

## 중국 운남성 백족의 음식문화

신 계 숙

배화여자대학 관광중국어통역과  
(2000년 6월 23일 접수)

### Food of China Yunnan Baizu

Kye Sook Shin

Department of Chinese Tourist Interpretation, Baewha Women's College  
(Received June 23, 2000)

### Abstract

The Purpose of this study was to understand the China Yunnan Baizu food. This study was performed a visit market based on in- depth interview with food experts those who lived in Baizu province.

The results were summarized as follows. The main food of Baizu were Bab, Dduk(BaBa), Nuddle(Mi xian) made from rice. They ate all kind of food from vegetables, fish, and pork, but the remarkable thing was that there were practical limit to select the ingredient. They would use some fermented products such as Pao-chai, Yan-chai, Zha. Pao-chai was fermented vegetables like Kimchi, Yan-chai was similar with Changachi in Korea, and Zha was prepared from meat and fish. Menus for Banquets were included 8 kinds of cold appetizer, 8 kinds of hot dishes, and 2 kinds of sweet desserts. The ingredients were local products and they considered hot, sour, cold taste importantly. The method of cooking was simple and Rusan, Sengpi was the most traditional Baizu food. Ru san is one of dishes prepared from the milk, and milk pedimented product. Sengpi was uncooked pork.

Key-word : Chinese food, Yunnan, Baizu

### I. 서론

중국은 통일된 하나의 다 민족 국가로 다수를 차지하는 漢族과 55개의 소수민족으로 구성되어 있다.<sup>1)</sup> 漢族은 전 인구의 90% 이상으로 한족 외의 55개 민족은 인구비례에 있어서 소수에 해당하므로 “소수민족”이라고 칭한다. 중국의 소수민족은 중국을 U자 형으로 둘러싸고 있기 때문에<sup>2)</sup> 漢族과 소수민족은 혈연 관계로 맺어져 있을 뿐만 아니라 정치, 경제, 문화 등 각 방면에서 밀접한 관계가 있다.<sup>3)</sup> 오늘날 중국의 음식문화 중 상당부분이 소수민족과 음식문화를 교류한 결과<sup>4)</sup> 이므로 동북 아시아권에 속해 있는 우리의 식문화를 이해하기 위해서는 소수민족의 음식문화에 관한 연구

가 반드시 선행되어야 한다고 본다. 한족과 소수민족의 밀접한 관계에 대하여 주<sup>5)</sup>는 현재의 전통적인 중국 음식은 한족과 소수민족 사이의 융합과정으로 이해되며 소수민족의 음식과 문화는 漢族에 동화되는 과정에 놓여 있다고 하였다. 그 가운데 뚜렷하게 자기들만의 전통적인 식문화를 보존 전승하여 내려오는 소수민족의 하나인 백족의 음식문화를 연구해 보는 일은 우리에게 큰 의의가 있으리라 본다. 그 동안 중국 음식문화에 관한 연구는 문화인류학적 측면의 두 편의 논문<sup>6)</sup>과 주<sup>5)</sup>의 중국인의 전통 식생활과 그 문화체계, 陳<sup>7)</sup>의 중국 식이요법 이론 변천사, 연변 조선족 주부의 식생활 연구<sup>8),9)</sup> 등이 있을 뿐이고, 소수민족에 대한 연구는

彝族의 칠기연구<sup>10)</sup>만 있을 뿐 음식문화를 다룬 부분은 전무한 실정이다. 이에 본 연구는 운남성 대리족 자치주를 직접 방문하여 백족의 음식문화를 조사해 보고자 하였다.

## II. 연구방법

본 조사는 1999년 2월 6일부터 1999년 2월 20일 까지 중국 운남성 대리 백족 자치주에서 실시하였다. 백족의 음식문화 연구를 위하여 현지 시장조사를 하였으며, 백족의 풍미를 가장 잘 나타내고 있는 호텔과 음식점을 방문하여 전문가와의 대화를 통하여 내용을 기록하였고, 현지에서 수집한 자료를 참고로 본 논문을 작성하였다.

