

한국 식문화에 있어서의 국(湯)

김 귀 영

상주대학교

I. 서 론

밥 먹기는 봄같이 하고 갠 먹기는 여름같이 하고 장 먹기는 가을같이 하고 술 먹기는 겨울같이 하라 하니 밥은 따뜻한 것이 옳고, 갠은 더운 것이 옳고, 장은 서늘한 것이 옳고 술은 찬 것이 옳음을 말한 것이다¹⁾라고 규합총서의 서두에서 밝히고 있듯이 한민족의 음식문화는 그 지역의 지세와 풍토 등 자연 환경을 기본 요인으로 하여 형성된 것이며 이것이 전통음식의 고유성을 지니게 하는 하나의 배경이다.

우리나라의 기후는 냉온대기후에 속하고 한랭성 기후와 열대성 기후의 이중적 성격을 띄우고 여름은 고온다습하다. 연평균 강수량이 960mm(남한 1,150mm)로 세계의 평균 강수량 743mm보다 많아 습윤한 지역에 속하며 그 중 40~60%가 여름에 집중되어 있다. 이러한 자연 환경은 생육기간이 150일인 지역에서 연강수량이 1,000 mm 이상, 평균기온이 17~18℃의 고온이 필요한 벼농사에 적합한 조건이 되는 관계로 일찍부터 벼가 주작물로 정착되어 쌀밥을 주식²⁾으로 하는 일상식이 정착되었고 주식인 밥을 먹기 좋게 하는 음식을 반찬으로 하는 반상차림의 식문화가 구축되어 밥과 반찬의 상호보완형인 식생활을 영위하였다.

반상의 기본구성에서 국은 밥을 보완해 주는 제일의 찬물이며 매끼 빠져서는 안되는 중요한 상용음식이다. 따라서 밥과 함께 국의 역사는 상당하다고 할 수 있다.

우리나라는 농경민족으로써 일찍부터 습성(濕性) 음식을 선호하는 경향이 있었으며 손가락문화와 국음식의 발달은 함께 이해되어야 하며, 국을 상용하는 것과 밥을 국에 말아 먹는 습관은 세계에서 보기 드문 우리 민족 특유의 식사법이다. 우리 민족을 탕 민족이라 하는데 일반적으로 곰탕, 설렁탕, 육개장, 콩나물국, 미역국, 토장국 등 여러 가지 국에 거의 밥을 말아 먹는 것은 당연히 여긴다³⁾.

이규태 씨는 한민족이 탕반이 체질화되었음에 네 가지 이유를 들었다. 첫째, 한국인은 가난하고 식구가 많아 작은 분량의 식품을 많은 사람이 나누어 먹기 위해서는 탕반을 만들어야 한다 하였다.

둘째, 한민족은 유목문화권과는 달리 일찍부터 정착하고 살아온 농경문화권에 속한다. 유목민족은 식품을 가지고 다닐 수 있어야 하므로 건성으로 국물이 없어야 한다. 정착생활에서는 반드시 마른 것이 아니어도 되니 음식이 습성화된 다.

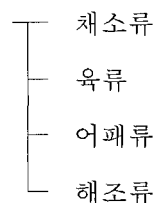
셋째, 한국인은 반도 풍토 때문에 외세의 침략을 많이 받고 또 흉년 등의 기근으로 많은 이동생활을 하며 살았다. 피난 및 유랑생활의 식생활은 곧 쫓기면서 먹고 살아야 하는 식생활은 가장 단순한 형태를 취해야 하니 밥을 말아서 얼른 후루룩 먹어야 한다고 하였다.

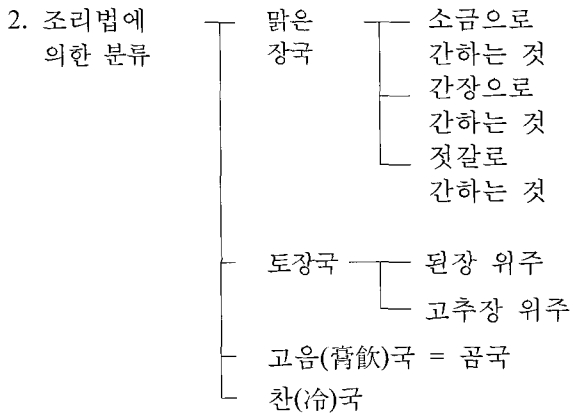
넷째, 신앙적 원인을 들었다. 신라 시대부터 선농단에서 제사를 올린 후 이 제사에 바친 희생물인 소를 참석한 군, 신, 민이 고루 나누어 먹는 습속이 있었다. 희생물을 나누어 먹는 것은 신인융합의 인류학적 습속으로 세계에 공통된 습속이다⁴⁾라고 설명하고 있다.

이렇듯 국은 우리 반상에서 없어서는 안되며 오랜 역사의 전통성을 지닌 국의 중요성에 대하여 재조명할 필요가 있다. 따라서 본 연구는 조선시대 중기부터 현재까지의 대표적인 조리서인 『주운잡방(1500년대 초)』⁵⁾, 『음식디미방(1760년)』⁶⁾, 『증보산림경제(1766년)』⁷⁾, 『규합총서(1815년)』⁸⁾, 『주찬(1800년대 중엽)』⁹⁾, 『조선무쌍신식요리제법(1924년)』¹⁰⁾, 『조선요리제법(1939년)』¹⁰⁾, 『한국의 맛(1988년)』¹¹⁾과 조선시대 의궤(1827년~1902) 13종에 나타난 국의 종류와 조리법 및 조리 과학적인 특성을 분석하고 시대에 따른 변화를 고찰하여 재조명하고자 한다.

II. 국의 분류

1. 재료에 의한 분류





III. 국의 용어 해설

1. 초사(楚辭: BC 3세기경, 중국시집)-

갱(羹): 채소가 섞인 고깃국, 확(臠): 채소 섞이지 않은 고깃국

2. 제민요술(濟民要術: 6세기초): 고기에 장, 파 등 여러 채소를 넣고 푹 삶아낸 것은 갡 또는 확이라고 함.

3. 거가필용(居家必用: 12C): 국은 대부분 갡, 탕은 음료용과 약용

4. 훈몽자회(1527년): 확은 고기탕

5. 설문해자(AD100년): 확은 육갱

6. 임원십육지 정조지(1827년): 향약초를 끓여 마시는 熱湯을 모두 탕이라 함.

7. 동의보감: 약이성 재료를 열탕에 달여 질병 또는 보강제로 사용하는 것을 탕이라고 함.

