

『증보산림경제』의 장류(醬類) 조리 가공에 관한 연구

김 성 미^{1†} · 이 춘 자²

¹계명대학교 식품영양학과
²이화여자대학교 식품영양학과

A Study on Manufacturing of Korean Sauce Described in "Jeungbosallimyeongje"

Sung-Mee Kim^{1†} and Choon-Ja Lee²

¹Dept. of Food and Nutrition, Keimyung University, Taegu 704-701, Korea
²Dept. of Food and Nutrition, Ewha Womans University, Seoul 120-750, Korea

Abstract

The "Jeungbosallimyeongje" was literature reviewed about the manufacture of Korean sauces. Furthermore, in order to investigate the changes made by time period, other literatures, "Eumsigdimibang(1670s)", "Sallimyeongje(1715)", "Gyuhapchongseo(1815)" and "Choson-mussangyorijebeop(1930)", were compared. The ingredients mentioned included soy beans, flour, barley, elm trees, red beans and blue beans, etc. In addition, the shapes and sizes of dried soybean paste brick were varied. "Manchojang", which designated the kind of hot pepper paste, appeared in this book for the first time. During its manufacturing process, it was characteristic to add dried bean paste, sea kelp and fish to produce a novel and higher quality product. From the above mentioned books, we found out that Koreans used only the soybeans and Chinese a mixture of buckwheat, flour and barley in addition to soybeans to make their traditional sauces. According to the "Gyuhapchongseo", there was a slight difference in ingredients to add for the manufacture of fish sauce, but the manufacturing methods and the one year period needed for maturing the ingredients were the same. However, in the "Chosonmussanginsikyribeop", fish sauce and meat sauce were classified separately and their manufacturing methods were different as well. In conclusion, the ingredients of used for the sauces recorded in "Jeungbosallimyeongje" were various and at first hot pepper sauce made from "Manchojang" appeared and additionally red peppers were added to five kinds of Korean paste and red pepper powder were added to two kinds of Korean paste. The manufacturing method of the sauces changed according to time period, for example, only soybean has been used in Korean traditional sauces and other ingredients used as for Chinese ones eventually disappeared.

Key words : Korean paste(DyenJang), Korean sauce(GanJang), Jang' word.

서 론

여러 민족은 오랜 세월을 걸쳐 그들이 살고 있는 기후·풍토 등의 조건과 거기에 맞는 그 민족 고유의 전통적인 식품 재료를 이용하여, 조리가공법을 개발하면서 독특한 음식문화를 형성하여 왔다. 우리 나라의 가장 전통적인 가공 음식을 들자면, 이미 세계가 인정하고 있는 김치와 장류라 할 수 있겠다. 장류는 "醬은 將"이라는 표현처럼 그 집의 장맛이 좋지 않으면 아무리 좋은 채소와 양질의 고기가 있다하더라도 조리할 수 없다고 본 책에서 적고 있다. "집안이 망하려면 장맛

부터 변한다."는 우리 나라의 속담 한 구절에서도 한 집안의 흥망을 가늠할 정도로 장맛을 중요시했음을 알 수 있다. 서양 사회의 음식에서 짠맛을 내는 것은 소금에 한정되어 왔으나 우리 나라에서는 이 소금을 이용하여 콩의 아미노산이 첨가된 장(醬)이라는 또 하나의 짠맛을 개발하여 온 점은 우리 조상들의 슬기와 지혜라 아니할 수 없다. 곡류를 중심으로 한 농경사회의 식생활패턴에서 부족되는 단백질을 보충하는 급원인 콩 제품의 가공·이용은 한국인의 영양균형에 크게 기여한 것으로 보인다.

거듭 말하자면 콩 문화의 원산지인 우리 나라에서 우리 조상들은 콩을 이용한 전통발효식품의 식품문화를 우리에게 남겼다. 또한 기후 등 자 환경적인 요소로도 자연발효에 유리하여 소금을 이용한 장류 식품을 개발, 발전시켜왔다. 간장,

[†]Corresponding author : Sung-Mee Kim, Tel: 053-580-5871,
E-mail: smkim@kmu.ac.kr

청국장, 고추장은 대표적인 전통 장류 식품이다. 최근 이러한 전통 장류 식품이 건강과 관련하여 좋은 기능을 하는 것으로 알려져 있다.

이에 증보산림경제의 장류 조리가공에 대하여 연구하고, 나아가 시대적 변천을 가늠해 보기 위하여 음식디미방(1670년대), 산림경제(1715년), 규합총서(1815년경), 조선무쌍신식요리제법(1930년)을 선택하여 증보산림경제와 비교 분석하였다. 이를 통해 우리 선조들이 우리에게 남긴 전통식품의 과학성을 찾고, 나아가 현재 획일적으로 사용되고 있는 장류 조리가공방법으로 인해 전통적인 맛이 달라지고 있어, 고 조리서의 연구를 통해 옛 맛을 재현할 수 있는 자료가 되고자 한다.

서지(書誌)

증보산림경제는 영조 42년(1766) 유중림(柳重臨)에 의해 편찬된 한문 필사본으로 조선시대의 식생활문화를 가늠해 볼 수 있는 귀중한 고식품서(古食品書)이다. 영남대본, 규장각본 A,B, 서울대본, 경북대본, 성균관본, 일본 東洋文庫本, 국립중앙도서관본, 연세대본, 일본 京都大學 富士川本 등이 있다. 영남대본은 사본 16권 12책으로서 31×20 cm, 半葉 매면 11행 행당 19자이며, 규장각A, 서울대본, 경북대본은 각 16권 8책으로 구성되어 있으며, 규장각본 B와 일본 東洋文庫本은 16권 12책으로, 성균관대본은 14권 8책으로 되어 있다. 또 국립중앙도서관본, 연세대본, 일본 京都大學 富士川本은 16권 11책이다(이성우 1981).

내 용

증보 산림경제의 목록은 연세대본의 경우, 권1 卜居, 권2 治農, 권3 種樹, 권4 養花, 권5 養蠶, 권6 牧養, 治圃, 권7 攝生, 種德, 권8~9 治膳, 권10 救荒, 辟瘟, 辟蟲, 권11~12 家政, 권13 求嗣, 養兒, 권14 救急, 권15 四時纂要, 田家占候, 選擇, 권16 雜方, 格物, 稭經 등이다. 이 중 치선의 내용은 음식 만드

는 법 상하로 구성되어 있다. 상권에는 과실저장법, 채소저장법, 밥·죽류, 떡·면류, 다당류, 전유밀과·전밀과채·이당류, 채소류, 장류, 장 담그는 법, 초를 만드는 법, 고기를 조리하는 법 등이 수록되어 있으며, 하권에는 생선류, 술 만드는 법, 음식의 금기, 추가 및 잡방 등이 수록되어 있다. 본고에서는 그 중 장류(醬諸品)의 조리가공학적 방법에 대한 분석과 고찰을 하고자 한다.

장류(醬類)에는 장 담그는 길일로 시작하여 장 담글 때 별레가 생기지 않게 하는 법, 향아리를 준비하는 법, 도료를 바르는 법, 물 고르는 법, 소금의 품질, 메주 띄우는 법, 별장법(別醬法), 장 담그는 법, 장 담글 때 여러 재료를 섞는 법, 장 담글 때 피해야 할 점, 장독을 잘 두는 법, 맑은 장을 뜨는 법, 장이 맛을 잃었을 때 되살리는 법, 생선과 고리를 넣어 장 담그는 법, 생황장법(生黃醬法), 숙황장법(熟黃醬法), 밀가루로 장 담그는 법, 보리로 장 담그는 법, 느릅나무 열매로 장 담그는 법, 팔로 장 담그는 법, 청태 콩으로 장 담그는 법, 장을 빨리 만드는 법, 맑은 장을 빨리 만드는 법, 고추장 만드는 법, 고추장을 빨리 만드는 법, 즈장(汁醬)의 메주를 만드는 법, 여름철에 즈장 담그는 법, 전시장(煎豉醬)을 만드는 법, 청태전시장법(靑太煎豉醬法), 달걀장법(鷄卵醬法), 장을 부는 법, 장을 달이는 법, 장 떡 만드는 법, 담수장법(淡水醬法), 천리장법(千里醬法) 등이 설명되어 있다.

