

17세기 이전 조선시대 떡류의 문헌적 고찰

원선임[†] · 조신희¹ · 정낙원² · 최영진³ · 김은미⁴ · 차경희⁵ · 김현숙⁶ · 이효지⁶

한림대 식품영양학과, ¹부천대 식품영양과, ²배화여대 전통조리과, ³관동대 가정교육학과, ⁴김포대 호텔조리과,
⁵전주대 전통음식문화전공, ⁶한양대 식품영양학과

A Literature Review on Tteoks, Korean Rice Cakes Prior to the 17th Century

Sun-Im Won[†], Shin-Ho Cho¹, Rak-Won Chung², Young-Jin Choi³, Eun-Mi Kim⁴,
Gyung-Hee Cha⁵, Hyun-Sook Kim⁶ and Hyo-Gee Lee⁶

Department of Food Science & Nutrition, Hallym University, ¹Department Food & Nutrition, Bucheon College,
²Department of Traditional Cuisine, Baewha Women's college, ³Department of Home Economics, Kwandong University
⁴Department of Hotel Culinary Arts, Kimpo College, ⁵Department of Traditional Food Culture, Jeonju University
⁶Department of Food & Nutrition, Hanyang University

Abstract

The purpose of this study was to investigate the kinds of Tteoks along with their recipes and ingredients occurring in Korean literature published before the 17th century. The reviewed sources included 「Sangayorock」, 「Sasichanyocho」, 「Soowonjabbang」, 「Yongjechongwha」, 「Dongyobogam」, 「Domoondaejak」, 「Geebongyouseul」, 「New-Guwhangchaljo」, 「Eumshickdimibang」, 「Joobangmoon」 and 「Yorock」. Various types Tteoks could be classified into six groups depending on their cooking methods as follows 23 kinds of Jjin-tteoks, 8 kinds of Chin-tteoks, 24 kinds of Jijin-tteoks, 6 kinds of Salmeun-tteoks, 4 kinds of Guun-tteoks and 8 other types of tteoks. Within this paper, Tteok recipes and cooking characteristics are discussed and their ingredients, terminology and preparation utensils are reviewed. However some of the Tteok recipes are presently gone or have changed. From this study, we anticipate the development of useful recipes for those who are concerned about health and who seek longevity, and thereby to also advance the culture of Korean rice cakes.

Key words: jjin-tteoks, chin-tteoks, jijin-tteoks, salmeun-tteoks, guun-tteoks, Korean rice cake

1. 서론

떡은 우리 민족의 역사발달과 더불어 다양하게 발달되어 왔으며 농경의례와 토속신앙을 배경으로 한 각종 행제(行祭), 무의(巫儀), 제례(祭禮), 빈례(賓禮)와 대소연의(大小宴儀), 절식(節食) 등에서 빼놓을 수 없는 한국고유의 음식이다. 떡은 조리 형태로 정의하면 곡물의 분식 형태의 음식이라고 할 수 있으며 떡의 시작은 시루의 등장 시기인 청동기시대 또는 초기 철기시대로 볼 수 있다(이효지 1998). 떡은 밥 짓기가 일반화 된 시기까지는 상용음식의 하나였으나 밥의 상용화가 정착된 이후 의례음식

화 된 것으로 추정된다(윤서석 1974).

떡의 어원은 중국의 한자어에서 찾아볼 수 있는데 병(餅), 고(糕, 糕), 이(餌), 편(片, 餠), 병이(餅餌) 등으로 불리고 있다(강인희 등 2000). 우리나라와 일본에서는 떡을 한자로 ‘병’이라고 표기하나 중국에서는 밀가루로 만든 떡을 ‘병’, 밀가루 이외의 곡식으로 만든 떡은 ‘이’라고 하는데 ‘이’에는 시루떡을 의미하는 고(糕)와 낱알을 찌서 치는 떡을 의미하는 자(糝)가 있다(이성우 1992b). 오늘날 우리의 떡은 재료에 따른 명칭상의 구별 없이 ‘떡’이라고 하고, 한자어로 나타날 때는 ‘병(餅)’ 또는 ‘편(片, 餠)’이라는 표현으로 쓰고 있다.

떡은 만드는 방법에 따라 찐 떡, 찢 떡, 지진 떡, 삶은 떡으로 분류한다(윤서석 1985, 이효지 1998). 찐 떡은 설기떡, 무리떡, 증편 등이 있고, 찢떡은 멥쌀가루를 찌거나 찹쌀로 밥을 지어 안반이나 절구에 놓고 쳐서 완성한 떡으로 절편, 인절미 등이 있다(이효지 1999). 지진 떡은 기

[†]Corresponding author: Sun Im Won, Department of Food Science and Nutrition, Hallym University
Tel: 033-248-2139
Fax: 033-248-2139
E-mail: siwon@hallym.ac.kr

름에 지져서 완성한 화전, 주악 등이 있고 삶은 떡은 둥근 모양을 만들어 끓는 물에 삶아 건져서 완성한 떡으로 경단이 있다(맹혜열과 이효지 1988). 떡에 사용되는 재료는 주재료로 멥쌀, 찹쌀, 밀, 메밀, 보리, 귀리, 기장, 토란 등이고 소의 재료나 고물의 재료로는 녹두, 콩, 팥, 깨 등의 곡류와 미나리, 무, 박, 오이, 숙주, 상치 등의 채소와 밤, 호두, 잣, 대추 등의 과일이나 열매, 버섯, 국화, 장미, 두견화, 국화잎 등이 이용된다(이효지 2005).

떡은 그 종류가 매우 다양하며 각 종류별로 특색이 깊고, 재료의 배합, 향이나 맛의 첨가, 쌀가루에 물 내리기, 설탕물이나 꿀물 섞기 등 만드는 방법도 과학적이고 합리적이다. 과거에 떡은 특별음식으로 우대를 받아왔으나 현재는 각종 의례의 간소화, 음식의 서구화, 식품공업의 발달에 의한 각종 과자류와 케이크의 대중화로 인해 전통 떡이 뒷자리로 물러서고 있는 실정이다(이효지 1999).

떡류에 관한 문헌연구는 이철호와 맹영선(1987)이 떡의 실험연구를 포함한 문헌을 중심으로 떡의 재료와 제조 방법을 고찰하였고 이효지(1988)의 조선시대 떡류를 분석한 연구, 맹혜열과 이효지(1988)가 1670년부터 1943년까지의 우리말 조리서를 중심으로 떡류에 대한 고찰을 수행하였으나 17세기 이전의 고서(古書)에 수록된 떡류에 대한 종합적인 연구는 이루어지지 않았다.

따라서 본 연구는 17세기 이전, 1400년대부터 1600년대까지 우리나라에서 발간된 조리 및 식품 관련 고문헌에 기록된 떡류를 체계적이고 종합적으로 연구하고자 『산가요록(山家要錄)』(1450), 『사시찬요초(四時纂要抄)』(1400년대 중기), 1500년대의 『수운잡방(需雲雜方)』(1540), 『용재총화(慵齋叢話)』(1500년대), 『고사촬요(故事撮要)』(1554), 1600년대의 『동의보감(東醫寶鑑)』(1611), 『도문대작(屠門大嚼)』(1611), 『지봉유설(芝峯類說)』(1613), 『음식디미방』(1670), 『주방문(酒方文)』(1600년대), 『요록(要錄)』(1680년경), 『치생요람(治生要覽)』(1691년) 등의 문헌을 고찰하였다. 각 문헌에 수록된 떡의 종류와 재료 및 조리법, 당시 사용된 조리용어 및 도구와 계량단위 등을 조사함으로써 오늘날의 떡과 비교하여 현재 전해져 오는 떡, 변형되었거나 특징적 기능을 갖는 떡 등을 파악하여 우리의 떡 문화를 이해하는데 보다 도움이 되고 전통 떡의 맛을 계승하고 발전시킬 수 있는 데 도움이 되는 자료를 제공함이 목적이다.

II. 문헌에 기록된 떡류

17세기 이전의 문헌에 기록되어 있는 떡의 종류는 Table 1과 같다.

떡의 종류는 떡을 만드는 방법에 따라 찐 떡, 찐 떡, 지진 떡, 삶은 떡으로 분류하고 그 외에 구운 떡과 기타로 분류하였다. 일반적으로 오늘날은 구운 떡을 분류하지 않

지만 고문헌에서 볼 수 있는 독특한 조리법이므로 분류하였고, 기타의 떡은 떡의 명칭이 없거나, 또 명칭은 있으나 조리법이 없어 이름만으로는 분류할 수 없는 떡들을 포함한다. 본 연구에서 고찰한 문헌에 수록된 떡의 종류는 찐 떡 23종, 찐 떡 8종, 지진 떡 24종, 삶은 떡 6종, 구운 떡 4종, 기타 8종으로 총 73종이다.