8. 사례편람(1844년): 갡이란 본디 고깃국, 채갱(菜羹)이 채소국

9. 시의전서(1800년말): 제사에 쓰이는 국을 탕(국이 제물로 쓰일 때 탕이 됨)

10. 원행음료정리의궤(1795년): 원반에 나오는 국을 갡, 협반에 나오는 국은 탕이라 함. 이 경우를 분석해 보면 갡의 경우 식물성 재료가 혼합된 것, 탕의 경우 동물성 식품이 주가 됨.

11. 현재: 국은 일반화, 확은 쓰이지 않으며, 갡은 제물로, 탕은 약, 음료, 국이 되기도 하며 특히 탕은 제물에 쓰인다(3탕: 어탕, 육탕, 소탕, 5탕 등). 특히 탕의 경우 의식동원의 의미를 엿볼 수 있다.

IV. 국의 역사성

국은 육류, 어패류, 채소류, 해조류 등 모든 식품재료가 제

한 없이 사용되고 있고 또 밥처럼 특별한 특수조리기구가 아닌 상용 가열기구만으로도 쉽게 만들 수 있는 음식이므로 그 역사는 상당히리라고 본다. 신석기시대 토기 이용도는 습열조리가 가능하였다는 논리가 성립되며 청동기 시대의 것으로 보이는 만주 길림성 유적에서 뼈로 된 숟가락이 발견되었으며 낙랑고분에서도 청동으로 된 숟가락이 나왔다. 또 낙랑고분에서는 채색대나무상자의 효자도(孝子圖)속에 자식이 늙은 어버이에게 숟가락으로 음식을 떠먹이는 장면이 있어 이 시기에 숟가락의 사용이 보편화되고 있었던 증거가 된다¹²⁾. 숟가락은 국물 음식을 먹기 위한 도구로 발달된 것으로 이 시기에 국의 상용화를 미루어 짐작할 수 있다.

문헌에는 『삼국사기』¹³⁾에 이미 언급되고 있다. 삼국사기 권 제17(고구려본기 제5) 동천왕 원년, “왕의 마음을 시험해보고자 (왕후가) 시자를 시켜 반상을 드릴 때에 일부러 국(羹)을 왕의 옷에 얼지르게 하였다”는 내용이 있어 국의 존재가 확인되고 있다. 또 같은책 권 제45(열전 제5) 祿眞조에 “龍齒湯”이 수록되어 있는데 이는 국이 아니고 심장의 병을 다스리기 위한 처방으로 탕은 국과 음료, 약용의 쓰임새를 어렵게 짐작할 수 있다. 통일신라시대에도 국의 기록이 있다. 당대의 문장가인 최치원의 『答 浙西周司空書』에 “헛되게 밥만 먹으니 국에 맛을 조화하기를 바라는 어려울 것 같습니다” 라는 구절이 보이며 고려시대에는 여러 문헌에 국이 수록되어 있어 국의 다양화와 보다 발달된 면모를 엿볼 수 있다.

고려사에 의하면 현종 7년(1016)에 왕자의 탄생에 염분과 함께 어량(漁梁)을 하사하기도 하고 때로는 팍전(霍田)도 하사한 기록이 보이는데 팍은 미역을 말하므로 틀림없이 미역국이 끓여졌을 것이다. 이 밖에 이규보의 시에도 토란국, 박채, 냉국 등이 보인다. 그리고 이색의 시 속에도 나물국이 등장한다. 또한 고려사 제례의 제물에서는 1품에서 2품까지는 밥과 갡이 각각 두 그릇이 진설되었다.

조선시대의 음식 관련 문헌에서는 맑은 장국, 토장국, 고음국, 냉국 등 다양한 종류의 국이 선보이고 있으며, 또 여러 상황을 고려해 볼 때 문헌에 수록되지 않은 더 많은 국이 존재하였다는 것을 알 수 있다.

V. 국의 종류 및 재료

조선시대 고조리서와 근대 조리서에 수록된 국 종류는 총론을 비롯하여 맑은 장국, 토장국, 고음국, 냉국 등으로 구성되어 있으며 각 항목에 대한 국의 종류 및 재료에 대한 내용을 분석하였다.

표 1. 맑은 장국의 종류와 재료(고조리서)

종 류	재 료	수운잡방 (1500년대 초)	음식디미방 (1670년)	증보산림경제 (1766년)	규합총서 (1815년)	주찬 (1800년대 중엽)
1. 서여탕법	주재료	마				
	부재료	쇠고기, 계란				
	양념	참기름, 엿물				
2. 전어탕법	주재료	민물고기, 장국물				
	부재료	마, 계란				
	양념	참기름				
3. 분탕	주재료	쇠고기, 황백녹두 묵, 생오이, 미나 리, 도라지				
	부재료	녹두가루, 흰파				
	양념	참기름, 청장				
4. 삼하탕	주재료	쇠고기				
	부재료	된장, 기자면				
	양념	후추, 참기름				
5. 황탕	주재료	황반, 갈빗살				
	부재료	녹두가루, 생강, 실 백, 개암				
	양념					
6. 삼색 어이탕	주재료	은어, 송어, 대하, 삼색녹두묵				
	부재료	녹두가루				
	양념	후추, 호향, 흰파, 된장				
7. 계탕	주재료					계, 배추줄기, 박나 물
	부재료					
	양념					초피가루
8. 소탕	주재료					두부, 다시마, 무
	부재료					박고지, 표고, 도라 지, 고사리, 생강, 미나리, 죽순, 메밀 가루
	양념					후추, 초피

표 1. 계속

종 류	재 료	수운잡방 (1500년대 초)	음식디미방 (1670년)	증보산림경제 (1766년)	규합총서 (1815년)	주찬 (1800년대 중엽)
9. 골탕	주재료					쇠머리
	부재료					밀가루, 계란, 쇠고기, 잣, 메밀가루
	양념					간장, 기름, 생강, 파
10. 완자탕	주재료			생선, 쇠고기, 돼지고기, 꿩고기, 닭고기	생선, 쇠고기, 돼지고기, 꿩고기, 닭고기	생선, 소고기, 돼지고기, 닭고기, 꿩고기
	부재료			잣, 계란, 버섯, 녹말	잣, 계란, 버섯, 녹말	잣, 계란, 버섯, 녹말
	양념			후추, 초피, 생강, 참기름, 파	후추, 생강, 참기름, 파	후추, 초피, 생강, 참기름, 파
11. 조개탕	주재료		(외감탕) 모시조개, 고막조개			
	부재료					
	양념					
12. 계란국	주재료		(난탕법, 맛질방문) 계란, 오리알			
	부재료		파, 밀가루즙			
	양념		소금, 간장, 새우젓국, 초			
13. 썩국	주재료		썩, 꿩고기			
	부재료		계란, 마른청어			
	양념		기름			
14. 죽순국	주재료		죽순			
	부재료		민물고기			
	양념		간장, 초			

