

조선조 계란의 문화적 의미와 조리법 분석

차경희* · 김승우

전주대학교 일반대학원 전통식품산업학과

Cultural Meaning and Analysis of Cooking Methods using Eggs in the Chosun Dynasty

Gyung-Hee Cha*, Seung-Woo Kim

Department of Traditional Food Business, Jeonju Graduate School

Abstract

Egg is a food that has been loved from ancient times by people all around the world. It has been called a present from god because its rounded shape was believed to refer to the earth. We found the oldest and most perfectly preserved egg fossil at *Chunmachong* (天馬) in *Kyungju* (慶州). We believe that it was used during the period of the Three States or the unified *Silla* (新羅), and, accordingly, it was a noble food that has been found at the king's grave of the age. Egg, which is called egg of chicken in Korean, was written as egg of chicken (鷄卵), son of chicken (鷄子), bird's egg of chicken (鷄蛋), and round thing of chicken (鷄丸) in the Korean alphabet and Chinese characters. The ancient countries had the following myths about eggs. In myths about offspring by egg, they were born as heaven's will to make them god. There were 19 proverbs: 'Hitting a rock with an egg', 'It's like the yellow part of an egg' and 'Even an egg stops when it rolls', etc. According to a theory of divination based on topography, people use eggs when they find a good place. There are 10 proverbs (四字成語): *Dongjiipran* (冬至立卵), *Nanyeoseoktu* (卵與石投) etc. Studies for analysis of egg recipes found in the old literature (cooking, agriculture and fishing, and medical books) in the *Chosun* Dynasty recorded 36 times where cuisine with egg was mentioned as the main ingredient, 154 times as a sub-ingredient, 79 times as a garnish, and 20 times etc. As a garnish, they were 'finely sliced', 'thin rectangular and the rhombus form', and 'rounded shape'; after grilling they were divided into yellow and white parts. When cooked, they were used in comparison of the size or shape of an object with that of other objects.

Key Words: Egg, myth, proverb, egg food, garnish

1. 서 론

고대로부터 오늘날까지 '닭이 먼저냐? 달걀이 먼저냐?'하는 물음으로 사람들은 갑론을박을 펼쳐왔다. 기독교에서는 신(神)이 먼저 생명체를 창조했다는 창조설을 들어 닭의 손을 들어주었고, 빅토리아(Victoria)시대의 새뮤얼버틀러(Samuel Butler)는 닭은 달걀을 만들기 위한 수단에 불과하다며 달걀의 손을 들어 주었다(김 2012). 그러나 닭이든 달걀이든 전 인류가 시공간(視空間)을 초월하여 가장 애용하는 식재(食材)이자 약재(藥材)임에는 그 뜻을 같이한다.

계란은 둥근 모양이 우주를, 난황과 난백은 땅과 하늘을 상징한다고 하여 신이 선물한 식품으로 불렸다. 이탈리아에서는 그리스도 승천일에 새로운 동우리에서 난 계란은 하늘의 알, 즉 태양을 의미하기 때문에 두통, 치통, 위통을 치료해준다고 믿었다. 『형초세기(荊楚歲時記)』(국립민속박물관

관 2006)에는 “정월 초사흘날에 달걀을 먹으면 오장(五臟) 내에 있는 나쁜 기운을 물리친다.”고 하였고, 『동의보감(東醫寶鑑)』(동의과학연구소 편역 2008)에서는 달걀을 “맛이 달고 평하다.”고 하였다. 한방에서는 달걀은 지사제(止瀉劑)나 인후염(咽喉炎), 산후 빈혈이나 경련, 난산이나 출산 후 어혈(瘀血)이 잘 풀리지 않을 때 매우 유용하게 처방되었다. 달걀 껍질을 태운 것은 화상이나 부스럼 치료제로도 효과가 좋다고 한다.

고대 로마의 연회에는 '달걀에서 사과까지'라는 말이 있다. 이는 에피타이저부터 디저트까지를 의미하는 말이다. 로마의 절정기 때 열린 연회는 전채코스과 메인 코스로 나뉘어 에피타이저는 달걀로 시작하고, 디저트는 사과로 끝내는 것이 기본이었기 때문이다. 특히 달걀은 연회 개시를 알리는 신호로 여러 가지 조리법이 활용되었다(홍 2008).

계란은 영양학적으로는 인체에 필요한 영양소가 풍부하여

*Corresponding author: Gyunghee Cha, Department of Traditional Food Business, Jeonju Graduate School, 303 Cheonjam-ro, Wansan-gu, Jeonju, Jeonbuk, 560-759, Korea Tel: 82-10-3481-4580 Fax: 82-63-220-2736 E-mail: injeulmi@hanmail.net

완전식품으로 불리고 있으며, 체내 소화흡수율이 높아 경제적인 식품이기도 하다. 최근에는 계란의 불포화지방산, 철분, 인, 미량 광물질, 비타민 등 영양가치 뿐만 아니라 난백과 난황의 열(熱)응고성, 난백의 기포성(起泡性), 유화작용(油化作用), 난황 특유의 색 등으로 식품공업과 가공조리에 널리 이용되며(이 2011), 식품조리 및 기능학적 연구논문들이 발표되고 있다(Kim & Ko 2004, Yang 등 2010, Park 등 2010, Kim 등 2012).

하지만 과거 우리나라 계란의 조리법과 문화적 의미에 대한 선행연구가 없었다. 따라서 본고에서는 조선시대 고조리서(古調理書), 농서류(農書類), 의서류(醫書類) 등의 고문헌을 통해 우리 조상들에게 계란은 어떤 의미를 가지고 있는지 고찰하고, 우리음식문화 중 계란의 활용을 살펴보고자 하였다.

II. 본 론

1. 조선조 고문헌에서 계란의 문화적 의미

고대 이집트와 중국에서는 3,400여년 전부터 계란을 얻기 위해 닭을 키웠다고 한다. 중국인들에게 닭은 시간을 알려주는 동물이었으며, 이집트에서는 왕인 파라오가 해와 달을 이용해 달걀을 만든다는 전설이 있다. 중세 유럽에서는 농부들이 쟁기에 달걀을 비벼 풍작을 기원하기도 했다. 이처럼 달걀은 세계 여러 민족에게서 풍요와 행운을 암시하는 것으로 인식되어 왔다(대한양계협회 2005).

우리나라에서도 신라, 고구려, 가야의 시조신화가 알[卵]과 연관되어 있고, 과거 중국에서는 신라를 계림(鷄林)이라고 한 것으로 보아 역사시대 이전부터 한반도에서 닭을 사육한 것으로 추측된다(이 1984). 1973년 경주 천마총(天馬冢)에서는 세계에서 가장 오래된 온전한 상태의 계란 화석이 발견되었다. 천마총 목관 동쪽에 위치했던 3개의 철기 안에서 발견된 계란은 크기가 크고 작은 2개의 완전한 계란과 4개 정도로 추정되는 계란껍질과 다른 껍에서도 파손된 껍질이 동시에 출토되었다. 원자력 연구소의 방사선 탄소측정에 따르면 서기 340±70년으로 밝혀졌고, 역사적 고찰로는 서기 500년경으로 소지왕(昭知王, 471~499) 또는 지증왕(智證王, 500~513)이라는 주장이 있다(대한양계협회 2005). 따라서 삼국시대나 통일신라시대 또는 그 이전부터 계란이 이용되었고, 당시 지배자의 무덤에서 부장품으로 출토가 될 만큼 귀한 식품으로 인식된 것으로 생각된다.

계란의 또 다른 이름인 달걀의 어원은 ‘닭의 알’에서 ‘달걀’이 되었다가 ‘달걀’로 진화하여 이후 달걀로 불리게 되었다. 북한에서는 1954년 조선어 철자법을 제정하여 지금까지 ‘달걀’로 사용하고 있다. 달걀은 계란과 혼용하여 쓰인다. 계란은 ‘닭 계(鷄), 알 란(卵)’의 두 한자가 모여서 된 한자어이다. 닭 계(鷄)는 새 조(鳥)옆에 큰배 해(奚)를 덧붙인 글자이다. 큰배 해(奚)는 어른[大]과 손[爪]과 실[絲]을 합성한 것으로 물레를 돌리는 어른을 뜻한다. 이것은 과거 죄수로 하

여금 물레를 돌리게 함으로써 마치 닭이 알을 낳는 것처럼 옷감을 얻었다는 뜻이다. 또한 해(奚)자는 실 같은 털이 있따라 엉겨 붙은 큰 배를 나타낸다고 풀이하기도 한다. 따라서 새[鳥] 중에서도 유달리 배가 커 보이는 새 곧 닭을 뜻한다(이 2011). 영어표현인 ‘egg’는 새를 가리키는 인도유럽어 어원에서 나왔다. ‘yellow’를 의미하는 고대 영어에서 나온 ‘york’은 빛과 생명이라는 의미가 있는데, 그리스어의 식물새싹의 ‘황록색’을 뜻한다. ‘glow(빛나다)’나 ‘gold(금)’와 어원이 같은데, 고대영어와 그리스어 모두 ‘어슴푸레한 빛, 빛의 흔적’을 뜻하는 인도유럽어 어원에서 파생되었다(김 2012).

시계가 없었던 시절, 닭은 시계의 구실을 하였다. 동트는 새벽을 알리는 닭울음소리는 어둠이 걷히고 광명이 시작됨을 알렸다. 그래서 우리민족은 닭을 새벽, 햇빛, 나아가 태양에 연결시키면서 숭배의식이 생겨났다. 닭의 울음소리를 통해 그해 풍흉을 점치거나, 닭이 우는 시기에 따라 길흉을 판단하기도 했다. 또 닭이 나쁜 귀신이 범접하지 못하게 벽사(辟邪)의 효능이 있다고 믿어 세화(歲畫)로 닭 그림을 대문에 붙이기도 하였다(이 1984). 닭은 한꺼번에 많은 알을 품어 병아리를 낳는다. 그래서 닭은 풍요와 다산(多産)의 상징으로 여겨진다. 따라서 닭의 산란 행위는 집안에 행운을 가져다주는 좋은 징조이며, 닭이 알을 많이 낳는 것, 특히 쌍알을 낳으면 집안이 흥하게 된다고 믿고 기뻐하였다.

1) 문화적 의미

조선시대 계란은 설화, 사자성어, 속담 및 이야기, 풍수지리설 등에서 그 문화적 의미를 찾을 수 있었다.

(1) 설화

설화는 신라와 고구려 가락국의 시조신화인 난생설화(卵生說話) 5개와 달걀귀신과 달걀도깨비에 대한 구전설화가 있었다.

난생설화는 건국시조의 탄생에 신비화시키고, 초인적(超人的)인 권위를 부여하기 위해서 알에서 태어났다는 내용이었다. 대부분의 민족은 시조 또는 왕후나 수장의 신화적인 출생설화를 공통적으로 가지고 있다. 페키니아의 천지창조신화, 이집트와 예멘의 가다르신화, 인도의 베다신화, 핀란드의 카레발라신화, 폴리네시아의 탄갈로아신화, 뉴질랜드의 인류탄생설화 등 알이 신비스러운 생명체임을 인식한 탓에 알에서 태어났다는 신화는 특별히 많다(doopedia 두산백과). 고대 민족의 신앙에서 비롯된 우주관이며 민족철학이라 할 수 있는 이러한 설화는 특히 동북아시아 지방 민족에게서 많이 볼 수 있다. 신라의 시조 박혁거세(朴赫居世)와 석탈해(昔脫解) · 김알지(金閼智) · 수로왕(首露王) · 동명왕(東明王) 등이 모두 그러한 예이다.

『삼국사기』(신호열 편역 1976) 권 제1-신라본기(新羅本紀) 제 1 시조(始祖) 혁거세거서간(赫居世居西干) 시조(始祖)의 성(性)은 박(朴)씨요 휘(諱)는 혁거세(赫居世)이다

...(중략)...진한(辰韓)의 육부(六部) 중 고허촌장(高墟村長) 소벌공(蘇伐公)이 양산(楊山) 기슭 나정(蘿井) 옆의 수풀 사이에 말(馬)이 무릎을 꿇고 울부짖는 것을 보고 쫓아갔다. 어느새 말은 보이지 않고, 다만 큰 알(卵) 하나가 있어서 그 알을 쪼개자 어린 아이가 나왔다. 곧 소벌공이 거두어 길렀는데 나이 10 여세가 되자 유별나게 성숙하였다. 육부 사람들이 그가 이상하게 태어났다 해서 높이 받들어 오다가 이때에 와서 그를 임금으로 세웠다. 진한 사람들이 호(瓠)를 박이라 하므로 처음 그 알의 크기가 박(瓠)만 하였으니 박(朴)을 성으로 삼았다. 거서간(居西干)은 진한의 말로 왕이란 뜻이다.

『삼국사기』 (신 편역 1976) 권 제13-고구려본기 제1 시조(始祖) 동명성왕(東明聖王)

....해부루가 죽고 금와(金蛙)가 왕위를 계승하였다. 이때 금와는 때마침 태백산 남쪽 우발수에서 한 여자를 만났다. 그의 내력을 물으니 여자는 “나는 본시 하백의 딸로 이름은 유희라고 합니다. 여러 아우들과 함께 나와 놀고 있을 때 한 남자가 자칭 천제의 아들 해모수라 하고, 나를 웅심산 밑 압록강가의 집속으로 띄어 사육을 채우고 가서는 돌아오지 않고 있습니다. 우리 부모는 나더러 아무런 소개도 없이 몸을 남에게 허락하였다고 하여 드디어 우발수로 귀양살이를 보낸 것입니다.”라고 하였다.

금와는 이상하게 여기어 그를 방안에 가둬 두니 햇빛이 비치는지라 유희가 몸을 피하면 피하는 대로 햇빛이 따라와 비치곤 하였다. 그로 인하여 태기가 있어 알을 하나를 낳으니 크기가 5되들이만 하였다. 왕은 그 알을 개나 폐지에게 주었더니 모두 먹지 아이하고, 또 길바닥에 버리자 소와 말이 다 피해가고, 마지막에 들에다 버렸더니 새가 그 알을 품어주었다. 왕이 그 알을 개보려 하였으나 깨지지 아니하여 도로 그 어미에게 주었다. 그 어미가 물건으로 그 알껍데기를 써서 따뜻한 곳에 두니 한 사내아이가 알을 깨고 나왔다. 그 아이의 생김이 영특하여 나이 겨우 7세에 숙성한 풀이 보통 아이와 다르고, 제 손으로 활과 화살을 만들어 백번 쏘면 백번 다 맞았다. 부영의 속어에 활을 잘 쏘는 자를 주몽이라 하므로 그로써 이름을 삼았다. 금와에게 아들 7형제가 있어 항상 주몽과 어울려 노는데 재주가 모두 주몽에게 미치지 못하였다.....

