

한국의 무김치에 관한 역사적 고찰

조우균*

가천의과대학고 식품영양학과

A Historical Study of Korean Traditional Radish Kimchi

Woo-Kyoun Cho*

Department of Food and Nutrition, Gachon University of Medicine and Science

Abstract

Radish kimchi is a typical side-dish in Korean traditional food and is a way of keeping vegetables for a extended period using fermentation. This study examined the classification, usage, eating history, variety, and recipes of Korean radish kimchi through ancient and modern era literature. The Korean radish kimchi were categorized into six groups: *kkakttugi*, *seokbakji* (or *nabakkimchi*), *dongchimi*, *jjanji*, *jangachi*, and *jangkwa*. According to the record, the eating history of radish kimchi comes from before the age of the Three Kingdom period. Radish was preserved in salt, vinegar, soybean paste or lees of fermented liquor in the early times. This pickled radish was not supposed to be watery. Radish kimchi was divided into watery kimchi (*dongchimi*) during the period of United Silla and the Koryo Dynasty. Kimchi was mixed with Chinese cabbage to make *seokbakji* or *nabakkimchi*. Up to the early Chosun Dynasty, the key ingredient of kimchi was radish. After the middle of the Chosun Dynasty, kimchi was mixed with red pepper powder, salted fish, soybean sauce, and various ingredients. There were many kinds of radish kimchi during the late Chosun Dynasty. In the 11 Korean recipe books published within the past 100 years, there are nine kinds of *kkakttugi*, three kinds of *seokbakji*, four kinds of *dongchimi*, three kinds of *jjanji*, nine kinds of *jangachi*, and five kinds of *jangkwa*. *Kkakttugi* (cubed, sliced or julienne radish) was pickled with salt, red pepper powder, garlic, green onion, oyster, sugar, salted fish, and more. *Seokbakji* and *nabakkimchi* were not as salty, so they could not be preserved as long. *Dongchimi* (watery radish kimchi without red pepper powder) was made of radish, water, salt, 18 side ingredients, 13 condiments, and seven garnishes. *Jjanji* was pickled to be very salty and was eaten during summer. *Jangachi* can be used as a regular side dish and is made of radish or dried radish slices pickled or seasoned with salt, soy sauce, vinegar, soybean paste, lees of fermented liquor, and spices. *Jangkwa* is used as a stir-fry method and has been segregated from *jangachi* relatively recently.

Key Words: Korean traditional radish Kimchi, modern culinary literature, historical study

1. 서론

한국의 전통 발효식품은 중국과 밀접한 관계를 갖고 있으며, 일본에 많은 영향을 미쳤으나 현대로 오면서 발효식품 산업이 일본기술의 영향을 많이 받아 왔다(Lee 1988). 채소발효식품은 중국의 腌菜(염채 yān cài), 일본의 漬物(ツケモノ - 츠키모노), 서양의 피클(pickle), 자우어크라우트(sauerkraut) 등 여러 유형이 있으나(Yoon 1991), 우리 민족은 농경문화의 도입과 함께 채소류와 같은 원예식품의 생산이 시작되어, 오래 전부터 채소를 즐겨왔기 때문에 역사적으로 채소가공이 발달해왔다(Chang 1972). 이 중 김치는 우리 식탁에서 필수적인 발효식품으로 민족 고유의 슬기를 발휘한 걸작품이다(Sohn 1991). 또한 곡류를 주식으로 하

는 음식문화가 발달하면서 탄수화물의 소화 흡수를 도와주는 짠 음식이 생리적으로 요구되어 식사의 간으로써 주변에서 채취할 수 있는 채소를 소금에 절여서 먹는 방식을 취했을 것이고, 정착생활이 보편화 되면서 저장성을 높이기 위해 소금 절임이 성행하였을 것으로 추정된다(Kim 2010). 우리나라 원예식품의 재배생산 및 이용기술은 옛날부터 이어져 내려온 방식 위에 근대 이후 괄목할 만한 성장을 보여왔고(Lee & Lee 1986), 원예모범장 설립(1906) 이후 우리나라에 도입된 거의 모든 채소를 연차적으로 기록하고, 시장점유율 높은 도입종의 근원이 잘 정리되어왔다(Compilation committee of Korean Horticultural progress history 1980). 우리나라 사람들이 가장 많이 먹는 채소류는 배추와 무이며(Park 1994; <http://knhanes.cdc.go.kr/> 2010;

*Corresponding author: Woo-Kyoun Cho, Department of Food & Nutrition, Gachon University of Medicine and Science, 534-2, Yeonsu-dong, Yeonsu-gu, Incheon 406-799, Korea Tel: 82-32-820-4235 Fax: 82-32-820-4230 E-mail: wkcho@gachon.ac.kr

Korea Agro-Fisheries Trade Corporation 2010), 무김치에 관한 연구는 깍두기(Kim 등 1996; Kim 1999; Pak & Jang 2009), 동치미(Jang & Kim 1997; Park 등 2009), 나박김치(Lee 2006), 열무김치(Kong 등 2005), 총각김치(Kim 등 2005) 뿐만 아니라 김치의 생리 기능성 및 산업화에 관한 연구(Ko 2003; Kim 2005; Kim & Jhee 2005; Kim & Lim 2007, Chang 등 2010; Kim & Kim 2010; Mo 등 2010)를 통해 이화학적, 관능적 품질특성이나 과학적인 저장 가공적성에 대한 연구가 주로 행해져왔다.

본 연구는 과거로부터 오랜 세월을 걸쳐 현재 상용되고 있는 무를 주재료로 하여 담근 김치류를 분류해보고 무의 성장과 효능을 살펴본 뒤 식문화사적 측면에서 고문헌과 근대 문헌에 근거한 김치에 관한 기록들을 통하여 우리나라 무김치 식용의 역사, 무김치 발달과정, 근대 이후 조리서들에 나타난 무김치 종류와 제조법에 관한 기록들을 살펴보고자 한다. 이를 통해 사라져가는 한국의 다양한 무김치를 재현하고 이를 계승하기 위한 실질적 연구기초를 삼고자 한다.

II. 본 론

1. 무김치의 분류

상고시대 저(菹)는 소금에 절인 채소를 뜻한다. 학자에 따라 김치를 다양하게 분류하고 있다. 한국식품사연구(Yoon 1993)에 따르면 중국 「제민요술 齊民要術」(534년)¹⁾의 작저법(作菹法)과 일본 나라(奈良)시대의 채소절임을 소개하며 우리나라 삼국시대의 채소염장법을 아래와 같이 도출했다.

- ① 소금에 절임
- ② 소금과 술 (또는 술지게미)을 섞은 것에 절임.
이때 조밥·쌀밥 등을 섞어 절임.
- ③ 소금과 식초를 섞어서 절임.
- ④ 장류에 절임.

위와 같은 것이 우리나라 상고시대부터 삼국시대의 지(漬)형 또는 해(醃)형²⁾, 혜(醃)형³⁾ 김치로 보았다(Yoon 1993; 2009). 지(漬)형 김치 이후 채소를 소금에 절여 만든 장아찌류가 대중을 이루고 있다가 통일 신라기에 이르러 천초(川椒), 생강, 굴피 등 향신미(香辛味) 나는 조미료가 식생활에 쓰이면서 특히 청염(깨끗한 소금 또는 소금물)에 절여 국물 채로 먹을 수 있는 나박김치, 동치미 등의 국물김치(침채, 沈菜)가 새롭게 개발된 것으로 보인다(Korea university National Culture Research Institute 1980; Kang 1991;

Yoon 1993, 2009).

지(漬)는 우리의 고유 옛말로는 ‘디히(-菹)’이고, ‘침채(沈菜, 텃채, 덩채)’와 함께 ‘김치(菹=菹 지)’를 통칭한다. 지(漬)는 국물을 붓지 않은 절임채소, 침채(沈菜)라 할 때는 국물을 부어 담근 것으로 채소발달 이후에 분화 개발된 김치로 생각할 수 있다(Yoon 1993; 2009). 우리나라 문헌에서 김치라는 말이 등장한 문헌은 불분명하나 기록을 찾아보자면 1518년 조선 중종때 「벽온방」에 ‘무담채’라는 말이 나오고 16세기 초엽 「훈몽자회」에서도 ‘덩채’라는 말이 나온다. ‘덩채’, ‘텃채’와 ‘침채’는 동일한 의미라고 추측되지만 조선시대 후기에 쓰여진 「시의전서」에서는 재료에 따라서 ‘침채’와 ‘김치’라는 단어를 병행하였다. 양념이 들어가서 버무려진 것은 ‘김치’, 양념이 가미되지 않고 소금물에만 절여진 채소를 ‘침채’로 보아 ‘텃채’와 ‘침채’를 종합해서 ‘김치’라고 표현하였다(Kim 2010). 채소 발효품 즉 김치를 뜻하는 용어는 해(醃), 저(菹=菹), 침채(沈菜), 지(漬), 디히(-菹), 덩채, 텃채 등이 있으며, 저(菹)는 날 채소를 소금에 절여 차가운 곳에 두어 익혀 먹는 침채류라고 정의하고 있다(Yoon 2009).

조선시대 초기까지만 해도 장아찌, 신건지를 주로 먹었고, 조선시대 초기의 기록인 「수운잡방」 需雲雜方(1481-1552)과 조선시대 중기의 「음식디미방」(1598-1680)에는 김치 담금법을 4가지로 나눈다. 나박김치, 동치미류는 단기 숙성 식품으로 정성 드려 담근 것, 장아찌형은 극히 상용찬물, 신건지 짠지류는 여러 가지로 이용할 저장품, 석박지형은 미발전단계로 보았다. 젓갈 혼용의 기록은 없다(Yoon 1991; 1993). 신건지 짠지류는 소금에 절인 것으로 소금의 농도에 따라 저장기간과 먹는 계절에 차이를 보인다.

김치는 조선시대 중기 이후 고추가 양념의 하나로 쓰이고 젓갈이 쓰이기 시작하면서 획기적으로 발전한다. 순무가 댕무로 바뀌면서 사철 김치의 중심재료가 되고, 좋은 무가 많았으므로 무김치가 먼저 발달하고 겨울에 움에서 싹튼 무쌈을 김치에 이용하는 등 활용기술도 확대된다. 조선 중기 이후 배추가 주재료로 등장하고 조선 초기에 양념으로 사용한 생강, 천초, 마늘 이외에 어린파, 엄파, 자총 등의 파가 들어가고 청각, 거목, 신감채 싹, 유자, 석류, 배 등이 쓰이게 된다. 채소재배 발전과 함께 동치미, 나박김치 등이 발전하고, 다시 소박이, 석박지가 분화 발달하여 청담한 맛의 김치류가 주류를 이루게 된다. 이렇게 되면서 상고시대의 ‘해(醃)’는 간이 짠 것으로 변하면서 장기저장품인 밑반찬 ‘짠

1) 후위(後魏)의 고양태수(高陽太守) 가사협(賈思勰)에 의하여 편간(編刊)된 중국최고(中國最高)의 농서(農書)

2) 해(醃): 식해(食醃), 육장(肉漿). 중국에서는 본래 고기+누룩+소금을 醃(해)라 하였는데, 우리나라에서는 醃는 젓갈(생선+소금)로 바뀌고, 醃에 다 食(밥→식) 곧 생선+소금+밥을 식해(食醃)라 이르게 되었다. 동남아시아 원산인 식해(食醃)도 본래 중국에서는 많이 먹고 있었으나 지금은 거의 자취를 감추었다(Lee 1988)

3) 혜(醃): ㉠ 식해(食醃) ㉡ 식초(食醋) ㉢ 술 ㉣ 육장(肉漿) ㉤ (맛)이다. 혜(醃)는 생선과 소금을 빼버리고 곡물과 엿기름으로 만든 감주(甘酒)이며, 혜(醃)는 「명물기략」, 「아연각비」에 즈(汁)이 많은 것이라 하였고, 산미를 더한 감주로 보았다(이성우 1997, 한국식품문화사 p 140). 본문에는 醃(해)와 혜(醃)를 모두 표기하는데(Yoon 2009 p 130, 180) 오류가 아니라면 혹여 혜(醃)는 상고시대 절여 시어진 채소이거나 소금, 식초를 섞어 절인 채소를 의미하는 것으로 추측된다.

지'로 전이된다. 「증보산림경제」에서는 확연하게 구분되지 않다가 「규합총서」에 이르면 완전히 나뉘지고, 그 전환과정에서 '장짚지'를 볼 수 있다. 채소를 장에 절이고 갖은 양념하여 장으로 간을 하여 삭히는 석박지형 장짚지, 오이에 고기를 양념하여 볶은 것을 소로 넣고 향신료 양념에 장국을 달여 부어 삭히는 소박이형 장짚지 담금법은 상고시대의 '장저법'이 지금의 '장김치'로 전환하는 모습으로 생각된다 (Chang 1972; Yoon 1991, 1993; Chung 1999; Kim 2010).

서유구가 쓴 1827년에 쓴 『임원십육지』에는 네 종류로 분류된 김치가 90가지 이상 나온다. '염장채(절일→염醃藏菜)'는 소금에 절인 김치와 술지게미를 넣어 만든 김치의 총칭, '자채(생선젓→자 鮓菜)'는 누룩이나 쌀밥을 넣어 발효시킨 식해(食醃)형 김치, '제채(버무릴, 양념할→제 齧菜)'는 간장이나 된장, 혹은 초(醋)에 생강과 마늘 같은 향신료를 넣어 만든 김치, '저채(菹菜)' 혹은 '침채(沈菜)'는 지금 우리가 먹는 김치와 가장 비슷하다. 하지만 조선후기에도 김치의 종류는 계속 늘어났으며, 각 지방마다 특색 있는 김치가 발달하기에 이른다. 전라도의 고들빼기김치나 개성의 보

쌈김치, 공주의 깍두기 등이 모두 그런 예에 속한다(Chung 2009).

조선시대 말에 이르면 통이 크고 속이 짙 찬 통배추가 재배되면서 갖은 양념으로 버무린 오늘날과 같은 화려한 통배추김치가 1800년대 이후부터 일반인에게 널리 애용된다 (Chang 1972; Yoon 1991, 1993; Kim 2010).

장과는 장아찌 중에 장류에 오래 저장하지 않고 오이, 무, 열무 등을 작게 썰어 절여 물기를 뺀 다음 조미하여 볶아 만들어 장아찌 보다 오래 저장하지 않고 먹을 수 있는 찬물(饌物)로 '갑장과' 또는 '숙장과'라고 한다(Han 2001).

Sohn(1991)에 따르면 김치는 ① 배추김치 ② 무를 이용한 김치 (동치미 포함) ③ 깍두기류 ④ 석박지 및 나박김치류 ⑤ 엽채류 및 경채류를 이용한 김치류 ⑥ 과채류 및 근채류를 이용한 김치류 ⑦ 파, 마늘 및 부추를 주재료로 한 김치류 ⑧ 육류, 어패류 및 해조류를 이용한 김치류로 나눈다. 이들 중에서 무를 이용한 김치, 깍두기, 석박지 및 나박김치, 기타 무김치류를 다음 <Table 1~4>에 나타내었다.

이상 언급된 분류들을 토대로 현재 상용되고 있는 무김치의 종류를 (1) 깍두기 (2) 석박지 및 나박김치 (3) 동치미 (4)

<Table 1> Kinds of Radish Kimchi (included Dongchimi)

이름	제법	기록문헌
동치미 (동침이)	1법: 자그마하고 매운 맛이 있는 무를 씻어 소금에 굴러 땅에 묻은 항아리에 담고, 제철에 절였던 오이, 통유자, 배(겉질만 벗긴 것)를 함께 넣고 그 위로 마늘, 생강, 고추 저민 것, 파의 흰줄기를 많이 넣고 소금을 받쳐 가득히 부어 잘 봉한 김치. 겨울에 먹을 때에는 배와 유자를 썰고 국물에 꿀을 타서 석류와 잣을 띄움 2법: 배추를 소금에 절이다가 고추, 생강, 마늘, 굴껍질 채친 것, 석류, 잣 등을 배추잎 사이사이에 넣고 짬으로 동여매어, 항아리에 배추와 무를 번갈아 담고 배를 통째로 깎아 넣은 후, 소금으로 간을 한 김치국을 가득히 부어 갖으로 위를 덮고 그 위에 무우청을 덮어 익힌 김치	규합총서 한국민속종합조사보고서, 전남편, 향토음식연. 문화공보부. 1984.
동동이김치	김치국을 많이 하여 담근 김치	
짚무김치	→무우짚지	간추린 우리나라 음식 만드는 법
짚짚지	무우로 담근 김장김치를 강원도 지방에서 일컫는 말	한국민속종합조사보고서, 강원도편
짚지	→무우짚지	한국음식-역사와 조리 (윤서석 1991. 수확사)
총각무동치미	어린 무우의 굵은 무우청을 대강 떼어내고 동치미를 담근 것	간추린 우리나라 음식 만드는 법
비늘김치	무우에 칼집을 넣고 소금물에 절였다가 칼집 사이사이에 소를 넣고, 절인배추잎으로 싸서 김치독의 통배추김치 사이에 한켜씩 넣고 젓국으로 간을 맞춘 김치국을 부어 익힌 것. 소는 채친 무에 고춧가루, 잣, 실파, 다진마늘, 생강, 새우젓, 황석어젓 등을 섞어 소금으로 간을 마준 것을 씌	한국민속종합조사보고서, 경기도편
총각김치	어린 무를 무우청째로 소금에 절였다가 고춧가루, 파, 마늘, 생강, 젓국 따위의 양념에 버무려 담근 김치	세계요리백과-한국편
무짚지	무우를 통째로 짜게 절여 담근 김치, 김장 팽 담가 이듬해 여름에 먹음	한국음식-역사와 조리
집들김치 (검들김치)	재래종 무우를 소금에 절였다가 항아리에 담고 채된 파, 마늘, 생강을 깨끗한 주머니 담아 무우 사이사이에 넣고 약간 짜게 한 소금물을 부어 익힌 김치	한국민속종합조사보고서, 전남편
청근저	→무우김치	
청묘저	무순으로 담근 김치	
만청저	순무김치. 순무를 담겨로 담가 겨울에 먹는 김치	증보산림경제
채김치	무우 채 썬 것과 동태살을 섞은 것에 파, 마늘, 생강 다진 것, 새우젓, 미나리, 잣을 넣어 버무리 익힌 김치	한국민속종합조사보고서, 강원도편
기타	무우청 동치미, 무우청 소박이, 무소박이 등이 있다.	

자료: Sohn (1991)

<Table 2> Kinds of *Kkakttugi*

이름	제법	기록문헌
굴깍두기	굴을 넣어 만든 깍두기. 무를 깍둑썰기로 썰어 먼저 고춧가루로 빨갱게 물들이고 여기에 다진 파, 마늘, 생강, 실고추, 새우젓국을 섞어 버무린 다음 살살 섞어 넣고 간을 맞춘. 오이, 미나리를 계절에 맞추어 섞어 담금	한국음식-역사와 조리
깍두기	무우를 깍둑썰기로 하여 고춧가루, 새우젓, 파, 마늘, 생강 다진 것으로 버무려 익힌 것	한국음식-역사와 조리
달래깍두기	부채꼴 모양으로 썬 무우와 달래에 고춧가루, 새우젓, 멸치젓 양념을 넣고 버무린 것. 약 3일 후면 맛있는 김치가 됨	한국향도음식
무우깍두기	무를 깍둑썰기하여 절인 후 고춧가루, 새우젓, 파, 마늘로 버무려 익힌 것	조선요리제법
부추깍두기	무우깍두기 한켜와 부추 한 타래를 쪼켜로 담거나 또는 무우를 얇게 저며 갖은 양념으로 버무리고 그 국물에 부추를 무쳐 엄지손가락 굵기로 타래를 지어 담근 김치	한국민속종합조사보고서, 향토음식편
무우청깍두기	아주 작고 연한 무를 무청이 달린 채로 다듬어 소금에 절였다가 파, 마늘, 생강 다진 것, 새우젓 또는 멸치젓국, 고춧가루, 소금으로 버무려 담은 것	한국음식-역사와 조리
소금깍두기 (소깍두기)	무우만을 소금, 후추가루, 고춧가루, 고추씨, 마늘, 파, 생강, 조기젓이나 새우젓 찌기 같은 것을 넣고 짜게 버무려 겨울을 지나 늦은 봄에 먹는 막김치	조선요리제법
채깍두기-채갈김치	무우를 채쳐서 양념에 버무려 익힌 깍두기.	전국 각 지방 음식 걸작선
총각깍두기	→총각김치	
창란젓깍두기	무우를 깍둑썰기 또는 굵은 채썰기를 하여 소금에 절였다가 창란젓과 고춧가루, 채썬 흰파, 다진 마늘, 생강, 미나리와 버무려 담근 깍두기	한국민속종합조사보고서, 강원도편
햇깍두기	봄에 담근 깍두기	
숙깍두기	깍둑썰기 한 무우를 살짝 삶아 건져서 미나리, 파, 다진 마늘, 생강, 새우젓, 고춧가루로 버무린 깍두기	한국민속종합조사보고서, 서울편
겨자깍두기	깍둑썰기 한 무우를 겨자즙과 소금, 실고추, 파, 마늘 다진 것, 설탕 등을 넣어 담근 깍두기	조선요리제법
평토깍두기	깍두기를 짜게 담아 땅에 묻었다가 이듬해 여름에 꺼내 먹는 것	
곤쟁이젓 깍두기	곤쟁이젓으로 담근 깍두기. 깍둑썰기한 무우에 파, 마늘 다진 것, 고춧가루, 곤쟁이젓으로 버무려 담근 깍두기. 곤쟁이젓을 많이 넣으면 빛이 검어지며 오래 두고 먹지 못함	조선요리제법
알무깍두기	어리고 연한 청달린 무우를 씻어 소금에 약간 절였다가 파, 마늘, 생강, 막고추가루, 소금, 새우젓(혹은 멸치젓)에 버무려 익힌 김치	조선요리제법
기타	이외에 대구깍두기, 대구알깍두기, 명태깍두기, 아가미깍두기, 썩갓깍두기, 우영깍두기, 열무이깍두기, 풋고추깍두기 등이 있다	김치의 과학기술

자료: Sohn (1991)

무짬지 (5) 무장아찌 (6) 무장과 등으로 나누어보았다.

- 깍두기는 무를 깍둑썰기 하여 소금에 절인 후 고춧가루, 파·마늘 등의 양념과 부재료를 넣고 담근 김치이다.
- 석박지 및 나박김치는 배추와 무를 섞어 갖은 양념과 약간의 젓국에 버무린 김치이다.
- 동치미는 무를 크게 썰거나 통째로 사용하여 소금물을 부어 심심하게 담근 침채(沈菜)형 김치이다.
- 무짬지는 무를 주재료로 장아찌보다 더 짜게 절인 김치로 장아찌의 북한어이다.
- 무장아찌는 무를 간장·된장·고추장 또는 식초나 소금에 담가 오래 두고 먹을 수 있는 지(漬)형 김치이다.
- 무장과는 무를 작게 썰어 절여 물기를 뺀 다음 장류에 조미하여 볶아 만들어 장아찌보다 오래 저장하지 않고 먹을 수 있는 것으로 발효과정이 없고, 익히는 조리과정이 추가된다.