표 2. 맑은 장국의 종류와 재료(근대조리서)

종 류	재 료	조선무쌍신식요리제법 (1924년)	조선요리제법 (1939년)	한국의 맛 (1988년)
1. 맑은장국	주재료	쇠고기	쇠고기	
	부재료	무, 다시마, 박, 계란		
	양념	파, 마늘, 후추, 고춧가루, 기름, 깨소금	후추, 파, 깨소금, 간장, 기름	

표 2. 계속

종 류	재 료	조선무쌍신식요리제법 (1924년)	조선요리제법 (1939년)	한국의 맛 (1988년)
2. 계국	주재료	계	계	
	부재료	계란, 두부, 쇠고기, 밀가루	계란, 두부, 쇠고기, 밀가루	
	양념	파, 생강, 후추, 간장	깨소금, 파, 후추, 간장	
3. 풀탕	주재료		등골	등골
	부재료		계란, 쇠고기, 밀가루, 표고	계란, 쇠고기, 밀가루, 표고
	양념		기름, 파, 깨소금, 간장, 소금	기름, 파, 깨소금, 간장, 소금
4. 미역국	주재료		미역	미역
	부재료		쇠고기	쇠고기
	양념		파, 깨소금, 기름, 간장	참기름, 간장
5. 애탕국	주재료		숙, 쇠고기	숙, 쇠고기
	부재료		두부, 계란	계란, 실파
	양념		파, 깨소금, 간장	간장, 갓은양념
6. 토란국	주재료	토란국, 쇠고기	토란, 쇠고기	토란, 쇠고기
	부재료		다시마	다시마
	양념	파, 기름, 후추가루	파, 기름, 후추	간장, 갓은양념
7. 콩나물국	주재료	콩나물, 쇠고기	콩나물, 쇠고기	
	부재료	명태, 복어, 두부		
	양념	고추가추	생강, 파, 간장	
8. 고사리국	주재료	고사리	고사리, 쇠고기	
	부재료	밀가루	밀가루	
	양념		후추, 깨소금	
9. 버섯국	주재료	버섯	버섯, 쇠고기	생느타리버섯, 쇠고기
	부재료	두부	두부	
	양념		파, 후추, 깨소금, 간장	간장, 갓은양념
10. 파국	주재료	파, 쇠고기	파, 쇠고기	
	부재료			
	양념	후추	깨소금, 후추, 간장	
11. 수잔지	주재료		다시마, 쇠고기, 돼지고기	
	부재료		표고, 석이, 계란	
	양념		파, 후추, 깨소금, 간장	
12. 완자탕	주재료		쇠고기, 두부	
	부재료		계란, 버섯, 잣	
	양념		후추, 파, 깨소금	

표 2. 계속

종 류	재 료	조선무쌍신식요리제법 (1924년)	조선요리제법 (1939년)	한국의 맛 (1988년)
13. 도미국	주재료		도미, 쇠고기	
	부재료		썩갓	
	양념		파, 고추, 간장	
14. 조개국	주재료	모시조개	모시조개	
	부재료			
	양념			
15. 준치국	주재료	준치	준치	준치
	부재료	가는파	미나리	쇠고기, 실파
	양념			소금, 갓은양념
16. 명태국	주재료	명태	명태	
	부재료			
	양념			
17. 조기국	주재료	조기		조기
	부재료	미나리, 고사리		쇠고기, 실파, 실파, 썩갓
	양념			소금, 갓은양념
18. 곤포국	주재료	곤포		
	부재료			
	양념			
19. 이리탕	주재료	이리		
	부재료	맑은장국, 짓국		
	양념			
20. 소탕	주재료	두부		
	부재료	다시마, 버섯		
	양념	기름		
21. 박국	주재료	박, 쇠고기		
	부재료			
	양념			
22. 연포국	주재료	암탉, 쇠고기, 두부		
	부재료	계란, 표고, 석이		
	양념	생강, 파, 기름, 소금		
23. 계란탕	주재료	계란		
	부재료			
	양념			

표 2. 계속

종 류	재 료	조선무쌍신식요리제법 (1924년)	조선요리제법 (1939년)	한국의 맛 (1988년)
24. 홍합탕	주재료	홍합		
	부재료			
	양념			
25. 대합탕	주재료			대합
	부재료			다홍고추, 실파
	양념			다진마늘, 소금
26. 북어국	주재료			마른북어
	부재료			쇠고기, 실파, 계란
	양념			갓은양념
27. 송이탕	주재료			송이버섯, 실파
	부재료			쇠고기
	양념			간장

표 3. 토장국의 종류와 재료(고조리서)

종 류	재 료	수운잡방 (1500년대 초)	음식디미방 (1670년)	증보산림경제 (1766년)	규합총서 (1815년)	주찬 (1800년대 중엽)
1. 소루장이국	주재료			소루장이		
	부재료			청어		
	양념					
2. 아육국	주재료			아육		
	부재료			마른새우		
	양념					
3. 토란줄기국	주재료			토란줄기		
	부재료					
	양념					
4. 원추리잎국	주재료			원추리잎		
	부재료					
	양념					
5. 시래기국	주재료					무, 배추잎과 뿌리
	부재료					어육
	양념					
6. 매기탕	주재료			매기, 된장	매기, 고추장	
	부재료					
	양념				꿀	꿀

표 3. 계속

종 류	재 료	수운잡방 (1500년대 초)	음식디미방 (1670년)	증보산림경제 (1766년)	규합총서 (1815년)	주찬 (1800년대 중엽)
7. 조기탕	주재료			조기		
	부재료					
	양념					
8. 고등어탕	주재료			고등어		
	부재료					
	양념					
9. 잉어탕	주재료				잉어, 고추장	
	부재료				미나리	
	양념					

표 4. 토장국의 종류와 재료(근대조리서)

