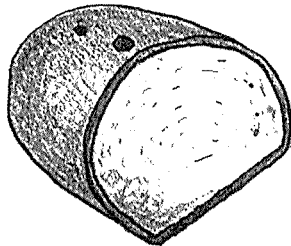


알기쉬운 빵의 세계사

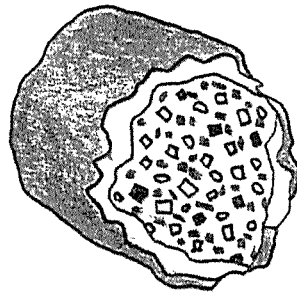
러시아 ‘흑빵’

고대부터 야생 보리종은 팔레스타인과 이라크에 걸쳐 넓게 분포되어 있었다. 수 천년 동안 이 지방사람들은 야생보리를 식용으로 먹어 왔다.

기후에 대한 적응성, 수확량 등을 따져볼 때 보리를 재배하는 것이 유리하였지만, 밀은 가루를 내 반죽하여 구우면 맛과 저장성이 뛰어나기 때문에 보리에서 밀로 재배 식물이 변해왔다. 이와같이 빵을 굽게 된 것은 기원전 6~7천년전 부터이다.



흑빵



베로시키

도, 실크로드를 통해 중국에까지 전해지게 된 것이다. 러시아는 세계 최대의 밀 생산국이다. 밀을 수확하는 곡창지대는 러시아 공화국으로부터 카자흐 공화국까지 넓게 펼쳐져 있다. 반면 북쪽 지방의 호밀 재배는 감소하고 있다. ‘러시아’ 하면 생각나는 것이 밀로 만든 흑빵인데, 곡창지에서 수확한 밀은 빵과 과자를 만들기 위해 최적의 것들이 대부분이다.

일찍이 러시아에서 만들어졌던 빵의 종류는 한정되어 있었다. 모스크바 등의 대도시에서는 여러 종류의 빵을 파는 가게가 있었으나 시골에 가면 각각의 가정에서 빵을 굽는 곳이 대부분이었는데, 유명한 ‘베로시키’도 가게에서 파는 상품과 달리 가정의 맛을 자랑하고 있었다.

호밀가루에 캐러멜을 첨가하여 구워낸 ‘흑빵’은 독일의 ‘퐁파니케르’와 같이 묵직한 빵으로 사와 크림 등에 곁들이면 가벼운 산미가 맛을 더해준다.

철갑상어 알과 잘 어울리는 ‘흑빵’

‘흑빵’ 하면 ‘생 굴’과 ‘철갑상어 알’이 함께 떠오른다. 어느쪽도 대중과는 먼 음식이지만 조화가 잘 되는 음식이기도 하다. 생 굴과 철갑상어 알은 염기가 강한 음식이기에 버터를 바른 흑빵으로 입맛을 바꿔가며 먹으면 한층 돋보이는 맛이 될 것이다.

‘베로시키’라고 하는 빵은 고기살이 들어간 도넛 상태의 것을 생각하는 사람이 많다. 물론 이와 같이 카레 맛을 뺀 카레빵 같은것도 있으나, 러시아에서 ‘베로시키’라고 하는 것은 이스트를 발효시킨 생지에 고기살 등을 싸서 구운 것이 대부분이다. 속에 들어가는 재료도 가정에 따라 여러가지. 야채를 삶아 넣은 것도, 앙금을 넣어 튀긴 타입의 ‘베로시키’도 있다. **네**

기원전 5천년경 등장한 발효빵

이 무발효빵을, 와인과 맥주 등의 발효식품을 만들었던 메소포타미아인이 발효빵으로 개량했던 것은 기원전 5천년전의 일이다. 이후 토기와 흙으로 만든 오븐으로 발효빵의 품질은 점차 개량되었다.

메소포타미아의 빵 문명화가 이집트 나일강하류 지역에 널리 퍼진 것은 기원전 3천년전의 일. 기원전 2천900년경 완성된 거대한 피라미드의 벽화를 보면 빵을 반죽하고 굽는 모습이 그려져 있는데 그 공정과 원리는 지금과 거의 변화가 없다고 한다. 발칸 반도로부터 남쪽으로 내려갔던 그리스인들이 아테네 등의 도시국가를 건설했던 것은 기원전 1천년 전후. 기원전 5세기엔 문화가 절정을 이루었고, 그와 더불어 이집트로부터 전해진 빵 굽는 기술 또한 다양화되었다. 스파이스와 꿀을 넣은 빵과 비스킷 등이 발견된 것에서부터 알 수 있다.

그리스를 멸망시킨 로마는 그리스의 빵굽는 기술자를 노예로 데리고 가 로마에 빵 굽는 기술을 전수시켰다. 또한 이 로마 제국으로부터 켈트인 등의 유목민족이 유럽으로 이 기술들을 전했다고 한다.

최초 이집트에서 시작한 이 고대 분식문명은 유럽뿐 아니라 동양으로도 전해졌는데, 기원전 2천년경 중동으로부터 인