## III. 결과 및 고찰

### 1. 백족의 지리적, 역사적 배경

백족이 주로 거주하는 곳은 雲南省 大理지방의 白族自治區<sup>11)</sup>이며 이곳은 해발 4,300m~4,700m에 이르는 아열대 기후지역으로 蒼山 기슭의 고산지대이거나 평지의 洱海 주변이다. 大理는 신석기 시대부터 소수민족의 선민이 이곳에서 활동하였다. 그들은 스스로 토지를 개척하였으며 찬란한 신석기 문화와 청동기 문화를 창조하여 운남 지역의 고대 문화의 요람이 되었다. 大理는 雲南省 지역에서 가장 먼저 만들어진 지역으로 秦나라 때는 西南夷의 하나인 滇國地였고, 西漢시대에는 益州郡에 예속되어 있다가 蜀漢시대에 雲南郡에 소속되었다. 隨나라 때 白子國地로 南寧總管府에 속하였고, 당나라 초기에는 戎州에, 후기에는 姚州都督部에 소속되어 있다가 越析, 施浪, 浪穹, 鄧賧, 蒙舍, 六詔라 하여 六詔라 칭하였는데 그중 蒙舍詔地가 洱海의 남쪽에 있기 때문에 南詔라고 부르게 되었다. 南詔國의 건립으로 대리지역의 부락간의 장기적인 분쟁이 끝나면서 대리는 정치, 경제, 문화, 생산기술 모두 장족의 발전을 가져왔다. 다른 지역과 통상에 역점을 두었으며 금, 은, 동, 철 등의 수 공예품의 제조는 상당한 수준에 이르렀다.<sup>12)</sup> 南詔國이 건립되기 전에 운남 지역에 있던 모든 先民을 蠻이라 칭하였고 여러 개의 蠻 중에서 '白蠻'이 가장 대표였다. 南詔정권 건립후 각 민족의 문화와 조화과 발전이 거듭되면서 '白蠻'은 한족의 문화를 부단히 흡수하면서 洱海부분의 漢族先民과 융합하여 '白族'으로 발전하게 된 것이다.<sup>13),14)</sup>

백족은 860년 大禮國으로 명칭을 변경하였고, 973년 大理國이 되어 中原의 宋왕조와 밀접한 관계를 맺으면서 무역이 빈번해지게 되었다. 전국적으로 유명한 교역물은 '大理馬', '鄧川牛', '大理刀' 등이었고, 이때 이미 白蠻 문화는 漢族 문화의 수준에 이르게 되었다. 1253년 元 憲宗의 침입을 받아 망하게 되면서 정치의 중심지는 大理로부터 昆明으로 옮겨지게 되었다.<sup>13)</sup> 1911년 雲南省에 정부가 성립될 때 大理는 騰越道에 소속되어 있다가 1929년 道를 폐지하고 省縣제도를 택하게 됨에 따라 大理地區는 大理縣 등의 13縣으로 나뉘게 되었고, 1956년 大理白族自治州로 되어 지금에 이른다.<sup>11)</sup> 현재 백족의 인구는 약 150만 명(1995)이고 백족만의 언어가 있으며 漢語도 공용된다. 원시종교, 불교, 도교를 믿으며 극소수는 천주교와 기독교를 믿고 마을에서 가정 존경할 만한 인물을 숭배하는 풍습을 지니고 있다.<sup>12)</sup>

### 2. 白族음식의 특징

#### 1) 일상식

백족의 식사 형태는 주식과 부식으로 나누어져 있다. 평소에는 하루 세끼를 먹지만 농번기에는 하루 세끼 외에도 아침과 점심 사이에 우리의 참에 해당하는 간단한 식사를 더한다. 점심은 비교적 간단하게 먹는다 하여 尼等(尼等)이라 부르고 저녁밥은 배(背)라 부른다. 백족이 거주하는 지역은 평지인 洱海(洱海) 주변과 蒼山(蒼山)기슭의 고산지대로 나뉘어 있어 이용하는 주식도 다르다. 평지인 洱海(洱海) 주변에 사는 사람들은 쌀로 만든 밥 또는 떡을 주식으로 하고, 소맥도 즐기는 반면, 蒼山(蒼山)기슭의 고산 지대에 거주하는 사람은 옥수수과 메밀을 주식으로 한다.<sup>12)</sup>

쌀을 이용한 음식은 밥과 떡(年糕:니엔가오) 외에도 종즈(粽子), 미시엔(米線)과 빠빠(粑粑), 얼쓰(餌絲) 등으로 다양하게 이용하고 있었다. 밥은 쌀을 씻어 담가 두었다가 나무로 만든 통에 담아 찌서 먹고 있었으며 떡은 우리의 백설기와 똑같은 모양으로 아침식사로 이용하고 있었다. 대나무 잎에 찹쌀과 함께 여러 가지 소를 넣어 말아서 찐 종즈(粽子)는 원래 漢族이 楚나라의 시인 屈원(屈原)을 애도하는 의미로 端午節에 먹는 절기 음식인데 백족은 端午節이 아니었음에도 불구하고 종즈(粽子)를 즐기고 있었다. 미시엔(米線)은 쌀로 만든 국수로 삼국시대 제갈량이 雲南을 평정할 때부터 생겨난 음식이다. 雲南은 산세가 높고 수목이 울창하여 전쟁시 사병들이 먹을 쌀밥을 자루에 담아 말 안장에 싣고 장시간 달리는 동안 자루의 구멍 사이로 국수

