한국식생활문화학회지 30(5): 562-575, 2015
J. Korean Soc. Food Cult. 30(5): 562-575, 2015
본 논문의 저작권은 한국식생활문화학회에 있음.
Copyright © The Korean Society of Food Culture

ISSN 1225-7060(Print)
ISSN 2288-7148(Online)
http://dx.doi.org/10.7318/KJFC/2015.30.5.562

스토리텔링을 접목한 상주향토음식 개발 - '정기룡장군 밥상'을 중심으로 -

문혜경[2] · 이영자[1] · 박모라[1] · 김귀영[1,*]
[1]경북대학교 과학기술대학 식품외식산업학과, [2]경북대학교 공동실험실습관

Development of Native Local Foods in *Sangju* by Storytelling-combined - A Case of 'General *Jeong*'s Table' -

Hey-Kyung Moon[2], Yonug-Ja Lee[1], Mo-Ra Park[1], Gwi-Young Kim[1,*]
[1]*Department of Food and Food Service Industry, Kyungpook University, Korea*
[2]*Center for Scientific Instruments, Kyungpook University, Korea*

Abstract

This study intends to discover stories and sensibilities connected with characteristics and symbols of the history and culture of *Sangju* to develop contents about the native foods of *Sangju*. 'General *Jeong*'s Table', which supplied the energy and nutrition necessary for soldiers during war, is set with *Jobap, Patipguk, Euneogui, Baechumoojeon, Kongnamulheojib, Patipnamul,* and *Munamulsileagideanjangmuchim*. '*Sangjuseong* retaking wartime food', as a kind of ready-to-eat meal, which stresses convenience above everything else, is composed of *Konggarujumeokbap, Bbongipjuk, Gamjangajji,* and *Odigojgammodeumbagitteok* for table setting. 'General *Jeong*'s liquor table', which allowed the general to regain his energy or was set to entertain generals of allied forces in the *Myeong Dynasty*, is formed by *Baeksuk, Gojgamssam, Kongjukjijim* and *Sangsurisul*. Efficacies of food materials were analyzed in the Part of Drug Formula of the best-known medical book in Asia. Foods on 'General *Jeong*'s Table' has health efficacies that protect the five viscera and maintain the spleen and stomach.

Key Words: Storytelling, native local foods in *sangju*, general *Jeong*'s table, table setting, health efficacy

I. 서 론

'Homo narrans'(Han 2010) 즉 인간은 이야기하는 존재이다. 최근 몇 년 사이 스토리텔링 기법 활용이 다양해지면서 식품산업과 마케팅뿐만 아니라 지역홍보에도 확대 적용되어지고 있다. 스토리텔링 마케팅은 상품에 얽힌 이야기를 가공 포장하여 광고와 판촉 등에 활용하는 브랜드 커뮤니케이션 활동이다. 스토리텔링은 이야기에 참여하는 현재성과 장소성을 더욱 강조하는 개념이기 때문에 스토리텔링 방식을 통해 전달할 수 있는 메시지가 수없이 많고 메시지 전달 방식이 강한 설득력을 갖는다(Kim & Chung 2010a).

우리나라는 최근 교통의 발달로 전국이 일일 생활권으로 전통음식의 지역성과 고유성이 희박해지고 획일화되어 가는 경향이 보이며 지역의 독특한 향토음식과 전통음식의 지역적 특징과 우수성에 한계가 드러나고 있다. 이에 일부 지방자치단체를 중심으로 지역 역사와 문화와 연계된 스토리텔링 기법을 활용하여 역사적 스토리를 가진 향토음식을 발굴하고 있다. 이것은 조상대대로 내려온 향토음식의 역사적 뿌리를 찾고 문화적인 가치가 존재하는 관광 상품으로서 혼을 불어 넣는 매우 의미 있는 작업으로 지역홍보와 고부가가치 향토음식을 통한 관광수입 창출에 많은 도움이 되고 있다.

이에 근자에 국내 학계에서도 지역 역사와 문화를 스토리텔링화하여 향토음식 콘텐츠를 개발하는 연구가 활발하게 이루어지고 있는 일은 매우 고무적인 일이다. 대표적으로 Kim & Chung(2010a)은 충남 지역의 역사성, 독창성과 연계된 문화적 감성을 담은 스토리를 발굴하여 '무령왕 수라상'과 '몽유도원 밥상', 또 Kim & Chung(2010b)은 충무공 '현충밥상', 김정희 '추사 밥상'의 콘텐츠를 개발하였다. 또 Kim & Chung(2013)은 전북 진안과 전남 구례 지역 내에 존재하는 문화유산과 음식 관련 일화의 텍스트를 발췌하여 '호남지역 장수밥상 콘텐츠'를 개발하였다. 이러한 연구 결과에서 Kim & Chung(2010a, b)은 스토리텔링을 통한 향토음식 개발과 명품화 방안이 지역 이미지의 명품화와 함께 향토음식의 사회적 관광자원으로서 효과적인 마케팅 역할을 감당하기를 기

*Corresponding author: Gwi-Young Kim, Department of Food and Food Service Industry 2559, Gyeongsang-daero, Sangju-si, Gyeongsangbuk-do, Korea
Tel: 82-54-530-1301 Fax: 82-54-530-1309 E-mail: gykim@knu.ac.kr

대하면서 지역의 식생활 교육의 장을 마련하는데 기여할 수 있다고 하였다.

이에 본 연구에서는 임진왜란 당시 국난극복의 주요 인물인 상주의 정기룡장군에 관계된 역사적 기록과 그 당시 경상도 상주의 역사적 지리적 특성과 특산물에 관련된 기록을 발굴하고 이와 관련된 다양한 이야기와 텍스트를 콘텐츠화하여 '정기룡장군 밥상'을 재구성하였다. 이러한 상주 지역의 역사적 지리적인 독창성과 연계된 감성을 담은 스토리를 발굴하여 스토리텔링을 통한 상주 명품 향토음식을 재구성 발굴하는 일은 상주 향토음식의 문화적 가치 증진과 부가가치를 향상시킨 상품화에 큰 도움이 될 것으로 생각한다.

II. 연구 내용 및 방법

1. 연구배경

1) 상주의 역사

상주의 역사는 상주시 낙동면 신석기 유적을 통해 불 수 있듯이 기원전으로 거슬러 올라간다. 이미 오래 전부터 사람들이 살기 시작하여 그들의 문화가 현재 각종 유물과 유적에 고스란히 남아 있다. 이전에 성장하였던 사벌국은 3세기경 신라에 복속되었고, 같은 시기에 소멸된 고령가야국은 고도(古都)이자 영남의 고현(古縣)인 상주를 잘 드러내준다. 삼국시대에는 신라의 상주(上州)로 군사적 요충지 역할을 하였고, 통일신라시대에는 사벌주(沙伐州)로 전국 9주(州)의 하나로 주목 받았다. 고려시대에는 지방행정의 중심지로 전국 8목(牧)에 속하여 많은 영향력을 발휘하면서 당대 화려했던 불교문화의 산물인 유적과 유물을 남겼다. 조선시대에는 상주목사가 관찰사(경상감사)를 겸관하였으며, 임진왜란 후 상주감영이 대구로 이전할 때까지 대읍(大邑)으로 그 명성을 펼쳤다. 또한 임진왜란 때는 고을의 뜻있는 선비들이 스스로 일어나 의병활동에 가담하여 국난극복에 큰 역할을 하였다. 특히 일찍이 조선 중기에 영의정을 지낸 소재 노수신을 비롯하여 검간 조정, 우복 정경세, 동춘당 송준길 등 많은 유학자가 배출되었고 학파에 있어서도 영남학파는 물론 기호학파를 동시에 일으킨 학풍으로 주목받고 있다(Sangju Institute of Culture 2007).

또한 상주시는 산지가 수려하고 오곡이 풍성하며 민심이 후한 고장이라 상주를 감싸고 흐르는 낙동강 유역에는 분지와 충적평야가 드넓은 곡창지대이고 과거부터 수륙 교통이 교차하는 요충지라 물자가 풍부했다. 특히 삼백(쌀, 누에, 곶감)의 고장이라는 명성과 자전거 도로로 이름이 높다. 최근에는 경북 서북쪽 내륙에 위치한 도농복합형 도시로 바람도 쉬어가는 슬로시티이자 '귀농 일 번지'로 각광 받고 있다.

2) 조선 중기 상주의 음식문화와 특산물

조선시대 중기 임진왜란 전후의 상주의 특산물과 음식문화를 알 수 있는 문헌은 <Table 1>과 같으며, <Table 2>에서는 그 문헌에 수록된 조선시대 중기 상주의 특산물을 나타내었다.

「*Sinjeungdonggugyeojiseunglam* (신증동국여지승람, 新增東國輿地勝覽)」(1530)은 중종 때 이행, 홍언필 등이 편찬한 조선시대 인문지리지서로 55권 25책으로 구성되어 있는 책으로 경상도 상주목 토산조에 호두[胡桃]・감[柹]・밤・은어[銀口魚]・송이・인삼・석이버섯 등 상주 특산물이 수록되어 있다.

