

특집 I : 한국 전통식품의 세계화전략

떡 · 한과의 세계화전략

윤 숙 자

사)한국전통음식연구소

International Strategy of Rice Cake and Korean Traditional Cookie

Sook-Ja Yoon

Institute of Traditional Korean Food, Seoul 110-360, Korea

서 론

예로부터 우리의 선조들은 계절에 나오는 재료를 가지고 때와 시절을 맞추어 몸에 유익한 음식을 만들어 이웃과 서로 나눠먹음으로써 영양을 보충하고 상부상조하는 공동체 생활을 다져왔다. 사계절 자연의 영향을 받으며 역사의 변천에 따라 자연스럽게 형성되어 온 우리의 전통음식은 계절과 지방의 독특한 색채가 함께 어우러진 자연식이라 할 수 있다.

이렇게 우리의 조상들이 그 고장의 풍토와 계절에 맞는 식품을 생산하여 이를 다양한 조리법으로 만들어 즐겨먹어 왔다는 사실은, 요즈음의 영양학적인 관점에서 보더라도 대단히 과학적이고 합리적임을 알 수 있다. 먹는 것만이 아닌 자연을 보고 즐기고, 그 자연과 함께 하는 멋과 낭만까지 겸하는 지혜로운 생활을 해왔다.

흔히들 전통 먹거리 하면 김치, 불고기 등을 떠올리는데 역사적으로 보면 떡은 훨씬 오래 전부터 우리 민족과 함께 해 온 우수한 전통음식이다. ‘밥 위에 떡’이라는 속담이 있는데 이는 마음에 흡족하게 가졌는데 더 주어서 그 이상 더 바랄 것이 없는 상태를 가리키는 말이다. 이렇게 간식이 밥의 대용식으로 오랫동안 우리 민족의 사랑을 받아왔던 떡은 19세기말로 접어들면서 서양에서 들어온 빵이나 케이크에 의해 점차 밀려나게 되었고, 생활환경의 변화로 집에서 떡을 만들기보다는 떡집이나 떡방앗간에서 사다 쓰게 되어 다양하게 만들어지던 떡의 종류가 점차 줄어가고 있을 뿐만 아니라 떡을 즐기는 사람들의 수도 줄고 있는 형편이다.

전통적으로 내려오는 과자인 한과도 역사적으로 오래 전부터 우리 민족과 함께 해 온 전통음식으로 농경문화의 진전에 따른 곡물의 산출증가와 숭불사조에서 오는 육식의 기피사조를 배경으로, 신라 · 고려시대에 특히 고도로

발달되어 제례(祭禮), 혼례(婚禮), 연회(宴會) 등에 필수적으로 오르는 음식이 되어 조선시대까지 성행하였다. 그러나 급격하게 외래 문화와 함께 양과자가 우리 사회에 전해지면서 한과는 그 터전과 기반을 빼앗겨 소비량이 매우 적어지게 되면서, 현대에는 추석 및 설날과 같은 명절에만 집중 소비되는 경향이 강하고 소비계층도 중장년층으로 편중되어 있다. 또한 현재 유통되는 한과제품은 대부분이 전통적인 제조방법에서 크게 벗어나지 못하고 특정 명절 선물용으로만 제조 유통되고 있는 실정이다.

떡 · 한과의 우수성

떡과 한과는 다른 음식에 비해 우수한 장점을 많이 가지고 있는데 그 첫째로는 과학적이고 합리적이라는 것이다. 특히 떡의 주재료는 다른 부재료와 혼합하여 맛뿐만 아니라 5대 영양소를 고루 갖추고 있다. 주재료인 찹쌀과 멥쌀 등의 곡물에는 우리 몸에서 필요로 하는 탄수화물이 들어 있으며, 콩 · 팥 · 녹두 · 완두콩 · 동부 등의 두류에는 식물성 단백질이, 밤 · 대추 · 호두 · 잣 · 땅콩 · 호박씨 등의 견과류에는 지방이 풍부하다. 또한 사과, 감, 유자, 딸기, 상추, 무, 호박, 감자, 토란, 고구마, 시금치, 당근 등 채소류와 과일류에는 우리 몸에 꼭 필요한 비타민과 무기질이 들어 있어 영양이 풍부하고 맛이 좋다. 또한 떡과 한과를 시각적으로 더욱 아름답게 하는 장식과 색소의 사용에 있어서도 매우 과학적임을 알 수 있다. 즉, 봄에는 진달래꽃 · 배꽃, 여름에는 장미꽃, 가을에는 국화꽃 · 맨드라미꽃 등을 이용하여 떡을 만들며, 계피 · 치자 · 지초 · 오미자 · 백련초 · 송화 · 흑임자 · 송기 · 연지 · 갈매 등의 다양한 천연 염료와 천연 향신료를 이용하여 주재료와 부재료의 배합에 따라 시각적인 아름다움과 함께 충분한 영양소를 섭취할 수 있다. 천연 염료와 향신료의 이용도 다양하여 영양소의 보완 작용과 함께 향약성 효과가 커서, 요즈음의 영양학