조리가공학적 분석 및 고찰

1. 장류(醬類)의 조리가공방법

생황장·숙황장·면장·대백장·유인장·소두장·청태장에 대한 조리가공학적 방법은 표 1에 제시하였다. 생황장은 누런 콩이나 검정콩을 삶아 식힌 후 밀가루를 섞어 보릿짚과 도꼬마리 잎으로 덮어 발효시킨다. 사흘 후에 벌에 쪼여 말리며 메주 1근당 소금 4냥의 비율로 정화수로 소금물을 만들어 부으며, 객물이 들어가지 않게 한다. 밀가루가 많을수록, 벌에 많이 쪼일수록 장맛이 좋다고 기록되고 있다. 띄우

표 1. 諸醬造法

醬 種 類	豉 材 料	豉 形 態	醱 酵 源	造 醬 比 率	備 考
生黃醬	黃黑豆·白麪		麥稈, 蒼耳葉	黃子一斤·鹽四兩·水	白麪拌勻 在蘆席上
熟黃醬	豆末一斗·麪一二斗	片	麥稈, 蒼耳葉	黃子一斤·鹽五兩·水	豆末·麪 和勻 蒸熟
麵醬	白麪	一指厚片子	楮葉·蒼耳葉·稈	黃子一斤·鹽四兩·水	用貫衆
大麥醬	黑豆五斗·大麥麪百斤	大片	楮葉	黃子一斗·鹽二斤·水八升	揀日惑火日下之
榆仁醬	榆仁		蓼汁	榆仁一升·麪麪四斤·鹽一升·水	榆仁處理七次
小豆醬	大豆·小豆			小豆黃子一斗·熟豆十斗·鹽四兩·水	每日攪晒過 七日後可食
靑太醬	靑太	柄	太葉 惑 檳葉	如常法	以檳葉箇裏之 以藥稈縛之 入空石中

는 계절도 삼복을 택하고 있어 온돌에서 띄웠던 그 이전의 방법에 비하여 발전된 형태라 볼 수 있다. 속황장은 콩을 볶아 익힌 다음 가루로 만들어 콩가루 1말, 밀가루 1~2말을 섞고 끓는 물을 부어 반죽한 다음, 잘라서 편을 만들고 폭 썰낸다. 이들을 명석 위에 펼쳐 두고 보리 짚과 도꼬마리 잎을 덮어두어 곰팡이가 피면別に 짝여 말린 후, 메주 1근당 소금 5냥을 섞고 정화수를 부어別に 짝여 쪄낸다. 본 속황장은 산림경제에서는 「每豆末二斗入湯和勻」으로 기록되어 밀가루를 섞는 것이 빠져 있으나 본서에서는 「每豆末一斗 麪一斗」로 기록되어 있어 산림경제를 증보하면서 누락된 부분은 수정하고 있음을 볼 수 있다. 고사십이집(1787)에서는 황숙장이라는 이름으로 역시 증보산림경제와 동일한 제법이 소개되고 있다. 위의 생황장은 익히지 않은 밀가루를 사용하고, 속황장은 밀가루를 섞어 끓는 물을 부어 반죽한 다음 편을 만들어 폭 썰낸다(蒸熟). 생황장은 삶은 콩을 식혀서 흰 밀가루를 섞어 반죽하여 익히지 않고 곰팡이가 슬게 하는 방법이고, 속황장은 콩을 먼저 볶아 가루 낸 다음 밀가루를 섞은 후 쪄내는 점이 생황장과 구별되고 있다. 생황장은 메주 1근당 소금 4냥, 속황장은 메주 1근당 소금 5냥의 비율로 기록된 것이 특징이다.

면장(麪醬)은 흰 밀가루를 반죽하여 손가락 굵기의 조각을 만들어 대바구니 안에서 폭 익힌 다음別に 짝여 말린다. 그리고 나서 닳나무 잎, 도꼬마리 잎 혹은 보릿짚 등으로 덮어 곰팡이가 고르게 필 때까지 둔 후別に 짝여 말려 곰팡이를 닦아내고 빵아 메주 1근 당 소금 4냥을 섞어 끓여서 소금물을 만들어 붓는다. 또는 면마를 끓여 소금물을 만들어 넣기도 한다. 이때 사용되는 면마는 관중(貫衆)의 근경과 엽기(葉基)를 말린 것으로 구충작용과 항균작용이 뚜렷하여(약품식물학연구회저 1991) 장의 부패를 방지하여 주었음을 알 수 있다. 이 면장에서 메주를 만든 후 그 위에 편 곰팡이를 닦아내고 빵도록 기록되고 있는 점은 아프리카톡신의 오염을 방지할 수 있는 매우 과학적인 방법으로 생각된다. 우리나라의 장류는 대부분 콩을 이용하고 있으나 이 면장에서는 콩이 전혀 들어가지 않고 흰 밀가루만으로 메주를 만들고 있다. 대맥장(大麥醬)은 검정콩 5말을 볶아 익힌 다음 물에 반나절 동안 담가둔다. 담근 물과 함께 삶아 식혀, 보릿가루 100근과 골고루 섞은 뒤에 체에 쳐서 거친 보릿가루를 걸러낸다. 검정 콩 삶은 물과 섞어 반죽하여 큰 조각으로 잘라 시루에 다시 폭 쪄낸다. 이들을 식혀 닳나무 잎사귀로 덮어 곰팡이가 피면 다시別に 짝여 쪄낸다. 메주 1말에 소금 2근, 정화수 8되로 소금물을 만들어 향아리에 넣고別に 짝여 쪄낸다. 콩과 보

릿가루를 1:2로 섞어 메주를 만들고 메주의 크기는 큰 조각으로 하며, 발효원으로는 닳나무를 이용하고 있다. 대맥장의 제법은 산림경제·증보산림경제·고사십이집 등의 조리서에 동일한 방법으로 기록되고 있다. 「每黃子一斗用鹽二斤并華水八升化鹽入缸晒之」로 되어 있어 「和鹽入缸」이 혼란스러운데 산림경제가 인용한 거가필용에서는 「和鹽水入缸」으로 「소금 2되를 정화수 8되로 소금물을 만들어 향아리에 넣는다」로 그 뜻이 분명하다. 이 방법은 1943년 조선요리제법에까지 이어져 오고 있다(Kim 1993).

유인장(楡仁醬)은 유인 열매(느릅나무 열매)를 물에 담가 두었다가, 비벼서 뜨는 껍질을 버리고 다시 삼배자루에 담가 물에 넣고 불린 다음 주물러 점액을 제거하고 매달아 말린다. 그런 다음 여뀌¹⁾ 즙을 넣고 골고루 개어서別に 짝여 말리는데 이렇게 7차례 한다. 유인 열매 한 되 당 발효가 잘 된 밀누룩(麪麴) 4근과, 소금 한 되를 섞어 일반적인 방법으로 장을 담근다. 유인장에서 콩은 재료로 사용되지 않고 유인에서 전분을 취하여 밀 누룩을 첨가하여 발효시키고 있다. 이 유인장은 거가필용에서 인용하고 있는 산림경제의 제법과 동일하며 본서 이후의 조리서인 고사십이집에서도 동일한 제법이 기록되고 있다.

청태장(靑太醬)은 청태 콩의 껍질을 벗긴 다음 시루에 쪄서 반죽하여 칼자루 만하게 만든다. 이를 콩잎으로 덮어두어 곰팡이가 피면別に 짝여 말렸다가 일반적인 방법으로 장을 담근다. 또는 발효원으로 떡갈나무 잎사귀로 하나하나 싸서 지푸라기로 묶어 빈 가마니에 속에 넣어 띄우기도 하는데, 이때에는 떡갈나무, 지푸라기, 가마니 등이 발효에 도움을 주고 있다.

위의 여러 방법들에서 발효원을 제공하는 엄개물(掩蓋物)로서 닳나무, 빵나무, 짚 등이 다양하게 사용되고 있으며, 숙성을 위한 보온으로는 말뚝, 왕겨, 가마니(짚) 등이 이용되고 있다.

2. 장을 빨리 만드는 법(急造醬法)

메주를 물에 몇 일간 담가 두었다가 장을 담근다. 장이 담긴 향아리를 땅에 묻어 왕겨, 쪽정어, 보리 까끄라기 따위로 불을 피운다. 불이 쉽게 꺼지지 않고 왕겨 속으로 계속 타 들어가서 10일쯤 되면 장이 완성된다. 온도를 높여 줌으로서 발효가 빠르게 일어나도록 하고 있다. 또 다른 방법으로는 콩 1말과 밀 5되를 볶아 잘게 빻은 다음, 함께 섞어서 색깔이 누렇게 될 때까지 말린다. 끓인 물에 소금을 타서 양지 바른 곳에 놓아두고 자주 저어 주면 7일 만에 장이 완성된다. 이 방

1) 여뀌는 마디풀과(Polygonaceae)에 속하는 한해살이 풀로서 잎은 맛이 매우므로 조미료로 쓰이며, 이와 같이 여뀌 즙을 넣어 반죽하여 띄운 누룩을 여뀌 누룩(蓼麴)이라 하기도 한다.

법에서는 발효원을 별도로 덮거나 첨가하지 않고 자연에 존재하는 미생물을 이용하고 있다. 잘게 빻고, 소금물에 담근 후 자주 저어 줌으로서 미생물과의 접촉면적을 늘여주고, 양지에 돔으로서 온도를 높여 발효가 잘 일어나도록 하고 있다. 또 한 방법으로는 콩 1말을 폭 삶고, 누룩 3되와 소금 4홉을 짚어 항아리에 담고 봉한 뒤 벌을 쪼이면 맛이 좋다고 적고 있다(표 2).

