



1700~1900년대 문헌에 나타난 응이류의 종류 및 조리과정 연구

최 남 순*

배화여자대학교 식품영양학과

Investigation of the Preparation and Cooking Methods of *Eungi* in the Eighteenth, Nineteenth, and Twentieth Centuries

Nam Soon Choi*

Department of Food Science and Nutrition, Baewha Women's University

Abstract

The purpose of this study was to investigate the preparation and cooking processes used to prepare *Eungi* in cookbooks published from the 1700s to the 1900s. '*Eungi*' is a thin gruel made of starch powder. Fourteen historical cookbooks were included and investigated for the preparation of ingredients and processing methods. Fourteen types of *eungi* were identified. Arrowroot *eui* and kuseonwangdogo *eui* were found in 『*Kyuhapchongseo*』 written in the early 1800s, and many types of *eungi* (i.e. job's tears *eungi*, arrowroot *eungi*, sorghum *eungi*, lotus root *eungi*) were mentioned in 『*Kunhakhoeung*』, but unfortunately, ingredients and cooking methods were not included. '*Eungi*' was made by boiling starch powder prepared using the 'subi method', that is, dried after grinding main ingredients such as job's tears using a millstone followed by soaking and settling. *Eungi* boiled with water or *omija* water were seasoned with the sugar or honey, and salt. These *eungis* were used for stomach complaints and hangovers and to promote longevity.

Key Words : *Eungi*, traditional thin gruel, job's tears *eungi*, arrowroot *eungi*, starch powder

1. 서 론

우리나라는 초기 농경시대부터 이미 죽을 식용했을 것으로 보이며, 그 역사는 주식의 발전단계에서 밥이나 떡의 이용보다도 더 앞섰을 것으로 보인다. 밥이 상용주식이 된 이후에 죽은 기호식, 보양식, 치료식, 구황식 등 다양한 용도로 발전되어왔다(Yoon 1999). 1700년대에도 이미 죽의 종류가 매우 많았으며(Kim et al. 1989), 1600년에서 1900년대 중반까지 문헌 연구(Shin & Cho 1996)를 통해 100여종의 죽이 보고된 바 있다. 궁중에서도 자릿조반이라하여 아침 수라로 죽상이나 응이상을 올렸으며, 청나라로의 연행(燕行)이나 일본의 통신사절(通信士節) 등에서도 아침식사를 죽으로 했던 것으로 보인다(Kang & Lee 1984).

죽은 또한 첨가하는 물의 양(농도), 재료의 상태, 용도 등에 따라 종류가 분화되어 미음, 응이, 압죽 등으로 분화되어왔다. 미음은 건더기를 없게 한 것으로, 쌀, 조 등에 10배 이상의 물을 붓고 푹 무를 때까지 끓여서 체에 반힌 음식이다(Yoon et al. 2015). 『*Jaemulbo* (才物譜)』(Lee 1798)에는 粥

之遺然者 미음'이라 하였고, 죽과 비교하여 미음은 수분 함량이 훨씬 많아 '음청류'의 한 범주로 분류하여 연구되기도 하였다(Lee et al. 2004). 17세기 이전의 주식류에 대한 문헌 연구에서 64종의 죽과 6종의 미음이 조사되었으며(Kim et al. 2006), 특히 보양식이나 치료식으로 죽 관련 연구가 많이 보고되었다(Park et al. 2016; Eom et al. 2017). 조선 왕실의 식치 처방 중에도 죽과 미음이 보양식이나 치료식으로 사용되었다고 연구 보고된 바 있다(Jeong et al. 2015).

응이(혹은 의이)는 곡식을 물에 담가 불려서 맷돌에 갈아서 앙금을 앉히고 이 앙금을 말려 두었다가 쏜 것이며(Jang & Lee 1989), 녹두, 갈근, 연근 등의 재료를 녹말가루로 만들고 물에 풀어서 저어가며 투명하게 끓인 죽보다 묽은 상태의 음식이다(Kang 1978). 응이의 종류로는 곡류를 원료로 한 메밀의이, 녹말의이, 수수의이, 울무의이와 칩뿌리 등 기타 원료를 이용한 갈분의이, 산약의이, 연뿌리의이 등이 보고되었다(Yoon et al. 1987). 응이는 많은 고문헌 연구에서 미음의 종류로 분류되었으며(Yoon et al. 1987; Jang & Lee 1989), 응이 자체에 대한 연구는 미흡한 실정이다. 의이는 원

*Corresponding author: Nam Soon Choi, Department of Food Science and Nutrition, Baewha Women's University, 34 Pirundaero 1 gil, Jongno-gu, Seoul 03039, Korea
Tel: +82-2-399-0883 E-mail: choens@baewha.ac.kr

래 울무(薺苳)를 의미하였으나, 1800년대 초 문헌인 『*Kyuhapchongseo* (閩閩叢書)』에 등장하는 ‘갈분(葛粉)의이’와 ‘구선왕도고의이’ 등과 같은 다양한 죽의 형태로 분화되었다는 연구가 보고된 바 있다(Lee 1985). 응이에 대한 식품 개발 연구는 오미자의이의 품질개선을 위한 재료의 처리조건에 대한 연구(Han 2007)와 연근응이의 제조 및 유통개발 연구(Kim et al. 2011) 등으로 연구가 저조하며, 현재는 많이 이용되지 않는 상태이다.

응이도 미음과 같이 보양음식의 하나로 이용되었으며(Yoon 1999), ‘구선왕도고’에 대한 인지도 연구(Lee 2000)에서도 ‘구선왕도고’가 노인에게 마땅하고 원기를 보한다는 『*Donguibogam* (東醫寶鑑)』의 기록을 인용한 바 있다. 이와 같이 울무, 연근, 수수, 갈근 등의 재료가 갖고 있는 약리적 효능 뿐 아니라 죽보다 묽은 상태의 음료와 같은 보양식으로 삼김이 어려운 노인을 위한 노인식으로도 많은 이용가치가 있다고 판단되므로 이에 대한 제조방법 및 재료 배합비 등의 연구가 필요하다고 판단된다.

이상에서와 같이 응이는 문헌상에 기록되어 있으나 현재는 거의 이용되지 않고 있고, 조리서에 음식명의 등장 시기나 재료 및 제조방법상의 특징에 대한 연구는 매우 부족한 실정이다. 따라서 본 연구에서는 고문헌과 근대문헌에 나타난 응이류의 종류와 특징을 살펴보고, 응이의 종류별 재료 배합비와 제조방법을 고찰하고자 한다. 이는 미음의 한 종류 이면서 음료와 죽의 사이에 해당하는 응이류를 식문화적 측면에서 살펴봄으로써 현대의 식품산업에서 보양음식 또는 물성을 고려한 기능성 노인식품으로의 활용 가능성을 알아보는 자료로도 의미가 있을 것으로 보인다.