적 관점에서 보더라도 대단히 과학적임을 알 수 있다.

둘째로 몸에 약이 된다는 점이다. 우리 전통음식은 ‘약식동원(藥食同源)’ 또는 ‘식즉약(食卽藥)’이라 하여 ‘음식이 곧 약이 된다’는 개념을 가지고 있어, 무병장수나 건강한 삶을 위해서는 음식을 잘 먹는 것이 한 가지 방법이고, 그런 가운데 질병을 미리 예방하고 치료할 수 있게 된다는 것이다. 우리의 청소년들은 외식문화에 익숙하여 햄버거, 피자, 빵, 케이크 등과 같은 설탕과 지방이 많이 들어 있는 인스턴트음식을 더 선호하고 있다. 최근 청소년들의 난폭하고 불안한 정서상의 장애로 인한 청소년 비행의 원인이 패스트푸드(fast food)의 선호와 과도한 인스턴트 음식의 섭취로 인한 것으로 나타났다.

서양빵이나 과자는 주재료인 밀가루에, 버터와 절당을 듬뿍 넣어 처음에는 부드럽고 단맛에 맛이 있다고 느껴지지만, 많이 먹게 되면 느끼하고 빨리 질리게 되며 칼로리도 매우 높아 비만, 당뇨병 등의 성인병을 유발시킬 수 있다. 그러나 전통떡이나 한과는 주재료가 우리가 아침, 저녁으로 밥을 해 먹는 찹쌀과 멥쌀이며 부재료로는 잡곡류, 견과류, 과일류, 채소류, 구근류, 꽃류, 한약재류가 모두 사용되거나 그 재료가 매우 다양하고 건강에 이로운 식품을 이용하므로 영양적으로나 정서적으로 매우 안정적이다. 즉, 서양의 기름진 빵이나 케이크의 식생활은 신체상, 정서상의 각종 병을 유발하는 원인이지만 떡은 우리 몸에 꼭 필요한 영양을 주고 약이 되는 성분이 많아 몸에 약이 되는 음식인 것이다.

셋째로 우리의 정서와 문화가 담겨 있다. 떡·한과 문화의 특징은 이웃과 정을 나누는 음식으로 상징된다. ‘옛말에 반기를 나누어 도르다’, ‘반기살이’란 말이 있는데, 이 말은 잔치집에서 손님들이 돌아갈 때 음식을 싸서 보내는 풍습을 의미하는 것으로 이때에 반드시·담아 보내는 음식이 바로 ‘떡과 한과’이었던 것이다. 즉, 정(情)의 표시로 떡과 한과가 오고간 것이다. 그러므로 우리의 떡과 한과는 서로의 정(情)을 나눌 때 사용되었으니 참으로 정감있는 세계에 자랑할 만한 음식인 것이다.

떡과 한과의 대중화·세계화 방안

그러면 우리의 떡과 한과의 대중화·세계화가 되기 위해서는 어떻게 해야 할 것인가? 세계화를 하기 위해서는 우선 내국인들에게 우리의 떡과 한과가 우수하며 전 세계적으로 보급해야 하는 전통음식이라는 인식을 심어주어 국내에서 먼저 대중화를 시키고 이것을 발판으로 세계화를 해야 한다.

첫째, 상품은 크기가 작고 아름다워야 한다. 우리의 전통 떡과 한과에는 나눔의 의미가 담겨 크고 푸짐한 것을

미덕으로 생각하여 왔으나 현대에는 작고 아름답고 먹기에 편한 음식을 선호한다. 특히 떡은 크기가 너무 크고 여러 가지 고물을 사용하여 잔여물이 많이 떨어지기 때문에 이러한 점을 보완할 필요가 있다. 또한 색상도 점잖은 색보다는 오방색(五方色)을 이용하여 밝고 화사하며 아름다운 색상을 사용해야 한다.