청장(淸醬)을 빨리 만들기 위하여서는 볶아 말린 소금 7홉과 밀가루 8홉을 섞어 다시 볶은 다음, 묵은 된장(陳甘醬) 3홉, 물 6사발을 넣어 4사발이 되도록 조리면 맛이 좋다. 이는 된장으로 청장을 빨리 만드는 방법이다(표 2). 또 한 방법으로는 해가 지난 찐 굴젓 즙 한 되를 반쯤 줄도록 조리면 좋은 장이 되어 원래의 장과 다를 게 없다. 이는 굴에 함유된 아미노산 맛을 이용함으로써 콩의 분해로 생성된 아미노산의 맛을 대신하는 것으로 생각된다.

3. 고추장 만드는 법(造蠻椒醬法)

콩으로 만든 메주가루 1말 당 고춧가루 3홉, 찹쌀가루 1되의 비율로 하여 좋은 청장(淸醬)을 타서 잘 개어 걸쭉하게 만들어 항아리에 넣고 벌을 쪼인다. 시속의 방법으로는 그 안에 깨 볶은 가루 5홉을 넣는다. 그렇게 하면 기름기가 생기고 텁텁하여 좋지 않고, 또 찹쌀가루를 많이 넣으면 맛이 시어져 좋지 않으며 고춧가루를 지나치게 많이 넣어도 너무 매워 좋지 않다. 다른 방법으로는 콩 1말로 두부를 만들어 꼭 짜서 물기를 제거하고 여러 재료들과 함께 버무려 숙성시킨다. 또는 생선을 말려 머리와 비늘을 제거한 뒤, 조각으로 잘라 곤포, 다시마 따위를 함께 넣어 숙성시킨다. 또, 고춧가루 대신에 천초를 사용하기도 한다(표 3).

고추장(蠻椒醬)은 본서에서 처음 등장하고 있으며, 현재의 방법과 상이한 점은 버물털 적에 소금물을 넣어도 좋으나 청장을 타는 것이 가장 좋다고 하고 있으며, 청장으로 걸쭉하고 적절한 점도를 유지하는 것이라고 하겠다. 또 장은 숙성과정에서 콩단백질이 분해되면서 우러나는 구수한 맛을 지녀 소금대신 청장을 사용하면 맛도 향상시킬 뿐 아니라 색도 고투(진해)지는 잇점이 있어 요즘도 널리 쓰이는 방법이다. 고

표 2. 急造醬法 및 急造淸醬法

種 類	材 料 및 造 法	備 考
醬 1)	取末醬沈溫水 依常法 沈醬瓿內 搗實糠粃麥芒之 即以火燒	
2)	大豆一斗 眞麥五升 鹽六升湯水 七日成醬 置受陽處	
3)	大豆一斗 曲子三升 鹽四合	
淸醬	眞末八合 炒鹽七合 甘醬三合 水六鉢 煎至四鉢	

표 3. 造蠻椒醬法과 急造蠻椒醬法

種 類	材 料 및 造 法	備 考
蠻椒醬 1)	大豆一斗 · 蠻椒末三合 · 糯米末一升淸醬 芝麻炒末五合	
2)	豆腐(大豆一斗)絞去水氣 並諸材料同打	不用蠻椒 惑代川椒
3)	乾魚去頭鱗 切作片 又 昆布多絲麻之屬 同入待熟	
急造蠻椒醬	大豆一斗炒黃 密布於藁席中 炒豆末三升 成七日可食 一斗當 蠻椒末三合	

추장 제조 시 물기를 거둔 두부와 다시마, 말린 생선 등을 첨가하여 새롭고 좋은 품질의 제품을 추구하였다는 것이 특징이다. 전하는 바에 의하면 근대까지 전남대흥사에서는 물기를 짠 두부를 자루에 넣어 고추장에 담구었다고 한다(이춘자 1987). 또 현대에도 고추장에 굴비를 넣어 숙성시키는 방법은 상품화되어 시판되고 있기도 하다. 이러한 예는 본서에 기록되고 있는 방법이 계승되고 있었음을 보여주는 한 단면이다. 한편 고추대신 천초를 사용하기도 한다는 기록은 우리나라에 고추가 유입되기 전에 천초를 사용한 매운 된장(고추장의 전신인 椒豉)의 흔적을 찾아볼 수 좋은 예라고 할 수 있다. 이것은 도문대작(1611)에 보이는 초시일 것으로 생각되며 또한 태조 이성계의 순창 고추장의 유래도 고추의 유입시기를 적용하여 볼 때 바로 이 초시였음을 짐작할 수 있다.

오늘날의 고추장의 시조격이라 할 수 있는 만초장(蠻椒醬)은 본서에서 처음 등장하고 있다. 고추는 임진왜란(1592~1598년) 후에 호박, 담배와 함께 일본으로부터 도래한 것으로 알려져 있어 고추장은 그 이후에 제조되었을 것으로 짐작된다.

고추장은 녹말이 가수분해되어 생성된 당분의 단맛, 메주콩의 단백질의 가수분해로 생긴 아미노산의 구수한 맛, 고춧가루 중의 캡사이신에 의한 매운 맛 그리고 짠맛이 잘 조화되어 고추장 특유의 맛을 내게 한다. 고추장은 된장에 사용하는 콩의 일부를 전분질 원료로 바꾸기 때문에 된장과 비교할 때 단백질 함량이 적은 대신, 당분이 많은 것이 특징이라고 할 수 있다(이서래 1986). 고춧가루의 양을 보면 메주가루에 대하여 본서에서 용량비 약 3%, 규합총서에서는 약 6%, 오늘날 증량비 약 20%인 것에 비하면 시대와 더불어 혀의 매운 맛 내성이 크게 증가하였음을 알 수 있다(이한창 1999).

고추장을 빨리 만드는 법으로는 콩 1말을 누렇게 될 때까지 볶아 껍질을 벗겨내고 물에 끓여 폭 익힌 뒤 걸러 즙을 버린다. 그것을 벗가마니 안에 퍼서 3일 동안 온돌에 두어 곰팡이가 피면 볶은 콩가루 3되와 함께 절구 속에 넣어 짚은 뒤에 꺼낸다. 1말 당 고춧가루 3홉의 비율로 하여 소금물을 타서 걸쭉한 떡을 만든 다음 항아리에 넣어 벌을 쪼이면 7일 쯤 지

나 먹을 수 있고, 보름쯤 지나면 더욱 좋다.

이 방법에서는 벗가마니 속에서 3일만에 메주가 되는데, 이는 삶은 콩에 물기가 많으며, 또 뭉치지 않은 날 콩이기 때문에 미생물과의 접촉면적이 넓고 또 따뜻한 온돌 위에서 벗가마니에 부착되어 있는 발효원을 이용하고 있음으로 하여 메주가 빠르게 뜨게 되었다고 본다.

4. 즈장법(汁醬法)

즈장의 메주 만드는 법은 표 4에 나타나 있다. 밀기울 2말, 콩 1말을 담가 흠뻑 불린 다음, 밀기울과 함께 곱게 찼고 꼭 짜낸다. 손으로 주물러 동그랗게 만든다. 닥나무 잎을 덮어 띄운 다음 곰팡이가 피면 꺼내어 별을 쪼여 말린다. 즈장을 담글 때는 메주가루 1말, 물 3되, 소금 3홉과 함께 섞어 독 안에 넣고 주둥이를 봉한 후 말뚝 속에 묻어 두면 7일 쯤 지나면 쓸 수 있다. 또는 왕겨 불 속에 묻어 두면 14일 지나 쓸 수 있다.

여름철에 즈장 담그는 법(夏節汁醬法)은 맛이 좋은 된장 한 사발과 밀기울 4홉을 함께 섞고, 별도로 오이를 깨끗이 씻어 수건으로 닦아 말린 다음 장과 밀기울과 서로 간격을 두어 항아리 안에 넣고 방금 나온 말뚝 속에 묻어 두면 14일 지나 쓸 수 있다.

다른 방법으로는 품질이 좋은 메주를 가루로 빻고 체로 걸러 낸 것과 맛있는 감청장 한 사발과 엿기름가루 반 홉 남짓을(많으면 맛이 달아 좋지 않다) 함께 개어 진하게 반죽하고 오이와 가지(물기가 적은 것을 써야 한다)와 동아(손바닥만한 크기로 편을 만들어 길쭉질과 속은 제거한다)를 깨끗이 씻고 수건으로 닦아 말려 항아리에 함께 넣은 다음 이전의 방법대로 덮개를 봉한다. 생풀을 많이 베어 땅 위에 쌓아

둔 뒤에 풀 속을 헤집고서 항아리를 그 속에 묻어두고 그대로 풀을 두텁게 덮어놓으면 자연스럽게 숙성된다. 그러나 일정한 온도를 유지하기 위하여 한낮에는 냉수를 풀 위에 붓고 거적 따위로 덮어준다. 14일 지나면 꺼내어 쓸 수 있다(표 4).