찐 떡은 『산가요록』에 산삼병(山蔘餅) 1종, 『용재총화』에 약반(藥飯), 설고(雪糕) 등 2종, 『도문대작』에 석이병(石茸餅), 약반(藥飯), 애고(艾糕), 유엽병(槐葉餅), 송병(松餅), 나시병(糯柿餅), 시울나병(柿栗糯餅), 증병(蒸餅), 상화(雙花) 등 9종, 『지봉유설』에 조고(棗糕)와 애고(艾糕) 등 2종, 『음식디미방』에 증편법, 석이편법, 밤설기법, 상화법 등 4종, 『주방문』에는 기증편(起蒸餅), 상화(霜花) 등 2종, 그리고 『요록』에 상화병(床花餅), 증병(蒸餅), 송병(松餅) 등 3종으로 모두 23종이 기록되어 있다.

찐 떡은 『산가요록』에 잡과병(雜果餅) 1종, 『용재총화』에 자병(資餅) 1종, 『도문대작』에 월병(月餅), 설병(舌餅), 절병(節餅) 등 3종, 『지봉유설』에 자도병(資稻餅) 1종, 『음식디미방』에는 인절미 굽는 법으로 1종, 『요록』에 청병(靑餅) 1종으로 모두 8종이 기록되어 있다.

지진 떡은 『산가요록』에 갈분전병(葛粉煎餅), 송고병(松膏餅), 우자박(芋紫朴) 등 3종, 『용재총화』에 화전(花煎) 1종, 『동의보감』에 근화전병(槿花煎餅), 도화전병(桃花煎餅), 도화작전병(桃花萼煎餅), 백복령전병(白茯苓煎餅), 납전병(蠟煎餅) 등 5종, 『도문대작』에 두전(杜煎), 장미전(薔薇煎), 이화전(梨花煎), 국화병(菊花餅), 송고유밀병(松膏油蜜餅) 등 5종, 『음식디미방』에 섭산삼법, 전화법, 빈자법 등 3종, 『주방문』에 꽃전(花煎), 겸절편법(兼節餅) 등 2종, 그리고 『요록』에는 출전(朮煎), 송고병(松膏餅), 유병(油餅), 견전병(堅煎餅), 빙자(氷煮) 등 5종으로 모두 24종이 기록되어 있다.

삶은 떡은 『산가요록』에 잡병(雜餅) 1종, 『동의보감』에 백복령병(白茯苓餅) 1종, 『도문대작』에 경고(瓊糕) 1종, 『음식디미방』에 잡과편법 1종, 『요록』에 쇠백자(碎柏子), 경단병(敬丹餅) 등 2종으로 모두 6종이 기록되어 있다.

구운 떡은 『동의보감』에 도화소병(桃花燒餅), 옥리인소병(郁李仁燒餅), 견우자소병(牽牛子燒餅) 등 3종, 『요록』에 소병(燒餅) 1종으로 모두 4종이 기록되어 있다.

기타의 떡은 『산가요록』에 서여병(薯蕷餅) 1종, 『사시찬요초』에 떡 1종, 『동의보감』에 도화병(桃花餅) 1종, 『도문대작』에 삼병(蔘餅), 자병(煮餅) 등 2종, 『지봉유설』에 송부이(松膚餌), 산삼고(山蔘糕) 등 2종, 『요록』에 산약병(山藥餅) 1종으로 모두 8종이 기록되어 있다.

문헌별로 보면 『도문대작』에는 20종의 떡이 기록되어 가장 많았으며, 그 다음은 『요록』에 13종, 『동의보감』에 10종, 『음식디미방』에 9종, 『산가요록』 7종, 『지봉유설』 5종이며 『용재총화』와 『주방문』이 각각 4종, 『사시찬요초』

Table 1. Tteoks described in the literature before the 17th century

문헌	분류	찐떡	찐떡	지진떡	삶은떡	구운떡	기타	계(종)
산가요록 (1450)		산삼병(山蔘餅)	잡과병(雜果餅)	갈분전병(葛粉煎餅) 송고병(松膏餅) 우자막(芋紫朴)	잡병(雜餅)	-	서여병(薯蕷餅)	7
사시찬요초 (1400년대중기)		-	-	-	-	-	떡[餅]	1
용재총화 (1500년대)		약반(藥飯) 설고(雪糕)	자병(資餅)	화전(花煎)	-	-	-	4
수운잡방 (1540)		-	-	-	-	-	-	없음
고사촬요 (1544)		-	-	-	-	-	-	없음
동의보감 (1611)		-	-	근화전병(槿花煎餅) 도화전병(桃花煎餅) 도화약전병(桃花芎煎餅) 백복령전병(白茯苓煎餅) 납전병(蠟煎餅)	백복령병(白茯苓餅)	도화소병(桃花燒餅) 욱리인소병(郁李仁燒餅) 견우자소병(牽牛子燒餅)	도화병(桃花餅)	10
도문대작 (1611)		석이병(石茸餅) 약반(藥飯), 애고(艾糕) 유엽병(槐葉餅) 송병(松餅) 나시병(糯柿餅) 시울나병(柿栗糯餅) 증병(蒸餅), 상화(雙花)	월병(月餅) 설병(舌餅) 절병(節餅)	두전(杜煎) 장미전(薔薇煎) 이화전(梨花煎) 국화병(菊花餅) 송고유밀병(松膏油密餅)	경고(瓊糕)	-	삼병(蔘餅) 자병(煮餅)	20
지봉유설 (1613)		조고(棗糕) 애고(艾糕)	자도병(資稻餅)	-	-	-	송부이(松膚餅) 산삼고(山蔘糕)	5
음식디미방 (1670)		증편법 석이편법 밤설기법 상화법	인절미굽는법	섭산삼법 전화법 빈자법	잡과편법	-	-	9
주방문 (1600년대)		기증편[起蒸餅] 상화(霜花)	-	꽃전[花煎] 겸절편법[兼節餅]	-	-	-	4
요록 (1680)		상화병(床花餅) 증병(蒸餅), 송병(松餅)	청병(靑餅)	출전(朮煎) 송고병(松膏餅) 유병(油餅) 견전병(堅煎餅) 빙자(氷煮)	쇄백자(碎柏子), 경단병(敬丹餅),	소병(燒餅)	산약병(山藥餅)	13
치생요람 (1691)		-	-	-	-	-	-	없음
계(종)		23	8	24	6	4	8	73

1종이 기록되어 있다. 「수운잡방」, 「고사촬요」, 「치생요람」에는 떡류가 기록되어 있지 않다.

1. 찐 떡

찐 떡의 종류와 재료 및 분량, 조리법, 조리용어, 그리고 조리기구 및 계량단위는 Table 2와 같다.

「산가요록」의 산삼병은 산삼의 껍질을 벗겨 결 따라 찢어 꿀물에 넣었다가 멧쌀가루에 싸서 시루에 넣어 찌는

방법으로 원문의 산삼은 더덕으로 볼 수 있으며 오늘날 우리가 일상적으로 먹는 떡의 형태는 아니다.

「용재총화」의 약반은 찹쌀을 찌서 밥을 짓고 꽃감, 밤, 대추, 마른고사리, 오죽용, 꿀, 간장 등의 재료를 넣고 다시 찌서 잣과 호두를 넣은 것으로 오늘날의 약식과 같다. 약반의 반(飯)은 밥을 뜻하고 밥의 형태이어서 주식류에 포함시킬 수 있겠지만 약식은 주식으로 하지 않으며 떡류를 연구한 문헌(윤서석 1985, 강인희 1997, 이효지 1998)

에 모두 찐 떡으로 분류되고 있다. 설고는 만드는 방법이 기록되어 있지 않으나 ‘봄에 새로 난 쪽으로 설고를 만들어 먹는다’고 하였으므로 지금의 쪽설기로 볼 수 있다. 『도문대작』의 석이병은 귀리가루에 꿀물을 섞고 석이를 넣고 찐 것으로 귀리이외 다른 곡물이 더 첨가되는지는 정확치 않으나 귀리가루로만 떡을 만든 것이 매우 독특하다. 또한 석이병의 맛이 매우 좋아 나시병이나 경고보다 좋다고 기록되어 있는데 나시병과 경고의 조리법의 기록은 없다. 그러나 나시병은 지금의 꽃감을 넣고 만든 찰떡이라고 볼 수 있으며 경고는 오늘날 경단병의 한 종류인 것 같다. 약반은 ‘보름에 까마귀에게 먹이는 경주의

옛 풍속으로 중국인이 매우 좋아하였으며 고려반(高麗飯)이라 불렀다’고 하여 맛이 매우 좋음을 알 수 있다. 약반의 재료와 조리법의 기록은 없지만 이미 1500년대의 『용재총화』에 재료와 조리법의 기록이 있었으므로 그 방법이 전해 내려왔을 것이며 지금의 약식과 비슷한 것으로 생각된다. 또한 『도문대작』의 애고, 송병, 및 유엽병은 만드는 법은 기록되어 있지 않고 봄에 먹는 시식으로 기록되어 있는데 애고는 지금의 쪽설기, 송병은 송편, 유엽병은 느티떡으로 볼 수 있다. 또 조리법의 기록은 없으나 상화는 여름시식, 서울나병은 가을시식, 증병은 겨울시식 중의 하나로 기록되어 있다.

