

## 걸쭉한 오리고기에 미나리 환상 공합 영양만점

글. 한센병박물관 백미영 학예사

아주 오래전부터 사람에게 길들여진 오리는 식용 및 약용으로 이용되던 가축이다.

오리는 몇 가지 재미있는 특징이 있다. 물을 좋아하는 오리는 늘 물을 가까이 하지만 오리털에는 물이 스며들지 않는다. 왜냐하면 꼬리 부근에 있는 분비선에서 나오는 기름을 씬 없이 부리로 깃털에 바르기 때문이다. 이렇듯 오리털에는 늘 기름이 묻어 있어 물이 묻지도, 물에 빠지지도 않는다. 그렇다면 비눗물에서는 어떨까? 예상대로 비눗물에서는 뜨지 못하고 빠지게 된다. 비눗물이 깃털의 기름기를 빼앗아 버리기 때문이다.

혹시 뒷걸음질하는 오리를 본 적이 있는가? 우스꽝스러운 만화에 등장하는 오리는 살금살금 뒤로 걸기도 하지만 실제 오리는 앞으로만 걸을 수 있지 뒷걸음질을 못 친다. 그래서 철망이나 그물 같은 것에 몸이 걸리면 몸을 뒤로 뺄 줄 모르고 고집스럽게 앞으로만 뚫고 나가려고 하다가 상처를 입기도 한다.

그런가 하면 오리는 혼자 다니지 않는다. 암수 한 쌍이 짝지어 다니거나 여러 마리가 떼를 지어 다닌다. 새끼 오리들도 줄을 지어 어미를 따라 다닌다. 무리의 맨 앞에는 우두머리가 서고 이 우두머리의 지시에 따라 일사불란하게 행동한다고 한다.

오리는 거위와 함께 밤에도 활동하는 기질이 있어서 울타리만 있는 집에서는 개 못지않게 훌륭한 파수꾼 노릇을 한다. 오리는 낯선 사람을 보면 ‘픽픽’ 소리를 내어 쫓기 때문에 가끔 사람문 앞에서 오리와 사람 사이 대치상황이 연출되기도 한다.

조선 시대에는 과거에 응하는 이들에게 장원을 기원하는 의미의 ‘압유도(鴨遊圖)’를 선물했다. 압유도는 말 그대로 여유롭게 노니는 오리의 모습을 그린 그림이다. 오리를 뜻하는 ‘鴨’을 파자(破者)하여 으뜸 ‘甲’을 취해 행운을 축원하는 것이다. 보통 한 쌍의 오리를 그리는데 이는 소과(小科)와 대과(大科)에 모두 급제하기를 기원하는 의미이다.

오리는 아주 오래 전부터 우리 조상들에게 신앙의 대상으로 인식되었다. 좀 더 정확히 표현하자면 신앙의 대상과의 연결고리가 맞겠다. 고대인들에게 새는 영혼을 하늘로 인도하고, 봄이 되면 곡식의 씨앗을 물에다 주는 신성한 존재였다. 특히 오리는 물에 사는 새로 인간이 쉽게 접근할 수 없는 강이나 바다를 자유롭게 오갈 수 있는 영혼의 전달자로 여겨져 신성시되었다.

제의용으로 제작된 상형토기 중 가장 많은 수량을 차지하는 새모양의 토기가 이를 방증한다. 죽은 이의 영혼을 천상으로 인도할 새를 토기로 만들어 함께 매장한 것은 당시 장례의식에 새와 관련된 신앙이 강한 영향을 미치고 있었음을 의미한다.

또 잘 알려진 삼한시대의 솟대 꼭대기에도 오리가 얹혀있다. 삼한시대의 소도는 의례를 행하는 제사장의 영역으로 신성한 곳을 표시하기 위해 솟대를 세웠다. 신과 소통하는 제사장의 영역을 지키는, 혹은 그 경계에서 제사장과 신을 연결해주는 매개체로 오리가 선택되었다.

19세기 조선의 학자 이규경(李圭景 1788~1863)의 저술 ‘오주연문장전산고(五洲衍文長箋散稿)’에는 ‘오리(鴨)에도 몇 가지 종류가 있는데, 집에서 기르는 것도 있고, 야생인 것도 있으며 신라와 고려 때 오리를 키워 임금께 진상했다’는 기록이 있다.

‘재물보(才物譜)’에서 이만영(李晩永)은 ‘집오리의 수컷은 머리가 녹색이고 날개에는 무늬가 있으며 암컷은 누렁고 얼룩진 색이다. 물오리는 집오리와 비슷하나 이보다 작고, 청과 백이 섞인 색이고, 부리는 짧고, 다리는 작다’고 하였다.

우리가 알고 있는 집오리는 미국에서 개량된 종으로 온 몸이 흰색이고 노랑고 긴 부리를 가졌다. 그러나 우리나라의 토종 집오리는 청둥오리와 비슷했다.

잡식성으로 알려진 오리는 닥치는 대로 먹는다. 주변의 물고기며 작은 벌레는 물론 물풀의 뿌리와 줄기도 먹는다. 집에서 기르는 오리는 남은 음식을 처리해주는 기특한 청소부 역할도 한다.

알려진 것처럼 이런 특성을 활용하여 논에 오리를 놓아기르면 벼 포기 사이를 유평하며 해충을 잡아먹고 잡초도 뜯어먹기 때문에 무농약 쌀을 생산할 수 있도록 돕는다. 또 오리 배설물은 자연 거름이 되어 땅을 기름지게 한다.