5. 전시장 만드는 법(煎豉醬法 일명 戰國醬法) · 청태전 시장 및 수시장법(水豉醬法)

표 5에 전시장 · 청태전시장 · 수시장법의 재료와 만드는 법을 제시하였다. 전시장은 햇콩 한 말을 깨끗이 씻어 꼭 삶아 꺼내어 거적에 싸서 온돌에 3일간 두어 곰팡이가 생기면 꺼낸다. 별도로 콩 5되를 볶아 껍질을 벗기고 가루로 빻아 거적 속에서 꼭 띄운 다음 절구 안에 넣고 빻아서 가루로 만든다. 그런 다음 약간의 소금을 절구 안에 함께 넣어 물을 뿌리고 찼으면서 자주 맛을 보아 맛이 약간 싱거워야지 짜게

표 5. 煎豉醬 · 靑太煎豉醬 및 水豉醬 만드는 법

種 類	材 料 및 造 法	備 考
煎豉醬	麩製造: 大豆一豆 煮爛 取藁席中 與茄瓜冬瓜片蘿蔔 大豆五升作末 取藁席中 加鹽若干	根 相間納於陶缸中
靑太煎豉醬	麩製造: 大豆一斗 煮爛 取藁席中 靑太二斗作末 取藁席中 加新蠻椒	太已煮熟 去椒不用
水豉醬 1)	大豆炒令微赤 釜中爛煮 漉出其汁 欲加蠻椒 須於烹豆 留貯淨缸 取爛豆 以藁席包之 治於 時入之 溫突中 待二三日生絲 以留汁灌下 又烹之	
	2) 取蒸鬱生絲太 攤乾於熱突 惑日中 加鹽食之亦好 貯紙囊 冷水烹之	
	3) 取蒸鬱生絲太 加鹽爛搗 貯磁缸中 每朝夕 以匙挑出 與甘醬等 分作菜羹	

표 4. 造汁醬麩法과 夏節汁醬法

種 類	醬麩 材 料 및 形 態	醱 酵 源	醱 酵 補 助 物	醬 材 料 比 率	備 考
汁醬 1)	小麥麩二斗, 太一斗, 作團	楮葉	馬糞	麩末一斗, 水三升. 鹽三合	埋馬糞中七日用 埋糠火 14日用
	2) 小麥麩三升, 太一斗		馬糞	豉一斗, 鹽一鍾子, 清醬一鍾子, 芝麻末五合	馬糞多而若善蒸 必以冷水 時時灑灌
	3) 小麥麩三斗 大豆一斗, 作柄	藁	馬糞	豉末一, 鹽三合	缸小者14日出 大甕21日方出
4)	小麥麩, 太, 作團	桑葉	馬糞, 乾草	豉末一斗. 鹽五合	若太蒸鬱七日出 若自然蒸14日出
全州方	麩米一斗炒 黃太豆五升炒 作末 米泔水和作團如胡桃大 甘清醬打稠 茄瓜拭乾 馬糞中埋之		楮葉 桑葉 藁之	生黃白衣 待其自乾 又作末	每三日 以溫水燒安缸處 如此9日 方出用
夏節汁醬 1)	甘醬一鉢 小麥麩四合和合 用靑瓜淨洗 以巾拭乾 與醬麩相離入缸 馬糞中埋之				惑埋靑草亦可
	2)	末醬作末 甘清醬一椀 麥芽末半合餘 用靑瓜茄子 冬瓜 以巾拭乾 裝入缸中 安缸於草中 自然蒸熟 若太 過 恐味損 以冷水燒於草上 加藁席之屬			14日出用

해서 안 된다. 곱게 찼어졌으면 꺼내어 가지와 오이, 동아 썰은 것과 무 뿌리 따위와 함께 서로 간격을 두어 질그릇으로 만든 독 안에 넣고 주둥이를 봉한 다음 곁에 진흙을 발라 왕 겹불 속에 묻어 두었다가 하룻밤 지나면 꺼내어 쓸 수 있다. 장이 만들어지면 고추를 넣어 먹는다(醬成 可蠻椒食)(표 5). 여기서 만초말(고추가루)인지 혹은 고추인지 혼란스러우나 고추장 만드는 법에서는 만초말로 기록되고 있으므로, 저자들의 비약적인 해석을 막고 원문에 충실한 국역이 되게 하기 위하여 다른 자료를 참고할 수 있을 때까지 만초말은 고춧가루로, 만초는 고추로 국역하기로 한다.

오늘날 청국장이라 불리는 제품으로 앞부분은 청국장 만드는 기본방법이 설명되어 있으며, 후반은 청국장에 부재료를 넣고 다시 숙성시켜 즈장의 형태와 장아찌 형태, 또 고추가루를 넣고 만드는 저장식품인 담복장이 복합적인 형태로 설명되어 있다. 부재료인 가지와 오이, 동아 등의 채소와 기타 재료를 혼합하는 방법은 즈장의 경우 흔히 볼수 있는 형태이며 이는 농가집성(1655) 사시찬요초(강희맹 편찬추정 성종대), 구황촬요(1554) 등에 도라지와 더덕 기타 재료를 첨가하여 즈장 등의 특수장을 만든 예에서도 살펴 볼 수 있다. 또 볶은 콩을 갈아넣어 고소한 향이 청국장의 독특한 냄새를 완화했을 것으로 보인다. 청국장은 장류 중에서 숙성기간이 짧은 것이 특징이며 숙성 중 *Bacillus subtilis*의 강력한 protease 생성으로 단백질분해가 신속히 일어난다. 제목에서 「전시장(煎豉醬)」이라 하고 괄호 속에 속칭 「전국장(戰國醬)」이라 한 것을 보면 그 시대에 민간에서 일반적으로 전국장이란 용어가 널리 쓰여져 오고 있음을 암시해 주고 있으며, 또한 그 이름

의 연유는 전쟁부식(戰爭副食)으로서 단기(短期) 숙성으로 만들어서 사용한데서 온 것이 아닌가 짐작된다(이서래 1986, 이성우 1984).

청태전시장(靑太煎豉醬)에서는 위의 전시장조법과 동일한 방법이며, 씨눈을 벗긴 햇 청태 2말을 사용한다. 콩을 삶을 때에 적당량의 햇 고추를 넣고, 콩이 푹 삶아지면 고추(만초)는 건져내고 먹지 않는다고 기록되고 있다.

수시장(水豉醬)은 콩을 볶아 껍질을 벗기고 푹 삶아, 거적으로 싸거나 큰 박 안에 담아 수건 10장으로 두껍게 싸서 온물에 두고 2~3일을 기다려 곰팡이가 피면 꺼내어 다시 콩 국물(처음 삶은 콩 국물)붓고 다시 삶는다. 싱거운 정도의 적당량 소금을 넣어 걸쭉하게 될 정도까지 삶아지면 사기 독에 넣어 둔다. 고추를 넣으려면 반드시 콩을 삶은 때에 넣어야 한다(欲可蠻椒)고 기록되고 있다.

6. 감청장 사용조법 및 육·어장법(肉·魚醬法)

감장과 청장의 사용 및 육류와 어류를 첨가한 장류는 표 6에 제시하였다.

1) 감청장 사용조법

(1) 장을 볶는 법(炒醬法)

쇠고기를 포 떠서 기름 장을 발라 바삭 구운 다음 가늘게 저며 가루를 만들어 거친 체로 걸러내고, 또 맛 좋은 감장을 체에 여과시켜 모래와 돌을 제거한다. 생강, 파, 후추, 천초 및 볶은 깨를 함께 넣어, 장 2푼에 고기 한 푼의 비율로 섞고

표 6. 감청장사용조법(甘淸醬使用造法) 및 육·어장법(肉·魚醬法)

種 類	材 料 및 造 法	備 考
炒醬法	牛肉細切作末一分 甘醬二分 薑蔥胡椒芝麻油蜜	要濕 不須極乾
醬餅法	甘醬 粘米末 油水打作餅 鼎蓋煮出方寸許	
鷄卵醬法	1) 鷄鵝鴨卵皮碎 皆成細紋 投淸醬缸中 晒之 2) 鷄卵八九個 昇熱急灌 搖碎之 投醃冷鹽湯中 十餘日投淸醬	月餘食之 若經年 味尤佳
千里醬法	甘淸醬一斗(縮至五升) 牛肉晒作末 慢火煎至如稠粥	若火急 醬焦失味
炙醬法	凡醬甕中 屢灌鹽水 多取淸醬 採諦得汁 和薑蔥川椒蠻椒之屬 與醬打勻 以油蜜 煮於火上	加炒芝麻亦好
淡水醬法	造末醬以圓 春初波塊 帶濕氣片破晒乾每三四升用溫水和淡鹽置溫房中 惑晒之	六七日熟 同菜食之 味新矣
魚肉醬法	1) 大豆淨淘 如法造末醬 另用肥牛肉十餘斤(獐羊兔肉亦可) 雉十首生鮮 略晒令無水氣 先以肉品安於甕底 次以肉魚品安之 又稚鷄安之 以必與末醬間 層排下 乃下鹽水如前方 而每末醬一斗 以鹽七升爲率 2) 獐肉或羊兔肉四斤 醬麴一斤半 搗細鹽一斤 用酒拌勻 如稠粥 小甕盛封十如日稠時再入酒 味淡時加鹽 用泥封固 日中晒之	1) 牛心·秀魚·道味魚廣魚·民魚·石魚·鰱魴魚·大口魚可 2) 蔥白·良薑川椒右件用酒拌勻
別醬	末醬作末 內入生牛肉 以利刀 爛搗如泥 以淸美醬和水 交合如稠粥 封以油紙 蓋以砂大樑 埋糠火中而燒之	加香油·生薑·蔥·蠻椒·胡椒·胡桃

기름과 꿀을 넣어 버무려서 질척하게 만든 뒤에 볶는다.