2. 무의 성장과 이용

무는 우리나라의 대부분 지방에서 재배하는 1~2년생 초본이며 근경은 품종에 따라 둥근형, 원통형, 방추형, 봉상형(棒狀形) 및 썩기형 등이 있고, 잎도 역시 주걱모양으로 갈

라지지 않은 것과 날개모양으로 깊게 갈라져 있는 것 등 다양한 모양이 존재한다. 뿌리의 색깔은 일반적으로 흰색이지만 적, 흑, 녹색도 있다. 화경은 1m정도 자라며 그 후 가지를 치고 꽃을 피우며 연한 자주색 또는 흰색이다. 과실은 뿔모양의 각과로 적갈색의 종자가 들어있다. 생약으로는 종자를 사용하며 내복자(萊服子, Raphani Semen)라 한다. 성분으로는 종자에 지방유로 stearic acid, erucic acid, oleic acid 외에 myrosin, raphanol, rettichol 등이 함유되어 있다. 약효로 종자는 진해거담(기침을 진정시키고 담(痰)을 제거하는 효능), 소화불량, 하리에 사용하고 신선한 뿌리의 경우에는 소화불량, 토혈, 하리 및 편두통에 사용한다 (Research society of medicinal botany 2007).

무(*Raphanus sativus* L)의 원산지는 지중해 연안 내부에 자생하는 *R. landra*와 영국, 북유럽, 지중해연안에 자생하는 *R. maritimus*와의 잡종이라는 설과 코카스스 남부, 소아시아, 팔레스타인, 그리스 등이라는 설, 중국의 남부라는 설 등이 있다. 원산지는 불분명하지만 재배종의 기본이 되는 것이 지중해 연안지방에 많이 분포하고 있다. 우리나라에 도입된 것은 확실하지 않으나 중국이 2400년 전이고, 일본이 1250년 전이라면, 우리나라도 기원전에 도입되었을

<Table 3> Kinds of Seokbakji and Nabakkimchi

이름	제법	기록문헌
섞박지	절인 배추, 무우를 넓다랗게 썰고 파, 마늘, 생강, 고춧가루, 조기젓국으로 버무려 익힌 김치	한국음식-역사와 조리
동과섞박지	일명 동아섞박지. 가을에 큰 동아의 위를 조금 베어 뚜껑으로 하고 동아의 속을 파낸 다음, 그 안에 청각, 생강, 파, 고추 등을 절구에 찧어 담근 좋은 조기젓국을 가득 부어 뚜껑을 덮어 종이로 틈을 봉해서 재워 두고 익힌 김치. 이것을 겨울에 열어서 속에 가득히 권 국물을 향아리에 따르고 동아를 썰고 담고 먹음	규합총서
송송이	배추섞박지 의 궁중용어로 무우와 배추를 미나리와 갓 그 외 여러 가지 양념과 고춧가루를 넣고 버무려 젓국을 부어 간을 맞추어 익힌 김치	이조궁정요리통고
묘삼나박김치	묘삼(어린 인삼)을 깨끗이 닦아서 소금, 실고추를 넣어 담근 나박김치	한국민속조사보고서, 충남편
나복동합저	향아리에 무우와 제철에 소금에 절여 두었던 오이, 가지, 노근송이 등을 담고 생강, 파, 청각, 천초 등을 양념으로 넣은 다음, 백비탕에 소금을 풀어 식혀 익힌 김치	증보산림경제
나복합저	무, 고추, 고추잎, 연한 고추줄기, 청각, 오이, 호박, 연한 호박줄기, 동아 썬 것, 부추, 천초 등을 향아리에 썰어서 퍼 놓고, 커마다 소금, 소금물, 마늘즙을 넣으면서 포개어 담고 봉하여 땅에 묻어 익힌 김치. 고추, 고추줄기와 잎, 오이 등은 일찍 절였던 것을 쓰고, 호박 등은 늦가을까지 줄기에 남은 작은 것을 쓰며, 동아는 껍질째로 넣었다가 익은 다음에 벗겨야 색깔이 좋음	증보산림경제
젓국지	젓감을 넣고 담근 섞박지	임원십육지 제5권, 정조지
젓무	넋으로 선 배추숙대. 도둑하고 네모반듯하게 썬 무, 오이지 쪼갠 것, 새우젓, 파, 마늘, 고춧가루를 섞어 버무려 간을 맞추어 익힌 김치	
숙김치	배추와 무우를 살짝 삶아 건져서 양념으로 버무린 김치로 노인 음식의 하나. 양념은 네모지게 썬 배, 채진 파와 미나리, 생강, 마늘 등을 쓰고, 김치국은 심심한 소금물에 젓국을 조금 타서 씹	한국민속종합조사보고서, 경기도편
산법 ⁴⁾	배추, 무, 가지, 오이 등을 소금과 마늘 다진 것에 절인 김치의 일종	증보산림경제
나박김치	봄철 김치의 한 가지. 배추, 무우를 얇고 납작하게 썰고 미나리를 섞어 파, 마늘, 생강으로 양념하고 고춧가루와 실고추를 조금씩 섞어 분홍색의 국물이 흥건하게 되도록 담은 김치	한국음식
분홍지	무, 열무, 배추 등을 소금과 실고추, 파, 마늘로 양념하여 국물이 흥건하고 오련한 분홍색이 들게끔 담근 나박김치	한국민속종합조사보고서, 경북편
장김치	배추와 무우를 간장물에 절였다가 파, 마늘, 생강으로 양념을 하고 대추채, 석이채, 실백 등의 고명을 넣어 간장과 소금으로 간을 한 김치	시의전서
장저류	장에 절여 담근 김치의 총칭	
장제김치	무를 나박김치감으로 썰어 장제젓과 대구알을 터뜨려 넣고 고춧가루로 빨갱게 버무린 후 파, 마늘, 생강, 볶은 깨를 넣어 담근 김치	한국민속종합조사보고서, 경남편
장편지	오이와 배추를 살짝 데쳐 간장에 절인 뒤 갖은 양념을 넣고 진간장을 부어 익힌 것	간편조선요리제법
멸치국지	무우를 네모반듯하고 도둑하게 썰어 소금에 절이고 배추, 고추, 마늘, 생강, 미나리를 넣고 버무린 후 좋은 젓국을 조금 쳐서 간을 맞추어 부어 익힌 김치	시의전서
어리김치	배추와 무우를 나박김치처럼 썰어서 갖은 양념과 고추물을 버무려 넣고 익힌 김치	한국민속종합조사보고서, 전남편
덤불김치	무우의 잎과 줄기, 배추의 지스러기로 담근 김치	
김치주저리	무청, 배추잎 등을 소금에 절여 담근 김치	

자료: Sohn (1991)

<Table 4> Other Radish Kimchi

이름	제법	기록문헌
열무김치	열무를 절였다가 파, 마늘, 간장, 생강, 고추 간 것, 소금으로 버무리다가 밀가루를 넣고 살살 섞어 국물을 흥건하게 부어 익힌 김치	한국음식
나복황아저	겨울철에 움속에 저장해 두었던 무에서 돌아난 노란 싹으로 담근 나복김치	산림경제
오이송송이	무와 오이를 갈쪽하게 썰어 소금에 약간 절였다가 파, 마늘, 생강 다진 것, 고춧가루, 새우젓국으로 양념하여 버무리서 익힌 김치	음식디미방

자료: Sohn (1991)

것으로 추정되는데. 기록상으로는 고려시대 「향약구급방」(1236)에 라복(蘿菔)이 등장하고 「농사집요(農桑輯要 1372)」

에도 기록되어 있다(Chang 2001).

무에 관한 기록은 조선시대 초기부터 많이 나타나 있으며

4) 산가법(蒜茄法): 늦가을에 작은 가지를 따서 꼭지를 떼고 문질러서 깨끗이 한 다음 식초(醋) 한 사발과 물 한 사발을 섞어서 불에 달이다가 살짝 끓어오르면 가지를 데쳤다가 건져낸 다음 쏘아 말린다. 찢은 마늘과 소금을 넣고 가지와 골고루 섞어서 사기 향아리 속에 넣어둔다(증보산림경제. 유충립 지음. 윤숙자 엮음. 2007. 지구문화사. 경기도. p 89, 361)

김치재료로 사용되므로 그 수요량이 많이 늘어나게 되었다. 우리나라에는 주로 화북계통의 무가 오랫동안 재배되어 왔는데 십자화과 식물의 공통적 특성인 교잡의 용이성으로 많은 재래종이 육종되었다. 대표적인 재래종으로는 김치감으로 알맞은 서울무와 중국 청피무, 백양사무 등이 있으며, 화북의 작은 무 계통에서 분화된 알타리무가 있다. 이 무는 뿌리가 작고 단단하며 끝에 알이 달린다고 하여 알달이가 되었으며 잎과 뿌리가 모두 총각김치용으로 이용된다. ‘한국에 있어서의 과수소재재배조사’에 의하면 1906년경에는 평양에서부터 부산까지 어느 곳에서나 무가 재배되었는데 특히 경성 부근의 무는 작고 짧으며 뿌리 끝이 굵고 단맛이 많다고 하였다. 우리나라 1932~36년 사이의 재래종 무의 평균생산량이 당시의 과실 전체 생산액과 거의 비슷하였다고 알려져 있다. 또한 1900년대 초기에는 중국에서 일본을 거쳐 우리나라에 들어온 화남산(華南産) 무도 있었는데 이것은 일본 무라고 부르는 궁중무, 미농조생무, 연마무 및 성호원무였으며, 재래종과 성호원 무를 자연 교잡시킨 남강무도 있었다(Lee 등 1988). 우리나라 배추와 무는 품질이 좋은데 무는 재래종이 우량하다(Han 2001)

한편, 허균의 「한정록」 치농(治農)편에 의하면 나복(蘿菔)을 「월월가종 월월가식(月月可種 月月可食)」이라 하여 사철무우의 성격을 띤 것이 있었고, 이것이 열무김치감이 되었을 것으로 추정된다(Chang 1972; Lee & Lee 1986).

동의보감(1611)과 사시찬요초(四時纂要抄)⁵⁾에는 소만(小滿)에 순무(蔓菁)의 꽃을 따서 말려두었다가 어린아이가 감창(甘瘡)에 걸렸을 때 치료약으로 사용하였다(Lee 등 1988).

본초강목(1596)에 무즙은 안팎의 종독(腫毒)과 창독(瘡毒)에 좋다고 했다(Kim 등 1996).

본초학(Joint committee of textbook compilation of national oriental medical schools 2007)에 나타난 무의 효능은 다음과 같다.

- 효능 주치(效能 主治): 소식제창(小食除脹), 강기화담(降氣化痰), 치음식정체(治飲食停滯), 완복창만(脘腹脹滿), 대변비결(大便秘結), 적체사리(積滯瀉痢), 담옹천해(痰壅喘咳)
- 해설(解說): 소식(消食)하고 강기거담(降氣祛痰)하므로 행기제창(行氣除脹)하여 실증(實證)에 사용한다. 식적정체(食積停滯)로 완복(脘腹)이 창민(脹悶)한 증(證)에 소도행기(消導行氣)시키는 약과 사용하면 효능이 더욱 증가된다. 생용(生用)하면 용토풍담(涌吐風痰)한다. 산사(山楂)는 고기 먹고 체한 데와 활혈(活血)에 뛰어나고, 내복자(萊菔子)는 적체복창(積滯腹脹)을 치료하고 아올

러 강기화담(降氣化痰)한다. 정기(精氣)가 허약할 때는 보비익기(補裨益氣)하는 약과 배합(配合)하면 중기(中氣)의 손상 없이 식적(食積)을 제거한다. 또한 담음(痰飲), 해수(咳嗽), 기천(氣喘)을 치료하는데 이때 화담지해(和痰止咳)하는 약과 함께 사용하면 효과가 뛰어나다. 그러나 폐(肺)와 신(腎)이 허(虛)해서 기침하는 자에게는 마땅치 않다. 그리고 보약(補藥)의 약력을 약하게 하므로 인삼(人蔘) 숙지황(熟地黃) 등을 보제(補劑)로 사용할 때는 동용하지 않는다.

• 배합 예(配合 例)–

- ① 산사(山楂) 신국(神麩) 진피(陳皮) 등을 배합(配合)하여 식적정체(食積停滯)로 인한 위완창민(胃脘脹悶)과 예기탄산(暖氣吞酸)등을 치료한다(예: 보화환 保和丸).
- ② 복령(茯苓)을 배합(配合)하여 습사(濕邪)가 정체(停滯)되어 소화불량(消化不良)이 된 자(者)를 치료한다.
- ③ 소자(蘇子) 백개자(白芥子) 등을 배합(配合)하여 해수(咳嗽), 담다(痰多), 기천(氣喘)을 치료한다(예: 삼자양친탕 三子養親湯).

무에서 추출된 항암성분은 무를 날로 먹을 때 매캐한 맛이 나는 것과 먹고 나면 속이 쓰리며 트림에서 나는 고약한 냄새의 원인이다. 근대 유럽에서 소외받은 영국 무를, 1893년 한국 최초의 해군사관학교(강화 통제영학당 江華統制營學堂) 교관으로 초빙된 영국인 콜웨이 대위 부인이 강화도에 옮겨 심어 한국의 토질과 기후에 적응한 것이 강화 특산물인 순무이다. 같은 작물이지만 자라는 땅의 지질이나 기후에 따라 서양과 한국에서의 약효가 달라진다는 것을 보여주었다. 한국식품개발원과 서울대의대 병리학팀이 연구한 바로 이 순무가 손상된 간을 회복시키고 간질환 발생을 억제한다는 결과를 얻었다(Kim 등, 1996; 心耕愛知 2007).

김치류는 비타민, 무기질, 그리고 식이섬유의 좋은 공급원이 되어 왔고(Kim & Park 1995), 발효과정을 통하여 생성된 젖산은 Ca, Fe 등과 같은 무기질의 체내 이용률을 증가시키며 김치의 숙성에 따라 증가되는 유산균은 정장 작용 효과가 있다(Park 1994). 동치미는 배추김치와 달리 부재료를 적게 사용하고, 고춧가루를 쓰지 않으면서 국물을 많이 넣어 담그는 것으로 국물에 생성된 젖산을 비롯한 각종 유기산과 이산화탄소가 주는 독특한 신선미와 상쾌한 탄산미, 그리고 무의 아삭한 질감 때문에 예로부터 즐겨먹던 겨울철 국물김치이다(Jang & Kim 1997). 깍두기는 자체의 특유한 방향을 지니고 있는 무에 여러 가지 조화된 양념을 첨가하여 숙성시킨 독특한 방향, 감칠맛, 신맛이 조화된 한국 고유의 전통 음식이다(Kim 1996).

5) 1655년(효종 6)에 신숙(申淑)이 왕명을 받아 간행한 농가집성(農家集成), 농사직설(農事直說), 금양잡록(衿陽雜錄), 사시찬요초(四時纂要抄)외에 구황촬요(救荒撮要)까지 합편으로 들어가 있어 당시로서는 최고의 종합 농업서적이라 할 수 있다. 이 책은 시대를 달리하면서 중간본들이 제작되었고 보수와 개수도 가해졌다. 원저와 중간본들 사이에 농업기술의 차이도 나타나는 등 기술변천도 살필 수 있어 우리나라 농업사 연구에 귀중한 문헌이다(네이버 백과사전)

3. 무김치 식용의 역사

채소류의 재배는 우리나라 식생활 구조나 발달경로로 미루어 볼 때 농경문화가 도입된 이래로 시작되었을 것이라 생각 되지만 어떠한 채소류가 재배되기 시작하고 또한 식용되기 시작하였는지는 그 내용이 정확하게 알려져 있지 않을뿐더러 확정하기엔 모호하다. 고조선 및 삼국시대를 거쳐 통일신라시대에 이르기까지의 문헌적 연구 자료인 「삼국사기」와 「삼국유사」에는 채소에 관한 기록은 많지 않고, 김치를 가리키는 ‘저(菹)’에 관한 기록을 찾아보기 어렵다. 따라서 중국이나 일본의 고서(古書)가 구체적인 내용을 파악하는 데 도움이 된다(Chang 1972).

김치의 기원을 살펴보면 2500~3000년 전 중국문헌인 「시경(詩經)」⁶⁾에 저(菹)라는 말이 처음 나온다. 저(菹)는 절임 음식류를 가리키는 말로서 야채를 시고 짜게 소금에 절여 발효시켜 먹는 것인데 이것이 오늘날의 김치 또는 장아찌의 원조라 할 수 있다. 우리나라 발효식품에 관한 최초의 것은 ‘삼국지 위지 동이전’ 고구려전에서 ‘善藏釀(선장양)’이라 하여 술빚기, 장담기, 젓갈과 김치 같은 발효식품의 총칭이며, 상고시대의 김치는 소금에 절인 채소로서 식물성 발효식품의 기원이라 할 수 있다(Yoon 1991; Lee 1996, 1997).

고조선시대가 막을 내리기 이전부터 이미 중국의 원예기술은 상당한 궤도에 올라있었고, 전한(前漢)시대(時代) 정사(正史)를 기록한 한서(漢書)를 보면 속성재배 기술이 발달한 것을 찾아볼 수 있었다. 「이아(爾雅)」⁷⁾, 「영추경(靈樞經)」⁸⁾ 등의 고전에도 순무[순무→봉(葑)]의 이름이 기록되어 있다(Lee & Lee 1986).

무 최초의 대한 기록은 중국 문헌 「서경(書經)」⁹⁾에서 볼 수 있다. ‘하서우공(夏書禹貢)’편에 ‘만청(蔓菁)’으로 저를 담가 먹는다’는 기록이 나와 있고, 한나라 환제(桓帝)때 만청으로 흉년을 극복해냈다는 기록도 나온다. ‘만청(蔓菁)’이 ‘순무’의 한문 표기며, ‘저(菹)’는 야채의 염장(鹽藏) 가공을 뜻한다. 남도 사투리로 김치를 ‘지(漬)’라고도 하는데, 저(菹)에서 비롯된 말이다. 히말라야 오지 티베트 로드를 가다가 타카리족의 찻집에서 배추를 소금에 절인 것을 ‘지’라고 하는데 ‘저(菹)’가 전파된 것일 가능성이 높다. 중국 고대 문헌에는 무와 배추를 구별하지 않고 ‘무청(蕪菁)’이라는 이름으로 합쳐 불렀던 것 같다. 명대학자 이시진(李時珍)은 「본초강목(本草綱目 1596)」에 무를 ‘나복(蘿菔)’이란 이름으로 독립시켜 부른 것은 진(秦)나라 때 일이라고 쓰고 있다. 우리나라 배추의 어원은 무청의 별칭인 ‘백채(白菜)’에서 비롯

된 것으로 보이며 무는 무청(蕪菁 순무)의 양칭인 ‘무(蕪)’나 ‘수(須)’에서 비롯됐을 것이다. 무의 고어가 ‘무수’인 것과, 지금도 남도에서는 무를 ‘무수’, 또는 ‘무시’라고 부르고 있는 것을 볼 때 그렇다(Kim 등 1996).

「후한서(後漢書)」 ‘유분자전(劉盆子傳)’에서 장안에 적이 들어와 궁전을 둘러쌌을 때 1천여 궁녀들이 항복하지 않고 일 년을 무를 가꾸 먹으면서 버티었다 한 만큼, 무는 당시 재배작물로 보편화돼 있었던 것 같다. 6천여 년 전 이집트에서도 무를 먹었다는 기록은 있으나, 피라미드 건설에 동원된 노예들의 식품으로 사람이 먹을 게 못되는 천한 음식이었다. 어떤 이유 때문인지는 알 수 없으나, 한국 중국 일본 등 동북아시아를 제외한 여타 문화권들에서는, 무를 안 먹거나 먹더라도 천시하는 식품이 돼 있다. 유럽 쪽에는 웬만큼 큰 무가 있지도 않으려니와, 무란 가난한 식탁의 상징으로 별 볼일 없는 식품이었다. 몹시 가난했던 영국 시인 로버트 브라우닝이 “4월이면 식탁에 오르는 지긋지긋한 무 요리여”라고 읊은 것이라든지, 형편없는 술안주를 ‘무와 소금’이라고 하는 것 등으로 미루어 보아, 유럽에서는 무를 별로 먹지도 않았거니와 그 인식도 하찮았던 것 같다(Kim 등 1996).

「박물지(博物誌)」¹⁰⁾에 보면 이미 희랍시대부터 무를 먹긴 했지만 가장 하질의 음식이었으며 가꾸 먹는 데 세금도 붙지 않았으리만큼 소외받은 작물이었다. 먹고 나면 트림이 나오고 악취가 나기 때문에 기피했는지도 모른다. 전기 박물지에 보면 무를 가꿀 때 소금물을 주면 냄새가 덜 나고 무를 올리브와 같이 먹으면 트림이 덜 난다는 등 냄새에 관한 기록이 많은 것으로 미루어 그렇다. 혹은 무가 포도와는 상극(相剋)이기 때문이라는 설도 있다. 포도주는 신전(神殿) 제사에 불가결한 신성음식인지라 포도밭 가까이 무를 심으면 포도가 익기 전에 시든다 하여 작물로서 기피하고 저주했음직하다. 이처럼 소외받아온 무인데도 유일하게 아폴로 신전에 소원을 이루고자 바치는 공물 가운데 최고가 금으로 만든 무였다. 다른 작물들은 은이나 납으로 만들어 바치는데 무만 금으로 만든 이유에 대해서 무에 약효가 많기 때문이라는 설이 있다. 플리니우스의 박물지¹¹⁾에 보면 무의 약효가 적잖이 적혀있는 것으로 미루어 고대 희랍에서는 식품으로보다 약재로 중요시됐던 것 같다. 명나라 때 박물지 「본초강목」에도 무는 안팎의 종(腫)이나 창(瘡)을 해독시킨다고 했고, 야사서에는 병자호란 후에 몽고가 우리 민족을 말살시키려고 메밀을 먹게 한 다음 몇 년 후에 다시 조선에 와

6) 춘추 시대의 민요를 중심으로 하여 모은, 중국에서 가장 오래 된 시집

7) 이아(爾雅). 중국에서 가장 오래된 자서(字書). 《시경》과 《서경》에서 글자를 뽑아 고어를 용법과 종목별로 19편으로 나누고, 글자의 뜻을 전국시대와 전한대(秦漢代)의 말로 풀이하였다. 3권. (네이버 백과사전)

8) 조선 후기 이영옥이 율령의 역사·지리 등에 관해 쓴 문헌

9) 유가(儒家)의 오경(五經) 중 한 경전

10) 고대 세계에서 알려진 천문·지리부터 인간·동물·식물·광물·보석에 걸쳐 약 2만 개의 사항이 많은 문헌을 참조하여 자연학적인 지식을 종합적으로 기술한 일종의 백과사전(百科事典). 특히 동물·식물·광물의 이용에 대한 기술에 중점을 두고, 잡다한 풍속적 설명이 곁들여 있어 고대 문화를 이해하는 데 중요한 문헌이다.

보니 죽은 줄 알았던 국민들이 건강하게 살아 있었다. 후에 알아보았더니 **메밀**에다 무즙을 섞어서 먹더라는 것이었다. 요즘 메밀국수 먹을 때 무즙을 섞어서 먹는 것도 전혀 근거가 없는 일은 아니다(Kim 2009; 心耕愛知 2010). 무는 **보리나 밀**을 먹음으로써 생기는 맥독(麥毒)을 풀어주는 해독제로도 쓰여 왔다. 옛날 천축(인도)의 상류계급인 바라문 한 사람이 동쪽에 왔을 때, 사람들이 보리국수 먹는 것을 보고 깜짝 놀랐다고 한다. 면에는 대열(大熱)이 있는데 어떻게 그것을 먹을 수 있느냐는 것인데, 그 국수 속에 무즙이 들어 있는 것을 보고는 그제야 고개를 끄덕였다는 것이다(Kim 등 1996; Kim 2009).