종 류	재 료	조선무쌍신식요리제법 (1924년)	조선요리제법 (1939년)	한국의 맛 (1988년)
1. 소루장이국	주재료	소루장이, 된장, 고추장	소루장이, 된장, 고추장	소루장이, 된장, 고추장
	부재료	쇠고기, 조개	쇠고기	쇠고기
	양념	파	파	갓은양념
2. 아욱국	주재료	아욱, 고추장, 된장	아욱, 고추장, 된장	아욱, 고추장, 된장
	부재료	쇠고기, 곱창, 마른새우, 멸치, 홍합	쇠고기	쇠고기, 마른새우, 속뜨물
	양념		파	갓은양념
3. 배추속대국	주재료	배추속대, 된장	배추속대, 된장	배추속대, 된장, 고추장
	부재료	쇠고기, 곱창, 모시조개	쇠고기	무, 속뜨물
	양념		후추	갓은양념
4. 냉이국	주재료	냉이, 된장	냉이, 된장, 고추장	
	부재료	쇠고기	쇠고기	
	양념		파	
5. 오이무름국	주재료	늪은오이, 고추장	늪은오이, 고추장	늪은오이, 고추장
	부재료	쇠고기, 두부, 버섯	쇠고기, 두부, 버섯	쇠고기, 두부, 표고, 느타리, 계란, 밀가루
	양념	파, 후추, 소금	파, 후추	갓은양념
6. 배추꼬리국	주재료		배추꼬리, 배추, 된장	
	부재료		쇠고기	
	양념		후추, 파	
7. 산나물국	주재료	산나물, 된장, 고추장	산나물, 된장, 고추장	
	부재료	쇠고기	쇠고기	
	양념		파	

표 4. 계속

종 류	재 료	조선무쌍신식요리제법 (1924년)	조선요리제법 (1939년)	한국의 맛 (1988년)
8. 우거지국	주재료	무청, 된장		
	부재료	쇠고기, 콩나물		
	양념	후추, 깨소금		
9. 근대국	주재료	근대, 된장		
	부재료	거란지뻬, 곱창, 우거지, 콩나물		
	양념			
10. 시금치국	주재료			시금치, 된장, 고추장
	부재료			쇠고기, 모시조개, 콩나물, 갓은양념
	양념			
11. 토장국	주재료	숙음배추, 된장, 일본된장	숙음배추, 배추속대, 된장, 고추장	
	부재료	향다반무, 콩나물, 배추줄거리, 토란, 배추꼬리, 양지머리, 사태, 곱창	쇠고기, 멸치	
	양념			
12. 대구탕	주재료	대구		
	부재료	된장, 고추장, 콩나물		
	양념			
13. 넙치국	주재료	넙치		
	부재료	쇠고기, 고추장, 미나리		
	양념	파		

표 5. 고음국의 종류와 재료(일반법)

종 류	재 료	음식디미방 (1670년)	증보산림경제 (1766년)	규합총서 (1815년)	조선무쌍신식 요리제법 (1924년)	한국의맛 (1988년)
1. 양탕	주재료	양				
	부재료	계란				
	양념	생강, 후추, 천초, 간장				
2. 개장국 (구육갱)	주재료	개고기	개고기	개고기	개고기	
	부재료		된장	미나리	양지머리, 사태, 대구, 해삼, 전복, 부추, 파, 미나리, 호도, 표고, 석이, 계란, 된장, 파	
	양념		깨, 초, 기름, 고춧가루	간장, 소금, 고추장, 파, 깨, 초, 기름, 후춧가루	깨, 기름, 고추, 후추, 계피, 겨자	

표 5. 계속

종 류	재 료	음식디미방 (1670년)	증보산림경제 (1766년)	규합총서 (1815년)	조선무쌍신식 요리제법 (1924년)	한국의맛 (1988년)
3. 쇠꼬리곰	주재료			부아, 쇠꼬리, 쇠 악가리		
	부재료			청장, 고추장		
	양념			기름, 깨소금, 후 춧가루		
4. 족탕	주재료	쇠족, 부아			쇠족,사태	
	부재료	오이, 표고, 골파				
	양념	간장			간장, 후춧가루, 계피가 루	
5. 총계탕	주재료		암탉		암탉	
	부재료		파의 흰부분		파의 흰부분	
	양념		초, 간장, 기름, 꿀, 계란		초, 간장, 기름, 꿀, 계란	
6. 잡탕	주재료				우유, 두골, 부아, 양, 이 자, 곤자소니, 곱창, 창 자, 갈비, 도가니뼈, 흘 데기, 만하	
	부재료				무, 건대구, 닭, 표고, 석 이, 계란, 잣	
	양념				파, 마늘, 후추, 기름, 깨 소금	
7. 육개장	주재료				사태, 광대머리, 홀더덕, 홀떼기, 부아, 양, 이자, 곱창, 대장, 곤자소니, 쇠악갈비, 도가니, 만하	양지, 갈비새김, 깃 머리
	부재료				파	고추기름, 파
	양념					간장, 마늘, 후추, 참기름, 깨소금, 생 강즙
8. 곰탕	주재료				사태, 홀떼기, 양, 부아, 곤자소니, 곱창, 대장, 광대머리, 이자, 만하, 씨앗가리, 도가니, 다리 뼈, 꼬리	양지머리, 깃머리, 부아, 곤자소니, 곱 창, 도가니
	부재료				무	무, 밀가루, 파
	양념				간장, 후춧가루, 참기름, 깨소금	소금, 감장, 마늘, 생강, 후추, 참기 름, 깨소금
9. 갈비탕	주재료				갈비, 양지머리	갈비
	부재료					무, 계란, 간장
	양념				간장, 후춧가루, 깨소금, 참기름	파, 마늘, 후춧가 루, 참기름

표 5. 계속

종 류	재 료	음식디미방 (1670년)	증보산림경제 (1766년)	규합총서 (1815년)	조선무쌍신식 요리제법 (1924년)	한국의맛 (1988년)
10. 영계백숙	주재료				닭	닭
	부재료				참쌀, 인삼	마늘, 파, 계란
	양념				소금, 후추	소금, 후추
11. 용봉탕	주재료				묵은압탕(영계), 승어(잉어)	닭, 잉어
	부재료					계란, 표고, 석이, 목 이
	양념				갓은양념	마늘, 깨소금, 후추 가루, 기름
12. 추탕 (미꾸라지국)	주재료				미꾸라지, 엽진, 곱창, 양, 두부	
	부재료				고비, 표고, 석이, 표 고, 계란	
	양념				고추, 파, 생강, 소금, 후추, 계피가루, 밀가 루	
13. 계탕	주재료				닭	
	부재료				무, 박	
	양념				간장, 파, 후추, 계피가 루, 밀가루	
14. 토란곰국	주재료				곰국	
	부재료				토란	
	양념					
15. 주저탕	주재료				쇠족	
	부재료				무, 밀가루	
	양념					
16. 선지국	주재료				쇠고기, 곱창, 선지	
	부재료				두부	
	양념				후추, 새우젓, 파	
17. 자라탕	주재료				자라	
	부재료					
	양념				간장, 후추	
18. 가리백숙	주재료				쇠갈비	
	부재료				젓국, 초장	
	양념					
19. 낙지백숙	주재료				낙지	
	부재료					
	양념				초장, 초고추장	