II. 연구내용 및 방법

본 연구는 고문헌 및 근대문헌의 원문과 한글 번역본을 토대로 하여 문헌에 기록된 응이류의 종류, 응어의 변천과정 그리고 응이류의 재료와 조리방법 등을 조사하고 고찰하였다. 본 논문에서는 죽이라는 명칭으로 되어 있을지라도 조리법에 있어서 응이의 제조방법과 같이 녹말가루를 재료로 하여 만든 죽 형태의 음식을 모두 응이에 포함시켜 함께 고찰하였다.

자료 조사 및 분석에 인용된 문헌으로는 1500년대부터 1900년대 말까지의 문헌 중에서 응이류가 등장한 14편의 문헌을 대상으로 고찰하였다<Table 1>. 특히 17세기까지의 주석류 고찰 연구(Kim et al. 2006)에서 의이나 응이에 대한 기록에 없었음을 고려하여, 1700년대에서 1800년대의 고문헌과 1900년대의 근대 문헌을 위주로 검토하였다. 본 연구에서 응이의 재료 및 조리방법 등에 대한 분석 및 고찰에 활용된 문헌은 『*Sanlimgyeongje* (山林經濟)』, 『*Somunsaseol* (謏聞事說)』, 『*Jeungbosanlimgyeongje* (增補山林經濟)』, 『*Kyuhapchongseo* (閩閩叢書)』, 『*Imwonsibyukji* (林園十六志)』, 『*Kunhakhoedeung* (群學會騰)』, 『*Sieuijenseo* (是議全書)』, 『*Josun yorijebup* (朝鮮料理製法)』, 『*Josunmussangsinsikyorijebup* (朝鮮無雙新式料理製法)』, 『*Ganpyeonchosunyorijebup* (簡便朝鮮料理製法)』, 『*Woorinara umsikmandenenbup* (우리나라 음식만드는법)』, 『*Leejokungjungyoritongko* (李朝宮廷料理通攷)』, 『*Hankook yoribaekkwajun* (韓國料理百科事典)』, 『*The taste of Korea* (韓國의 맛)』이다.

또한 본 연구는 상기 고문헌(1700-1800년대)과 근대문헌

<Table 1> The lists of Korean traditional cookbooks analyzed

Literature	Year	Author
<i>Sanlimgyeongje</i> (山林經濟)	1715	Hong, Man Sun
<i>Somunsasul</i> (謏聞事說)	1720	Lee, Si-Phil
<i>Jeungbosanlimgyeongje</i> (增補山林經濟)	1767	Yu, Jung-Rim
<i>Kyuhapchongseo</i> (閩閩叢書)	1809	Pingheokak Lee
<i>Imwonsibyukji</i> <Jeongjoji> (林園十六志)	1827	Suh, Yu-Gu
<i>Kunhakhoedeung</i> (群學會騰)	Middle 1800s	Anonymous
<i>Sieuijenseo</i> (是議全書)	Late 1800s	Anonymous
<i>Josun yorijebup</i> (朝鮮料理製法)	1917	Bang, Sin Yeong
<i>Josunmussangsinsikyorijebup</i> (朝鮮無雙新式料理製法)	1930	Lee, Yong Gi
<i>Ganpyeonchosunyorijebup</i> (簡便朝鮮料理製法)	1934	Lee, Suk Man
<i>Woorinara umsikmandenenbup</i>	1957	Bang, Sin Yeong
<i>Leejokungjungyoritongko</i> (李朝宮廷料理通攷)	1957	Han, Hee Sun
<i>Hankook yoribaekkwajun</i> (韓國料理百科事典)	1976	Hwang, Hae Sung
<i>The taste of Korea</i> (韓國의 맛)	1987	Kang, In Hee

(1900년대)을 근거로 하여 문헌에 나타나 있는 응이의 출현과 변천과정을 고찰하였으며, 응이의 종류, 조리모형을 통한 재료의 처리방법 그리고 조리과정 등을 살펴보았다. 또한 응이가 보양음식으로 이용되었다는 점을 감안하여 응이의 효능에 대한 기록 등을 조사하고 분석하였다.

III. 결과 및 고찰

1. 응이의 종류 및 변천과정

응이류는 원료를 습식제분에 의해 녹말가루를 만든 후 끓여서 만든 미음과 같이 농도가 묽은 상태의 음식이다. 1700년대부터 1900년대까지의 문헌에 기록되어 있는 응이류의 종류를 열거하면 <Table 2>와 같다.

『Somunsasul (諷聞事說)』에는 우분죽(藕粉粥)이라하여 연근뿌리를 편으로 썰어 말린 가루로 쑨 죽이 등장하는데, 같은 명칭의 우분죽이 『Jeungbosanlimgyeongje (增補山林經濟)』, 『Kyuhapchongseo (閩閩叢書)』, 『Imwonsibyukji (林園十六志)』에도 등장한다. 그러나 『Somunsasul (諷聞事說)』의 가루는 건식방법에 의해 제조한 반면, 다른 문헌에는 수비(水飛)방법에 의한 연근뿌리 녹말가루를 만들어 우분죽(藕粉粥)을 제조한 것으로 나타난다. Shin & Cho(1996)의 연구에서도 나타난 바와 같이 그 이후의 문헌에서는 우분죽에 대한 기록이 없으나, 제조방법이 동일한 연근응이가 『The taste of Korea (韓國의 맛)』에 나타나는 것을 볼 수 있다.

『Jeungbosanlimgyeongje (增補山林經濟)』에는 울무죽(薏苡粥), 갈분죽(葛粉粥) 우분죽(藕粉粥) 3종이 나오며, 명칭은 모두 죽으로 되어 있지만, 갈근죽과 우분죽은 습식으로 녹말가루를 만들어 제조한 갈근응이, 연근응이와 조리법이 같았다. 이를 통해 이 시기에는 응이가 따로 분류되지 않은 상태로 죽에 포함되어 이용된 것으로 짐작된다.

