액중 glutamic acid는 가열함에 따라 많이 용출되었다는 것으로 미루어 맛있는 국을 만들기 위해서는 양(詳)이 절대적이었음을 말해준다. 이는 국을 끓일 때 충분한 물을 넣고 장시간 몽근히 가열하는 재래식 조리방법과 재료 중 양을 가장 많이 이용한 것과 끓인 후 건더기를 함께 먹었다는 사실을 영양학적으로 미각적인 측면에서 매우 우수하였음을 입증해 준다.

표 7. 살코기로 만든 국에 사용된 재료

음식명	책이름(연도)	주재료	부재료						고명		
			정	파	기	후	개	청		파	기양
		육			추	름	금	장	타	담	
맑은장국	간편조선요리제법(1934)	○			○	○	○	○	○	마늘	
맑은장국	조선요리제법(1942)	○			○	○	○	○	○		
맑은장국	조선무쌍신식요리(1943)	○	○	무우, 다시마	○	○	○	○		마늘	
맑은장국	조선무쌍신식요리(1943)	○	○	계란	○	○		○		고춧가루	
완자탕	조선요리제법(1942)	○		표고, 두부, 실백	○		○		○		○

4. 살코기만을 넣고 끓인 국

살코기만으로 끓인 국에는 <맑은 장국>과 <완자탕>이 있고, 사용된 재료와 양념은 표 7과 같다.

먼저 <맑은 장국>은 「간편요리제법」(1934년)에 처음 나오며 모두 4회 기록되었다. 비교적 늦게 1900년대 초엽부터 시작되어 1943년까지 이어지고 있는 것이다. 조리법은 「간편요리제법」, 「조선요리제법」, 「조선무쌍신식요리제법」의 맑은 장국 I에는 거의 비슷한 방법으로 기록되어 있는데 「간편조선요리제법」에

「고기를 얇게 저며서 2푼 장방될 만큼(잘게) 썰고, 파는 한치 길이로 잘라서 채쳐 가지고 그릇에 섞은 후 기름을 치고 다시 섞어서 솥에 넣고 불을 때어 볶다가 물을 붓고 간을 잘 맞추어 오래동안 끓이나니 펄펄 끓은 후에 만화에 이삼십분 끓여야 달아서 원 맛이 생긴다」

하였고, 조선무쌍신식요리제법의 또 한가지 <맑은 장국>은

「기름 없는 연한 고기를 잘게 썰고 파를 엷썰어 많이 넣고 계란을 깨어 넣고 맑은 장 치고 기름과 후춧가루 치고 모두 주물러 물 조금 치고 한참 볶다가 물을 쳐 끓여 낸 후에 고춧가루 치고 먹는다. 이것은 점심 찬밥에 먹거나, 국수를 말거나, 무슨 독맨것을 마시는 것이다」

하였다. 이상에서 맑은 장국의 정의는 잘게 썬 쇠고기와 채썬 파를 넣고 양념하여 볶다가 물을 넣고 몽근히 끓이는 것으로 여기에 계란 푼 것을 넣고 끓여 먹을 때 고춧가루를 쳐서 먹는 것도 있다고 할 수 있다. 위 문헌에 의하면 정육, 후춧가루, 기름, 파는 모두 사용하였고 청장, 마늘은 대부분 사용하였으며 무, 고춧가루는 한 문헌에만 기록되었다.

<완자탕>은 「조선요리제법」(1942년)에만 나오며

「연한 살코기를 오래오래 이겨서 파 이겨 놓고 후추, 깨소금, 두부를 넣고 잘 섞어서 은행알만큼 썬 둥글게 빗어 실백을 한개씩 넣고 빗어 놓고

버섯을 잘게 썰어서 넣고 맑은 장국을 끓이고, 알지단을 황, 백으로 부쳐 골채짜만큼씩 썬다. 맑은 장국이 끓을 때 완자에 계란 푼 것을 섞워서 하나씩 하나씩 넣어 익혀서 끓은 후에 그릇에 푸고 알고명을 띄운다」

하였다. 위에서 완자탕의 정의는 다져서 양념한 쇠고기와 두부를 섞은 후 속에 갖을 넣고 은행 모양으로 빗어서 계란을 섞워 이것을 맑은 장국이 끓을 때 집어 넣어 익혀서 그릇에 푸고 완자형의 계란지단을 띄운 것이라고 할 수 있다. 재료는 살코기, 두부, 파, 후추, 깨소금 등이다.

IV. 요약 및 결론

1670년부터 1943년동안에 발간된 23권의 문헌 중에 기록된 쇠고기 요리의 조리법의 종류와 빈도, 고기와 내장의 이용비율을 조사하고 우선 「국」의 재료와 조리법, 정의, 조리법의 변천에 대하여 분석, 고찰한 결과는 다음과 같다.