표 5. 계속

종 류	재 료	음식디미방 (1670년)	증보산림경제 (1766년)	규합총서 (1815년)	조선무쌍신식 요리제법 (1924년)	한국의맛 (1988년)
20. 꿀뚜기 백숙	주재료				꿀뚜기	
	부재료					
	양념				초장	
21. 비웃백숙	주재료				청어	
	부재료				솔잎	
	양념					
22. 홍어백숙	주재료				가오리	
	부재료					
	양념				초장	
23. 잉어백숙	주재료				잉어, 긴머리	
	부재료					
	양념				초장	
24. 도미백숙	주재료				도비	
	부재료					
	양념				초장	
25. 설령탕	주재료					양지머리, 사태, 유 통살, 우설, 지라, 쇠 머리, 쇠족, 뼈도가 니, 사골
	부재료					
	양념					생강, 마늘, 파, 후추 가루, 고춧가루, 소 금

표 6. 고음국의 종류와 재료(궁중법)

종 류	재 료	진작의궤 (순조27년 1827년)	진작의궤 (순조28년 1828년)	진찬의궤 (순조29년 1829년)	진찬의궤 (현종14년 1848년)
1. 잡탕	주재료	두골, 우내심육, 양, 곤 자소니, 제육, 제태, 연 계, 무	두골, 우내심육, 우외심 육, 양, 곤자소니, 제태, 저각, 연계, 진계, 생치, 조기, 전복, 무, 오이	두골, 우외심육, 우내심 육, 양, 곤자소니, 제태, 저각, 연계, 진계, 조기, 전복, 무, 오이	우내심육, 우외심육, 곤 자소니, 연계, 진계, 생 치, 조기, 전복, 무, 오이
	부재료	미나리, 고비, 도라지, 계란, 파	표고, 석이, 계란, 해삼, 갯, 박고지	표고, 석이, 계란, 해삼, 갯, 박고지	표고, 석이, 계란, 해삼, 갯, 박고지
	양념		간장, 후추가루, 생강, 밀가루, 녹말, 참기름	간장, 후추가루, 밀가루, 참기름	간장, 생강, 밀가루, 녹 말, 참기름

표 6. 계속

종 류	재 료	진작의례 (순조27년 1827년)	진작의례 (순조28년 1828년)	진찬의례 (순조29년 1829년)	진찬의례 (현종14년 1848년)
2. 양탕	주재료			양, 표고, 잣	양, 우내심육, 표고, 석 이, 잣
	부재료				
	양념			간장, 후추가루, 참기름, 생강, 밀가루	간장, 후추가루
3. 금증탕	주재료	진계, 해삼, 무, 미나리, 박고지, 표고, 계란, 잣	연계, 진계, 해삼, 무, 미 나리, 박고지, 표고, 버 섯, 계란, 잣	연계, 진계, 해삼, 무, 미 나리, 박고지, 표고, 버 섯, 계란, 잣	우내심육, 진계, 전복, 해삼, 무, 오이, 표고, 석 이, 계란, 잣
	부재료				
	양념	간장, 후추가루, 밀가루	간장, 후추가루, 참기름, 밀가루	간장, 후추가루, 참기름	간장, 후추가루, 참기름
4. 초계탕	주재료		진계		진계, 전복, 해삼, 도라 지, 표고, 석이
	부재료		계란, 잣		계란, 잣
	양념		밀가루, 파, 초		간장, 후추가루, 참기름, 밀가루, 파, 초
5. 저포탕	주재료			두골, 우내심육, 양, 곤 자소니, 제태, 저배골, 진계, 조기, 박고지, 표 고계란, 잣	
	부재료				
	양념			간장, 후추가루, 참기름, 생강, 녹말, 파, 깨소금	
6. 추복탕	주재료	추복, 진계	추복, 진계	추복, 진계	
	부재료	잣	계란, 잣	계란, 잣	
	양념	간장, 후추가루	간장, 후추가루	간장, 후추가루, 깨소금, 소금	
7. 제육장방 탕	주재료			저각	
	부재료			계란, 잣	
	양념			후추가루, 참기름, 생강, 소금	
8. 고제탕	주재료			우설, 연계, 생치, 조기, 오이	
	부재료			표고, 계란, 잣	
	양념			간장, 후추가루, 참기름, 녹말, 생강	
9. 만증탕	주재료	우두골, 우내심육, 양, 곤자소니, 제내심육, 제 태, 저각, 연계, 생치, 조 기, 오이, 박고지	우두골, 우내심육, 양, 곤자소니, 제내심육, 제 태, 저각, 연계, 생치, 조 기, 오이, 박고지		
	부재료	표고, 계란, 잣	표고, 계란, 잣		
	양념	간장, 후추가루, 참기름, 생강, 녹말, 파, 깨소금, 소금	간장, 후추가루, 참기름, 생강, 녹말, 파, 깨소금, 소금		