『Kyuhapchongseo (閩閩叢書)』에는 녹말가루로 만든 죽으로서 의이죽, 갈분의이, 우분죽, 구선왕도고의이, 개암죽이 명기되어 있으며, 반죽제품(飯粥諸品) 죽, 밥과 죽에 분류되어 있었다. 죽이라는 명칭으로 3종, 의이(후에 응이로 변화)라는 명칭으로 갈분의이와 구선왕도고의이 2종이 처음으로 등장한다. 의이죽은 명칭은 죽이지만 울무를 수비(水飛)하여 말려 쓴다는 내용으로 보아 습식제분에 의해 울무 녹말가루를 만들어 이용했음을 알 수 있다. 수비(水飛)란 ‘곡식 가루나 그릇 만들 흙 따위를 물에 넣어 휘저어 잡물을 없애는 것’이라고 보충 설명이 되어 있으며(Jung ed. 1987), 이미 『Eumsikdimibang (飲食知味方)』(Hwang et al. ed. 2000)에는 녹두를 불려서 맷돌에 간 뒤 주머니에 넣어 주물러~전분을 분리한 다음 물을 갈아주면서 가라앉힌 앙금을 종이에 퍼 말려 녹두전분을 얻는다고 하여 수비법(水飛法)으로 녹말 만드는 법이 상세히 명시되어 있다. 단지, 『Sanlimgyeongje (山林經濟)』에는 연뿌리, 칩뿌리 등 다양한 재료로 녹말을 제조하는 방법이 기록되었는데, 국수(粉麵)로 분류되어 면류조

리법과 관련이 있을 것으로 보인다. 『Sangayorok (山家要錄)』의 세면(細麪) 제조시와 『Eumsikdimibang (飲食知味方)』의 시면법(絲麪法: 면발이 가는 녹두국수) 등 면류 제조에 녹두녹말이 사용된 것(Cha et al. 2008)과 같은 맥락으로 추정된다.

『Kyuhapchongseo (閩閩叢書)』와 매우 비슷한 시기에 쓰여진 『Aunkakbi (雅言覺非)』(Jung 1819)에는 ‘의이(薏苡)란 울무라고 하는데 그 성질이 몹시 끈끈하여 이것을 부수어 가루로 만들면 가히 미음을 만들 수 있다. 우리나라 사람들은 소홀히 의이(울무)를 미음으로 생각하여 무릇 가루로서 가히 마실 만한 것은 다 의이라고 칭한다. 이에 있어서 축서 의이, 갈분의이, 녹말의이, 교맥의이를 습관적으로 일상 쓰는 말로 하니 잘못되었다고 하지 않겠는가?’라고 기록하고 있다(Kim ed. 1979). 그러나 『Myungmulkyak (名物紀畧)』(Whang 1870s)에는 ‘薏苡 의이, 草珠也. 其粉甚黏 可作飲, 故 葛粉綠末蕎麥 等作飲者 並云 의이.’라 하여 원래 울무를 가리키는 말인 의이(薏苡)를 음식명에 붙이는 것이 점차 보편화된 것으로 여겨진다.

『Imwonsibyukji (林園十六志)』에서는 녹두죽, 의이죽, 우분죽, 능실죽, 갈분죽, 상자(도토리)죽, 강분죽 총 7종이 죽이라는 명칭으로 기록되었는데, 녹말가루로 만든 제품이 모두 죽으로 기록된 것을 볼 수 있다. 특히 녹두죽(綠豆粥)은 3가지 방법이 명기되어 있는데, 『Ongheejapji (饗熙雜誌)』(Seo early 1800s)를 인용한 내용(Lee et al. ed. 2007)에서 ‘녹두를 삶아 문드러지게 익힌다.’라는 내용과 ‘녹두를 물에 불려 곱게 갈아.. 앙금을 가루로 하여 말려 저장해두고 쓴다.’라고 하여 녹두 전체를 푹 익혀 사용하는 방식과 습식분쇄에 의해 제조한 가루를 사용하는 두 가지 방법을 모두 녹두죽으로 명기한 것이 특징이다.

『Kunhakhoeudeung (群學會騰)』에는 울무응이, 수수응이, 보리응이, 메밀응이, 연자응이, 갈분응이 6종의 응이가 죽제품에서 분화되어 ‘응이제품(薏苡製品)’으로 따로 분류되어 있다. 그러나 응이제품의 종류와 명칭만 나열되어 있을 뿐 제조과정이 기록되지 않은 점이 매우 아쉬운 부분이다. 『Kunhakhoeudeung (群學會騰)』에는 모두 응이라는 명칭으로 나오는 것을 볼 때 이 시기 즈음에는 응이라는 음식명이 울무를 뜻하는 의이(薏苡)와 구분되도록 변화된 것이 아닌가 생각된다.

『Sieuujunseo (是議全書)』에는 갈분의이 1종이 기록되어 있으나 제조방법에 울무나 수수로 할 때는 묽은 풀처럼 쓰라고 한 것으로 보아 울무의이와 수수의이도 같은 방법으로 만들었음을 짐작할 수 있다. 그 이후의 문헌인 『Josun yorijebup (朝鮮料理製法)』과 『Josunmussangsinsikyorijebup (朝鮮無雙新式料理製法)』, 『Woorinara umsikmandenenbup (우리나라 음식만드는법)』에는 갈분응이, 울무응이, 수수응이 3종이 등장하며, 『Ganpyeonchosunyorijebup (簡便朝鮮料理製法)』에 갈분응이, 수수응이 2종이 등장한다. 1917년에 출판

된 『*Josun yorijebup* (朝鮮料理製法)』에는 갈근응이와 수수응이 제조에 사용된 재료의 분량이 처음으로 제시되어 있으므로 응이의 농도를 가늠해 볼 수 있는 매우 좋은 자료라고 판단된다.

『*Leejokungjungyoritongko* (李朝宮廷料理通攷)』에 율무응이와 녹말응이 2종, 『*Hankook yoribaekkwasajun* (韓國料理百科事典)』에는 갈분응이, 율무응이, 수수응이에 녹말응이가 포함되어 4종이 나타나며, 『*The taste of Korea* (韓國의 맛)』에는 갈분응이, 율무응이, 수수응이에 연근응이가 포함되어 4종이 나타난다.

이상에서와 같이 『*Sanlimgyeongje* (山林經濟)』 이후에 녹말가루의 재료가 다양화되었고, 『*Jeungbosanlimgyeongje* (增補山林經濟)』에는 우분죽, 갈분죽과 같이 녹말가루로 만들어 쑨 죽의 종류가 나타나며, 『*Kyuhapchongseo* (閩閩叢書)』 이후의 문헌부터는 의이와 죽이 혼용되어 사용되었다가 그 후 『*Kunhakhoedeung* (群學會騰)』에는 응이라는 용어를 모두 사용한 것을 볼 수 있었다. 한편 같은 율무로 만든 죽이라고 하여도 『*Sangayorok* (山家要錄)』 (Han ed. 2007)에는 ‘담죽(淡粥:뭉은죽)’이 나오는데, ‘율무(薏苡)는 잠깐 볶아서 가루 내어 말리고, 산약(山藥:마) 가루와 원미(園米)를 같은 분량으로 섞어서 끓는 물로 죽을 쑤어 꿀[淸]을 넣어 먹게 한다.’라고 하여 율무를 볶아서 만든 가루를 사용했으며, 녹말가루로 만든 죽과는 차이가 있었다.