1) 쇠고기 요리의 조리법은 23권의 문헌에 총 346회 기록되었고, 조리법과 저장법을 합하여 21종류이며, 82종으로 세분되어 있다. 연대순으로 보면 (국, 포, 찜, 숙육과 편육, 저장, 볶음) (육장) (회, 산적) (구이) (전골) (죽편과 전약, 자반) (조림) (만두) (즙, 조치(찌개)) (전유어) (무침, 선, 죽)의 순으로 기록되었다.

2) 쇠고기요리의 조리법을 문헌상에 출현 빈도의 비율은 포(12.2%), 국(12.0%), 숙육과 편육(10.4%), 구이(9.6%), 산적(8.4%), 찜(7.3%), 회(6.7%), 죽편과 전약(5.8%), 전유어(4.9%), 저장(4.6%) 볶음(4.3%), 조림(3.5%), 자반(3.2%), 전골(2.0%)과즙(2.0%), 조치(찌개)(0.9%), 무침(0.9%), 선(0.6%), 육장(0.6%), 만두(0.3%), 죽(0.3%)의 순이다. 가장 기록된 횟수가 많은 것은 포(12.2%)이고, 포 중에서 가장 비중을 많이 차지한 것은 편포이다. 또한 산적과 구이를 굽는다는 뜻에서 들을 합친

다면 18.0%로 가장 높은 것이 되며, 구이와 산적중에서 가장 비중을 많이 차지한 것은 갈비구이와 설하떡이다.

3)주재료를 살코기와 내장으로 나누어 조리법과의 관계를 보면 살코기를 많이 다룬것은 포, 편육, 구이이고, 내장을 많이 다룬것은 전유어, 회, 볶음이며 고기와 내장을 함께 많이 다룬것은 국, 산적, 회 등이다. 그중 전유어는 1943년 이전까지는 내장만을 가지고 만들었다. 전체적으로 고기와 내장의 이용 백분율은 고기 65.6%, 고기 및 내장 11.3%, 내장 23.1%이며, 고기와 내장의 이용비율은 약 2.8 : 1이었다.

4)쇠고기국은 우리나라 쇠고기 요리의 조리법의 전체 빈도면에서 41회(12.0%)로 2위이나 42회로 1위인 「포」에 버금가는 조리법이며 연대순으로도 가장 오래된 조리법이다.

5)1943년 이전의 문헌에 기록된 「국」은 모두 14종류이며 이들을 조리법과 재료에 따라 내장으로만 만든 국, 살코기와 내장을 함께 넣어 만든 국, 고기 붙은 뼈로 만든 국, 살코기만으로 만든 국등 4종류로 분류되었다. 국의 종류는 양탕, 등골탕, 두골탕, 선지국, 쇠고기국, 고육국, 잡탕, 육개장, 추포탕, 주저탕, 족탕, 꼬리탕, 가리국, 맑은 장국, 완자탕으로 14종이 있다.

6)국에 사용한 주재료는 모두 26종류이며 그 중 많이 이용된 것은 양, 정육, 흠뻐기, 곤자소니, 찡차, 사태, 부아의 순이고, 부재료는 모두 21종류이며 무우, 밀가루, 계란, 파, 표고버섯의 순으로 많이 이용되었다. 양념은 모두 22종류이며 후추, 청장, 깨소금, 기름, 파가 많이 이용되었고, 고명은 모두 9종류이며 달걀지단이 가장 많이 이용되었다.

7)1943년 이전 문헌에는 갡(羹), 탕(湯), 국 사이에 명확한 구분은 되어 있지 않았으며 그 중 「탕」으로 많이 표현되어 있다. 17-18세기에는 국의 재료를 많이 이용하였는데 19세기에 오면서 재료가 줄었다. 처음에는 증탕하여 생긴 즙을 이용하여 국을 만들었는데 후에는 고기에 물을 붓고 몽근히 끓이는 것으로 변화하였으며 19세기에 이르도록 몽근히 끓이는 방법은 변함없이 이어지고 있었다.

### 감사의 글

이 논문은 1990년 미원 부설 한국음식문화연구원의 지원에 의하여 수행된 것으로 이에 감사드립니다.