표 6. 계속

종 류	재 료	진찬의궤 (고종5년 1868년)	진작의궤 (고종10년 1873년)	진찬의궤 (고종14년 1877년)	진찬의궤 (고종24년 1887년)	진찬의궤 (고종29년 1892년)
1. 잡탕	주재료	부아, 양, 곤자소니, 우신, 도가니뻬, 진계, 전복, 무, 미나리	우육, 두뇌골, 우내심육, 부아, 곤자소니, 도가니뻬, 진계, 전복, 무, 미나리	우육, 두골, 우내심육, 우외심육, 부아, 양, 곤자소니, 찬자, 연계, 진계, 생치, 조기, 전복, 무, 오이, 미나리	두골, 우내심육, 우외심육, 부아, 양, 곤자소니, 창자, 도가니뻬, 연계, 진계, 생치, 조기, 전복, 무, 오이, 미나리	생육, 두골, 우내심육, 부아, 양, 곤자소니, 진계, 생치, 조기, 전복, 무, 미나리, 버섯
	부재료	표고, 계란, 해삼, 잣	등골, 표고, 계란, 해삼	표고, 석이, 계란, 해삼, 잣	표고, 석이, 계란, 해삼, 잣	등골, 표고, 석이, 계란, 해삼, 잣
	양념	간장, 후추가루, 참기름	간장, 후추가루, 밀가루, 녹말, 참기름	간장, 파, 후추가루, 생강, 밀가루, 녹말, 참기름	간장, 파, 후추가루, 생강, 밀가루, 녹말, 참기름	간장, 파, 후추가루, 생강, 밀가루, 녹말, 참기름
2. 양탕 (양숙탕)	주재료	양, 도가니뻬, 무, 잣	양, 도가니뻬, 전복, 해삼, 잣	양, 우내심육, 표고, 석이, 잣	양, 우내심육, 표고, 석이, 잣	양, 생육, 우내심육, 부아, 전복, 해삼, 무, 미나리, 표고, 잣
	부재료					
	양념	간장	간장	간장, 후추가루	간장, 후추가루	간장, 후추가루, 참기름, 파, 밀가루
3. 금중탕	주재료	우내심육, 진계, 전복, 해삼, 표고, 석이, 계란	우내심육, 진계, 전복, 해삼, 무, 표고, 계란, 잣	두골, 우내심육, 곤자소니, 진계, 전복, 해삼, 미나리, 표고, 석이, 계란, 잣	두골, 우내심육, 곤자소니, 진계, 전복, 해삼, 미나리, 표고, 석이, 계란, 잣	
	부재료					
	양념	후추가루, 참기름, 파	후추가루, 참기름	간장, 후추가루, 참기름	간장, 후추가루, 참기름	
4. 초계탕	주재료		배골, 부아, 양, 곤자소니, 도가니뻬, 전복, 해삼, 미나리, 도라지, 표고			
	부재료		계란, 잣			
	양념		간장, 후추가루, 밀가루, 파, 긴초, 고추			
5. 저포탕	주재료			두골, 우내심육, 양, 곤자소니, 제태, 저배골, 진계, 조기, 박고지, 표고, 잣, 계란	두골, 우내심육, 양, 곤자소니, 제태, 저배골, 진계, 조기, 박고지, 표고, 계란, 잣	생육, 두골, 우내심육, 양, 곤자소니, 제태, 전복, 해삼, 무, 미나리, 표고, 계란, 잣
	부재료					
	양념			간장, 후추가루, 참기름, 생강, 녹말, 파, 깨소금	간장, 후추가루, 참기름, 생강, 녹말, 파, 깨소금	후추, 참기름, 밀가루, 녹말, 파, 깨소금, 소금

표 6. 계속

종 류	재 료	진찬의례 (고종5년 1868년)	진작의례 (고종10년 1873년)	진찬의례 (고종14년 1877년)	진찬의례 (고종24년 1887년)	진찬의례 (고종29년 1892년)
6. 추복탕	주재료			추복, 연계		추복, 생육, 우내심육, 전복, 해삼, 무, 미나리, 표고
	부재료					
	양념			갓, 깨소금, 소금		계란, 갓, 간장, 후춧가루, 참기름, 밀가루, 파
7. 육탕	주재료		업진육, 곤자소니, 부아			
	부재료					
	양념		고춧가루, 간장			
8. 갈비탕	주재료					갈비, 부아, 양, 곤자소니, 전복, 해삼, 무, 미나리, 버섯
	부재료					계란, 갓
	양념					간장, 후춧가루, 파, 깨소금, 참기름
9. 용봉탕	주재료					두굴, 우내심육, 곤자소니, 닭, 잉어, 조기, 전복, 해삼, 무, 미나리
	부재료					계란, 갓, 표고
	양념					간장, 파, 후춧가루, 기름, 밀가루
10. 제육장방탕	주재료					생육, 배골, 우내심육, 양, 곤자소니, 제육, 저수파, 전복, 해삼, 배추, 무, 표고
	부재료					계란, 갓, 실은행, 실호도
	양념					후춧가루, 참기름, 밀가루, 파, 소금
11. 고제탕	주재료					우내심육, 진계, 생치, 조기, 오이
	부재료					표고, 계란, 갓
	양념					간장, 후춧가루, 참기름, 생강, 녹말

표 6. 계속

종 류	재 료	진찬의례 (광무5년 1901년)	진연의례 (광무5년 1901년)	진찬의례 (광무6년 1902년)	진연의례 (광무6년 1902년)
1. 잡탕	주재료	두골, 우내심육, 우외심육, 부아, 양, 곤자소니, 창자, 전복, 무, 미나리	두골, 우내심육, 부아, 양, 곤자소니, 창자, 전복, 무, 미나리	생육, 두골, 우내심육, 부아, 양, 곤자소니, 창자, 전복, 무, 미나리, 버섯	두골, 우내심육, 부아, 양, 곤자소니, 창자, 전복, 무, 미나리
	부재료	등골, 표고, 계란, 해삼, 잣	등골, 표고, 석이, 계란, 해삼, 잣	등골, 표고, 계란, 해삼, 잣	표고, 계란, 해삼, 잣
	양념	간장, 파, 후추가루, 깨소금, 밀가루, 녹말, 참기름	간장, 파, 후추가루, 밀가루, 참기름	간장, 파, 후추가루, 깨소금, 밀가루, 녹말, 참기름	간장, 파, 후추가루, 밀가루, 녹말, 참기름
2. 양숙탕 (양탕)	주재료	양, 배골, 우내심육, 곤자소니, 전복, 해삼, 무, 미나리, 표고, 잣	양, 우내심육, 곤자소니, 대장, 전복, 해삼, 무, 미나리, 잣	양, 배골, 우내심육, 곤자소니, 전복, 해삼, 무, 미나리, 표고, 잣	양, 배골, 우내심육, 곤자소니, 전복, 해삼, 무, 미나리, 표고, 잣
	부재료				
	양념	간장, 후추가루, 참기름, 파, 밀가루, 깨소금	간장, 후추가루, 참기름, 밀가루	간장, 후추가루, 참기름, 파, 밀가루, 깨소금	간장, 후추가루, 참기름, 파, 밀가루, 깨소금
3. 갈비탕	주재료	갈비, 부아, 양, 곤자소니, 전복, 해삼, 무, 미나리, 버섯			갈비, 부아, 양, 곤자소니, 전복, 해삼, 무, 미나리, 버섯
	부재료	계란, 잣			계란, 잣
	양념	간장, 파, 후추가루, 깨소금, 참기름			간장, 파, 후추가루, 깨소금, 참기름
4. 금증탕	주재료		배골, 우내심육, 곤자소니, 진계, 전복, 해삼, 미나리, 표고, 계란, 잣		
	부재료				
	양념		간장, 후추, 참기름		
5. 초계탕	주재료	우내심육, 곤자소니, 대장, 전복, 해삼, 도라지, 표고	배골, 우내심육, 부아, 양, 곤자소니, 전복, 해삼, 미나리, 도라지, 표고		우둔, 배골, 우내심육, 부아, 양, 곤자소니, 대장, 진계, 전복, 해삼, 미나리, 도라지, 표고
	부재료	계란, 잣	계란, 잣		계란, 잣
	양념	간장	간장, 후추가루, 참기름, 밀가루, 파, 깨소금, 초, 고추		간장, 후추가루, 참기름, 밀가루, 파, 깨소금, 초, 고추
6. 용봉탕	주재료	두골, 우내심육, 곤자소니, 닭, 붕어, 잉어, 전복, 해삼, 무, 미나리	우내심육, 닭, 붕어, 전복, 해삼, 무, 미나리	두골, 우내심육, 곤자소니, 닭, 붕어, 잉어, 전복, 해삼, 무, 미나리	두골, 우내심육, 곤자소니, 닭, 붕어, 잉어, 전복, 해삼, 무, 미나리
	부재료	계란, 잣, 표고	계란, 잣	계란, 잣, 표고	계란, 잣
	양념	간장, 파, 후추가루, 기름, 밀가루	간장, 파, 후추가루, 기름, 밀가루	간장, 파, 후추가루, 기름, 밀가루	간장, 파, 후추가루, 기름, 밀가루