둘째, 각 소비층이 선호하는 떡과 한과를 조사하고 개발해야 한다. 연령대로 보면, 각종 견과류가 다량 함유되어 있어 성장기 어린이들의 두뇌개발에 좋은 총명떡, 색감이 알록달록 아름다운 생일떡케이크, 달콤한 열대과일을 듬뿍 넣은 열대과일설기, 다양한 고물을 보슬보슬하게 볶아 만든 색색의 보슬단자, 작은 모자를 연상케 하는 모양이 재미있는 고깔떡 등을 매우 좋아한다. 청소년들은 마음이 차분히 가라앉고 숙면할 수 있는 대추편이 좋으며, 영양이 풍부한 포도편, 코코아편과 모양이 특이한 사과단자 등도 선호한다. 중장년층들은 신진대사를 촉진하는 성분이 함유된 썩을 이용한 썩떡과 노폐물을 배출해주는 녹차편 등이 적당하고 영양뿐만 아니라 특별히 씹는 맛이 일품인 깨찰편과 향이 좋은 커피편을 매우 선호한다. 바쁜 일상으로 아침식사를 잘 거르는 직장인들에게는 간편하게 고른 영양소를 섭취할 수 있는 떡샌드위치와 찹쌀에 두뇌운동을 활발하게 하는 견과류가 많이 들어간 흑임자구름떡, 영양떡 등이 매우 좋으며 이외에도 딸기편, 커피편, 녹차편 등이 선호되고 있다. 노인들의 경우 건강에 좋은 썩떡, 홍삼떡케이크, 고구마편 등이 선호되고 있으며 호박을 이용하여 달 모양으로 빚어 기름에 지진 달오름전, 가을의 나뭇잎이 말려있는 모양을 한 향미가 좋은 잎새단자 등이 적당하다. 나라별로 보면, 일본인들은 건강기능성이 첨가된 식품을 선호하며 특히 고구마를 좋아하기 때문에 인삼, 고구마를 이용한 떡, 한과 개발이 필요하고 미국인들은 치아에 붙는 찰떡류나 옛과 같은 한과는 기피하기 때문에 카스테라처럼 멥쌀을 이용한 폭신한 떡이나 치아에 붙지 않는 한과류의 개발이 필요하다.

셋째, 건강, 기능성 상품을 개발해야 한다. 떡과 한과는 자연식으로 몸에 약이 되므로 특별히 건강에 관심이 많은 현대인들에게 한방재료와 기능성 식품을 첨가한 떡과 한과를 선보이는 것을 권하고 싶다. 백복령, 승검초, 검은, 사상, 연지, 갈매, 인삼, 백년초, 오미자, 지초, 썩, 말차, 뽕잎, 솔잎, 치자 등의 한방 기능성식품을 첨가한 떡과 한과는 well-being 시대와 맞물려 고급화와 건강증진이라는 이미지를 제고시킬 수 있다.

넷째, 전통음식이 가진 과학성을 입증하는 연구 자료가 필요하다. 음식의 선택 기준이 맛뿐만 아니라 음식의 영양학적 가치를 중요시하는 외국인들에게는 과학적인 데이터가 필요하다. 또한 전통음식의 우수성에 대한 영양학적 연

구와 떡과 한과의 단점을 보완할 수 있는 방안에 대한 연구가 심도있게 지속적으로 이루어져야 한다. 예를 들어 산업화를 위하여 발효시간이 8시간 이상이 소요되는 증편의 발효시간을 단축할 수 있는 방법에 관한 연구, 떡의 굳기를 지연시키기 위한 노화도 지연에 관한 연구 등의 떡 연구가 지속적으로 이루어져야 할 것이다.

다섯째, 저장성을 향상시킬 수 있는 방법을 모색해야 한다. 특히 떡은 빵에 비하여 칼로리와 당도가 낮아 현대인에게 더욱 선호될 수 있는 음식임에도 불구하고 빨리 딱딱해지기 때문에 산업화에 장애가 되고 있다. 그러므로 떡류가 갖는 저장성의 문제를 보완하여 냉동식품, 반건조식품 등으로 개발할 수 있다. 현재 시중에 흰떡 또는 떡볶이떡 정도가 건조, 냉장식품으로 시판되고 있으나 냉동만두와 같이 송편, 절편, 인절미 등의 떡도 냉동식품으로 충분히 상품화 할 수 있다. 상온에서 1~2일 정도의 저장성을 갖고는 해외수출은 불가능하다. 따라서 떡의 세계화를 위해서 떡의 저장성의 연장이 가장 시급한 문제이다.