이는 된장에 쇠고기와 갖은 양념을 넣어 만든 된장을 이용한 또 하나의 부식으로, 쇠고기를 가루로 만들어 이용함으로써 저장성을 높인 가공식품으로 볼 수 있겠다.

(2) 장을 달이는 법(炙醬法)

맛이 싱거워 진 장 찌꺼기를 체로 걸러낸 즙에 생강, 파, 천초, 후추, 만초(고추) 등을 넣어 장과 버무려 기름과 꿀을 넣어 불에 달인다. 볶은 깨를 뿌리면 더욱 좋다.

음식재료가 넉넉하지 못한 시절에 장 찌꺼기에 적절한 재료들을 첨가하여 이용하고 있음을 볼 수 있다.

(3) 장 떡 만드는 법(醬餅法)

체로 맛 좋은 된장을 걸러서 참쌀가루 및 여러 재료들과 섞은 다음, 물과 기름을 타서 반죽하여 떡 모양을 만들고, 솥뚜껑에 구워 내서 1치 정도의 크기로 잘라서 먹는다.

이 장 떡은 오늘날에도 이용되고 있으며, 된장이 가진 단백질을 다른 재료로부터 오는 탄수화물, 지방 등과 함께 섭취할 수 있는 영양적으로 추천할 수 있는 매우 훌륭한 조리법이라고 할 수 있다. 즉 여러 영양소를 한 입에 먹음으로서 영양소의 동시성을 이용할 수 있는 조리법이기 때문인 것이다.

(4) 달걀장법

닭, 거위, 오리알을 큰 박 안에 담고 손으로 흔들어 알 껍질이 깨져 가늘게 굵이 가면 바로 맑은 장독 안에 넣고 햇볕에 쪄낸다. 또 다른 방법은 달걀 8~9개를 박 속에 넣고 팔팔 끓는 물을 가져다 뜨거운 상태로 급히 붓고 잠깐 있다가 위의 방법대로 흔들어 깨서 꺼낸 다음 매우 짠 소금물을 식혀이 속에 넣는다. 10일 정도 지난 뒤에 꺼내어 걸쭉질을 까고 다시 청장(淸醬)에 넣어두면 맛이 좋다.

(5) 천리장법

감청장(甘淸醬)을 약한 불에 반량이 되도록 졸여 삶은 쇠고기를 편육으로 저며 말려 가루를 만든 다음, 졸인 장속에 넣고 또 약한 불에 졸여 진한 죽처럼 한다.

(6) 담수장법

메주가루 3~4되에 싱거운 소금물을 만들어 숙성시킨 (6~7일)후 갖 따온 채소와 곁들여 먹는다.

2) 어육장법

손질한 육류와 어류를別に 말려 물기를 없애고 육류, 생선, 메주 등을 쪄켜이 놓는다.

메주 1말 당 소금 7되의 비율로 어·육장을 만들고 있다.

또한 다른 방법은 육류(노루고기, 양 혹은 토끼고기) 4근과 메주가루 1근 반은 빵고, 소금 1근과 잘게 썰은 파뿌리 한 주발, 양강과 천초 등을 술에 섞어 된 죽처럼 반죽하여 작은 항아리에 담고 봉한다. 10여 일이 지난 뒤 상태를 살펴보고아 된 듯 할 때에는 술을 다시 넣고 소금으로 간을 한다.

여기서 특이한 점은 술을 첨가하고 있다는 사실이다. 이는 아마도 부패를 방지하고 발효를 돕는 것이었다고 생각한다. 이 후자의 방법은 산림경제에서 장(醬)의 이름이 없는 상태로 분량과 제법이 동일하게 기록되고 있다.

3) 별장

메주를 가루 내어 그 안에 쇠고기를 넣어 곱게 다진다. 향유, 생강, 파, 고추, 후추, 호도를 넣고 청미장(淸味醬)을 물과 섞어 진한 죽처럼 만들어 사기단지에 넣는다. 이를 왕겉불 속에 묻어두어 불을 때어 온도를 올려준다. 이 별장에서는 향신료와 함께 고추(加醬椒)를 넣고 있음을 볼 수 있다.

7. 醬椒가 사용된 장류

만초장과 급조만초장에서는 만초말(고추가루)이 사용되고 있으며, 전시장·청태전시장·수시장·자장(炙醬) 및 별장에서 만초(고추)가 쓰이고 있다. 청태전시장에서는 ‘新醬椒 太已煮熟 去椒不用矣’이라 적고 있어 콩이 삶기고 나면 만초(고추)는 꺼내어 먹지 않고 있음을 볼 수 있다.

8. 메주 띄우는 법(造豉法) (末醬 혹은 熏造)

콩을 물에 담가 하룻밤 재워 큰 솥 안에 넣고 물을 부어 푹 삶아 익힌다. 하룻밤 지난 뒤에 꺼내어 절구에 넣고 진흙처럼 곱게 찼어 중간 크기의 수박모양으로 만들며 1치 남짓 되게 자른다. 만들어 둔 위의 도량 안의 빈 가마니 위에 콩덩이를 차곡차곡 펼쳐 두고, 따로 준비한 가마니나 띠 풀 따위로 두텁게 덮어 메주 조각이 절로 발효하게 한다. 곰팡이가 피면 덮개를 열어 한 번 뒤집어 준 다음 다시 덮는데, 이렇게 하기를 8~9차례 하면 저절로 시간이 지체되어 수십 일이 지나면 거의 다 잘 마르게 된다. 이후 꺼내어別に 말리고 장을 담근다. 메주의 원료로 콩만을 이용하고 있다.

9. 장 담그는 데 필요한 일

1) 길일선택과 물 고르는 법

장맛을 좋게 하기 위하여 길일을 택해 장을 담구었고, 또 한 장 담그기를 피하는 날도 많았다. 이는 장 담그는 일이 그만큼 중요하게 여겼기 때문으로 정성을 다하여 장을 담그는 것이라 할 수 있다. 신일(辛日)과 수일(水日)에는 장을 담그지 말아야 하는데 이는 벌레가 생기기 때문이다. 신일을 꺼린 데

에는 '신(申)이라는 음(音)이 '시다'는 음(音)과 같아 신일에 장을 담그면 장맛이 시어진다는 생각이 있었기 때문이다(유애령 1997). 장 담기에 좋은 날은 정월 우수일, 입동날, 및 황도일이라고 적고 있으며, 삼복일에 장을 담그면 벌레가 안 피고 해 돋기 전에 담그면 벌레가 없으며 그믐날 만들 때에는 담장 아래에서 북쪽을 향하여 합구하고 침묵한 상태에서 합장하면 벌레가 생기지 않는다고 적고 있다. 이는 장 담그는 일은 일년 중에 중요한 일이었으므로 모든 정성을 모아 신중하게 처리하고 있었음을 나타낸다.

단 샘물을 큰솥에 팔팔 끓여 소금을 섞고 식힌 다음 걸러 장을 담근다. 납설수로 장을 담그면 벌레가 생기지 않는다. 동짓달 중에 내린 눈을 응달에 두었다가 초봄에 사용한다.

이러한 여러 방법들은 끓이거나 얼게 함으로서 물 속에 함유된 미생물의 번식을 방지하고 있음을 알 수 있다.

2) 벌레 생기지 않게 하는 법

초오(草烏, 바곳뿌리) 6~7개를 4조각으로 잘라 향아리에 뿌려 놓으면 구더기가 절로 죽는다. 파부초뿌리(百部根)을 넣으면 더욱 좋다고 기록되고 있다. 초오는 독성 알칼로이드(Alkaloid)로서 지각신경과 운동신경을 마비시켜 진통작용을 나타내며 또한 현저한 소염작용을 가지는 미나리제비과에 속하는 다년생 초본이며, 생약명이 초오이며 성분은 aconitine이다. 또한 백부근은 백부(*Stemona japonica*)의 생약명이며 성분은 stemonine으로 항균과 살충의 효과를 가지고 있어 벌레가 생기지 않게 한다.