Table 2. Kinds of Jjin-tteoks and Ingredients, Amounts, Cooking methods, Terminology and Utensils

문헌	떡명	재료 및 분량	조리법	조리용어	조리기구	계량단위	비고
산가요록	산삼병	더덕 꿀물[淸蜜汁] 멥쌀가루	더덕→겉질 벗기기→결 따라 크게 찢기+꿀물→ 멥쌀가루로 손가락 크기로 싸기→시루에 찌기	벗기다 찢다, 싸다 찌다	시루		
용재총화	약반	참쌀, 꽃감(乾柿), 밤, 대추, 마른고사리, 오죽용(烏足葺), 꿀[淸蜜], 잣, 호두, 간장[淸醬]	참쌀→찌기→밥 짓기 참쌀밥+꽃감+익힌 밤+마른 고사리+ 오죽용+꿀+ 간장→섞기→찌기+잣, 호두	찌다 찢다 섞다			약밥유래
	설고	새로 난 쪽 잎					담청절 절식
도문대작	석이병	구떡(糗麥), 꿀물(蜜水), 석이	귀리→곶개 갈기→여러 번 체 치기 귀리가루+꿀물+석이→뚝쇠시루에 찌기	갈다 체치다 찌다	체, 뚝쇠 시루		구떡=귀리
	약반						
	애고						쪽떡
	유엽병						느티떡
	송병						
	나시병						감찰떡
	서울나병						
	증병						
	상화						
지봉유설	조고	밀가루, 대추					밤, 은행
	애고	쌀가루, 쪽					
음식디미방	증편법	증편1말 분량: -기주: 쌀1되, 누룩, 좋은 술 1술 - 쌀3홉	- 기주 ①쌀→씻기→무르게 밥짓기→식히기+물에 담구었 다 건진 누룩+좋은 술 →술 고이기 ②쌀→무르게 밥짓기→식히기+①의 술 →술 고이기(2일)→주대에 받치기 - 쌀→가루내기→체에 치기+② →시루에 찌기	씻다, 밥짓다. 식히다, 담구다, 건지다, 체에 치다, 받치다, 찌다,	체, 주대, 시루	말 되 술 홉	
	석이편법	멥쌀 1말, 참쌀 2되, 석이버섯 1말, 잣	①멥쌀+참쌀+물→담그기→가루내기 ②석이버섯+더운물→씻기→다듬기→씻기 ③ ①+②→섞기→팔시루편처럼 얹히기 ④ 잣→다지기→ ③에 켜 놓아 찌기	담그다, 가루내다. 씻다, 다듬다, 찢다, 섞다, 얹히다, 켜놓다	시루	말 되	가장 별미이다
	밤설기법	밤, 참쌀가루, 꿀물	밤→그늘에 말리기→ 찢기→ 체로 치기→고운가 루내기+참쌀가루+꿀물→반죽하기→켜 놓아 찌기	말리다. 찢다 체치다, 가루내다, 반죽하다. 켜놓다, 찌다	체, 시루		

음식 디미방	상화법	밀, 멧쌀, 기울 3되, 누룩 5홉, 물, 좋은 술 1술, 상화가루 소 : 외, 박, 석이, 표고, 참버섯, 단간장, 기름, 잣, 후추, 팔	①밀→ 찢기→까불어 버리기→씻기→ 멧석에 말리 기→두 번 찢기→어레미로 치기→가는체로 치기→ 가는 모시에 체 치기	찢다, 까부리다, 말리다, 체 치다, 끓이다, 젓다, 받치다, 반죽하다, 빻다, 찌다, 체 썰다, 삶다, 볶다, 찢다, 몽개다	멧석, 키, 체, 모시, 막대, 주대 (명주자루), 어레미, 숯불 숯뚜껑, 밥보자기, 시루, 소래 (독 뚜껑이나 굽 없는 질그릇)	되, 홉, 술, 한줌		
			②①의 남은 기울 체 치기+쌀 한줌+물→끓이기 ③기울+②의 죽→파대로 짓기→죽 쑤기→ 차게 식히기 ④누룩+물→누런 물 따라 버리기+좋은 술→③에 혼합→불열 불한 곳에 두기→이튿날 반복→술 받 치기→가는 명주자루에 받치기 ⑤④+상화가루→반죽→빻기→부풀면 찢기 *소 만들기 - 외 또는 박→채썰기→무르게 삶기→석이, 표고, 참버섯 가늘게 찢기+단간장+기름→볶기+잣+후추 - 여름 바쁠 때 : 거피 팔 찢기→어레미에 치기+꿀 여름에 미리 만들 때: 팔 →찌기→몽개기→숯불에 숯뚜껑 놓고 볶기→마 르면 찢기→체에 치기+꿀(쉽게 섞지 않는다)					
주방문	상화	멧쌀, 누룩, 밀술 2되, 쌀 5홉, 밀가루, 소금, 소: 팔, 콩가루, 꿀, 채소	멧쌀→ 된죽 쑤기 + 누룩 또는 밀술 → 반죽하기 → 따뜻한 곳에 두기 → 부풀어 일면(괴면) 시루에 베보자기 깔기 → 밀가루 반죽하기 →고명 놓기 → 찢기	죽쑤다, 반죽하다,쉬다, 켜켜 놓다, 찢다	시루, 베보자기	말	밀술이 적으면 2일 만에 사용하고 아니면 3일 만에 사용한다.	
			① 멧쌀→죽 쑤기→ 식히기 ②누룩→ 옷겉질 벗기기+물→담그기→ 붉은 물 우 려내 버리기 +물→담그기→주무르기→ 물 받기 ③ ①의 죽+②의 물 → 섞기→끓이기→ 따뜻한 곳 에 두기(2일) ④ 멧쌀→ 죽 쑤기(밀술 2되+죽 5홉) ⑤ ③+④→섞기→ 술이 괴면 +소금 + 밀가루 → 반죽하기 → 괴면 시루에 찢기 소 : 정함(팔소) 또는 콩가루 + 꿀 또는 채소	죽 쑤다, 식히다, 우려내다, 주무르다, 벗기다, 담그다, 섞다 받다, 괴다, 반죽하다, 찢다	시루	되, 홉	시루에 증편 찌듯이 한다. 반죽이 녹녹하여야 연하여 좋다.	
요록	상화법	기화(其火)4되, 술찌꺼기1사발 밀가루3말, 쇠고기(돼지고기)1사 발, 참기름1홉, 마장(磨醬)1잔, 후춧가 루 반숟가락, 잣2홉	①기화→죽쑤기+술찌꺼기→술빻기→체로 받치기+ 밀가루→반죽하기→부풀리기 ②쇠고기(또는 돼지고기)→잘게 썰기+참기름+마장 +후춧가루+잣→섞기 ③ ①의 반죽+②→만두같이 만들기→술에 정그레 놓고 찢기	죽쑤다, 빻다, 받치다. 반죽하다, 썰다, 섞다, 부풀리다, 만들다, 찌다	체, 술, 정그레	되, 사발,홉, 잔 숟가락	기화=밀기울	
			증병	멧쌀3말, 밤, 대추, 잣, 술	멧쌀→가루내기+밤+대추+잣+술→시루에 찢기	가루내다, 섞다, 찢다	시루	말
			송병	멧쌀, 술잎	멧쌀→가루로 찢기→떡 만들기→술잎깔기→떡 한 겹 놓기→술잎피기→찌기→떡을 물에 씻기	가루로 찢다, 깔다, 찢다		

「지봉유설」에는 밀가루에 대추를 넣고 찢 대추떡을 조
고라고 기록되어 있고 대추 외에 밤과 누런 은행과 같은
과일이 이용되었다. 또한 애고는 쌀가루에 축을 넣어 찢
떡으로 기록되어 있다. 「도문대작」(1611)에도 애고의 기록
은 있으나 조리법은 없었는데 비슷한 시기인「지봉유설」
(1613)의 기록으로 보아 모두 지금의 축설기로 볼 수 있다.

「음식디미방」의 증편법은 먼저 쌀과 술이나 누룩으로
기주(起酒)를 만든 후 쌀가루에 기주를 넣고 찢는 법으
로 오늘날의 기주떡, 또는 술떡이라고도 하는 증편의 조
리법이다. 석이편법은 멧쌀과 찹쌀을 가루 내어 손질하여

잘게 썬 석이버섯을 섞어 시루에 편편이 놓고 잣가루를
켜켜 놓아 찢 것으로 가장 별미라고 기록되어 있다. 밤설
기법은 밤을 곱게 가루 내어 찹쌀가루와 꿀물로 반죽하
여 썰어 놓아 찢 것으로 석이편법과 같은 방법이다. 상
화법은 먼저 밀가루, 쌀가루와 기울을 넣고 죽을 쑤어 차
게 식힌 다음 누룩과 좋은 술로 반죽하여 술을 빻은 후
상화가루에 술을 넣고 발효시켜 찢 것이다. 상화에 넣은
소는 외, 박, 석이버섯, 표고버섯, 참버섯과 같은 채소류를
볶아 넣거나 여름에는 거피팔을 찢어 꿀과 섞어 넣어 소
의 재료가 매우 다양하다.