형태가 되어 나온 것을 미시엔(米線)이라고, 자루안에 덩어리 형태로 남게 된 것을 빠빠(粑粑)라 하였다.<sup>15)</sup> 미시엔(米線)은 물에 삶아 먹는 음식이고 빠빠(粑粑)는 불에 굽는 것이므로 조리법이 간편하여 전쟁 시 생겨난 음식으로 생각된다. 고대에는 빠빠(粑粑)를 만드는 방법은 쌀을 물에 불려 시루에 찐 다음 절구에 넣고 찼어 덩어리로 만들어 대리석 기름 판 위에 올려 놓고 전병 모양으로 밀어서 석탄 위에서 굽는 조리법을 이용하였다. 미시엔(米線)과 빠빠(粑粑)는 근세까지 먹지 않다가 文化革命시절 식량이 부족하자 다시 먹게 되었다. 文化革命(1966) 이후 빠빠(粑粑)에 기원을 둔 다양한 형태의 떡이 등장하게 되었다. 현재는 재래의 방법으로 손수 만드는 경우도 있으나, 압축기계를 이용하여 만든 떡이 등장하였다. 이 떡은 쌀을 담갔다가 찌서 뜨거울 때 기계에 넣어 길이 20cm, 넓이 8cm, 두께 5cm좌우로 우리의 가래떡과 비슷한 모양으로 만들어진 것으로 바람이 부는 그늘진 곳에 보관하거나 젖은 수건으로 덮어 터지는 것을 방지하고 있었다. 떡을 한달 이상 오랫동안 보관하고 싶으면 물에 담가 두면서 하루에 한차례 물을 갈아주며 이 떡으로 春節(설날)에 간식으로 이용하기도 하고 아침으로 먹기도 하였다.<sup>16)</sup> 쌀을 이용한 다른 형태의 음식인 얼쓰(餌絲)는 미시엔(米線)보다 조금 더 가늘게 만든 백족의 국수이다. 백족이 쌀을 이용하여 다양한 형태의 음식을 즐길 수 있었던 것은 백족의 거주지가 중국에서 쌀이 가장 많이 생산되는 淮水 이남 지역으로 先秦時代와 漢代를 거치는 동안 이미 水稻를 재배하는 지역이었고, 2000년 전에 농업을 시작한 민족으로 한 무제 때부터 철제 농기구를 사용하여 농업에 큰 발전이 있었던 것<sup>12)</sup> 으로 보아 白族은 이미 西漢시대부터 농사를 짓고 쌀밥을 주식으로 한 것으로 사료된다.<sup>17)</sup>

백족은 부식으로 채소류, 육류, 수산물류를 이용한다. 부식으로 이용되는 채소류는 무, 배추, 감자 등이고, 육류는 돼지고기를 위주로 익히지 않고 날고기를 즐겼으며, 양고기나 때때로 쇠고기를 먹기도 하였다.<sup>11), 12)</sup> 중국의 서쪽은 토지가 비옥하여 농산물은 풍부하나 바다와 멀어 수산물이 귀하다<sup>18)</sup>고 하였으나 백족이 거주하는 곳은 洱海가 있기 때문에 담수어, 우렁이 등을 이루고 있었다.<sup>19)</sup>

## 2) 발효식품의 이용

### (1) 김치(泡菜: 파오차이)

백족의 김치(泡菜: 파오차이)는 그곳에서 가장 많이 생산되는 배추, 양배추, 무, 청순(靑筍), 셀로리 등의 재료를 이용하고 있었다. 백족은 김치를 만들 때 우선 포

채수(泡菜水)를 만든다. 포채수(泡菜水)는 김치를 만들 재료를 담은 국물을 말하는 것으로 끓여서 식힌 물에 소금과 고춧가루, 생강, 마늘을 더하여 김치 항아리(泡菜壇子)에 담는다. 泡菜에 이용하는 재료는 위의 여러 가지 채소를 한가지 씩 별도로 만들기도 하지만 두 가지 혹은 세 가지의 채소, 또는 다섯 가지 재료를 섞어서 한번에 모두 이용할 수도 있다. 재료를 씻어서 물기를 없앤 다음 썰어서 직접 김치 항아리 안에 담겨있는 泡菜水에 넣는다. 泡菜水를 만들어서 재료를 처음 넣을 때의 국물을 生水라 부르며 4일이 지난 다음 먹을 수 있다. 4일이 지난 다음 김치를 모두 건져내고 다시 전과 같은 방법으로 채소를 씻어서 썰어 넣을 수도 있는데 이때의 泡菜水를 熟水라 부른다. 보통 23℃~25℃ 정도의 실온일 경우 泡菜水는 발효의 과정을 거친 것이기 때문에 저녁에 담그어도 다음날 아침에 김치를 먹을 수 있다.

