

# 특집

Feature articles

## 제주 토종닭과 자연산 해산물의 결합! 해천탕

팔도 닭요리 유량을 떠나보세!

제주도



제주 토종닭과 자연산 해산물이 만들어낸 보양식, 해천탕

청정지역 제주도에서 키운 제주도 토종닭은 몸이 가볍고 날개가 강해 잘 날아다니는 편으로 일반 닭에 비해 크기가 작은 것이 특징이다. 오염되지 않은 제주도의 맑은 물과 공기를 마시며 자라난 제주도 토종닭은 쫄깃한 육질로 씹히는 맛이 일품이다.

거기에 바다에서 나온 전복과 홍해삼 그리고 문어와 어우러진 보양식인 해천탕을 소개하고자 한다.

먼저 제주도 토종닭과 해산물을 결합한 해천탕을 소개해줄 식당은 성산일출봉 인근에 위치한 해녀갯마을 식당이다.



문경록  
블로그 기자

## 직접 잡은 자연산이 맛의 비결

해녀갯마을식당의 남자 사장님은 어업에 종사를 하는 어부이다. 거기에 여사장님은 해녀이기도 하니 자연산 고기와 해산물을 직접 잡아 손님들에게 요리를 해주는 인심 좋은 식당이기도 하다.

직접 잡다보니 원가를 줄일 수 있어 가격도 저렴하고, 양식이 아닌 자연산이어서 더욱 더 진한 맛을 느낄 수 있다.

기독교인인 여사장님은 아침에 일어날 때마다 “모두들 이 음식을 먹고 건강하게 해주세요” 라고 기도를 한다고 한다.

이런 정성과 푸짐한 손맛 그리고 성산일출봉 앞바다에서 나온 자연산 고기와 해산물 그리고 성산일출봉인근에서 나온 특산물을 활용해 반찬을 만들다 보니 맛이 좋은건 어찌보면 당연하지 않을까 싶다.



해천탕에 들어가는 재료. 사진으로도 신선함이 느껴진다.



닭을 올리기 전의 해천탕. 해산물은 모두 자연산이다.

## 해천탕 소개

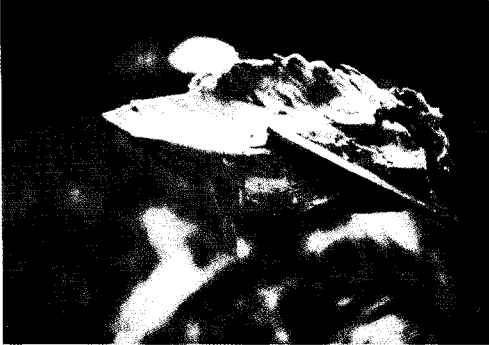
해천탕은 제주도 토종닭, 전복, 해삼, 가시오가피, 부추가 주재료인 음식이다. 재래식으로 키우는 제주도 토종닭은 근육조직이 단단하고 탄력이 있어 씹히는 맛이 일반 육계와 비교가 되지 않는다.

전복은 글루탐산, 아데닐산, 글리신, 베타인이 있어 감칠맛과 달큰한 맛이 난다. 지질(0.5g)이 다른 생선보다 아주 적고 단백질(12.9g)이 많기 때문에 널리 이용되고 있다.

해삼은 단백질이 우수하고 소화도 잘되며, 수산 동물 중에서는 드물게 갈슘과 인의 비율이 이상적으로 되어 있는 것이 특색이다. 해삼은 담백한 맛도 좋아 여러 가지 요리 재료에 쓰인다.

가시오가피는 인삼과 같은 두릅나무과에 속하는 낙엽성 활엽관목이다. 오가피 나무는 독성이 없고 부작용이 없는 것이 큰 장점이다. 앞에는 비타민 C가 특히 많고 고유한 풍미가 있어 영

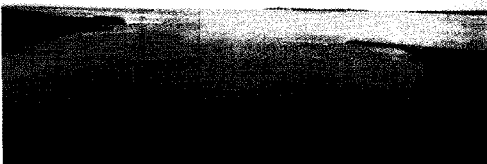
## 제주 토종닭과 자연산 해산물의 결합! 해천탕



제주 토종닭의 쫄깃한 육질이 일품이다.



푸근한 인상의 해녀갯마을 식당 사장님



제주의 푸른 바다와 잘 어울리는 해천탕이다.

양과 기호성이 좋은 특성이 있다.

이 식물의 근피와 수피에서 추출된 엘루테로사이드 B, E 등은 운동선수들이 복용하면서 제품으로 개발되어 시판되고 있으며 수요가 급증하는 추세에 있다.

부추는 영양가가 높고 독특한 향미가 있으며 소화작용을 돕는다. 특히 파보다는 단백질, 지질, 당질, 화분, 비타민A가 월등히 많다. 부추의 냄새는 유황 화합물 때문인데 이는 마늘과 비슷하다. 흙을 뚫고 나오기 전의 어린 것을 고급으로 치며 이때가 맛과 향이 가장 좋아 구황이라고 한다.

### 정성이 들어간 보양식, 해천탕

해천탕은 정성과 시간이 들어가는 보양식이다. 제주도 토종닭을 4~5시간동안 푹 삶아내는 요리로서 영양소 파괴를 최소화하기 위해 약한 불로 천천히 해야만 한다고 한다.

푹 삶아진 제주도 토종닭 위에 홍삼과 문어 그리고 전복을 얹고 각종 야채와 함께 끓여내면 원기회복에 그만인 요리이다.

완성된 해천탕을 다시 약한 불로 끓이면서 해산물의 다양한 맛이 어우러지게 되면서 더욱 더 진한 국물이 된다.

보약냄새가 폴폴 나는 진국을 한 입 뜨는 순간 몸에서 힘이 펄펄 나는 해천탕!! 제주도 토종닭의

쫄깃한 육질이 일품이며 바다와 육지의 대표 주자인 홍삼과 인삼, 거기에 전복과 문어의 씹는 재미 또한 더해지니 가히 최고라 말하고 싶다.

제주도의 파란 하늘과 푸른 들판 그리고 옥빛 바다를 보면서 제주여행을 하시는 분들에게 감히 추천을 해보고 싶다. 