Bakery School

채동진 양과자 특강
푸딩의 분류와 제법

이번 호에서는 계란의 열 응고를 이용한 푸딩에 관해 자세하게 알아본다. 또한 푸딩에 사용되는 재료와 그 종류에 대해서 함께 알아본다. 대표적인 푸딩인 카스타드 푸딩의 배합과 제법을 소개하고 그에 필요한 준비사항을 자세히 짚어본다. 마지막으로 다양한 푸딩의 제법에 대해 알아보는 시간을 갖는다.

〈편집자 주〉

글/채동진
경민대학 식품영양학과 겸임교수
현대제과제빵기술학원 원장
(문의 031-396-2257~8)

Ⅰ 푸딩의 종류

푸딩은 크게 전분을 응고시켜 만드는 수플레 푸딩과 계란을 응고시켜 만드는 커스타드 푸딩으로 만들 수 있다. 그밖에 푸딩을 따뜻하게 제공하는가, 차갑게 제공하는가에 따라 따뜻한 푸딩과 차가운 푸딩으로 분류되기도 하고, 배합에 따라 분류되기도 한다.

제조 원리에 따른 분류	전분의 열응고 푸딩 (수플레 푸딩)	계란의 열응고 이용 푸딩 (커스타드 푸딩)
서비스 방법에 따른 분류	따뜻한 푸딩	차가운 푸딩
레시피에 따른 분류	밀크푸딩, 스엣트 푸딩, 스폰지 푸딩	

우리가 보통 푸딩이라고 만드는 것(기능사 시험 종목 포함)은 계란의 열응고를 이용한 커스타드 푸딩으로 차갑게 냉장시켜 생크림과 과일로 장식을 하거나 소스를 부어 제공한다. 푸딩은 반죽한 밀가루의 가열에 의한 반유동 반고형적인 변화를 이용한 과자이다.

커스타드 푸딩의 경우 그 반유동 반고체적인 변화를 계란의 가열 응고성에서 구한 것이다. 가열에는 굽거나 삶거나 찌는 방법 등이 있는데 전분이나 계란에서도 반유동 반영구적 변화를 얻기 위해서는 찌는 방법이 가장 좋다고 할 수 있다.

전분에 고형성을 주어 만든 제품을 수플레 푸딩이라고 하는데 밀가루를 가볍게 반죽하여 감미, 향미 등을 넣어 쪄서 만든다. 스엣트 푸딩은 소의 심장과 신장 주변에 있는 스엣트라는 지방분을 이용하여 만드는데 영국의 전통적인 푸딩으로 풍미가 독특하여 좋아하는 사람과 싫어하는 사람이 분명히 나뉘어져 있는 제품이다. 영국에서는 크리스마스의 스페셜 메뉴 중 하나인 프람 푸딩이 이 타입의 제품이다. 이 제품은 크리스마스 날 밤에 푸딩 위에 술을 붓고 푸딩에 불을 붙여 방을 밝혀 파티를 시작한다고 한다.

Ⅱ 푸딩의 재료

푸딩에는 과자에 사용되는 모든 재료가 거의 사용된다. 이것은 푸딩 자체가 가지고 있는 범위의 크기를 확실히 보여 주는 것이다. 이렇게 다양한 재료가 사용되지만 그 중에 중요한 몇 가지에 대해 간단히 설명해 본다.

1. 계란

푸딩 생지를 굳게 하는 재료로서 미각적으로, 영양적으로도 계란이 가장 우수하다. 또한 푸딩 생지를 가볍게 하기 위해 계란의 공기 포집(거품) 성질을 이용한다.

2. 우유

우유가 들어가는 푸딩의 종류는 여러 가지가 있다. 풍미가 우수하고 전분과 함께 열 응고성을 주는데 크렘, 캬라멜처럼 우유와 계란 설탕만으로 만들어지는 푸딩에는 계란이 우유 속에 고르게 분산되어 부드러운 식감이 만들어지는 것이다.

3. 당류

푸딩에 들어가는 설탕은 뛰어난 감미료로서의 역할 이외에도 스폰지 푸딩이나 수플레 푸딩 등에 각각 버터 케이크나 스폰지 제품에 사용되는 설탕이 가지는 여러 가지 기능과 같은 역할을 한다. 그리고 많은 푸딩에 브라운 슈가 등의 풍미가 좋은 설탕이 사용된다. 또한 설탕 이외의 당류 즉, 꿀이나 맥아 몰트 등이 사용되기도 한다.

4. 가루류(粉類)

밀크 푸딩이나 스엣트 푸딩 등에 사용되는 가루는 주로 열 응고성에 의한 굳는 역할을 하기 위한 것이다. 따라서 이 가루에는 전분질을 함유한 것이면 어떤 것도 가능하다 할 수 있다. 주로 사용되는 것은 밀가루, 옥수수가루, 콘스타치로서 그밖에 타피오카 전분이나 특수 밀가루인 세모리나도 종종 사용된다. 스폰지 푸딩 또는 수플레 푸딩에는 제품의 보형성을 좋게 하기 위해 글루텐이 필요하므로 밀가루를 사용한다.

5. 유지류

밀크 푸딩에는 우유의 풍미를 끌어내기 위해 버터가 사용되는 경우가 많다. 스폰지 푸딩이나 수플레 푸딩에도 풍미가 중시되므로 버터가 사용되지만 원가를 떨어뜨릴 경우에는 마가린을 사용한다. 푸딩에는 쇼트닝성을 필요로 하지 않으므로 사용되는 유지는 전적으로 풍미용으로 쇼트닝은 사용되지 않는다.