표 6. 계속

종 류	재 료	진찬의례 (광무5년 1901년)	진연의례 (광무5년 1901년)	진찬의례 (광무6년 1902년)	진연의례 (광무6년 1902년)
7. 저포탕	주재료	배골, 우내심육, 곤자소니, 저포, 전복, 해삼, 무, 미나리, 표고, 계란, 잣	우내심육, 곤자소니, 저포, 전복, 해삼, 무, 미나리, 표고, 계란, 잣	배골, 우내심육, 곤자소니, 전복, 해삼, 무, 미나리, 표고, 계란, 잣	배골, 우내심육, 곤자소니, 제육, 제태, 전복, 해삼, 무, 미나리, 표고, 계란, 잣
	부재료				
	양념	간장, 후추가루, 참기름, 밀가루, 파, 깨소금	간장, 후추, 참기름, 미라구, 파, 깨소금	간장, 후추가루, 참기름, 밀가루, 파, 깨소금	간장, 후추가루, 참기름, 밀가루, 파, 깨소금, 소금
8. 추복탕	주재료	추복, 배골, 우내심육, 곤자소니, 전복, 해삼, 무, 미나리, 표고		추복, 배골, 우내심육, 곤자소니, 전복, 해삼, 무, 미나리, 표고	추복, 배골, 우내심육, 곤자소니, 전복, 해삼, 무, 미나리, 표고
	부재료	계란, 잣		계란, 잣	계란, 잣
	양념	간장, 후추가루, 참기름, 밀가루, 파, 깨소금		간장, 후추가루, 참기름, 밀가루, 파, 깨소금	간장, 후추가루, 참기름, 밀가루, 파, 깨소금
9. 제육장방탕	주재료	우내심육, 부아, 곤자소니, 제육, 전복, 해삼, 배추, 무, 미나리, 황화, 표고, 목이		우내심육, 부아, 곤자소니, 제육, 전복, 해삼, 배추, 무, 미나리, 황화, 표고, 목이	배골, 우내심육, 부아, 양, 곤자소니, 제육, 저수파, 전복, 해삼, 배추, 무, 미나리, 황화, 표고, 목이
	부재료	계란, 잣		계란, 잣	계란, 잣, 실은행, 실호도
	양념	간장, 후추가루, 참기름, 밀가루, 깨소금, 소금		간장, 후추가루, 참기름, 밀가루, 깨소금, 소금	간장, 후추가루, 참기름, 밀가루, 파, 깨소금, 소금
10. 고제탕	주재료	배골, 우내심육, 부아, 곤자소니, 대장, 무, 오이, 미나리		배골, 우내심육, 부아, 곤자소니, 대장, 무, 오이, 미나리	
	부재료	전복, 해삼, 표고, 계란, 잣		전복, 해삼, 표고, 계란, 잣	
	양념	간장, 후추가루, 참기름, 녹말, 파, 깨소금		간장, 후추가루, 참기름, 녹말, 파, 깨소금	
11. 임수탕	주재료	우둔, 양, 곤자소니, 부아, 배골, 오이, 표고, 미나리, 계란, 전복, 해삼, 잣			
	부재료				
	양념	녹말, 밀가루, 깨소금, 후추가루, 참기름, 간장, 소금			

표 7. 냉국의 종류와 재료

종 류	재 료	조선무쌍신식요리제법 (1924년)	조선요리제법 (1939년)	한국의 맛 (1988년)
1. 오이냉국	주재료	오이	오이	오이
	부재료	파	파	쇠고기, 다홍고추
	양념	간장, 식초, 고춧가루	간장, 식초, 고춧가루	간장, 식초, 갓은양념
2. 미역냉국	주재료	미역	미역	미역
	부재료	쇠고기, 파	쇠고기	쇠고기
	양념	간장, 식초	간장, 후추, 깨소금, 식초, 고춧 가루	간장, 식초, 갓은양념
3. 임자수탕	주재료			닭, 깨
	부재료			오이, 표고, 계란, 완자, 배, 잣
	양념			소금, 생강, 파, 갓은양념
4. 깨국탕	주재료			참깨
	부재료			쇠고기, 전복, 해삼, 잣
	양념			소금, 갓은양념
5. 김냉국	주재료	김	김	
	부재료	쇠고기, 파	쇠고기, 파	
	양념	기름, 간장, 식초, 고춧가루	기름, 간장, 식초, 고춧가루	