「*Joseonwangjosillok* (조선왕조실록, 朝鮮王朝實錄)」중 「*Seonjosillok* (선조실록, 宣祖實錄)」 (1567-1608) 부분과 「*Sejongsillokjiriji* (세종실록지리지, 世宗實錄地理志)」(1454, 단종 2년) 태백산사고본 · 경상도 · 상주목조 토산의 내용을 분석하였다. 세종실록지리지 태백산사고본 · 경상도 · 상주목조 · 5책 645면에는 상주의 토양은 기름지고 메마른 것이 서로 반반씩이며, 기후는 따뜻하며, 간전(墾田)이 1만 5천 3백 60결이다. 토의(土宜)는 벼 · 기장 · 조 · 보리 · 배 · 목면(木綿) · 왕골 · 뽕나무 · 삼(麻)이며, 토공(土貢)은 꿀 · 밀(黃蠟) · 종이 · 칠 · 자리(席) · 지초 · 여우가죽 · 삵가죽 · 산달피(山獺皮)요, 약재는 원지(遠志) · 궁궁이(芎) · 백복령(白茯苓)이며, 토산(土產)은 사철(沙鐵) · 송이버섯 · 은구어(銀口魚)이다. 고 기록되어 있다. 또 선조실록46권 26년(1593) 12월 24일 6번째 기사 중 '경상도는 명년의 종자를 반드시 미리 지급한 뒤에야 농사를 지어 내년의 생계를 이어갈 수 있습니다. 도내(道內)의 상주(尙州) · 금산(金山) · 개령(開寧) · 선산(善山) 등의 고을은 충청도와 좌도(左道) 중 온전히 보존되어 있는 읍의 곡식 종자를 벼 · 기장 · 피 · 조 · 옥수수 · 콩 · 팥을 막론하고 옮겨다가 제급하고, 본 고장의 백성이 실어다 주기 어려우면 잔패된 지방의 백성으로 하여금 각기 힘닿는 대로 가지고 가게 해야 합니다. 그리고 그 고을의 수령은 특별히 토지를 가려서 백성에게 할당하여 주어 농사짓도록 하게 하소서'라는 내용은 상주는 봄에 파종할 다양한 종류의 곡식 종자를 미리 지급 받은 것으로 보아 비옥한 농토에 농업이 활발하고 여러 가지 지방 특산물이 많았음을 알 수가 있다.

「*Sangsanji* (상산지, 商山志)」(1617, 광해군 9년)는 이 준(李 埈)이 편찬한 경상도 상주읍지로 임진왜란 후 상주의 문화, 시문, 인물을 비롯하여 사회 실태 등을 알려 주는 좋은 자료이다. 이것을 다시 1832년(순조 32) 성재규 등이 수정 보완하였다. 상산지에 수록된 상주 토산으로는 시(柹), 율(栗), 은구어(銀口魚), 인삼(人蔘), 조(棗)가 있다.

「*Maeheonsilgi* (매헌실기, 梅軒實記)」 (1746)는 임진왜란과 정유재란에서 전공을 세운 정기룡 장군의 사적을 집성한 실록으로 2권 1책 목판본으로 구성되어 있으며, 후손인 정구정(鄭龜禎)이 연보와 합쳐서 간행하였다. 매헌실기에는 '공은 이따금 웃옷을 벗고서 친히 뽕나무를 흔들어 오디를 가져가서 먹도록 하였다'라는 기록으로 보아 상주지역의 뽕나무를 심어 누에를 치고 뽕나무 열매인 오디를 먹는 일은 오래전부터 일상적이었을 것이다. 값 싼 중국산 제품이 들어오기

<Table 1> Reference relating to *Sangju*'s food culture in mid-*Joseon* Dynasty

Title	Publishing Year	Author	Content	Remark
Sinjeungdonggugyeojiseunglam (新增東國輿地勝覽)	1530	Lee Haeng (李 荇) Hong Eonpil (洪彦弼) et al.	It consists of 25 human geography books of *Joseon* Dynasty in 55 chapters.	
Joseonwangjosillok (朝鮮王朝實錄)			It is a chronological book of the historical factors of *Joseon* Dynasty for 472 years from 1413~1865, organized by each king. Among them, it is a part of *Seonjosillok* (宣祖實錄) and *Sejongsillokjiriji* (世宗實錄地理志), which was published in 1454 (Year 2 of King *Danjong*)	
Sangsanji (商山誌)	1617	Lee Jun (李 埈)	A *Sachaneupji* (私撰邑誌) manuscript of *Sangju, Gyeongsang-do*'s published by Lee Jun (李 埈) in 1617 (Year 9 of King *Gwanghae*), consisting of 2 books and 2 chapters. It is a valuable data containing squandered culture of Sangju, including poetry, figures and social situation, due to *Imjinwaeran*. *S*eong Jae Kyu and others revised and enlarged it in 1832 (Year 32 of King *Seonjo*).	Kim Ja Sang (金子相) translated, Sangju Cultural Center, 2003.
Maeheonsilgi (梅軒實記)	1746	Jeong Gujeong (鄭龜禎)	2-chapter 1 volume block book It is a chronicle of achievements of Jeong Ki Ryong (鄭起龍), who distinguished himself in *Imjinwaeran* and *Jeongyujaeran*. His achievements and chronology of life were gathered and published by his descendant Chung, Gujeong.	「*Gukyeok Maeheonsilgi*」, Sangju, Institute of Korean Cultural Studies Yeungnam University, Hanilsa, 1999.
Jojeongimjillangirok (趙靖壬辰亂記錄)	1597	Jo Jeong (趙 靖)	7-book manuscript of the diary for 6 years during *Imjinwaeran* (1592~1597) and record of information by Jo Jeong (趙 靖), a civil official and scholar of mid-Joseon Dynasty. Designated as Korea's Treasure No. 1003	
Geomganseonsaengmunjip (黔澗先生文集)	2008	Jo Seonghak (趙誠鶴)	Gumgan Jo Jeong's descendant translated *Imranilgi* (壬亂日記) and his literary works (1770-1771) that were already published, and re-published them together	Daebosa (大譜社)

전인 20세기 말까지도 상주에서는 양잠업과 명주 생산이 활발하였고, 최근에는 상주에서 생산되는 뽕나무의 열매인 오디가 기능성 식품으로 각광받고 있다. 또 매헌실기에는 '공은 공검지의 둑을 터서 물고기를 잡아 명나라 장수와 군사들을 접대하였다'는 기록이 있다. 상주 공검지는 제천 의림지, 김제 벽골제, 밀양 수산제와 더불어 우리나라에서 가장 오래된 저수지로 삼한시대에 축조된 것으로 알려져 있으며, 이에 상주 지역의 벼농사가 일찍 발달하였음을 짐작할 수 있다. 이렇게 농사에 중요하고 역사적 유적인 공검지의 둑을 터 물고기를 잡아 구원병으로 온 명나라 장수와 군사들을 접대해야만 했던 풍전등화 같은 나라의 사정과 장군의 비참한 심정을 짐작해 볼 수 있다. 또 1592년 11월에 '상주에 진 치고 있던 왜적을 크게 부수고 상주성을 탈환할 때 장정 1백명을 뽑아 성 동쪽의 밤나무 숲속에 숨어 있도록 하였다'는 기록으로 밤나무 숲이 있을 정도로 많은 양의 밤이 생산되었음을 짐작 할 수 있다.

「*Jojeongimjillangirok* (조정임진란기록, 趙靖壬辰亂記錄)」(1597)은 조선중기의 문신이자 학자인 조 정(趙 靖)이 임진왜란(1592-1597) 기간 6년 동안 쓴 자필 일기와 문견록으로 임진왜란 중의 상주의 생활 상황을 잘 알 수 있으면서도 그 소재가 독특하고 또한 일기 문학으로 세상일에 대한 개인의 솔직한 애기가 잘 드러나 있다. 예컨대 관직에 있는 사람의 일기는 관가에서 일어나는 일과 상황들 관직의 이동 등을 기록하는데 조 정의 임란일기에는 개인 사생활과 그 시대 상황 등 힘든 모습들을 잘 나타내 주고 있다.