무가 우리나라에 도입된 것은 한사군¹²⁾시절로 추정된다. 삼국시대를 거쳐 통일신라시대로 들어서기까지는 중국 및 일본과의 교역이 활발해진 관계로 원예식품(園藝食品)의 상호교류(相互交流) 및 종류도 증가했을 것으로 보아 중국의 과채류가 우리나라에도 도입되어 재배되고 알려져 있었을 것으로 추측된다. 제민요술(530-550)에 수록된 채소의 종류에 순무(무청 蕪菁, 만청 蔓菁), 무(노복 蘆蕪, 온송 蘆菘) 등이 나타나 있다(Lee & Lee 1986).

Chang(1972)은 고농서류를 토대로 한국 채소류 재배사 연구에서 무의 식용역사를 살펴보았는데, 삼국시대 초기 채소류에 대하여는 별로 알려진 바 없지만 고구려의 동명왕이 기원전 37년에 말갈을 정복하고 비류국에 다다르게 된 기록 가운데

王見沸流水中有菜葉逐流下 知有人在上流者 因以獵王尋 至沸流國 왕견비류수중 유채엽축류하 지유인재상류자 인이렵왕시 지비류국

이라 한데서 채엽이 떠내려 오는 것을 보고 사람이 살고 있었다는 것을 알 수 있었던 만큼 기원전 1세기경에는 이미 채소류의 재배가 시작되었을 것으로 추정한다.

한편 「후한서(後漢書)」가 전하는 백제사회에서 채소류 재배의 일단을 말하는 기록 가운데 보면

白濟 土田下濕 氣候溫濕 五穀雜果蔬菜及酒餚饌藥品之屬多 同於內地 백제 토전하습 기후온습 오곡잡과소채급주효찬약품지속다 동어내지

라 한 구절이 있고 한편 「수서(隋書)」가 전하는 신라국에 관한 기록에는

新羅 基五穀果菜鳥獸物產 略與華同 신라 기오곡과채조수물산 약여화동

이라 하는 것을 미루어 보아 백제사회와 신라사회에서의 채소류의 품이 중국과 대등함을 의미한다고 보았다(Chang 1972). 삼국시대에 이미 고구려, 신라, 백제에서 채소류의

재배가 상당한 수준에 있었다는 것을 알 수 있다.

우리나라의 문헌인 『삼국사기』 「**고구려본기**」 ‘시조 동명성왕조’에 주몽왕(朱夢王)이 불류수(弗流水) 상류에 사는 사람들이 채소를 먹는다는 것을 알고 그곳에 가서 영토를 넓혔다는 기록이 있다. 그리고 『삼국지』 「위지동이전」 ‘고구려조’에는 ‘자혜선장양(慈惠善藏釀)’이란 문구가 나오는데 이는 고구려 사람들이 술빚기·장(醬)·혜(醢)·저(菹) 등이 속하는 장양(藏釀)에 능하다는 뜻이다. 이때 발효시키는 재료로는 무·미나리 등 채소 뿐 아니라 곡식·생선에 이르기까지 다양했던 것으로 추정된다. 또한 중국인들은 장냄새를 고려취(高麗臭)라 한 것으로 보아 이 시기에 이미 저장 발효 식품이 일반화되었음을 알 수 있다. 900년대에 일본의 기록 「연희식(延喜式)」을 보면 **백제인** 수수보리가 김치의 일종으로 소금과 곡물가루 대신 쌀겨나 느릅나무 껍질 가루를 섞어서 담근 각종 저를 전한다는 기록이 있고, 지금도 일본인들이 ‘다꾸앙’ 澤庵漬(たくあんづけ 단무지)을 즐겨 먹고 있다. 일본 책 「고지키(古事記)」(270~310년 오진(應神) 천황 때)에 수수보리는 누룩으로 술빚기를 처음 전한 인번(仁番)이라고 하는 백제사람을 지칭하는 것으로 백제인에 의하여 술빚기와 기타 발효식품 기술이 일본에 전수되어 이를 통해 백제의 발효식품 기술이 일본에서 발달되었음을 추정할 수 있다. 당시 백제인을 위시해서 **신라인**들도 일본으로 많이 건너갔는데, 이것으로 장아찌류를 담가먹는 한국인들의 풍속이 일본에 정착하는 계기가 되었고 이후 일본인은 그들 입맛에 맞도록 다양한 야채절임을 발달시켜 오늘날의 ‘나라즈케(ならづけ 奈良漬) 술 거르고 남은 찌끼에 절인 식품’을 정착시켰다. 그리고 『삼국사기』 **신문왕조**에 보면 왕이 왕비를 맞이할 때의 폐백음식으로 술·쌀·기름·꿀·장·포·혜 등이 열거되는데 여기에 나오는 ‘혜(醢)’가 젓갈이나 김치류를 총칭한다고 해석할 수 있고 이를 통해 **삼국시대와 통일신라시대까지 혜형(醢型)김치를 먹었을 것**이라고 추측할 수 있다. 이 기록으로 보아 그 당시 어패류와 채소발효식품이 쌀·술·장과 함께 상용되던 음식으로 여겨지는데 이때 절임채소가 오늘날의 장아찌류와 유사하다고 할 수 있다(Lee 1997; Yoon 2009; Kim 2010).

김치를 뜻하는 ‘**저(菹)**’라는 글자가 우리 문헌에 처음 등장 하는 것은 『고려사』인데 제사의 진설 음식으로 부추저·**순무저**·미나리저·죽순저를 썼다는 기록이 있다. 이것이 우리나라 문헌에 나타나 있는 김치에 대한 최초의 언급으로 본다. 고려시대는 채소재배 기술의 발달하여 침채형 김치의 일종인 동치미가 가장 먼저 만들어지고 그 외 신건지·짬무김치·나박김치가 개발되었다. 고려시대 이후부터는 이규보의 『동국이상국집』에 실린 「가포육영(家圃六詠)」에 “**무장**

11) 인간의 눈으로 직접 볼 수 있는 자연계의 사상(事象)은 동물·식물·광물 등이며, 또한 이것들은 인간 생활에 직접 이용되어 왔기 때문에 고대부터 기술의 대상(對象)이 되어 왔다. 고대 그리스의 아리스토텔레스의 《동물지(動物誌)》 등은 박물지적인 저작의 원형으로 여겨지는데, 박물지라는 표제를 가진 최초의 책은 로마 시대의 군인·정치가이며 박물학자인 플리니우스의 대저 《박물지 Historia Naturalis》 37권이다(네이버 백과사전).

12) 한사군 [漢四郡], BC 108~BC 107년 전한(前漢)의 무제(武帝)가 위만조선(衛滿朝鮮)을 멸망시키고 그 고지(故地)에 설치한 4개의 행정구역

아찌는 여름 반찬에 좋고 소금 절인 무는 겨울 내내 반찬이네”라고 한 것으로 보아 장아찌와 김치가 개념적으로 분리되어 혜형 김치는 오늘의 장아찌로 발전하였고 국물이 있는 침채 형태의 김치는 **동치미나 나박김치** 또는 **장김치**로 분화하였을 추측될 수 있다. 장아찌형태에만 머물렀던 삼국시대와 달리 고려시대에는 소금이나 초 또는 장·술지게미에 절인 장아찌류와 나박김치·동치미와 같은 침채류가 새롭게 개발되어 혜형과 침채형 두 종류가 같이 발달하였다(Lee 1997; Yoon 2009; Kim 2010).

무는 고려시대에 고종연간에 대장도감이 편찬한 「향약구급방」에서 오늘의 중요 채소류와 연관된 기록이 있다. 만청자(蔓菁子, 순무), 나복(蘿菔, 무) 등의 채소류가 일반화되어 식용은 물론 약재의 구실로 이용되었고 고려조에 와서 갑자기 그의 수가 증대되었다고는 믿기 어렵고 삼국시대를 거쳐 통일신라시대 이래 이들의 대부분이 경작되었으리라 짐작할 수 있으나 문헌상에는 고려조에 와서 그 존재를 확인할 수 있다고 한다(Chang 1972).

조선 초·중·말기에 따라 김치의 역사를 살펴보자.

『세종실록(世宗實錄)』 오례(五禮)의 사직정배(社稷正配)찬실도(饌實圖)에는 제물로 죽순김치·미나리김치·**무김치**·부추김치 등을 진설하였다고 나오는데 본래 제상에 올리는 제물은 상고시대부터 내려오는 음식을 거의 그대로 올린다고 볼 때 이러한 김치는 고려는 물론 그 이전 시대부터 만들어 먹었을 것이라고 생각해야 한다. 조선 전기 조리서인 「수운잡방」(김유, 1481~1552)과 「규곤시의방」(음식디미방, 장씨부인, 1598~1680)¹³⁾에 수록된 김치의 종류를 분류해보면 나박김치·동치미·신건지·짬지·석박지·소박이·장아찌로 나눌 수 있다. **조선 초기** 만해도 배추에 관한 기록은 찾아 볼 수 없다. 이 당시에는 무가 가장 많이 재배되었으므로 **김치 재료로는 주로 무가 쓰였다**. 김치의 종류도 양념을 넣고 짜게 버무려서 익혀 먹는 소위 ‘**장아찌형**’이 가장 많았고, 그 다음이 ‘**짬지형**’으로 이 둘이 가장 흔하게 먹던 반찬이었다. 양념으로는 향신료로 천초와 할미꽃이 쓰였고, 이때까지는 김치에 고춧가루를 썼다는 기록은 보이지 않는다. 장아찌형 김치 중에는 ‘즙저(汁菹)’가 많았다.즙저는 주재료를 주로 ‘즙장’에 절인 것인데 「증보산림경제(增補山林經濟)」에 ‘저(菹)’의 종목에서 빠지고 ‘장(醬)’의 종목으로 분류되어 있다. 조선조 초기까지 채소저장식품으로 담갔던 것이 김치가 차차 발달하면서 ‘즙저’는 장류로 자리를 굳힌 듯하다(Chang 1972; Kim 2010).

조선 초기의 김치를 간략하게 분류하면 아래와 같다.

- 나박김치: 침채형 김치의 원조이고 고려 때부터 먹었다는 기록이 있으나 그 이전부터 먹었을 것이라고 추정된다. 채소 재배 기술이 발달하지 못한 옛날에 김장김치가

맛이 없어지기 시작하는 음력 정월쯤부터 담가먹었다.

- 동치미: 동치미를 먹기 시작한 것은 신라시대부터지만 통일신라를 거쳐 고려시대에 들어오면서 질 좋은 무가 생산되자 더 많이 담가먹게 되었다. 동치미는 겨울김치로 짜지 않게 통째로 소금에 절였다가 양념을 넣고 소금물을 부어 국물과 함께 먹는 침채형 김치다. 이북지방은 메밀이 흔해 국수를 만들어 동치미 국물에 말아 먹는 냉면이 대표적 음식으로 자리 잡았다.
- 신건지: 동치미보다 좀 더 짜게 절여 봄철에 먹는다. 짬지보다 싱겁게 담근다.
- 짬지: 무를 짜게 절여 이듬해 여름까지 장기간 저장할 수 있게 담근 무김치다. 중부지역에서 주로 먹는 음식이다.
- 석박지: 무를 큼직하게 썰어 소금과 젓갈로 버무려 간단히 먹던 허드레 김치다. 계절과 상관없이 손쉽게 담가서 가족끼리 먹을 때 밥상에 올린 김치라고 할 수 있다.
- 소박이: 오이·가지·배추 등에 칼집을 내어 절이고 쪄켜에 소를 넣어 담그는 속박이 김치이다. 예전에는 손님상에 오르던 김치였다.
- 장아찌: 오늘날에는 장아찌와 김치가 서로 다른 종류지만 조선시대 문헌에는 장아찌가 김치에 포함되어 있다. 상고시대 혜형(醃型)김치가 침채형과 혜형으로 분화되었고 그 과정에서 혜형 김치가 장아찌로 분화되었는데 조선후기 문헌인 「규합총서(閩閩叢書)」¹⁴⁾에는 저(菹)라는 말로 표현되어 있다(Kim 2010).
- 「증보산림경제」(1766년)에 수록된 조선 중기의 김치를 보면 담그는 방법과 김치에 사용한 채종이 다양해졌음을 알 수 있다. **무·순무·오이·가지**는 여전히 많이 쓰였지만 조선 초기 흔치 않았던 배추·미나리·갓이 상용되었다. 양념으로는 파·마늘·생강·청각·거목·천초와 고추가 김치 양념으로 자리 잡기 시작하였다. 중부아메리카가 원산지인 고추는 17세기 초에 전래되었는데 「지봉유설」(1634년)에 왜개자(倭芥子)라는 기록이 나오는 것으로 보아 일본을 통해서 들어온 것으로 추측된다. 고추는 매운 맛과 단맛, 독특한 향을 가지고 있어 김치의 맛을 돋우는 효과가 있으며 채소가 쉽게 물러지는 것을 방지한다. 이후 「산림경제」에서는 고춧가루를 사용한 오이김치가 처음 나온다. 조선 중기는 초기에 비해 밥·옛기름·마늘 짙은 것 등을 섞어서 담은 것 등 맛을 고려하여 감미를 낸다든가 향과 매운맛을 더욱 강조하는 장아찌가 출현하였다. 즉 김치종류나 담그는 법은 이전과 별로 달라진 것은 없지만 맛을 더 고려하였다든지 양념과 재료를 좀 더 강화하여 다양해졌음을 알 수 있다. 「증보산림경제」에 기술된 조선중기 김치의 종류는 다음과 다양해지기 시작한다(Chang 1972; Kim 2010).
- 나박김치와 동치미: 나박김치 재료는 조선초기와 대동소

13) 음식디미방은 1670년경 석계부인(石溪夫人) 안동 장씨(安東張氏)가 한글로 요리명과 요리법을 쓴 조리서로서 내용이 술 담그는 법과 그 음식 만드는 법이 상세하여 ‘규곤시의방(閩壺是議方)’이 아닌 ‘규호시의방(閩壺是議方)’으로 추측되기도 한다.

이 하여 무·미나리·산갓 혹은 무순을 썼으며 순무나 당귀도 들어갔다. 그리고 어린 파를 양념으로 사용한 기록도 나타난다.

- 신건지와 찐지: 봄과 초여름까지 동치미보다 간이 센 신건지를 먹었고 여름이 되면 저장기간이 긴 찐지를 먹었다.
- 속박이와 석박지: 오이소박이·가지소박이가 등장한다. 그 밖에 무함저·배추저·미나리함저·봄갓저·가을갓저·부들저·오이저 등이 조선중기 속박이와 석박지 형태의 김치로서 문헌에 등장하고 있다.
- 장아찌: 죽순초(竹筍酢), 연뿌리초(蓮根酢), 부들순해(溲荀酢)가 기록되어있다.

조선후기에 이르면 비로소 오늘날과 같은 화려한 김치의 기반이 조성되었다고 본다. 이전에 주로 쓰였던 무·순무·가지·오이 같은 절임용 김치가 후기로 오면서 배추와 고춧가루를 첨가한 김치로 바뀔 정도로 알찬 통배추와 고추가 육종 재배되기 시작했다. 김치에 젓갈이 다양하게 쓰이면서 식물성 재료에 동물성 재료가 첨가된 맛과 영양이 조화를 이룬다. 조선조 후기에도 나박김치와 동치미가 여전히 내려오고 있고 신건지와 찐지형 김치도 계절에 맞추어 전해지고 있다. 소박이나 썬박지¹⁵⁾, 장아찌도 오늘날 여전히 우리 식생활에서 밀반찬 역할을 하고 있다(Chang 1972; Kim 2010).

현재 우리는 무김치, 무 물김치, 깍두기, 총각김치, 무(생)채, 무나물, 무순무침, 무조림, 무말랭이, 무장아찌, 무짬지, 무국, 무밥 등등 이제 무 없이 밥을 먹을 수 없을 만큼 세상에서 무를 가장 많이, 또 다양하게 요리해 먹는 무의 왕국이 되어왔다(Kim 등 1996). 김치의 장기저장을 위한 김장은 진장(陳藏), 침장(沈藏)이라 하여, 늦은 가을부터 이듬해 봄채소가 나오기 까지 엄동을 포함한 최소 3개월에서 4~5개월에 걸쳐 채소를 저장해두고 먹기 위한 행사였으나, 오늘날 김치의 산업화가 시작된 이후 급격히 감소되었다.

4. 근대 조리서에 나타난 무김치의 빈도 및 제조법

본 연구에서는 근대조리서인 「시의전서」, 「부인필지」, 「조선요리제법」, 「조선무쌍신식요리제법」, 「간편조선요리제법」, 「신영양요리법」, 「조선요리법」, 「우리나라 음식 만드는 법」, 「이조궁정요리통고」, 「한국요리백과사전」, 「한국의 맛」 등 11권에 수록된 무김치의 종류 및 빈도, 제조법 등을 앞에서 언급된 분류에 따라 (1) 깍두기<Table 5, 6> (2) 썬박지 및 나박김치<Table 7~9> (3) 동치미<Table 10, 11> (4) 무짬지<Table 12, 13> (5) 무장아찌<Table 14, 15> (6) 무장과<Table 16, 17> 등으로 나누어 살펴보았다. 썬박지에서 무 이외의 주재료로 배추가 동량을 초과하여 들어간 경우 무김치에 포함시키지 않았다. 무김치의 주재료, 부재료 및 양념, 조리순서를 중심으로 조리과정의 특징을 비교 분석하였다.

깍두기

「시의전서」와 「부인필지」에서는 깍두기를 찾아볼 수 없다. 「조선요리제법」은 깍두기 조리법을 간단하게 소개하고 있다. 「조선무쌍 신식요리제법」은 깍두기 굴깍두기 헛깍두기 속깍두기 채깍두기를 다양하게 소개하고 하였는데, 속깍두기는 무를 삶아 사용 하는 것으로 치아가 부실한 노인을 위한 깍두기 조리법으로 해석된다. 「간편 조선요리제법」은 깍두기를 아무 때나 담그는 깍두기, 김장때 담그는 깍두기, 김장때 담귀 해를 묵히는 깍두기로 나눈다. 아무 때나 담그는 깍두기는 재료가 간략하고 조리법이 비교적 간단한데 비해 김장때 담그는 깍두기는 무를 조금 더 크게 썰고 청각, 미나리, 갓, 조기젓, 북어, 배추 등 부재료가 더 첨가된다. 김장때 담귀 해를 묵히는 깍두기는 김장때 담그는 깍두기보다 더 짜게 담근다. 「신영양요리법」에는 깍두기, 굴깍두기, 속깍두기가 소개되었는데 속깍두기의 조리법이 「조선무쌍 신식요리제법」에 소개된 속깍두기와 마찬가지로 노인에게 좋다고 소개되어 있다. 「조선요리법」에서는 굴젓무와 조개젓무를 깍두기로 소개하고 있다. 앞서 소개된 깍두기와 달리 굴젓무와 조개젓무는 무를 절이지 않고 배추만 절였다가 무에 고춧가루를 먼저 쳐 넣고 배추를 섞는다는 것이 특징이다. 「우리나라 음식 만드는 법」은 깍두기, 속깍두기, 굴깍두기, 채깍두기가 소개되어 있다. 「이조궁정요리통고」에서는 송송이를 깍두기라 소개하고 있다. 「한국요리백과사전」은 굴깍두기와 대구함경도 깍두기를 향토식품으로 소개하고 있다. 대구를 소금에 절이고 양념으로 버무리 놓은 뒤 무를 깍둑 썰어 함께 버무리는 것이다. 「한국의 맛」은 깍두기와 무청깍두기를 소개하고 있다. 위에서 소개한 다른 깍두기와 달리 무청 깍두기에 찹쌀밥이나 찹쌀가루 풀이 들어가는 것이 특징이다. 전라북도 부안지방의 ‘무지’는 **총각김치**를 말한다<Table 5, 6>.

썬박지 및 나박김치

「부인필지」와 「조선요리법」에는 썬박지가 소개되어 있지 않다. 「조선요리제법」, 「조선무쌍 신식요리제법」, 「간편 조선요리제법」에서는 썬박지를 젓국지와 같은 법이나 그 맛만 조금 습습하게 담그면 된다는 설명이 있다. 「시의전서」와 「우리나라 음식 만드는 법」에는 가지가 부재료로 나오는데, 가지를 보관할 때 소나무 재를 묻혀서 향아리에 봉해두었다가 김치 담그는 날 꺼내어 쓴다. 나박김치는 무를 골짜짝 만큼씩 번듯번듯하게 나뭇나뭇하게 알팍하게 네모로 닷분 장광으로 한푼 두께로 작고 얇게 썰어 소금에 절인 후 향아리에 담아 소금과 맹물을 섞어 간을 맞추는 침채형 무김치이다<Table 7~9>.

14) 조선 순조 9년(1809)에 병허각(憑虛閣) 이씨(李氏)가 편찬한 부녀자의 생활 지침서.

15) 조선시대 기록과 북한어는 ‘석박지’로 되어있으나, 현재 국립국어원(http://www.korean.go.kr/09_new/index.jsp)의 표준국어대사전은 ‘썬박지’를 사용한다.