『삼국사기』 (신 편역 1976) 권 제1-신라본기(新羅本紀) 제1 탈해이사금(脫解尼師今)

탈해이사금(脫解尼師今)이 즉위하였다. 나이는 62세요, 성은 석씨, 비는 아효부인(阿孝夫人)이다. 탈해는 본디 다파나국(多婆那國)에서 태어났는데, 그 나라는 왜국 동북방 1천리에 있었다. 처음 그 나라 왕이 여인국 왕녀에게 장가를 들어 아내로 삼았더니 7년 만에 태기가 있어 큰 알을 낳았다. 왕은 말하기를 “사람으로서 알을 낳았으니 상스럽지 못한 일이다. 마땅히 버려라”하였으나, 왕비는 그것을 차마 버리지 못하고 알을 써서 보물과 함께 껍질 속에 넣어 바다에 띄웠다. 그 껍질이 금관국 해변에 가서 닿으니, 금관국(金官國)인이 이를 이상히 여겨 내버려두었다. 껍질은 다시 진한(辰韓)의 아진포구(阿珍浦口)에 다다랐으며, 한 노파의 눈에 발견되어 노파가 껍질 열어본즉 거기에는 아이가 있었다. 이 노파가 아이를 데려다 길렀더니 9척 장신에 총명한 아이로 자랐다. 어떤 사람이 이 아이에게 성

을 알지 못하니 껍질이 해변에 와 닿았을 때 까치가 따라다니는 것을 따라 까치작(鶻)의 한 편만 떼어내어 석씨로 성을 삼게 했다. 학문을 익히 이름이 나게 되었고 마침내 제2대 왕 남해왕의 눈에 띄어 남해왕이 딸을 주어 아내로 삼게 했으며, 대보라는 관직을 주어 정사를 맡게 했다.

『삼국유사』 (권 편역 1978) 권제1-기이(奇異) 제1 김알지 65년 탈해왕이 밤에 금성(金城) 서쪽 시림(始林)의 수풀 속에서 닭 울음 소리를 듣고서 신하 호공(瓠公)을 시켜 가보게 하였다. 금빛의 작은 함이 나뭇가지에 걸려 있고 흰 닭이 그 밑에서 울고 있다고 호공이 보고하자, 왕이 직접 가서 함을 열어보니 용모가 아름다운 사내아이가 나왔다. 마치 혁거세 고사와 같아 그의 말을 따라 알지(闕智)라 이름을 붙였다. 알지는 향연에 어린아이라는 뜻이다. 왕이 수레에 싣고 대궐로 돌아오는데 새와 짐승들이 따라오면서 즐겁게 춤을 추었다. 이때부터 시림을 계림(鷄林)이라 하고 아이는 금궤(金櫃)에서 나왔으므로 성을 김(金)씨라 하였다.

『삼국유사』 (권 편역 1978) 권제2-기이(奇異) 제2 가락국기(駕洛國記) 수로왕(首露王)

천지가 개벽한 뒤로 이 땅에 아직 나라의 이름이 없었으며, 또한 군신의 칭호도 없었다. 가락지역에서는 주민들이 각 촌락별로 나누어 생활하고 있었는데, 3월 어느 날 하늘의 명을 받아 9간(九干) 이하 수백명이 구지봉(龜旨峰)에 올라갔다. 그곳에서 그들이 하늘에 제사지내고 춤추고 노래하자 하늘로부터 붉은 보자기에 싸여진 금합(金合)이 내려왔는데, 그 속에는 태양처럼 둥근 황금색의 알이 여섯 개 있었다. 사람들이 모두 놀라 기뻐하며 백번 절하고, 금합을 다시 싸서 아도간의 집으로 가져와 걸상 위에 놓고 모두 해산하였다.

12일이 지난 뒤 이 알에서 남아가 차례로 태어났는데, 용모가 아름다웠다. 곧 그들을 평상에 앉히고 절하여, 축하하고 정성을 다하여 공경하였다. 나날이 자라서 10일이 되자 신장이 9자나 되어 은(殷)나라의 탕왕(湯王)같고, 얼굴은 용과 같은 것이 한(漢)나라의 고조(高祖)같고, 눈썹의 여덟가지 빛은 요(堯)임금 같고, 눈동자가 검은 것이 된 것은 순(舜)임금 같았다. 그 달 보름에 즉위하였고, 그 중 제일 먼저 나왔기 때문에 이름을 수로(首露)라 하였다. 국호를 대가락(大駕洛) 또는 가야국(伽倻國)이라 했으니, 즉 6가야 중 하나이다. 남은 다섯사람도 각각 5가야의 왕이 되었다.

이들 신화의 공통점은 외지에서 들어오는 외래인이며, 먼저 살던 주민과 연합하여 새나라를 건설한다. 이미 청동기. 철기문화나 농경문화의 기반이 도래할 때 새 지배자는 출생의 신비를 극대화하여 더욱 강력한 문화를 소유하면서 지배층의 정당성을 공고히 할 수 있었던 것으로 생각된다. 시조신화는 일반적으로 신화 주인공의 출생 근원이 어디인가에 따라 두 갈래로 나눌 수 있다. 이는 인간 생명의 강하(降下)로서의 천생관(天生觀)과 인간 생명의 용출(湧出)로서의 지생관(地生觀)에 의거한다. 천생관에 의한 천강시조신화(天降始祖神話)는 다시 동명왕·단군신화와 같이 신성혼(神聖婚)에 의하여 의신화(擬神化)되는 것과 박혁거세·김수로신화

와 같이 알의 형상으로 강천 한다는 난생설화와 김알지신화처럼 처음부터 인간의 모습으로 강천 하는 것으로 나눌 수 있다(국어국문학자료사전).

의인화된 귀신이야기에 흔한 것이 달걀귀신이다. 달걀귀신에 대한 이야기는 경기도 파주시 조리읍 탑석골에 근거로 하여 전해지지만, 출몰지역은 전국적이다. 주로 산길, 으스스한 골목, 멀리 떨어진 뒷간 등지에서 나타나며, 기가 약한 사람에게 자주 보인다고 한다. 흰 배옷을 입고 다니는데, 눈, 코, 입이 없는 것이 특징이고, 얼굴은 달걀 형상을 하고 있어 언뜻 달걀로 보이기 일쑤이다. 허리는 매우 굵어 마치 꼬추 같고, 주로 괴나리봇짐을 지고 있어서 또 짐꾼처럼 보이기도 한다. 이 귀신은 말을 하지 않으며, 어디론가 열심히 걷고 있는데 달걀귀신에게 말을 걸거나 모습을 보면 그 사람은 병을 얻고 며칠 안에 죽는 다고 전해진다(KOCCA 문화콘텐츠닷컴).

또 달걀도깨비도 있다. 도깨비는 귀신과는 다른 존재이지만, 이야기가 전승되는 과정에서 서로 이미지가 중첩되어 비슷하게 인식되었기 때문에 생겨난 현상이라고 생각된다. 달걀도깨비는 발랄하면서도 장난기가 많은 성격을 가지고 있다. 특성상 데굴데굴 굴러다니면서 끊임없이 사람들에게 재잘대는 모습이 전형적인 달걀도깨비의 이미지이다. 그래서 캐릭터 상으로는 특히 입을 강조하여 표현하였다(한국구비문학대계7 1982). 이런 달걀귀신이나 도깨비가 무서웠던지 어른들께서는 저녁에 손톱을 깎으면 달걀귀신 온다고 하여 밤에 손톱 깎는 행동을 금기하였다.

(2) 고사성어(故事成語)

계란과 관련된 고사성어는 10개였다. 계란유골(鷄卵有骨)은 머피의 법칙같이 운이 나쁜 사람은 뭘 하여도 안 된다는 뜻을 가지고 있다. 여기에는 『송남잡지(松南雜識)』에 기록된 황희정승의 일화가 전해진다(이 2011).

조선 세종 때 영의정을 지낸 황희(黃喜)는 어질고 검소한 생활을 하였다. 황 정승이 매우 청렴하여 관복도 한 벌로 빨아 입고 장마철에는 집에 비가 썰 지경이었다. 세종대왕은 황 정승의 생활이 이처럼 가난한 것을 안쓰럽게 여기고 도와줄 방법을 생각하였다.

궁리 끝에 묘안을 얻은 왕은 “내일 아침 일찍 남대문을 열었을 때부터 문을 닫을 때까지 문 안으로 들어오는 물건을 다 사서 황 정승에게 주겠노라”라고 하였다. 그러나 그 날은 뜻밖에도 새벽부터 몰아친 폭풍우가 종일토록 멈추지 않아 문을 드나드는 장사치가 한 명도 없었다. 그러다가 다 어두워져 문을 닫으려 할 때 무슨 까닭인지 한 시골 영감이 달걀 한 꾸러미를 들고 들어오는 것이었다. 왕은 약속대로 이 달걀을 사서 황희에게 주었다. 그런데 황희가 달걀을 가지고 집으로 돌아와 삶아 먹으려고 하자 달걀이 모두 끓어서 한 알도 먹을 수가 없었다(doopedia 두산백과).

청렴결백은 황희 자신의 신념이었을 테지만, 이를 가엾이 여긴 선의마저 황희의 편이 아니었던 것은 하늘의 뜻이었을까? ‘재수 없는 포수는 꿈을 잡아도 응답이 없다’, ‘도둑을 맞으려면 개도 안 짓는다.’, ‘밀가루 장사를 하면 바람이 불고, 소금 장사를 하면 비가 온다.’ 등과 같은 뜻을 담고 있다. 원래는 ‘끓다’의 음을 그대로 따서 ‘골’자를 쓴 것인데, ‘골’을 뼈 골(骨)로 보아 “계란에도 뼈가 있다”는 뜻으로 해석하기도 한다.

계란을 보고 닭이 되어 울기를 바란다는 뜻으로, 지나치게 성급(性急)한 것을 이르는 견란구계(見卵求鷄)가 있다. ‘견란이구시야 견탄구자 견탄구효(見卵而求時夜 見彈求炙 見彈求鵞)’라고도 한다. 일이 진행되기 전에 결과를 기다리는 성격이 매우 급한 사람을 비유하는 말이다. ‘우물에 가서 송냥 찾는다.’, ‘콩밭에 가서 두부 찾는다.’ 등의 속담과 같은 뜻이다. 그 중 난상가란(卵上加卵)은 계란 위에 계란을 포갠다는 뜻으로 불가능을 의미한다. 지성이면 감천이라고 했던가? 그런데 그걸 해결한 열녀의 이야기도 전한다.

어느 대신이 귀양을 가게 되어 그의 부인이 “언제나 돌아올 수 있습니까?”라고 묻자 대신은 “혹시 계란 위에 계란을 포갠 수 있다면 돌아올 수 있을 까 그렇지 않으면 살아 돌아오지 못할 것이요.”하고 먼 길을 떠나게 되었다. 그 후 부인은 하루도 빠짐없이 날마다 ‘계란이 포개지게 해 달라.’며 울면서 계란 썩기를 계속했다.

몇 년이 지난 뒤 임금이 백성들의 생활을 시찰하다가 통곡소리를 듣고 그 곡절을 묻게 되었고, 얘기를 들은 후 그 부인의 지성을 높이 사 대신의 귀양을 풀어주었다. 귀양에서 풀려난 대신이 임금을 알현하니 임금은 “그대가 귀양살이에서 풀려난 이유를 아는가?”하고 물었다.

그는 이에 “은혜에 망극할 뿐입니다.”라고 답변했으나, 임금은 “그건 그렇지 않다. 계란 위에 계란을 눈물과 정성으로 포갠기 때문이다.”라고 해서 난상가란이란 고사성어가 전해지게 됐다(이 2011).

난여석투(卵與石鬪)는 돌과 계란이 싸우면 계란이 부서질 것은 뻔하니 걱정이 없다는 뜻이다. 『역림(易林)』의 난여석투에서 비롯되었다(이 2011). 난치(卵齒)는 병아리가 계란껍질을 까고 나올 수 있는 것은 주둥이 위에 난치가 있기 때문인데, 이 난치는 껍질을 깨고 나온 뒤 바로 없어지기 때문에 임시방편임을 뜻할 때 쓰인다.

누란지위(累卵之危)는 ‘위어누란(危於累卵)’에서 생겨났는데, 위어누란(危如累卵), 누란지세(累卵之勢)도 같은 뜻으로, 어지럽고 위태로운 형국을 의미한다. 『사기(史記)』 범저채택열전(范雎蔡澤列傳)에는 중국 전국시대의 일화가 전해진다(양 2011). 이란격석(以卵擊石)은 ‘以基言非吾言者, 是猶以卵投石也’이라는 점쟁이를 만난 묵자(墨子)의 일화에서 유래하였는데, 남의 말을 비난하는 것은 계란으로 돌을 치는 것과 같다는 뜻이다.

<Table 1> Egg-related idioms (故事成語)

| 고사성어 | 의미 | 출처 |
|----------------|--|--|
| 계란유골 (鷄卵有骨) | 운이 나쁜 사람은 모처럼의 좋은 기회가 와도 무엇하나 뜻대로 되는 일이 없음 | 『송남잡지(松南雜識)』 황희정승의 일화 |
| 견란구계 (見卵求鷄) | 달걀을 보고 닭이 되어 울기를 바란다는 뜻으로 지나치게 성급한 것을 이름 | 『장자(莊子)』 「제물론편(齊物論篇)」 구작자(瞿鵠子)가 스승인 장오자(長梧子)의 대화 |
| 난상가란 (卵上加卵) | 계란 위에 계란을 또 포갠다는 뜻으로 불가능한 것을 이름 | 『성수패설(醒睡稗說)』 |
| 난여석투 (卵與石鬪) | 돌과 계란이 싸우니 걱정할 것이 없음 | |
| 난치(卵齒) | 소용은 있으나 잠시 뿐인 일회성임 | |
| 누란지위 (累卵之危) | 계란 두 개를 서로 쌓은 것보다도 위태로움 | 『사기(史記)』 범저 열전에 중국의 전국시대의 일화 |
| 이란격석 (以卵擊石) | 남의 말을 비난하는 것은 마치 계란으로 돌을 치는 것과 같음 | 중국 전국시대 목자가 노나라를 떠나 북쪽의 제(濟)나라로 가는 길에 점쟁이를 만난 일화 |
| 줄탁동시 (同時) | 어떤 일이든 때가 중요함 | |
| 태산압란 (泰山壓卵) | 힘들이지 않고 순조롭게 일을 성사시킴 | 진(晉)나라 책사 손혜(孫惠)의 일화 |
| 동지입란 (冬至立卵) | 자연의 순리를 다르면 반드시 때는 도래함 | |

줄탁동시(峯喙同時)는 달걀 속에서 자란 병아리는 껍질 안쪽을 쪼아 알을 깨고 나오려 하는데 ‘줄(峯)’은 병아리가 알껍질을 깨기 위해 쪼는 것이며, ‘탁(喙)’은 어미 닭이 병아리가 부리로 쪼는 소리를 듣고 밖에서 알을 쪼아 병아리가 알을 깨고 나오는 것을 돕는 것 뜻으로, 어떤 일이든 성사되는 시기가 있고, 일의 성사를 위해 협업이 이루어져야 함을 의미한다.

태산압란(泰山壓卵)진(晉)나라 책사 손혜(孫惠)의 일화로, 힘들이지 않고 제나라를 굴복 시킨데서 전해지며, 배산압란(排山壓卵)과 같은 뜻으로 쓰인다. 동지입란(冬至立卵)이 있다. 동지(冬至)는 태양이 황경(黃經) 270°에 이르는 시기로 이날이 되면 계란이 선다고 한다. 이는 만사가 동지입란으로 자연의 순리를 다르면 반드시 때가 온다는 의미를 담고 있다.

(3) 속담

계란에 관련된 속담은 총 19개였다. ‘계란으로 바위치기’처럼 계란은 깨지기 쉽고 연약한 존재 또는 실패가 뻥히 보여 상대해서 싸워도 부질없음을 뜻한다(민 2003). ‘계란을 한 바구니에 담지 마라’ ‘계란을 확실한 바구니에 담아라.’처럼 재산 증식이나 경제관념에 계란이 자산(資產)으로 비유되고 있었다. 이것은 ‘Don't put all your eggs in one basket’이란 서양속담으로도 16세기부터 전해오고 있다. ‘굴린 계란은 병아리가 되고 손에 쥔 계란은 굶는다.’나 ‘닭도 먹이를 주어야 알을 낳는다.’, ‘삶은 계란이 병아리 될까’ 는 어떤 일이든 노력이나 투자 없이 결실을 기대하기 어려우니 요행을 바라지 말라는 교훈도 준다.