<Table 2>에 나타난 바와 같이 조정임란기록의 기록된 내용 중 임진왜란이 발발한 1592년(선조 25) 4월 23일-6월 16일 동안 기록된 일기 내용을 보면 조선시대 중기 상주의 특산물을 알 수가 있다. 4월 23일자 일기에 '간신히 간장을 얻어 그것으로 요기를 하였다'는 내용과 4월 29일자 일기 내용 중 '마을의 풍속이 순박하고 솔직하여 사람 접대하기를 매우 정성스럽게 하였으니, 소금이며 간장, 채소 등 이것저것을 가져다주

<Table 2> Specialties of *Sangju* in mid-*Joseon* Dynasty by reference

Material	References / Contents
Grain・Wheat・Barley	***Jojeongimnanilgi*** **(趙靖壬亂日記) (1592, Year 25 of King *Seonjo*)**
	May 12 Omit … Japanese have run out of food and are providing breakfast and dinner by stripping off **wheat** and **barley.** … Omit … The grains secured by Sangju government office has been plenty so there are still millions of buckets left after distributing to poor citizens. … Omit
Rice	***Jojeongimnanilgi*** **(趙靖壬亂日記) (1592, Year 25 of King Seonjo)**
	April 29 Omit … Mother's given us 40 kg of **rice**, so it would be enough food for our family of 17 for 3-4 days.
Millet・Beans・Red beans・Sawtooth Oak・Millet	***Jojeongimnanilgi*** **(趙靖壬亂日記) (1592, Year 25 of King Seonjo)**
	April 30 Sold a roll of cotton to the old neighbor and bought 3 *mal* (말) of **unhulled millet**, 3 *mal* (말) and 2 *doe* (되)of **beans** and 1 *mal* (말) of **red beans,** and exchanged a half roll of cotton for 15 *mal* (말) of acorn, which I peeled and ground and came out to 7 *mal* (말). During the peaceful time, I just knew acorn as a kind of food but didn't enjoy eating it. Now that I try it, it tasted much better than millet or cooked millet rice and gave me strength as well, so this must be a great ingredient for us. Omit
	Sangsanji **(商山誌)**
	Persimmon (柿), chestnut (栗), sweetfish (銀口魚), ginseng (人蔘), jujube **(棗)**
Walnuts・persimmon・Ginseng	***Sinjeungdonggungnyeojiseungnam*** **(新增東國輿地勝覽) (1530)** ***Gyeongsangdo, Sangjumok, Tosanjo***
	Okseok (玉石) is found in *Ganjangsan* (甲長山). *Okdeungseok* (玉燈石) is found in *Daejohyeon* (大鳥峴). *Cheol* (鐵) is found in *Songnatan* (松蘿灘). **Walnut [胡桃]・persimmon [**柿**]**・chestnut・sweetfish [銀口魚]・pine mushroom [松蕈]・rush [莞草]・**ginseng**・benzoin (安息香)・Bungarus Parvus [白花蛇]・manna lichen [石蕈].
	Sangsanji **(商山誌)**
	Persimmon (柿), chestnut (栗), sweetfish (銀口魚), **ginseng (人蔘)**, jujube (棗)
Chestnut	*Maeheonsilgi* (梅軒實紀)
	In November, we defeated the Japanese enemy that was pitching a camp in Sangju, and rehabilitated Sangju district. Old and weak people were to encamp in Seojeong, and 100 strong young men were selected to each bring *Samneungjang* (삼릉장) and hide in the chestnut tree forest to the east of castle.
	Sinjeungdonggungnyeojiseungnam **(新增東國輿地勝覽) (1530)** ***Gyeongsangdo, Sangjumok, Tosanjo***
	Okseok (玉石) is found in *Ganjangsan* (甲長山). *Okdeungseok* (玉燈石) is found in *Daejohyeon* (大鳥峴). *Cheol* (鐵) is found in *Songnatan* (松蘿灘). Walnut (胡桃)・persimmon (柿)・**chestnut (栗)**・sweetfish (銀口魚)・pine mushroom (松蕈)・rush(莞草)・ginseng (人蔘)・benzoin (安息香)・Bungarus Parvus (白花蛇)・manna lichen (石蕈)
	Sangsanji **(商山誌)**
	Persimmon (柿), **chestnut (栗)**, sweetfish (銀口魚), ginseng (人蔘), jujube (棗)
Matsutake・Mushroom seats	***Sinjeungdonggungnyeojiseungnam*** **(新增東國輿地勝覽) (1530)** ***Gyeongsangdo, Sangjumok, Tosanjo***
	Okseok (玉石) is found in *Ganjangsan* (甲長山). *Okdeungseok* (玉燈石) is found in *Daejohyeon* (大鳥峴). *Cheol* (鐵) is found in *Songnatan* (松蘿灘). Walnut [胡桃]・persimmon [柿]・chestnut・sweetfish [銀口魚]・**pine mushroom** [松蕈]・rush [莞草]・ginseng・benzoin (安息香)・Bungarus Parvus [白花蛇]・**manna lichen** [石蕈].

어 먹도록 하였다'는 기록에서는 마을 사람들이 전쟁 중에 소금, 간장, 채소 등 필수 식재료들을 어렵게 구하는 모습을 볼 수 있다. 4월 30일자 일기에 '무명 한 필을 이웃 노파에게 팔아서 겉조 서 말과 콩 서 말 두 되, 팥 한 말을 샀고, 또 무명 반 필을 상수리 열 닷 말을 바꿔 깍지를 벗겨 빻으니 겨우 일곱 말 남짓 되었다. 평화롭던 시절엔 단지 상수리도 먹을 수 있는 것이라고만 알고 있었을 뿐 몸소 먹기를 좋아하지 않았다. 이제 비로소 먹어보니 그 맛이 자못 기장이나 조밥보다 좋았으며, 요기에 큰 힘도 되었으니 이것이야말로 우리에게 훌륭한 물건이다.'는 내용으로 보아 전쟁 중 상수리가 중요한 식품재료로 언급되고 있다. 조정임란일기 5월 5일자에 '주인 노파가 좁쌀로 빚은 술 반병과 상수리 술 두어 사발을 주었다. 김 징(金 澄)도 앵두 한 상자를 보내 왔는데, 그것은 그의 종들이 본가에서 가지고 온 것이었다. 생각해보니 오늘이 단오절이다.' 라는 기록에서 전쟁 중임에도 단오절에 앵두와 좁쌀술, 상수리 술을 선물로 받고 감격하는 기록으로 보아 단오절은 그 시절 중요한 명절로 지켰으며, 명절음식을 중요하게 생각했음을 엿볼 수 있다. 또 '상주관아의 곡물은 전부터 풍부

<Table 2> Specialties of *Sangju* in mid-*Joseon* Dynasty by reference (continued)

Ingredient	References Contents
Fish・Sweetfish	***Sinjeungdonggungnyeojiseungnam* (新增東國輿地勝覽) (1530) *Gyeongsangdo, Sangjumok, Tosanjo*** *Okseok* (玉石) is found in *Ganjangsan* (甲長山). *Okdeungseok* (玉燈石) is found in *Daejohyeon* (大鳥峴). *Cheol* (鐵) is found in *Songnatan* (松蘿灘). walnut [胡桃]・persimmon [柹]・chestnut (栗)・**sweetfish** (銀口魚)・pine mushroom [松蕈]・rush [莞草]・ginseng・benzoin (安息香)・Bungarus Parvus [白花蛇]・manna lichen [石蕈].
	***Sangsanji* (商山誌)** [土產] Persimmon (柹), chestnut (栗), sweetfish (銀口魚), ginseng (人蔘), jujube (棗), persimmon (柹), chestnut (栗), **sweetfish (銀口魚)**, ginseng (人蔘)
	***Sangsanji* (商山誌)** Numerous fishing boats come and go Although there are **fishes** bearing marbles everywhere
	***Maeheonsilgi* (梅軒實紀)** The duke opened the bank of *Geomho* (*Gonggeomji*) (儉湖(恭儉池)) and caught fishes, and entertained soldier of Ming with plenty of food; duke cut fodder himself and fed war horses, so the soldier of Ming was touched by the duke's sincerity and did not rebuke him for any insufficiencies.
Cow・Chicken	***Jojeongimnanilgi* (趙靖壬亂日記) (1592, Year 25 of King *Seonjo*)** May 4 Omit) We ran out of groceries so we used one of the **cows** we brought along in 3 different places.
	June 16 Tomorrow's the first anniversary of my grandmother's death. *Jinsagong* (진사공) and aunt enshrined grandmother's ancestral tablet and were at *Hwasan Sangam* (화산 상암), so I briefly prepared *Baekju* (白酒), ***Gyejeok* (鷄炙),** *Eojeok* (魚炙) and... Omit
Soy sauce・Salt・Vegetable	***Jojeongimnanilgi* (趙靖壬亂日記) (1592, Year 25 of King *Seonjo*)** April 23 Omit … Barely got some **soy sauce** and staved off hunger … Omit
	April 29 Omit) the town's custom is very simple and honest and received guests very sincerely, so they brought **salt, soy sauce, and vegetables** for them to eat … Omit
Mulberry	***Maeheonsilgi* (梅軒實紀)** About when **mulberries** were about to ripen, people lied underneath the tree, but couldn't easily climb up the tree to get them, so the duke sometimes took of his top and shook the tree himself for the people to gather **mulberries** and eat.
Cherry	***Jojeongimnanilgi* (趙靖壬亂日記) (1592, Year 25 of King *Seonjo*)** May 5 Omit … The old woman gave half a bottle of liquor made with millet and 2 bowls of acorn liquor. *Kim Jing* (金 澄) also sent a box of **cherries**, which was brought by his servants brought from their homes. Now that I think about it, today is *Dano* (端午). … Omit
Hunting・Herb	***Jojeongimnanilgi* (趙靖壬亂日記) (1592, Year 25 of King *Seonjo*)** May 17 Omit … Since a few days ago, the people hunting and picking herbs in the woods started killing the Japanese enemy, which the number of deaths already reached over 10 … Omit

하여 가난한 백성에게 나누어 주고도 아직 수십만 곡(斛)이나 된다.'는 기록과 그 외 쌀, 밀, 보리 등 넓은 들판의 풍부한 곡식과 소, 닭 등 풍부한 농축산물과 산이 많아 사냥으로 짐승을 잡고 약초도 캐고 공검지에서 물고기도 잡은 기록으로 보아 상주는 예부터 참으로 다양하고 풍부한 식품재료가 생산되는 풍요로운 고장이었음을 추측할 수 있다.