四川지방도 泡菜水를 만들 때는 다음 재료를 넣는 동일한 방법으로 김치를 담지만 四川지역에서는 소금물에 白酒, 老酒, 흑설탕, 술, 산초, 팔각 등을 넣어 향을 중시하는<sup>20)</sup> 것으로 나타났다. 이는 사천지역은 분지의 형태로 기후가 여름에는 아주 덥고 겨울에는 아주 춥기 때문에 김치에 향료를 더하지만 백족이 거주하는 운남성은 春城이라 칭할만큼 사계절의 기후에 큰 변화가 없으므로 담백한 맛을 즐기는 것으로 보여진다. 백족이 김치를 담아 보관하고 있는 이중독은 항아리의 어깨 부분에 주둥이 보다 낮은 틈을 높게 하나 더 만들고 물을 부은 다음 뚜껑을 닫으면 김치와 외부와의 공기를 차단할 수 있는 것으로 사천 지역에서 사용하는 김치단지과 동일한 모양을 하고 있었다.

### (2) 장아찌(腌菜: 이엔차이)

장아찌(腌菜: 이엔차이)는 가늘고 긴 靑菜를 바람 부는 곳에 걸어 말린 다음 수분이 빠져 부드러워지면 씻은 후 다시 말려서 아주 잘게 썰어 그릇에 담고 고춧가루, 당근 채, 초두(椒斗), 백족 특유의 야생묵란채(野生默蘭菜)를 모두 섞어 그릇에 담아 두었다가 식사 시 밥 반찬으로 이용하거나 쌀 국수 위에 얹어 먹는 형태로 이용하고 있었다. 백족은 지리적인 조건이나 기후로 볼 때, 사계절 언제나 푸른 채소를 구할 수 있는 곳에 위치해 있기 때문에 저장을 목적으로 야채를 이용하여 장아찌를 만든 것이 아니라 이웃한 사천지역의 영향을 받아서 장아찌를 이용하는 것으로 생각된다.

### (3) 식해(鮓: 자)

식해(鮓: 자)는 재료를 소금에 절이는 방법으로 만드는 발효식품<sup>21)</sup>의 하나로 중국에서 고대로부터 전해

내려오는 독창적인 식품이다. 식해(鮓:자)는 육상 동물의 고기나 생선의 살을 기본 원료로 이용한다. 우선 고기를 가공하여 얇은 편으로 썰어 소금에 절여 탈수 등의 과정을 거쳐 용기에 한 켜 한 켜 담을 때마다 특수 처리를 거친 쌀과 향료를 넣고 용기를 밀봉하여 일정한 시간을 방치하여 만든 것이다. 식해(鮓:자)를 염장하는 과정 중에 쌀밥에 혼입된 유산균이 발효작용을 일으켜 육질에 변화가 생겨서 발효, 성숙되는 동시에 장기간 보존이 가능한 식품이 되며<sup>22)</sup> 생선과 가금류, 가축류외에 채소류도 모두 같은 방법으로 만들 수 있다.<sup>23)</sup> 고대에는 식해(鮓:자)를 만드는 방법이 식품의 보존 기술로도 큰 환영을 받았다. 漢代의 劉熙《釋名》券四《釋飲食》에 “鮓, 菹也, 以鹽米釀魚以爲菹, 熟而食之也”라하여 식해(鮓:자)는 菹의 하나로서 밥에 소금과 물고기를 섞어 숙성시킨 것으로 漢代에서 明代에 이르는 1800년 간 사회 각 계층에서 보편적으로 즐기던 음식이었다.<sup>24)</sup>《庸閑齋筆記》에는 “魚鮓, 江南人家, 均爲珍味”라하여 강남에서 모든 사람이 식해를 즐겼고 《周禮》에는 “荊州鮓魚也”라 하여 형주의 식해라<sup>22)</sup>하였다. 荊州는 지금의 長江 중류에 해당하는 하는 곳으로 한때는 많은 사람들이 즐겼으나 清代 말엽 식해(鮓:자)가 점점 감소되었고 음식의 영역에서 사라지게 되었다.<sup>20)</sup> 지금은 식해가 漢族의 식사에서는 거의 사라지고 단지 소수민족의 일부와 호남성에 존재한다<sup>18)</sup>는 연구결과로 미루어 볼 때 식해는 중국 내륙지방에서 저장 목적을 자생적으로 생겨났을 것으로 보며 일부 소수민족은 바로 백족을 일컫는 것으로 보인다.