‘계란으로 치면 노른자다’처럼 중요한 핵심을 이르는 말로 노른자가 비유되고 있었다. ‘계란 속에서 소 잠을 공론을 하고 있다’는 ‘우물 안 개구리’와 마찬가지로 기회가 왔지만 식견이나 노력이 부족하여 일이 잘 풀리지 않음을 비유하는 말이다. ‘달걀에도 뼈가 있다.’는 섬뜩한 말도 있다. 설마 부드럽디 부드러운 달걀에 뼈가 있을까마는 예기치 않은 방해요인이 있거나 방심하다 일을 그르칠 수 있으니 신중을 기하라는 경고메시지이다. 영국에는 ‘계란 깨는데 도끼를 쓸 필요는 없다’, ‘내일의 닭보다 오늘의 계란’, 프랑스에는 ‘검은 닭도 흰 알을 낳는다.’ ‘계란도 깨뜨려야 먹을 수 있다.’ 독일의 ‘굶은 계란 하나가 죽 전체를 버리게 한다.’ 앙골라는 ‘자기 알을 쪼는 암탉은 없다.’ 수단은 ‘암탉이라고 모두 알을 품는 것은 아니다’ 등으로 우리나라의 속담과 같은 것도 있었고(이 2011), 작은 계란이지만 깨뜨려야 비로소 먹을 수 있다거나, 미물이지만 전체의 일을 그르치지 할 수 있어 신중을 기하라는 주의도 주고 있다. ‘자기 알을 쪼는 암탉은 없다.’와 ‘암탉이라고 모두 알을 품는 것은 아니다’는 일의 필연성을 두고 서로 상반된 의미를 부여한다. 닭의 경우는 ‘닭의 새끼가 발을 벗으니 오뉴월만 여긴다.’, ‘닭이 천이면 봉이 한 마리 있다’, ‘병아리 우장(雨裝) 쓰다’, ‘암탉의 무녀리냐’ 등으로 계란의 경우와 다른 의미의 속담이 있었다(권 2006).

그 외 계란과 관련하여 ‘수탉이 산란하면 행복이 오고, 또 이 계란을 찔독에 저장해 두면 부자가 된다.’와 ‘정월 초하루에 산란한 계란을 부인이 먹으면 임신에 효과가 있다.’는 속설 2가지가 있었다.

<Table 2> Egg-related proverbs

| 속담 | 의미 |
|------------------------------|---|
| 계란이나 달걀이나 | 이름만 다르지 실제로는 같은 물건임 |
| 고르다가 굵은 달걀 고른다 | 무슨 일을 너무 잘 하려다가 실패하는 경우가 있음 |
| 달걀 같은 세상 호박 같이 살았다 | 위태로운 세상에서 모나지 않고 둥글게 살아가야 함 |
| 조막손이 달걀 도둑질하기다 | 하지도 못할 일을 하려고 하는 사람을 비유 |
| 계란을 삶는데도 예절이 있다 | 무슨 일이든 순서와 예의가 뒤따라야 함 |
| 달걀에도 뼈가 있다 | 부드러운 달걀 속에도 뼈가 있을 수 있듯이 방심하다가 실수를 함 |
| 계란 속에서 소 잡을 공론을 한다 | 늘 일이 잘 안 풀리던 사람이 소처럼 좋은 기회를 만났지만 그 일마저 잘 안되지 않음 |
| 계란도 굴러가다 서는 모가 있다 | 어떤 일이든 끝날 때가 있다. 또는 좋게만 대하는 사람도 성낼 때가 있음 |
| 삶은 달걀이 병아리 될까 | 도저히 기대할 수 없는 일 |
| 굴린 계란은 병아리가 되고, 손에 쥔 계란은 굵는다 | 재물은 굴려야 늘지 손에 쥐고만 있으면 손해를 봄 |
| 닭도 먹이를 주어야 알을 낳는다 | 밑천을 들이지 않고는 이득을 얻지 못함 |
| 달걀로 치면 노른자다 | 가장 중요한 부분 |
| 달걀 섬 다루듯 하다 | 깨지기 쉬운 달걀을 담아 놓은 섬 그릇을 다루듯 조심조심 물건을 다룸 |
| 달걀치고 돌담 모퉁이는 못가겠다 | 의심이 많고 필요 이상의 걱정을 하는 사람 |
| 발뒤꿈치가 달걀 같다 | 머느리가 미우면 달걀같이 예쁘게 생긴 발뒤꿈치까지 나무람 |
| 달걀로 바위 치기 | 맞서도 도저히 이길 수 없어 불가능하거나 무의미함 |
| 내일 닭보다 오늘 달걀이 낫다 | 믿기 어려운 내일의 큰 이익보다는 당장의 작은 이득을 취하는 편이 나음 |
| 계란을 한 바구니에 담지마라 | 주식(株式)시장에서 살아남으려면 분산해서 투자하라는 경제학의 원칙 |
| 계란은 확실한 바구니에 담아라 | 투자할 때는 확실한 자료와 통계, 정보가 뒤따라야 함 |

(4) 풍수지리와 지명

풍수지리에서 계란을 이용하여 명당을 찾는 두 가지 방법이 있었다. 하나는 계란을 혈(穴)자리에 묻어두었다가 150일이 지나 땅을 파보아 썩지 않으면 명당이라는 것이다. 또 마을 산의 형국이 금계포란형(金鷄抱卵形)이면 상길(上吉)이며 자손이 번창한다고 전해진다(김 1993). 대표적인 곳이 바로 경북 봉화군 유곡리에 위치한 충재(沖齋) 권벌(權穰)의 고택이다. 이곳은 조선 중기의 실학자 이종환이 『택리지(擇里志)』(이익성 편역 2006)에서 4대 길지(吉地) 중 하나라고 칭송한 바 있다. 유곡리는 알을 품은 암닭과 날갯짓하는 수닭이 포개지는 형국을 하고 있는 ‘금계포란’의 명당으로, 유곡리를 우리말로 풀이한 닭실마을로 오늘날까지 불리고 있다. 중종(中宗) 때 개혁정치의 중심인물이었던 권벌은 1519년 기묘사화(己卯士禍)로 파직 당하자 어머니의 산소자리에 집을 지어 권씨 가문의 집성촌을 이루었다. 충재 권벌 종가에서는 불천위제사를 드린다. 이 종택의 불천위 제사음식은 잘 전수되어 오늘날 까지도 유명하지만 특히 병과류(餅菓類)의 명성이 높다. 편은 본편과 웃기떡으로 이루어지는데 동곳을 닭았다는 동곳떡으로 본편을 쌓고, 그 위에 웃기떡인 청절편, 밀비지, 송기송편, 경단, 쑥단자, 부편, 잡과편, 전, 산심, 조약, 깨구리편을 순서대로 총 11켜를 쌓는다. 동곳떡 본편과 웃기떡이 어우러진 모두 12편의 색과 모양이 다른 편이 조화를 이루어 우주를 상징한다고 한다(농촌진흥청 국립농업과학원 2010).

그 외 충북 제천 수산면의 계란고개는 고개가 마치 계란처럼 생겼다고 하여 붙여진 이름이다. 산봉우리가 마치 계란처럼 생겼다는 달걀봉은 충남 공주군 반포면, 전북 고창군

성송면 학천리, 충남 공주시 이인면 산의리, 충북 제천시 금성면 중전리, 충북 음성군 소이면, 충남 예산군 대흥면 지곡리 등 여러 곳에 있었다(한국향토문화전자대전).

(5) 민속 연희(演戲)

UNESCO 세계문화유산인 풍산 류(柳)씨가 6백년간 대대로 살아온 안동하회마을에서는 선유줄불놀이가 있다(한국향토문화전자대전). 음력 7월 기망(16일) 밤에 달이 떠오르면 6~7명의 선비들이 나룻배를 타고 강물 위로 나가 아름다운 자연경관을 배경으로 시회를 열고 ‘계란불놀이’를 하는 것이다. 선유줄불놀이는 달걀껍질 또는 바가지 조각에 기름을 붓고 거기에 심지를 박아 띄우는 달걀불[蓮火], 부용대(芙蓉臺) 위에서 꽃내 쪽으로 불붙인 ‘숫갑단(소나무줄기 무더기)’을 떨어뜨리는 낙화(落火), 그리고 줄불놀이 등과 시회(詩會)로 다채롭게 구성되어 있다. 보름날 밤 밝은 달빛을 이용하여 집안으로 들어오려는 잡귀를 쫓기 위해 공중에 길게 걸어 놓은 줄에 뽕나무숫가루를 넣은 봉지를 주렁주렁 매단 뒤 접화하고, 달걀불은 빈 달걀껍질에 종이나 솜으로 심지를 만들어 쫓고 기름을 부어 불을 켜던 것인데 불꽃이 튀면서 떨어지는 장관을 즐기던 민속놀이로, 품격과 운치가 결집된 양반놀이이다.

이 놀이는 신성한 날인 보름을 지나 귀신날인 열여섯새가 되면 저녁에 귀신의 범접으로 생기는 모든 재액을 막고 한해를 무사히 보내고자 하는 사회적 의미를 담고 있다. 불을 태워서 나는 냄새와 소리, 연기의 독한 기운으로 귀신을 쫓아낼 수 있다는 믿음에서 출발한 것인데, 불이라는 적극적인 수단을 써서 귀신의 접근을 막는 것뿐만 아니라 귀신을 소

<Table 3> Studies for recipe analysis of eggs in Chosun Dynasty

| No | 책제목 | 편찬연대 | 책종류 | 저자 |
|----|---------------------|-------|--------|----------|
| 1 | 산가요록(山家要錄) | 1450 | 조리서 | 전순의 |
| 2 | 식료찬요(食療纂要) | 1460 | 식이요법서 | 전순의 |
| 3 | 수운잡방(需雲雜方) | 1540 | 조리서 | 김유 |
| 4 | 사시찬요초(四時纂要抄) | 1590 | 농수산구황서 | 강희맹 |
| 5 | 동의보감(東醫寶鑑) 탕액편(湯液篇) | 1610 | 의서 | 허준 |
| 6 | 음식디미방[關叢시의방] | 1670 | 조리서 | 안동 장씨 |
| 7 | 요록(要錄) | 1680 | 조리서 | 저자미상 |
| 8 | 주방문(酒方文) | 1600末 | 조리서 | 저자미상 |
| 9 | 산림경제(山林經濟) | 1715 | 농수산구황서 | 홍만선 |
| 10 | 소문사설(聞事說) | 1700中 | 조리서 | 이시필 |
| 11 | 증보산림경제(增補山林經濟) | 1766 | 농수산구황서 | 유중립 |
| 12 | 술 만드는 법 | 1700末 | 조리서 | 저자미상 |
| 13 | 음식보(飲食譜) | 1700末 | 조리서 | 저자미상 |
| 14 | 온주법(溫酒法) | 1700末 | 조리서 | 예천 권씨 |
| 15 | 주식방[高大 閩要覽] | 1800初 | 조리서 | 저자미상 |
| 16 | 규합총서(閩閩叢書) | 1815 | 조리서 | 빙허각 이씨 |
| 17 | 임원십육지 | 1827 | 농수산구황서 | 서유구 |
| 18 | 역잡록(曆雜錄) | 1829 | 조리서 | 저자미상 |
| 19 | 尹氏음식법(饌法) | 1854 | 조리서 | 저자미상 |
| 20 | 정일당잡지(貞一堂雜識) | 1856 | 조리서 | 저자미상 |
| 21 | 역주방문(歷酒方文) | 1800中 | 조리서 | 저자미상 |
| 22 | 주식방문(酒食方文) | 1800代 | 조리서 | 저자미상 |
| 23 | 주찬 | 1800末 | 조리서 | 저자미상 |
| 24 | 음식방문 | 1800末 | 조리서 | 저자미상 |
| 25 | 李氏음식법 | 1800末 | 조리서 | 저자미상 |
| 26 | 주식시의(酒食是儀) | 1800末 | 조리서 | 연안 이씨 |
| 27 | 술빚는 법 | 1800末 | 조리서 | 저자미상 |
| 28 | 시의전서(是議全書) | 1800末 | 조리서 | 저자미상 |
| 29 | 연세대 규곤요람 | 1894 | 조리서 | 저자미상 |
| 30 | 음식책 | 1898 | 조리서 | 저자미상 |
| 31 | 부인필지 | 1910 | 조리서 | 빙허각 이씨원저 |

멸시키려는 강한 의지를 담은 것을 놀이화한 것이다(한국세 시풍속사전).

이와 같이 우리 조상들은 계란과 관련한 설화, 고사성어, 속담, 풍수지리와 지명, 민속연희에 이르는 다양한 생활문화를 가지고 있었다.

2. 조선조 계란의 조리법 분석

1) 조선조 계란의 조리법 분석을 위한 연구 문헌

『신농본초경(神農本草經)』에서는 닭은 조선의 평택에서 나온 것이라 것이라고 했고, 송나라 때 문헌인 『개보본초(開寶本草)』나 『본초도경(本草圖經)』에서는 “닭을 지금의 곳곳의 인가에서 사양하고 있으나, 약용(藥用)으로는 역시 조선의 닭을 써야만 한다.”고 강조하였다(이 1984). 명(明)대 『본초강목(本草綱目)』(의성당편집부 1975)에서는 닭은 그 종류가 매우 많아서 산지에 따라 각각 대소형색에 차이가 있다. 조선의 장미계(長尾鷄)는 꼬리가 3~4척에 이르고 여러 닭 가운데서 맛이 가장 비미(肥美)하다고 하였다. 고구려 무용총에는 꼬리가 긴 세미계(細尾鷄)가 그려져 있어 이러한 문

헌의 기록을 증명한다. 이렇게 일찍 가축화된 닭은 잡식성이어서 무엇이나 잘 먹고, 각종 질병에도 강하여 사육이 용이했다. 또한 다산성(多産性)이어서 번식력이 뛰어나고 풍부한 영양가를 지닌 계란을 제공한다. 따라서 조선시대 각 가정에서는 닭을 길렀고, 이에 따라 닭이나 달걀을 이용한 요리가 만들어졌다.

본고에서 1450년 『산가요록』(한 편역 2007)부터 1900년대 초 『부인필지』(이 등 편역 2010)까지 총 31권의 고문헌을 조사한 결과는 Table 3과 같았다. 1800년대 편찬된 문헌이 16종으로 가장 많았고, 1700년대 편찬된 문헌 6종, 1600년대 편찬된 문헌 4종, 1400년대와 1500년대 편찬된 책이 각각 2종이었다. 참고한 문헌은 조리서가 25종, 의서 및 식이요법서가 2종, 농수산구황서가 4종이었다. 고문헌을 집필한 저자를 알 수 없는 문헌이 17종이었으나, 저자가 명백한 문헌 중에서는 그들의 직업을 보면 전순의(全循義), 허준(許浚), 이시필(李時弼), 유중립(柳重臨)은 어의(御醫)였고, 김유(金綏)를 비롯하여 홍만선(洪萬選)과 서유구(徐有榘)는 실학에 지대한 관심을 가진 사대부(士大夫)였다. 식품의 조리

와 가공을 실제로 담당한 안동 장씨, 빙허각 이씨, 안동 이씨, 예천 권씨 등의 사대부가의 안주인으로 살림을 맡은 여성들이 있었다.