<Table 5> Kinds of Kkakttugi

문헌	시의 전서	부인 필지	조선요리 제법	조선무쌍 신식요리 제법	간편조선 요리제법	신영양 요리법	조선 요리법	우리나라 음식 만드는법	이조공정 요리통고	한국요리 백과사전	한국의맛
연대	1800末	1915	1917	1930	1934	1935	1943	1957	1957	1976	1987
작자	미상	이숙	방신영	이용기	이석만	이석만	조자호	방신영	한희순	황혜성	강인희
깍두기			○	○	3	○		○	○		○
굴깍두기				○		○		○		○	
굴젓무							○				
대구 함경도 깍두기										○	
무청깍두기											○
숙깍두기				○		○		○			
조개젓무							○				
채깍두기				○				○			
햇깍두기				○							

<Table 6> Recipe of Kkakttugi

문헌	조리법
조선요리제법 (1917년)	깍두기 무나 혹은 외를 골패짜만큼씩 써서 그릇에 담은후 고초, 마늘, 파를 잘게 익여넣고 새우젓국으로 간을 맞치고 오래동안 주물러 석겨가지고 항아리에 담은후 물을 조금만치고 뚜껑을 덮혀 두나니라
조선무쌍 신식요리제법 (1930년)	깍두기 무를 원통으로 씻고 배추도 원통으로 써서 아모 젓국이나 맛 바른 곁로 저리고 가진고명을 다너 고초가루를 데일만히너코 조기는 원리로 너코 방어를 생선이든지 자반이든지 굴계덩이로 써러너코 양지머리 차돌백이나 살문 제육도 덩어리라 간간히 너코 모다 버무려 너 위를 잘 찢다가 익거든 무나 배추나 어육 큰덩이나 먹을제 써러먹어야 맛이 일칭났고 잘게 써는것은 진장전에 하는데 잘게 하는것도 배추속대는 썰지 안키니와 썰무에 먼저 설당을 소곰뿌리듯하야 까불러하며 한나절 저린 후에 젓국에 고초가루와 가진 고명을 너코 주물러 너을제 조기를 토막쳐너코 대가리로 찌저너코 무를 조금너어도 무에서 국물이 나오나니 이리케 하야 맛이 조흐나 만이 하는데 엇지 설당을 다너으리요. 조금하는데 할것이요 젓국은 여러해 묵은 새것이 조코 새것중에도 잡것만이 석긴것이 삭아서 더욱 맛이 조코 고명은 외소박이에 너툏 고초 파대가리 마늘을 잘게 난도 하고 만히 넣는것이 깍뚝맛이 데일조흐니라 또 여름에 무든지 외든지 새것에하면 가시가 나기 쉬워서 설당에 저린후에 소곰치고 외소고명과 갖치하야 만히 너코 만들면 그러케새*붓* 한건만큼 못하지 안으나 감칠맛을 엇기는 어려우나니 대체 깍뚝이나 호박나물에는 묵은 새것이 업거든 하지말며 생선조림이나 족장앗지에 진장이 업거든 하지말지니라. 깍뚝이에는 새것만넣는것이 아니라 온갖 젓갈을 다 너어도 조코 아모리 고초가루를 만히 너트래도 실고초를 줌 넣는것이 조흐니라. 깍뚝이에는 부추(韭:구)를 기럭지제 넣는것이 조흐니라.
	굴깍두기 굴(石花)을 써서 적[꺾데기]을 골나 물 빼인 후에 무깍뚝이 만들제 만히 너으면 맛이 싱싱하고 조흐니라 또 굴젓을 너어도 조흐니라
	햇깍두기 어느 때든지 무나대로 써러서 몬저 설당을 치고 까불러 두어시간 두엇다가 다시 젓국과 파 마늘 익힌거와 고초가루와 실고후에 버무려 누을제 배추와 미나리도 느코 버무려 한항아리에 담고 위덥고 꼭 봉하야 서늘한 곳에 두어 익히나니라 큰 조개를 들에 내어 너어도 조흐니라.
	채깍두기 무를 채쳐서 햇깍뚝이 하듯하야 먹으면 맛이 조흐니라 이것은 로인이 조하하나니라.
	숙깍두기 무를 살마서 써러 깍뚝이를 당그면 무가 물러서 로인의 공양에 매우 합당하니라.
간편조선 요리제법 (1934년)	아무 때나 담그는 깍두기 아모때나 담그는 깍뚝이는 무로 하고 외로도 담그는데 무나 혹은 외를 골패짜만큼씩 (기리오편 널이너편, 독계를한가지로 하고) 썰어서 그릇에 담어놋코, 붉은고추(고추가루면 더욱 조흐니라)와 마늘을 잘게 익여넣되, 무썰은것이 한동이면 익이고 추 한보시기, 마늘두울을 익이고, 생강 큰 것으로 한빨을 익여서 합쳐 석고, 새우젓 한사발을 잘게 익여서 너코(젓국으로만 하면 정결하고 보기에 조흐니라) 오래동안 즈음너 석겨서 항아리에 담고 젓국이나 물을 (고추버무리는 그릇에 부어서 거기 묻은 고명을 써서서 부으라) 한사발쯤 붓고 맛을 보아 간이 맛도록 한 후 뚜껑을 덮혀익히고, 김장때 담그는 깍두기 겨울에 먹는 깍뚝이는 우에 괴룩한 법과 별로 다를것은 업스나 무를 전자보다 조금 굵은듯하게 씻고 무거리 고초가루(얼격이에 친 고초가루)와 마늘익인것과 생강익인것과 새우젓 익인것들은 우에말한 분량대로 너코 그 외에 청각 한줄기(청각은 짧게꺼어서 너흐니라) 소곰한종자, 미나리 한사발(줄기로만 한치 기리씩 썰은것 한사발 너너히) 갓 반사발(갓도 가는 굴기로만 한치씩 썰은 것), 조긱 한개(조긱은 살로만 골패짜 만큼씩 썰고) 북어 세개(북어는 속에 가시와 뼈난 바리고 닷분기 리식 토막을 내고) 배추소곰에 저린것 두통(네쪽에 쪼개어 닷분 기리로 썰고 배추입사귀난 제하고)을 다 함께 버무려 항아리나 독에 담고, 배추꼭지절인것과 입사귀로 남긴 것으로 우를 덥은 후 물을붓되 무한동이에 새우젓국 한사발 가량식붓고 뚜껑을덮혀 두엇다가 겨울에 먹나니라(북어, 조긱, 물이드는까담에 ???지난두지못하나니라)

<Table 6> Continued

문헌	조리법
<p>간편조선 요리제법 (1934년)</p>	<p>김장때 담급 해를 묵히는 깍두기 묵히는 깍두기는 무를 소곱에 저려서(무 한동이에 소곱 신관승으로 칠흠되는 비레로저리라)이우에 말한 깍두기보다 매우 굵게 썰어서담그나니, 고명은 마늘익힌것과 생강익힌것만 넋되 분량은 역시 우에 법과 갖치하고, 새우젓을 익여넋코 버무려 독에 담고 무청저려 을우를담고 물에 새우젓국을 타서 무가 잠기게 붓고 목계를 덮혀두었다가 그이듬해 여름까지 두고 먹나니라. (이것은 전자보다 조금짜게 하나니라)</p>
<p>신영양요리법 (1935년)</p>	<p>깍두기 (썰은 무 한동이 범으리는 대 넋는 약념 분량이라) 무 한동이(썰은 것) 배추반동이(썰은 것) 고추 한되(무거리고초가로) 파 한사발(채친 것) 미나리 두사발(잘은 것) 마늘 한종자(익인 것)/청각 반사발/젓국 한사발/생 한종자(익인 것)/갓 한사발(썰은 것)/소금 두홉 절은 무를 칠푼 장광에 서푼 두께로 썰고 배추는 잘절은것으로 칠푼 기리되게 썰어서 놓고 고추는 무거리(얼맹이로친것) 고초를 만들고 파는 한치기리씩 썰어 채치고 미나리는 한치길이로 잘너놓고 파 생은 곱게 닉여서 놓고 청각은 대강 뜯어 놓은 후 큰 그릇에 무를 담고 고초가로를 넣고 새우젓 젓국을 넣은후 두손으로 오래 섞어서 무에 고초물이 들도록 문질너 섞은후에 배추 썰은것과 여러 가지 약념 헛것을 다 넣고 잘 섞어서 독에 담고 정하게 절은 육어지로 우를뒹고 돌을 놀너넣은후 꼭 봉해서 잘 덮어 두었다가 겨울에 먹기 시작하여 다음해 여름까지 먹나니라. 저릴때는 무한동이에 소곱 신관승으로 칠흠의 비레로 저리고 새우젓은 잘 익여서 물을 조금 붓고 잘 풀어서 고은 체에 밧쳐서 국물을 부으라. 분량은 각집에 따라 다르니 각각 할만큼 하고 버무리는 분량만 이우에 기록헛것이니 한동이의 무에 넋는 약념분량이니라.</p>
<p>신영양요리법 (1935년)</p>	<p>굴깍두기 배추를 정하게 씻어 한치 길이로 잘너서 채치고 미나리도 정히 님어서 깨끗하게 씻어 한치 길이로 썰고 무를 채치고 파와 고추를 채쳐 놓고 생과 마늘은 잘게 익여서 물과 함피 이 모든 것을 다 석고 젓국으로 간을 맞초아 향아리에 담어 잘절은 육어지로 우를 뒹고 꼭봉해서 익히나니라.</p> <p>숙깍두기 무를 삶아서 오피온 장광으로 두푼 운두로 썰어서 다른 깍두기에 넣는 약념법대로 만들어 너어 섞어서 향아리에 담었다가 익은후에 먹나니 로인을 위해서 매우 적당하니라.</p>
<p>조선요리법 (1943년)</p>	<p>굴젓무(깍두기) 배추는 속대와 하얀줄기리만 자즐구리하게 납작납작 썰고 무도 같은 치수로 썰읍니다. 그래서 배추만 소곱에 잠깐 저리고 무는 그대로 먼저 고춧가루를 치고 실고추도 조금만 잘게 썰어 넣고 비벼서 고추물을 흡신들여가지고 저려 놓은 배추를 정한물에 행겨서 한데넣고 고추물을 들읍니다. 파 마늘 생강들도 채쳐넣고 새우젓을 곱게 다져서 젓국과 섞어넣어 간을 맞춥니다. 배도 같은치수로 썰어놓고 굴도 정하게 씻어서 같이넣고 미나리도 한테전부 섞어 버무려서 알맞은 향아리에 넣은 후 다른 국물은 붓지말고 제몹에서난 물과 설탕을 조금만 타서 붓고 꼭꼭 눌러놓았다가 익거든 잡수십시오.</p> <p>조개젓무(깍두기) 배추속대와 하얀줄기리를 자잘하고 납작납작하게 썰어서 소곱에 잠깐 저렸다가 정한물에 행겨놓고 무도 같은 치수로 썰고 배도 같은치수로 썬니다. 미나리는 팔푼길이로 썰어놓고 파 마늘 생강 등은 곱게 채쳐 놓은 후 무에다가 고춧가루를 빗곱게 넣어 비벼가지고 배추도 섞고 새우젓을 곱게 다져넣고 간을 맞f니다. 여러가지 양념을 다 섞는데 조개는 무명조개를 까서 푹집을 바르고 지느러미를 잘르고 된살만 섞는데 두꺼운 것이면 반에 쪼개 넣으십시오. 간맞게 버무렸으면 알맞은 향아리에 담고 군물은 치지 말고 제국에다가 설탕을 조금만 쳐서 붓고 꼭꼭 눌러놓았다가 익거든 잡수십시오. 이것은 가을한철 술안주로 가장 적당합니다.</p>
<p>우리나라 음식 만드는 법 (1957년)</p>	<p>깍두기 1. 약간 절인 무우를 칠푼 장광에 서푼 두께로 썰고, 2. 배추는 잘 절은 것으로 칠푼길이로 썰어서 놓고, 3. 고추는 빠아서 얼맹이로 쳐서 좀 곱은 가루를 만들어 놓고, 4. 파는 한치길이씩 썰어서 채쳐놓고, 5. 미나리는 한치길이씩 썰어 놓고, 6. 생강은 곱게 이겨서 넣고, 7. 청각은 대강 뜯어 놓고, 8. 큰 그릇에 무를 담고 고춧가루를 넣고 새우젓 젓국을 넣은 후 무에 고추물이 들도록 두 손으로 오래 문질너 섞은 후에 배추 썰은 것과 여러 가지 약념들을 다 넣고 잘 섞어서 독에 담고 정하게 절은 우거지도 위를 뒹고 무거운 돌로 눌러놓고 꼭 봉해서 잘 덮어 두었다가 겨울에 먹기 시작하여 다음해 여름까지 먹을 수 있다.</p> <p>[비고] 1. 절일 때에 무 한동이에 소곱칠흠으로 절이고, 2. 새우젓은 도마에 놓고 칼로 잘 다져서 물을 조금 붓고 잘 풀어서 고운체에 밧여서 국물을 붓고, 3. 이 위에 분량은 무한동이에 대한 약념분량이니 많이 할 때에는 무의 분량을 보아서 다른 재료는 몇 배로 넣을 것이다.</p> <p>숙깍두기 1. 무우를 삶아서 골패쪼처럼 썰어놓고, 2. 파, 마늘, 생강을 이겨서 무에 넣고 고춧가루를 넣어 놓고, 3. 굴을 잘 씻어서 넣고 젓국으로 간을 맞추어 꼭꼭 눌러서 잘 봉해 익히라.</p> <p>굴깍두기 1. 배추를 씻어 가늘게 채치고, 2. 무도 가늘게 채쳐서 배추와 함께 담고, 3. 파, 마늘, 생강을 곱게 이겨서 한데 넣고 고춧가루를 빗보아서 알맞게 넣어 잘섞어 놓고, 4. 굴은 잘 씻어서 한데넣고 젓국으로 간을 맞추어, 5. 향아리에 담고 꼭꼭 눌러서 잘 덮어 익히라.</p>

<Table 6> Continued

문헌	조리법
우리나라 음식 만드는 법 (1957년)	채깍두기 1. 이것도 채김치와 같이 여러 재료를 다 채쳐가지고 깍두기 범으리듯 범으려서 담아두고 로인 식사시에 드리도록 할 것이다.
이조궁정 요리통고 (1957년)	송송이 무는 씻어서 네모로 도톰도톰하게 썰고 배추는 줄거리를 뜯어서 넓은 것은 반으로 쪼개서 자름자름하게 썰어 소금을 약간 뿌려 잠간 저린다. 무와 배추가 숨이 죽을 정도로 약간 저렸을때에 미나리오 갓 그의 여러 가지 고명과 고춧가루를 넣고 고루 버무려 젓국을 부어서 간을 맞춘다. 다음에 설탕을 넣고 신겨우면 소금을 좀 넣는다. 이것을 향아리에 담고 돌로 눌러서 꼭 봉해 놓는다.
한국요리 백과사전 (1976년)	굴깍두기 1. 무는 三 cm(가로)×二 cm(세로)×一.五 cm(길이)의 크기로 썰어 고춧가루로 무우를 빨갱게 물들여 놓는다. 2. 생강, 파, 마늘은 모두 다지고 오이, 미나리는 三 cm 길이로 썰는다. 3. 양념 고명을 넣고 버무린 다음 굴과 실고추를 섞고 새우젓과 소금으로 간을 맞춘다.
	대구함경도깍두기 1. 대구를 깨끗이 씻어 큼직큼직하게 토막을 내어 소금에 절인다. 2. 파, 마늘을 절구에 찧어 고춧가루와 다른 양념으로 버무려 놓는다. 3. 무를 깍두기처럼 썰어 대구와 함께 양념에 버무려 二0~三0일 익히면 먹을 수 있다. (註) 최근에는 깍두기를 담글 때 새우젓을 넣으나 옛날 함경도에서는 생선 대구를 넣고 담갔다. 맛이 아주 시원하고 담그는 법도 쉬우며, 다 익은 후에 먹을 때는 대구만 골라 밥상에 올릴 수 있다.
한국의 맛 (1987년)	깍두기 ① 무우는 깨끗이 씻어 납작하게(2.5 cm×2.5 cm×3 cm)썰어 설탕, 소금에 절인다(절인 물을 무우가 맛이있는 철에는 이용하나, 무우가 맛이 없는 여름철에는 버린다). ② 미나리는 줄기만 다듬어 깨끗이 씻어 4 cm 길이로 썰어 놓는다. ③ 무우에 고춧가루를 넣어 먼저 버무린 다음, 다진 새우젓, 다진 마늘, 생강, 채 썬 파, 설탕, 소금을 넣고 다시 잘 버무린다. ④ 향아리에 파의 파란 부분을 깔고 소금을 약간 뿌려 깍두기를 담는다.
	무우청깍두기 ① 연하고 자그마한 총각무우를 다듬어 깨끗이 씻어 소금에 절였다가 채반에 놓고 물기를 뺀다. ② 채 썬 파, 마늘, 생강, 설탕에 다진 새우젓을 섞는다. ③ 2숟갈 정도의 찹쌀밥이나 찹쌀가루로 풀을 쑤어 식힌다. ④ ②,③에 고춧가루를 넣어 양념 젓국을 만든다. ⑤ ④에 절인 총각무우를 골고루 버무려 향아리에 담고 꼭 눌러 익힌다.

<Table 7> Kinds of Seokbakji & Nabakkimchi

문헌	시의 전서	부인 필지	조선요리 제법	조선무쌍 신식요리 제법	간편조선 요리제법	신영양 요리법	조선 요리법	우리나라 음식 만드는법	이조궁정 요리통고	한국요리 백과사전	한국의맛
연대	1800末	1915	1917	1930	1934	1935	1943	1957	1957	1976	1987
작자	미상	이숙	방신영	이용기	이석만	이석만	조자호	방신영	한희순	황혜성	강인희
석박지	○		○	○	○	○		2	○		○
수무석박지										○	
나박김치			○	2	○	○	○	○	○	○	○

<Table 8> Recipe of Seokbakji

문헌	조리법
시의전서 (1800末)	섞박지 연하고 조은 무를 얇전히 썰고, 좋은 배추를 잘 절인다. 진어준치소라조기젓밴댕이를 물에 담가서 하룻밤을 재운다. 무는 둥글게 썰고, 배추와 갓은 적당히 썰어 물에 담근다. 외와 가지는 섯박지를 담그는 날 물에 넣고, 덜 익은 동아는 과출만하게 썰어 껍질은 벗기지 말고 속을 굵어 없앤다. 생복소라낙지는 머리에 골만 뺀다. 독을 묻고 무와 배추를 먼저 넣고 가지와 동아 등을 넣은 다음에 젓을 한 벌 깬 후, 마늘파고추 등을 위에 많이 퍼고 채소를 차례로 떡 안치듯 한 뒤에 무 껍질을 독 위에 충분하게 덮는다. 단단한 나무로 독 속 좌우를 단단히 지르고 누른다. 좋은 고기젓국에 맛난 굴젓국을 조금 섞어 간을 맞추어 향아리에 가득 부어 익히면 섯박지의 맛이 자별하다. 날이 더우면 섯박지가 쉬는 때를 맞추어 하도록 한다. 생복과 낙지는 그때 그때 필요한 때에 썰다. 절인 동아는 껍질을 벗겨 놓으면 빛이 옥과 같다.
조선요리제법 (1917년)	섞박지 석박지나 젓국지와 갓한법으로 하난겨신대 그 맛만 조금 습습하게 담그난 거시니라.

<Table 8> Continued

문헌	조리법																																																
<p>조선무쌍 신식요리제법 (1930년)</p>	<p>섞박지 석박지는 짓국지와 갖튼법으로 하는것인데 맛만 조금 습습하게 하고 고명은 가진통김치에 늦는것과 갖치하되 무와 배추를 원통으로 하여야 맛이 일칭 더 조흐니라. 대체 김치에 무를 잘게 썰면 조지 못하니라. 또는 껍질 얇고 속배고 크고연한 무를 짜지안게 잠간 저리고 조흔배추와 갓을 각각저러 사오일에 맛조흔 조기젓과 준지젓과 반명이젓을 조흔물에 당그고 무는 쓰을기를 임의로 하고 배추는 적중이 써러 물에 빨고 외는 여름에 저릴적에 소곰물을 끄러 더운 김에 붓고 녹낀 돈을 너커나 그릇닥근 수섬이를 만이 너어두면 푸르고 싱싱하니 김치당그기전과 삼사일만에내여 물에담어 렴하고 가지는 재물밭축재에 (제철에) 무더봉하야 땅에 무더두면 갓판것갓트니 석박지 담는날 물에 내여 담고 동아꺾질 벗기지 말고 속만 글거업시하고 여러 가지 젓은 비늘을 글고 껌복과 소라와 낙지는 골빼고 정이씨서 무와 배추를 광주리 갖튼데 건저 물이 빠진후에 독을 따에 붓고 무와 배추를 한케너코 청각과 파와 마늘과 고초와 생강을 위에 만히 뿌리고 미나리와 갓과 무채를 케케이 떡안치듯한후 국물이 넉넉히 들게하고 저린배추님과 벗긴무꺾질로 위를 독집게 담고 나뭇가지로 위를 가루지른후 국물이 적거든 맛있는 조기젓국과 굴젓국을 타서 가득이 부어 독집게 싸매고 덤허잇거든 동아를 임시하야 벗겨쓰면 빛이 옥갓트니라. 더 운때하면 국물이시여 조지 못하고 무배추 저린지 일이일만에 하야 방문을 여기지 아니하면 맛이 조흐니라.</p>																																																
<p>간편조선 요리제법 (1934년)</p>	<p>섞박지 석박지는 짓국지와 갖한법으로 하는것인데, 동배추가 적고 썰은 것을 만케하여 그 맛만 조금 습습하게 담그는 것이니라.</p>																																																
<p>신영양요리법 (1935년)</p>	<p>섞박지 무 썰은것(무 한동이에 소금 칠흙으로 저려서 한치기리 팔푼넓이 오피뚜게로 썰라) 한동이/배추 썰은것(소금에 저린 배추로 닷푼길이로 썰것) 반동이/실고초 한사발/미나리(한치 길이식 썰은것) 세대꺾/파 채썰은것 한사발/마늘 익인것 한종자/생강 익인것 한종자/갓 썰은것 한 대꺾/배 채친것 반사발/밤 채친것 반사발/조기젓(조기젓을 돌에 갈려서 배를 끄내고 맨살로만 닷푼길이로 썰것) 세 마리/락지(대가리 잘오고 껍질 버끼고 잠깐데쳐서 한치 길이로 잘을것) 이십개/꺾복(충분히 불려서 얹게점여가지고 골꺾짜만큼식 썰것) 한개 이만큼 재료를 다 함께 넣고 잘 섞어서 독에 담나니 통김치처럼 소너은 배추통을 독에 한켜 넣고 이 범으린 석박지를 한켜넣고 이렇게 번가러가며 넣고 잘절은 실애기로 많이 덮고 무거운 돌로 눌러서 이삼일 두었다가 국물을 붓되 물한동이에 진한 조기젓국으로 다섯사발을 넣고 끝여서 잘 시켜 체에 곱게 바쳐 부꼬 오래 돌 김치는 국물을 끌일때 소금을 좀너어서 끌어 독에 난흐야 부을지니 배추백통(한집)에 대한 고명의 분량을 다시 말하면 아래와 같으니라</p> <table border="0"> <tr> <td>무(큰것을)</td> <td>육십개 (반은 채쳐서 소 재료로하고 반은 저려서 석박지 가눔으로 썰것)</td> </tr> <tr> <td>고초(굵고 잘 말은것)</td> <td>한말(산승으로)</td> </tr> <tr> <td>마늘(굵은것으로)</td> <td>스물다섯개</td> </tr> <tr> <td>파(굵은것으로)</td> <td>석단</td> </tr> <tr> <td>생강(큰것으로)</td> <td>여섯톨</td> </tr> <tr> <td>배</td> <td>열개</td> </tr> <tr> <td>밤</td> <td>한되</td> </tr> <tr> <td>조기젓</td> <td>열세개</td> </tr> <tr> <td>미나리</td> <td>열단</td> </tr> <tr> <td>갓</td> <td>다섯단</td> </tr> <tr> <td>청각</td> <td>다섯줄기</td> </tr> <tr> <td>소금</td> <td>한말서되(배추 저리는데 들어가는것)</td> </tr> <tr> <td>락지</td> <td>스무개</td> </tr> <tr> <td>꺾복</td> <td>한개</td> </tr> <tr> <td>조기젓국</td> <td>다섯사발(김치국 부을 것)</td> </tr> </table> <p>고명을 준비하는데 참고 재료로 각색고명의 중량의 비교를 아래 기록하노라</p> <table border="0"> <tr> <td>배추 한동이 중량은</td> <td>最大[최대] 한것 大[대] 中[중] ⇒ 平均[평균]이</td> <td>八百[팔백인] 800 五百二十[오백이십인] 520 四百二十[사백이십인] 420 約 五百五十六[약오백오십육인]기량 556</td> </tr> <tr> <td>무 한 개의 중량은</td> <td>大[대] 中[중] ⇒ 平均[평균]이</td> <td>二百五十[이백오십인] 250 一百五十[일백오십인] 150 約 二百二十[약이백이십인] 220</td> </tr> <tr> <td>소금 한되는</td> <td>명목절하야 한되 (신관두로)</td> <td>(元鹽[원염] 검은소금) 三百[삼백인] 300 (再鹽[재염] 흰소금) 二百五十[이백오십인] 250</td> </tr> <tr> <td>마늘 건으로</td> <td>한톨은 까서 한톨은</td> <td>約十[약십인] 10 約九[약구인] 9</td> </tr> <tr> <td>생강 한톨은</td> <td>中[중]</td> <td>約十[약십인] 10</td> </tr> <tr> <td>고초 한말은</td> <td>(말은것으로 신두五승).....</td> <td>건으로 約二百[약이백인] 실고초로는 約七十[약칠십인]</td> </tr> </table>	무(큰것을)	육십개 (반은 채쳐서 소 재료로하고 반은 저려서 석박지 가눔으로 썰것)	고초(굵고 잘 말은것)	한말(산승으로)	마늘(굵은것으로)	스물다섯개	파(굵은것으로)	석단	생강(큰것으로)	여섯톨	배	열개	밤	한되	조기젓	열세개	미나리	열단	갓	다섯단	청각	다섯줄기	소금	한말서되(배추 저리는데 들어가는것)	락지	스무개	꺾복	한개	조기젓국	다섯사발(김치국 부을 것)	배추 한동이 중량은	最大[최대] 한것 大[대] 中[중] ⇒ 平均[평균]이	八百[팔백인] 800 五百二十[오백이십인] 520 四百二十[사백이십인] 420 約 五百五十六[약오백오십육인]기량 556	무 한 개의 중량은	大[대] 中[중] ⇒ 平均[평균]이	二百五十[이백오십인] 250 一百五十[일백오십인] 150 約 二百二十[약이백이십인] 220	소금 한되는	명목절하야 한되 (신관두로)	(元鹽[원염] 검은소금) 三百[삼백인] 300 (再鹽[재염] 흰소금) 二百五十[이백오십인] 250	마늘 건으로	한톨은 까서 한톨은	約十[약십인] 10 約九[약구인] 9	생강 한톨은	中[중]	約十[약십인] 10	고초 한말은	(말은것으로 신두五승).....	건으로 約二百[약이백인] 실고초로는 約七十[약칠십인]
무(큰것을)	육십개 (반은 채쳐서 소 재료로하고 반은 저려서 석박지 가눔으로 썰것)																																																
고초(굵고 잘 말은것)	한말(산승으로)																																																
마늘(굵은것으로)	스물다섯개																																																
파(굵은것으로)	석단																																																
생강(큰것으로)	여섯톨																																																
배	열개																																																
밤	한되																																																
조기젓	열세개																																																
미나리	열단																																																
갓	다섯단																																																
청각	다섯줄기																																																
소금	한말서되(배추 저리는데 들어가는것)																																																
락지	스무개																																																
꺾복	한개																																																
조기젓국	다섯사발(김치국 부을 것)																																																
배추 한동이 중량은	最大[최대] 한것 大[대] 中[중] ⇒ 平均[평균]이	八百[팔백인] 800 五百二十[오백이십인] 520 四百二十[사백이십인] 420 約 五百五十六[약오백오십육인]기량 556																																															
무 한 개의 중량은	大[대] 中[중] ⇒ 平均[평균]이	二百五十[이백오십인] 250 一百五十[일백오십인] 150 約 二百二十[약이백이십인] 220																																															
소금 한되는	명목절하야 한되 (신관두로)	(元鹽[원염] 검은소금) 三百[삼백인] 300 (再鹽[재염] 흰소금) 二百五十[이백오십인] 250																																															
마늘 건으로	한톨은 까서 한톨은	約十[약십인] 10 約九[약구인] 9																																															
생강 한톨은	中[중]	約十[약십인] 10																																															
고초 한말은	(말은것으로 신두五승).....	건으로 約二百[약이백인] 실고초로는 約七十[약칠십인]																																															