시대별 문헌상의 응이류를 비교하면, 1700년대 문헌인 『*Sanlimgyeongje* (山林經濟)』, 『*Somunsasul* (謏聞事說)』, 『*Jeungbosanlimgyeongje* (增補山林經濟)』에는 응이라는 표현은 나타나지 않으며, 응이류와 같은 제조방법으로 다양한 녹말가루로 만들어 쑨 경우 죽으로 명기되어 있었다. 또한 『*Somunsasul* (謏聞事說)』에 명기된 우분죽(연근뿌리 가루죽)을 중국에서 온 식품으로 분류한 점, 그리고 연근뿌리 가루를 만드는 법을 알지 못하였다고 필자가 기술한 점을 볼 때 연근녹말의 제조나 녹말가루만 이용한 응이 형태의 죽은 흔하게 이용한 죽의 형태는 아닌 것으로 판단된다. 1800년대로 접어들면서 『*Kyuhapchongseo* (閩閩叢書)』에 갈근의이, 구선왕도고의이와 우분죽 등이 함께 등장하고 『*Kunhakhoedeung* (群學會騰)』에는 다양한 응이의 종류가 명기된 것을 볼 때 1800년대 중·후반부터는 녹말가루로 만들 수 있는 대부분의 재료를 응이로 만들었을 것으로 추정된다. 그 후 1800년대 말 『*Sieuijunseo* (是議全書)』 이후의 문헌부터 등장하는 응이의 기록은 종류나 제조방법의 큰 변화가 없으며, 단지 재료의 양을 구체적으로 명시한 것이 특징적이다. 특히 1917년에 출판된 『*Josun yorijebup* (朝鮮料理製法)』에는 갈분응이, 수수응이의 제조에 사용된 재료의 분량이 지금의 척도와는 다르지만 처음으로 제시되어 있으므로, 응이의 농도 등을 가늠해 볼 수 있는 매우 좋은 자료라고 판단된다.

2. 응이류의 종류별 출현빈도

문헌별로 기록된 응이류는 <Table 2>와 같이 갈분응이 11회(갈분죽 2회, 갈분응이 9회), 율무응이 10회(율무죽 3회, 율무응이 7회), 수수응이 7회로 빈도가 높게 나타났으며, 연근응이는 5회(우분죽 4회, 연근응이 1회)로 나타났다. 그 외에도 녹말응이 3회, 구선왕도고응이, 메밀응이, 보리응이, 연자응이는 각 1회 등장하며, 개암죽, 능실죽, 강분죽, 도토리죽도 죽이라고 되어 있으나 녹말가루로 만든 것으로 나타났다.

녹두녹말이나 갈근녹말을 주재료로 사용하고 오미자국물을 베이스로 사용한 경우 오미자응이로 분류하기도 하였으나 (Yoon et al. 2015), 본 연구에서는 주재료를 기준으로 분류하였다. 참고로 응이라는 표현을 사용하기 전에는 우분죽과 같이 연근 녹말가루로 만들었지만 죽이라는 명칭을 사용하였으므로 녹말가루로 제조한 죽을 <Table 2>에 포함하였다.

3. 응이류의 조리서별 재료 및 분량

응이는 일반적으로 우선 각 재료별로 녹말을 만들어 저장해 두었다가, 물 혹은 오미자국에 풀어 응이를 쑨 다음 설탕이나 소금으로 간을 하여 먹는다. 문헌에 기록된 응이류의 재료와 분량은 <Table 3, 4, 5, 6>과 같다.

1) 율무응이

『*Jeungbosanlimgyeongje* (增補山林經濟)』의 율무죽(薏苡粥)은 율무열매를 곱게 가루로 만들고, 곱게 가루를 낸 멥쌀가루 3분의 1양과 섞어서 죽의 주재료로 사용하였다. 이 때 율무가루를 율무를 그대로 갈아서 만든 것인지 수비(水飛)하여 녹말가루로 만든 것인지에 대한 언급은 되어 있지 않았으며, 멥쌀가루와 함께 죽을 쑨 점에서 율무응이보다는 일반 율무죽에 가까웠을 것으로 생각된다. 단지 ‘찼어서 만든 가루가 맛이 훨씬 못하다’는 내용은 절구에 찼는 것보다 맷돌에 갈아서 만든 것이 맛이 더 좋다는 의미로 볼 수 있을 것이며, 이는 가루를 만드는 방법에서 습식방법에 의해 맷돌에 가는 방법을 추천하는 내용으로 해석된다. 죽을 쑨 후에는 감미료로 꿀을 사용하였다. 이보다 앞선 시기의 문헌인 『*Sangayorok* (山家要錄)』 (Han ed. 2007)에 기록된 담죽(淡粥)은 율무를 볶아서 가루내어 사용한다고 기록되어 건식방법으로 가루를 제조한 것으로 보인다.

『*Kyuhapchongseo* (閩閩叢書)』의 율무의이죽은 주재료로 율무로 만든 녹말가루만을 사용하였고, ‘물에 담갔다 갈아 수비하여 말리어 쑤면 맛이 아름답다.’고 하여 습식분쇄 방식에 의해 제조했음을 알 수 있다. 음료의 베이스는 모두 물을 사용하였다. 『*Imwonsibyukji* (林園十六志)』에 기록된 의이죽은 ‘율무를 수비(水飛)해 두었다가 꿀물로 죽을 쑤다’고 하여, 꿀을 감미료로 사용하였다. 『*Kunhakhoedeung* (群學會騰)』은 제조방법이 제시되지는 않았으며, 『*Josun yorijebup*