VI. 결론 및 요약

1. 국은 밥을 보완하는 제일의 부식으로써 중요한 위치를 차지하고 있으며 밥과 찬물의 영양상 부족한 부분을 국이 상호 보완할 수 있는 음식이다.
2. 국은 조리법에 따라 소금, 간장, 젓갈 등으로 간을 하여 맑게 한 맑은 장국, 찹뜨물에 된장이나 고추장으로 간을 하여 국물을 탁하게 끓인 토장국, 주로 육류를 주재료로 하여 약한 불에 장시간 끓여내는 고음국, 여름철에 시원하게 먹는 냉국으로 분류할 수 있다.
3. 국의 용어는 확, 갱, 탕 등으로 불리어졌으나 현재는 확은 없어지고 국, 탕, 갱으로 쓰이고 탕은 약이성 음료와 제물용 국에 사용되고 있다.
4. 국의 역사는 숟가락의 사용과 함께 이해되어야 하고 국은 단순한 끓이는 조리법으로써 토기에서도 가능하므로 상고시대 때 이미 존재하였을 것으로 추정되며 문헌상으로는 통일신라시대에 나타난다.
5. 조선시대와 근대까지의 일반 조리서 8권과 궁중의례 13권에 수록된 국의 내용을 비교 분석한 결과는 다음과 같다.

- 1) 일반조리서에 수록된 국의 종류는 맑은 장국 35종, 토장국 20종, 고음국 25종, 냉국 5종으로 총 85종류이며, 궁중의례에는 고음국 20종(양탕과 잡탕은 일반조리서와 중복)이 수록되어 있다.
- 2) 맑은 장국의 경우 조선시대(14종) 조리서에 비해 근대 조리서(27종)에 약 배가 더 많이 수록되어 있다.
- 3) 토장국의 경우 조선시대 조리서에는 9종, 근대 조리서에는 13종이 기록되어 있어 역시 근대 이후 조리서에 다양한 종류의 국이 나타난다.
- 4) 고음국은 조선시대 조리서에서는 5종, 근대 조리서에서는 22종으로 월등하게 많이 기록되어 있다. 궁중의례에 나타난 고음국은 20종이다. 일반인들은 고음국의 재료인 육류가 귀하여 조선시대에는 고음국의 비율이 낮은 것으로 생각되어진다. 고음국에 사용된 재료는 궁중 고음국에서는 10가지 이상의 주재료를 위시하여 다양한 부재료와 양념 등 사용된 재료는 무려 20~30종 이상이 된다. 일반 고음국에서는 재료가 궁중법에 비하여 훨씬 간단하다는 것을 알 수 있다.
- 5) 냉국의 경우 근대 이후 조리서에만 5종 기록되어 있다. 그러나 냉국의 재료인 오이, 미역 등 재료를 일찍부터

식용해 왔으며, 고려시대 이규보의 동국이상국집에서도 냉국의 기록이 있는 것으로 미루어 일찍부터 상용화된 여름철의 국으로 보이거나 조선시대 조리서에는 나타나지 않고 근대이후 조리서에만 기록되어있다.

- 6) 국의 종류와 다양성은 특히 고음국의 경우 조선시대에 비하여 현재에는 현저하게 줄어들었는 것을 알 수 있었다.

VII. 문 헌

1. 정양완 역(1987) : 빙허각 이씨 원저(1815년경) : 규합총서. 보진제.
2. 윤서석(1999) : 우리나라의 식생활문화의 역사. 신광출판사 pp65-87.
3. 한복려(1990) : 한국의 밥상. 궁중음식연구원.
4. 이규태(1994) : 한국인의 생활구조-음식이야기. 기린원. pp56-57.
5. 윤숙경(1998)역, 김수원 저(1500년대초) : 국역 수운잡방. 신광출판사.
6. 황혜성역주(1985) : 음식디미방 영인본-해설편. 궁중음식연구원.
7. 김성미외 역(2003) : 국역 증보산림경제. 신광출판사.
8. 윤숙경 (1998)역, 찬자미상(1800년대 중엽) : 국역 주찬. 신광출판사.
9. 이용기(1924) : 조선무쌍신식요리제법. 영창서간.
10. 방신영(1939) : 조선요리제법. 한성도서주식회사.
11. 강인희(1988) : 한국의 맛. 대한교과서주식회사.
12. 강인희(1990) : 한국식생활사. 삼영사. pp56-57.
13. 김부식 원저 이병도 역주 : 삼국사기. 상 p304. 하 p334.
14. 강인희(1990) : 한국식생활사. 삼영사. p165.
15. 윤서석(1995) : 한국의 자연과 식생활. 한국식생활 문화학회 춘계학술 심포지움.
16. 윤서석(1993) : 한국식생활의 통사적 고찰. 한국식생활문화학회지. 8권 2호. pp201-216.
17. 石毛直道(1986) : 식문화연구의 전망과 과제. 한국식생활문화학회지. 1권 1호.
18. 조창숙외(1999) : 국. 한국음식대관. 한림출판사. pp163-165.
19. 구천서(1995) : 세계 식생활 문화. 향문사. pp331-335.
20. 김상보, 한복진, 이성우(1990) : 원행을묘정리의궤 중 조리면에서 본 반과상고. 한국식생활문화학회지. 5권 1호. pp1-41.
21. 유충열(1988) : 탕과 『다시』의 문화. 한국식생활문화학회지. 3권 3호 pp259-273.
22. 이성우(1985) : 한국요리문화사. 교문사. pp100-118.
23. 이성우(1992) : 한국식생활의 역사. 수학사. p108.
24. 이성우(1982) : 조선시대조리서의 분석적 연구. 한국정신문화연구소. pp6-21.
25. 이효지(1998) : 한국음식문화. 신광출판사. pp186-199.
26. 이윤경, 전희정, 이효지(1992) : 토장국의 문헌적 분석 고찰. 한국식생활문화학회지. 7권 1호. pp81-90.
27. 이윤경, 전희정, 이효지(1992) : 고음국의 문헌적 분석 고찰. 한국식생활문화학회지. 7권 4호. pp339-362.
28. 류경림(1991) : 우리나라 우육조리법의 역사적 고찰 - 1945년 이전 -. 상명여자대학교대학원 석사학위 논문.
29. 정은정(1997) : 조리조건에 따른 쇠고기 국물의 맛 성분 변화에 대한 연구. 성신여자대학교 대학원 석사학위 논문.
30. 황혜성(1976) : 한국요리백과사전. 삼중당.
31. 이성우(1981) : 한국식경대전. 향문사.
32. 강인희, 이경복(1984) : 한국식생활풍속. 삼영사.
33. 이효지(1985) : 조선왕조 궁중연회음식의 분석적 연구. 수학사.