<Table 8> Continued

문헌	조리법
우리나라 음식 만드는 법 (1957년)	<p>썰박지(1) 무 한동이 썰은것/배추 반동이 썰은것/미나리 두사발 (한치 길이로 썰 것)/갓 두사발 (한치 길이로 썰 것)/실고추 한사발/파 두사발 (채친것)/마늘 반사발 (이긴것)/생강 한종자 (이긴것)/밤 반사발 (채썬것)/배 반사발 (채친것)</p> <ol style="list-style-type: none"> 이 위에 여러 가지 재료를 다 함께 넣고 잘 섞어서 독에 꼭꼭 담고 잘 절은 시래기로 잘 덮고 무거운 돌로 눌러서 이삼일 두었다가 국물을 붓고, 국물은 물 한동이에 진한 조기젓국으로 다섯사발을 넣고 펄펄 끓여서 잘 식혀서 체에 곱게 밍서서 부으라. 이렇게 담기도 하고 이 위에 설명한 비늘김치처럼 무위에 속을 박아서 절인 배추잎으로 잘 싸서 석박지 범으린것과 격지 하여 한켜씩 번가러 가며 넣기도 하고, 소 넣은 통배추와 격지격지 번가러가며 한켜씩 넣기도 한다. 오래 두었다가 먹을 김치는 국물을 끓일 때 소금을 좀 넣어서 끓여 잘 식혀가지고 체에 잘 밍서서 각 독에 나누어 부을 것이다. <p>[비고] 1. 무는 한치기리 팔푼넓이로 오피뚜께로 썰고 한동이에 소금 칠흙으로 절일것. 2. 배추는 소금에 절이되 닷푼기리로 썰 것. 3. 낙지는 껍질을 깨끗이 벗기고 살짝 데쳐서 한치기리로 썰 것. 4. 전복은 마른전복으로 할 때에는 잘 불려서 얇게 저며 골짜쪽처럼 썰것. 5. 조기젓은 돌에 잘너서 뼈를 꺼내고 맨살만 닷푼기리로 썰 것.</p> <p>배추백통 (한집)에 대한 고명의 분량을 다시 아래 기록함. 재료 무우 육십개 (반은 소 재료, 반은 석박지감) 갓 (썰어서)네사발 청각 열줄기 낙지 열마리 전복 다섯개 조기젓 (끓은 것) 열개 미나리 (끓은 것) 여섯사발 고추 한발 마늘 (끓은 것) 삼십톨 파 (끓은 것) 삼십뿌리 생강 (큰 것) 여섯쪽 엷돈중 밤 한되 배 열개 소금 석되</p>
	<p>썰박지(2)</p> <ol style="list-style-type: none"> 무와 배추를 깨끗이 씻어서 각각 절여 놓고, 갓도 잘 다듬어서 씻어 절여 놓고, 오이를 씻어서 소금물을 적당히 만들어 펄펄 끓여서 잠깐 놓았다가 따듯할 적에 오이에 부어서 놓아두고, 가지는 소나무 재를 묻혀서 항아리에 담아 꼭 봉해서 차게 두었다가 김치 담그는 날 꺼내어 물에 담아놓고, 동과를 적당히 쪼개어서 넣고, 낙지 생복[생전복] 소라들을 잘 씻어서 그대로 넣어 썰어놓고, 배추와 무를 건져서 씻어 물을 빠지게 해놓고, 김치독을 땅에 뚫고 정하게 씻어놓고, 고추를 채치고 청각을 작게 뜯어 씻어놓고, 파 마늘 생강을 채쳐놓고 무와 배추를 독에 한켜씩 넣고 소금을 약간씩 뿌리고 약념을 뿌리고, 가지와 오이와 동아를 넣고 조기젓국을 친후 파 마늘 고추를 뿌리고 청각도 뿌리고 이와같이 해서 몇켜든지 다 해서 넣고, 절인 배추잎과 절인 무잎으로 덮고 무거운 돌을 눌러 놓고, 꼭 봉해서 이삼일 두었다가, 젓국물을 만들어서 맞추어 붓고 잘 덮어 두었다가 겨울이 지나면 먹기 시작한다. 상에 놓을 때마다 꺼내어서 적당히 썰어서 놓으라.
이조궁정 요리통고 (1957년)	<p>썰박지 배추와 무를 썰어서 심심하게 저려가지고 여러가지 양념을 넣고 버무려서 비늘김치(무나 오이비늘김치)를 사이사이 넣으면서 독에 담고 돌로 누르고 젓국을 붓고 꼭 봉한다.</p>
한국요리 백과사전 (1976년)	<p>수무썰박지</p> <ol style="list-style-type: none"> 수무우는 모지게 썰고 갓, 미나리, 호배추는 3cm 길이로 썰고, 생강, 밤, 당근은 채 썬다. 굵은 깨끗이 씻는다. 수무우에 양념을 재료와 넣고 젓국으로 버무려 독에 차곡차곡 넣는다.
한국의 맛 (1987년)	<p>썰박지</p> <ol style="list-style-type: none"> 배추를 손질하여 깨끗이 씻어 길이 5cm 정도로 잘라, 소금에 3시간쯤 절였다가 행궤 물기를 뺀다. 무우는 가로 3cm, 세로 4cm, 두께 0.5cm 정도로 도톰하게 썬다 미나리와 골파도 각각 5cm 정도의 길이로 채 썬다. 마늘, 생강은 각각 채로 썬다. 배추와 무우에 마늘, 생강, 고춧가루를 넣어 버무리다가 조기젓국, 골파, 미나리, 실고추, 소금을 넣고 함께 버무리 항아리에 꼭 눌러 담은 다음, 버무린 그릇에 물을 조금 부어 씻어 붓는다. 그 위에 절인 우거지에 소금을 조금 넣고 무쳐서 덮는다.

<Table 9> Recipe of Nabak-kimchi

문헌	조리법
조선요리제법 (1917년)	무를 써서 골패짜만코스 얇게 써으러서 소곰에 저려두었다가 약간 저른후에 건져 향아리에 담고 물을 넉넉히 부은후 저렛 든 소곰물을 짚기를 가라안쳐서 옷물만 붓고 간을 맞춘후 미나리, 고초, 파, 마늘, 갓 들을 잘게 쓰어넛코 똑개덜허두었다 가 다익거든 먹을거시니라.
조선무쌍 신식요리제법 (1930년)	무를 썰되 번듯번듯하게 썰기도 하고 알개써러 하기도 하나니 엇더케하든지 소곰에 저린후에 실고초와 움파와 미나리를 길 게잘라너코 마늘을 조금 채쳐너코 무저린물에 맹물타 간맞게하여 만이 붓고 익히라 몃순이 잇거든 너으라 너으면조코 나중 에 실백을 띄우나니라. 옛법은 가을갓 겨울처음 쪼되야 날이 처음 칩기를 기다려 연한 무가 굵은 손가락 만큼된것을 골라 꺾질글고 정히 써서 독에 너코 단쌈물을 여러번 꼬려 식거든 소곰을 타취져어 가라안거든 김체에 밧터불제 독은 집흐로 써서 땅에 못나니 소곰물은 짹짹하게 하여야 무가 간이너니 다시 적은외와 연한가지와 적로근(滴露根)과 송이와 생강꺾질 벗기고 썬것과 파원것과 청각과 씨빼인 천초와 고초등물을 모다 너어 당그면 매우 조흐니라. 이 김치는 무나 외나 가지를 다 몬져 저리지안코 만드는듯하니 기록에 이저버렸는지 알수업스나 한번 시험하여 볼것이나라 적로근은 무엇인지 알수업노라.
간편조선 요리제법 (1934년)	무우를 써서 골패짜만코스 얇게 써으러서 소곰에 저려두었다가 약간 저른후에 건져서 향아리에 담고 물을 넉넉히 부은후, 저렛 든 소곰물을 짚기를 가라안쳐서 옷물만 붓고 간을 맞춘 후 미나리 고초 파 마늘 갓 들을 잘게 썰어넛코 똑게를 덜허두었다 가 다익거든 먹을것이나라.
신영양요리법 (1935년)	무를 정하게 써어가지고 오편 장광으로 한푼 두께로 썰어서 소곰에 절여 놓고 미나리를 뿌리와 님사귀 잘노고 정하게 씻어 한치 길이로 잘노고 파 한치길이로 잘너서 채치고 고초도 실고초노 실고 마늘과 생도 가늘게 채쳐서 놓은후 무를 건져서 여러 가지 약념을 다 넣고 조심하여 섞어서 향아리에 담고 무절인 소곰물을 간보아서 간맛게 하여 붓고 잘 덮어둘지니라.
조선요리법 (1943년)	무를 나뭇나뭇하고 알팍하게 썰어서 양념 썰동안 소곰을 조금 훌훌 뿌려놓고 마늘 생강 파를 곱게 채치는데 움파의 가는 것은 채치지 말고 한치길이쯤 자릅니다. 미나리는 줄거리만 다듬어서 한치길이로 잘러놓은 뒤 무썰어놓은데다 양념을 전부 넣고 버무려서 간을 보아 향아리에 담는데 실고추도 많이 넣으면 더 좋으니까 고명으로 조금만 넣으십시오. 물을 너댓대접 쪼붓는데 설탕을 치고 소곰을 알맞히 타서 간을 보아 봅니다. 물은 더 부시려면 더 부어도 좋은데 김치국이 너무 많으면 딱 어우러지지를 않습니다.
우리나라 음식 만드는 법 (1957년)	1. 무우를 닷분 장광으로 한푼 두께로 썰어서 소곰 세큰사시로 절여놓고, 2. 파와 마늘과 생강은 곱게 채치고, 3. 미나리를 뿌리를 따고 잎사귀를 따고 잘 씻어서 놓고, 4. 무우를 건져서 큰 그릇에 담고 실고추와 미나리, 파, 마늘, 생강 채친 것들을 다 한테 넣어 섞어가지고, 5. 이것을 향아리에 담고, 6. 무우 절였든 소곰물에 물 세흠이나 흑 내흠쪼 붓고 소곰으로 간을 맞추어 습습하게 해서 향아리에 부어서 익히라.
이조궁정 요리통고 (1957년)	무는 네모로 알팍알팍하게 썰어서 소곰에 저린다. 이 무가 완전히 전다음에 건져서 다른 그릇에 담고, 실고추, 파, 생강 등을 넣어 함께 버무러가지고 향아리에 넣고, 따듯한 물에 소곰과 설탕을 풀어서 간을 맞추어 붓는다. 미나리는 이 김치가 다 익은 후에 정하게 씻어서 소곰물에 잠간동안 담가 습만 죽여서 다시 물에 흔들어 김치 향아리에 넣는다.
한국요리 백과사전 (1976년)	1. 무우, 배추를 먼저 네모로 알팍알팍하게 썰어 소곰에 절인다. 2. 다 절였으면 파, 마늘, 생강을 채 썰고 실고추를 짧게 잘라 넣어 버무린 다음 소곰국을 습습하게 하여 붓고 익을 때쯤 미나리를 살짝 절여 띄운다. 급히 먹어야 할 때는 팔팔 끓는 소곰국을 부으면 하룻밤 새 익는다.
한국의 맛 (1987년)	① 배추는 한 잎씩 떼어 길이 3.5 cm, 나비 3 cm 정도로 썬다. ② 무우는 단단하고 바람이 들지 않은 것으로 골라 깨끗이 씻어, 배추보다 약간 작고 얇게 썬다. ③ 미나리는 잘 다듬어 씻어, 줄기만 3.5-4 cm 정도로 썬다. ④ 오이는 꺾질을 소곰으로 문질러 씻어, 길이 3 cm 정도로 썰어 4쪽을 낸다. 씨는 빼는 것이 좋다. ⑤ 파는 흰 부분만 3.5-4 cm 정도의 길이로 채 썬다. ⑥ 마늘, 생강은 다듬어 곱게 채 썬다. ⑦ 무우, 배추에 실고추를 넣고 버무려 붉은 물을 들인 다음, 파, 마늘, 생강을 넣어 잠간 동안 두었다가 국물을 붓는다. ⑧ 고춧가루를 작은 주머니에 싸서 김치 국물에 넣고 흔들어 국물을 붉게 물들인다. ⑨ ⑦에 오이를 넣어 향아리에 담는다 ※ 참고 · 미나리는 거의 익을 무렵에 썰어 넣는다.

<Table 10> Kinds of Dongchimi: watery radish kimchi

문헌	시의 전서	부인 필지	조선요리 제법	조선무쌍 신식요리 제법	간편조선 요리제법	신영양 요리법	조선 요리법	우리나라 음식 만드는법	이조궁정 요리통고	한국요리 백과사전	한국의맛
연대	1800末	1915	1917	1930	1934	1935	1943	1957	1957	1976	1987
작자	미상	이숙	방신영	이용기	이석만	이석만	조자호	방신영	한희순	황혜성	강인희
동치미	○	3	2	3	2	○	○	5	○	4	○
평김치										○	
육김치							○				
햇무동치미								○			

<Table 11> Recipe of Dongchimi: watery radish kimchi

문헌	조리법
<p>시의전서 (1800末)</p>	<p>동치미 잘고 모양 좋은 무를 깨끗이 벗겨 간을 맞추어 절이다. 하루가 지난 후 무를 깨끗이 씻고 독을 묻어 무와 어린 외를 함께 절여 넣는다. 배와 유자는 껍질을 벗기고 썰지 않고 통째로 넣는다. 흰 파는 1치 길이씩 잘라 위를 4쪽으로 내고, 생강 얇게 저민 것과 고추 썬 것을 위에 많이 넣는다. 좋은 물에 간을 맞추어 그것을 가는 체에 밭쳐서 항아리에 가득히 붓고 항아리를 두껍게 봉하여 익은 뒤에 먹는다. 배와 유자는 먹을 때에 썰고, 국물에 흰 빛깔의 좋은 꿀을 타고 석류와 잣을 띄워서 먹는다.</p>
<p>부인필지 (1915년)</p>	<p>동치미 잘고 반드러운 무를 꼬리채 깎아 소곰에 절여 하루 지난 후 독에 넣고 조흔 외지를 절여 넣고 배와 유자를 껍질 벗겨 외채로 넣고 1백한치씨 썰으러(썰어) 쪽이고(조개고) 조흔 생강과 고초를 씨업시 썰으러 만히(많이) 넣고 소곰물을 함담맞초와(간담추어) 가득 부어 단단이 봉하야 닉은 후 먹을 제 배와 유자난고(담고) 침채수에 백청(꿀)을 타고 석류와 실백을 띄여(띄워) 먹으며 또 생치(깽)를 백숙으로 고와 그 근물(국물)에 기름기 업시하야 동침이 국에 화합하고 생치살을 찌져넣으면 명월생치 채과일이나니라.</p> <p>동치미별법(1) 동치미 국에국슈를 말고 무와 배와 유자를 얇게 접여 넣고 제육 써을고 계란부쳐 채쳐 넣고 호초 계자를 너으면 명월관 냉면 이라 하나니라.</p> <p>동치미별법(2) 김장후에 동치미 굴근(굽은) 무를 아래무를 잘라 정히 다듬어 소곰에 구를러(굴러) 속에 너을 제 켜켜 소곰 뿌려 수일후 반쯤 절거든 뒤여(뒤에) 상하를 밧고와(상하를 바꾸어) 사오일후 다 절거든 뒤렵하야 넣고 파 고초 청각 넣고 조흔 냉슈를 소곰 타 지말고 가득 부어 단단이 봉하야 소라(소래기, 소래) 덩허무덧다가(덜어물었다가) 세후에 먹으면 청심담소하나니라.</p>
<p>조선요리제법 (1917년)</p>	<p>동치미 무를(잘고 언한 것으로하라) 정하게 씨서서 소곰에 저러가지고 항아리에 담그되 무한켜를 닉코 마늘, 파, 고초를 대강 송송 쓰으러 너은후 또 무한켜를 닉코 또 고명 뿌리고 이와갓치 매겨에 파, 마늘, 고초를 쓰으러넉코 다 너은후 무우저렛든 소곰물을 찌기난 가러안치고 옷물만 밧고 또 냉슈를 무우가 잠기도록 부은후 간을 맞추어 도곰(조곰) 습습하게 해가지고 무거운 돌을 눌러놉코 뚝개를 꼭덱히 닉히하나니라(생강을 조곰 너허라)</p> <p>동치미별법 잘고 반드러운 무를 꼬리채 깎아 소곰에 절여 하로 쯤지난후 독에 넣고 도흔외지를 저러 닉코 배와 유자를 껍질 벗겨 원채로 닉코 파대가리를 한치씩 쓰으러 조개고 도흔 생강과 고초를 씨업시 쓰으러 만히넉코 소곰물을 알맞게 하야 가득부어 단단히 봉하야 닉은후 먹을제 배와 유자난 써을고 침채국에 꿀을 타고 석류와 실백을 띄여먹으며 또 생치(깽)를 백숙으로 고와 그 국물에 기름기 업시하야 동침이국에 화합하고 생치살을 찌져 너으면 이것을 생치채라 하나니라</p>
<p>조선무쌍 신식요리제법 (1930년)</p>	<p>동치미(1) 무를 잘고연한 것으로 정하게 씨서서 소곰에 저러가지고 항아리에 담그되 무한켜를느코 고초 파 마늘을 대강 송송씨러느혼후 또 무한켜느코 고명뿌리고 이와가티 매겨에 고명을 다 느은후에 무저렛든 소곰물을 찌기는기러안치고 옷물만 체에바쳐 붓고 또 냉슈를 무가잠기도록 부은후 간을 맞추어 조곰 습습하게 해가지고 무거운 돌을 눌러놉코 뚝개를 꼭덱히 익히하나 생감을 접여느니라. 처음에는 습습하야 먹기가 조흐나 한그릇에 반만먹으면 맛이 점점 짜지하나니라. 동침이물에 연어알을 느었다가 먹으면 맛이 조흐니라. 이 김치는 데일 국물이 맑어야 하는데 혹 맴드램이꼇을 느었다가 집어내면 물빛이 고와서 사랑할만하나니라. 이김치는 얼리지 말것이니 이 김치에 기이하고 이상한 맛은 어디서나는지 희한하게 조흐니라. 평양서는 파나 마늘을 아니느코 고초와 생강 점인겨와 청각만 느어야 국물이 맑다하나니라.</p> <p>동치미(2) 또는 잘고 반드러운 무를 꼬릿채 소곰에 절여 하루 지난후에 국물에 혼드러 독에느코 조흔외지를 씨서 물끼업시하야느코 배와 유자를 껍질벗겨 원채로느코 파나 대가리를 한치씩 썰러 조개고 생강과 고초를 씨업시 썰러 만이 느코 소곰물을 알맞게 하야 가득부어 단단이 봉하야 익은후 먹을제 배와 유자는 썰러느코 김치국에 꿀을 타고 석류와 실백을 띄여먹으면 매우 조흐니라.</p> <p>동치미(3) 또는 진장후 동치미 굵은무를 아래위를 잘라 정이 다듬어 소곰에 구를러 독에 느을제 켜켜이 소곰 뿌려 수일 후 반쯤절거든 위와 아래를 뒤섞겨 사오일후에 다절거든 럽하야느코 고초 파 마늘 생강 청각느코 조흔 냉슈를 소곰타지말고 가득부어 단단이 봉하야 소라를 덩허 무덧다가 세후에 먹으면 맛이 청랭 담소하나니라. 김치 당글게 설렁탕이든지 육수를 여더 느코 정육 파 무슨 말린 생선이든지 대소불게하고(크기 불구하고) 모다함께 대려서 식히고 고초 파 생강 청각 미나리를 켜켜너코 마늘갈아붓고 어육대린물에 무저린물을타서 체에바쳐 가득부어 위를 잘덥고 흠으로 야조무덧다가 세말춘초에 먹으면 맛이 절미하니 이김치는 무와 배추를 썰지아니하고 통으로하나니 죽여(竹茹)를 너으면 맛이 씹씩하나니라. 죽순을 짜게저렛다가 십월쯤 끄내여 물에당가 간을 빼서 너하나니라.</p>
<p>간편조선 요리제법 (1934년)</p>	<p>동치미 동침이 무는 과히 굵지 아니하고 몸이 고흘 것으로 골나서 담그는 것인데(몸이 가늘고 가름가름하며 잎이 연한것으로) 대가리와 꼬리를 따고 잔털을 다 뜻은 후, 정히 씨서서 몬져 소곰에 저러되 무 한동이에 쇼금칠흠오작(漸官升)의 비례로 독에다가 켜러놉코(무한켜넉코 소곰뿌리고 또무한켜넉코 소곰뿌리고 이와같이하라) 뚝계덱혀 이,삼일간을 두엇다가 무가 다 썰거든 땅에뚫어 노흔 독에 움겨담그나니, 움겨 담을때에 무한켜넉코 고명뿌리고(여기뿌리는 고명은 반늬덩이 고추말린 것을 세로짜에 어숫어숫썰은것 한종지와 마늘두쪽 듬슴듬슴썰은것과 파뿌리째쓴것 다섯개와 배 한쪽 썰은것들을 케게씩 뿌리나니라)또 무한켜넉코 고명뿌리고, 이렇케 하야 다 담은 후 맨 위에 청각과 생강과 고명을 뿌리고 무 절인데서 생긴 소곰물을 체에 밭쳐붓고 물이 부족하거든 냉슈를 넉넉히 붓고 휘저어서 켜겨 국물을 맛보야 삼삼하거든 (동침이는 무보다도 국물을 만히 먹는 것이므로 물을 넉넉히붓고 또 깨끗하게 담근것이니라) 돌을 누르고 꼭 봉하야 두엇다가 겨울에 먹나니라(오래두고먹으려면 소금 짹짹하게 넣으라)</p>