2) 조선조 고문헌에 계란이 주재료로 사용된 음식

조선시대 고문헌에 계란이 주재료로 사용된 기록은 <Table 4>와 같았다. 계란이 주재료로 사용된 음식의 종류는 25종으로 36회 기록되어 있었다. 국수 2종 7회, 찬물류는 국(탕) 1종 1회, 찜 5종 5회, 구이 2종 5회, 느르미 2종 4회, 전 4종 4회, 절임 2종 2회, 수란 2종 2회, 삶기 5종 6회였다.

(1) 주식류(主食類)

주식류 중 국수는 난면과 밀국수가 기록되어 있었다. 이 두 가지는 음식명만 다를 뿐 밀가루에 계란을 섞어 반죽한 후 면을 만들고 장국에 말아 먹는 형태였다. 다만, 난면에서 『산가요록』(한 편역 2007), 『임원십육지』(이 등 편역 2007), 『시의전서』(이 등 편역 2004)에서는 황백을 모두 사용하였고, 『음식디미방』(황 편역 1980)에서는 난백만을, 『李氏음식법』, 『尹氏음식법』, 『주식시의』(Cha 2012)에서는 난황만을 사용하는 것이 달랐다. 국물은 밀가루를 사용하였는데, 『尹氏음식법』에서는 특히 햇밀가루를 사용한다고 강조하였다. 반죽은 밀판에 얇게 밀어 칼로 썬는 칼국수[切麵]였으나, 『음식디미방』(황 편역 1980)에서만 국수들을 이용하여 눌러서 만든 압착면(壓搾麵)이었다. 이 때 칼국수의 면발은 ‘얇게 밀어 가늘게 썰어’, ‘실처럼 가늘게 썰어’, ‘이주 얇게 밀어 실같이 썰어’, ‘백지장 같이 얇게 밀어 가늘게 썬다.’라고 하여 보통의 면보다 얇은 형태였음을 짐작할 수 있다. 『시의전서』(이 등 편역 2004)에서는 “... 삶을 때 물이 팔팔 끓으면, 술술 털어 넣고 조리 자루로 곱게 가만히 저어 술뚜껑 잠깐 덮었다가 물이 넘으려 하면 열고 냉수를 술술 쳐서 건진다. 냉수에 두세 번 씻어 사리는 주먹만치 쥐어 짜 놓는다.”라고 국수를 삶는 법이 자세하게 기록되어 있었다. 이는 전분의 호화를 도우며 면발의 쫄깃함을 위해 오늘 날까지도 사용하고 있는 방법이다.

삶은 면은 오미자국, 닭백숙국과 갯국을 합한 장국, 닭백숙국, 장국, 꿩국, 흑탕(黑湯), 콩국 등에 말아서 이용되었는데, 『시의전서』(이 등 편역 2004)에서는 오미자국, 닭육수, 갯국, 콩국 등 4가지의 장국을 각각 이용할 수 있다고 기록되어 있었다. 오미자국에 만 국수는 『李氏음식법』, 『尹氏음식법』, 『주식시의』(Cha 2012)에 기록되어 있었다. 이는 끼니용이기 보다 후식용으로 이용된 경우이며, 갯국이나 콩국은 여름철의 절식으로 이용된 것으로 보인다.

국수의 고명으로 『李氏음식법』과 『주식시의』(Cha 2012)에서는 표고버섯과 석이버섯을 사용하였는데, 『주식시의』(Cha 2012)에서는 표고버섯과 석이버섯을 채 쳐서 갖은 양념을 한 후 잠깐 볶아 사용하였다. 『尹氏음식법』은 전유어, 표고버섯, 석이버섯, 오이, 계란지단 등을 가늘게 채치고, 후

춧가루와 통갓을 넣어서 사용하였다. 『시의전서』(이 등 편역 2004)에서는 삶은 닭살코기를 찢고 파, 부추, 오이와 호박 볶은 것과 지단체, 석이채, 고추채 등을 사용하였다.

(2) 찬물류(饌物類)

① 계란을 주재료로 한 국(탕)은 『주방문』(이 등 편역 2013)에만 기록되어 있었다. 난적법에 물을 적게 하여 국을 먼저 끓이다가 대나무 통에서 익힌 계란을 국물에 넣어 탕을 하면 좋다고 하였다.

② 계란을 주재료로 찜을 사용한 음식명은 5종 5회였다. 계란탕(鷄卵湯)은 『음식디미방』(황 편역 1980)과 『증보산림경제』(농촌진흥청 편역 2003)에서 나오는데, 새우젓국이나 간장국으로 간을 맞추고 기름을 쳐서 끓이다가 계란을 넣어서 증탕하여 먹는다고 하였다. 다른 점은 『증보산림경제』(농촌진흥청 편역 2003)에서는 휘휘 젓고, 『음식디미방』(황 편역 1980)은 젓지 않고 채 익기 전 가만가만 떠서 수란의 형태와 비슷하다. 『정일당잡지』의 난만두는 음식명은 만두이지만, 음식의 내용은 찜이었다. 계란을 후춧가루, 파, 간장, 기름을 넣고 풀어 그 안에 소를 넣고 다시 계란 푼 것을 위에 부어 소가 가운데 들게 하여 증탕한 후 썰어 먹는 음식이었다.

『임원십육지』(이 등 편역 2007)의 회회해라시방(回回海螺廝方)은 회회국(아라비아)에서 유래한 것인데, “계란을 20개를 깨뜨려서 골고루 저어 놓는다. 양고기 2근을 다져서 넣고 세로물 반냥, 파 10줄기 다진 것, 참기름을 넣어 볶아 계란 즙에 섞는다. 식초 1잔, 술 반잔, 콩가루 2냥 등을 같이 풀처럼 이겨 계란 즙 속에 넣어 섞어서 술병 안에 부어 넣고 댕이로 묶는다. 이 병을 끓는 물에 증탕하여 익힌다. 식으면 병을 깨뜨려 편으로 썰어 소(酥)와 꿀을 끼얹어 먹는다.”라고 하였다. 소(酥)는 술 혹은 치즈와 같은 유제품으로 볼 수 있다.

『李氏음식법』의 난전은 계란의 흰자를 사용하여 초, 생강, 파, 후추, 잣, 기름을 흠으로 만든 향아리나 양푼에 증탕한다고 기록되어 있는데, 흰자만을 사용하는 점과 흠으로 만든 향아리에 증탕하여 쓰는 점이 독특하다.

③ 구이로 난적(卵炙)은 『역주방문』, 『음식방문』, 『음식보』, 『주방문』(이 등 편역 2013), 『임원십육지』(이 등 편역 2007)등에 기록된 계란구이이다. 계란을 많이 깨뜨려서 간장, 후추, 천초, 참쌀가루 등을 넣어 잘 섞은 후 대나무통에 부어 찜통에 익힌 후 기름장을 발라서 굽는 것이 동일하였다. 『음식보』와 『임원십육지』(이 등 편역 2007)에서는 계란뿐만 아니라 오리알도 사용되었다. 난적은 『주방문』(이 등 편역 2013)에서는 두부느르미 같이 만든 후 기름장을 발라 굽고, 『음식보』에서는 계란을 삶은 후 두부처럼 썰고 기름간장을 발라서 구웠다. 『임원십육지』(이 등 편역 2007)의 적계압난방(炙鷄鴨卵方), 『음식방문』의 난적도 『주방문』(이 등 편역 2013)처럼 대통을 이용하여 익힌 후 썰어

<Table 4> Cuisine with main ingredient of egg in archive of Chosun Dynasty

| 대분류 | 소분류 | 음식명 | 기록횟수 | 출전 | |
|-----|-----------|-------------|--------------|--|-------|
| 주식류 | 국수 | 밀국수 | 1 | 시의전서 | |
| | | 난면(卵麵, 鷄卵麵) | 6 | 산가요록, 음식디미방, 李氏음식법, 尹氏음식법, 임원십육지, 주식시의 | |
| | 국(탕) | 난탕 | 1 | 주방문 | |
| | | 난탕(卵湯) | 1 | 음식디미방 | |
| | | 계란탕(鷄卵湯) | 1 | 증보산림경제 | |
| | | 접 | 회회해라시(回回海螺廝) | 1 | 임원십육지 |
| | | | 난만두 | 1 | 정일당잡지 |
| | | | 난전 | 1 | 李氏음식법 |
| | 구이 | 난적(卵炙) | 4 | 역주방문, 음식방문, 음식보, 주방문 | |
| | | 적계압난(炙鷄鴨卵) | 1 | 임원십육지 | |
| | 느르미 | 난적(卵炙) | 1 | 주방문 | |
| | | 계란느르미(난느르미) | 3 | 음식방문, 주식방문, 尹氏음식법 | |
| 찬물류 | 전 | 계단탕(鷄蛋湯) | 1 | 소문사설 | |
| | | 계란병(鷄卵餅) | 1 | 주찬 | |
| | | 건수란 | 1 | 시의전서 | |
| | | 계란쌈 | 1 | 주식시의 | |
| | 절임 | 계란장[鷄卵醬] | 1 | 증보산림경제 | |
| | | 계압난장(鷄鴨卵醬) | 1 | 임원십육지 | |
| | 수란 | 계란탕[鷄卵湯] | 1 | 증보산림경제 | |
| | | 수란 | 1 | 시의전서 | |
| | 삶기 | 팽계란(烹鷄卵)1,2 | 1 | 산가요록 | |
| | | 조화계란 | 2 | 규합총서, 주식시의 | |
| | | 계란찜 | 1 | 부인필지 | |
| | | 알전법 | 1 | 정일당잡지 | |
| | | 팽란 | 1 | 시의전서 | |
| | 합계(25/36) | | | | |

※(중수/기록횟수)

기름장에 굽는 법이 유사했다. 다만, 『음식방문』은 썰어서 산적같이 꿰어서 기름장에 구워서 쓰는 방법이 달랐다.

④ 계란으로 만드는 느르미는 2종 4회 기록되어 있었다. 이름은 비슷하지만 그 내용은 상이했다. 『주방문』(이 등 편역 2013)의 난적법은 두부느르미와 같이 하라고 되어있으나, 본문 중 두부느르미가 기록되어 있지 않아 원형을 파악하는데 한계가 있었다. 『尹氏음식법』에서는 동아느르미처럼 기름장을 치고 꾸미를 두드려 넣어서 볶아 고기에 두부와 양념을 넣고 만 후 꿰어서 만드는 음식이었다. 『음식방문』에서는 지단을 길게 늘여 놓고 말아서 꼬치에 꿰어 즈음 쳐서 먹는다고 기록되어 있었다.

느르미는 식품을 찌거나 구워 익힌 후 밀가루즙을 끼얹은 음식이었으나, 조선후기로 넘어오며 꼬지에 썬 음식에 밀가루 즙을 발라 굽는 지짐누름적으로 변화된다. 이 과정에서 느르미라는 이름 아래 유사한 형태의 음식이 여러 가지로 나타나게 된다.

⑤ 계란으로 만든 전은 『소문사설』(백 외 편역 2011), 『주찬』(윤 편역 1998), 『시의전서』(이 등 편역 2004), 『주식시의』(Cha 2012)에 4가지 방법이 기록되어 있었다. 『소

문사설』(백 외 편역 2011), 『주찬』(윤 편역 1998), 『시의전서』(이 등 편역 2004)에서의 계단탕, 계란병, 건수란은 지금의 계란 후라이와 비슷한 형태이다. 『소문사설』(백 외 편역 2011)의 계단탕(鷄蛋湯)은 저자 이시필이 중국에 연행을 갔다가 연경(燕京)에서 맛보았다고 하였는데, 이 방법은 현재도 중국에서 애용하는 뜨거운 기름에 계란을 넣어서 익히는 형태이다. 『주식시의』(Cha 2012)의 계란쌈은 계란을 큰 나뭇잎 모양처럼 부쳐 그 안에 고기 다진 것과 양념을 넣어 실로 동여매어 익혀서 동글동글하게 썰어 초장이나 진간장에 찍어 먹는 음식이었는데 오늘날의 계란말이와 유사한 것으로 추정된다.

⑥ 절임은 『임원십육지』(이 등 편역 2007)의 계압난장방(鷄鴨卵醬方)이 『증보산림경제』(농촌진흥청 편역 2003)의 계란장법(鷄卵醬法)을 인용하여 만드는 방법은 동일하였다. 만드는 법은 두가지인데 먼저 계란, 거위 알, 오리 알 같은 난류(卵類)를 표주박 속에 넣고 손으로 문질러 껍질에 금이 가게 하여 청장항아리에 넣어서 절이는 방법이 있었다. 또 하나는 계란을 표주박에 담고 끓은 물을 급히 부어서 식으면 손으로 문질러 껍질에 금이 가게 하여 아주 짠 소금물

에 10일간 담가 두었다 꺼내어 껍질을 벗기고 간장 항아리에 1개월 넣었다가 먹는 법이었다. 두가지 방법 모두 간장절임이었다. 열에 의해 응고되지 않은 단백질이 염류에 의해 어떤 변화를 가져왔는지 궁금하다. 중국의 피단(皮蛋)은 계란이나 오리알을 흙, 재, 소금, 석회, 쌀겨를 함께 섞은 것에 두달 정도 묻어두었다가 먹는 음식인데 난백과 난황단백질이 알칼리에 의해 응고되는 원리를 이용한 것이다.

⑦ 수란은 『증보산림경제』(농촌진흥청 편역 2003)에서는 난백은 익히되 난황이 섞이면 맛이 좋지 않을 뿐만 아니라 먹으면 체하게 한다고 했다. 『시의전서』(이 등 편역 2004)의 수란은 잔에 계란을 쏘아 물이 팔팔 끓을 때 넣어 물에 잠깐 익힌 다음 냉수에 담가 건져 낸 후 가장자리를 엄접하여 접시에 담은 후 위에 고추와 파채, 잣가루를 뿌린다. 이것은 오늘날의 수란과 온전히 같은 형태로 수란자를 이용하고 있다.

⑧ 삶은 계란을 만드는 법은 『시의전서』(이 등 편역 2004)의 팽란은 삶아서 까 쓰면 이름이 팽란이라고 간단히 기록된 반면에, 『산가요록』(한 편역 2007)의 팽계란(烹鷄卵)에는 생수를 끓인 후 계란을 넣어 삶는 법과 콩 10알을 같이 넣어서 콩이 익은 정도를 보고 계란의 익힌 정도를 가늠하는 두 가지 방법이 기록되어 있었다. 반숙이나 완숙의 정도를 조절하고 싶었던 조상들의 지혜를 알 수 있는 대목이다. 『규합총서』(정 편역 1987)와 『주식시의』(Cha 2012)의 조화계란법과 『부인필지』(이 외 편역 2010)의 계란찜은 가죽이나 유지로 만든 주머니에 계란의 흰자와 노른자를 깨지 않고 쏟아서 입구를 봉하고 우물에 하룻밤을 담가두면 계란의 황과 백이 합쳐져서 주머니 통째로 삶아내면 큰 계란이 된다고 기록되어 있었다. 여러 개의 계란이 어우러진 큰 삶은 계란을 만드는 법인데 난황이 여러 개가 있어 그 모양이나 색이 이채로울 것이라 상상된다. 『정일당잡지』의 알전법은 닭의 알이나 오리알을 구멍을 적게 뚫어 붕어찜의 소같이 양념을 하여 알 속에 넣고 동당이를 쳐서 구멍을 막고 삶아 초지렁에 쓴다고 하였다. 즉 채란법과 같이 달걀을 양념을 하여 찌되 난각을 그대로 이용하여 조리 후 계란의 형태를 그대로 이용하고자 한 지혜를 느낀 수 있는 음식이다.