「주방문」의 기준편은 「음식디미방」의 증편법과 같이 멧쌀에 누룩이나 밀술을 넣어 술을 빚은 후 밀가루에 술을 넣어 찐 떡이다. 상화는 먼저 멧쌀로 죽을 쑤고 누룩과 밀술을 넣어 술을 만든 후 밀가루, 소금을 넣고 반죽하여 팔소 또는 콩가루와 꿀을 섞은 것, 채소 등의 소를 넣어 찐 떡이다.

「요록」의 상화병은 밀기울에 술 찌꺼기를 넣고 술을 빚은 후 밀가루와 섞어 반죽하여 부풀리고 쇠고기나 돼지고기를 잘게 썰어 양념하여 소로 넣어 만두처럼 찐다고 기록되어 있다. 증편은 멧쌀가루에 밤, 대추, 잣, 술을 넣고 시루에 찐 떡이고, 송편은 멧쌀가루로 떡을 빚고 떡과 술잎을 켜켜 놓아 찐 것으로 오늘날의 송편이다.

1600년대의 문헌인 「도문대작」, 「음식디미방」, 「주방문」, 「요록」에는 모두 증편(병)과 상화(병)가 기록되어 있다. 증편과 상화는 모두 곡물가루에 술, 누룩 등의 발효제를 이용하여 부풀려 찐 떡이지만 증편은 쌀가루에 술을 넣고 찐 반면 상화는 밀가루에 술을 넣고 팔이나 콩가루, 채소, 육류 등의 다양한 소를 넣어 찐 것이 다르다.

각 문헌에 기록된 상화를 비교하여 보면 한자가 다소 다르지만 조리법은 비슷하여 공통적으로 곡물가루에 술을 넣어 발효시켜 소를 넣고 찐 것이다. 그러나 상화의 재료는 문헌별로 다소 차이가 있다. 「음식디미방」의 상화는 반죽의 주재료가 상화가루로만 기록되어 있어 특정 곡류의 기록은 없고, 떡의 발효를 위해 빚는 술의 재료는 밀과 멧쌀 그리고 누룩과 술을 사용하고 소는 여러 가지 채소나 팔을 넣어 찐다. 「주방문」의 상화는 멧쌀과 누룩으로 빚은 술을 밀가루에 넣어 부풀리고 소는 팔이나 콩가루 또는 채소를 넣어 찐다. 반면 「요록」의 상화병은 밀기울과 술 찌꺼기를 이용하여 술을 빚은 후 밀가루에 넣어 부풀려 찐 방법은 비슷하나 소는 「음식디미방」이나 「주방문」에서와는 달리 쇠고기나 돼지고기를 넣는다. 상화의 재료가 밀가루이고 고기로 만든 소를 넣는 것이 마치 오늘날의 고기만두를 연상케 한다. 그러나 「요록」의 상화병 조리법에 ‘소를 넣어 만두같이 찐다’고 하여 만두와는 구별되며 또 「주방문」의 지진 떡 중(Table 4) 곁절편법의 조리법에도 ‘상화 속처럼 만들고’, ‘만두처럼 빚는다’는 표현이 되어 있어 상화와 만두는 구별됨을 알 수 있다. 이성우(1999)는 오늘날 우리나라에서 소를 넣고 찐 것을 흔히 만두라고도 하는데 이것은 개화 이후 일본을 통하여 들어온 명칭이라고 하였다.

상화의 기록은 고려가요 중에 나타나는데, 「쌍화점(雙花店)」이라는 가요에, ‘쌍화점에 쌍화(雙花)사러 가고신던 회회아비 내손모글 주여이다’라는 내용으로 보아 고려시대에 쌍화, 즉 상화 파는 가게가 있었고 고려인들이 상화를 즐겼음을 알 수 있으며(강인희 등 2000) 조선시대까지도 전해져 즐겨 먹은 것 같다. 김귀영과 이성우(1986)는 주방문의 상화를 오늘날의 호빵과 같은 무리라고 하였다.

이효지(1998)는 상화는 고려시대 원(元)으로부터 들어와 시판되었으나 고려에는 밀가루가 귀해서 밀가루 대신 쌀가루에 막걸리를 넣고 발효시켜 찌서 먹는 찐 떡인 기주떡, 증편, 술떡 등으로 발전된 것으로 본다고 하였다. 또한 오늘날에는 밀가루와 막걸리를 넣어 발효시켜 콩이나 깨에 꿀을 넣은 소를 섞어 찐 것을 상화병(霜花餅)이라고 하고 6월의 절식으로 이용한다(이효지 1998). 따라서 상화는 밀가루를 재료로 한 오늘날의 만두와 형태가 비슷하지만 술을 넣어 발효시켜 부풀려 찐 떡으로 분류하는 것이 옳다고 판단되며 향후 보다 정확한 분류를 위해 계속된 연구가 필요하다.

찐 떡류의 주재료인 곡류는 멧쌀, 찹쌀, 귀리, 밀 등을 찌거나 가루를 만들어 사용되었다. 부재료는 팔, 녹두, 콩 등이 있고 석이, 표고, 참버섯 등의 버섯류가 있다. 채소류는 더덕, 마른고사리, 쪽 잎, 외, 박 등이 사용되었고 단지 채소라고도 기록되어 있어 당시에 먹었던 여러 가지 채소가 떡의 부재료로 사용되었던 것 같다. 또 쇠고기와 돼지고기, 오리알도 소의 재료로 사용되었고 꽃감, 대추, 잣, 밤, 호두 등의 과일 및 견과류가 고명이나 소의 재료로 사용되었다.

조리에 사용된 조리 기구는 시루, 체, 주대, 베보자기, 모시, 정그레 등의 기록이 있다. 「도문대작」의 석이병 조리법에는 늦쇠시루를 사용한다는 기록이 있어 시루의 재질을 분명히 알 수 있다. 또 「음식디미방」의 상화병에는 명석, 키, 체, 모시, 막대, 주대(명주자루), 어레미, 숯불, 밥보자기, 시루, 소래 등 조리기구의 기록이 매우 자세하다. 계량단위는 「음식디미방」, 「주방문」, 「요록」에 말, 되, 홉, 사발, 잔, 술, 숟가락 등을 사용한 기록이 있다.

2. 친 떡

친 떡의 종류, 재료 및 분량, 조리법, 조리용어, 조리기구 및 계량단위는 Table 3과 같다.

「산가요록」의 잡과병은 찹쌀로 인절미를 만들어 꿀과 여러 가지 과일을 섞은 떡으로 과일의 종류는 기록되어 있지 않다.

「용재총화」의 자병(饗餅)은 ‘제전(祭奠)에 올리는 음식 중 하나’로 기록되어있는데 지금의 인절미로 추정된다.

「도문대작」의 월병과 설병 그리고 절병은 모두 사계절 먹는다고 기록되어 있고 조리법은 없다. 월병은 지금의 달떡과 같은 것이며 설병은 ‘설(舌)’자가 ‘혀’를 의미하므로 혀의 모양처럼 생긴 인절미나 절편을 생각할 수 있고(강인희 1997) 절병은 지금의 절편으로 볼 수 있다.

「지봉유설」에는 자도병(饗稻餅)이 기록되어 있는데 별도의 조리법이나 재료는 없지만 본문 중에 ‘예기(禮記) 주(註)에 허신(許慎)이 말하기를 인절미(饗稻餅)는 쌀로 만든 것이고 인절미에는 콩으로 만든 가루를 묻힌 것이고 지금 풍속과 같다’고한 기록을 미루어 볼 때 자도병

Table 3. Kinds of Chin-tteoks and ingredients, amounts, cooking methods, terminology and utensils

문헌	떡명	재료 및 분량	조리법	조리용어	조리기구 계량단위	비고
산가요록	잡과병	참쌀, 꿀, 여러 가지 과일	참쌀 → 인절미 만들기→꿀 묻히기→여러 가지 과일 썬 것 섞어 묻히기	묻히다		
용재총화	자병					인절미
도문대작	월병					사계절
	설병					사계절
	절병					사계절
지봉유설	자도병					인절미
음식디미방	인절미 굽는 법	인절미, 엿				
요록	청병	쭉잎, 갯물, 쌀가루, 기름	쭉잎→잘게 짓쪄기→갯물에 삶기→씻기 쌀가루+쭉잎→시루에 찌기→쪄기→안반 위에서 기름 바르기→틀에 찍어내기	짓쪄다, 삶다, 찌다, 찍어내다	시루, 안반, 틀	여귀잎, 미나리도 됨

은 인절미와 같음을 알 수 있다.