3) 연회음식

〈표 1〉의 연회식 식단은 白族의 풍미를 가장 잘 보여주는 大理 自治區에 있는 下關賓館(하관호텔)과 洱海賓館(이해호텔)에서 白族의 연회식 규칙에 의거하여 안배한 식단이다. 냉채는 여덟 가지(南詔干巴絲 弥渡卷蹄花, 鶴慶火腿扇, 喜洲紅凍魚, 劍川地參子, 單大人蘿卜, 平坡樹胡子, 龍龕芝麻菜

<Table 1> Example of Baizu Banquet

冷 菜	南詔干巴絲 弥渡卷蹄花 鶴慶火腿扇 喜洲紅凍魚 劍川地參子 單大人蘿卜 平坡樹胡子 龍龕芝麻菜
熱 菜	大理砂鍋魚 風線弔石鐘 春秋爆螺螄 酸辣螺螄黃 雙色螺豆花 蒼山玉帶魚 四季賽鷄糞 清蒸豬肝鮓
點 心	夾沙乳扇 翡翠粑粑

平坡樹胡子, 龍龕芝麻菜)를 준비하였으며 모두 작은 접시를 이용하여 손님에게 다양한 맛을 보게 하였다.

卷蹄는 弥渡지역의 전통음식으로 돼지다리의 뼈를 빼내고 뼈가 있던 자리에 살코기와 草果, 茴香, 曲米, 白酒 등으로 양념하여 채운다음 묶어서 바람에 말렸다가 다시 찌서 식힌 후 무채와 버무려서 단지에 담아 둔다. 한달 정도 지난 다음 꺼내서 차가운 상태로 제공한다.

鶴慶火腿는 돼지의 다리를 구부린 형태로 가공하여 鶴慶지역에서 생산되는 술을 뿌려 만든 것으로 鶴慶火腿라 부른다. 喜洲紅凍魚의 喜洲는 大理의 북부에 위치한 부락으로 南詔國 왕실의 황궁이 있던 지역으로 凍魚를 가장 먼저 먹던 지역이다. 凍魚는 백족 민간 전통의 냉채로서 洱海에서 생산되는 黃殼魚를 깨끗이 씻어 내장을 제거하고 다량의 고추, 산초, 마늘 등을 넣어 물에 삶은 다음 식히면 생선과 당이 함께 반투명한 상태로 응고 되어 냉채로 이용할 수 있었다.

單大人蘿卜의 單大人은 大理지역의 蒼山의 한 지명이다. 이곳은 기후가 선선하고 토양은 흑색으로 무를 재배하기에 적합한 무공해 지역으로 이곳에서 생산되는 무를 이용하여 냉채를 만들었다.

平坡, 龍龕은 지명이고 樹胡子는 나무에 기생하는 가늘고 긴 식물이다. 芝麻菜는 녹색의 채소로 해독작용을 하는 백족이 즐겨 먹는 재료이다.

이 여덟가지 냉채는 재료를 익히지 않고 날 것을 그대로 이용하기도 하였고, 익힌것도 있었으나 모두 아주 차갑게 해서 내가는 것을 중요시 하였으며 매콤한 맛과 신맛을 강조하였다. 요리의 이름은 주로 大理지역의 지명을 사용하였다.<sup>25),26)</sup>

뜨거운 요리(熱菜)는 大理砂鍋魚, 風線弔石鐘, 春秋爆螺螄, 酸辣螺螄黃, 雙色螺豆花, 蒼山玉帶魚, 四季賽鷄糞, 清蒸豬肝鮓 등이 제공되고 있었다. 砂鍋魚는 大理 지역에서 가장 많이 듣게 되는 음식으로 洱海에서 나는 붕어를 이용한 담백한 맛이 나는 음식이다.<sup>13)</sup> 螺螄는 고원의 담수호인 洱海에서 생산되는 우렁의 일종으로 백족이 아주 오래 전부터 식용하던 것으로 전해진다. 鷄糞(지충)은 운남성의 산에서 자라는 식용버섯으로 살이 두텁고 부드럽고 향이 나는 것으로 단맛이 난다. 백족은 이 버섯에 10여 가지의 조리 방법을 이용하여 다양하게 이용하고 있었다. 豬肝鮓(주간자오)는 돼지의 생간, 내장, 위, 갈비를 깨끗이 씻어서 찌서 반쯤 익힌 다음 고추, 소금, 술 등을 넣어 섞어 단지에 담아 몇 개월 동안 밀봉한 다음 먹을 때 다시 찌서 익혀 먹는다. 豬肝鮓(주간자오)는 이미 400여 년 전부터 농가에서 매년 霜降이 지나면 만드는 요리로 明·清代에는 임금에 드리는 公品の 하나였다.<sup>27)</sup> 단맛이 나는 디저

트로는 夾沙乳扇, 翡翠粑粑가 있었다. 大理에 牛乳之鄉으로 불리는 곳이 있다. 이곳은 기후가 습윤하고 토지가 비옥하며 목초지가 넓어 농민들이 소를 키우기에 적합한 곳으로 우유를 이용한 가공식품인 夾沙乳扇가 제공되었다. 翡翠粑粑도 백족이 거주하는 곳은 잠두의 생산지 이므로 잠두를 익혀 갈아서 찹쌀과 섞어 작은 떡 모양으로 만들어 낸다. 이와같이 白族이 연회석에 올리는 요리의 재료는 그들의 주변에서 쉽게 얻을 수 있는 돼지고기, 생선, 무, 버섯 등이 이용되었으나 닭이나 오리, 야생동물 등은 제외되어 있었다.