스엣트 푸딩에는 스엣트가 사용되지만 이것은 유지로서 넣어지는 것보다 너트류나 후르츠(건조과일)처럼 기호용 재료로서 사용되는 것이다.

6. 빵

브레드 푸딩도 여러 가지 종류가 있는데 슬라이스한 빵을 틀 안쪽에 붙여 푸딩의 생지를 붓게 되며 생지가 빵에 스며들어 혼합되어 진다. 여기에 사용되는 빵은 어떤 것도 좋으나 유지를 많이 함유한 크람 등의 부서지기 쉬운 것은 부적당하다. 슬라이스해 사용하는 방법 이외에도 빵가루를 사용하는 경우도 있고 빵가루 대신에 케이크 크럼(스폰지)을 사용하기도 한다.

Ⅲ 푸딩의 배합과 제법

1. 커스타드 푸딩

(1) 배합

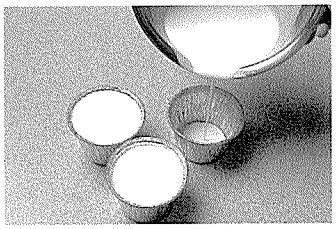
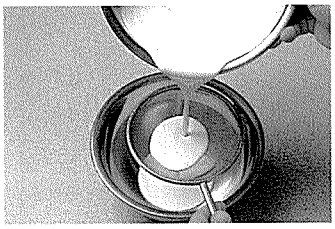
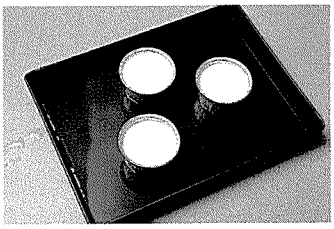
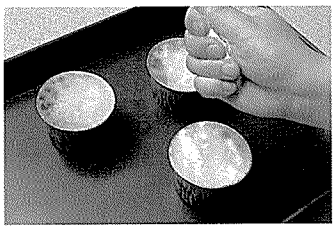
캬라멜 소스 : 설탕 500g, 물 0.1 *l*

커스타드 푸딩 : 계란 420g, 노른자 10개분, 설탕 500g, 우유 0.18 *l*, 바닐라 엣센스 20cc,
화이트럼 80~100cc

(2) 준비사항

1)푸딩컵 : 커스타드 푸딩컵을 깨끗하게 닦은 후 말려 안쪽에 후레쉬버터를 바르고 철판에 올려놓는다.

2)캬라멜 소스를 붓는다. 이때 포장용 제품에는 조금 사용하지만 접시를 제공하는 제품을 만들 때는 조금 많이 부어 완제품이 나왔을 때 푸딩 전체에 덮어져서 접시에 흘러내릴 정도로 한다. 푸딩 생지의 풍미와 함께 캬라멜 소스의 풍미를 맛볼 수 있다.

(3) 제법

1)캬라멜 제법

커스타드 푸딩에 사용되는 캬라멜은 직접 만들어 사용하는 것이 가장 좋다.

①후라이팬 또는 그릇에 설탕과 물을 넣고 직불로 끓인다.

②설탕이 녹고 조금 끓게 되면 한쪽부터 색이 나기 시작하는데 전체적으로 번져나가기 시작한다. 이때 불을 끄고 따뜻한 물을 넣어 끓인 소스의 고형화를 부드럽게 해준다.

③굳기 전에 푸딩컵에 붓는다.

2. 커스타드 푸딩의 제법

①그릇에 계란과 노른자를 넣고 잘 풀어 준 뒤 설탕을 넣고 가볍게 섞는다.

②다른 그릇에 우유가 끓기 직전까지 가열해서 조금씩 ①에 붓고 잘 섞어 풀어준다. 이때 덩어리가 생기지 않도록 처음에 조금 붓고 잘 섞어야 한다.

③향료, 럼주를 넣고 고운 체에 걸러 계란의 막이나 불순물을 제거한다.

※이때 다크 럼은 색을 흐리게 하므로 화이트 럼을 사용한다.

④철판에 준비해 둔 푸딩컵에 붓는다.(80%)

⑤미지근한 물을 철판에 붓는다.(가능한 많이 붓는 것이 좋다)

⑥밑불을 약하게 해서 익힌다.

※이때 밑불을 약하게 하지 않으면 물이 끓어 제품의 윗부분까지 올라올 경우가 있다. 또한 온도가 급격하게 변하기 때문에 계란만 빨리 강하게 응고되어 표면이 거친 제품을 만드는 원인이 된다.

※찬물을 사용하게 되면 물의 온도가 올라 제품의 생지 전체에 작용하는 온도와의 시간차가 있으므로 수분이 분리되고 계란만의 응고를 빨리 하게 해서 표면이 거친 제품을 만들기 때문에 미지근한 물을 사용하는 것이 좋다.

※고형화의 진행을 확인하는 방법은 손으로 중앙 부분을 가볍게 눌러봤을 때, 표면의 막이 손에 달라붙지 않고 탄력성이 있을 때 고형화가 완료되었다고 판단한다. 거내서 뉘어 돌려보는 방법도 있는데, 이 경우 생지가 흘러내리지 않아야 한다.

※지나치게 구워졌을 때 표면이 거칠게 되고, 제품의 중앙 부분이 올라온다.

⑦제품이 완성되면 식힌 후 꺼낸다. 윗부분의 가장자리를 손가락으로 눌러 떼어내거나 칼 또는 이쑤시개를 이용하여 돌려 떼어낸다.

⑧식탁에 제공할 때는 접시에 올려놓는데 따뜻할 때 내놓는 것과 냉과로서 제공하는 두가지 방법이 있다.