3) 조선조 고문헌 계란이 부재료로 사용된 음식

계란이 부재료로 들어간 음식은 총 86종류이고 기록된 횟수는 154회 기록되었다.

(1) 주식류

주식류에 계란이 부재료로 사용된 음식은 9종 13회 국수 3종 3회, 만두 3종 3회, 죽 2종 6회, 밥 1종 1회 순으로 기록되어 있다.

① 밥은 『시의전서』(이 등 편역 2004)의 비빔밥에서 계란이 부재료와 고명으로 이용되었다. 부재료로는 고기를 곱게 다져 양념한 후 구슬만큼 비벼 밀가루를 약간 묻히고 계

란 씩워 부쳐내는 완자의 옷으로 사용되었다.

② 죽은 닭죽(鷄粥)이 4회, 석화죽(石花粥)이 2회였다. 닭죽(鷄粥)은 『역잡록』, 『산림경제』(민족문화추진회 편역 1967), 『증보산림경제』(농촌진흥청 편역 2003), 『임원십육지』(이 등 편역 2007)에 기록되어 있었다. 묵은 암탉을 푹 삶아 살을 발라내고 기름을 건어낸 후 땀쌀을 넣고 계란을 풀어서 끓인 음식이었다. 『임원십육지』(이 등 편역 2007)에서는 파, 산초, 유장(油醬)을 더 넣은 점이 달랐다.

석화죽(石花粥)은 『역잡록』, 『증보산림경제』(농촌진흥청 편역 2003)에 기록되었고, 두부를 지져서 순두부나 연포국처럼 하고, 쌀을 넣고 죽을 쑤다가 계란을 풀어서 사용했다.

③ 국수는 3종이 3회 기록되어 있었다. 『주식방문』의 북경 수면탕에서는 장국에 계란을 풀어서 만들고, 『소문사설』(백 외 편역 2011)에서는 분탕(粉湯)의 설명에서 계란 1개를 반숙으로 익혀 넣으면 계단탕이고, 2개를 넣으면 쌍계탕이라고 하였다. 『임원십육지』(이 등 편역 2007)에서 진주면방(眞珠麵方)은 “팽, 닭, 오리, 거위 등을 기름을 빼고 연한 살고기만 삶아 물기를 빼고, 녹두나 황두(黃豆) 크기로 썰어 녹두가루를 입힌다. 서로 붙지 않게 하여 묽은 장물에 삶아 참기름, 계란, 석이, 버섯(菌菴) 등을 넣는다.”라고 하였는데 그 형태는 알 수가 없었다.

④ 만두는 3종이 3회 기록되어 있었다. 『주식방문』의 생치만두는 생뽕고기를 만두소같이 만들어 계란을 묻혀 지져서 간장국을 부어 끓여 파를 넣어 먹는다고 하여 굴림만두의 형태였다. 『시의전서』(이 등 편역 2004)의 슈교의는 소에 소고기, 표고, 느타리, 석이, 고추와 더불어 계란을 부쳐서 채쳐서 양념을 갖추어 볶아서 소로 넣어 사용하였다. 그 모양을 괴불처럼 접어서 감잎을 깔고 찢다고 하였다. 『요록』의 토란만두는 토란을 잘 삶아 껍질을 벗기고, 계란 흰자를 메밀가루와 섞어 만두를 만들어 먹으면 맛이 좋다고 하였다. 감잎이나 토란을 이용하는 것으로 보아 늦여름과 가을철에 즐긴 절식인 것으로 추측된다.

(2) 찬물류

찬물류에 계란이 부재료로 사용된 음식은 78종 132회였다. 국(탕) 25종 43회, 전골 3종 12회, 조치 1종 1회, 찜 13종 32회, 느르미 8종 10회, 구이 4종 7회, 전 7종 13회, 볶음 2종 3회, 조림 2종 2회, 지짐 1종 1회, 회 5종 7회, 포 1종 1회순으로 기록되어 있었다.

① 국(탕)은 찬물류 중 가장 많은 종류와 기록횟수를 나타냈다. 그중에서도 완자탕 6회로 그 빈도수가 가장 높았고, 계탕 5회, 초계탕 5회, 연포국 4회, 잡탕 2회, 진주탕 2회, 속탕 2회이고, 나머지는 각 1회씩 순으로 기록되어 있었다. 완자탕은 『규합총서』(정 편역 1987), 『시의전서』(이 등 편역 2004), 『주찬』(윤 편역 1998), 『임원십육지』(이 등 편역 2007), 『술빚는법』, 『부인필지』에 기록되어 있었다. 완자에 생선을 사용하지 않는 『술빚는법』을 제외한 모든 문

현 속에서는 뼈와 껍질을 제거한 생선과 더불어 돼지고기, 소고기, 꿩고기, 닭고기 등을 곱게 두드려서 양념하여 가운데 흰 갖을 하나씩 박아 계란이나 녹말에 씌워서 완자를 만들어서 탕을 만들었다.

계탕은 『시의전서』(이 등 편역 2004)와 『정일당잡지』에서는 계장을 곱고 계란, 파, 후춧가루를 함께 타서 장국에 끓였다. 『음식책』은 계장을 다 빼고 고기를 두드려 놓고 배추속대를 살짝 데쳐서 송송 썰어 계란을 풀고 갖은 양념에 간을 맞춰 주물러서 게딱지, 쌀, 집게를 절구에 찧어서 행주에 걸러서 그 물에 장국을 끓이다가 계장과 배추를 한데 주무른 것을 숟가락으로 떠 넣어 끓였다. 『음식방문』은 배추를 사용하지 않는 것을 빼고는 그 방법이 비슷했다. 『주식방문』은 계장을 전으로 부쳐서 꿩고기, 송이, 무를 넣고 계다리와 함께 넣어 끓여 먹으면 좋다고 기록되어 있었다. 초계탕(楚鷄湯)은 『술만드는법』, 『주찬』(윤 편역 1998), 『주식방문』, 『음식책』, 『정일당잡지』에 기록되어 있으며, 닭을 삶는 데에 계란을 그냥 넣거나 수란, 고구마를 계란을 씌워서 넣었는데, 『술만드는법』에서는 계란을 부쳐서 납작납작 썰어 기름에 볶아서 넣었다.

연포국(鰱泡羹)은 『규합총서』(정 편역 1987), 『증보산림경제』(농촌진흥청 편역 2003), 『시의전서』(이 등 편역 2004), 『음식방문』에 기록되어 있으며, 『규합총서』(정 편역 1987)와 『시의전서』(이 등 편역 2004)의 내용이 같았다. 두부를 계란을 문혀서 지지고 꼬챙이에 꿰어 닭국에 장을 섞어 계란을 풀고 꿩고기와 닭고기를 찢어 곱명으로 사용했다. 『증보산림경제』(농촌진흥청 편역 2003)도 이와 비슷하지만, 두가지 방법이 있었다. 꼬챙이에 꿰는 법과 꼬챙이에 꿰지 않고 밀가루와 계란에 지진 두부를 담갔다국에 넣는 법이 달랐다. 『음식방문』의 연포국은 표고버섯, 석이버섯, 참버섯은 찢어서 국에 넣고 파, 생강, 잣, 후춧가루, 계란 두세 개를 깨서 넣고 주물러서 반듯이 만들어 녹말을 문혀 부쳐서 사용했다. 잡탕은 『시의전서』(이 등 편역 2004), 『尹氏음식법』에 기록되어 있다. 『시의전서』(이 등 편역 2004)에서는 고비와 도라지, 파, 미나리를 가늘게 찢어서 가루 약간 문혀 계란 씌워 얇게 부쳐 국 건지와 같은 모양으로 썰어서 국에 한데 섞어 쓰고, 『尹氏음식법』의 잡탕은 닭고기, 돼지고기, 생선, 꿩고기, 계장, 계살에 계란을 문혀 지진 후에 탕에 넣어서 사용했다.

진주탕은 『주식방문』과 『산가요록』(한 편역 2007)에서 육수에 계란을 풀었다. 썩탕은 『음식디미방』(황 편역 1980)에서 정월과 이월 사이에 썩을 간장국에 달이다가 꿩고기를 잘게 다져 계란에 기름을 넣고, 마른 청어를 잘게 뜯어 끓였다. 『시의전서』(이 등 편역 2004)에서는 초봄에 장국에 소고기 완자를 계란에 문혀 넣었다. 『임원십육지』(이 등 편역 2007)의 총계탕(蔥鷄湯)은 살찐 암탉과 파, 간장, 참기름을 넣고 끓이다가 계란 6~7개를 깨어서 다시 끓인 음식이었다.

이와 같이 국을 끓일 때는 주로 계란 풀어서 넣는 법과 계란으로 옷을 입혀 전을 지져 넣는 법이 주로 이용되었다.

② 전골은 두부전골, 승가기탕, 열구자탕 3종이 12회 기록되어 있었다. 『시의전서』(이 등 편역 2004)의 두부전골에는 두부를 얇게 저며서 계란을 씌워 부쳐서 표고, 느타리, 석이, 계란지단과 함께 잡탕 건지처럼 썰고 다시마국물에 시루떡처럼 안친 고기에 곱명으로 올렸다.

『尹氏음식법』의 승가기탕은 살찐 닭을 끓인 육수에 박고지, 순무, 참버섯 등을 넣고 삶은 계란을 세편으로 넣어 양념하여서 금중탕 하듯이 넣는다고 하였다. 여기서 금중탕은 양푼에 기름을 두르고 계란 황백을 고루 섞어 양푼에 깔고 제육 두드린 것을 얇게 펴서 반지어 놓는다고 되어 있다.

열구자탕은 열구자탕(悅口子湯), 구자탕, 신선로라는 이름으로도 불리며, 『임원십육지』(이 등 편역 2007), 『소문사설』(백 외 편역 2011), 『주식방문』, 『李氏음식법』, 『규합총서』(정 편역 1987), 『시의전서』(이 등 편역 2004), 『尹氏음식법』, 『연세대 규곤요람』, 『부인필지』(이 등 편역 2010)에서 1회씩 기록되었고, 『주식시의』(Cha 2012)는 2번 기록되어 있었다. 열구자탕에서 계란을 전유어로 사용한 횟수 7회, 완자의 형태는 1회, 알쌈 1회, 계란지단을 볶음 1회, 계란을 그대로 가 넣은 것 1회로 총 11회였다. 전유어를 만들 때 계란은 『임원십육지』(이 등 편역 2007), 『부인필지』(이 등 편역 2010), 『주식시의』(Cha 2012), 『시의전서』(이 등 편역 2004)에서는 생선에 씌워서 지졌다. 『시의전서』(이 등 편역 2004), 『주식시의』(Cha 2012)는 계란 황백을 따로 부쳐서 사용했고, 『주식방문』은 탕 건지 모양으로 썬 생선을 사용하고 석이버섯, 데친 미나리와 파를 계란에 지져서 사용했다. 『규합총서』(정 편역 1987)도 미나리를 계란에 씌워서 지졌는데, 『연세대 규곤요람』에서 천엽과 회간, 콩팥, 생선, 미나리, 등골, 파의 7가지 재료를 계란에 씌워 부쳤다. 완자는 『李氏음식법』에서 황육으로 새알을 비벼 계란을 씌워 볶아 신선로에 각색으로 곁들여 담는다고 기록되어 있었다. 알쌈은 『연세대 규곤요람』에서 고기를 잘게 잘라서 곱명을 갖추어 무쳐서 콩알만큼씩 만들어 가루를 문히고 계란을 씌워 지지고 고기를 넣어 황백을 각기 전복, 잣쌈처럼 지지고 가장자리를 깨끗하게 정리하여서 이 두 가지를 그 위에 얹었다. 『주식시의』(Cha 2012)에서는 계란 황백을 지져서 그렇게 썰어 모두 각각 기름을 쳐서 볶아서 사용한다고 하였고, 『尹氏음식법』에서는 계란 두어 개씩 가 넣어 끓였다.

③ 조치는 계란을 주재료로 사용한 조치는 『시의전서』(이 등 편역 2004)에서만 기록되어 있었다. 골조치를 만드는 법에서 골을 계란에 부쳐 썰고, 소고기를 다져 채워서 파를 가름가름 하게 썰어 넣고 양념하여 골전유어 형태로 사용하였다.

④ 계란이 부재료로 사용된 찜은 13종 32회로 국 다음으로 많았다. 붕어찜(鮪魚蒸) 10회, 송이찜, 6회, 계찜 3회, 생치찜 3회, 생포찜(전복찜) 2회, 송어찜 2회와 도라지찜, 도미

찜, 목찜, 쇠골찜, 오이찜, 호박 문주법이 각 1회씩 기록되어 있었다.

붕어찜은 3가지 형태로 계란을 부재료로 사용했다. 먼저, 『시의전서』(이 등 편역 2004), 『주찬』(윤 편역 1998), 『규합총서』(정 편역 1987)와 『부인필지』(이 등 편역 2010)에서는 붕어찜을 끓이다가 밀가루와 계란을 풀어 넣었고, 『주식시의』(Cha 2012)와 『음식방문』에서는 붕어를 밀가루와 계란을 섞워 부친 전유어의 형태였다. 『주식방』과 『주식방문』에서는 붕어를 계란을 섞워 지졌다. 『주식방문』의 또 다른 방법은 붕어찜에 넣을 소에 계란을 넣어 소를 더욱 부드럽게 만들었다.

송이찜은 6권 모두의 문헌에서 송이를 밀가루와 계란을 문혀 지졌다. 생치찜은 『주식방문』은 꿩고기를 밀가루, 계란을 섞워 기름에 지졌고, 『정일당잡지』와 『尹氏음식법』에서는 생치찜에 계란을 깨어 위에 얹어서 중탕하여 사용했다.

계찜을 만드는 방법은 『시의전서』(이 등 편역 2004)와 『규합총서』(정 편역 1987)가 비슷했는데, 계장을 굵고 황장에 계란을 섞고 중탕하여 만들고, 『李氏음식법』의 계장편은 계장, 계집계와 발을 찢어서 거른 것에 계란을 깔고 장을 섞고, 다시 위에 계란을 덮어 중탕하여 사용했다. 『주식시의』(Cha 2012)의 도라지찜은 도라지를 밀가루와 계란에 문혀서 부쳤다. 도미찜은 초고추장을 발라 석쇠에 구운 도미에 계란을 씌워서 끓였다. 목찜은 소고기를 양념해서 볶고 녹말가루를 무치고 계란을 씌워 지졌다.

생포찜은 『尹氏음식법』과 『주찬』(윤 편역 1998)에서 마지막에 계란을 풀어서 넣는다고 하였는데, 『尹氏음식법』에서는 가루를 약간 타고, 『주찬』(윤 편역 1998)에서는 초피가루를 사용했다. 송어찜, 쇠골찜도 밀가루 문혀 계란을 씌워 지져서 사용했다. 오이찜과 호박문주는 둘 다 그 속을 파내어 소와 함께 계란을 풀었다. 대부분의 찜에서 계란을 부재료로 사용한 것은 가루를 씌워서 지지는 전유어의 형태와 재료들과 함께 섞어서 끓이거나 중탕하는 형태였다.

⑤ 재료를 지져서 밀가루즙 등을 얹어 만드는 느르미는 8종이 10회 기록되어 있었다. 그중 『尹氏음식법』에서 5종 5회 기록이 되었는데, 낙지느르미, 동화느르미, 생선느르미는 각 재료를 꼬치에 꿰어서 계란을 문혀 지지는 형태였다. 난느르미는 계란쌈을 하여서 이것을 대여섯 개씩 꿰어서 만들고, 게 느르미는 계장을 굵어서 계란과 밀가루를 넣고 반듯하게 부쳐서 4-5개씩을 꿰어서 만들었다.