3) 정기룡 장군과 음식문화

정기룡(1562~1622: 명종 17-광해 14) 장군의 초명은 무수(茂樹), 자는 경운(景雲), 호는 매헌(梅軒)이라 하였는데, 1562년(명종17) 좌찬성 정 활(鄭 活)의 셋째 아들로 진주 곤양에서 태어났다. 1580년(선조13)에 향시에 합격하고, 그 다음해에 진주 강씨 세정의 딸과 혼인하였다. 1586년(선조19)에 무

과에 급제하였고, 이 때 선조의 명으로 기룡(起龍)으로 이름을 바꾸었다. 상주판관(尙州判官)을 거쳐 상주목사(尙州牧使)로 통정대부에 올랐으며, 경상우도 병마절도사에 승진하였다. 1617년에는 삼도통제사 겸 경상우도 수군절도사에 올랐다가 1622년 통영의 진중에서 순직하였다. 시호는 충의(忠毅)이며, 1604년 선무원종 1등 공신(行牧使)에 올랐다. 정기룡 장군 관련 유적으로는 상주에 충의사와 신도비 등이 있으며, 옥대를 포함한 보물 5점 및 관련 교지 등 83점의 유물이 상주박물관에 기탁 보관되어 있다. 또한 관련 문헌으로 매헌실기가 있고 상주 충렬사 및 충의사에 배향되어있다. 상주성 탈환에 대한 다른 기록은 거의 없고 매헌실기 및「*Haedongmyeongjangjeon*, (해동명장전, 海東名將傳)」「*Jeonggiryongjeon* (정기룡전, 鄭起龍戰)」에 그 내용이 비교적 구체적이고 자세히 적혀 있다(Hong YH. 「*Haedongmyeongjangjeon* (해동명장전, 海東名將傳)」 1794).

정기룡 장군은 임진왜란 시 바다의 명장 이순신장군에 버금가는 육지의 명장으로 임진왜란 초기 상주성이 함락되어 오도 가도 못하는 위기에 처해 있는 상주를 구하여 임진왜란 발발 후 최초의 승리를 거둔 국난극복의 인물이다. 이와 같이 임진왜란 시 상주성을 탈환하여 국난극복의 중심인물

<Table 3> General *Jeong* and *Sangju*'s regional food during *Imjinwaeran*

Division		Reference Content
Staple Food	*Bap* (밥)	***Maeheonsilgi* (梅軒實紀)**
		The house of nobility is different from that of normal people. and hence they should care for others more, so they took care of their little children, dressed them, and gave them rice.
		***Jojeongimnanilgi* (趙靖壬亂日記) (1592, Year 25 of King *Seonjo*)**
		April 30 Now that I try it, it tastes better than millet or broomcorn rice and helped filling my stomach greatly. so it must be a great ingredient for us. Omit
	Juk (죽)	***Maeheonsilgi* (梅軒實紀)**
		Carrying thick and watery *jug* (죽) on the donkey and he went through the countryside and helped hungry and poor people that could not farm, and the people worked hard on farming just like normal days.
	Mieum (미음)	***Jojeongimnanilgi* (趙靖壬亂日記) (1592, Year 25 of King *Seonjo*)**
		April 25 Omit … Was able to regain energy after rushingly drinking the *mieum* (미음)… Omit
Liquor	Meal and Liquor (酒食)	***Maeheonsilgi* (梅軒實紀)**
		Omit … Sometimes held the event of treating reputable elders in the village with meal and liquor (酒食). (Omit) There was *Seongmunseodang* (석문서당) to the north of Sangju, and this was planned and operated by the duke.
	White Liquor (白酒)	***Jojeongimnanilgi* (趙靖壬亂日記) (1592, Year 25 of King *Seonjo*)**
		June 16 Tomorrow's the first anniversary of my grandmother's death. *Jinsagong* (진사공) and aunt enshrined grandmother's ancestral tablet and were at *Hwasan Sangam* (화산 상암), so I briefly prepared *Baekju* (白酒), *Gyejeok* (鷄炙), *Eojeok* (魚炙) and... Omit
	Millet liquor (좁쌀술) · Acorn liquor (상수리술)	***Jojeongimnanilgi* (趙靖壬亂日記) (1592, Year 25 of King *Seonjo*)**
		May 5 Omit … The old woman gave half a bottle of liquor made with millet and 2 bowls of acorn liquor. *Kim Jing* (金 澄) also sent a box of cherries, which was brought by his servants brought from their homes. Now that I think about it, today is *Dano* (단오절). … Omit
Side Dishes	Groceries (찬거리)	***Jojeongimnanilgi* (趙靖壬亂日記) (1592, Year 25 of King *Seonjo*)**
		May 4 Omit) We ran out of groceries so we used one of the cows we brought along in 3 different places.
	Gyejeok (鷄炙) · *Eojeok* (魚炙)	***Jojeongimnanilgi* (趙靖壬亂日記) (1592, Year 25 of King *Seonjo*)**
		June 16 Tomorrow's the first anniversary of my grandmother's death. *Jinsagong*(진사공) and aunt enshrined grandmother's ancestral tablet and were at *Hwasan Sangam*(화산 상암), so I briefly prepared *Baekju* (白酒), *Gyejeok* (鷄炙), *Eojeok* (魚炙) and... Omit

인 정기룡 장군과 관련 있는 상주의 음식을 「*Maeheonsilgi* (매헌실기, 梅軒實記)」와 「*Jojeongimjillangirok* (조정임진란기록, 趙靖壬辰亂記錄)」의 내용을 통하여 살펴보면 상주성이 왜군에 함락되어 백성들이 굶주림에 처해있었던 동안 백성을 먹여 살리고, 군사들에게 먹을거리를 제공하는 일들이 적을 물리치는 일 보다 우선하여 행하여 졌으며 그 힘으로 지역의 의병과 백성들과 힘을 합하여 상주성을 탈환한 원동력이 되었음을 알 수 있다. 그 당시 기록에서 그 시절 상주지역에서 구할 수 있는 먹거리와 음식들을 살펴볼 수 있으며 그 내용은 <Table 3>과 같다.

매헌실기의 기록에 '사대부 집 아이들에게 밥을 먹이고', 기장밥, 조밥의 기록 등으로 양식의 형편에 따라 곡식은 달라지나 주식의 음식은 밥이 으뜸이었음을 알 수 있다. 또한 매헌실기에 '된 죽과 묽은 죽을 당나귀에 싣고 굶주린 백성을 구하였다'하니 양식이 부족하여 된 죽, 묽은 죽 등으로 연명하였다고 볼 수 있다. 조정임란일기에는 '미음을 마신 뒤에야 겨우 기력을 차릴 수 있었다.' 기록으로 기력회복용으로 미음을 먹었음을 알 수 있다.

술 류의 기록으로는 술과 음식을 덕망 있는 노인에게 대접하였다는 매헌실기의 기록과 조정임란일기에 외조모 첫 기일에 백주와 닭적과 생선적 등을 마련한 기록 등으로 보아 전쟁 중이었지만 노인 공양과 봉제사에 좋은 음식으로 성의를 다하는 노인공경의 유교적인 정신을 볼 수 있겠다. 또한 조정임란일기 기록으로 보아 전쟁 중에도 좁쌀술과 상수리술 등 거친 재료로 빚은 술로 조선시대 4대 명절 중 하나인 단오절 시식을 맛보는 정신적 여유도 함께 짐작 할 수 있다.