10. 타 조리서의 조리가공방법과의 비교·분석 및 고찰

조선시대의 古조리서 중 시대적인 장의 변천을 가늠해 보기 위해 음식디미방(1670년대), 산림경제(1715), 규합총서(1815년경), 조선무쌍신식요리제법(1930)을 선택하여 증보산림경제와 비교 분석하고자 한다.

음식디미방의 경우 조선시대 규방의 여인이 기록한 한글 조리서로서 반가의 음식을 살펴볼 수 있는 귀한 자료이나 이 책에는 신기하게도 장 담기에 관한 내용은 전혀 보이지 않는다. 그러나 음식의 간을 위해서는 간장(지령), 맑은 장, 초간장, 진간장, 단장 등이 적재적소에 용도별로 빈번히 사용하고 있다. 이에 비해 된장(건장, 乾醬)의 사용처는 연계짬과 개고기 산적 누름이의 즙을 만들 때만 이용되고 있을 뿐 오늘날 된장을 보편적으로 사용하는 쫄국조차도 사용되지 않고 있어 궁중과 마찬가지로 반가에서도 된장의 사용이 제한적이

었음을 짐작할 수 있다(한복려·한복진 1995).

산림경제(1715)는 造豉法을 비롯하여 장 담그는 길일과 꺼리는 날 등의 총론과 생황장, 황숙장, 면장, 대맥장, 유인장, 우리 나라 장 만드는 법(東人造醬法) 등 6종류의 장이 있다.

규합총서(1815년경)의 장 담그는 길일, 장 담그는 忌日, 장 담그는 법, 어육장, 청태장, 급조청장법, 고추장, 청육장(청국장), 좁지이, 집장, (집메주장, 두부장) 등 7종류의 장이 수록되어 있다.

조선무쌍신식요리제법(1943)은 장의 본색, 장맛이 변한 것 고치는 법, 며주(末醬, 燻造) 만드는 법, 장 담글 때 조심할 일, 장 담글 때 넣는 물건, 장 담그는데 기타는 일, 장 담그는 날, 콩장, 팥장, 대맥장, 집장, 하절집장, 假집장, 무장, 어장, 육장, 청태장, 장 담가 속히 되는 법, 급히 청장 만드는 법, 고추장 만드는 법, 급히 고추장 만드는 법, 팔고추장, 벼락장, 두부장, 비지장, 잡장, 된장 만드는 법, 싱거운 된장, 짠 된장 등 22여종의 장이 다양하게 수록되어 있다. 이들 비교문헌을 증보산림경제의 장류를 중심으로 하여 고찰한 결과는 다음과 같다.

장의 총론은 증보산림경제를 비롯한 모든 비교문헌에서 유사한 내용으로 수록되고 있으며 표 7과 같다. 증보산림경제에서의 장 담그는 좋은 날은 정묘, 모든 길신일ⁱⁱ⁾, 정월 우수일, 10월 입동일 삼복안의 황도일ⁱⁱⁱ⁾로 꼽고 있으며 이 증보산림경제의 길일은 모든 비교문헌에도 동일하게 나타나고 있다. 다만 규합총서에는 병인일, 조선무쌍신식요리제법에는 병인, 무자, 을미, 병신일이 추가되어 있는 것이 특징이다. 장 담기 꺼리는 날은 辛日과 水日, 수훈일인데 모든 비교문헌이 동일하다.

장에 생기는 벌레(가시)예방법은 증보산림경제, 산림경제, 규합총서에는 초오(바곳뿌리)나 백부근을 동일하게 사용하였고 이와 더불어 장을 담글 때 북쪽을 향해 합구하고 침묵하거나, 부인을 피하거나 태세^{iv)}를 향하여 담그거나 해 돋기 전에 담그면 가시가 생기지 않는다는 내용은 비교문헌에서 동일하다.

장류에 대한 용어표현은 표 8과 같다. 메주는 산림경제에서 말장으로 표기된 것을 비롯하여 증보산림경제에서는 며조, 시, 말장, 燻造, 규합총서는 며도, 또는 며조, 조선무쌍신식요리제법은 메주, 시 말장, 燻造 등으로 나타나고 있다. 한편 산림경제의 경우 메주를 나타내는 유사한 용어로 黃子, 큰덩이(大片), 發過麪麴이 있는데 이는 중국의 거가필용에서 인용된 장 담그는 법이다. 이 제조법은 큰 덩이를 만들어 빵아

ii) 모든 신들에게 좋은 날.

iii) 지구에서 보아 태양이 지구를 중심으로 운행하는 것처럼 보이는 天球상의 大圓軌道.

iv) 그 해의 干支.

표 7. 장류(醬類)의 총론(總論)

	山林經濟 (1715)	增補山林經濟 (1766)	閩閩叢書 (1815)	朝鮮無雙新式料理製法 (1930)
吉日	丁卯日, 諸吉神日 正月雨水日, 三伏의 黃道日. 해돋기 전과 해진 뒤 모든	同一	同一, 그 외 丙寅日	丙寅, 戊子, 乙未, 丙申日外 同一
忌日	辛日, 水日, (가시생김) 大月: 初1, 初7, 11, 17, 23, 30, 小月: 初3, 初7, 12, 26日	同一	同一 (水痕日, 六辛日)	大月:1일, 7, 11, 12, 21, 23, 30 21 小月:3, 7, 12, 21, 26
벌레 예방법	草烏 6~7개 使用 百蓴根使用 부인을 피한다. 태세를 피하여 담근다. 해돋기 전에 담그면 가시가 생키 지 않는다.	同一	同一 그 외 清明日에 꺾은 버 들가지	蒔蘿를 뿌린다. 부인을 피한다. 태세를 피하여 담근다.
장맛을 더 좋게하기	大蝦, 쇠고기(牛肉) 사용	同一	쇠고기(불기살), 전복 4~50개를 넣는다.	同一
장맛 되돌리기	雨菴1~2升을 넣는다.	同一	同一	同一

표 8. 장류(醬類)의 용어(用語)

	음식디미방	山林經濟	增補山林經濟	閩閩叢書	朝鮮無雙新式料理製法
매주	-	末醬, 大片, 發過麪麩	豉, 末醬, 며조	며도, 며조	매주, 末醬, 燻造
간장	장, 지령, 초지령, 청 장, 진지령, 단지령	醬	醬, 甘清醬, 醬汁 清醬, 甘醬, 法醬	정장, 초장, 진 간장	간장, 醬汁 醬油, 清醬
된장	견장	-	甘醬, 法醬, 淡醬	-	豉, 된장, 淡豉, 鹹豉
청국장	전국장장	-	煎豉醬, 전국장, 水豉醬, 戰國醬	-	-
고추장	-	-	蠻椒醬	고초장	苦草醬, 蠻散醬 辣醬

가루 내어 소금물에 담그는 것으로 우리의 매주법과는 본질적으로 다르다고 할 수 있다. 이렇듯 매주의 명칭에서도 중국 전래장과 우리 고유의 장은 구별되어진다.

간장의 표현은 음식디미방에서 순한글인 지령으로 표기하고 이 지령을 용도에 따라 청장, 진지령, 단지령, 초지령으로 구별하여 사용하고 있다. 산림경제에서는 장, 규합총서에서는 장, 청장, 진한 장으로, 증보산림경제에서는 장, 감청장, 감장, 장즙, 법장, 조선무쌍신식요리제법에서는 간장, 장즙, 장유, 청장, 감장, 법장으로 표기되고 있다. 그러나 증보산림경제에서 쓰여진 감장은 그 내용상 된장으로 해석되어야 마땅한 경우가 있어 간장과 된장으로 혼용되고 있다. 또한 단맛을 지닌 좋은 맑은 간장은 감장과는 달리 감청장의 명칭으로 별도로 표기되어 있다. 조선무쌍신식요리제법의 감장과 법장은

장의 본질면에서 장의 용어로만 분류되고 음식의 간을 하는 장으로는 감장과 법장이란 명칭이 나타나지 않아 간장 전용의 용어인지 또는 된장을 가르키는 용어인지 불분명하다. 따라서 감장과 법장의 용도별 명칭은 좀 더 면밀한 고찰이 필요하다. 참고로 시의전서(1800년대말)에서는 간장을 간장(良醬), 眞醬 등으로 일컫고 있다.

된장의 경우 음식디미방은 견장, 산림경제와 규합총서에서는 보이지 않고, 증보산림경제는 淡醬과 甘醬으로 표기되거나 감장은 간장과 된장 모두를 지칭하는 것으로 중복된다, 조선무쌍신식요리제법에서는 된장, 시, 합시, 담시 등으로 표기되어 있다. 담장과 담시는 싱거운 된장, 합장은 짠맛의 된장을 말한다.