『음식디미방』에 인절미 굽는 법(맛질방문)이 기록되어 있는데 ‘인절미 속에 엿을 한 치 만큼 꽃아 넣어 두고 불에 얹어 문근한 불로 엿이 녹색이 구어 아침에 먹는다’고 하였다. 이는 인절미에 엿을 넣어 굳는 것을 지연시키고 또 굳어진 것은 구워서 맛도 좋아지게 하기 위한 지혜로운 방법이라 할 수 있으며 오늘날 아침식사 대용식으로 활용할 수 있는 방법이다.

『요록』의 청병은 쭉 잎을 삶아 쌀가루와 함께 찌서 쪄고, 틀에 찍어낸다고 하였으니 지금의 쭉절편인 것 같다. 쭉 잎 대신 여귀 잎이나 미나리도 가능하다고 한 것으로 보아 푸른 채소를 재료로 하여 청병이라고 이름 지어진 것 같다.

친 떡류에 사용된 곡류는 찹쌀가루와 쌀가루이며 쭉 잎, 여귀 잎, 미나리 등의 채소류와 여러 가지 과일이 부재료로 사용되었다. 특히 쭉 잎을 사용한 기록이 많은데 찌 떡 중 애고(艾糕)는 『도문대작』과 『지봉유설』에 기록되어 있고 『용재총화』에는 쭉 잎으로 설고(雪糕)를 만든다고 하였고, 친 떡 중 『요록』의 청병에도 쭉 잎이 사용된 기록이 있어 오늘날 떡에 쭉을 많이 사용하듯 옛부터 쭉의 사용이 많았음을 알 수 있다.

조리에 사용된 조리 기구는 시루, 안반, 틀의 기록이 있어 그것이 오늘날까지 이어져 온 것임을 알 수 있다. 계량단위의 기록은 없다.

3. 지진 떡

지진 떡의 종류, 재료 및 분량, 조리법, 조리용어, 조리기구 및 계량단위는 Table4와 같다.

『산가요록』의 갈분전병은 자세한 조리법은 없고 재료인 생 칩뿌리를 다듬어 저장했다가 쓰라고 되어 있는 것으로 보아 칩뿌리를 한꺼번에 전분을 만들어 저장해 두었다가 떡으로 만들어 먹은 것 같다. 송고병은 소나무 속껍질을 가루로 만들고 찹쌀가루와 꿀물로 반죽하여 잣을 넣

고 기름에 지진 떡이다. 우자박은 토란을 삶아 찹쌀을 섞고 익혀서 쪄어 떡을 만들고 기름에 지진 것으로 토란병과 같은 것이다.

『용재총화』에는 답청절(3월3일)에 꽃술을 지진 전, 즉 화전(花煎)과 술을 마신다고 하였으며 별도의 조리법이나 재료의 설명은 없다.

『동의보감』의 근화전병, 도화전병, 도화악전병, 백복령전병, 납전병은 각각 무궁화꽃, 복숭아꽃, 복숭아꽃받침, 백복령 그리고 황랍을 밀가루와 섞어 지져 떡을 만든다. 『동의보감』에 기록된 떡은 오늘날의 일상적인 떡과는 다른 것으로 병의 치료나 완화를 위해 처방된 식사요법의 한 방법으로 볼 수 있으며 또는 먹을거리가 충분하지 않았던 시절의 구황식품으로서의 의미로도 볼 수 있다. 즉, 근화전병은 [내경편(內景篇)]에 대변의 단방 중 하나로 ‘무궁화꽃을 밀가루에 섞어서 전병(煎餅)을 만든다’고 기록되어 있고, 도화전병은 ‘꽃이 떨어질 무렵 주워 말린 후 가루 내어 전병을 만들어 먹으면 대소변을 잘 나오게 한다’고 기록되어 있다. 또, 도화악전병은 [잡병편(雜病篇)]에 설사의 단방으로 ‘복숭아꽃이 질 때 복숭아꽃받침을 따서 밀가루에 반죽한 다음 전병을 만들어 먹으면 적취(積聚)를 삭이고 대소변이 잘 나온다’고 기록되어 모두 민간에서 쉽게 얻을 수 있는 재료를 이용하여 떡의 형태로 만들어 먹었던 것이고, 또 백복령전병과 납전병은 모두 ‘먹으면 배고프지 않다’고 기록되어 있어 구황식품으로서의 역할도 한 것 같다.

『도문대작』의 두전과 이화전은 봄의 시식, 장미전은 여름시식 중 하나이고 가을 시식에 국화병, 겨울 시식 중에 송고유밀병이 있다. 모두 조리법은 기록되어 있지 않으나 두전, 이화전, 장미전 및 국화병 모두 각 계절에 피는 꽃으로 만드는 화전(花煎)이며 송고유밀병은 지금의 송기떡으로 생각된다.

『음식디미방』의 십산삼법은 더덕을 찹쌀가루에 묻혀 기름에 지진 후 꿀에 재운 것이다. 이는 더덕을 꿀물에 넣

Table 4. Kinds of Jijin-tteoks and ingredients, amounts, cooking methods, terminology and utensils

문헌	떡명	재료 및 분량	조리법	조리용어	조리기구 계량단위	비고
산가요록	갈분전병	생침뿌리	생 침뿌리 →씻기 →돌 위에 놓고 쪄기 →광주리에 담기 →나무통 속에 넣고 씻기→물 따라버리기(물이 맑아지면)→그 위에 종이 깔기→재를 그 위에 깔기(침의 물기 제거)→꺼내어 말리기→저장했다가 쓰기	쪄다, 재를 깔아 물기 제거하다, 말리다, 씻다	돌, 광주리, 나무통, 종이	침가루 전병
	송고병	소나무 속껍질 참쌀가루 동량 꿀물, 잣, 기름	소나무속껍질→가루내기+참쌀가루+꿀물→반죽하기→소(잣) 넣기→기름에 지지기	가루내다, 반죽하다, 지지다		
	우자박	토란 1말, 참쌀 1되 반, 기름	토란→껍질 벗기기→씻기→무르도록 삶기→두꺼운 껍질 골라내기+참쌀→섞기→익히기→쪄기→떡 만들기→기름에 지지기	껍질 벗기다, 씻다, 삶다, 섞다, 익히다, 쪄다, 지지다	말, 되	토란떡
용재총화	화전	꽃술[蕊]	꽃술→지지기	지지다		답청절 절식
동의보감	근화전병	무궁화꽃, 밀가루	무궁화꽃→가루내기+밀가루→전병 만들기	가루내다, 전병만들다		근화=무궁화꽃 ; 적백이질을 치료한다.
	도화전병	복숭아꽃	복숭아꽃→그늘에 말리기→가루내기→전병으로 만들기			도화=복숭아꽃; 대소변을 잘 나오게한다
	도화약전병	복숭아꽃받침	복숭아꽃받침+밀가루→반죽하기→전병만들기	반죽하다, 전병만들다		도화약=복숭아꽃받침; 적취를 삭이고 대소변을 잘나오게한다.
	백복령전병	백복령4냥, 밀가루2냥, 물, 황랍	백복령가루+밀가루+물→반죽하기+녹인황랍(기름대신)→전병지지기	반죽하다, 전병지지다	냥	밥을 먹지 않아도 된다.
	납전병	밀가루 1근, 황랍	밀가루→반죽하기+녹인 황랍→전병지지기		근	먹으면 배고프지 않다
도문대작	두전					서울 봄절식
	이화전					서울 봄절식
	장미전					서울 여름절식
	국화병					서울 가을절식
	송고유밀병					사계절
음식디미방	섭산삼병	더덕, 참쌀가루, 기름, 꿀[淸蜜]	더덕→껍질 벗기기+물→ 쓴맛 우려내기→안반에 놓고 두드리기→수건에 싸서 물기 짜기→참쌀가루 묻히기→기름에 지지기 →꿀에 재우기	껍질벗기다, 우려내다, 두드리다, 물기짜다, 묻히다, 지지다, 재우다	안반	
	전화법	두견화 또는 장미화 또는 출단화, 참쌀가루,메밀가루,기름, 꿀	두견화(장미화, 출단화) 또는 참쌀가루+거피한 메밀가루→질게 반죽하기→기름 끓이기→반죽 떠놓기 → 지지기→한김 나가면 꿀 얹기	질게 반죽하다 끓이다, 떠 놓다, 지지다, 얹다		두견화=진달래꽃, 출단화=죽도화, 황매화
	빈자법	녹두, 거피한 팥, 꿀	녹두→거피하기→되직하게 갈기 빈철에 기름 붓고 끓이기→녹두 간 것을 작게 떠 놓기→소 넣기→ 녹두 간 것 덮기→지지기 소: 거피한 팥+꿀→ 반죽하기	끓이다, 갈다, 거피하다, 반죽하다 ,지지다		유자빛 같이 지진다
주방문	꽃전	메밀가루 2분, 찰가루 1분, 꿀물	메밀가루+찰가루 →누룩하게 지지기 →뜨거울 때 꿀물에 담그기	지지다, 담그다	분	꽃이 많아야 좋다.
	점절편법	밀가루 1되, 메밀가루 5홉, 녹두가루 2홉, 고기, 생강, 마늘, 기름, 초간장(초지렁)	밀가루+메밀가루+녹두가루 →섞기→소(고기)넣기 → 만두처럼 빚기 → 기름에 지지기 →생강+마늘+초간장에 찍어 먹기	반죽하다, 속을 넣는다, 빚다, 지진다	되, 홉	속은 상화 속처럼 만든다.