『李氏음식법』의 꿀느르미는 계란, 꿩고기, 소고기, 파, 생강, 잣으로 소를 만들고 계란 황백을 각각 부쳐서 반듯하게 썰어 소 넣고 말아서 꼬챙이에 꽂아 쓴다고 하여 『尹氏음식법』의 난느르미와 비슷하나, 이름과는 달리 꿀은 전혀 들어가지 않아 맛이 좋아 붙은 이름인지 알 수가 없었다.

『주찬』(윤 편역 1998)의 생선느르미는 생선뼈를 발라내고 길이를 2치(6 cm)로 하고 굵기는 새끼손가락 정도로 반듯하게 썰어서 소금, 녹말, 계란을 씌워서 꼬챙이에 꿰어지진

후 양념한 장국을 붓거나 계란을 풀어 넣거나 얇게 부쳐 썰어서 뿌려 쓰면 좋다고 하였는데, 생선으로는 송어·쏘가리·붕어·넙치 모두 똑 같으나, 송어와 쏘가리는 많이 익혀야 한다고 기록되어 있었다.

『연세대 규곤요람』의 잡느르미는 도라지를 삶아서 7분 길이가 되게 썰고 전복, 해삼, 표고, 석이버섯, 데친 파도 그와 썰고 계란 황백도 이와 같이 부쳐서 사용하고 갖은 고명에 주물러서 밀가루를 조금 넣고 냄비에 볶아내어 계란 황백채를 뿌려서 사용했다. 『음식방문』의 화양느르미는 꿩고기, 전복, 해삼, 생선, 표고버섯, 박고지, 돼지고기, 소고기에 녹말을 문혀 기름에 지지고 계란 부친 것을 썰어 꿰어서 즙을 하여 사용했다.

느르미는 10회 기록 중 반절인 5회가 꼬챙이에 꿰 지짐주름적이었는데 그 중 2회는 계란쌈을 꿰는 형태를 보였다.

⑥ 구이는 계구이 4회, 게 누름적, 우육인, 적복, 적합이 각 1회씩으로, 총 4종이 7회 기록되어 있었다. 계구이 만드는 법은 모두 일치 했는데, 생개의 장을 모두 굵고 발을 찢어 체에 걸러 즙을 내어 계장에 섞고 양념과 함께 계란을 넣고 녹말이나 밀가루를 넣어 대나무를 반 쪼개어 대통에 넣고 묶어서 익히고 잘라서 꼬치를 꿰어 유장을 발라 구웠다. 적복은 생전복을 골패쪽 크기로 썰어 계란흰자와 섞어 전복껍질 속에 다시 담아 화롯불에 굵고, 적합은 조개를 다져서 각종 양념과 계란을 섞어서 조개껍질에 다시 담아 굵는다.

⑦ 전은 전유어 5종, 계간납 3종, 생선계장전유화·꿩계장전유화, 고추선, 참새전유어, 해삼, 돼지고기전이 각 1회씩으로, 총 7종이 13회 기록되어 있었다. 전유어는 소고기, 돼지고기, 생선 등의 재료를 얇게 저민 후 밀가루와 계란을 씌워서 지진다. 다만 『부인필지』(이 등 편역 2010)의 전유어는 계란물을 먼저 익히고 재료를 얹어서 깨끗하게 모양이 나오도록 한 점이 독특했다.

계간납은 계의 장을 굵어서 계란을 섞거나 씌워서 지졌다. 생선계장전유화·꿩계장 전유화는 계간납과 비슷하나 장을 굵어 계란을 섞어 생선이나 꿩고기에 놓아 지지는 점이 달랐다. 고추선은 현재의 고추선과 거의 유사한 형태였다. 해삼은 해삼 속에 소고기, 숙주, 미나리, 두부를 다져 섞어 양념하여서 배속에 넣고 밀가루를 문혀 계란을 씌워서 전으로 이용하였다.

참새전유어는 참새와 소고기를 넣어 곱게 다지고 양념하여 화전같이 얇게 만들어서 밀가루를 문혀 계란을 씌워서 만들었다. 돼지고기전은 돼지고기를 가늘게 두드려서 양념한 것을 양푼에 기름에 발라두고 잘 휘저은 계란위에 넣고 그 위에 다시 계란 갠 것을 덮어서 중탕하고 익혀내어 편육처럼 모양을 내어 썬다고 하여 음식명은 전이지만 조리법은 찜의 형태였다.

⑧ 볶음은 2종 3회 기록되었고, 음식명으로 분류하면 떡볶이 2회, 낙지볶음 1회 기록됐다. 『주식방문』의 떡볶이에서는 표고와 석이버섯을 계란을 씌워서 지진 후 썰어서 부재

<Table 5> Cuisine with sub-ingredient of egg in archive of Chosun Dynasty

| 대분류 | 소분류 | 음식명 | 기록횟수 | 출전 |
|--------------|--------------------------|----------|---|------------------------------|
| 주식류 | 밥 | 비빔밥 | 1 | 시의전서 |
| | 죽 | 닭죽[鷄粥] | 4 | 산림경제, 증보산림경제, 임원십육지, 역잡록 |
| | | 석화죽(石花粥) | 2 | 증보산림경제, 역잡록 |
| | 국수 | 북경 수면탕 | 1 | 주식방문 |
| | | 비빔국수 | 1 | 주식시의 |
| | | 진주면(眞珠麵) | 1 | 임원십육지 |
| | 만두 | 생치만두 | 1 | 주식방문 |
| | | 슈교의 | 1 | 시의전서 |
| | | 토란만두 | 1 | 요록 |
| | 국(탕) | 게탕(蟹湯) | 5 | 시의전서, 음식책, 주식방문, 음식방문, 정일당잡지 |
| 계탕(鷄湯) | | 1 | 주식방문 | |
| 굴탕 | | 1 | 주식방문 | |
| 금중탕 | | 1 | 李氏음식법 | |
| 갯국잡탕 | | 1 | 尹氏음식법 | |
| 모로계잡탕(母露鷄雜湯) | | 1 | 소문사설 | |
| 북경 분탕 | | 1 | 주식방문 | |
| 삼하탕(三下湯) | | 1 | 요록 | |
| 서여탕(薯湯) | | 1 | 수운잡방 | |
| 쑥탕(쑥국) | | 2 | 음식디미방, 시의전서 | |
| 어누름탕 | | 1 | 음식방문 | |
| 어만두탕(魚饅頭湯) | | 1 | 주찬 | |
| 연육탕(軟肉湯) | | 1 | 요록 | |
| 연포국[軟泡羹] | | 4 | 증보산림경제, 시의전서, 음식방문, 규합총서 | |
| 오이무름[菰物飲] | | 1 | 주찬 | |
| 완자탕(粽子湯) | | 6 | 규합총서, 시의전서, 주찬, 임원십육지, 술빚는 법, 부인필지 | |
| 잡탕 | | 2 | 시의전서, 尹氏음식법 | |
| 장사탕(長沙湯) | | 1 | 산가요록 | |
| 진주탕(珍珠湯) | | 2 | 산가요록, 주식방문 | |
| 천어탕법(煎漁湯法) | | 1 | 수운잡방 | |
| 칭어소탕 | 1 | 주식방문 | | |
| 찬물류 | 초계탕(楚鷄湯) | 5 | 술만드는 법, 주찬, 주식방문, 음식책, 정일당잡지 | |
| | 총계탕(蔥鷄湯) | 1 | 임원십육지 | |
| | 탕 담는법 | 1 | 시의전서 | |
| | 두부전골 | 1 | 시의전서 | |
| 전골 | 승가기탕 | 1 | 李氏음식법 | |
| | 열구자탕 (脫口子湯, 구자탕, 신선로) | 10 | 임원십육지, 주식방문, 주식시의, 李氏음식법, 규합총서, 시의전서, 尹氏음식법, 연세대 규곤요람, 부인필지 | |
| | 조치 | 1 | 시의전서 | |
| 찜 | 게찜 | 3 | 규합총서, 시의전서, 李氏음식법 | |
| | 생치찜 | 3 | 정일당잡지, 주식방문, 尹氏음식법 | |
| | 도라지찜 | 1 | 주식시의 | |
| | 도미찜 | 1 | 李氏음식법 | |
| | 묵찜 | 1 | 주식시의 | |
| | 붕어찜[漁蒸] | 10 | 주식방, 규합총서, 시의전서, 음식방문, 주식시의, 부인필지, 규합총서, 주찬, 주식방문(2) | |
| | 생포찜(전복찜) | 2 | 尹氏음식법, 주찬 | |
| | 송이찜 | 6 | 규합총서, 부인필지, 시의전서, 주식시의, 술빚는 법, 尹氏음식법 | |
| | 송어찜 | 2 | 연세대 규곤요람, 시의전서 | |
| | 쇠골찜 | 1 | 시의전서 | |
| | 오이찜 | 1 | 음식방문 | |
| 호박문주 | 1 | 시의전서 | | |

<Table 5> Cuisine with sub-ingredient of egg in archive of Chosun Dynasty

| 대분류 | 소분류 | 음식명 | 기록횟수 | 출전 | |
|------------|-----|------------------|------------|----------------------------|------------|
| | 느르미 | 게느르미 | 2 | 尹氏음식법, 술만드는 법 | |
| | | 꿀누르미 | 1 | 李氏음식법 | |
| | | 낙지느르미 | 1 | 尹氏음식법 | |
| | | 난느르미 | 1 | 尹氏음식법 | |
| | | 동화느리미 | 1 | 尹氏음식법 | |
| | | 생선느르미[生鮮納音] | 2 | 주찬, 尹氏음식법 | |
| | | 잡느르미 | 1 | 연세대 규곤요람 | |
| | | 화양누르미 | 1 | 음식방문 | |
| 구이 | | 게구이[蟹炙] | 4 | 증보산림경제, 시의전서, 규합총서, 임원십육지 | |
| | | 우육인(牛肉引) | 1 | 역주방문 | |
| | | 적복(炙腹) | 1 | 임원십육지 | |
| | | 적합(炙蛤) | 1 | 임원십육지 | |
| 찬물류 | 전 | 생선계장전유화 · 썩계장전유화 | 1 | 부인필지 | |
| | | 전유어(煎油魚) | 5 | 규합총서, 시의전서, 부인필지, 음식방문, 주찬 | |
| | | 계간납(계전, 은계전) | 3 | 시의전서, 李氏음식법, 정일당잡지 | |
| | | 고추선 | 1 | 시의전서 | |
| | | 참새전유어 | 1 | 시의전서 | |
| | | 해삼 | 1 | 시의전서 | |
| | | 돼지고기전 | 1 | 주식시의 | |
| | 볶음 | | 낙지볶음 | 1 | 주식시의 |
| | | | 떡볶이 | 2 | 주식시의, 주식방문 |
| | 조림 | | 생치장조림 | 1 | 시의전서 |
| 닭장조림 | | | 1 | 시의전서 | |
| 지짐 | | 지짐 | 1 | 尹氏음식법 | |
| 회 | | 강회 | 1 | 연세대 규곤요람 | |
| | | 미나리강회 | 1 | 시의전서 | |
| | | 세파강회 | 1 | 시의전서 | |
| | | 조개어채 | 1 | 시의전서 | |
| | | 화채 | 3 | 규합총서, 尹氏음식법, 부인필지 | |
| 포 | | 조해포(造泡) | 1 | 요록 | |
| 양념류 | 장 | 어육장(魚肉醬) | 3 | 규합총서, 임원십육지, 증보산림경제 | |
| | | 장 닭고기 | 1 | 사시찬요초 | |
| | | 토장(兔醬) | 1 | 요록 | |
| 과정류 | 당 | 기당노(起糖) | 1 | 임원십육지 | |
| | | 당화(糖花) | 1 | 임원십육지 | |
| | | 발석당(石糖) | 1 | 임원십육지 | |
| | 기타 | | 가수저라(加須底羅) | 1 | 임원십육지 |
| 합계(86/154) | | | | | |

※(중수/기록횟수)

료로 넣으며, 『주식시의』(Cha 2012)에서 떡을 기름으로 볶는 것에 비해, 장국에 양념과 떡을 넣어 볶는 점이 달랐다.

⑨ 조림은 『시의전서』(이 등 편역 2004)의 생치장조림, 닭장조림이 각 1회씩 기록되었다. 장조림은 생치나 닭을 토막 내어 양념하고 조릴 때 쇠고기와 계란을 삶아 까서 넣고 한데 조렸다.

⑩ 지짐은 『尹氏음식법』에서 송어, 농어, 잉어, 쏘가리, 붕어 등의 생선의 포를 뜨고, 소간과 두굴, 대하와 썩고기, 돼지고기 등을 곱게 다지고, 생선과 함께 조각을 만들어 밀

가루와 계란을 섞워서 지진다. 이것을 담을 때는 찢 게나 양지머리편육, 돼지고기편육, 돼지새끼집 등을 함께 넣는다. 만드는 법과 모양을 내는 것에 중심을 두어 서술된 것으로 보아 이바지나 폐백음식 같은 의례용 음식을 주로 다루고 있는 책의 전형을 보여주는 음식이라 하겠다. 특이한 것은 계란의 황백을 분리하여 흰자에는 녹말을 조금 섞고, 노란 데는 치자를 섞는 것과 같은 계란물 만드는 법을 자세히 기록하고 있다. 또 전을 매끈하게 부치기 위해서는 계란옷을 많이 입히는 것보다 지지는 뚜껑(번철)을 손대지 말고 많이 닦

을 것을 당부한다.

⑪ 회는 화채 3회, 강회, 미나리강회, 세파강회, 조개어체가 각 1회씩으로, 총 5종이 7회 기록되어 있었다. 화채는 송어, 고기등과 천엽, 양, 부아, 꿩고기, 대하, 해삼 같은 재료에 채친 계란을 함께 넣고 버무리는 것이었다.

⑫ 포는 『요록』의 조해포가 있었는데, 만드는 법은 계구이와 유사하나 익히는 방법이 끓여서 익히는 점만 달랐다.

(3) 양념류

① 장(醬) 담그기에서 장은 3종이 5회로, 어육장(魚肉醬) 3회, 장 담그기, 토장(兔醬)이 각각 1회씩 기록되어 있었다. 어육장은 『임원십육지』(이 등 편역 2007)가 『증보산림경제』(농촌진흥청 편역 2003)를 인용했으므로 그 내용이 같다. 어육장이 기록된 3회 모두 “장에 각종 어육 부재료와 함께 계란을 넣으면 좋다.”라고 하였다.

(4) 과정류

① 당(糖)은 3종 3회 기록되어 있었다. 『임원십육지』(이 등 편역 2007)에서 기당노(起糖糲)는 “사탕을 만드는 방법인데 우유 대신에 계란의 흰자를 물에 타서 넣어도 좋다.”라고 하였다. 발석당(滲石糖)은 빙사탕에 물을 넣고 달일 때 계란 흰자 1개를 넣으면 사탕의 불순물이 떠오르게 하는 효과가 있다고 하고 당화(糖花)에서도 이 방법을 사용하였다.

② 가수저라(加須底羅)는 지금의 카스테라를 당시에 발음 그대로 한자에서 음차하여 기록한 것으로, 밀가루, 백사탕, 계란 노른자를 반죽하여 노구에 숯불에 볶아 누렇게 되면 대나무 꼬챙이로 오목한 구멍을 내어 불기운이 안으로 들어가게 한 다음 꺼내어 잘라서 쓰면 최상품이라고 되어있다. 가수저라는 제과이나 우리나라의 음식의 분류에 모호하여 본고에서는 과정류에 포함시켰다.