2. 연구방법

본 연구의 목적은 조선중기 임진왜란 시 국난극복의 인물인 정기룡장군에 대하여 스토리텔링화 한 스토리를 통하여 상주의 역사적 지리적 특성과 상징성이 연계된 향토 음식 콘텐츠를 재구성하여 상주의 명품 향토음식을 개발하고자 하였다. 연구과정은 임진왜란 당시 상주의 역사적 문화적 실상을 잘 나타내주는 문헌인매헌실기, 조정임진란기록, 「*Geomgan-seonsaengmunjip* (검간선생문집, 黔澗先生文集)」 (Jo SH 2008) 등의 텍스트를 분석하여 당시 상주의 음식문화를 살펴보았으며, 신증동국여지승람, 상산지, 조선왕조실록중 선조실록과 세종실록지리지 중 태백산사고본 경상도 상주목조의 토산의 내용을 분석하여 식재료로 삼았다. 그리하여 '정기룡 장군 밥상', '상주성 탈환 전시용 음식', '정기룡 장군 주안상' 등을 재현한 후 연출하고 스토리텔링화 하여 콘텐츠를 개발하였다. 또 스토리텔링으로 재현 연출한 상차림 음식을 조리과학적으로 조리법을 설정하였다. 재구성한 상차림 음식을 「*Donguibogam* (동의보감, 東醫寶鑑)」 (Yun SH, Kim HJ ed. 2006) 탕액편 식재료의 효능성에 비추어 건강 효능성을 추가적으로 기술하였다.

III. 결과 및 고찰

1. 상차림 재현을 위한 밥상 연출

1) 정기룡장군 밥상

'정기룡장군 밥상'은 조밥, 팥잎국, 은어구이, 배추무전, 콩나물횟집, 팥잎나물, 무나물, 시래기된장무침을 한 상차림으

<Table 4> Configuration of 'General *Jeong*'s Table' menu

Topic	Division	Menu (Applications Menu)	Main ingredients	Recipe
General *Jeong*'s table =Valiant Spirit	*Bap* (밥)	*Jobap* (조밥) *Bolibap* (보리밥)	millet, rice	Wash and cook miller/rice
	Guk (국)	*Patipguk* (팥잎국) *Baechusogdaeguk* (배추속대국)	red bean leaf, bean flour, *Doenjang* (된장)	Coat red bean leaf with bean flour and cook *Tojangguk* (토장국)
	Gui (구이)	*Euneogui* (은어구이) *Gojgamtteokgalbi* (곶감떡갈비)	sweetfish	Salt the sweetfish and grill on a gridiron
	Jeon (전)	*Baechumujeon* (배추무전)	napa cabbage, white radish, wheat flour	Clean cabbage and radish, and griddle jeon
	Namul (나물)	*Kongnamulhoejib* (콩나물횟집)	bean sprout, bean flour	Parboil bean sprout and coat with bean flour
		Patipnamul (팥잎나물)	red bean leaf, bean flour	Coat cleaned red bean leaf with bean flour and steam
		Munamul (무나물)	white radish	Shred white radish and stir-fry
		Silaegidoenjangmuchim (시래기된장무침)	*Siraegi* (시래기) (dried radish leaves), *Doenjang* (된장)	Steam dried radish leaves and season it in *Doenjang* (된장)
	Kimchi (김치)	*Kongipkimchi* (콩잎김치) *Samsaekyeongeunchojeolim* (삼색연근초절임)	bean leaf, glutinous rice flour, garlic, scallion	Add soft bean leaf to glutinous rice starch and ferment it

로 <Table 4>에 제시하였다. '정기룡장군 밥상'은 전쟁 중의 일상식으로 관련 문헌의 텍스트를 바탕으로 발굴한 콘텐츠와 식재료를 중심으로 전쟁 중 필요한 에너지와 영양을 충분히 공급할 수 있도록, 또한 정기룡장군의 용맹한 기상을 상징적으로 표현할 수 있도록 구성하였다.

주식인 밥은 조밥 또는 보리밥으로 구성하였다. 상주는 예부터 토질이 기름지고 물이 풍부하여 쌀을 비롯하여 보리, 밀, 조 등이 생산되어 형편에 따라 다양한 밥을 해먹었으며 풍부한 주식으로 필요한 에너지를 보충하였다고 볼 수 있다. 국은 팥잎국으로 팥잎에 콩가루를 묻혀 토장국에 넣어 끓이는 방법으로 경상도 상주만의 특색 있는 향토음식으로 팥잎이 주재료이며, 된장과 콩가루는 전쟁 수행 중 필요한 단백질과 비타민이 풍부한 식품이다. 구이는 은구어로 선정하였다. 신증동국여지승람과 상산지의 은구어, 공검지의 물고기 등의 기록으로 보아 당시 은어구이는 맛있고 귀한 음식으로 손님 접대용으로, 또한 훌륭한 단백질 음식이었음을 알 수 있다. 상주는 낙동강으로 흘러들어가는 지류하천이 많고 수량이 풍부하여 민물고기는 평소 중요한 단백질 급원이었을 것이다. 한편 쇠고기나 닭고기 등 육류는 특별한 경우 먹을 수 있었을 것으로 짐작되며, 현재 지역 명품 브랜드인 명실상감한우와 상주곶감을 이용한 곶감떡갈비도 같이 선정하였다. 전은 배추무전으로 경북 북부지역에서는 명절과 제사 음식으로 빠지지 않는 음식이며 낙동강변의 비옥한 땅에서 생산된 배추와 무를 이용한 전으로 비타민과 지방을 섭취할 수 있는 영양이 풍부한 음식이라 할 수 있겠다. 나물은 콩나물횟집과 팥잎나물, 무나물, 시래기된장무침으로 구성하였다. 콩나물횟집은 콩나물을 아삭거릴 정도로 데쳐서 된장과 소금으로 살짝 묻혀 물기를 제거하고 볶은 콩가루를 만들어 고루 묻히는 방법으로 동물성 식품이 부족하여 단백질이 부족한 부분을 식물성 단백질을 이용해 영양을 보충하는 조상의 지혜가 엿보이는 조리방법이기도 하다. 팥잎나물은 제철에 어린 팥잎을 채취하여 그늘에 말려두었다가 말린 팥잎을 데쳐서 송송 썰어서 된장으로 밑간을 하고 날콩가루를 묻혀 냄비에 담고 육수를 자작하게 부어 은근하게 끓인 음식으로 섬유질이 풍부하고 팥잎의 비타민과 콩가루의 단백질을 섭취할 수 있는 음식으로 겨울철 저장식품으로 이용 할 수도 있다. 김치는 여름철에는 경상도 향토음식인 콩잎김치, 가을철에는 공검지의 연근을 이용한 연근초절임을 선정하였다. 이상에 선정된 '정기룡장군 밥상'의 구성은 전쟁 중 손쉽게 구할 수 있는 상주 특산물을 이용한 충분한 열량과 콩을 이용한 단백질, 제철 채소의 비타민이 풍부한 건강식으로 추천할 수 있다.

<Figure 1> General *Jeong*'s Table.

이상의 스토리텔링을 활용하여 임진왜란 중 국난극복의 용맹한 기상의 상징인 '정기룡장군 밥상'을 재현 연출하여 <Figure 1>에 제시하였다.

2) 상주성 탈환 전시 음식

선조실록 100권, 31년(1598) 5월 2일 4번째 기사에 '경리접대 도감이 행장이 보낸 주은례의 동정과 왜적에 대한 대책 등을 아뢰다. 상주 등지에 주둔하고 있는 군대는 이미 군량이 떨어져 나물 뿌리와 버들 순만 먹는다고 한다. 급히 방법을 강구하여 운반해 접대하도록 도모해야 할 것이다.' 등으로 보아 전쟁 중에 군량미가 부족함을 알 수 있다.

이에 '상주성 탈환 전시 음식'은 전쟁 중 군사들의 전시용 급식으로 편의성을 강조하고 문헌의 텍스트를 기초로 상주의 특산물과 음식문화를 바탕으로 콩가루주먹밥, 뽕잎죽, 감장아찌, 오디곶감모듬박이 떡으로 상차림을 구성하여 <Table 5>에 제시하였다.

<Table 5> Configuration of table menu during the 'War of Retaking *Sangjuseong* (尙州城)'

Topic	Division	Menu	Main ingredients	Recipe
Sangjuseong retake wartime food =Ease	*Bap* (밥)	*Konggalujumeogbap* (콩가루주먹밥)	rice, bean flour	Wash and cook rice, make it into rice balls and coat with bean flour
	Juk (죽)	*Ppongipjuk* (뽕잎죽)	mulberry leaf, rice, *Doenjang* (된장)	Boil *Tojangguk* (토장국) with *Doenjang* (된장), and add mulberry leaves and soaked rice to took *Juk* (죽)
	Jangajji (장아찌)	*Gamjangajji* (감장아찌)	persimmon	Boil salt water and cool down, and pour over persimmon and ferment
	Tteok (떡)	*Odigojgammodeumbagi* (오디곶감모듬박이)	mulberry, dried persimmon, walnut, chestnut, jujube, black bean, rice	Add mulberry, dried persimmon, walnut, chestnut, jujube and bean with rice powder and steam

<Figure 2> Table menu during the 'War of Retaking *Sangjuseong* (尙州城)'.