요록	출전	출(삼주뿌리) 1석, 물 3섬, 기장쌀3말	①출+물→씻기→검은 껍질 벗기기→잘게 썰기+물→끓이기(물1섬이 될 때까지)→찌꺼기 버리기 ②기장쌀→갈기→가루만들기+①찰출끓인즙→연한불로 끓이기→저어 떡 만들기(직경 3치로 둥글 넓적하게)	벗기다, 썰다, 끓이다	석, 말, 치, 개	매번 한번에 1개씩 먹으면 모든 병이 없어지고 몸이 가볍고 눈이 밝아지며 오랫동안 복용하면 곡식을 안먹고도 살수 있으며 수명이 연장되어 오래 살게 된다.
송고병		소나무 껍질, 잣물, 찹쌀가루, 참기름	소나무껍질 벗기기→겉껍질 버리기→ 정결한 벗기다, 삶다, 씻다, 속껍질+잣물→삶기→씻기+물→담그기(1일)→방 담그다, 찜다, 썰다, 아에 찜기+찰쌀가루→덩어리될 때까지 떡만들다, 방아 섞기→두드려 떡 만들기→참기름에 두드리다, 지지기→붉은 색이 나면 쭈대 발에 식히기 지지다, 식히다			
유병		찰쌀가루, 기름	찰쌀가루→떡 만들기→기름에 지지기→쭈대 발에 얹어 기름 빼기	지지다, 익히다 기름 빼다		
견전병		밀가루1말, 메밀가루5되, 녹두가루6되, 연한고기, 참기름, 훈초(薰醋)	밀가루 + 메밀가루 + 녹두가루 + 물→반죽하기+고기(소)→만두 같이 만들기→지지기→훈초를 같이 냄	반죽하다 반죽하다, 지지다	말, 되	
빙자		겉녹두3되, 기름2홵, 압자(鴨子)	겉녹두+물→담그기(하룻밤)→건지기→ 곱게 갈기→기름을 솔에 바르기→소(압자)넣기→수저로 떠놓아 지지기	담그다, 건지다, 갈다, 바르다, 소를 솔, 수저 넣다, 지지다	되, 홵	압자=오리알

었다가 멍쌀가루에 묻혀 시루에 쪄 「산가요록」의 산삼병과 재료는 비슷하나 찌는 것에서 지지는 법으로 조리법의 변화를 볼 수 있다. 전화법은 ‘두견화나 장미화 또는 출단화 등의 꽃잎을 찹쌀가루와 메밀가루로 반죽하여 기름에 지지 꿀을 엷는다’고 하였으니 화전(花煎)을 만드는 방법을 기록한 것이다. 빙자법은 녹두를 갈아 번철에 떠 놓고 소(팥소)를 넣고 녹두 간 것을 덮어 지지는 것이다.

「주방문」의 꽃전은 메밀가루와 찹쌀가루를 섞어 지지고 꿀물에 담그고 꽃이 많으면 좋다고 한 것으로 보아 화전(花煎)이다. 겹절편법은 밀가루, 메밀가루, 녹두가루를 섞어 반죽하고 맛있는 고기로 상화 소 같이 하여 만두처럼 빚어 기름에 지진 떡이며 생강, 마늘, 초가 들어간 양념장에 찍어 먹는다고 기록되어 있다.

「요록」의 출전은 삼주뿌리를 끓여 즙을 내어 기장쌀가루와 끓여 떡을 만든다고 하였고 매일 먹으면 모든 병이 없어지고 또 곡식을 먹지 않아도 살 수 있고 수명이 연장된다고 기록되어 있어 「동의보감」의 지진 떡류처럼 약리적 작용과 식량을 대신하는 의미를 가진 것 같다. 송고병은 소나무껍질을 삶아 찜어 찹쌀가루와 반죽하여 참기름에 지진 떡이며, 「산가요록」의 송고병과 재료와 만드는 법은 비슷하나 소가 들어가지 않고 참기름으로 지지는 것이 다르다. 유병은 찹쌀가루로 떡을 만들어 기름에 지진 것이다. 견전병은 밀가루와 메밀가루 그리고 녹두가루로 반죽하여 고기소를 넣어 만두처럼 빚어서 지진 후 훈초(薰醋)에 찍어 먹는다고 기록되어 있는데 「주방문」의 겹절편법과 재료와 만드는 법이 거의 같아 시대가 흐르면서 이름이 변한 것일 수 있다. 빙자는 녹두를 갈아 오리알[鴨子]을 소로 넣고 다시 반죽을 놓아 지진 떡으로 「음

식디미방」의 빙자법과 유사하며 모두 오늘날은 부식으로 더 많이 이용되는 빈대떡과 비슷하다. 지금의 빈대떡이 조선중기까지는 지지는 떡의 한 품목이었다(강인희 등 2000). 그 후 소를 넣지 않고 지지내 이름은 그대로 빙자로 이어지고(이성우 1999) 빈대떡으로 변화된 것 같다.

지진 떡류의 재료 중 곡류는 찹쌀가루, 메밀가루, 녹두가루, 밀가루 등이 사용되었고 부재료는 칩뿌리, 소나무속껍질, 토란, 꽃술, 두견화, 장미화, 출단화, 국화, 출(삼주뿌리), 솔잎, 무궁화꽃, 복숭아꽃, 백복령 등 종류가 매우 다양하다. 특히, 칩이나 소나무껍질, 토란, 솔잎 등은 먹을거리가 충분하지 않았던 때에 적은 재료로 많은 사람들이 배불리 먹기 위해 사용되었던 구황식품들이다. 세종 때에는 「구황벽고방」, 「구황보유방」, 「구황법」 등의 많은 구황서가 있는데 이들 구황서에는 솔잎, 소나무껍질, 칩뿌리, 버섯류, 연근 등 이루 헤아릴 수 없을 정도로 많은 구황식품이 있다(강인희 등 2000).

지진 떡류의 조리에서 사용된 조리 기구는 돌, 광주리, 나무통, 종이 안반, 방아, 수저 등이 있고 계량단위는 냥, 분, 되, 홵, 석(섬), 말, 치, 개, 홵 등이 기록되어 있다.

4. 삶은 떡

삶은 떡의 종류, 재료 및 분량, 조리법, 조리용어, 조리기구 및 계량단위는 Table 5와 같다.

「산가요록」의 잡병은 메밀과 찹쌀가루를 섞어 약과 두께로 밀어 삶은 후 꿀에 담가 밤 가루나 여러 과일을 묻힌다고 하여 친 떡류에서 찹쌀로 인절미를 만들어 여러 과일을 묻혀 만드는 잡과병과 재료는 비슷하지만 잡병은 삶은 것이 다르다.

Table 5. Kinds of Salmeun-tteoks and ingredients, amounts, cooking methods, terminology and utensils

문헌	떡명	재료 및 분량	조리법	조리용어	조리기구	계량단위	비고
산가요록	잡병	메밀가루 1되 참쌀 1되 3홉 꿀, 밤가루, 여러 과일	메밀가루+참쌀가루→밀기(국수관에 약과 두께로)+물 →삶기→ 꿀에 담그기→밤가루(또는 여러 과일) 묻히기	밀다, 삶다, 묻히다	국수관	되, 홉	
동의보감	백복령병	백복령4냥, 보리가루(또는 밀가루)1근, 생소젓	백복령가루+보리가루(또는 밀가루)+생소젓→반죽하기→사방 1치 크기 떡 만들기 →삶기	반죽하다, 떡만들다, 삶다		냥, 근, 치	곡식을 먹지 않아도 배가고프지 않다
도문대작	경고						
음식디미방	잡과편법	참쌀가루, 꿀, 곶감, 삶은 밤, 대추, 잣	참쌀가루 → 되게 반죽하기→주악같이 썰기→삶기→꿀 바르기→ 깃두드린 곶감+ 삶은 밤+대추+잣 묻히기	반죽하다, 썰다, 삶다, 바르다, 깃두드리다, 묻히다			
요록	쇄백자	참쌀가루, 잣, 꿀	참쌀가루→떡 만들기→삶기→식히기 →꿀에 담그기→잣가루 바르기 * 잣가루 만들기 :잣→쪄기→거친 가루	가루로 만들다 바르다			
	경단병	참쌀가루, 꿀, 정함(丁舍)	참쌀가루→떡 만들기→삶기→꿀물에 담그기→정함 바르기→그릇에 담기→ 꿀 더하기	삶다, 담그다, 바르다, 더하다	그릇		

『동의보감』 [잡병편(雜病篇)]의 잡방(雜方)에는 ‘곡식이 없이 주리지 않는 방법’의 하나로 일부 재료로 병(餅)을 만드는 법이 기록되어 있다. 백복령병은 ‘백복령을 보리가루나 밀가루에 소젓을 생것으로 넣어 반죽하여 떡을 삶아 먹으면 배가 고프지 않다’고 기록되어 있는데 백복령을 밀가루와 반죽하여 황랍에 지진 백복령전병과 달리 삶아 만들었고 반죽에 소젓이 들어간 것이 매우 특이하다. 복령(茯苓)은 이뇨작용, 만성위염, 복통, 혈당강화작용, 진정작용 등에 약효가 있어 옛 부터 우리나라와 중국, 일본 등에서 한약재와 생약재로 많이 이용되고 있다(김병각 등 1995). 1915년도의 『부인필지』에는 백복령 가루와 쌀가루를 설탕물과 섞어 찌는 백복령병이 기록되어 있는 것(강인희 등 2000)으로 보아 모두 복령의 약리작용을 이용한 약식동원(藥食同源)의 조리법으로서 발달해 온 우리 음식 중의 하나라고 할 수 있다.