<Table 2> The classification and the frequency of eungis in literature analyzed

Literature	Source of main ingredients					Frequency	
	Job's tears	Arrowroot	Sorghum	Lotus root	Mung bean		Others
<i>Santlingyeongie</i> (山林經濟)				Lotus root powder <i>juk</i> (연뿌리가루)		<i>Chunwalibum powder</i> 친화분(하늘타리)	2
<i>Somunsasul</i> (謔聞事說)				Lotus root powder <i>juk</i> (우분죽)			1
<i>Jeungbosanlimyeongie</i> (增補山林經濟)	Job's tear <i>juk</i> (의이죽)	Arrowroot powder <i>juk</i> (갈분죽)		Lotus root powder <i>juk</i> (우분죽)			3
<i>Kyuhapchongseo</i> (閩閩叢書)	Job's tear <i>juk</i> (울무의이죽)	Arrowroot powder <i>eui</i> (갈분외이)		Lotus root powder <i>juk</i> (우분죽)		<i>Kuseonwangdago eui</i> (구선왕도고외이) <i>Gaeam juk</i> (개암죽)	5
<i>Imwonsibyukji</i> <Jeongjoji> (林園十六志)	Job's tear <i>juk</i> (의이죽)	Arrowroot powder <i>juk</i> (갈분죽)		Lotus root powder <i>juk</i> (우분죽)	Mungbean <i>juk</i> (녹두죽)	<i>Neungsil juk</i> (능실죽) Ginger powder <i>juk</i> (강분죽) <i>Acom juk</i> (상자(도토리)죽)	7
<i>Kinhakhoedeung</i> (群學會騰)	Job's tear <i>eungi</i> (울무응이)	Arrowroot powder <i>eungi</i> (갈분응이)	Sorghum <i>eungi</i> (수수응이)	Lotus seed <i>eungi</i> (연자응이)		<i>Barley eungi</i> (보리응이) <i>Buckwheat eungi</i> (메밀응이)	6
<i>Steuijeonseo</i> (是議全書)		Arrowroot powder <i>eui</i> (갈분외이)					1
<i>Josun yorijebup</i> (朝鮮料理製法)	Job's tear <i>eungi</i> (울무응이)	Arrowroot powder <i>eungi</i> (갈분응이)	Sorghum <i>eungi</i> (수수응이)				3
<i>Josumussanginsinkyorijebup</i> (朝鮮無雙新式料理製法)	Job's tear <i>eungi</i> (울무응이)	Arrowroot powder <i>eungi</i> (갈분응이)	Sorghum <i>eungi</i> (수수응이)				3
<i>Ganpyeonchosunyorijebup</i> (簡便朝鮮料理製法)		Arrowroot powder <i>eungi</i> (갈분응이)	Sorghum <i>eungi</i> (수수응이)				2
<i>Woorinara umsikmandanerenbup</i>	Job's tear <i>eungi</i> (울무응이)	Arrowroot powder <i>eungi</i> (갈분응이)	Sorghum <i>eungi</i> (수수응이)			Mungbean starch <i>eungi</i> (녹말응이)	3
<i>Leejoklungyovoritongko</i> (李朝宮廷料理通攷)	Job's tear <i>eungi</i> (울무응이)	Arrowroot powder <i>eungi</i> (갈분응이)	Sorghum <i>eungi</i> (수수응이)			Mungbean starch <i>eungi</i> (녹말응이)	2
<i>Hankook yoribaekkwascjium</i> (韓國料理百科事典)	Job's tear <i>eungi</i> (울무응이)	Arrowroot powder <i>eungi</i> (갈분응이)	Sorghum <i>eungi</i> (수수응이)				4
The taste of Korea (韓國의 맛)	Job's tear <i>eungi</i> (울무응이)	Arrowroot powder <i>eungi</i> (갈분응이)	Sorghum <i>eungi</i> (수수응이)	Lotus root <i>eungi</i> (연근응이)			4
Total Frequency of Food	<i>juk</i> (n=3) <i>eungi</i> (n=7)	<i>juk</i> (n=2) <i>eungi</i> (n=9)	<i>juk</i> (n=0) <i>eungi</i> (n=7)	<i>juk</i> (n=4) <i>eungi</i> (n=2)	<i>juk</i> (n=1) <i>eungi</i> (n=2)	<i>juk</i> (n=4) <i>eungi</i> (n=3)	

『朝鮮料理製法』에는 울무녹말을 사용하였고, 감미료로는 설탕을 쳐서 먹는다고 하였고, 『Woorinara umsikmandenenbup (우리나라 음식만드는법)』에도 울무 녹말가루로 쭈며 감미료로 설탕을 첨가하였다. 『Josunmussangsinsikyorijebup (朝鮮無雙新式料理製法)』에서는 울무를 가루내어 쓰는데, 꿀을 감미원으로 사용하였다. 『Leejokungjungyoritongko (李朝宮廷料理通攷)』에는 주재료는 울무 녹말가루이고, 설탕과 소금으로 조미하였으며, 『Leejokungjungyoritongko (李朝宮廷料理通攷)』 이후의 문헌에는 모두 소금도 넣어 간을 맞추었다. 『Leejokungjungyoritongko (李朝宮廷料理通攷)』에는 울무녹말의 양(1홉)이 제시되어 있으나 응이의 베이스인 물의 양이 기록되지 않아 구체적인 농도를 가늠할 수는 없었다. 단지 『Hankook yoribaekkwajasjun (韓國料理百科事典)』부터는 재료의 분량이 제시되었는데, 1인분 분량으로 물 1/2컵에 울무 녹말가루 1큰술을 사용하였고 설탕도 1 큰술로 달게 먹거나, 소금을 넣어 먹는다고 하였으며, 『The taste of Korea (韓國의 맛)』에는 물 1컵 분량에 울무 녹말 1½큰술을 넣는다고 하여 『Hankook yoribaekkwajasjun (韓國料理百科事典)』의 기록보다 약간 묽은 농도였다. 또한 울무녹말에 쌀가루를 섞어 쭈기도 한다고 하여 『Jeungbosanlimgyeongje (增補山林經濟)』의 ‘의이죽’을 쭈 때의 재료와 같게 나타났다.

2) 갈분응이

갈분응이는 『Jeungbosanlimgyeongje (增補山林經濟)』에는 음식명이 ‘갈분죽’으로 기록되어 있으며, 칩뿌리를 연뿌리가루 만드는 우분법(藕粉法)과 같은 방법으로 가루를 만든다고 하였으며 칩뿌리 녹말가루와 고운 찹쌀가루를 조금 넣어 죽을 쭈고 꿀과 섞어 먹는다고 하였다. 『Kyuhapchongseo (閩閩叢書)』는 갈분을 오미자국에 풀어 만들며, 감미료로는 꿀을 첨가하였다. 『Imwonsibyukji (林園十六志)』에는 음식명이 ‘갈분죽’으로 기록되어 있으며, 칩뿌리 가루와 멥쌀가루와 같이 죽을 쭈어 꿀을 넣어 먹는다고 하였으며, 『Jeungbosanlimgyeongje (增補山林經濟)』의 내용을 인용하였다. 『Imwonsibyukji (林園十六志)』까지는 ‘갈분죽’으로 음식명이 나왔으나, 『Kunhakhoedeung (群學會騰)』에 갈분응이라는 용어가 처음 사용되는데, 제조방법은 나타나지 않았으므로 재료를 확인할 수는 없었다. 『Sieuijunseo (是議全書)』에는 갈분의이를 만들 때 갈분을 물에 타서 끓인 다음 부재료로 생강즙을 넣는 것이 다른 조리서와 차이점으로 나타났다. 재료의 분량은 제시되어 있지는 않았으나 농도를 ‘된 미음과 같이 쭈라고 하였고, 또한 생강즙을 많이 타서 훌훌하게 쭈라’고도 하였다. 이것은 죽보다는 묽지만 미음보다는 조금 되게 쭈라는 의미로 해석해 볼 수 있을 것 같다. 『Josun yorijebup (朝鮮料理製法)』에서는 갈분으로 응이를 쭈 다음 설탕으로 맛을 내었으며, 문헌 중 처음으로 재료의 분량이 소개되어 있다. 한번 마실 수 있는 분량을 기준으로 갈분 큰 한 숟가락에 물 두홉(약 360 mL에 해당)의 비율로 재료의 배합