청국장의 경우 음식디미방은 전국장, 증보산림경제에서는

전시장, 전국장, 수시장, 전국장으로 표기되어 있다. 규합총서의 청육장은 내용상 청국장과 다름이 없다. 다만 조선 무쌍신식요리제법에 청국장이 보이지 않는 점이 특징적이다.

고추장의 경우 음식디미방, 산림경제에는 보이지 않고 증보산림경제에서 처음으로 만초장이란 이름과 함께 제조법이 소상히 기록되어 있으며 생선과 함께 다시마 등을 첨가하여 만들어져 오늘날보다 더한 맛내기법이 돋보인다. 규합총서에는 고초장, 조선무쌍신식요리제법에서는 고초장, 만산장, 락장으로 표기되어 시대별 명칭의 변화를 살펴 볼 수 있다. 현재 장의 명칭이 (진)간장, 국간장, 된장, 고추장, 청국 등으로 단순화된 명칭사용이 보편적이고, 용도가 한정적인데 비해 옛 장류는 명칭도 다양하고 용도에 알맞은 명칭의 장을 각각 사용하였다는 특성을 보여주고 있다.

증보산림경제의 장의 종류별 제조법을 비교문헌과 분석 고찰하였다. 생황장, 숙황장, 면장, 대맥장, 유인장은 장의 명칭뿐 아니라 재료 및 제조법까지 산림경제에 기록된 장류와 모두 동일하다. 이는 산림경제를 증보한 책이므로 당연하다고 하겠다. 다만 산림경제의 우리 나라 장담는법(東人造醬法)의 경우 증보산림경제의 메주 띄우는법, 침장법과는 제목만 다를 뿐 내용은 메주 1말당 소금의 재료비율이 5되에서 증보산림경제는 6~7되로 더 많아진 차이가 있을 뿐이다. 산림경제에서 굳이 우리 나라 장 담기라고 명시한 것은 위에 열거한 나머지 모든 장이 외래의 장류임을 입증해 주는 결과이며 실제로 생황장과 숙황장은 중국 문헌인 거가필용과 신은지를 인용하였고 나머지 장류도 거가필용을 인용하여 우리의 장이 아님을 뒷받침해 주고 있다. 장의 재료면에서도 우리의 장은 콩단용인데 비해 중국 전래의 장은 콩 외에 밀가루, 보리 등이 혼합되어 있다. 한편 麪醬의 경우 주재료가 白麪으로 메밀가루를 띄워 만든 장으로 되어 있다(민족문화추진위원회 1967). 백면은 메밀가루, 메밀국수를 일컫는 것이기도 하지만 메밀의 한자어는 蕎麥, 木麪이 보편적으로 많이 쓰인다.(신기철 · 신용철 1983) 중국은 메밀가루보다는 밀가루를 더 많이 이용하는 식문화라고 할 수 있다. 임원십육지의 중국 인용문헌(전체 인용문헌중 52.2%차지)을 통해본 餅餌類에서도 밀가루가 대부분이며 증보산림경제를 인용한 火餅方은 메밀이 주재료인데 蕎麥으로 표기되어 있다(Kim · Lee 2002). 또한 임원십육지의 면류 항목에는 그 재료에서 메밀은 蕎麥으로 표현되어 있고 교맥과는 별도로 白麪, 頭白麪 등이 주재료로 나오고 있다(서유구 전집 제2권 1991). 따라서 면장의 주재료인 백면을 메밀로 해석하는 것은 보다 면밀한 검토가 이루어져야 할 것이다. 한편 백면은 오늘날 황국균으로 개량 메주를 띄우는 기술과 아주 흡사한 흰 누룩으로 해석하는 견해가 있으며(이한창 1999), 여기서 주목할 것은 “用白麪伴勻”이라 하여 누룩을 섞어 준다는 점인데 이 부분 역시 거가필

용의 내용 그대로이지만 오늘날 중국을 섞어주는 의미와 매우 닮았고 또 다른 자료에서는 볼 수 없는 내용이다. 그러나 면장에서는 백면을 반죽하여 익혀서別に 말려 다나무잎 등으로 곰팡이를 피우는 것이어서 백면을 흰 누룩으로 단정하기는 어려운 부분이 있다. 백면에 대한 또 다른 해석은 사전에서 찾아 볼 수 있다(신기철 · 신용철 1987). 여기에서 백면을 메밀가루, 메밀국수라고 한 반면, 백면장은 밀가루로 메주를 만들어 담근 장이라고 분명히 밝히고 있다. 이러한 자료를 하나의 작은 근거로 제시할 때 조심스럽지만 면장을 밀가루장이라고 유추할 수도 있다. 그러나 이것은 보다 많은 구체적인 연구고찰이 필요하다고 사료된다. 한편 생황장, 숙황장, 면장, 유인장은 다른 비교문헌에서는 찾아 볼 수 없고 현존하지도 않으며 대맥장은 조선무쌍신식요리제법에 똑같은 내용으로 수록되어 있지만 이 역시 현재는 찾아 볼 수 없는 장이다. 청태장의 경우 비교문헌 중 규합총서에만 수록되어 있는데 또 다른 청태장법이 누락되었을 뿐 그 내용이 마치 복사한 듯이 동일하다. 팥(小豆)장은 조선무쌍신식요리제법에 같은 명칭으로 수록되어 있지만 재료, 숙성일수 등 그 내용은 완전히 다르다. 증보산림경제의 팥장은 팥누룩을 만들어 콩 10말과 소금 40여 근으로 장 담구어 7일 숙성시키는데 비해 조선무쌍신식요리제법에는 팥과 밀가루를 혼합하여 만든 팥 메주 20근에 소금 10근 4냥을 납설수를 이용하여 담구어 2달 숙성시키는 것인데 이 법을 본초강목의 재료비를 예를 들어 설명하고 있고 현재는 그 모습을 찾아보기 힘들어 우리의 전래장이 아닐 가능성이 크다. 장과 청장을 빨리 만드는 법은 규합총서와 조선신식무쌍요리제법과 모두 동일하게 기록되어 있어 시대의 흐름에도 불구하고 그 제법이 그대로 계승되어 오는 전통장이라고 할 수 있다.

고추장 만드는 법은 증보산림경제를 시작으로 규합총서와 조선무쌍신식요리제법에 거의 동일한 내용으로 비교문헌에 빠짐없이 등장하고 있고 오늘날까지 고유의 정통성을 자랑하며 전래되는 세계 유일의 장이다. 고추장의 재료비율에서 메주 1말당 고춧가루비율이 3흡인데 규합총서만 5~7흡을 식성대로 맞추라고 하여 고춧가루가 약 2배나 많이 사용한 것이 특징이며 고추장 맛을 좋게 하기 위한 보조물로 증보산림경제와 조선무쌍신식요리제법에서는 생선, 곤포, 다시마를, 규합총서에서는 대추 두드린 것과 포육가루를 사용하고 있다. 고추장 빨리 만드는 법에서는 조선무쌍신식요리제법에서만 보이며 동일한 내용이나 제조 시 첨가되는 콩가루의 양이 3되가 아닌 3말로 표기되어 있는데 그 비율로 보아 3되가 더 적합할 것으로 여겨진다. 증장은 비교문헌 모두 메주 비율이 동일하며 증장의 종류도 다양하게 수록되어 있다. 여름철 증장은 규합총서에는 보이지 않으나 조선무쌍신식요리제법에는 재료비율과 발효원까지도 동일하다. 증보산림경제의 전

시장은 그 내용이 청국장이라기보다 죽장형태라고 보여진다. 따라서 콩을 삶아 3~4일 실이 나게 띄우는 규합총서의 청육장(淸肉醬)과는 많이 다르다. 오늘날 건강식품으로 알려진 청국장이 조선무쌍신식요리제법에는 언급되지 않는 것이 매우 특이하다. 청태 전시장과 달걀장은 비교문헌에는 보이지 않는다. 수시장은 규합총서의 청육장과 같은 내용이다. 어육장의 경우 규합총서에는 일부 부재료인 계란, 생강, 파, 두부 첨가도 무방하다는 내용만 추가되어 약간의 차이가 있을 뿐 만드는 법 및 일년이라는 장기 숙성기간까지도 동일하다. 이 장은 서민 가정에서는 흥내조차 내기 어려운 최고급 재료 즉 쇠고기, 닭, 꿩 등의 어육, 송어, 도미, 생전복, 생홍합 등의 각종 어패류를 혼합하여 담근 특수장으로 방대한 양의 재료량도 특징적인 뿐 아니라 그 제조법도 까다로우며 숙성도 땅속에 파묻어 일년간 저장하는 장기 저장된 장이다 따라서 일반 장에 비해 아미노산 조성도 좋을 뿐 아니라 장의 맛도 우수한 편이다(조후종 외 1995). 그러나 현재에는 이 장의 모습을 찾기 어렵다. 그 이유는 장 제조의 복잡성 및 짠맛이 주가 되는 장의 특성 때문에 엄청난 재료와 고비용의 부담에도 불구하고 잘 만들어진 일반 장에 비해 섬세한 맛의 구별이 어렵다는 것과 고부가가치면에서 두드러진 차별성이 적다는 것, 또 이 장이 육장문화인 중국장일 가능성이 크다는 것 등을 어육장의 도태 배경으로 추정할 수 있다. 한편 조선무쌍신식요리제법은 어장과 육장으로 분리되어 소개되고 10여일 숙성하는 단기 저장의 장이며 신곡, 흑곡 뿐 아니라 회향, 천초, 진피 등의 향신료 사용으로 보아 중국 전래의 단기장 형태라고 생각되어 어육장의 중국 전래의 한 배경이 된다고도 할 수 있다. 이밖에 장떡 만드는 법은 비교문헌에는 없으나 오늘날에도 널리 만들어지고 있는 전통음식이며 특히 증보산림경제와 동일한 방법의 장떡은 현재도 황해도 향토음식으로 계승되고 있다(장인회 1987).