### 참고문헌

1. 이성우 : 한국식품문화사, 교문사, p13, 1984.
2. 이성우 : 고려 이전의 한국 식생활사 연구, 향문사, p

- 184, 1978.
3. 이성우 : 1한국식품문화사, 교문사, p13, 1984.
4. 이성우 : 한국식품사학회, 교문사, p31, 1984.
5. 同上書, p37.
6. 김영현, 이서래 : 국내 소비 쇠고기의 지방질 성분과 기호성, 한국식품과학회지, 16(3), 1984.
7. 축산진흥회 : 축산물 가공에 관한 연구보고, 1980.
8. 박미은 : 육류의 숯불구이시 돌연변이 유발능에 미치는 지방질 함량과 소금의 영향, 이화여대 석사학위 청구 논문, 1988년.
9. 조경자 : 쇠꼬리곰탕의 아미노산 조성과 칼슘, 철, 및 인의 함량에 관한 연구, 대한가정학회지, 22(1), p115, 1984.
10. 설민영, 장명숙 : 사골뼈 용출액 중의 무기질 성분과 관련한 연구, 한국조리과학회지, 6(4), p26, 1990.
11. 임희수, 윤서석 : 설농탕 조리법의 표준화를 위한 조리과학적 연구 제 1보, 한국조리과학회지, 3(1), p45, 1987.
12. 임희수 : 설농탕 조리법의 표준화를 위한 조리과학적 연구 제 1보, 한국조리과학회지, 3(2), p48, 1987.
13. 임희수 : 쇠고기의 조리방법에 따른 성분변화 고찰, 장안논총, 6(2), p224, 1986.
14. 이연숙, 박동연, 박정숙 : 소양(Cow's Rumen-reticulum)의 가열조리시 영양성분과 맛성분의 용출에 관한 연구, 한국식품화학회지, 4(3), p251, 1989.
15. 박동연, 이연숙 : 사골뼈 용출액중의 영양성분, 한국영양식량학회지, 11(3), p149, 1982.
16. 임희수, 안명수, 윤서석 : 설농탕 주재료의 가열시간별 성분변화에 관한 연구, 한국조리과학회지, 1(1), p16, 1985.
17. 이효지의 2인 : 점의 문헌적 고찰, 한국식품화학회지, 5(1), p59-75, 1990.
18. 유재영, 이효지 : 조선시대 맑은 장국의 분석적 고찰, 한국생활과학연구 제 6호, p91-113, 1988.
19. 임희수 : 우리나라 육류조리법의 분석 및 고찰, 장안논총, 10(2), p441-450, 1988.
20. 이성우 : 한국식경대전, 향문사, p7, 1981.
21. 저자미상 : 음식디미방, p13-14, 1670경.
22. 저자미상 : 주방문, (16C말) (황해성 역, 한국요리백과사전, 삼중당, p540, 1976).
23. 홍만선 : 산림경제, (1715경) 卷二, 治膳, 魚肉, 민문고, p80-84, 1989.
24. 유중임 : 증보산림경제, 治膳上, 肉膳治法, 牛肉膳, 1766.
25. 서명용 : 고사십이집, 獸肉 飪法, 1787.
26. 유득공 : 경도잡지, (17C말), 이석호역, 을유문화사, p 296, 1969.
27. 빙허각 이씨저, 정양완역 : 규합총서, 보진제, p71-73, p124, 1975.
28. 서유구 : 임원십육지, (1827경), 鼎俎志, 割烹之類, 민속원, p296-317, 1991.
29. 홍석모 : 동국세시기, (1849), 이석호역, 을유문화사, p 272, 1969.

30. 저자미상 : 역주방문, 18C중엽.
31. 이규경 : 오주연문장전산고, 卷28, p813, 1850경.
32. 저자미상 : 군학회등, 18C중엽.
33. 빙허각 이씨원저, 이경선역 : 간본규합총서, 신구문화사, p32, 34, 1974.
34. 저자미상 : 술만드는법 p6, 17C말엽.
35. 저자미상 : 시의전서, 상권, 湯部 p27, 18C말엽.
36. 저자미상 : 술빚는법, 18C말엽.
37. 저자미상 : 이씨음식법, 18C말엽.
38. 저자미상 : 부인필지, 1915.
39. 이석만 : 간편조선요리제법, 삼문사서점, p1-18, 1934.
40. 조자호 : 조선요리법, 광한서림, p153, p186-199, 1938.
41. 저자미상 : 가정요리, 1940.
42. 방신영 : 조선요리제법, 광학서관, p381-417, 1942.
43. 이용기 : 조선무쌍신식요리제법, 영창서관, p61-87, 1943.
44. 김태홍 : 닭요리의 문헌적 고찰, 상명여대 가정문화연구소, 제 7집, p12, 1989.
45. 김희선, 김태홍 : 돼지고기의 문헌적 고찰, 상명여대 가정문화 연구소, 제 8집, p56, 1991.
46. 정순자 : 한국조리, 신평출판사, p27, 45, 1990.
47. 이성우 : 한국요리문화사, 교문사, p95, 1985.
48. 손경희역 : 식품문화사, 효일문화사, p26, 1991.
49. 강인희 : 한국의 맛, 대한교과서출판사, p90-111, 1987.
50. 윤서석 : 한국음식, 수학사, p156, 1992.
51. 조은자 : 조리중 쇠고기부위별 곰국의 함유지질및 지방산 조성의 변화, 성신여대 논문집(19), P581, 1984.  
\*음식디미방, 시의전서는 고서에 p를 붙여서 기록함