이렇듯 긍정적 이미지의 오리이지만 밥상에서만큼은 그렇지 못했던 것이 사실이다. 맛 있는 닭을 잡아먹고 오리발을 내민다든지, 낙동강에 덜렁 남겨진 오리알 신세와 같은 부정적 표현을 보더라도 알 수 있다.

오리고기는 특유의 누린내가 있고 기름기도 많다. 때문에 저마다 특별한 비법을 사용해서 조리를 한다.

이런저런 사정에도 불구하고 ‘돼지고기는 남이 사줄 때 가끔 먹고, 닭은 직접 사서 먹고, 오리고기는 뺏어서라도 먹어라’는 말이 있다. 그 근거를 ‘동의보감(東醫寶鑑)’에서 찾아볼 수 있다.

‘동의보감’은 오리고기를 “補虛 除熱 和藏府 利水道”라고 소개하며, “인체의 허한 것을 돕고 지나친 열을 덜어주고, 오장육부를 조화롭게 해 소변을 잘 나오게 해준다”라고 풀이하고 있다.

오리고기는 해독과 보원에 좋은 대표적인 음식 중 하나로 레시틴이라는 성분이 있어 체내의 독소를 배출시켜주고 신장 기능을 개선해 주는데 탁월한 효능이 있다.

특히 요즘처럼 미세먼지가 극성인 때에는 오리에 포함되어 있는 불포화지방의 해독작용도 중요하다. 칼륨, 인, 마그네슘 등 무기질과 면역력을 강화하는 비타민 A 함량이 높아 면역체계를 강화하는 데 도움을 준다.

오리고기의 대중화는 1960년대 중반부터 가능해졌다. 닭에 비해 부화 조건이 까다로웠던 오리도 대량생산이 가능해지면서 양반들의 보양식이 아닌 서민들의 음식으로 태어나게 된 것이다.

광주 유동의 오리탕 골목도 그러했다. 유동 오리탕은 1970년대 나주에서 오리 농장을 경영하던 청년이 영업을 하다가 시작됐다고 한다. 오리 수요를 넓히기 위해 대만 수출은 물론 통조림 가공까지 노력을 하던 청년은 광주의 식당가를 돌며 오리요리를 권장하기에 이른다. 그러던 중 유동의 한 식당 주인으로부터 청동오리에 들깨가루와 미나리를 곁들여 먹는 요리방법을 전해 듣는다.

청년은 그 메뉴를 판매하는 조건으로 오리를 반값으로 공급하기 시작했고 들깨와 된장, 미나리를 곁들인 오리탕을 찾는 이들이 늘어났다. 자연스럽게 오리탕을 전문으로 하는 가게도 늘기 시작하면서 유동 일대에는 30여 개의 오리탕 전문점이 생겨나 80년대 말이 되면 광주 오리탕 골목은 제법 유명세를 타기 시작한다.

90년대를 지나면서 오리탕 열기가 주춤해지다가 싶었지만 웰빙바람을 타고 지금까지도 꾸준히 인기를 얻고 있다. 마니아층을 확보하면서 2003년 광주 북구청의 건강 음식의 거리 지정에 이어 현재는 광주시의 오리요리의 거리 타이들이 걸려 있다.



한소끔 끓여 나온 오리탕 뚝배기에 생 미나리를 올리면 팔팔하던 미나리대가 묵직하게 육수를 머금게 된다. 한 젓가락 집어 들깨 버무린 초장 소스에 찍어 먹으면 아삭하면서도 풍부한 육즙을 느낄 수 있다. 이렇게 먹다보면 넉넉하던 미나리도 어느새 바닥을 보이게 되는데, 그럴 때는 주인장을 불러 미나리를 추가하면 된다.

구이, 훈제처럼 다양한 요리가 있지만 유동 오리탕 골목에서는 탕을 주메뉴로 하고 있다. 국물 하나에 온갖 재료의 정수를 담아내기 때문에 그야말로 재미가 있는 맛이다.

오리탕의 맛을 좌우하는 비법은 바로 들깨가루로 만든 육수인데, 국산 들깨를 기계로 갈아 체에 걸러내기를 서너 번, 찌꺼기 없는 고운 들깨가루를 물에 풀어 오리를 넣고 푹 끓여내면 육수가 완성된다.

여러 재료와 양념을 섞어서 만든 유동 오리탕은 각 집마다 다양한 맛을 내며 재료

의 진수를 모두 국물로 녹여 내는 것이 특징으로 결쪽하고 구수한 맛이 일품이다. 푹고 걸쭉한 국물에는 오리고기 뿐만 아니라 토란대도 넉넉히 들어 있어 건더기 건져먹는 재미도 쏠쏠하다.

앞서 말했듯 유동 오리탕은 구수하다. 각종 양념은 물론 들깨와 된장으로 오리고기의 잡내를 없애고 푹 우려낸 국물에는 오리 한 마리의 영양이 그대로 녹아 있기 때문이다.

두툼한 오리고기도 결결이 찢어 초고추장 소스에 찍어 먹고 국물이 바닥을 보일 때쯤 밥을 넣어 쓱쓱 비비다 보면 허리띠를 풀고 있는 자신을 발견하게 될 것이다.

미나리의 효능도 오리고기 못지않다. 간에 쌓인 독소를 배출하도록 도와 숙취해소 등에 좋고, 혈중 콜레스테롤을 제거해 혈액순환에 도움을 주며 음식과 함께 체내에 흡수된 중금속을 배출하는 작용을 한다.

유동 오리탕 맛이야 50여년을 이어온 세월로 이미 증명되었고, 오리고기와 미나리의 환상궁합은 독자 여러분이 직접 체험해 볼 몫이다.

▶ 출처 : 전남일보 [2018.5.24]