<Table 11> Continued

문헌	조리법
<p>간편조선 요리제법 (1934년)</p>	<p>동치미별법 잘고 반드러운 무우를 꼬리채 다듬어 소곰에 (무가 한동이면 소곰은 신승으로 칠흠으로 이의 비례로)절어 하로썬 지난 후 독에 넋코 조흔 외지를 (??에 담겨두었다가) 넋코 배와 유자를 껍질 벗겨 원채로 열개식만 넋코 파대가리를 한치식 스으리 쪼개고 도흔 생강과 고초를 씨엿지 쓰으리 적당히 넋코 소곰물을 이우에 말한 분량으로 하여 가독부어 단단이 봉하야 두었다가, 닉은후 먹을 때에 배와 유자는 씨엿고 침채국에 꿀을 타고 석이를 채쳐넋코 실백을 너어 먹으며, 또 생치를 백속으로 고와 그 국물에 기름끼를 업시 하여 동침이국에 화합하고 생치살을 찌져 너으면 이것을 생치채라 하나니라.</p>
<p>신영양요리법 (1935년)</p>	<p>동김치(동치미) 동침이 무는 잘고 연하고 몸이 곱고 가늘고 얇전한 것으로 골라서 대가리와 꼬리를 따고 잔털을 다 뚫고 정하게 씻어서 먼저 소곰에 저리나니 (이저러던 소그물로 국물을 할것이니 정하게 할것) 무 한동이에 소곰 칠흠 오작의 비례로 저러노코 (저리는 법은 무한켜 놓고 소곰 뿌리고 또 무 한켜 놓고 소곰 뿌리고 이와같이 할것)잘 텃어서 이삼일간 두었다가 무가 다 절은 후 땅에 묻은 독에 움겨 담을지니 움겨 담을때에는 무 한켜 넣고 약념을 뿌리고 또 무한켜 놓고 약념을 뿌리고 이렇게 하여 다 담은 후 맨우에 남은 약념을 넣고 무거운 돌을 정결하게 씻어서 눌러 인준후 무저러던 소곰물을 가는체에 여러번 밧쳐서 무독에 붓고 맛보아 삼삼하거던 (동침이는 무보다 국물을 많이 먹는것인 고로 물을 넋넋히 붓고 또 깨끗이 담을지라)꼭 봉하야 두었다가 겨울에 먹나니라.</p>
<p>조선요리법 (1943년)</p>	<p>동치미 동치미도 분량을 꼭대지 못하는 까닭은 임시 지럼으로 하는것과 늦게 먹을 것이 있고 무도 곱고 잔것에 관계가 되니까 소곰을 얼마 넣으라고 꼭 말할 수가 없습니다. 무를 먼저 몸이 곱게 맨질한 것을 골라서 몸에 흠집을 내지말고 정히 씻어서 자그마한 잔독에 당그십시오. 무한켜를 놓고 소곰을 알맞게 뿌리고 청각과 통고추를 두어토막내서 몇 개 넣고 마늘을 반에 쪼개고 파대가리도 반에 쪼개고 생강도저며서 몇쪽씩만 넣고 무를 한켜 또 담읍니다. 이와같이 다한후 위를 치는데 파 뿌리를 버리지 말고 두었다가 정히 씻어서 엷고 갓줄거리 같은것을 넣고 정한 무청을 소곰에 저러다가 위를 치십시오. 만일 청대가 있거든 대잎으로 위를 치면 더욱 신신합니다. 사흘만에 국물을 부십시오.</p>
<p>우리나라 음식 만드는 법 (1957년)</p>	<p>육김치(동치미별법) 맛조흔 동침이를 골짜처럼 썰고 편육 배도 같은 치수로 썰어서 한테 섞어가지고 동침이국물에다 간장 초 설탕으로 간을 해 새콤 달콤하게 해가지고 건디기를 섞어 유리대접에다 담고 실백을 띄우고 동침이에는 붉은 고추를 반듯하고 가름하게 썰어서 우에다 띄웁니다.</p> <p>동치미(1) 1. 동치미는 잘고 연한 또 몸이 곱고 가늘고 얇전한 것으로 골라서 대가리와 꼬리를 따고 잔털을 다 뚫고 정히 씻어서 소곰 칠흠만 가지고 절일 것이니 적당한 독에다가 무 한켜 놓고 소곰 뿌리고 무 한켜 놓고 소곰 뿌리고 이렇게 절여서(이 절엷든 소곰물도 김치국물을 할 것이니 정하게 할 것) 이 삼일동안 잘 텃어두고, 2. 이삼일후에 땅에 무든 독에 무우를 움겨담을 것이니 무우 한켜 놓고 약념을 뿌리고(약념은 생강 고추 청각이니 생강은 얇게 썰고 고추는 비슷비슷하게 셋에 썰고 청각은 셋에 뜸을 것) 또 무우 한켜 놓고 약념을 뿌리고 이렇게 하여 다 담은 후 맨 위에는 남은 약념을 엷고 무거운 돌을 깨끗하게 씻어서 눌러 후, 3. 무우 절엷든 소곰물을 곱은 체에 밧이든지 정한 보재기에 밧이든지 여러 번 밧쳐서 독에 붓고 삼삼하게 간을 맞추어 꼭해서 두었다가 겨울에 먹는 것이다. [비고] 1. 동치미는 무엇보다도 국물을 많이 먹는 것임으로 물을 넋넋히 붓고 또 깨끗이 담을 것이고, 2. 겨울에 이 국물에 국수를 말어 먹거나 밥을 말어 먹으면 맛이 훌륭하다.</p>
<p>우리나라 음식 만드는 법 (1957년)</p>	<p>동치미(2) 1. 넓은 그릇에 소곰을 담어놓고 정하게 씻은 무를 한개씩 소곰에 굴려서 무쳐가지고 그릇에 담어 하루밤을 재워서, 2. 독을 정하게 준비한 후에 먼저 갓과 원고추 생강 마늘 등을 넣고 그 위에 무우를 넣을 것이니 무에 소곰을 다 떨어서 차근 차근 넣어서 하루를 두었다가 그 다음날 냉수를 무우에 올라오도록 붓고 무 저러든 소곰물을 가라안쳐서 정한 보재기에 밧쳐서 붓고 맨 위에 파뿌리를 정하게 씻어 엷고 꼭 봉해 두었다가 겨울에 먹는다. [비고] 1. 김장하고 남은 파뿌리로 쓸 것. 2. 맨 위에는 파뿌리만 엷을 것.</p>
<p>동치미(3)</p>	<p>1. 손가락 같은 어리고 이쁜 무를 골나 소곰으로 절여서 하루밤을 지낸 후 한번 물에 씻어놓고, 2. 끝물오이 잘디잔 오이와 가지를 정한 재에 파무뎡다가(시루에 재를 넣고 물을 부었다가 물을 다 빠진 다음 재를 사용하라) 꺼내어 잘 씻어서 습습하게 저러다가 정하게 씻어서 무와 함께 섞어놓고, 3. 정한 항아리에 무우, 오이, 가지를 섞어서 넣고 배를 껍질 벗겨서 쭈쭈 쪼개가지고 속을 도려내어 넣고 유자도 껍질을 얇게 벗겨서 금지말고 그대로 넣고, 4. 파대가리를 흰부분만 잘너서 그대로 넣고 생강 마늘도 대강 큼직하게 저며서 넣고 고추는 씨를 빼고 넷에 썰어서 넣고 무거운 돌을 정히 씻어 지질너 놓을 것 (무우가 위로 오르지 못하도록) 5. 물을 독에 부을 분량만큼 소곰을 습습하게 타서 고흔 체에 밧쳐붓고 잘 봉해서 두었다가, 6. 익은 후에 국물을 떠내어 꿀이나 설탕을 타고 석류와 실백을 넣어서 상에 놓으라.</p>

동치미

동치미의 조리과정은 주로 절인 무와 양념을 항아리에 켜켜 넣어 돌로 눌러 봉하는 과정으로 되어있다. 동치미의 주재료는 무와 물인데 「우리나라 음식 만드는 법」의 <동치미 별법>에는 배추가, 「한국요리 백과사전」에는 통배추가 주재료로 첨가되었다. 국물은 소곰물, 무절인 물, 냉수가 사

용되었고, 정육과 말린 생선을 고아 육수와 설탕탕을 만들어 섞기도 하고 이들은 각각 독립적으로 쓰이거나 두 가지 이상이 결합되었다. 부재료로는 고추, 통고추, 청각, 외지(오이), 배, 유자, 미나리, 갓, 연어 알, 맨드랩이(맨드라미)꽃, 죽순, 말린 생선, 정육, 가지 등이 사용되었고, 총백(흰파), 골파, 갓 줄거리, 무청, 댓잎은 웃치기로 사용되어 총

<Table 11> Continued

문헌	조리법
<p>우리나라 음식 만드는 법 (1957년)</p>	<p>동치미(4) 1. 잘고 모양있는 무우를 정하게 다듬어 씻어서 습습하게 절여놓고(하루동안 절일 것), 2. 어리고 압전한 오이와 가지를 깨끗한 소나무 재에 무쳐 두었다가, 3. 꺼내어 하루쯤 소금에 절여놓고(짜지 않게 절일 것), 4. 맛있는 배와 유자를 껍질을 벗겨서 통으로 놓고, 5. 파를 흰 대가리로만 잘라서 넷에 쪼개서 놓고, 6. 생강과 마늘을 크고 얇게 작작 썰어놓고, 7. 고추는 시를 빼고 골짜기처럼 반듯반듯 썰어놓고, 8. 흰소금을 물에 타서 간을 알맞게 맞추어 체에 밭쳐놓고, 9. 독을 정하게 해서 땅에 묻어놓고 무를 건져 씻어서 한켜 넣고 그 다음에는 가지와 오이를 한켜씩 넣고, 10. 벗겨놓은 배와 유자를 원통으로 넣고 준비해 놓은 약념들을 위에 모다 얹은 후에, 11. 떠올라 오지 않도록 돌로 누르고 소금물을 붓고 꼭 봉해서 두었다가 겨울에 먹을 것이니 먹을 때에 유자와 배를 썰어놓고, 12. 국물에는 설탕이나 흑 백청을 가미하고 석류 알맹이와 실백을 몇 개씩 띄어 상에 놓으라.</p> <p>동치미별법 1. 배추를 정하게 씻어서 채반에 넣고 물을 빼고, 2. 파 마늘 생강 밤을 모다 곱게 채쳐서 실고추와 한테 섞어가지고, 3. 씻어놓은 생배추에 숙고명을 배추잎 사이사이에 약간씩 퍼서 넣고 큰 잎으로 싸서 동여매 놓고, 4. 독을 땅에 뚫고 정하게 씻어 준비한 후에 무를 한켜 넣고 배추를 한켜 넣고 청각과 잣과 고명을 뿌리고, 5. 이렇게 해서 여러 켜를 다 담고 맨 위에는 파뿌리로 덮고 돌로 누르고 잘 봉해서 하루동안 두어두고, 6. 물 큰되로 열되에 소금 여섯홉을 풀어서 체에 밭여가지고 가라앉힌 후에, 7. 여기서 첫국 네홉을 섞어서 독에 붓고 꼭 봉해가지고 별 없는 곳에 두었다가 기후에 따라서 일주일후나 혹은 보름 후부터 먹을 수 있다. [비고] 1. 대개 동치미는 국물이 주장이지만 이 동치미는 더욱이 국물을 주장하는 것이다.</p> <p>햇무우동치미 1. 연하고 단 무를 한치 기리로 잘라서 가느스름하게 썰어서 항아리에 담고 소금 한차사시를 뿌려 두었다가, 2. 파를 채치고 마늘은 작작 얇게 썰고 붉은 고추를 씨를 빼고 셋에 썰어서, 3. 이 약념들을 다 항아리에 담고 살짝 섞어서 두어시간동안 두었다가, 4. 냉수를 적당히 붓고 소금으로 간을 맞추어 두었다가 익은 후 상에 놓을 때에 설탕을 조금 쳐서 놓으라.</p>
<p>이조궁정 요리통고 (1957년)</p>	<p>동치미 무는 연하고 몸매가 고운것을 골라서 3~4cm 길이와 1cm 두께로 도톰도톰하게 썰어서 소금에 저려 놓는다. 오이는 어리고 속씨가 생가지 않은 것을 골라 무와 같은 크기로 썰어서 소금을 뿌려 놓는다. 배는 껍질을 벗기고 반으로 쪼개어 씨를 도려낸다. 통고추는 씨를 빼고 네쪽으로 쪼개고 파는 길죽길죽하게 썰고 생강과 마늘은 납작납작하게 썬다. 무와 오이 저린것을 항아리에 담고 배, 파, 생강, 마늘등을 함께 넣고 떠올라오지 않도록 돌로눌러서 무를 저린 소금물에 김치국을 부으리만큼 물을 타서 소금과 설탕으로 간을 맞추워서 김치항아리에 붓고 꼭 봉해둔다.</p>
<p>한국요리 백과사전 (1976년)</p>	<p>동치미(1) 1. 크지 않은 무우를 씻어 소금에 굴려 항아리에 한 켜씩 담는다. 2. 통배추는 반으로 쪼개서 씻어 놓고 잣, 미나리는 4cm 정도로 썰고, 파, 마늘, 생강은 채 썰어서 한테 섞어 배추 갈피마다 넣으면서 소금을 솔솔 뿌린 후 정한 짙으로 묶은 다음, 무우 위에 놓는다. 3. 김치 국물은 2~3일 경과한 다음, 삼삼하게 소금물을 타서 가득 붓고 서늘하게 익힌다. 쪽파, 삭힌 풋고추, 생쪽, 배는 4등분하여 무 사이에 넣어 독에 3분의 1 가량의 건지를 담고 나머지는 독이 꼭 찰 때까지 김치국을 부어야 한다.</p> <p>동치미(2) 1. 배추를 건져서 씻어 건진 후 빨강지 않게 버무린 무우채 양념을 사이마다 끼운다. 2. 무우는 세로로 반을 끝까지 자르지 말고, 벌어진 틈에 같은 양념을 끼운다.</p> <p>동치미(3) 잘고 모양이 예쁜 무를 꼬리째 깨끗이 다듬어 간을 맞춰 절여서 하루가 지난 후 다시 씻는다. 어린 오이와 가지를 잣물 받은 나머지 나무 재에 묻어 두었다가 무우 절일 때 함께 절인다. 독을 문고 무우, 오이, 가지를 넣고 배와 유자를 씻어서 껍질은 벗기지도 썰지도 말고 온통으로 넣고, 흰파는 한 치 길이씩 잘라 넓게 저민 생강, 고추는 씨없이 해서 모나게 썬 것을 위에 많이 넣고 맑은 물에 소금으로 간을 맞추어 가는 체에 밭아 가득히 붓고 두껍게 봉해 익힌다. 겨울에 먹기 직전에 배와 유자 껍질을 벗겨서 썰고 김치국에는 백청(白淸)을 타고 석류와 백자를 몇 알씩 넣으면 기이하다.</p> <p>동치미(4) 잘고 반들반들한 무우를 꼬리째 깎아 소금에 절여 하루 지난 후 독에 넣고, 절여 두었던 좋은 외지를 넣고, 배는 껍질을 벗겨 온채로 넣고 유자도 통으로 넣는다. 총백(蔥白)을 한치씩 썰어 쪼개고 좋은 생강, 파, 고추를 씨없이 썰어 많이 넣고, 소금물을 함담(鹹淡) 맞추어 가득 부어 단단히 봉한다. 익은 후 먹을 때에는 배와 유자는 썰고, 그 침채국에 백청(白淸)을 타고 석류와 잣을 띄워 먹는다.</p> <p>평김치(동치미별법) - 육김치 1. 평은 내장을 꺼내고 정하게 씻어서 푹 삶는다. 2. 삶은 것을 먹기 좋게 뜯어 놓고 평 삶은 국물은 차게 식혀서 기름기를 걷는다. 3. 동치미국물을 평탕에 타서 간을 맞추고 동치미무우 썬 것과 평고기를 넣고 잣을 띄운다.</p>

<Table 11> Continued

문헌	조리법
한국의 맛 (1987년)	동치미 ① 중간 정도 크기의 미끈하고 잘 생긴 무우를 골라, 무우청을 잘라 내고 깨끗이 씻는다. ② 씻는 무우는 소금에 굴러 2일 정도 절여 건져 낸다. ③ 무우를 절였던 물은, 1:18의 비율로 한 소금물을 더 넣어 간을 맞추고 끓여서 식힌다. ④ 항아리에 절인 무우를 차곡차곡 넣는다. ⑤ 생강은 넓적넓적하게, 마늘은 두 쪽으로 썰어 가제나 망사에 싸서 항아리 가운데 쫓 넣는다. ⑥ 삭힌 풋고추, 갓, 청각을 마늘 옆에 놓고, 그 위를 골파로 꼭꼭 눌러 담는다. ⑦ ⑤,⑥위에 무우를 더 넣고 대나무 가지를 가로지른다. ⑧ ⑦에 돌을 얹어 누른 다음, ③의 소금물을 붓는다. 참고 · 더운 지방보다 추운 지방일수록 맛이 좋고 신선하다. · 동치미는 땅에 묻어 저장해야 국물맛이 좋고 시원하다. · 자연수가 없는 곳에서는 소금물을 끓여 사용해야 한다. · 끓여 식힌 소금물은 배보자기에 발쳐 걸러 쓴다.

<Table 12> Kinds of Jjanji

문헌	시의 전서	부인 필지	조선요리 제법	조선무쌍 신식요리 제법	간편조선 요리제법	신영양 요리법	조선 요리법	우리나라 음식 만드는법	이조궁정 요리통고	한국요리 백과사전	한국의맛
연대	1800末	1915	1917	1930	1934	1935	1943	1957	1957	1976	1987
작자	미상	이숙	방신영	이용기	이석만	이석만	조자호	방신영	한희순	황혜성	강인희
(무)짠지			○	○	○	○		○	○	○	
골곰짠지										○	
장짠지	○	○	○		○						

<Table 13> Recipe of Jjanji

문헌	조리법
시의전서 (1800末)	장짠지 어린 외와 무, 배추를 잠깐 삶아서 청장에 절인다. 숨이 죽거든 파, 생강, 송이는 길이대로 저미고, 생복이나 전복어는 넓게 저미고, 마른 청각과 고추 등을 쪼개로 넣는다. 맛있는 장을 달여서 거기에 냉수를 넣고 간을 맞춘 뒤에 익힌다. 전복이 없으면 마른 조개혀도 넣는데, 짓 같은 종류를 넣으면 좋지 않다.
부인필지 (1915년)	장짠지 여름에 어린외와 무 배채(배추)를 잠깐 삶아(삶아) 장에 절이고 파 생강 점여넛코(저머넛고) 생복이나 전복 말은(말린)것과 청각 고초 등 속을 쪼개 너어 꾸미를 조흔장에 달여 냉수를 타서 부어 닉혀(익혀) 먹나니라. 대저 외침채난 물을 데워 담가야 골마지가 아니 끼나니라.
조선요리제법 (1917년)	장짠지 여름에 어린외와 무 배차를 잠깐삶아 장에 절이고 파, 생강, 점여넛코 생점복이나 마른전복과 청각 고초등속을 쪼개이넛코 황육을 조흔장에 달여 랭슈를 타서 부어닉히라 짠지 무를 정하게 써서서 독에담되 매켜서 소곰을 만이뿌리고 반불갱이 고츄를 비슷비슷 굴게 쓸고 파, 마늘을 국직국직하게 써 으러 석겨서 매켜에 뿌리고 다 너은후 맨 우에도 소곰과 고명을 뿌리고 큰돌로 놀너 노은후 똑게를 덤허두었다가 다 저른후 에 똑게를 여러보아 물이 잇거든 그만두고 만일 물이 적거든 무 저러든 소곰물을 더붓고 우거지를 언진후 봉하여 두었다가 봄부터 먹기를 시작하나니라
조선무쌍 신식요리제법 (1930년)	짠지 짠지무는 크고 속빈 것으로 써서 독에 담되 케케이 소곰을 만이뿌리고 또 붉앵이고추 를 비슷굴게 썰고 파마늘을 국직하게 썰러 석겨서 매케에 뿌리고 다 너은후 맨위에도 소곰과 고명을 뿌리고 큰돌로 놀너 노은후 똑게를 덤허두었다가 다 저른후 에 똑게를 여러보아 물이 잇거든 그만두고 만일 물이 적거든 무저러든 소곰물을 더붓고 우거지를 언진 후 봉하여 두었다가 봄부터 먹기를 시작하나니라. 무를 씨지 안코 당겨도 조코 일년동안에 자반먹든거에 비늘과 대가리등물을 모앗다가 끄러너으면 짓국지 갓타여 맛이 조코 고초대가리와 씨를 모앗다가 너어도 조흐니라.
간편조선 요리제법 (1934년)	장짠지 여름에 어린 외와 무 배차를 잠깐 장에 절이고 파, 생강을 점여넛코 생점복이나 마른전복과 청각 고초 등 속을 쪼개이 넛코 황육을 조흔장에 곁여 랭슈를 타서 부어닉히나니라. 짠지 굵은 무를 정하게 써서서 독에 담되 매켜에 소곰을 만이 뿌리고(무가 한둥이면 소곰은 신관승으로 수북하게 한되식) 또 고추를 비슷비슷 굴게 썰고 파, 마늘을 국직국직하게 썰어 석겨서 매켜에 조곰식 뿌리고 다 너은 후 맨 우에도 소곰과 고명을 뿌리고 큰돌로 놀너 노은 후, 똑게를 덤허두었다가 사요일 지내서 다저른후에 똑게를 여러보아 물이잇거든 그만두고 만일 물이 적거든 무 저러든 소곰물을 더 부어 물이 무 우에을 나오게하고 집호로 우를 덮고 봉하여 무었다가 봄부터 먹기를 시작하나니라 (물붓기전에 돌을 너넛코 부으라)

<Table 13> Continued

문헌	조리법
신영양요리법 (1935년)	짬지 굵고 좋은 무를 정하게 씻어놓고 마늘 파 생들은 그대로 얇게만 썰고 고초는 반푼은 고초로 비슷비슷 굵게 엇썰어서놓고 청각은 큰것은 대강 두셋에 찢어놓은후 독에 무를 한켜 넣고 약념을 뿌리고 소금을 무가 보이지 않도록 뿌리고 다시 무를 한켜 넣고 또 약념을 얻고 소금을 무가 보이지 않도록 뿌려 이와같이 한독을 담은후에 맨우에는 다소금을 좀더 많이 언저서 잘 덮어 삼사일 두었다가 절은후에 열어보아 물이 잇거던 그대로 잘 절은 정한 무청이나 배추 육어지로 잘 덮고 무거운 돌로 눌러서 무가 떠오르지 않도록 하고 만일 국물이 적거던 소금물을 더 부어 무가 잠기도록 붓고 여전히 육어지로 덮고 돌도 눌러서 꼭봉하여 잘 덮어 두었다가 느즌 봄부터 먹기를 시작하나니라.
우리나라 음식 만드는 법 (1957년)	짬지 1. 좋은 무로 골라서 정하게 씻어 채반이나 광주리에 담아 물을 다 빼놓고, 2. 마늘 생강은 얇게 썰고, 3. 고추는 반푼은 고추로 비슷비슷 굵게 썰어서 놓고, 4. 청각은 두셋에 찢어놓고, 5. 독에다가 무를 한켜놓고 이 위에 준비해놓은 약념들을 더러만 뿌리고 소금을 무우가 보이지 않도록 뿌리고 다시 무우를 한켜놓고 또 약념을 넣고 소금을 무가 보이지 않도록 뿌려 이와 같이 해서 한독을 다 담은 후에, 6. 맨 위에는 파뿌리를 있는 대로 많이 얹고 소금을 넉넉히 뿌리고 베짚으로 잘 덮어 둘 것이다. 7. 이렇게 삼사일 두었다가 다 절은 후에 열어보아 물이 넉넉히 잇거던 무거운 돌로 눌러서 무가 떠오르지 않도록 하고 만일 물이 적거던 소금물을 더 부어 무가 잠기도록 붓고 돌로 눌러서 꼭 봉해 잘 덮어 두었다가 늦은 봄부터 먹기 시작할 것이다.
이조궁정 요리통고 (1957년)	짬지 무를 씻어서 소금에 저려놓았다가 무가 저려서 날씬하게 된 다음에 물을 더 붓고 마늘 대가리를 넣고 집으로 위를 덮어 돌로 눌러 놓고 소금을 친다.
한국요리 백과사전 (1976년)	골끔짬지 1. 무를 납작납작하게 썰어 말리고, 배추와 고춧잎도 새들새들하게 말려 두었다가 쓸 때 씻어서 소금에 절였다가 꼭 짠다. 2. 고춧가루와 다진 생강, 마늘을 넣고 무친다. 3. 조청을 끓여 식히고 찹쌀 풀을 섞어 같이 섞어 버무려 항아리에 꼭 눌러 담는다. 짬지 1. 무우를 씻어 마른 소금에 굴러 아주 잘 절인 다음에 소금물을 털일 만큼 붓고, 무가 뜨지 못하게 짚으로 위를 덮어 김치통로 눌러둔다. 2. 짬지는 늦봄부터 초여름에 꺼내서 찬물에 띄우고 다진 파와 고춧가루를 띄우면 아주 칼칼한 김치가 된다. 짬지 독은 땅에 묻어두는 것이 좋다.