이로써 계란이 부재료로 사용된 86종류의 음식과 154기록된 횡수를 살펴보았다. 계란은 음식에 부재료로 사용된 횡수가 주재료나 고명에 비해서 다수를 차지했고, 그 쓰임도 주식류, 찬물류, 장류, 과정류 까지 널리 사용된 것을 알 수 있었다.

4) 조선조 고문헌 계란이 고명으로 사용된 음식

계란이 고명으로 사용된 것은 음식종류는 49종이고, 총 기록횡수는 79회였다. 그중 주식류는 12종이고, 찬물류는 3종이 기록되어 있었다.

고명은 채의 형태가 가장 많았고, 사각형, 삼, 줄알, 둥근모양, 기타 순으로 기록되었다. 고명으로 기록된 79회 중 45회가 달걀을 전란, 혹은 난백이나 난황을 분리하여 푼 후 지단을 부치고 가늘게 썬 채의 형태였다. ‘채’라고 명시되어 있지는 않지만, 얇게 부쳐 썰기 3회, 두껍게 부쳐 썰기, 칠푼 기장이 되게 썰기, 가늘게 썰기가 각 1회 기록되어 있었다. 『시의전서』(이 등 편역 2004)의 오이선은 호박선 같이 라

고 하였는데, 호박선이 채의 형태였으므로, 고명 중 채의 형태가 기록된 횡수는 총 51회로 전체의 약 70%를 차지하였다. 사각형의 형태는 총 9회 기록되었는데, 모나게 3회, 귀지게 썰어, 귀나게 썰기, 네모로 아삭아삭하게, 편, 골패모양, 나뭇나뭇 각 1회씩 기록되어 있었다. 이 외에도 계란쌈 1회, 줄알 1회, 동글동글 1회, 그 형태를 알 수 없는 지단 2회, 엉기게 썰기, 가지런히, 지저 썰기, 부쳐 썰기가 각 1회 있었고, 고명이라고 기록은 되어있으나, 그 형태를 전혀 기록하지 않은 것도 5회 있었다.

음식별로는 열구자탕이 11회로 고명에 대한 기록이 가장 많았고, 죽편이 6회, 잡탕 5회, 냉면 4회, 송이찜 3회, 난면 2회, 계찜 2회, 새끼돼지찜 2회, 생치찜 2회, 호박선 2회 화채 2회, 잡누르미 2회순으로 기록되었다. 죽편을 제외하고는 주로 국물이 있는 요리에서 계란고명을 많이 사용하였다. 고명의 형태에 대한 언급은 있으나, 정확한 크기에 대한 기록은 『연세대 규곤요람』의 ‘7푼 기장이 되게 썰기’가 유일하였다.

(1) 주식류

주식류는 밥, 국수, 수제비에 고명이 사용되었다. 밥은 『시의전서』(이 등 편역 2004)의 비빔밥에서 골패형의 지단을 올려 마지막을 장식하였다. 국수는 총 10종이 14회 기록되었고, 냉면과 난면이 각각 4회, 2회 그리고 만이창면, 비빔국수, 밀국수, 비빔국수, 약면, 장국냉면, 토장이 있었다. 냉면은 『尹氏음식법』, 『주식시의』(Cha 2012), 『규합총서』(정 편역 1987)에서 냉면, 동치미, 동치미국수, 동침이로 음식명의 표기는 달랐지만, 동치미를 만드는 법에 이어서 동치미국물을 활용한 냉면이 대부분이었다. 고명형태는 『산가요록』(한 편역 2007)의 토장만이 편으로 기록되었고, 나머지는 모두 채의 형태로 사용되었다. 냉화는 수제비로 『시의전서』(이 등 편역 2004)에서만 기록되었고, 고명형태는 채였다.

(2) 찬물류

찬물류는 총 37종 64회 기록되었다. 국(탕) 7종 11회, 전골 5종 15회, 찜 11종 16회, 선 2종 3회, 느르미 7종 8회, 볶음 1종 1회, 숙채 1종 1회, 죽편 2종 7회, 회 1종 2회 기록되었다.

① 국은 7종류 11회 기록되었다. 국에 넣은 계란 고명은 채, 골패, 얇게 부쳐 썰기, 모나게, 귀지게 썰기, 골패 등 그 형태가 명확한 것과 그 형태를 알 수 없는 엉기게 썰기, 네모로 아삭아삭하게도 있었다. 그리고 『시의전서』(이 등 편역 2004)에서 탕 담는 법에서는 고명을 쓴다고는 했지만, 그 형태를 알 수가 없었다.

② 전골은 5종류가 15회 기록되어 있었다. 열구자탕은 10권의 고문헌에 기록되었고, 『주식시의』(Cha 2012)에서는 두 번이 기록되어 있어서 총 11회 기록되었다. 고명형태도 나뭇나뭇, 모나게, 귀나게 썰기, 가지런히, 편, 지저 썰기, 지

<Table 6> Cuisine with garnish of egg in archive of Chosun Dynasty

| 대분류 | 소분류 | 음식명 | 기록횟수 | 출전 | 모양 |
|-------------------------|-------------------|--------------|--|---|----|
| 주식류 | 밥 | 비빔밥 | 1 | 시의전서 | 골패 |
| | | 난면, 난면몹 맛질방문 | 2 | 尹氏음식법, 음식디미방 | 채 |
| | 국수 | 냉면 | 3 | 尹氏음식법, 주식시의, 규합총서 | 채 |
| | | 만이창면 | 1 | 산가요록 | 채 |
| | | 면 담는법 | 1 | 시의전서 | 채 |
| | | 명월관냉면 | 1 | 부인필지 | 채 |
| | | 밀국수 | 1 | 시의전서 | 채 |
| | | 비빔국수 | 1 | 주식방문 | 채 |
| | | 약면 | 1 | 尹氏음식법 | 채 |
| | | 장국냉면 | 1 | 시의전서 | 채 |
| 토장 | 1 | 산가요록 | 편 | | |
| 수제비 | 낭화 | 1 | 시의전서 | 채 | |
| 국(탕) | 개장 | 1 | 尹氏음식법 | 채 | |
| | 굴탕 | 1 | 주식방문 | 엷게게 썰어 | |
| | 깨국잡탕 | 1 | 尹氏음식법 | 모나게, 계란쌈 | |
| | 연포국 | 1 | 증보산림경제 | 채 | |
| | 육개장 | 1 | 시의전서 | 귀지게 썰어 | |
| | 잡탕 | 5 | 주찬, 시의전서, 정일당잡지, 음식방문, 尹氏음식법 | 얇게 부쳐 썰어, 골패, 네모로 이삭이삭하게, 모나게 | |
| | 탕담는법 | 1 | 시의전서 | - | |
| | 두부전골 | 1 | 시의전서 | 채 | |
| | 승기약탕 | 1 | 주식방문 | 두껍게 부쳐 썬다 | |
| | 열구자탕(구자탕, 열구자탕소입) | 11 | 李氏음식법, 음식방문, 연세대 규곤요람, 주식시의(2), 부인필지, 규합총서, 尹氏음식법, 시의전서, 임원십육지, 주식방문 | 나뭇나뭇, 귀나게 썰기, 모나게, 가지런히, 편, 지져 썰고, 지단, 반듯하게 썰어, 계란쌈 | |
| 찬물류 | 전골 | 전골법 | 1 | 시의전서 | 채 |
| | | 전골채소 | 1 | 주식시의 | - |
| | 찜 | 갈비찜 | 1 | 시의전서 | 채 |
| | | 계찜 | 2 | 부인필지, 규합총서 | 채 |
| | | 돼지 새끼집 찜 | 1 | 규합총서 | 채 |
| | | 붕어찜 | 1 | 증보산림경제 | 지단 |
| | | 새끼돼지찜 | 2 | 규합총서, 시의전서 | 채 |
| | | 생치찜 | 2 | 주식방문, 尹氏음식법 | 채 |
| | | 송이찜 | 3 | 규합총서, 주식시의, 시의전서 | 채 |
| | | 영계찜 | 1 | 증보산림경제 | - |
| 자즉(煮鰯) | | 1 | 임원십육지 | - | |
| 준치찜 | | 1 | 음식방문 | 줄알 | |
| 창자찜 | 1 | 음식방문 | - | | |
| 선 | 오이선 | 1 | 시의전서 | 호박선 같이(채) | |
| | 호박선 | 2 | 시의전서, 음식책 | 채 | |
| | 누르미 | 1 | 시의전서 | 채 | |
| | 누르미(화양누르미) | 1 | 주식시의 | 채(노른자) | |
| | 동이누르미 | 1 | 음식방문 | 채 | |
| | 생선누르미 | 1 | 주찬 | 얇게 부쳐 썰어서 | |
| | 석화누르미 | 1 | 음식보 | 부쳐 썰고 | |
| | 잡누르미 | 2 | 李氏음식법, 연세대 규곤요람 | 채, 7푼 기장이 되게 썰어서 | |
| | 황향누르미 | 1 | 주찬 | 얇게 부쳐 썰어 | |
| | 볶음 | 떡볶이 | 1 | 주식시의 | 채 |
| 숙채 | 잡채 | 1 | 연세대 규곤요람 | 채 | |
| 죽편 | 양숙편(熟片) | 1 | 음식디미방 | 동글동글 | |
| | 죽편 | 6 | 음식방문, 부인필지, 尹氏음식법, 시의전서, 음식책, 술만드는 법 | 가늘게 썰어 넣고, 채 | |
| 회 | 화채 | 2 | 규합총서, 주식시의 | 채 | |
| 합계(49/79) ¹⁾ | | | | | |

¹⁾중수/기록횟수

단, 반듯하게 썰기, 계란쌈까지 9가지 형태가 있었다. 열구자탕에서는 계란 고명을 모양뿐 아니라 그 색깔도 다르게 사용하였다. 『규합총서』(정 편역 1987), 『주식시의』(Cha 2012), 『시의전서』(이 등 편역 2004), 『부인필지』(이 등 편역 2010)에서는 계란을 흰자와 노른자에 계의 장을 섞어서 주홍빛으로 만든 후 모나게 혹은 귀지게 썰어서 고명으로 사용했다. 『李氏음식법』, 『연세대 규곤요람』, 『주식방문』은 계란의 노른자와 흰자를 따로 지져 썰었고, 『음식방문』, 『尹氏음식법』, 『임원십육지』(이 등 편역 2007)에서는 노른자와 흰자를 구분없이 사용했다. 두부전골과 전골법의 고명은 채의 형태였다. 전골채소는 고명을 사용하는 것은 확인 했지만 그 형태는 알 수가 없었다.

③ 찜은 11종 16회 기록되어 있었다. 송이찜 3회, 계찜 2회, 새끼돼지찜, 생치찜 2회, 갈비찜, 돼지새끼찜 찜, 붕어찜, 영계찜, 준치찜, 창자찜, 자숙(煮鱈)이 각 1회씩 기록되었다. 붕어찜은 지단으로만, 준치찜은 줄알의 형태였다. 영계찜과 창자찜, 자숙(煮鱈)이 고명의 형태를 알 수 없는 것을 제외하고는 나머지는 모두 채로 이용되었다.

④ 선은 2종이 3회 기록되어 있었다. 『시의전서』(이 등 편역 2004)의 오이선은 호박선 같이 고명을 쓰라고 하였는데, 호박선은 『시의전서』(이 등 편역 2004)와 『음식책』에서 채로 계란 고명을 사용하였다.

⑤ 느르미는 7종 8회 기록되어 있었다. 잡느르미 2회, 누르미, 화향누르미, 생선느르미, 석화누르미, 화향누르미가 각 1회씩 기록되었다. 느르미의 고명은 모두가 채로 표기가 되었거나, 얇게 부쳐 썰어서, 부쳐 썰고, 7푼 기장이 되게 썰어서가 채의 형태라고 추측 할 수 있는 것이었다. 『연세대 규곤요람』의 잡느르미는 7푼 기장이라고 하여서 그 길이까지 정확히 표기되어 있었다. 『주식시의』(Cha 2012)의 화향누르미는 지단을 채 써는 것은 같으나, 계란의 노른자만 사용하고 기록되어 있었다.

⑥ 볶음은 『주식시의』(Cha 2012)의 떡볶이가 유일했다. 계란을 채쳐서 넣고, 잣가루나 김을 많이 부수어 넣었다.

⑦ 숙채(熟菜)로는 『연세대 규곤요람』의 잡채가 있었다. 만드는 법은 숙주나물을 머리와 꼬리를 자르고 미나리를 숙주 길이만큼 썬다. 곤자소니와 양을 삶아 그와 같이 채 치고 파를 데쳐서 채 치고 한데 갖은 고명한다. 육회를 쳐서 한데 볶아서 각각을 모아 한데 섞어 무쳐 담는다. 계란 부친 것과 잣가루를 뿌리고 겨자에 무친다. 곤자소니, 양, 육회, 잣가루, 계란지단까지 올리는 호화스러운 음식이었다.

⑧ 죽편은 2종 7회 기록되었다. 『음식디미방』(황 편역 1980)의 양숙편(胖熟片)은 고명을 동글동글이라고만 기록되어서 썬 방법의 묘사인지, 완성된 고명의 형태인지 정확히 추정하기 어려웠다. 그리고 『음식방문』, 『시의전서』(이 등 편역 2004), 『음식책』, 『술만드는법』, 『尹氏음식법』, 『부인필지』(이 등 편역 2010)의 죽편은 가늘게 썰기와 채의 형태였다.

⑨ 숙회(熟膾)인 화채의 고명은 『규합총서』(정 편역 1987)와 『주식시의』(Cha 2012)에서 채였다. 두 기록의 내용은 거의 일치하였는데 고명으로 황백 지단, 석이, 대하, 국화잎 썬 것, 붉은 무채, 생강, 고추 썬 것을 올렸다.

5) 고문헌에서 계란이 기타로 사용된 예

계란이 음식의 재료 외 다른 용도로 사용된 기록은 <Table 7>과 같다. 모양이나 크기를 비유한 것은 7회, 계란의 성질이나 효능, 금기사항에 대한 기록은 4회, 난각을 용기로 사용한 예는 1회, 시어진 술을 다스리는 법 1회, 치료 4회, 기타 3회가 기록되어 있었다.

(1) 모양이나 크기 비유

모양이나 크기 비유는 『동의보감』의 달임약, 가루약, 알약을 만드는 방법[湯散丸法]에서 알약의 크기를 콩알, 호두, 삼씨, 팥, 벽오동씨 만하다는 것을 비교하면서 벽오동씨 10알이 계란 노른자 만하다고 하였다. 『시의전서』(이 등 편역 2004)의 두텁떡과 두텁단자 모두 소의 크기가 계란만하다고 비유하였다. 보리소주(麴燒酒)는 누룩을 망울이 없도록 매우 친후에 다시 쥘 때 ‘계란만 하게’라고 인용했으며, 소마(所尔)의 고기소를 밀가루반죽으로 쌀 때 위는 석류모양으로 그리고 몸은 계란모양으로 만들 때 형태를 인용하였다. 밤숙을 만들 때 밤을 삶아 찼어 어레미에 걸러서 꿀과 계피가루를 섞어 계란만하게 멍치기도 하고, 다식판에 박기도 한다고 하였다. 『산가요록』(한 편역 2007)의 자화(刺花)는 반죽의 크기를 ‘계란만하다’고 인용했다.