비를 제시하였다. 『Josunmussangsinsikyorijebup (朝鮮無雙新式料理製法)』은 갈분을 주재료로 꿀 혹은 설탕으로 조미하고, 강즙을 첨가하여, 『Sieuijunseo (是議全書)』의 재료 및 부재료와 동일하였다. 재료의 분량은 제시되어 있지 않았으나 농도를 ‘뭍은 것은 알지나 갈음하게 쭈라’고 하였다. 『Ganpyeonchosunyorijebup (簡便朝鮮料理製法)』에는 『Josun yorijebup (朝鮮料理製法)』에 사용된 것과 같이 갈분을 주재료로 사용하고 설탕을 쳐서 먹는다고 하였으나 사용분량은 제시되어 있지 않았다. 『Woorinara umsikmandenenbup (우리나라 음식만드는 법)』에는 갈분을 주재료로 조미료에는 설탕에 소금이 추가되었으며, 『Josun yorijebup (朝鮮料理製法)』에서와 같은 분량인 갈분 1큰술과 물 2홉(약 360 mL에 해당)을 1회 마실 수 있는 분량으로 제시하였다. 또한 ‘갈분이나 쌀가루, 울무가루로 만든 미음의 종류를 의이 혹은 응이라고 한다.’는 기록을 통해 농도 혹은 형태가 미음과 유사함을 알 수 있다. 『Hankook yoribaekkwajasjun (韓國料理百科事典)』에는 갈분이나 녹말을 주재료로 사용하여 꿀이나 설탕으로 조미료로 사용하였다. 응이의 베이스를 오미자국으로 사용하며, 물에 붉은 색을 내기 위해 연지를 넣은 것이 특징이다. 1인분의 재료 분량이 제시되었는데, 갈분이나 녹말 1 큰술(10 g)에 오미자국 1컵의 비율로 끓인다고 하여 『Woorinara umsikmandenenbup (우리나라 음식만드는 법)』의 분량에 비해 농도가 더 높게 나타났다. 『The taste of Korea (韓國의 맛)』에는 『Hankook yoribaekkwajasjun (韓國料理百科事典)』과 같이 주재료로 갈분이나 녹말을 쓴다고 하였고, 오미자국을 응이의 베이스로 사용하였다. 또한 맛을 내는 조미료로 소금, 설탕, 생강즙을 사용하였고, 1회 분량은 갈분 녹말 1.5큰술을 오미자국 1컵 분량에 쭈는 것으로서 『Hankook yoribaekkwajasjun (韓國料理百科事典)』에서 제시한 것보다 조금 더 농도가 높게 나타났다. 즉, 1900년도 초기의 문헌에 비해 말기로 오면서 응이에 사용된 녹말의 사용 비율이 높아져서 농도가 더 높아진 것을 볼 수 있다.

3) 수수응이

수수응이는 『Kunhakhoedeung (群學會騰)』에서 처음 소개되는데, 제조방법에 대한 기록이 없으므로 재료와 제조방법에 대해서는 확인할 수 없었다. 『Josun yorijebup (朝鮮料理製法)』에는 수수가루 두 큰 숟가락과 물 2홉의 비율로 쭈다고 하여 갈분응이에 비해 주재료(녹말가루)의 사용비율이 높았으며, 조미료로는 설탕과 소금을 사용했다. 『Josunmussangsinsikyorijebup (朝鮮無雙新式料理製法)』과 『Ganpyeonchosunyorijebup (簡便朝鮮料理製法)』은 주재료가 찰수수가루였으며 조미료로 꿀이나 설탕을 사용한 것이 모두 동일했다. 『Woorinara umsikmandenenbup (우리나라 음식만드는 법)』에는 물 2홉의 사용량 중 냉수 반홉은 수수가루를 풀어 놓는 용도로 사용하라고 되어 있으며, 조미료로는 설탕에 소금이 더 추가되어 『Josun yorijebup (朝鮮料理製法)』과 동

<Table 3> Ingredients of Job's tear *eungi* in literature

Literature	Name of Foods	Ingredients		Amounts of ingredients
		Main ingredient	Seasoning	
<i>Jeungbosanimgyeongie</i> (增補山林經濟)	Job's tear <i>juk</i>	Job's tear, rice	Honey	1/3 rice flour to job's tear starch
<i>Kyulhapchongseo</i> (閩閩叢書)	Job's tear <i>juk</i>	Job's tear starch	-	-
<i>Imwonsibyukji</i> < <i>Jeongjoji</i> > (林園十六志)	Job's tear <i>juk</i>	Job's tear starch	Honey	-
<i>Kunhakhoeodeung</i> (群學會騰)	Job's tear <i>eungi</i>	- ¹⁾	-	-
<i>Josun yorijeubup</i> (朝鮮料理製法)	Job's tear <i>eungi</i>	Job's tear starch	Sugar	-
<i>Josumnuassangsinsiyorijeubup</i> (朝鮮無雙新式料理製法)	Job's tear <i>eungi</i>	Job's tear	Honey	-
<i>Woorinara umsikmandenenbup</i>	Job's tear <i>eungi</i>	Job's tear starch	Sugar	-
<i>Leejokungjungyoritongko</i> (李朝宮廷料理通攷)	Job's tear <i>eungi</i>	Job's tear starch	Sugar, salt	Job's tear starch 1 <i>hop</i> ²⁾
<i>Hankook yoribaekkwwasajun</i> (韓國料理百科事典)	Job's tear <i>eungi</i>	Job's tear	Sugar or salt	1 serving: Job's tear starch 1T, water 1/2C, sugar 1T
The taste of Korea (韓國의 맛)	Job's tear <i>eungi</i>	Job's tear starch	Sugar	Job's tear starch 1.5T, water 1C