여섯째, 용기와 포장을 개선해야 한다. 전통식품이라 하여 구태의연한 용기와 포장방법은 개선해야 한다. 푸짐함을 강조했던 용기와 포장방법을 개선하여 작은 용기에 먹기 편리하고 보관이 용이한 날개포장을 하여야 하며 포장지 위에 한국의 전통문양을 사용하여 내·외국인들에게 한국의 맛과 멋을 전달할 수 있는 선물용으로의 개발이 필요하다.

일곱째, 매장의 분위기를 바꾸어야 한다. 일반적으로 떡과 한과는 재래시장 안에 있는 소규모 떡집이나 방앗간에서 구입하는 반면에, 빵은 산업화된 아름다운 여러 매장에서 다양하게 선택할 수 있다. 즉, 어둡고 지저분한 재래식 상점이 아니라 밝고 쾌적한 상점에 떡과 한과가 진열되어 쉽게 구입할 수 있다면 누구나 떡이 먹고 싶을 때 자연스럽게 상점에 들어가서 구입할 수 있게 될 것이다. 상품만 판매하는 것이 아니라 고급스러움, 전통스러움을 판매할 수 있는 매장의 분위기를 만들어 수출해야 한다. 또한 주변에 상점이 많아 쉽게 구할 수 있게 해야 한다. 아무리 먹고 싶어도 쉽게 구입할 수 없으면 자연히 멀어지게 된다. 따라서 신속하고 체계적인 유통망도 필요하다.

여덟째, 정(情)을 나누는 떡·한과 선물문화의 보급이 필요하다. 우리의 조상들은 기쁜 일이나 슬픈 일이 생기면 당연히 떡과 한과를 이웃과 함께 나누곤 하였다. 떡은 정(情)이요, 정성의 상징이며, 사랑의 표현이었던 것이다. 근래 들어 각종 행사에 화분이나 화환 등 당일 행사를 위한 선물이 전해지고 있는데, 이것은 일회성이며 소모적이다. 이보다는 떡과 한과를 선물하여 조상의 미덕을 되살리며 우리 전통식문화를 지향해 나가는 것이 바람직하다. 떡을 선물한다는 것이 현대인들에게는 익숙하지 않으나 특별한

기념일 외에도 선물할 일들이 많이 있다. 예를 들면, 각종 명절, 기념일, 집안의 경조사뿐 아니라 생일날 서양의 케이크 대신 한국의 떡케이크로 생일문화를 바꿀 수 있다. 또한 외국의 기념일인 발렌타인데이, 화이트데이 등에 선물로 사용되는 초콜렛, 캔디를 우리 떡이나 한과로 대체할 수 있다. 이뿐인가? 우리의 아름다운 단오, 견우와 직녀의 사랑이야기가 전해지는 칠월칠석 등 우리의 기념일에 떡·한과를 주고받는 새로운 문화를 형성할 필요가 있다.

아홉째, '떡·한과 개발 콘테스트' 등과 같은 대회를 개최해야 한다. 전국 '떡·한과 개발 콘테스트'를 개최함으로써 새로운 아이디어를 찾아내어 장려하고 이를 토대로 '세계적인 한국 떡·한과 축제' 개최 등의 한국음식문화를 적극적으로 소개해 나가는 것이 필요하다. 음식을 통하여 외국인에게 한국 문화의 정수(精髓)가 스며들도록 하며 이로써 한국 음식을 세계인이 즐기게 되고, 나아가 한국의 역사와 문화를 느낄 수 있도록 해야 한다. 이러한 전국적인 규모의 행사장에서 한국의 다양한 떡, 한과와 함께 율놀이, 강강술래 등 민속놀이도 직접 체험할 수 있는 장(場)이 필요하다. 전통음식과 관련된 문화적 행사를 함으로써 선물용 관광상품이 마련될 것이고, 개발하는 계기도 형성될 것이다.

요 약

떡과 한과는 수백 년 전부터 우리 식생활 전반에 걸쳐서 밀접한 관계를 가지고 있다. 슬플 때나, 기쁠 때나, 정을 나눌 때나 언제나 떡과 한과는 우리와 함께 해 왔다.