<Table 14> Kinds of Jangachi

문헌	시의 전서	부인 필지	조선요리 제법	조선무쌍 신식요리 제법	간편조선 요리제법	신영양 요리법	조선 요리법	우리나라 음식 만드는법	이조궁정 요리통고	한국요리 백과사전	한국의맛
연대	1800末	1915	1917	1930	1934	1935	1943	1957	1957	1976	1987
작자	미상	이숙	방신영	이용기	이석만	이석만	조자호	방신영	한희순	황혜성	강인희
말린무장아찌								○			
무고추장장아찌										○	
무날장아찌	○										
무말랭이장아찌	○							3			○
무숙장아찌								3			
무장아찌			○	○	○	○	○		○		
무채장아찌								2			
숙무장아찌	○										
숙장아찌				○							
열무장아찌				○				○			

18가지가 등장한다. 고명은 석류, 실백, 실고추, 밤, 유자 등 5가지가 사용되었다. 주로 먹기 전에 석류, 실백을 띄우는 것으로 하였고, 1957년 「우리나라 음식 만드는 법」 동치미 <별법 2>에서만 실고추, 밤, 유자 등이 사용되었다. 양념에 쓰인 재료는 총 11권의 조리서에서 13종류의 재료들이 등장하였다. 파, 생강, 고추는 「시의전서」에서 등장하

여 가장 오래 쓰이고 있었다. 동치미 양념은 파, 생강, 고추, 마늘이 보편적으로 사용되었다. 그리고 「한국요리백과사전」에서 고추대신 삭힌 풋고추가 사용되었다. 「조선무쌍신식요리제법」에서 청각, 미나리가 등장하였고, 「조선요리법」에서 마늘이 등장하였다. 또한, 「우리나라 음식 만드는 법」에서 젓국이 쓰이는 것이 특이하다<Table 10, 11>.

<Table 15> Recipe of Jangachi

문헌	조리법
<p>시의전서 (1800末)</p>	<p>무날장아찌 무의 굵기는 젓가락 윗마디 정도 썰되, 길이는 5푼(1.6~1.7 cm) 길이만큼 한다. 좋은 진장에 살짝 절였다가 장을 따라내어 두 세 번 달여서 넣는다. 쇠고기는 가늘게 다져서 조금 넣는데. 잠깐 볶아서 넣는다. 표고석이고추파마늘을 채쳐 넣고 기름과 깨소금을 넣어 먹는다.</p> <p>무말랭이장아찌 무를 썰어 말려서 시들면 진장을 부었다가 따라서 달이기를 서너 번 하면, 봄과 여름에 좋은 짠 반찬이 된다. 먹을 때에 고구(추)잎 장아찌를 곁들이고, 깨소금과 고춧가루 뿌려 □□□□ (서 낸다.)</p> <p>무속장아찌 진장을 섞은 물에 무를 탕무처럼 썰어 넣고 삶다가 생강과 마늘을 다져 넣는다. 쇠고기는 가늘게 다져 넣고 고춧가루후춧가루깨소금기름을 넣고 섞고 졸인다. 쪽파표고느타리도 넣으면 좋다.</p>
<p>조선요리제법 (1917년)</p>	<p>무장아찌 무를 써서서 두푼독계 룩푼기리 두푼넙이쪼뉘게 써으러 베헌 말려가지고 간장, 기름, 깨소금, 고초, 마늘들을 익여넛코 못치나니라</p>
<p>조선무쌍 신식요리제법 (1930년)</p>	<p>무장아찌 무를 굴게 쪼개어 밧삭 말린후에 잠간 써서서 물끼 업시하야 조흔진장에 느엇다가 여려달만에 집어내어 써러 가진양념하야 먹나니라. 진장밧쳐 저근 무를 첫청만 제치고 쪼지따고 써서서 대강 수독수독하게 말려서 배추속때도 잠간 말리고 갓과 미나리와 실고초와 파와 마늘과 생강을 다 쓰러느코 진장을 부엇다가 그이듬해에 끄내어 무나 배추속때는 썰고 기름과 깨소금을 쳐 버 무려먹으면 맛이 조호니라.</p> <p>숙장아찌 무를 우리나라고 가름< 하게 써러서 연한 고기를 난도하야 양념하야 무와 한테 주물러 물조곰치고 끄려내어 기름과 깨소금과 호초가루를 쳐서 먹나니라.</p> <p>열무장아찌 열무를 무스재 귀여 동강쳐 써서서 소곰쳐 저렷다가 꼭 짜가지고 기름에 복근후에 진장치고 실고초와 파 마늘 채쳐느코 기름과 깨소금과 호초가루치고 주물렷다가 먹나니라.</p>
<p>간편조선 요리제법 (1934년)</p>	<p>무장아찌 무를 써서서 두푼독계 두푼기리 두푼넙이쪼 뉘게써러 베헌 말려가지고 간장, 기름, 소금, 고초, 마늘들을 익여넛코 못치나니라.</p>
<p>신영양요리법 (1935년)</p>	<p>무장아찌 외를 원이로 소금에 대강 저려서 보자에 자서 밧돌로 눌러서 물을 다 빼고 무는 단단하고 크고 조은것으로 두쪽에 내어서 벌에 말려 수독수독하게 하고 청각은 대강 뜯어놓고 갓과 미나리는 잘 다듬어서 한치길이식 썰고 파 고초 생강 마늘들은 다 채쳐서 모다 함께 섞어서 독에 넣고 육어지로 잘뉘고 돌로 눌러놓은후에 진하고 맛좋은 간장을 부어서 꼭 봉하야 땅에 묻었다가 다음해 봄쯤 끄내어 암전하게 썰어서 접시에 담어 놓나니 만일 할수 있으면 말은 대구와 닭 삶은것과 배추를 크고 좋은 통으로 정하게 써서서 물끼없이하야 넣고 우육(양지머리)과 소리와 낙지 들을 다 함께 양념에 범으려 넣었다가 먹을 때에는 고기를 썰고 무도 썰어서 함께 담고 기름 깨소금 호초가루 파닌것을 넣고 잘 섞어서 상에 놓나니 유명한 반찬이 되나니라.</p>
<p>조선요리법 (1943년)</p>	<p>무장아찌 빼 안든 연한무를 정히 씻어서 길이는 칠푼가량으로 잘려서 한푼두께로 썰어가지고 둘러 놓고 그 치수로 또 썹니다. 그러면 열십자로 썹 모양이 됩니다. 그런 후 소금으로 살짝 저려서 정한 형겅에 써서 매에다 꼭 눌러놓고 연한 살코기를 곱게다쳐서 갓은 양념을 해서 볶고 미나리는 줄거리만 짬막하게 썰어놓고 느타리도 불려서 채로 쳐놓읍니다. 무가 눌러졌거든 끄내서 정하게 씻어가지고 진간장을 끓이다가 볶아내고 다시 장을 끓이다가 다시 볶아넙니다. 볶아 논 고기를 곱게 다져서 섞고 느타리도 한테 섞어서 장을 끓이다가 장앗지를 넣어 볶아넨 후 빛을 보아서 밧그스럼 가무스럼 하거든 다 뉘 것입니다. 그럴 때에 마지막에 미나리를 넣어 빛만 내서 내놓고 여려 가지 양념을 간맛게 하시고 실고추를 잘게 썰어 넣으십시오.</p>
<p>우리나라 음식 만드는 법 (1957년)</p>	<p>말린무장아찌 1. 무우를 씻어서 가늘게 채쳐서 채반에 퍼 널어서 뽀뽀뽀하게 말려 가지고, 2. 이 말린 무채를 물에 손빨리 두어번 씻어서 물을 꼭 짜서 항아리에 담고 간장을 부어서 이삼일동안 두었다가, 3. 간장을 꼭 짜워서 잠간 끓여서 차게 식혀가지고 항아리에 붓나니, 4. 이렇게 두세번 거듭해서 마즈막번에는 간장에다가 여려가지 약념을 다 섞어서 무채에 무쳐서 항아리에 담고, 5. 꼭 봉해서 차게 두고 쓰나니 쓸적마다 조금씩 꺼내어 설탕과 기름과 깨소금을 쳐서 잘 섞어 놓으라. [비고] 고추잎을 데쳐서 물에 빨아 꼭 짜서 간장에 볶아서 섞어가지고 익혀도 좋다.</p> <p>무말랭이장아찌(1) 1. 무를 닷본 길이로 굵기는 연필 굵기 만큼씩 썰어서 이삼일 동안 말리면 뽀뽀뽀 할것이니, 2. 물에 손빨리 씻어 헹ꉰ에 써서 물을 꼭 짜 놓고, 3. 간장을 한소끔만 끓여서 큰사시로 다섯에다가 파 마늘 생강 고추를 모두 곱게 이겨서 넣고, 4. 씻어서 놓은 무에 약념 간장을 붓고 버무려서 적당한 그릇에 꼭꼭 눌러담고 무거운 돌로 눌러고 잘 봉해서 찬곳에 두고 쓰라. [비고] 상에 놓을 때에는 조금씩 꺼내어 참기름 설탕 고춧가루를 섞어서 놓는다.</p>

<Table 15> Recipe of Jangachi

문헌	조리법
	<p>무말랭이장아찌(2)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 무를 3센치 길이 2센치 넓이 5밀리 운두로 썰어 벌에 수득수득하게 말리고, 2. 배추도 정하게 씻어서 속대로만 수득수득하게 말려서 무와 같은 대소로 썰고, 3. 파 마늘 생강 고추를 다 가늘게 채쳐서 간장에 섞어 놓고, 4. 이번에는 큰 그릇에 무와 배추를 한데 담고 약념해 놓은 간장을 붓고 잘 섞어서, 5. 알맞은 향아리에 담고 푹푹 늘리고 돌로 지질러서 봉해두고, 6. 쓸 때마다 조금씩 꺼내어 기름 깨소금 설탕 굵은 고춧가루를 섞어서 놓으라. <p>무말랭이장아찌(3)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 단단하고 좋은 무우를 넷에 쪼개어 벌에 넣어 수득수득하게 말리고, 2. 오이는 어리고 작은 것으로 골라서 소금에 약간만 절였다가 보재기에 싸서 무거운 돌을 눌러서 사오시간 두어 물이 빠지고 짜글짜글 하게 되도록 두고, 3. 미나리와 갓을 잘 씻어서 닳반 길이로 썰고, 4. 파 고추 생강 마늘을 다 채쳐 놓고, 5. 향아리에 무 한켜 오이 한켜 격지격지 넣고 그 사이사이에 약념과 미나리와 갓을 뿌려서 다 담은후에 무거운 돌로 늘리고, 6. 진하고 맛있는 간장을 한번 끓여 식혀가지고 향아리에 자질자질 하도록 붓고(혹은 맛있는 멜치 국물을 끓여서 부어도 좋다), 7. 꼭 봉해서 땅에 평토를 쳐서 묻었다가 다음해 봄철에 꺼내어 놓고, 8. 조금씩 꺼내어 알진히 썰어서 상에 놓으라 <p>[비고] 1. 조금 색다르게 만들려면 마른 대구나 마른 북어를 잘게 썰어 한데 섞었다가 놓아도 된다. 2. 삶은 닭을 잘게 썰어 넣고 무쳐도 좋고, 3. 양지머리를 썰지 말고 삶아서 넣고, 4. 소라와 낙지를 살짝 삶아서 갓은 약념에 버무려 놓고, 5. 좋은 배추통을 정하게 씻어 물기없이 해놓고, 6. 무와 오이를 대강 썰어서 이위에 여러 가지 재료들을 다 합해서 장아찌 향아리에 넣어 두었다가 익은후에 꺼내어 적당히 썰어서, 7. 기름 깨소금 고춧가루 파 이진것을 넣고 잘 섞어서 놓으라.</p>
<p>우리나라 음식 만드는 법 (1957년)</p>	<p>무숙장아찌(1)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 무우를 장아찌 모양으로 썰어서 소금에 잠간 절였다가 물에 한번 씻어서 꼭 짜놓고, 2. 고기를 곱게 다져서 갓은 약념을 하는데 파 마늘 생강을 곱게 채치고 실고추를 넣고 진한 간장 두큰사시에 섞어서 고기에 약념하고, 3. 약념한 고기와 무를 함께 섞고 간장을 한홉쯤 붓고 참기름과 설탕을 치고 한참 졸여서, 4. 간장이 자질자질하게 남고 빛이 까마코 윤택이 나거든 깨소금을 넣고 섞어서 그릇에 담고 잣가루나 석이채를 뿌려서 놓으라.
	<p>무숙장아찌(2)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 무우를 3센치 길이와 2센치 넓이와 5밀리 운두로 썰어서 간장을 부어 두어시간 두었다가 행주에 짜서 무거운 돌로 눌러서 한시간쯤 놓아두고, 2. 변철에 기름을 큰사시로 하나쯤 붓고 화로에 올려놓아 기름이 끓거든 눌렀던 무우를 볶아 놓고, 3. 미나리 씻어 3센치 길이로 썰어서 소금으로 약간 절였다가 꼭 짜서 변철에 기름을 두르고 살짝 볶아 놓고, 4. 우육은 곱게 다져서 파 마늘을 이겨서 넣고 깨소금 기름을 치고 간장으로 간을 맞추어 변철에 볶아놓고, 5. 이번에는 볶은 고기와 볶은 미나리를 다 한데섞고 볶은 무를 넣어서, 6. 간장 깨소금 설탕 굵은 고춧가루들을 넣어 섞어서 접시에 담고 계란채를 얹어서 놓으라.
	<p>무숙장아찌(3)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 무를 장아찌 감으로 썰어서 납비에 담고, 2. 고기를 잘게 다져서 무에 넣고 물을 한종자 넉넉히 붓고 화로에 올려놓아 끓이다가, 3. 간장과 여러 가지 고명들을 넣고 참기름을 치고 한참 졸여서 그릇에 담고 실고추를 얹어서 놓으라.
	<p>무채장아찌(1)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 무를 가늘게 채쳐서 간장을 부어 하루동안 서늘한 곳에 두었다가, 2. 배보재기로 꼭 짜서 놓고 간장은 잠깐만 끓여 차게 식혀서 다시 무채에 부어 하루동안 두었다가, 3. 또다시 보재기에 짜서 한번 또 끓여서 차게 식혀놓고, 4. 깨를 잘 씻어 일어 볶아 놓고, 5. 파 마늘 생강을 곱게 이겨서 끓여 식힌 간장에 넣고 실고추를 약간 이겨서 넣고 볶은 깨를 넣어 잘 섞어서, 6. 향아리에 담고 푹푹 늘리고 고춧가루를 뿌려 잘 봉해 놓고 반찬하라.
	<p>무채장아찌(2)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 무를 채쳐서 간장을 부어 하루쯤 두었다가 꼭 짜고 이 간장을 한소끔 끓여서 식혀놓고, 2. 고추잎은 생것이면 잘 씻고 골라서 끓는물에 넣어 잠깐 데쳐서 꼭 짜가지고 진한 간장을 조금 치고 살짝 볶아 놓고, 3. 간장에 파 마늘을 이겨 넣고 고추를 잘게 이겨넣고 설탕을 치고 깨를 볶아 넣고 잘 버무려서, 4. 향아리에 담고 푹푹 늘려서 봉해두고 반찬 하나니 참기름을 조금씩 쳐서 놓으라.

<Table 15> Recipe of Jangachi

문헌	조리법
우리나라 음식 만드는 법 (1957년)	열무장아찌 1. 열무를 잘 다듬어서 정하게 씻어서 5센치 길이로 썰어서 소금에 약간 절여놓고, 2. 고추는 곱게 이기고 마늘과 파도 이겨놓고, 3. 절인 열무를 채반에 건져놓아 물이 다 빠지게 해가지고, 4. 냄비에 기름을 부어 화로불에 놓아 기름이 끓거든 열무를 손으로 꼭 짜 넣고 볶나니 볶을 때에 간장과 고추와 파 마늘과 깨 소금을 치고 잘 볶아서, 5. 그릇에 담고 고춧가루를 뿌려서 놓으라.
이조궁정 요리통고 (1957년)	무장아찌 무 말린 것을 살짝 씻어서 간장을 부어 저려 놓았다가 파, 생강, 설탕, 깨소금을 넣고 무친 것이다. 무갑장과는 생무로 만드는 것인데 여러 가지 고명을 많이 넣고 만든다.
한국요리 백과사전 (1976년)	무고추장장아찌 1. 무우를 넓적넓적하게 썰어 장아찌 넣는 막고추장에 박아둔다. 2. 무우가 간이 다 들면 꺼내어 채 썰어 양념하여 무친다.
한국의 맛 (1987년)	무우말랭이장아찌 ① 무우말랭이는, 먼저 무우를 길이 5cm, 두께와 나비 0.6cm로 썬다. 큰 그릇에 물, 소금, 감미료를 넣어 짭짤하고 달콤한 맛이 나게 한다. 썬 무우를 준비한 물에 넣고 한두 번 뒤적이면서 하룻밤 절여 놓는다. 절인 무우를 보자기에 싸서 비스듬한 도마 위에 올려 놓고, 물이 빠져 부송부송하게 되었을 때에 널어 바삭 말린다. ② 고춧잎은 어리고 부드러운 것을 티 없이 골라 삶아 바삭 말린다. ③ 무우말랭이를 찬물에 행궈 건져 하룻밤 두어 물을 빼고, 고춧잎도 물에 행궈 물기를 뺀다. ④ 큰 그릇에 무우말랭이를 담고, 고춧가루와 실고추를 잘라 넣은 뒤 빨강계 물을 들인 다음, 고춧잎을 넣어 섞어 버무린다. ⑤ 찹쌀을 고아 찹쌀풀을 만들어 식혀 놓는다. ⑥ ④의 것에 마늘채, 생강채, 물엿, 간장, 참기름, 통깨 등을 같이 넣고 찹쌀풀을 함께 섞어 버무린다. 이 때, 간이 약하면 소금으로 간을 맞춘다 ⑦ 항아리에 담아 꼭 눌러 두고 20일쯤 후에 먹는다. ※ 참고 · 무우말랭이는 9월경에 나는 무우로 하는 것이 좋고, 말릴 때에는 햇볕이 좋아야 한다. · 무우말랭이장아찌는 김장 때나 봄에 담근다. · 오래 두고 먹을 무우말랭이장아찌는 찹쌀풀을 넣지 말아야 한다.

<Table 16> Kinds of Jangkwa

문헌	시의 전서	부인 필지	조선요리 제법	조선무쌍 신식요리 제법	간편조선 요리제법	신영양 요리법	조선 요리법	우리나라 음식 만드는 법	이조궁정 요리통고	한국요리 백과사전	한국의맛
연대	1800末	1915	1917	1930	1934	1935	1943	1957	1957	1976	1987
작자	미상	이숙	방신영	이용기	이석만	이석만	조자호	방신영	한희순	황혜성	강인희
무갑장과									○	○	
무말랭이장과										○	
무오이장과											○
무장과											○
열무장과									○	○	

무짬지

조리서에 소개된 무짬지로는 짬지, 골곰짬지, 장짬지가 있다. 「조선요리법」과 「한국의 맛」에서는 짬지를 찾아볼 수 없다. 짬지는 「조선요리제법」부터 나오는데, 소개된 조리법이 「조선무쌍 신식요리제법」과 비슷하다. 「한국요리백과사전」에는 골곰짬지가 소개되어 있는데 무를 말리고 소금에 절여 담그는 것이다. **장짬지**는 「시의전서」, 「부인필지」, 「조선요리제법」, 「간편 조선요리제법」에 나오는데 「시의전서」, 「부인필지」, 「조선요리제법」은 무와 배추를 잠깐 삶는데 비해 「간편 조선요리제법」은 삶는 조리과정 이 나와 있지 않다<Table 12, 13>.