백족의 연회석요리는 여덟가지 냉채와 여덟 가지 뜨거운 요리, 두가지 단맛을 내는 디저트로 정해져 있어 冷盤(차가운 술안주), 炒菜(뜨거운 4가지 술안주), 大菜(닭, 오리, 생선, 고기 등), 點心(디저트 2가지로 한 가지는 짠맛, 한가지는 단맛), 飯菜(식사류) 등으로 준비해 내는<sup>28)</sup> 漢族과 비교해 보아도 그들만의 특색이 있음을 알 수 있었다.

#### 4) 白族風味의 음식

##### (1) 乳扇(루산)

乳扇(루산)은 발효과정을 거친 우유를 가공하여 만든 음식이다. 乳扇(루산)은 유백색으로 반투명하며 윤이 나고 부채처럼 생긴 단맛이 나는 바삭 바삭한 음식이다.<sup>21)</sup> 乳扇(루산)은 한 사람이 요구르트를 술에 넣어 끓이다가 실수로 우유를 떨어뜨려 우유가 응고하여 햇빛에 얇게 퍼져 말려 보았다가 우연히 발견한 음식으로 부채처럼 생겨서 乳扇(루산)이라 부른다.<sup>20)</sup> 乳扇(루산)은 술에 요구르트를 부은 다음 뜨거운 우유를 넣고 가열하면서 젓가락으로 젓는다. 우유가 응고될 때 건져내어 다른 용기에 담고 주무른 다음 무거운 것으로 눌러 얇게 만들어 건조한 대나무 밭에 올려서 말린다.<sup>30)</sup> 우유는 본래 漢族의 거주지에서는 아주 희귀하여 그 맛을 조금 경험할 수 있는 정도였으며, 황하유역의 중핵지대에서도 집약적인 농업으로 인하여 방목하는 가축도 드물었고 유제품도 희귀했다.<sup>28)</sup> 그러나 白族은 唐 南詔國 시기에 이미 소를 키워 우유를 만들어 내고 있었다.<sup>11)</sup> 마르코폴로가 중국으로 여행을 갔을 때 운남성 동쪽에 있는 그 주민들은 元의 타르타르 황제에 의해 지배되고 있었다하고, 1252년 元의 헌종이 병사를 이끌고 寧河를 출발하여 감숙(甘肅)을 거쳐 사천지방에 들어온 후 세 길로 나누어 운남성에 들어왔을 때 그들은 가축의 고기와 곡식을 먹고 생활하며 고유한 언어를 사용하고 있었다<sup>31)</sup> 한 사실로 미루어 보아 白族이 우유를 가공하여 乳扇(루산)을 먹게 된 것은 몽고 유목민의 침입을 받았을 때 그들로부터 유가

공 기술을 습득한 것으로 보인다. 그러나 중국 서북지역 유목민족들도 모두 우유를 가공해서 먹을 줄은 알았지만<sup>30)</sup> 乳扇(루산)과 같은 독특한 음식은 다른 소수민족에게서는 볼 수 없었으므로 몽고족의 영향을 받아 白族이 창조해낸 독특한 유가공 품으로 여겨진다.

##### (2)성피(生皮)와 산간(酸肝)

白族은 계절에 상관없이 손님을 초대하거나 설을 지낼때 첫 번째 요리를 새콤하고, 매콤한 냉채를 낸다. 냉채에 가장 많이 이용되는 것은 돼지고기로서 돼지를 잡은 다음 불에 그을려 털을 없애고 껍질이나 고기를 종이 장처럼 아주 얇게 썰어 고추, 산초, 파, 마늘, 식초, 간장 등의 양념으로 무쳐먹는데 이것이 성피(生皮)이다<sup>11),12),22)</sup>

백족의 또하나의 요리는 酸肝(산간)으로 만드는 방법은 간을 깨끗이 씻어 2.5cm 되는 대나무 통에 밀어 넣고 양념을 넣은 뒤 양끝을 막아 바람이 잘 통하는 서늘한 곳에서 약 한달 동안 두었다가 깨끗이 씻어 물에 넣어 익히 얇게 썰어 접시에 담고 고추, 파, 고추기름, 간장, 식초에 찍어 먹는다.<sup>24)</sup>

마르코폴로<sup>31)</sup>가 13세기경에 운남 지방을 통과했을 당시에 그 곳 주민들은 부유한 사람이나 가난한 사람이나 모두 양고기, 쇠고기, 물소 및 가금류를 날것으로 먹는 것을 보았고, 특히 가난한 부류의 사람들은 도살장으로 가서 생간이 짐승으로부터 떨어져 나오자마자 그것을 들고와서는 잘게 썰어서 마늘소스에 찍어 서쪽에서 먹는 것을 보았다.<sup>15)</sup>고 적고 있다. 이러한 원시적인 생식습관이 아직도 남아있기는 하나<sup>22)</sup> 기생충에 쉽게 감염될 수 있기 때문에 정책적으로 생식을 금하고 있다.<sup>11)</sup>

## IV. 요약 및 결론

중국 운남성 백족의 음식문화를 연구한 결과는 다음과 같다.