건강에 대한 관심이 고조되면서 세계의 많은 사람들이 한국음식에 관심을 갖기 시작하였다. 이에 따라 우리의 떡과 한과에 대한 관심도 높아져 신세대와 외국인 등 우리떡에 대한 새로운 변화를 기대하는 사람들이 매우 급증하는 추세이다.

서양의 피자, 케이크, 빵류가 우리의 생활에 침투하였듯이 우리의 떡과 한과도 좀 더 연구 개발에 힘쓴다면, 서양의 문화에 자연스럽게 침투하여 세계인의 생활 속에 친숙한 한국음식문화도 자리 잡을 수 있을 것이다.

참 고 문 헌

1. 윤숙자. 1999. 떡·한과·음청류. 지구문화사.
2. 강인희[등저]. 2000. 한국음식대관. 제3권, 떡·과정·음청, 한국문화재보호재단.
3. 황혜성, 한복려, 한복진. 1989. 한국의 전통음식. 교문사.
4. 문화관광부. 2000. 한국향토음식.
5. 이효지. 2005. 한국음식의 맛과 멋. 신광출판사.
6. 윤서석[등저]. 1997. 한국음식대관. 제1권 : 한국음식의 개

- 관, 한국문화재보호재단.
7. Park YS, Chung YS. 2006. Perceptual trend and preference for Korean traditional holiday food of china-korean in yanbian area. *Korean J Food Culture* 21: 1-7.
 8. Kweon SY, Yoon SJ. 2006. Recognition and preference to Korean traditional food of chinese at seoul residence. *Korean J Food Culture* 21: 17-30.
 9. Yoon HR. 2005. The study of dinning-out behavior and preference on Korean foods by age groups. *Korean J Food Culture* 20: 608-615.
 10. Yoon HR. 2005. A study on recognition and preference of Korean foods for foreigners in different nationality. *Korean J Food Culture* 20: 367-373.
 11. Chang MJ, Cho MS. 2000. Recognition and preference to Korean traditional food of foreign visitors in Korea. *Korean J Dietary Culture* 15: 215-223.
 12. Park YS, Chung YS. 2005. Korean traditional food perception and cultural aspect of Korean mongolian housewife. *Korean J Food Culture* 20: 35-43.
 13. Han JS, Kim JS, Kim SY, Kim MS. 1998. A survey of japanese perception of and preference for Korean foods. *Korean J Soc Food Sci* 14: 188-194.
 14. Kim SA, Lee MA, Kim EM, Lee SJ. 2004. The gap analysis of recognition and preference for Korean traditional foods and restaurants between foreign visitors and foreign residents. *Korean J Soc Food Cookery Sci* 20: 619-629.
 15. Kye SH, Moon HK, Yum CA, Park EM. 1995. Standardization of the recipe for preparation of Korean foods (1)-for the focus on soups. *Korean J Soc Food Cookery Sci* 11: 1-8.
 16. Seung HK, Moon HK, Yum CA, Song TH, Lee SH. 1995. Standardization of recipe for the preparation of Korean foods (2)-for the focus on chigae (stew)-. *Korean J Soc Food Cookery Sci* 11: 220-225.
 17. Seung HK, Moon HK, Yum CA, Song TH, Lee SH. 1995. Standardization of the preparation methods of Korean foods (3)-For the focus on pibimbab (Mixed Rice)-. *Korean J Soc Food Cookery Sci* 11: 557-564.
 18. Kim JS. 2005. Universalizing Korean food. *Korean J Food Culture* 20: 499-508.
 19. Han KS, Lee EJ, Pyo EY, Lee HA. 2004. Standardization of recipes for large quantity production of Korean foods (1)-With the focus on soups-. *Korean J Soc Food Cookery Sci* 20: 235-247.
 20. Lee SJ, Kim EM, Lee MA, Kim SA. 2006. Consumer survey of foreigners and Koreans about Korean and thai foods and restaurants. *Korean J Soc Food Cookery Sci* 22: 122-131.
 21. Han KS, Lee EJ, Pyo EY, Lee HA. 2004. Standardization of recipes for large quantity production of Korean Foods (1)-With the focus on soups-. *Korean J Soc Food Cookery Sci* 20: 235-247.
 22. Kang DW. 2003. A study for advancing into european market of Korean cuisine & the comparison between Korean cuisine culture and european cuisine culture. *Korean J Soc Food Cookery Sci* 9: 88-102.