『중종실록(中宗實錄)』에는 ‘황해도 문화현(文化縣)에 우박이 내렸는데, 크기가 계란과 같아 전곡이 많이 손상되었다.’(중종 4년(1509) 4월 22일 癸未), ‘평안도 벽동(碧潼)에 우박이 내렸는데, 큰 것은 손바닥 같고, 작은 것은 계란 같았으며, 운산(雲山)에도 우박이 내렸는데 크기가 추자(楸子)와 같았다.’(중종 4년(1509) 5월 22일 癸丑)와 같이 『조선왕조실록』에서 우박이 계란만하다는 표현은 60여회나 되었다(조선왕조실록).

이와 같이 제약(製藥)부터 떡, 누룩, 만두, 수제비 반죽, 천문(天文) 기상(氣像)까지 계란의 형태를 비유한 것을 보아서 당시 계란의 크기나 모양의 비유는 일반 사물의 이해를 돕기에 편리한 수단이었다는 것을 알 수 있다.

(2) 성질 · 효능 · 금기(禁忌)

『동의보감』 탕액편(湯液篇) 금부(禽部)에는 계란의 난백(微寒, 甘, 눈병, 황달, 번열, 명치 밑에 잠복된 열[心下伏熱], 기운이 치미는 것[逆], 해산 등), 난황(학질과 옷이 올라 허는 것[漆瘡], 음허(陰虛), 보혈(補血)), 난각(눈병, 상한노복(傷寒勞復)), 난각막(기침) 등을 세분하여 그 효능과 쓰임이 기록되어 있어 예로부터 계란의 모든 재료가 유용하게 사용되고 있음을 알 수 있었다(동의과학연구소 편역 2008). 식치

<Table 7> Others of egg in archive of Chosun Dynasty

| 분류 | 활용명 | 기록횟수 | 출전 |
|--------------------------|-----------------------------|------|------------|
| 모양이나 크기 비유 | 달임약, 가루약, 알약을 만드는 방법[湯散丸法] | 1 | 동의보감 |
| | 두텁단자 | 1 | 온주법 |
| | 두텁떡 | 1 | 시의전서 |
| | 보리소주(燒酒) | 1 | 주방문 |
| | 소마(所) | 1 | 요록 |
| | 식혜 | 1 | 시의전서 |
| 성질효능금기 | 자화(刺花) | 1 | 산가요록 |
| | 계란, 난백, 난황, 난각, 난각막의 성질과 효능 | 1 | 동의보감 |
| | 닭(雞) | 1 | 임원십육지 |
| | 자라[鼈] | 1 | 임원십육지 |
| 음식금기(飲食禁忌) | 1 | 음식법 | |
| 용기 | 제호방(醞方) | 1 | 임원십육지 |
| 시어진 술을 다스리는 법 | 유산주(物酸酒法) | 1 | 임원십육지 |
| 치료 | 열독(熱毒) | 1 | 식료찬요 |
| | 헛구역질[乾嘔] | 1 | 식료찬요 |
| | 비위(脾胃)의 기가 약한 것 | 1 | 식료찬요 |
| | 간장(肝臟)이 허약한 것 | 1 | 식료찬요 |
| 기타 | 계란 삶는 법 | 1 | 주식시의 |
| | 계란에 글썽 새기는 법 | 2 | 규합총서, 부인필지 |
| 합계 ¹⁾ (20/20) | | | |

¹⁾종수/기록횟수

(食治)의 정신을 잘 보여주는 『식료찬요』(농촌진흥청 편역 2004)에는 열독(熱毒)을 치료하는 법으로 계란 흰자 2개를 꿀 1홉을 섞어 먹는다고 하였고, 헛구역질[乾嘔]에는 계란 노른자를 여러 개를 삼키면 즉시 낫는다고 기록되어 있었다(농촌진흥청 편역 2004).

『尹氏음식법』에서는 계란과 고추는 상극이라고 하였고, 『약총결』과 더불어 자라와 닭과 계란과 비름나물을 먹지 말고, 『임원십육지』(이 등 편역 2007)에서는 닭에 관한 여러 문헌들을 인용하면서 『신농본초』에서 계란은 맛이 달고 성질은 순하며 독이 없다고 하고, 계란을 많이 먹으면 배속에서 소리가 나고 풍기를 일으키고, 임신부가 계란과 잉어를 같이 먹으면 태아에게 중기가 난다고 하였다. 그리고, 계란은 성질이 약간 차서 아무것도 타지 않은 진한 술에는 궁합이 맞지 않는데, 누런 암탉의 계란이 가장 좋고, 검은 암탉의 것이 다음이라고 하였다.

(3) 용기

계란을 용기로 사용한 예는 『임원십육지』(이 등 편역 2007)에서 『본초습유』의 인용하여 제호(醞酬)의 성질은 매우 부드럽기 때문에 담이두면 모두 새어나와 저장하기가 어려우나, 계란껍질이나 호리병에 담으면 흘러내리지 않는다고 하여 계란껍질을 용기로 사용한 것을 알 수 있었다. 여기서 제호는 소에서 나온 것이며 곧 수유(酥油)의 순수한 진액으로 된 액체이다. 좋은 소 1석에서 3~4되의 제호를 추출해 낼

수 있다. 데우고 치대 정련하여 그릇에 담고 영기기를 기다렸다가 가운데를 바닥까지 뚫으면 곧 진액이 나오는 데 이를 취한다고 『당본초』의 기록을 인용하여 소개하였다.

(4) 시어진 술을 다스리는 법

『임원십육지』(이 등 편역 2007)에서는 『삼산방』을 인용하면서 술 1말에 생계란 1개, 석고 반냥을 찢어서 축사인(縮砂仁) 7알을 넣고 봉하여 3일이 지나면 맛이 좋아진다고 하였다.

(5) 치료

치료법은 식치(食治)의 정신을 잘 보여주는 『식료찬요』(농촌진흥청 편역 2004)에는 열독(熱毒)을 치료하는 법으로 계란 흰자 2개를 꿀 1홉을 섞어 먹는다고 하였고, 헛구역질[乾嘔]에는 계란 노른자를 여러 개를 삼키면 즉시 낫는다고 기록되어 있었다. 계란을 주재료로 하여 치료한 법은 2회 있었다. 그리고, 계란으로 몸이 허약한 것을 보하는 경우도 2회 있었다. 비위(脾胃)의 기가 약할 때는 밀가루와 계란 흰자를 잘 반죽하여 가래떡을 만들고 폭 삶아서 된장국에 넣어서 공복에 먹고, 간장(肝臟)이 허약하여 먼 곳을 보기 어려울 때는 껍질 벗긴 돼지 간 1개를 파를 넣고 된장국물에 넣고 끓여서 국이 익으려고 할 때 계란을 깨트려서 먹는 법이 있었다. 조선시대에는 계란으로 병을 치료하고, 몸의 허약함을 보하기도 하는 용도로도 사용했다.

(6) 기타

『규합총서』(정 편역 1987), 『주식시의』(Cha 2012), 『부인필지』(이 등 편역 2010)에서는 계란에 글씨를 새기는 법이 있는데 머리털을 태운 잿물에 붕사(硼砂)를 갈아 글씨를 써서 삶아 낸 후 까보면 글씨가 흰자위 까지 새겨진다고 기록하였다. 하지만 이렇게 계란에 글씨를 쓰거나 물을 들인 용도가 기록되어 있지 않아 아쉽기만 하다. 서양의 크리스찬들이 부활절에 계란껍질에 물을 들이거나, 그림을 그리고 글씨를 쓰는 풍속이 의미는 다르지만 우리 조상들에게도 있었던 것인가 생각하게 한다.

III. 결론

계란은 계란(鷄卵), 계자(鷄子), 계단(鷄蛋), 계환(鷄丸)의 한자와 한글로 고문헌에 기록되어 있었다. 우리 민족의 건국은 박혁거세(朴赫居世), 김알지(金閼智), 석탈해(昔脫解), 수로왕(首露王), 고주몽(高朱蒙)의 난생신화(卵生神話)와 함께 시작한다. 알에서 태어난 인물 이야기를 담은 난생신화는 하늘에 뜻에 따라서 태어났다는 의미로 인물의 성격화(神格化) 수단으로 이용되었다. 계란과 관계된 속담은 ‘계란으로 바위치기’, ‘계란으로 치면 노른자’, ‘계란도 굴러가다 서는 모가 있다.’ 등의 19개가 있었고, 명당(明堂)을 점치는 풍수지리의 수단으로 계란을 이용하였다. 사자성어 속의 계란은 동지입란(冬至立卵), 난여석투(卵與石鬪) 등 10개가 있었다.

고조리서와 농서, 의서 등 총 31권의 고문헌에 계란의 조리법이 기록되어 있었다. 계란을 조리에 사용한 기록횟수는 주재료 36회, 부재료 154회, 고명 79회, 기타 20회로 총 289회였다. 계란을 주재료로 하여 만든 음식은 국수, 국(탕), 찜, 구이, 전, 느르미, 삶기, 절임, 수란 등이었다. 계란이 부재료로 사용된 음식은 주식류(主食類)와 찬물류(饌物類) 등에서 다방면으로 활용되었고, 고명은 황백지단을 부쳐 ‘고운 채’, ‘골괘’, ‘계란편’, ‘동글동글 한 모양’으로 이용되었다. 기타 조리(調理) 시 사물의 크기나 형태 비교를 위한 척도, 식료(食療)의 목적이나, 금기사항에 대한 기록이 있었다.

이와 같이 계란은 우리 민족에게 설화, 고사성어, 풍수지리와 지명, 민속연희 등에 인용되어 우리의 생활문화와 밀접한 관련을 가지고 있었다. 또한 식재이자 약재로, 주식과 찬물에 주재료 및 부재료, 고명으로 쓰이며, 오늘날까지 사랑을 받아 온 식품이다.

References

강희맹, 1492, 『사시찬요초』
 저자 미상, 1680, 『요록』
 저자 미상, 1700년대末, 『술만드는법』
 저자 미상, 1700년대末, 『음식보』
 예천권씨, 1700년대末, 『온주법』

저자 미상, 1800년대初, 『주식방(고려대 규곤요람)』
 저자 미상, 1829, 『역잡록』
 저자 미상, 1854, 『尹氏음식법』
 저자 미상, 1856, 『정일당잡지』
 저자 미상, 1800년대中, 『역주방문』
 저자 미상, 1880, 『주식방문』
 저자 미상, 1880, 『음식방문』
 저자 미상, 1800년대末, 『李氏음식법』
 저자 미상, 1800년대末, 『술빛는법』
 저자 미상, 1894, 『연세대 규곤요람』
 저자 미상, 1898, 『음식책』
 국립민속박물관, 2006, 중국대세시기 I 『형초세시기』(杜公瞻 원저, 7세기), 국립민속박물관, 서울, pp18-19
 국립민속박물관, 2007, 『한국세시풍속사전』, 국립민속박물관, 서울
 권상로 편역, 1978, 『삼국유사』(일연 원저 1281), 동서문화사, 서울
 권순우, 2006, 『한권으로 읽는 한국의 속담』, 송원출판사, 서울
 김광언, 1993, 『풍수지리(집과 마을)』, 대원사, 서울
 김권제, 2012, 『음식의 재발견 벗겨봐』, 모아북스, 고양, pp 142-147
 농촌진흥청 국립농업과학원, 2010, 『종가와 종가음식』, 농촌진흥청, 수원
 농촌진흥청 편역, 2003, 『증보산림경제』(유증립 원저, 1766), 농촌진흥청, pp109-110
 농촌진흥청 편역, 2004, 『식료찬요』(전순의 원저, 1460), 농촌진흥청, 수원
 대한양계협회, 2005, 『50g의 완전식품 달걀 그 신비를 밝힌다』, 대한양계협회, 서울
 동의과학연구소 편역, 2008, 『동의보감』(허준 원저, 1610), 휴머니스트, 서울
 민족문화추진회 편역, 1967, 『산림경제』(홍만선 원저, 1711), 민문고, 서울
 민충환, 2003, 『박완서소설 어사전』, 백산출판사, 서울
 백승호 외 편역, 2011, 『소문사설』(이시필 원저, 1720), ㈜휴머니스트, 서울
 신호열 편역, 1976, 『삼국사기』(김부식 원저 1145), 동서문화사, 서울
 윤숙경 편역, 1998, 『수운잡방·주찬』(김유·저자미상, 1700년대 말), 신광출판사, 서울
 양재홍, 2011, 『고사성어 속담사전』, 지경사, 서울
 이성우, 1981, 『한국식경대전』, 향문사, 서울
 이성우, 1984, 『한국식품사회사』, 교문사, 서울, pp 124-125
 의성당 편집부 편역, 1975, 『본초강목』(이시진 원저, 1596), 의성당, 서울
 이익성 편역 2006, 『택리지』(이중환 원저, 1751), 을유문화사, 서울
 이용백, 김원경, 김선풍 감수, 1998, 『국어국문학자료사전』, 한국사전연구사, 서울
 이효지 등 편역, 2004, 『시의전서』(저자미상, 1800년대말), 신

- 광출판사, 서울
- 이효지 등 편역, 2007, 『임원십육지』 정조지(서유구 원저, 1827), 교문사, 파주
- 이효지 등 편역, 2010, 『부인필지』 (빙허각 이씨 원저, 1910), 교문사, 파주
- 이효지 등 편역, 2013, 『주방문』 (저자미상, 1600년대 말), 교문사, 파주
- 이희훈, 2011 『계란백과』, 현축, 서울
- 정양완 편역, 1987, 『규합총서』 (빙허각이씨 원저, 1815), 보진재, 서울
- 한국사사전편찬회, 2007, 『한국고증세사사전』, 가람기획, 서울
- 한국정신문화연구원, 1982, 『한국구비문학대계 7』, 한국정신문화연구원, 성남
- 한복려 편역, 2007, 『산가요록』 (전순의 원저, 1450), 궁중음식연구원, 서울
- 황혜성 편역, 1980, 『음식디미방』 (안동장씨 원저, 1670), 한국인서출판사, 서울
- 홍성철, 2008, 『진짜세계사, 음식이 만든 역사』, 베스트홈, 서울
- Cha GH, 2012, Food Culture of the late *Chosun* dynasty in 『*Jusiksiui* (酒食是儀)』 Korean J. Food Culture 27(6): 553-587
- Kim HY, Ko SH, 2004, A Study on Microbiological Quality & Safety Control of Dongtae-Jeon (Pan-fried dish) and Rolled Egg in Packaged Meals (Dosirak) with Various Cooking Processes, Korean J. Soc. Food Cookery Sci, 20(3):292-298
- Kim DH, Yoo HJ, Yoo JY, Park YJ, Choi SH, Jang KI, 2012, Development of Rapid Salting Method for Seasoning Eggs using a Temperature Change Method, J Korean Soc. Food Sci Nutr, 25(2):393-397
- Park SM, Ahn YS, Hong SM, Kim DS, Kwon DY, Yang HJ, 2010, The Effects of the Supplementation of *Opuntia humifusa* Water Extracts and Methyl Sulfonyl Methane on the Laying Productivity, Egg Quality and Sensory Characteristics, J Korean Soc. Food Sci Nutr, 39(2):294-300
- Yang HY, Lee JS, Park KH, 2010, Effect of Whole Egg Spray-drying Conditions on Physical and Sensory Properties of Sponge Cake, Korean Journal of Food Science and Technology, 42(3):310-316
- 조선왕조실록 <http://sillok.history.go.kr>
- 두산백과사전 두피디아 <http://www.doopedia.co.kr>
- 한국고전번역원 <http://www.itkc.or.kr>
- 한국민족문화대백과사전 <http://encykorea.aks.ac.kr>
- 한국향토문화전자대전 <http://www.grandculture.net>
-
- 2013년 10월 28일 신규논문접수, 12월 2일 채택