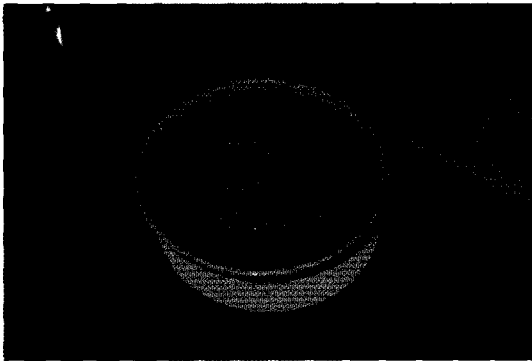
白族은 중국의 56개 소수민족의 하나로 雲南省 大理 白族 自治州에 거주한다. 주식은 쌀로 만든 밥과 떡, 종즈(糍子), 粑粑(粑粑), 미시엔(米線), 얼쓰(餌絲) 등으로 다양하게 이용하고 있었다. 김치(파오차이: 泡菜)는 재료를 씻어서 담을 김치 국물에 해당하는 포채수(泡菜水)를 만들어 사용하고 있었다. 포채수(泡菜水)는 여러 차례 사용이 가능하며 처음 재료를 넣을 때는 生水라 하고, 두 번째 재료를 넣을 때는 熟水라 한다. 四川 지역도 泡菜水를 만들어 쓰기는 하나 사천 지역은 향이 강한 반면 백족은 그 지역에서 나는 채소를 이용하



〈그림 1〉 떡(年糕:니엔까오)



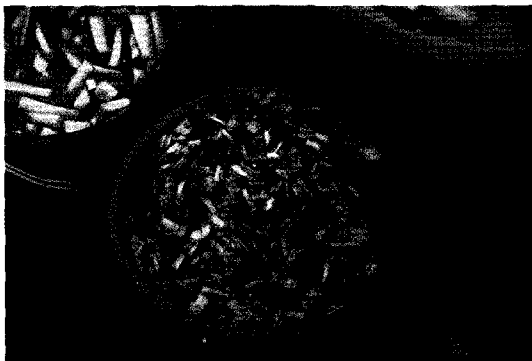
〈그림 2〉 빠빠(粳粿)



〈그림 3〉 얼쓰(餛飩絲)



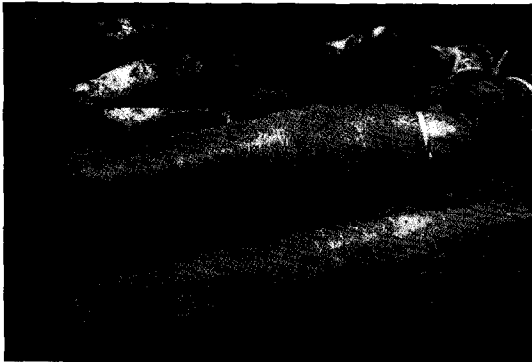
〈그림 4〉 김치(泡菜:파오차이)



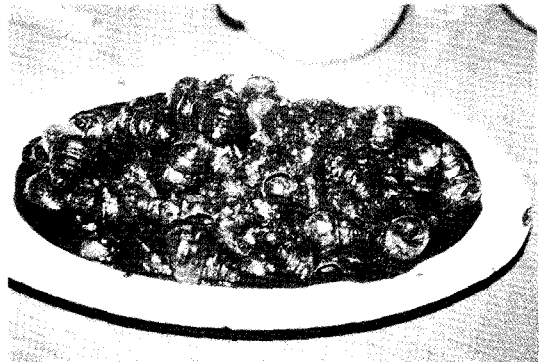
〈그림 5〉 김치(泡菜:파오차이)



〈그림 6〉 장아찌(腌菜:이엔차이)



〈그림 7〉 돼지족 냉채(弥渡卷蹄花: 니뚜쥐엔티화)



〈그림 8〉 우렁볶음(春秋爆螺蛳: 춘추빠오루어쓰)

여 담백하게 이용하고 있었다. 장아찌인 이엔차이(腌菜)는 채소를 말렸다 다시 불려서 양념해서 먹는 것으로 저장을 목적으로 한 것 보다는 사천 지역의 영향을 받은 것으로 보인다. 식해(食醃)는 漢代부터 강남지역에서 이용하던 것으로 지금은 일부 내륙 지역과 大理白族 自治區에서만 계속 이용되고 있었다.