¹⁾Cooking method is not recorded

²⁾*Hop*=180 mL

<Table 4> Ingredients of arrowroot powder *eungi* in literature

Literature	Name of Foods	Ingredients		Amount of ingredients
		Main ingredient	Seasoning etc.	
<i>Jeungbosanimgyeongie</i> (增補山林經濟)	Arrowroot powder <i>juk</i>	Arrowroot powder glutinous rice flour	Honey	
<i>Kyulhapchongseo</i> (閩閩叢書)	Arrowroot powder <i>eui</i>	Arrowroot powder	<i>Omija</i> water, honey	
<i>Imwonsibyukji</i> < <i>Jeongjoji</i> > (林園十六志)	Arrowroot powder <i>juk</i>	Arrowroot powder	Honey	
<i>Kunhakhoeodeung</i> (群學會騰)	Arrowroot powder <i>eungi</i>	- ¹⁾	-	-
<i>Siutjeonseo</i> (是議全書)	Arrowroot powder <i>eui</i>	Arrowroot powder	Ginger juice	
<i>Josun yorijeubup</i> (朝鮮料理製法)	Arrowroot powder <i>eungi</i>	Arrowroot powder	Sugar	Arrowroot powder 1T, water 2 <i>hop</i> ²⁾
<i>Josumnuassangsinsiyorijeubup</i> (朝鮮無雙新式料理製法)	Arrowroot powder <i>eungi</i>	Arrowroot powder	Honey, sugar, ginger juice	
<i>Ganpyeonchosunyorijeubup</i> (簡便朝鮮料理製法)	Arrowroot powder <i>eungi</i>	Arrowroot powder	Sugar	
<i>Woorinara umsikmandenenbup</i>	Arrowroot powder <i>eungi</i>	Arrowroot powder	Salt, sugar	1 serving) arrowroot powder 1T, water 2 <i>hop</i> ¹⁾
<i>Hankook yoribaekkwwasajun</i> (韓國料理百科事典)	Arrowroot powder <i>eungi</i>	Arrowroot powder or mungbean starch	<i>Yeunji</i> , <i>omija</i> water, honey, sugar	1 serving) arrowroot powder or mungbean flour 10 g (1T), <i>yeunji</i> (edible), water 1/2C, <i>omija</i> water 1/2C
The taste of Korea (韓國의 맛)	Arrowroot powder <i>eungi</i>	Arrowroot powder (or mungbean starch)	<i>Omija</i> water, salt, sugar, ginger juice	Arrowroot powder 1.5T, <i>omija</i> water 1C

¹⁾Cooking method is not recorded

²⁾*Hop*=180 mL

<Table 5> Ingredients of sorghum eungi in literature

Literature	Name of Foods	Ingredients		Amount of ingredients
		Main ingredient	Seasoning	
<i>Kinhakhoedeung</i> (群學會騰)	Sorghum <i>eungi</i>	-	-	-
<i>Josun yorijebug</i> (朝鮮料理製法)	Sorghum <i>eungi</i>	Sorghum powder	Sugar, salt	Sorghum powder 2T, water 2 <i>hop</i> ¹⁾
<i>Josunmussanginsikyorijebug</i> (朝鮮無雙新式料理製法)	Sorghum <i>eungi</i>	Glutinous sorghum powder	Honey or sugar	
<i>Ganpyeonchosunyorijebug</i> (簡便朝鮮料理製法)	Sorghum <i>eungi</i>	Glutinous sorghum powder	Honey or sugar	
<i>Woorinara umsikmandenenenbup</i>	Sorghum <i>eungi</i>	Sorghum powder	Sugar, salt	Sorghum powder 2T, water 2 <i>hop</i> ¹⁾ , (water for melting powder 1/2 <i>hop</i> ¹⁾)
<i>Hankook yoribaekkwasaajun</i> (韓國料理百科事典)	Sorghum <i>eungi</i>	Glutinous sorghum powder	Salt	1 serving) sorghum powder 2T, water 1C, (water for melting powder 1/2 C)
The taste of Korea (韓國의 맛)	Sorghum <i>eungi</i>	Glutinous sorghum starch	Salt, sugar	Sorghum powder 1.5T, water 1.5C, salt 1t

¹⁾*Hop*=180 mL

<Table 6> Ingredients of Lotus root eungi, mungbean eungi and Kuseonwangdого eungi in literature

Name of Foods	Literature	Ingredients	Seasoning
Lotus root powder <i>juk</i>	<i>Jeungbosantlingyeongie</i> (增補山林經濟)	Lotus root powder, mungbean flour or arrowroot powder	Honey
Lotus root powder <i>juk</i>	<i>Kyuhapchongseo</i> (閩閩叢書)	Lotus root powder, arrowroot powder or mungbean flour	-
Lotus root powder <i>juk</i>	<i>Imwonsihyukji</i> < <i>Jeongioji</i> > (林園十六志)	Lotus root powder	Honey
Lotus root <i>eungi</i>	The taste of Korea (韓國의 맛)	Lotus root starch 1.5 T, water 1C	Honey or sugar
Mungbean <i>juk</i>	<i>Imwonsihyukji</i> < <i>Jeongioji</i> > (林園十六志)	Mungbean starch, <i>omija</i> water	Honey
Mungbean starch <i>eungi</i>	<i>Leejokungjungyoritongko</i> (李朝宮廷料理通攷)	Mungbean flour, <i>omija</i> water (or <i>yeonji</i>)	Sugar, salt
Mungbean starch <i>eungi</i>	<i>Hankook yoribaekkwasaajun</i> (韓國料理百科事典)	Mungbean flour or arrowroot powder, <i>omija</i> water, <i>yeonji</i>	Honey, sugar
<i>Kuseonwangdого eungi</i>	<i>Kyuhapchongseo</i> (閩閩叢書)	<i>Yeryuk</i> , <i>baekbongnyeong</i> , <i>sanyakcho</i> , <i>neungin</i> , job's tears, <i>sisang</i> , <i>maegacho</i> , <i>baekhyundukak</i> , rice flour	Sugar, honey

¹⁾*Ryang*: 37.5 g²⁾*Jeon*: 3.75 g

일했다. 『Hankook yoribaekkwajun (韓國料理百科事典)』에는 차수수가루 2큰술과 물 1컵을 사용하되 이 중 냉수 반컵 분량에는 차수수가루를 풀어 사용하라고 되어 있다. 이때, 가루의 7배 가량의 물을 사용할 것을 제시하였으며, 갈분용이의 물 분량에 대한 녹말가루 비율보다 수수용이의 가루 함량이 높게 나타났다. 이는 『Woorinara umsikmandenenbup (우리나라 음식만드는 법)』에서도 수수용이의 물에 대한 녹말가루 비율이 갈분용이 제조시에 비해 두배 높은 것과 같은 맥락이라고 볼 수 있다. 『The taste of Korea (韓國의 맛)』에서는 차수수녹말 1.5 큰술에 물 1.5컵의 비율로 되어 있어 주재료의 비율로 보았을 때 갈분용이보다 더 농도가 낮게 나타났다.

단맛을 내는 감미료로는 『Josunmussangsinsikyorijebup (朝鮮無雙新式料理製法)』과 『Ganpyeonchosunyorijebup (簡便朝鮮料理製法)』에서는 꿀이나 설탕을 혼용하다가 『Woorinara umsikmandenenbup (우리나라 음식만드는 법)』부터는 설탕을 모두 단맛의 부재료로 사용하였다. 『Josun yorijebup (朝鮮料理製法)』, 『Woorinara umsikmandenenbup (우리나라 음식만드는 법)』, 『Hankook yoribaekkwajun (韓國料理百科事典)』, 『The taste of Korea (韓國의 맛)』에서는 모두 소금을 넣어 간을 맞추었다. 수수용이 제조시 재료 분량의 계량단위를 『Josun yorijebup (朝鮮料理製法)』과 『Woorinara umsikmandenenbup (우리나라 음식만드는 법)』은 흡을 사용하였고 『Hankook yoribaekkwajun (韓國料理百科事典)』, 『The taste of Korea (韓國의 맛)』에는 큰 술, 컵(Cup)의 단위로 표시하여 계량단위의 변화를 볼 수 있었다.