『음식디미방』의 잡과편법은 참쌀가루를 반죽하여 주악처럼 썰고 삶은 후 꿀을 바르고 곶감, 밤, 대추, 잣을 묻힌 것으로 단자나 경단과 같은 형태이고 『산가요록』의 잡병과 비슷하다.

『요록』의 쇄백자, 경단병은 모두 참쌀가루로 떡을 만들어 삶고 꿀을 발라 잣가루를 바르는 법이다. 경단병은 『요록』에 처음 기록되어 있다.

삶은 떡류의 주재료는 메밀가루, 참쌀가루, 보리가루 등의 곡류와 백복령가루가 사용되었고 곶감, 삶은 밤, 잣, 여러 과일, 소젓, 꿀 등의 사용 기록이 있다. 조리법에 사

용된 조리기구는 국수관, 그릇 등이 있고 계량단위는 되, 홉, 냥, 근, 치 등의 기록이 있다.

5. 구운 떡

구운 떡의 종류, 재료 및 분량, 조리법, 조리용어, 조리기구 및 계량단위는 Table 6과 같다.

구운 떡의 기록은 『동의보감』과 『요록』에서 볼 수 있다. 『동의보감』의 도화소병은 [내경편(內景篇)] 대장부(大腸腑)의 단방(單方)에 ‘도화꽃이 떨어질 무렵 꽃잎을 밀가루에 반죽하여 소병(燒餅)을 만들어 먹으면 좋다’고 기록되어 있는데 소병은 구운 떡이라는 뜻이다. 도화약소병은 [잡병편(雜病篇)] 적취 단방에 ‘복숭아꽃이 질 때에 받침을 따서 밀가루와 섞은 다음 떡을 만들어 구어 먹는 다’고 기록되어 있다. 옥리인소병은 [잡병편(雜病篇)]의 적취 단방에 ‘옥리인 가루를 밀가루와 반죽하여 떡을 만들어 구워서 먹는 다’고 기록되어 있고, 부종의 단방에도 ‘소병으로 만들어 먹는다’고 기록되어 첨가되는 옥리인의 양은 차이가 있으나 만드는 법은 비슷하다. 견우자소병은 [잡병편] 부종 단방에 ‘나팔꽃씨를 보리가루와 섞어 떡을 만들어 구워 먹으면 기를 내리는 효과가 있다’고 기록되어 있다. 『동의보감』의 소병은 모두 치료를 위해 민간에서 사용할 수 있는 생약재료로 떡을 만들어 먹도록 한 것 같다.

『요록』의 소병은 밀가루에 참기름, 탁주, 물을 넣어 반죽하여 떡을 만들어 꿀을 바르고 잣과 실개를 묻혀 솔에 넣어 누렇게 구운 떡이다. 이는 『동의보감』의 소병류와

Table 6. Kinds of Guun-tteoks and ingredients, amounts, cooking methods, terminology and utensils

문헌	떡명	재료 및 분량	조리법	조리용어	조리기구 계량단위	비고
동의보감	도화소병	복숭아꽃, 밀가루	복숭아 꽃+밀가루→반죽하기→ 만들기	반죽하다, 만들다		도화=복숭아꽃, 대소장을 잘 통하게 한다.
	옥리인 소병	①옥리인 2전, 밀가루 ②옥리인 1홉, 밀가루	①옥리인+끓인물→담그기→겉질버리기→ 가루내기+밀가루→반죽하기→떡만들기→ 소병으로 만들기 ②옥리인→가루내기+밀가루→섞기→떡만들기→소병(燒餅)으로 만들기	담그다, 가루내다, 반죽하다, 섞다, 떡만들다	전 홉	옥리인=산매자 대변이 잘나온다
	견우자소병	백축과 흑축의 머리 가루 각 2전, 보리 가루(대맥면) 4냥,	백축과 흑축의 머리가루+보리가루→ 반죽하기→소병(燒餅)으로 만들기	반죽하다, 소병만들다	전 냥	견우자=나팔꽃씨, 백축=흰나팔꽃씨, 흑축=검은나팔꽃씨
요록	소병	밀가루1말, 참기름2홉, 탁주2잔, 물4종지, 꿀, 잣 5홉, 실개5홉	밀가루+참기름+탁주+물→반죽하여 떡 만들기→꿀 바르기+잣, 실개 묻히기→솔에 넣기→뚜껑 덮고 누렇게 굽기	반죽하다, 굽다, 바르다	솔 말 홉 잔 종지	

같이 굽는 방법은 같지만 꿀, 잣, 실개 등을 묻혀 더 좋은 맛을 낸 것이다.

구운 떡의 주재료는 밀가루와 보리가루 외에 복숭아꽃, 옥리인가루, 견우자 등이고, 꿀, 잣, 실개 등이 사용되었다. 조리에서 사용된 기구는 솔이고 계량단위는 전, 홉, 냥, 말, 홉, 잔, 종지 등이다.

6. 기타의 떡

기타의 떡은 특정 이름이 없거나 이름이 있어도 조리법이 분명치 않아 분류할 수 없는 떡들이다(Table 1). 「산가요록」의 서여병은 ‘산약을 찌서 썰고 꿀을 묻힌다’고 하였고 「요록」의 산약병은 ‘서여와 밤, 잣, 후추, 건시, 대추를 섞어 절구에 찧어 탄알크기로 떡을 만들어 참기름에 지져서 실녹두와 멥쌀 속에 넣는다’고 기록되어 있으나 떡을 만드는 방법이 확실하지 않아 분류할 수 없다. 「사시찬요초」에는 ‘떡[餅]으로 제사 한다.’ 또는 ‘해(亥)일에 떡[餅]을 먹으면 병이 없다’와 같이 떡의 구체적인 이름이 없이 일반적인 떡[餅]으로만 표현되어 있다. 또 「동의보감」의 도화병은 ‘도화의 꽃반침은 적취(積聚)를 치료하는 효능이 있어 말려 밀가루로 반죽한 다음 떡을 만들어 먹으면 오래된 적취를 몰아낸다’고 기록되어 있으나 떡을 찌는지, 삶는지 그 방법이 정확치 않다. 「도문대작」에 기록된 서울의 시식(時食) 중 사계절 내내 만들어 먹는 떡의 종류 중에 삼병(蔘餅)과 자병(煮餅)이 포함되어 있지만 이름만으로는 떡을 분류할 수 없다. 「지봉유설」의 송부이와 산삼고는 각각 소나무껍질과 산삼으로 만든 떡으로 기록되어 있고 조리법이 없어 구분할 수 없다.

III. 요약 및 결론

17세기 이전 조선시대의 문헌인 「산가요록」, 「사시찬요

초」, 「용재총화」, 「동의보감」, 「도문대작」, 「지봉유설」, 「음식디미방」, 「주방문」 및 「요록」에 기록되어 있는 떡류를 고찰한 결과를 요약하면 다음과 같다.