백족의 연회식 요리는 여덟가지 냉채(冷菜), 여덟가지 뜨거운 요리(熱菜), 두가지 단맛을 내는 디저트를 냈다. 냉채는 작은 접시에 여덟가지 냉채를 따로따로 담아냈고, 냉채의 재료는 익힌 것과 익히지 않은 것으로 구분하였고, 맛은 매운 맛과 신맛이 나도록 하여 냉채의 역할을 하도록 하였다. 여덟가지 뜨거운 요리(熱菜)는 주로 붕어를 이용한 탕과 우렁볶음, 식용버섯 등 기름을 많이 사용하지 않고 원 재료의 맛을 살리는 조리법을 이용하였다.

육류는 돼지고기를 위주로 생식(生食)하는 습관이 있었고, 우유를 이용한 가공품인 루산(乳扇)은 백족의 상징적인 음식으로 몽고의 침입을 받았을 때 몽고인으로부터 우유를 가공하는 기술을 전해 받아 독특하게 발전시킨 것으로 여겨진다.

백족이 이용하는 요리의 재료는 대부분 그들이 거주하는 蒼山과 洱海에서 나는 것으로 해산물, 닭, 오리 등과 야생 동물은 배제되어 있었다. 이와같이 백족은 재료 선택에 한계가 있었음에도 불구하고 그 지역에서 산출되는 재료를 위주로 백족 전통의 풍미를 지키고 있었다. 이상으로 볼 때 백족은 그들이 거주하고 있는 지역의 풍부한 자연자원을 그대로 이용하여 자연의 맛을 살리는 조리법으로 그들만의 독특한 음식문화를 발전시켜 나가고 있었다.

앞으로 이 연구를 참고로 하여 소수민족의 음식문화에 대한 더 많은 연구가 나오길 기대한다.

#### ■참고문헌

- 1) 高英根, 中國學 入門, PUFs, 1998.
- 2) 徐萬邦, 中國少數民族文化通論, 中國民族大學出版社, P88, 1996.
- 3) 毛澤東 選集, 中央民族學院出版社, 1994.
- 4) 陳昭, 食的情趣, 臺灣商務印書館發行, 1991.
- 5) 周永河, 中國人的傳統食生活和文化體系, Korean J Dietary Culture 77-92, 1998.
- 6) Park EK, Historical meaning of Chinese food Korea culture anthropology 26, 1994.
- 7) 陳連開, 中國食餌療法變遷史, Korean J Dietary Culture, 13(2), 73-81, 1998.
- 8) Park YS, Perception of Traditional and Prohibitive Foods in Yanbian Area, Korean J Dietary Culture 12(2), 1997.
- 9) Ryu ES·Ryu K, Study of the Yanbian Korean housewives' knowledge of korean traditional holidays foods, Korean J Dietary Culture 11(3), 1996.
- 10) 周永河, 中國四川涼山彝族自治州傳統漆器研究, 中國中央民族大學, 博士學位論文.
- 11) 趙榮光, 中國古代庶民飲食生活, 商務印刷圖書國際有限公司, P153, 1997.
- 12) 寶洪峰, 神奇美麗的大理, 中國環境科學出版社, P159, 1998.
- 13) 揚君, 民族學概論, 上海社會科學院出版社, 1998.
- 14) 陶立璠著 金宗譯, 中國民俗學的理解, 集文堂, 1997.
- 15) 索文清, 中國少數民族民俗大觀, 福建人民出版社, 1998.
- 16) 中國烹飪百科全書, 中國百科全書出版社, 1995.
- 17) 韓養民·張來斌, 秦漢風俗, 博遠出版有限公司, 1989.
- 18) Reay Tannahill, Food in history, , 1991.

- 19) 張力平, 中國少數民族習俗與傳統文化, 廣西民族出版社, P219, 1990.
- 20) 中山時子, 新中國料理大全 5, 小學館,
- 21) 陳福定, 雲南鮮菜, 四川烹飪, p26, 1998(10).
- 22) 王賽時, 古代的鮮類食品, 烹調知識, p32, 1998, (11).
- 23) 周達生, 從少數民族飲食文化看中國飲食文化, 第二次 中國飲食文化研討會, 1991.
- 24) 大字典, 三民書局, 1985.
- 25) 吳常, 大理白族風味席, 中國烹飪, P31-32, 1998(1).
- 26) 羅玉山, 白族人的“酸肉”與“酸肝”, 烹調知識, P44, 1998(1).
- 27) 李燦繁, 白族風味名喫, 四川烹飪, P52, 1996(1).
- 28) 靜好夫人, 漢光中國菜, 漢光, 1981.
- 29) 王萬雲, 雲南餌快, 烹調知識, P140, 1996(3).
- 30) 楊玉藩, 白族三道茶, 四川烹飪, P51, 1996(5).
- 31) Travels of Marco Polo · viking penguin, 1995.