상주는 예부터 삼백의 고장으로 누에와 곶감, 쌀의 명산지이다. 이에 특산물인 뽕나무 잎을 이용하여 된장을 풀은 토장국에 뽕잎과 쌀을 넣어 쑨 뽕잎죽을 선정하였다. 전쟁 중 뽕잎죽은 뽕잎의 효능이 아미노산이 24가지나 들어있으며, 이는 술을 분해시켜주는 알리닌과 아스파라긴산 성분이 풍부하여 뇌속의 피를 잘 돌게 하고 콜레스테롤 제거 및 노인성치매를 예방해주는 세린과 타이론신 성분이 각각 1.2%, 0.8% 들어 있고 칼슘과 철분을 비롯한 50여종 이상의 미네랄이 풍부하게 들어있다. 무와 비교해보면 뼈를 튼튼하게 해주고 골다공증을 예방해주는 칼슘은 60배, 혈액의 구성성분인 철분은 160배, 우리 몸속에 여러 가지 성분을 만드는 인은 10배나 더 들어 있다. 한편으로 뽕잎죽은 조리법도 간편하고 영양분도 우수하여 전시음식으로 좋은 음식이 될 수 있다.

일찍이 우리의 주식 문화는 쌀과 잡곡을 겸하는 혼식으로 토질과 기후와 계절에 따라 다양하게 생산되는 곡식을 이용한 다양한 잡곡밥을 지어 주식으로 삼았다. 이는 식량생산의 다양성과 영양공급의 우수성을 장점으로 들 수 있겠다. 콩가루주먹밥은 전쟁 시 영양이 풍부하고 간편한 음식이며, 상주는 감의 주산지로 감장아찌는 밥과 죽을 먹을 때 좋은 반찬이 될 수 있다. 또한 신증동국여지승람, 세종실록지리지, 상산지에 상주의 토산으로 수록된 오디, 곶감, 호두, 밤, 콩을 쌀가루와 함께 섞어 시루에 찐 설기떡인 오디곶감모듬박이떡은 먹으면 든든하고 휴대가 간편하고 보관이 용이하여 전시음식으로 좋을 것이다.

이상의 스토리텔링을 활용하여 임진왜란 중 상주성 탈환 시 영양이 풍부하고 편리하게 병사들에게 제공할 수 있는 음식으로 '상주성 탈환 전시 음식'을 재현 연출하여 <Figure 2>에 제시하였다.

3) 정기룡 장군 주안상

'정기룡장군 주안상'은 장군의 기력보충과 구원군으로 온 명나라 장수 접대용 상차림으로 문헌의 텍스트를 기초로 상주의 특산물과 음식문화를 바탕으로 기상이 넘치는 정기룡 장군의 주안상 상차림으로 닭백숙, 곶감쌈, 콩죽지짐, 상수리술로 구성하여 <Table 6>에 제시하였다.

매헌실기의 내용을 보면 '공은 검호(공검지)의 둑을 터서 물고기를 잡아 풍성한 음식으로 명나라 장수와 군사들을 접대하고 공이 친히 스스로 꼴을 베어 군마에 공급하니 명나라 장수는 공을 성심으로 접대하는 것이 다른 고을보다 다른 점에 감동하여 혹시 모자란 일이 있더라도 꾸지람을 가하지 않았던 것이다 …'는 내용으로 정기룡장군이 명나라 장수와 군사들을 접대에 많은 공을 들이고 있었음을 알 수 있다. 조정임란일기 5월 5일 기록에 '좁쌀로 빚은 술 반병과 상수리술 두어 사발을 주었다.' 또 조정임란일기 4월 30일 기록에 '무명 반 필을 써서 상수리 열 닷 말을 바꿔 깍지를 벗겨 빻으니 겨우 일곱 말 남짓 되었다.'의 내용을 통해 상수리를 구해 술을 빚어 먹었음을 짐작하여 상차림을 구성하게 되었다.

조정임란일기 4월 30일 '무명 한 필을 이웃 노파에게 팔아서 겉조 서 말과 콩 서 말 두 되, 팥 한 말을 샀고'의 내용으로 보아 콩의 생산이 많아 식재료로 많이 이용되었음을 짐작할 수 있음에 콩죽지짐을 상차림으로 구성하게 되었으며, 콩죽지짐은 불린 콩을 알갱이가 있을 정도로 갈아서 메밀가루와 되직하게 반죽하여 지져낸다.

닭백숙은 전쟁 중 지치고 힘들 때 기력을 보충하고, 명나

<Table 6> Configuration of 'General *Jeong*'s Liquor Table' menu

Topic	Division	Menu	Main ingredients	Recipe
General *Jeong*'s liquor table =Energy supplements, Hospitality	*Baeksuk* (백숙)	*Dakbaeksuk* (닭백숙)	chicken, glutinous rice, ginseng, chestnut, walnut, pine mushroom, manna lichen, milk vetch root	Put ginseng, chestnut, walnut, pine mushroom, manna lichen, milk vetch root into chicken's belly, and steam in a caldron Pick up cooked chicken and add glutinous rice into the soup to make *Juk* (죽)
	Silgwa (실과)	*Gojgamssam* (곶감쌈)	dried persimmon, walnut	Remove seed from dried persimmon, add walnut and roll
	Jeon (전)	*Kongjugjijim* (콩죽지짐)	black bean, buckwheat flour	Grind soaked beans, add buckwheat flour to make it thick, and panfry
	Sul (술)	*Sangsulisul* (상수리술)	acorn, nonglutinous rice, glutinous rice, yeast	Brew alcoholic beverage with yeast, nonglutinous rice, glutinous rice and acorn

<Figure 3> General *Jeong*'s liquor table.

라 장수를 접대할 때 술안주로도 매우 좋은 음식이기도 하며, 현재 상주는 양계산업이 발달하여 국내 굴지의 닭 가공공장이 있다. 또한 속리산 등 산이 많아 약재를 구하기가 쉬워 약재를 이용하여 기력보충용 닭백숙을 상차림으로 구성하게 되었다. 상주는 감의 명산지이고 상주곶감은 지역브랜드로 전국에 알려진 상주의 특산물이기도 하여 곶감쌈을 상차림으로 구성하였다.

이상의 스토리텔링을 활용하여 장군의 기력보충과 구원군으로 온 명나라 장수 접대용 상차림으로 기상이 넘치는 '정기룡장군의 주안상'을 재현 연출하여 <Figure 3>에 제시하였다.

2. 동의보감을 통하여 본 '정기룡장군 밥상'의 건강 효능성

스토리텔링으로 재현 연출한 정기룡장군 밥상의 상차림 음식을 조리 과학적으로 조리법을 설정하고 1610년(광해 2) 명의 허준이 지은 우리나라 대표적인 한의학서인 동의보감 탕액편 식재료의 효능성에 비추어 식재료의 건강 효능성을 살펴보고 그 결과를 <Table 7>에 정리하여 나타내었다(Yun SH, Kim HJ ed. 「*Donguibogam* (동의보감, 東醫寶鑑)」 2006).

<Table 7> Efficacy of ingredients on 'General *Jeong*'s Table' found in 「*Donguibogam*」

Ingredient			Effects	Original text
General *Jeong*'s table	*Jobap* (조밥)	Millet	Calms *Singi* (腎氣), eliminates heat in spleen-stomach (脾胃), gives energy, makes urinate easier, and helps the functions of spleen and stomach.	養腎氣, 去脾胃中熱, 益氣, 利小便, 益脾胃.
		Nonglutinous rice	Calms and strengthens stomach-*qi* (胃氣), warms inside the stomach to stop dysentery, and gives energy to remove stuffiness.	平胃氣, 長肌肉, 溫中止痢, 益氣除煩.
	Patipguk (팥잎국)	Red bean leaf	Stops frequent urination, removes bodily fever and stuffiness, and brightens the eyes.	止小便數, 去煩熱, 明目.
		Bean flour	Soothes full stomach, digests grains, calms swelling, and eliminates *numbness* (痺).	止腹脹, 消穀, 去腫, 除痺.
		Doenjang (된장)	Usually used for headaches, and *chills and* fever (氣) due to cold diseases (傷寒). Enduces sweat to soften joints.	主傷寒頭痛, 寒熱, 氣. 發汗, 通關節.
		Scallion	Is used for chills and fever (氣) due to cold diseases (傷寒), and swelling of face and eyes due to stroke. Treats swelling soar throat (喉痺), strengthens the fetus, brightens the vision, removes gansa (肝邪), and facilitates bowel movement and urination. Treats bundon (奔豚) and beriberi (脚氣).	主傷寒寒熱, 中風面目腫. 療喉痺, 安胎, 歸目, 除肝邪, 利五藏, 殺百藥毒, 通大小便. 治奔豚, 脚氣.
	Gui (구이)	Sweetfish	Calms the inside and strengthens stomach. It is good to make *Guk* (국) along with ginger.	寬中健胃. 合生薑作羹良.
	Jeon (전)	White radish	Digests, eliminates dambyeok (痰癖), stops thirst, softens the joint, and controls the bad energy of the five internal organs. Treats coughing blood, emaciating due to exhaustion and coughing due to lung disease.	消食, 去痰癖, 止消渴, 利關節, 練五藏惡氣. 治肺吐血, 勞瘦咳嗽.
		Napa cabbage	Digests, brings down the energy, boosts the functions of bowel-stomach (腸胃), removes heat in the chest, quenches thirst due to drinking, and stops thirst.	消食下氣, 通利腸胃, 除胸中熱, 解酒渴, 止消渴.
		Wheat	Eliminates the symptom of not sleeping well due to bodily fever and stuffiness in the chest, stops thirst, facilitates urination, and strengthens liver-*qi* (肝氣).	主除煩熱少睡, 止燥渴, 利小便, 養肝氣.
	Namul (나물)	Radish leaf	Usually helps the functions of five internal organs, digests, and bring down the energy. Treats jaundice, makes the body feel lighter, and gives energy.	主利五藏, 消食下氣. 療黃疸, 輕身益氣.