1. 떡은 찐 떡, 퉁 떡, 지진 떡, 삶은 떡, 구운 떡, 기타의 떡으로 분류하였다.
2. 찐 떡은 산삼병(山蔘餅), 약반(藥飯) 2종, 설고(雪糕), 석이병(石茸餅), 애고(艾糕) 2종, 유엽병(槐葉餅), 송병(松餅) 2종, 나시병(糯柿餅), 시올나병(柿栗糯餅), 증병(蒸餅) 2종, 상화(雙花), 조고(棗糕), 증편법, 석이편법, 밤설기법, 상화법, 기증편(起蒸餅), 상화(霜花), 상화병(床花餅) 등 23종이었다.
3. 퉁 떡은 잡과병(雜果餅), 자병(煮餅), 월병(月餅), 설병(舌餅), 절병(節餅), 자도병(資稻餅), 인절미굽는법, 청병(靑餅) 등 8종이었다.
4. 지진 떡은 갈분전병(葛粉煎餅), 송고병(松膏餅), 우자박(芋紫朴), 화진(花煎), 근화전병(槿花煎餅), 도화전병(桃花煎餅), 도화약전병(桃花蓴煎餅), 백복령전병(白茯苓煎餅), 납전병(蠟煎餅), 두전(杜煎), 장미전(薔薇煎), 이화전(梨花煎), 국화병(菊花餅), 송고유밀병(松膏油密餅), 섭산삼법, 전화법, 빈자법, 꽃전(花煎), 겸절편법(兼節餅), 출전(朮煎), 송고병(松膏餅), 유병(油餅), 견전병(堅煎餅), 빙자(氷煮) 등 24종이었다.
5. 삶은 떡은 잡병(雜餅), 백복령병(白茯苓餅), 경고(瓊糕), 잡과편법, 쇠백자(碎柏子), 경단병(敬丹餅) 등 6종이었다.
6. 구운 떡은 도화소병(桃花燒餅), 옥리인소병(郁李仁燒餅), 견우자소병(牽牛子燒餅), 소병(燒餅) 등 4종이었다.
7. 기타의 떡은 서여병(薯蕷餅), 떡, 도화병(桃花餅), 삼병(蔘餅), 자병(煮餅), 송부이(松膚餌), 산삼고(山蔘糕), 산약병(山藥餅) 등 8종이었다.
8. 문헌에 기록된 떡의 명칭은 시대가 바뀌면서 계속 사용되기도 하지만 다소 변형되기도 하고, 또 음(音)은 같

으나 다른 한자어로 기록되어 있는 경우도 있었다. 또한 같은 이름의 떡이 그 재료와 조리법이 다소 차이가 있는 경우도 있었다.

자병은 「용재총화」, 「도문대작」 그리고 「지봉유설」에 기록되어 있는데 「용재총화」와 「지봉유설」의 자병은 인절미를 뜻하나 「도문대작」의 자병은 구분하기 어렵다.

송병 또는 송고병이 「산가요록」, 「도문대작」, 「지봉유설」, 「요록」에 기록되어 있는데 모두 재료 중에 소나무 껍질 또는 솔잎이 사용되었다. 「산가요록」과 「요록」의 송고병은 재료와 제조법이 비슷하고 「지봉유설」의 송피이는 소나무껍질을 이용한 떡으로 추측할 수 있으나 이름만으로는 조리법을 알 수 없다.

증편(병)과 상화가 모두 「도문대작」, 「음식디미방」, 「주방문」, 「요록」에 기록되어 있는데 증편(병)은 쌀가루에 발효제를 첨가하여 부풀려 찐 떡이고 상화는 밀가루에 발효제를 넣고 부풀려 찌는 법은 같으나 증편과 달리 꿀, 콩, 채소, 고기 등의 다양한 소를 넣어 찐 것이 다르다.

9. 떡의 주재료인 곡류는 멥쌀, 찹쌀, 메밀, 밀, 보리, 귀리, 기장 등이 사용되었고 부재료는 꿀, 콩, 녹두 등의 두류와 더덕, 마른고사리, 쑥 잎, 외, 박, 여뀌 잎, 미나리 잎, 출(삼주뿌리), 여러 가지 채소 등이 사용되었다. 견과류 및 과일은 잣, 밤, 호두, 대추, 꽃감, 은행 외에 여러 가지 과일이라고 기록되어 있다. 기타의 재료는 구황식품으로 이용되었던 것으로 볼 수 있는 소나무껍질, 솔잎, 칩, 토란, 꿀, 꽃잎, 백복령, 버섯류, 누룩, 술, 양념류 등이었다.

떡의 주재료로 사용된 곡류 중 찹쌀이 기록된 빈도는 14회로 가장 많았고 그 다음은 밀가루(10회), 멥쌀(8회), 메밀(5회), 보리(2회)이며 귀리, 기장 등은 1회 기록되었다. 부재료 중 가장 많이 기록된 것은 꿀(17회)이었고 그 다음은 기름(8회), 잣(7회), 참기름(4회)이었으며 그 외에 기록된 재료의 빈도는 1회부터 3회 까지 이었다.

10. 조리 기구는 시루, 놋쇠시루, 체, 주대, 베보자기, 모시, 경그레, 명석, 키, 막대, 어레미, 숯불, 밥보자기, 소래, 솔, 안반, 틀, 국수판, 돌, 광주리, 나무통, 종이, 방아, 수저, 그릇 등이었다. 계량단위는 과거에 부피를 재는 단위인 섬, 말, 되, 홉, 작(잔) 등이고 무게의 단위는 냥, 근 등, 길이의 단위는 치와 수량의 개, 그리고 일반적으로 주방의 조리 기구를 이용하여 계량단위를 대신한 사발, 숟가락(술), 종이, 잔 등이 기록되어 있다.

이상과 같이 17세기 이전부터 다양한 떡류가 있었다. 그 중에는 지금까지 전해오는 떡도 있지만 먹을거리가 풍부한 오늘날에는 거의 먹지 않는 재료로 만들어 사라지고 없는 떡의 종류도 있다. 그러나 사라진 떡들 중에는 약리효과가 뛰어난 것들도 있어 이를 토대로 새롭고 다양한 떡의 개발과 연구를 시도한다면 우리 전통의 떡이 맛과 기능성을 겸비한 건강음식으로 발전될 수 있을 것이라 기대한다.

참고문헌

- 강와(强窩) 원저. 1691. 치생요람(治生要覽)
- 강인희. 1997. 한국의 떡과 과죽. 대한고과서(주). 서울. pp 13-116.
- 강인희, 이효지, 조후중, 이춘자, 조신호, 김혜영, 김종태. 2000. 한국음식대관 제3권. 한림출판사. 서울. p 11
- 강희맹(姜希孟) 원저. 1655. 사시찬요초(四時纂要抄).
- 김귀영, 이성우. 1986. 「酒方文」의 조리법에 관한 분석적 연구. 한국생활문화학회지. 1(4):335-349
- 김명호 외 9인 역, 2006, 도문대작(屠門大臠). 신편 국역성소부부고 제25권, 민족문화추진회, 서울
- 김병각, 김양섭, 석순자, 성재모, 신재용, 안영남, 한정혜. 1995. 버섯건강요법. 가림출판사. 서울
- 김수(金綬) 원저. 1500년대 초. 수운잡방(需雲雜方)
- 남만성 역. 1975. 지봉유설(芝峯類說). 을유문화사, 서울
- 맹혜열, 이효지. 1988. 떡류의 문헌적 고찰, 한국식문화학회지. 3(2): 152
- 저자미상. 1680. 요록(要錄)
- 민족문화추진회 역. 1997. 용재총화(慵齋叢話). 솔출판사. 서울
- 성현(成愷) 원저. 1500년대. 용재총화(慵齋叢話)
- 안동장씨 원저. 1670. 음식디미방
- 어숙권(魚叔權) 원저. 1554. 고사촬요(故事撮要)
- 윤서석. 1974. 한국식품사연구. 신광출판사. 서울
- 윤서석. 1985. 증보한국식품사연구. 신광출판사. 서울
- 윤숙경 역. 1998. 수운잡방(需雲雜方). 신광출판사. 서울
- 이문희 외 8인 역. 2004. 산가요록(山家要錄). 농촌진흥청. 수원
- 이성우, 조준하 역 1983. 요록. 한국생활과학연구. 한양대학교 생활과학연구소. 창간호. pp 35-58
- 이성우. 1992a. 한국고식문헌집성, 고조리서(I); 요록, 주방문, 치생요람 부분. 수학사. 서울. pp 282-314
- 이성우. 1992b. 고대 한국식생활사 연구. 향문사, 서울. pp 385-393
- 이성우. 1999. 한국요리문화사. 교문사, 서울. pp 168-172
- 이수광(李睟光) 원저. 1613. 지봉유설(芝峯類說)
- 이철호, 맹영선. 1987. 한국 떡에 관한 문헌적 고찰. 한국식생활문화학회지. 2:117-132
- 이효지. 1988. 조선시대 떡류의 분석적 연구. 미원문화재단. 한국음식문화연구원논총 제1집
- 이효지. 1998. 한국의 음식문화. 신광출판사. 서울. pp 297-304
- 이효지. 1999. 한국식품영양과학회 춘계연합학술대회 논문초록집. 제45차 pp72-87
- 이효지. 2005. 한국음식의 맛과 멋. 신광출판사. 서울. pp200-205
- 전순의(全循義) 원저. 1450년경. 산가요록(山家要錄)
- 하생원(河生員) 원저. 1600년대. 주방문(酒方文). 손락법 편역. 1975 한국고대할행법(韓國古代割烹法). 원문사. 서울
- 한복려 역. 2007. 다시보고배우는 산가요록. 궁중음식연구원. 서울
- 한복려, 한복선, 한복진 역. 2000. 다시보고 배우는 음식디미방. 궁중음식연구원. 서울
- 허균(許筠). 1611. 도문대작(屠門大臠)
- 허준(許浚). 1611. 동의보감국역위원회 역. 2003. 동의보감(東醫寶鑑). 남산당. 대구

2008년 4월 24일 접수; 2008년 6월 25일 심사(수정); 2008년 6월 25일 채택