요약 및 결론

증보산림경제는 조선시대의 식생활문화를 가늠해 볼 수 있는 귀중한 고식품서(古食品書)이다. 본고에서는 증보산림경제의 장류 가공에 대하여 연구하고, 나아가 시대적 변천을 가늠해 보기 위하여 음식디미방(1670년대), 산림경제(1715년), 규합총서(1815년경), 조선무쌍신식요리제법(1930년)을 선택하여 증보산림경제와 비교 고찰하였다. 장류의 재료로 콩, 밀가루, 유인, 소두, 청태 등을 사용하고 있으며, 메주의 모양과 크기도 편, 자루모양, 손가락 굵기의 조각, 큰 조각, 칼자루 등의 모양 등으로 다양하였다. 또한 구충작용을 가진 견과 등을 사용하여 장의 부패 등을 방지하며, 벌레생기지 않게 하기 위하여 향균과 살충의 효과를 가진 초오와 백부근을

사용하고 있다. 만초장(蠻椒醬, 고추장)은 본서에서 처음 등장하고 있으며, 고추장 제조 시 풀기를 거둔 두부와 다시마, 말린 생선 등을 첨가하여 새롭고 좋은 품질의 제품을 추구하였다는 것이 특징이다. 본서에 기록된 고추는 '만초(蠻椒)'로 5개의 장류(전국장·청태전국장·수시장·자장·별장)에, 만초말(蠻椒末)'로 2개의 장류(만초장, 급조만초장)에서 나타나 이때는 이미 고추가 널리 사용되고 있음을 나타내고 있다.

증보산림경제 24종류, 산림경제 6종류, 규합총서 7종류 및 조선무쌍신식요리제법 22종류의 장을 고찰하였다. 죽장의 경우 근대까지 널리 제조되었음을 기록을 통해 확인하였다. 고추장은 증보산림경제에서 처음으로 만초장으로 등장하여 규합총서에는 고초장, 조선무쌍신식요리제법에서는 고초장, 만산장, 팔장으로 표기되어 시대별 명칭의 변화를 살펴 볼 수 있었다. 음식디미방에서는 장 담기에 관한 내용은 전혀 보이지 않고 음식의 간을 위해서는 간장(지령), 맑은 장, 초간장, 진간장, 단장 등이 적재적소에 용도별로 사용되었고 된장은 즙을 만들 때만 이용되었다. 장의 표현은 메주는 산림경제에서 말장으로 표기된 것을 비롯하여 증보산림경제에서는 며조, 시, 말장, 熏造, 규합총서는 며도, 또는 며조, 조선무쌍신식요리제법은 메주, 시 말장, 熏造 등으로 나타나고 있다. 간장의 표현은 음식디미방에서 순한글인 지령으로 산림경제에서는 장, 규합총서에서는 장, 청장, 진한 장으로, 증보산림경제에서는 장, 감청장, 감장, 장즙, 법장, 조선무쌍신식요리제법에서는 간장, 장즙, 장유, 청장, 감장, 법장으로 표기되고 있다. 감장은 간장과 된장으로 혼용되고 있다. 된장의 경우 음식디미방은 건장, 증보산림경제는 淡醬과 甘醬, 조선무쌍신식요리제법에서는 된장, 시, 함시, 담시 등으로 표기되어 있다. 청국장의 경우 음식디미방은 전국장, 증보산림경제에서는 전시장, 전국장, 수시장, 전국장으로 표기되어 있다. 규합총서의 청육장은 내용상 청국장과 다름이 없다. 다만 조선무쌍신식요리제법에 청국장이 보이지 않는 점이 특징적이다. 장의 재료면에서 우리의 장은 콩 단용인데 비해 중국 전래의 장은 콩 외에 白麪, 밀가루, 보리 등이 혼합되어 있다. 어육과 각종 어패류 등을 혼합하여 담근 특수장인 어육장의 경우 규합총서에는 일부 부재료인 계란, 생강, 파, 두부 첨가도 무방하다는 내용만 추가되어 약간의 차이가 있을 뿐 만드는 법 및 일년이라는 장기 숙성기간까지도 동일하다. 그러나 조선무쌍신식요리제법은 어장과 육장으로 분리되어 있으며 제조법도 다르다.

결론적으로 본서에 기록된 여러 장류의 재료는 다양하였으며, 처음으로 만초장으로 고추장이 등장하였고, 그 외 만초로 5개의 장류에, 만초말로 2개의 장류에 사용되고 있었다. 또한 시대변천에 따른 변화의 모습에서 보편성이 강하며 전통적인 장류는 콩 단용 장이었으며, 중국전래의 장은 도태되

있음을 발견할 수 있었다.

문헌

- 强窩 (1691) 治生要覽.
 姜仁姬 (1987) 한국의 맛. 대한교과서주식회사, p 468.
 姜希孟, 四時纂要抄. 成宗代?
 斗庵 撰 (1752) 民天集設.
 明宗 命撰 (1554) 救荒撮要.
 민족문화추진위원회 (1967) 흥만선 원저. 국역산림경제. 민문고, p 88, p 236.
 方信英 (1913) 朝鮮料理製法.
 方信英 (1930) 朝鮮無雙新式料理製法.
 憑虛閣 李氏 (1975) 정양완 역주, 閩閩叢書(1815년경). 보진재, p 33-39.
 徐命膺 撰 (1787) 徐有渠 輯. 攷事十二集.
 서유구전집 제2권 (1991) 임원경제지(二). 민속원, p 255-258.
 徐有渠 撰 (1827년경) 林園十六志.
 申沍 編 (1655) 農家集成.
 신기철, 신용철 (1987) 새우리말사전. 제3권 수정증보. 삼성출판사, p 1392.
 安東 張氏 (1670) 음식디미방(閩壺是議方).
 약품식물학회저 (1991) 신·약품식물학. 학창사, p 205-206.
 옛음식연구회 (2001) 이용기 원저. 다시 보고 배우는 조선무쌍신식요리제법 (1930) 궁중음식연구원. p 47-65.
 유애령 (1997) 식문화의 뿌리를 찾아서. 교보문고, p 41.
 이강자 외 역주 (2003) 유중림 원저. 국역 증보산림경제. 신광출판사, p 154-199.
 이서래 (1986) 한국의 발효식품. 이화여대 출판부, p 78.
 이성우 (1981) 식경대전. 향문사, p 41.
 이성우 (1984) 한국식품문화사. 160쪽, 교문사, p 160.
 이춘자 (1987) 해남·광주지역 전통음식 조사보고서. 김치박물관.
 李漢昌 (1999) 歷史와 文化와 工業. 신광출판사, p 71.
 정양완 역주 (1975) 憑虛閣 李氏. 閩閩叢書(1815년경), 보진재, p 33-39.
 조후종, 김송전 (1995) 어육장의 지방산과 아미노산 함량에 관한 연구. 명지대학교 자연과학연구소, 제12집.
 崔漢綺 撰 (1830년경) 農政會要.
 撰者未詳 (1800년대중엽) 群學會騰.
 撰者未詳 (1800년대말) 是議全書.
 撰者未詳 要錄 (1680年頃).
 한복려, 한복진 (1995) 종가집 시어머니 장 담그는 법. 둥지
 한복려, 한복진 위음 (1999) 안동 장씨부인원저. 다시보고 배우는 음식디미방 (1670년대), 궁중음식연구원.
 河 生員 酒方文 (1600년대말?)
 洪萬選 (1715) 山林經濟.
 Kim GY, Lee CJ (2002) A Comparative Study on the Literature of the Cooking Product of Koren Rice Cake in 'Imwonshibyukji' *J East Asian Soc Dietary Life* 12(6): 502-516.
 Kim SM (1993) A study on the cooking in 'The Kosa-sibi Jip'. *J East Asian Soc Dietary Life* 3(2): 1-14.
 (2004년 4월 14일 접수; 2004년 5월 24일 채택)