<Table 7> Efficacy of ingredients on 'General *Jeong*'s Table' found in 「*Donguibogam*」 (continued)

Ingredient			Effects	Original text
Sangjuseong retaking wartime food	*Juk* (죽)	Mulberry leaf	Removes beriberi (脚氣) and edema, helps the function of large and small intestines, bring the energy down, and eliminates pungtong (風痛).	除脚氣, 水腫, 利大小腸, 下氣, 除風痛.
		Nonglutinous rice	Calms and strengthens stomach-qi (胃氣), warms inside the stomach to stop dysentery, and gives energy to remove stuffiness.	平胃氣, 長肌肉, 溫中止痢, 益氣除煩.
	Tteok (떡)	Chestnut	Replenishes energy, thickens bowel-stomach (腸胃), supplements *Singi* (腎氣) and prevents hunger.	益氣, 厚腸胃, 補腎氣, 令人耐飢.
		Walnut	Circulates the meridian system (經脈), smooths the tense vessels, and blackens, thickens, and strengthens the hair.	通經脈, 潤血脈, 黑髮, 令人肥健.
		Nonglutinous rice	Calms and strengthens stomach-qi (胃氣), warms inside the stomach to stop dysentery, and gives energy to remove stuffiness.	平胃氣, 長肌肉, 溫中止痢, 益氣除煩.
		Jujube	Calms the inside, provides nutrition to spleen (脾), protects the five internal organs, and helps with the twelve main meridians (十二經脈). Protects the bodily fluid, ventilates the none bodily holes, strengthens the will, and harmonizes different medicines.	安中, 養脾, 補五藏, 助十二經脈, 補津液, 通九竅, 强志, 和百藥.
		Dried persimmon	Warms and recuperates, thickens the bowel-stomach (腸胃), strengthens spleen-stomach (脾胃), digests undigested food, eliminates freckles and extravasate blood (瘀血) on face, and soothes the voice.	卽日乾者, 性冷[一云平]. 溫補, 厚腸胃, 健脾胃, 消宿食, 去面, 除宿血, 潤聲喉.
		Small black bean	Calms the inside, brings down the energy, circulates the pulsation, and releases *Geumseongnyakdok* (金石藥毒).	調中, 下氣, 通關脈, 制金石藥毒. 生田野, 小而黑.
		Mulberry	Usually used to remove thirst. Makes the five internal organs circulate well. It removes hunger if taken for a long time.	主消渴. 利五藏, 久服不飢.

동의보감내상(內傷)문에는 '水穀爲養命之本(수곡위양명지본): 음식물이 생명의 근본이다'라고 쓰여 있다. 이는 평소의 음식물의 섭취가 건강을 좌우하고 중요함을 강조한 말이다. 우리의 전통 식생활은 음식물 섭취로 생명을 유지하고 건강을 지키고 병을 예방하고 병을 고치는 약식동원의 정신을 바탕으로 하고 있다.

또 <Table 8>에 나타난 바와 같이 '정기룡장군 밥상'의 건강 효능성은 기운이 나게 하며 소화를 잘 시키고 비위를 튼튼히 하며 오장을 잘 통하게 하는 음식들로 구성하였다. '상주성 탈환 전시 음식'의 건강 효능성은 배고프지 않고 기운이 나게 하고 각기와 수종을 없애고 대 소장을 잘 통하게 하며 소화를 좋게 하고 설사를 멎게 하고 배탈을 낫게 한다. '정기룡장군 주안상'의 건강 효능성은 오장을 보하고 장위를 튼튼히 하고 양기를 돋우며 눈을 밝게 하며 정신을 맑게 하며 면역력이 향상된다.

이와 같이 정기룡장군 밥상은 오장을 보하고 비위를 튼튼히 하여 기운이 나게 하고 면역력을 높이고 정신을 맑게 하는 건강 효능성을 가진 좋은 음식들이라 할 수 있다.

IV. 요약 및 결론

본 연구에서는 상주 명품 향토음식의 개발을 위하여 상주지역의 역사적, 문화적 특성과 상징성이 연계된 감성이 담긴 스토리를 발굴하여 상주 향토음식의 콘텐츠를 개발하고자 하였다.

이에 임진왜란 당시 상주에서 왜적을 크게 물리쳐 국난을 극복한 정기룡장군의 행적과 임진왜란 당시 상주의 역사적 문화적 실상을 잘 나타내주는 문헌인매헌실기, 조정임진란기록, 검간선생문집 등의 텍스트를 분석하여 당시 상주의 음식문화를 살펴보았으며, 신증동국여지승람, 상산지, 조선왕조실록중 선조실록과 세종실록지리지 중 '태백산사고본' 경상도 상주목조의 토산의 내용을 분석하여 식재료로 삼았다. 그리하여 '정기룡 장군 밥상', '상주성 탈환 전시 음식', '정기룡장군 주안상' 등을 재현한 후 연출하고 스토리텔링화 하여 콘텐츠를 개발하였다. 또 스토리텔링으로 재현 연출한 상차림 음식을 조리과학적으로 조리법을 설정하였다. 또한 동의보감 탕액편 식재료의 효능성에 비추어 재구성한 상차림 음

<Table 7> Efficacy of ingredients on 'General *Jeong*'s Table' found in 「*Donguibogam*」 (continued)

Ingredient			Effects	Original text
General *Jeong*'s liquor table	*Konggalu-jumeogbap* (콩가루주먹밥)	Nonglutinous rice	Calms and strengthens stomach-*qi* (胃氣), warms inside the stomach to stop dysentery, and gives energy to remove stuffiness.	平胃氣, 長肌肉, 溫中止痢, 益氣除煩.
		Bean	Calms the organs, brings down the energy, circulates the pulsation, and releases *Geumseongnyakdok* (金石藥毒).	調中, 下氣, 通關脈, 制金石藥毒. 生田野, 小而黑.
	Gamjangajji (감장아찌)	Persimmon	Relaxes the tension in heart and lung, stops thirst, and treats lung disease and anger in heart. Stimulates appetite, treats eruption, cools down the stomach, stops the dryness in the mouth, and treats coughing blood.	壓胃間熱, 止口乾, 亦治吐血.潤心肺, 止渴, 療肺, 心熱. 開胃, 解酒熱毒
	Baeksuk (백숙)	Glutinous rice	Supplements *Jung-qi* (中氣) and stops intestinal convulsion. If consumed, it creates lots of heat and hardens the stool.	補中益氣, 止亂, 令人多熱, 大便堅.
		Hen	Usually used for removing thirst, frequent urination, *Jangbyeok* (腸癖), diarrhea, and dysentery. Strengthens the five internal organs, fills the bone marrow, strengthens *Jeong* (精), helps *yang-qi* (陽氣), and warms small intestine.	主消渴, 小便數, 腸泄痢. 補益五藏, 添髓補精, 助陽氣, 煖小腸.
		Chestnut	Replenishes energy, thickens *Bowel-stomach* (腸胃), supplements *Singi* (腎氣) and prevents hunger.	益氣, 厚腸胃, 補腎氣, 令人耐飢
		Walnut	Circulates the meridian system (經脈), smooths the tense vessels, and blackens, thickens, and strengthens the hair.	通經脈, 潤血脈, 黑髮, 令人肥健.
		Pine mushroom	Good aromatic flavor, similar to the scent of pine tree. Grown under the old pine tree in the woods, and is the best among mushrooms that are grown off trees.	味甚香美, 有松氣. 生山中古松樹下, 假松氣而生, 木茸中第一也.
		Ginseng	Usually used for insufficient energy in five internal organs. Stables the mind and spirit, brightens the vision, makes one wise and stops consumptions (虛損), stops vomiting and hiccups due to intestinal convulsion, treats vomiting pus due to lung diseases, and eases phlegm.	主五藏氣不足. 安精神, 定魂魄, 明目, 開心益智, 療虛損, 止亂嘔, 治肺吐膿, 消痰.
		Milk vetch root	Gives energy, fattens, and stops chills and fever (氣). Treats deafening due to weak kidney and old boils and blisters (瘡), removes pus, and stops pain. Also treats different children's diseases and *abnormal bleeding of fe*male genitalia (崩漏) and leukorrhea (帶下).	主虛損羸瘦. 益氣, 長肉, 止寒熱. 療腎衰耳聾, 治癰疽久敗瘡, 排膿止痛. 又治小兒百病, 婦人崩漏, 帶下諸疾.
		manna lichen	Clears the heart, strengths the stomach, stops blooding, elongates life, brightens the complexion and prevents hunger.	淸心, 養胃, 止血, 延年, 益顔色, 令人不飢. 生於名山石崖上,
	Sangsulisul (상수리술)	Acorn	Usually used for diarrhea and dysentery. Strengthens bowel-stomach (腸胃), fattens and strengthens, calms the stomach to stop diarrhea, fills the stomach, and enables to prepare for the famine.	主下痢. 厚腸胃, 肥健人, 澁腸止瀉, 充飢禦.
		Liquor	Usually circulates the medicine, eliminates all pathogenic qi (邪氣), bad and poisonous energy, circulates the vessels, strengthens bowel-stomach (腸胃), shines the skin, stops depression, and leads heart-to-heart talk.	主行藥勢, 殺百邪惡毒氣. 通血脈, 厚腸胃, 潤皮膚, 消憂發怒, 宣言暢意.
		Yeast	Calms and stomach-*qi* (胃氣), digests, and stops dysentery.	平胃, 消穀,
	Kongjukjijim (콩죽지짐)	Buckwheat	Strengthens bowel-stomach (腸胃) and helps the energy. Although it causes different kinds of diseases, it removes dirty residue in five internal organs and clears the mind.	實腸胃, 益氣力. 雖動諸病, 能鍊五藏滓穢, 續精神.
		Small black bean	Calms the inside, brings down the energy, circulates the pulsation, and releases *Geumseongnyakdok* (金石藥毒).	調中, 下氣, 通關脈, 制金石藥毒. 生田野, 小而黑.