무장아찌

「부인필지」에는 장아찌가 소개되어 있지 않다. 「시의전서」에서는 무날장아찌, 무말랭이장아찌, 숙장아찌가 소개되어 있다. 무말랭이장아찌에서 무를 썰어 말린다는 과정을 제외하고는 조리법이 비슷하다. 「조선요리제법」과 「간편 조선요리제법」, 「이조궁정요리통고」는 무장아찌만 간략하게 소개되어 있고 「신영양요리법」과 「조선요리법」은 무장아찌만 소개되어 있지만 부재료가 다양하고 제조법이 자세히 설명되어 있다. 「조선무쌍 신식요리제법」은 무장아찌, 숙장아찌, 열무장아찌가 소개되었다. 열무장아찌는 숙장아찌, 무장아찌와는 달리 기름에 볶는 과정이 있다. 「우리나라 음식

<Table 17> Recipe of Jangkwa

문헌	조리법
<p>이조궁정 요리통고 (1957년)</p>	<p>무감장과 무는 국직하게 채로 썰어서 소금에 저렸다가 꼭짜서 물기를 빼고 다시 간장을 부어서 저린다. 무에 간이 배게 되면 꼭짜고 무에서 빠진 간장물은 남비에 넣어 조린다. 소고기는 채로 썰어서 양념(간장, 설탕, 참기름, 깨소금, 후추가루, 파, 마늘)에 재고 미나리는 다듬어 무와 같은 길이로 잘라서 살짝 디친다. 표고는 채로 썰고 생강은 보드럽게 다진다. 무에서 짜낸 간장물을 조리다가 소고기 쟈겏과 무, 표고, 생강 등을 넣고 볶아서 미나리, 참기름, 깨소금을 넣고 한테 버무려서 넓은 그릇에 쏟아 식힌다.</p> <p>열무장과 열무는 다듬어서 씻어 4-5cm 길이로 잘라 소금에 저린다. 소고기는 보드럽게 다져서 양념(간장, 설탕, 후추가루, 깨소금, 참기름, 파, 마늘)하여 볶는다. 열무저린 것을 꼭짜서 소고기 볶은 것과 참기름, 설탕, 깨소금을 넣고 무친다.</p>
<p>한국요리백과사전 (1976년)</p>	<p>무감장과 1. 무는 3cm 길이로 굵직하게 썰어 진장에 재웠다가 꼭 짜고 무우에서 빠진 간장물을 조린다. 2. 쇠고기는 채 썰어 양념에 재고, 미나리는 다듬어 자르고, 표고는 채 썰고, 생강은 다진다. 간장물이 거의 조랐으면 쇠고기 쟈 겏과 무우, 표고, 생강 등을 넣고 급히 볶아 식혀서 미나리, 참기름, 깨소금을 넣고 다시 무친다.</p> <p>무말랭이장과 1. 무를 길이 3cm, 넓이 2cm, 운두 0.5cm로 썰어 벌에 수득수득하게 말리고, 배추도 수득수득하게 말려 무우 크기로 썬다. 2. 파, 마늘, 생강, 고추를 가늘게 채 쳐서 간장에 넣고 무우와 배추를 한테 섞어 알맞은 향아리에 담아 꼭꼭 눌러서 돌로 짓눌러 두었다가 익으면 꺼내서 기름, 깨소금, 설탕, 고춧가루를 넣어 무쳐 먹는다.</p> <p>열무장과 1. 어린열무는 다듬어서 5~6cm 길이로 잘라 소금에 절인다. 2. 쇠고기는 보드럽게 다져서 양념하여 볶다가 열무를 넣고 살짝 볶아 식혀서 참기름, 설탕, 깨소금을 넣고 다시 무친다.</p>
<p>한국의 맛 (1987년)</p>	<p>무우오이장과 ① 무우와 오이는 길이 4cm, 두께와 나비 0.5cm로 썰어 소금에 잠시 절였다가 물에 씻어, 각각 보자기에 싸서 눌러 물기를 뺀 뒤, 햇볕에 잠깐 건조 시킨다. ② 쇠고기를 가늘게 채 썰어 양념하여 볶은 다음 ①의 무우와 오이를 넣고, 집진간장, 설탕, 참기름을 넣어 거무스름하게 빛깔이 나도록 조린다. ③ 쟈첩에 담고 잣가루를 뿌린다.</p> <p>무장과 ① 무우는 목직하고 모양이 좋은 것을 골라, 길이 4cm, 나비와 두께를 1cm 크기로 썰어 집진간장에 버무린다. ② 무우가 알맞게 절여지면 배보자기에 싸서 맷돌과 같은 무거운 것으로 눌러 두었다가, 햇볕에 잠깐 꾸덕꾸덕하게 말린다. ③ 쇠고기는 결대로 굵게 채 썰고, 표고버섯도 물에 불려 기둥을 자르고 물기를 꼭 짰 다음, 채 썰어 고기와 함께 볶은 뒤 갖은 양념을 해서 무친다. ④ ②의 무우를 집진간장, 참기름, 설탕 등에 조린다. 여기에 쇠고기, 볶은 표고버섯, 실고추를 약간 섞어 살짝 볶아 그릇에 담고 잣가루를 뿌린다.</p>

식 만드는 법」에는 말린무장아찌, 무말랭이장아찌, 무숙장아찌, 무채장아찌, 열무장아찌로 가장 많은 종류와 빈도를 나타낸다. 말린무장아찌와 무말랭이장아찌의 차이를 보면 말린무장아찌는 무를 말리고 간장을 붓고 간장을 채워 끓인 뒤 식혀 향아리에 붓는 과정을 두세번 거듭하다 마지막에 넣는 간장에 양념과 함께 담그는 것이다. 무말랭이장아찌는 무를 말리는 과정까지는 말린무장아찌와 같은데 그 뒤 간장을 (끓여서) 양념을 하여 한번 부어 담그는 것이 차이가 난다. 열무장아찌는 「조선무쌍 신식요리제법」의 열무장아찌와 마찬가지로 기름에 볶는 과정이 있다. 「한국요리백과사전」은 무·고추장장아찌를 소개하고 있다. 다른 장아찌와 달리 고추장 양념을 사용한다. 「한국의 맛」은 무말랭이장아찌를 소개하고 있다<Table 14, 15>.

무장과

무가 주재료로 쓰인 장과는 「이조궁정요리통고」, 「한국요리백과사전」, 「한국의 맛」에만 소개되어 있다. 「이조궁

정요리통고」와 「한국요리백과사전」에 소개된 열무장과는 열무장아찌처럼 기름에 볶는 조리방법을 사용하고 있다 <Table 16, 17>.

III. 요약 및 결론

우리민족은 곡류를 대상으로 한 농경이 시작되면서부터 채소재배가 다양하게 이루어졌고, 외국품종의 도입은 중국으로부터 시작되어, 1900년대 이후 크게 발달하였을 것으로 추측된다. 본 연구는 곡류 중심의 식생활 습관을 지닌 우리 생활에서 무김치의 위치를 재정립해보고자 무김치의 발달과정과 종류, 무의 효능을 문헌 고찰하였다. 현재 널리 애용되는 각두기와 동치미를 포함하여 근대조리서 「시의전서」, 「부인필지」, 「조선요리제법」, 「조선무쌍 신식요리제법」, 「간편 조선요리제법」, 「신영양요리법」, 「조선요리법」, 「우리나라 음식 만드는 법」, 「이조궁정요리통고」, 「한국요리백과사전」, 「한국의 맛」 등에 나타난 무김치의 종류별

빈도와 제조법상의 특징을 비교하였다.

삼국시대의 혜(醃)는 초(醋, 酢)를 뜻하며, 젓갈(醃 海)이나 김치류를 총칭하고, 지(漬)는 소금과 술지게미에 절인 장아찌를 뜻하였다. 통일신라부터 고려시대에 지(漬)형 장아찌가 개념적으로 분리되어 침채(沈菜)형 동치미, 나박김치, 장김치로 분화된다. 조선시대 이르러 담채(醃菜, 침채)는 소금물에만 절인 야채이고, 중기이후 김치는 양념이 가미된 것이었다가 조선후기 침채와 담채를 종합해서 김치로 발전한다.

우리나라는 채소를 식용함에 있어 풍미, 질감 등의 품질을 중요시하고 조선 중기 이후로 김치에 고추가 도입되고, 과학적인 방법으로 채소를 저장하고 재배하였다. 채소가 지닌 약리작용을 이용하였으며 춘궁기나 식량부족 시에 구황식품으로 채소를 식용하였다. 긴 겨울 동안 채소를 장기 저장하기 위한 절임가공법으로 김장을 하였고, 조선 후기 이후 전국적으로 차츰 다양한 형태의 김치로 발전되었다. 오늘날 김치의 산업화가 시작된 1980년대 이후 도시화된 각 가정의 김장행사는 급격히 줄어들었다.

근대 조리서에 나타나는 무김치는 ‘깍두기’, ‘섞박지 및 나박김치’, ‘동치미’, ‘짠지’, ‘장아찌’, ‘장과’ 등으로 분류하였다. ‘깍두기’ 종류는 깍두기, 굴깍두기, 햇깍두기, 숙깍두기, 채깍두기, 아무 때나 담그는 깍두기, 김장때 담그는 깍두기, 김장때 담귀 해를 묵히는 깍두기, 「조선요리법」에서는 ‘굴젓무’와 ‘조개젓무’를 깍두기로 소개하고 있다. 「이조궁정요리통고」에서는 ‘송송이’를 깍두기라 하고, 향토식품으로 ‘대구함경도 깍두기’가 나타나 있다. 「한국의 맛」은 ‘무청깍두기’가 등장한다.

‘섞박지’는 「간편조선요리제법」에서 젓국지와 같은 법이나 그 맛만 조금 습습하게 담그고, 나박김치는 무를 납작하게 썰고, 배추가 부재료로 첨가된다.

‘동치미’의 조리과정은 주로 절인 무와 양념을 항아리에 켜켜 넣어 돌로 눌러 봉하는 과정으로 주재료는 무와 물인데 「우리나라 음식 만드는 법」의 〈동치미 별법〉에는 배추가, 「한국요리 백과사전」에는 통배추가 주재료로 첨가되었다. 국물은 소금물, 무절인 물, 냉수가 사용되었고, 정육과 말린 생선을 고아 육수와 설렁탕을 만들어 섞기도 하고 이들은 각각 독립적으로 쓰이거나 두 가지 이상이 결합되었다. 부재료가 18가지, 고명이 7가지, 사용된 양념은 총 11권의 조리서에서 13종류의 재료들이 등장하였다. 파, 생강, 고추, 마늘이 보편적으로 사용되었고, 고추대신 삭힌 풋고추가 사용되기도 하였다. 「조선무쌍 신식요리제법」에서 청각, 미나리가 등장하였고, 「우리나라 음식 만드는 법」에서 젓국이 쓰이는 것이 특이하다. 동치미는 짠지, 장아찌에 비해 싱겁게 담그기 때문에 싱건지라고도 하였다.

‘짠지’는 김장 때 무를 통째로 소금에 짜게 절여서 이듬해 봄부터 여름까지 먹는 김치이다. 본 논문에서 소개된 무짠지로는 짠지, 골곰짠지, 장짠지가 있다.

‘장아찌’는 무날장아찌, 무말랭이장아찌, 숙장아찌, 무장

아찌, 말린무장아찌, 무숙장아찌, 무채장아찌, 열무장아찌로 나타난다. 무장아찌만 간략하게 소개되기도 하고 부재료가 다양하고 자세히 설명되어 있기도 하다. 「조선무쌍 신식요리제법」 열무장아찌는 숙장아찌, 무장아찌와는 달리 기름에 볶는 과정이 있다. 고추장 양념을 사용한 무·고추장장아찌가 있다.

‘무장과’는 「이조궁정요리통고」, 「한국요리백과사전」, 「한국의 맛」에만 소개되어 근대 이후 사용된 명칭으로 보인다. 열무장과는 열무장아찌처럼 기름에 볶는 조리방법을 사용하고 있다.

우리나라 무김치의 발달과정이 현재에 계승되어 우리 생활에 적합하고, 세계인의 입맛을 사로잡는 다양한 무김치 개발로 이어지길 기대해본다.

감사의 글

This research was conducted by generous financial support of the Youlchon Foundation (Nongshim Corporation and its affiliated companies) in Korea.

■ 참고문헌

- 柳重臨. 1766 (英祖 42). 增補山林經濟. Sook-Ja Yoon edited. 2007. Geegumoonwhasa. Gyenggi-do. p 89, 361
- 徐有 樂. 1827. 林園經濟志 (林園十六志). Hyo-Gee Lee et al edited. 2007. 「Im-won-sip-youk-ji」. Gyomoonsa. Gyenggi-do Paju-si. pp 284-285
- 心耕愛知 2007. <http://blog.daum.net/paramath/11568222>. 2010. 07. 27. visit
- 張智鉉. 1972. 菹菜類製造史. 民族文化研究, 高大民族文化研究所. pp 1-74
- 全循義. 1450년경. 山家要錄. Bok-Ryo Han edited. 2007. Look again and relearning Sangayorok. Institute of Korean Royal Cuisine. Seoul. pp 108-109, p 112
- Bang SY. 1917. 「Cho-sun-yo-ri-je-bub」. Sung-Woo Lee edited. 1992. Hankookgosikmoonhunjipsung. Soohaksa. Seoul. pp 1546-1626
- Bang SY. 1957. 「Woorinaraeumsikmandeneunbub」. Jangchoong-dosepchoolpan. Seoul. pp 77-90, pp 166-177.
- Bingheogak Lee. Translated by Yangwhan Jeong. 1975. 閩閩叢書. Bojinjae. Gyenggi-do Paju-si. pp 52-53, p 111, 260, 261, 266, 267
- Chang CH. 1972. The Cultivation History of Korean Vegetables. Dissertations of Seoul Agricultural College. pp 117-146
- Chang JH, Cho JS, Lee CJ, Seo BC, Jeon HJ, Hwang IG, Kim JP, Jung DH, Lee HG, Lee CH, Lim HS, Ahn MS. 2001. Corpus of Korean Food. Vol. 4 (Process and Storage of Fermented Food) -A Sitological History of Kimchi. Foundation of Korean Cultural Properties Protection edited. Honllym publishing. Seoul. pp 171-214

- Chang MS, Cho SD, Kim GH. 2010. Physicochemical and Sensory Properties of Kimchi (Korean pickled cabbage) Prepared with Various Salts. *Korean J. Food Preserv.* 17(1):30-35
- Cho JH. 1943 (昭和 18 Feb.). 「Cho-sun-yo-ri-bub」. *Kyungseung-gajungyeosook*. Kyungseung. pp 14-30
- Cho JH. 1943. 「Cho-sun-yo-ri-bub」. Sung-Woo Lee edited. 1992. *Han-kook-go-sik-moon-hun-jip-sung* (VI). Soohaksa. Seoul. p 2288
- Chung HK. 2009. Record of millenary Korean traditional food. Thought of trees (Saeng-gak-eui-na-mu). Seoul. p 277
- Compilation committee of Korean Horticultural progress history. 1980. *The History of Korean Horticultural progress*. Seoul Nat'l University press. Seoul. pp 128-168
- Han BJ. 2001. Food for a century of our lives. Hyunamsa. Seoul. p 25, 86
- Han HS, Hwang HS, Lee HK. 1957. 「Yijogungjungyoritonggo」. Sung-Woo Lee edited. 1992. *Hankookgosikmoonhunjipsung*. Soohaksa. Seoul
- Hong MS (洪萬選 1643-1715). 1715. 山林經濟. 民族文化推進黨. 1985. 民族文化文庫刊行會. Vol. 1. p 127, 129, 131. Vol. 2. pp 220-221. Vol. 3. pp 110-112
- Hwang HS. 1976. 「Hankukyori baggwasajeon」. Samjoong dang. Seoul.
- Jang, M.S. and Kim, N.Y 1997. Physicochemical and microbiological properties of donchimi added with citron (*Citrus junos*). *Korean J. Food Sci.* 13:186-292
- Joint committee of textbook compilation of national oriental medical schools. 2007. *Herbal medicine (Phytology)*. Youngrimsa. Seoul. pp 415-416
- Kang IH. 1987. 「Hankukeuimaht」. Daehangyogwaseojoosikhoesa. Seoul. pp 153-159
- Kang IH. 1991. History of Korean Dietary Life. Samyoungsa. p 78, pp 114-115, p 123, 159, 166, 186, pp 255-257, pp 304-307
- Kang IH, Lee KB. 1984. Custom of Korean Dietary Life. Samyoungsa. pp 281-283
- Kim HR, Kim MR. 2010. Effect of Traditional Salt on the Quality Characteristics and Growth of Microorganism from Kimchi. *Korean J. Foodculture* 25(1):61-69
- Kim JD. 2009. Literature on Nature and Effects of Radish Sadang Sasang Constitutional Medicine Clinic. *Korean J. of Agricultural History* 8(2):115-146
- Kim KH. 1999. Optimization of Minimally Processed White Radish for Kkakttugi Preparation. *Korean J. Soc. Food. Sci.* 15(6):633-638
- Kim MJ, Lee GT, Lee OY. 1996. Kimchi, taste of millennium. Design House. Seoul. p 35
- Kim MR, Jhee OH. 2005. Major component contents of Radish kimchi and anti-carcinogenic enzyme Inducement effect with Different Radish Cultivars. *Food Preservation and Processing Industry* 4(1):30-39
- Kim MR, Jhee OH, Yoon HM, Yang CB. 1996. Flavor Characteristics of Kakkugi by Park JS, Hong JH, Lee WY. 2009. Effects of Supercritical Carbon Dioxide on Sterilization and Enzyme Inactivation in Dongchimi. *Korean J. Food Preserv.* 16(4):482-489
- Kim SH. 2010. Kimchi, Korean Food. Ewha Womans University Press. Seoul. pp 15-38
- Kim SM, Lim JA. 2007. Recipe Standardization of Native Local Foods in Gijang Region (The Second Report) - Miyekseolchi, Moseolchi, Gijangumuk, Seokbakji-. *The Korean Journal of Culinary Research* 13(4):220-231
- Kim US, Han KJ. 2009. The Changes of Side Dishes in "Eumsikdimibang", "Gyuhapchongseo", "Chosunmusang-sinsikyori jebub" according to the Current of the Time. *Journal of the Korean Society of Dietary Culture* 24(4):366-375
- Kim YJ. 2005. Antineoplastic effects on hepato-cellular carcinoma of Kimchi, Radish and radish leaves. *Food Preservation and Processing Industry* 4(2):11-19
- Kim YJ, Jin YY, Song KB. 2008. Study of Quality Change in Chonggak-kimchi during Storage, for Development of a Freshness Indicator. *Korean J. Food Preserv.* 15(4):491-496
- Ko YT, Lee JY. 2003. Quality Characteristics of Kimchi Prepared with Chinese Radish and Its Quality Change by Freeze-Drying. *Korean J. Food Sci. Technology* 35(5):937-942
- Kong CS, Kim DK, Rhee SH, Rho CW, Hwang HJ, Choi KL, Park KY. 2005. Fermentation Properties and in vitro Anticancer Effect of Young Radish Kimchi and Young Radish Watery Kimchi. *J. Korean Soc. Food Sci. Nutr.* 34(3):311-316
- Korea University National Culture Research Institute edited. 1980. *Corpus of Korean Folklore* Vol. 2. p 451
- Lee HG. 1990. A bibliographical study of Sun. *Journal of the Korean Society of Dietary Culture* 5(3):277-286
- Lee MS, Jung MS, Lee SW. 1988. A Historical study of Korean Vegetable. *Korean J. Dietary Culture*, 3(4):359-367
- Lee MS, Lee SW. 1986. A Historical study of Korean Horticultural History. *Korean J. Dietary Culture*, 1(2):45-53
- Lee S. 1915. 「Bu-in-pil-ji」. Lee SW edited. 1992. *Hankookgosikmoonhunjipsung*. Soohaksa. Seoul. pp 1526-1545
- Lee SE. 2006. Investigation of Cooking Usage according to the Physicochemical and Textural Characteristics in Nabakkimchi with Different Radish Cultivars. *The Korean Journal of Culinary Research*. 12(4):284-298
- Lee SM. 1934. 「Gan-pyun-cho-sun-yo-ri-je-bub」. Sung-Woo Lee edited. 1992. *Hankookgosikmoonhunjipsung* (V). Soohaksa. Seoul. pp 1931-1974
- Lee SM. 1935. 「Shin-young-yang-yo-ri-bub」. Sung-Woo Lee edited. 1992. *Hankookgosikmoonhunjipsung* (VI). Soohaksa. Seoul. pp 2009-2076
- Lee SW. 1988. A Historical study of Korean Traditional Fermented

- Food. Korean J. Dietary Culture, 3(4):331-339
- Lee SW. 1988. The Cooking History of Korean Food. Kyomoonsa. Seoul. p 17-38, 323, 400
- Lee SW. 1995. The Social History of Korean Food. Kyomoonsa. Seoul. pp 322-323
- Lee SW. 1996. The History of Korean Dietary Life. Soohaksa. Seoul. p 41, 55, 79, pp 114-118
- Lee SW. 1997. The Cultural History of Korean Food. Kyomoonsa. Seoul. p 32, 94, pp 88-132, 133-140
- Lee YK. 1930. 「Cho-sun-mu-sang-sin-sik-yo-ri-je-bub」. Sung-Woo Lee edited. 1992. Hankookgosikmoonhunjipsung (V). Soohaksa. Seoul. p 1732
- Lim HJ. 1999. The Effect of Fresh Ginseng on the Quality Characteristics of Seukbakjee. Korean J. Soc. Food Sci. 15(6):618-625
- Mo EK. Km SM. Yun BS. Yang SA. Jegal SA. Choi YS. Ly SY. Sung CK. 2010. Quality Properties of Baechu kimchi treated with Black Panax ginseng Extracts during Fermentation at Loe Temperature. Korean J. Food Preserv. 17(2):182-189
- Pak HO. Jang JS. 2009. Effect of Salts on the Hardness of Cubed White Radish. Korean J. Food & Nutr. 22(2):237-245
- Park MH. 1994. The Present Situation on Storage and Marketing of Fruits and Vegetables in Korea. Korean J. Food Preserv. 1(1):67-79
- Park, W.S. 1994. Present condition and the future respect of kimchi industry. Bull. Food Technol. 7(2): 17
- Professor council on Korea pharmacognosy. 2006. Herbal medicine(Phytology). Academy Books. Seoul. pp 448-450
- Research society of medicinal botany. 2007. General medicinal botany. Hakchangsa. Seoul. p 186
- Sohn KH. 1991. Kinds and Usage of Kimchi. Korean J. Dietary Culture, 6(4):503-520
- unknown authorship. late 1800's. 「Si-eui-jeon-seo」. Hyo-Gee Lee et al. edited. 2004. Sieuijeonseo, Shinkwangchoolpansa. Seoul.
- unknown authorship. late 1800's. 「Si-eui-jeon-seo」. Sung-Woo Lee edited. 1992. Hankookgosikmoonhunjipsung (IV). Soohaksa. Seoul. p 1473
- Yoon SS. 1991. Historical study of Korean Kimchi. Korean J. Dietary Culture, 6(4):467-477
- Yoon SS. 1993. 韓國食品史研究 Shinkwang. Seoul. pp 216-235
- Yoon SS. 2009. Korean Dietary Culture with history. Shinkwang. Seoul. p 130, 180
- <http://knhanes.cdc.go.kr/> Korea National Health and Nutrition Examination Survey the 4th 1st year (2007) Results and Products: Nutrition Part 2010. 08.09. visit
- http://www.kamis.co.kr/kamis/circle/list.jsp?menuseq=menu02_02&submitgbn=2&cate=b&item=&year=1 (Korea Agro-Fisheries Trade Corporation) Distribution status of items. 2010. 08. 09. visit

2010년 8월 12일 신규논문접수, 8월 19일 채택