<Table 8> Efficacy of 'General *Jeong*'s Table'

Table	Food	Effects
General *Jeong*'s table	*Jobap* (조밥)	Calms the stomach-*qi* (胃氣) and facilitates urination.
	Patipguk (팥잎국)	Digests grain, eliminates bodily heat and stuffiness, brightens the vision, and enables the joints to move better.
	Euneogui (은어구이)	Strengthens the stomach and calms the inside
	Baechumujeon (배추무전)	Digests well, brings the energy down, and circulates the bowel-stomach (腸胃). Stops the thirst, and soothes the joints. Stops the thirst due to liquor.
	Munamul (무나물)	Circulates the five internal organs, digests well, and supplements energy.
	Patipnamul (팥잎나물)	Stops frequent urination and clears the vision.
	Mucheongnamul (무청나물)	Circulates the five internal organs, lightens the body, and supplements energy.
Sangjuseong retaking wartime food	*Ppongipjuk* (뽕잎죽)	Warms the inside to eliminate beriberi (脚氣) and edema, and circulates the large and small intestines.
	Gojgamodimodeumbagitteok (곶감오디모듬박이떡)	Prevents hunger, supplements energy, strengthens bowel-stomach (腸胃), and circulates the five internal organs. Blacks, thickens, and strengthens hair.
	Konggalujumeogbap (콩가루주먹밥)	Plumpens and boosts digestion.
	Gamjangajji (감장아찌)	Quenches thirst, stops diarrhea, and treats upset stomach.
General *Jeong*'s liquor table	*Dakbaeksuk* (닭백숙)	Protects five internal organs, helps *yang-qi* (陽氣), plumpens, calms the mind and spirit, and clears the vision. Strengthens the will and prevents hunger.
	Sangsulisul (상수리술)	Strengths the bowel-stomach (腸胃) and stops diarrhea.
	Kongjugjijim (콩죽지짐)	Strengthens bowel-stomach (腸胃), calms the inside, removes dirty residue in five internal organs, and clears the mind.
	Gojgammali (곶감말이)	Strengthens capillaries, prevents hypertension, strengthens bronchial tubes and improves immunity.

식의 건강 효능성을 추가적으로 기술하였다.

그 결과 '정기룡장군 밥상'은 전쟁 중의 일상식으로 전쟁에 필요한 에너지와 영양을 충분히 공급할 수 있고 또 정기룡장군의 용맹한 기상을 상징적으로 표현할 수 있도록 조밥, 팥잎국, 은어구이, 배추무전, 콩나물횟집, 팥잎나물, 무나물, 시래기된장무침을 상차림으로 구성하였다.

'상주성 탈환 전시 음식'은 전쟁 중 군사들의 전시용 급식으로 편의성을 강조하여 콩가루주먹밥, 뽕나물죽, 감장아찌, 오디곶감모듬박이 떡을 상차림으로 구성하였다.

'정기룡장군 주안상'은 장군의 기력보충과 구원군으로 온 명나라 장수 접대용 상차림으로 기상이 넘치는 정기룡장군의 주안상 상차림으로 백숙, 곶감쌈, 콩죽지짐, 상수리술로 구성하였다.

또 스토리텔링으로 재현 연출한 정기룡장군 밥상의 상차림 음식을 1610년(광해 2) 명의 허준이 지은 우리나라 대표적인 한의학서인동의보감탕액편 식재료의 효능성에 비추어 건강 효능성을 살펴본 결과 정기룡장군 밥상은 오장을 보하고 비위를 튼튼히 하여 기운이 나게 하고 면역력을 높이고 정신을 맑게 하는 건강 효능성을 가진 좋은 음식들이라 할 수 있다.

이와 같이 상주 지역의 역사와 문화와 연계된 스토리텔링 기법을 활용하여 역사적 문화적 스토리를 가진 향토음식을 발굴하는 연구는 지역의 역사와 문화적 가치가 있는 향토관광 상품을 개발하고 지역의 자부심이 있는 역사 문화 교육과 식생활 교육에도 기여 할 수 있을 것으로 생각한다.

References

Hadong-gun. 2008. General Jeong Ki-ryong Port light project for research report.

Han KH. 2010. The research of Korea's culutral heritage and story-telling. J. Study's Korean Lang. Lit., 36(0) 614-615

Heo J (허준, 許浚). 「*Donguibogam* (동의보감, 東醫寶鑑)」. In: Yun SH, Kim HJ editors. 2006. Publisher donguibogam., Gyeongsangdo, Korea, pp 1965-2270

Hong YH. 1794. 「*Haedongmyeongjangjeon* (해동명장전, 海東名將傳)」

Jo J. 1597. 「*Jojeongimnanginok* (조정임진란기록, 趙靖壬辰亂記錄)」April 23-June 16. Korea

Jo SH. 2008. 「*Geomganseonsaengmunjib* (검간선생문집, 黔澗先生文集)」. Daebosa, Gyeongbuk

「*Joseonwangjosinnok* (朝鮮王朝實錄)」. (1413-1865). 「*Sejongsillokjiriji* (世宗實錄地理志)」(1544) '*Taebaeksansagobon* (太白山史庫本)' *Gyeongsangdo sangjumokjo*. Korea, volume 5, pp 645-648

Kim MH, Chung HK. 2010a. Development of Native Local Foods in Chungcheongnam-do by Storytelling. J. Korean Soc. Food Cult., 25(3):270-284

Kim MH, Chung HK. 2010b. Development on native local food contents through literature. J. East Asian Soc. Diet. Life, 20(5):639-654

Kim MH, Chung HK. 2013. Development of Local Food Content in J*inan-Gun* and *Gurye-Gun* through Storytelling. J. Korean Soc. Food Cult., 28(2):145-157

Lee H, Hong EP. 1530.「*Sinjeungdonggugyeojiseunglam* (新增東國輿地勝覽)」55 book 22 volumn *Gyeongsangdo, Sangjumok, Tosanjo*

Lee J, Kim JS. 2003. Sangsanji. Sangju Cultural Center, Gyeongbuk, Korea

Lee YJ. 2006. Analysis of current use of local food of adults in Gyeongju classified by age. J. Korean Soc. Food Cult., 21(6):577-588

Sangju Institute of Culture. 2007. Sangju of Cultural Property. Sangju-si, Gyeongbuk

Sangju-si, Yeungnam University national culture research center. 1999.「*Gukyeok Maeheonsilgi* (국역매헌실기)」. Hanilsa, Gyeongbuk, Korea

「*Seonjosillok* (宣祖實錄)」. (1567-1608). Sunso 46 book '*Taebaeksansagobon* (太白山史庫本)' '*Yeonginbon* (影印本)'. Korea, volume 22 pp 194

Received August 31, 2015; revised October 12, 2015; accepted October 12, 2015