4) 연근용이

연근용이는 연근을 주재료로 사용하여 만든 녹말가루를 끓인 죽으로서 『Sanlimgyeongje (山林經濟)』에 ‘연뿌리가루 제조법이 제시되어 있다, 『Somunsasul (謏聞事說)』에도 우분죽(藕粉粥)이 나오는데, 말린 연근편을 갈아 죽을 쑤다고 하여 제조방법이 건식방법에 의한 분말제조 방식을 기록하였다. 이 당시 중국에서 구해 임금님께 올리려 했다는 내용을 볼 때, 우리나라에는 연근 분말이 널리 사용되지 않은 것으로 보인다. 『Jeungbosanlimgyeongje (增補山林經濟)』에 기록된 ‘우분죽(藕粉粥)’은 연뿌리를 절구에 곱게 찧어 베로 즙을 짜고 이를 물에 가라앉혀 녹말가루를 만든 후 재료로 사용했다는 내용은 『Sanlimgyeongje (山林經濟)』의 내용과 같으며, 연뿌리 가루와 녹말이나 칩가루(갈분)를 조금 섞어 죽을 쑤다고 하였으며, 감미료로는 꿀과 섞어 먹었다고 하였다. 『Kyuhapchongseo (閩閩叢書)』에서도 연근을 멧돌에 갈아서 가라앉힌 후 말린 가루를 주재료로 사용했으며, 그 외에는 첨가한 내용이 기록되어 있지 않다. 『Imwonsibyukji (林園十六志)』에는 연근을 찧어서 가라앉히고 죽 상태로 만들어 끓인다고 하여 가루상태로 만들지 않고 앙금을 바로 사용한 점이 다른 문헌과의 차이를 보였으며, 감미료로는 꿀을

섞어 끓이라고 하였다. 『Kyuhapchongseo (閩閩叢書)』 이후의 문헌에서는 우분죽이나 연근용이가 기록된 바 없으나, 『The taste of Korea (韓國의 맛)』에 연근용이라는 용어가 등장하며, 처음으로 재료와 제조방법이 기록되어 있다. 재료는 연근 녹말 1.5 큰술과 물 1컵의 비율로 끓인다고 하였으나 아쉽게도 녹말을 풀어 놓은 물의 양이 나타나지 않아 정확한 농도를 가늠하기는 어려울 것으로 보인다. 『Somunsasul (謏聞事說)』에 기록된 연근 가루는 중국에서 전해진 것이라고 하였고, 우리나라에서는 갈근가루로 만든 응이류를 더 활용한 것으로 사료된다. 또한 강분(薑粉) 만들 때 ‘봄에 만드는 것이 물론 잘되거나와 다른 것 보담 생강이 만히 드는고로...’라고 하여 습식제분에 의해 녹말가루를 만들 때 수율이 매우 낮아 활용하는 것에 제한점이 될 수 있었을 것으로 사료된다.

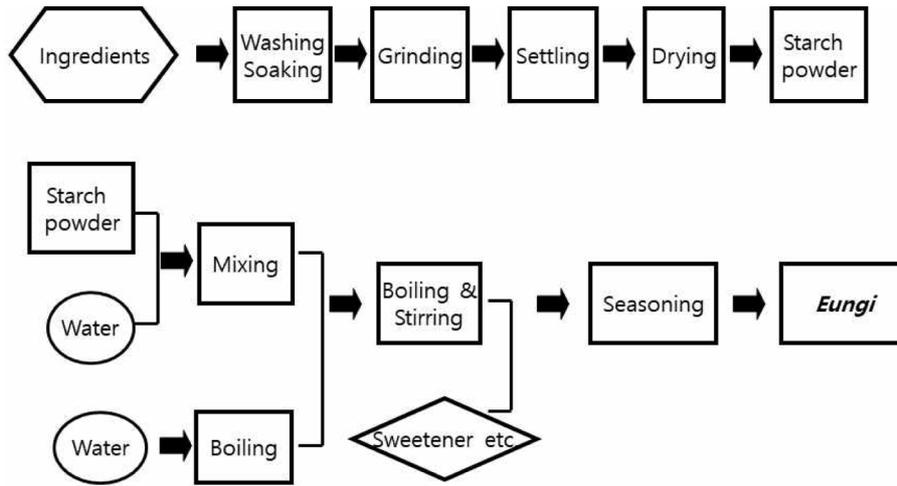
5) 기타

앞에서 언급한 울무용이, 갈근용이, 울무용이, 연근용이 이외에도 문헌에 기록된 응이류의 재료의 사용에 대한 내용은 <Table 6>과 같다.

『Imwonsibyukji (林園十六志)』의 ‘녹두죽’은 녹두를 수비(水飛)하여 얻은 녹말가루를 오미자국물에 넣어 끓이며, 감미료로는 꿀을 넣는다고 하여 녹말용이의 제조법과 같은 방법이 하나 있고, 또한 녹두를 끓여서 죽을 쑤는 두 가지 방법을 『Ongheejapji (饗熙雜誌)』 (Seo the early 1800s)를 인용하여 기록하고 있다. 『Leejokungjungyoritongko (李朝宮廷料理通攷)』와 『Hankook yoribaekkwajun (韓國料理百科事典)』에 기록된 녹말용이는 녹두녹말 가루를 주재료로 하여 응이 베이스로는 오미자국(또는 연지)을 사용하였으며, 감미료로는 설탕을 넣고 소금으로 간을 하였다. 『Hankook yoribaekkwajun (韓國料理百科事典)』에서도 『Leejokungjungyoritongko (李朝宮廷料理通攷)』와 방법은 유사하지만 재료의 분량이 제시되었다. 녹말 또는 갈분을 1큰술(10g)을 오미자국(혹은 연지 사용) 1/2컵과 물 1/2컵을 사용하여 끓이며, 연지도 사용한 것을 볼 수 있다. 또한 설탕이나 꿀로 감미하였다.

구선왕도고 의이는 『Kyuhapchongseo (閩閩叢書)』에만 나타나는데 연육, 백복령, 산약초, 능인, 의이인, 시상, 맥아초, 백변두각과 같은 약재를 주재료로 하고 찹쌀가루를 혼합하여 응이를 쑤며, 설탕이나 꿀로 감미하여 마신다고 하였다. 또한 연육, 백복령, 산약초, 의이인, 각 4냥(四兩), 맥아초, 능인, 백변두 각 2냥(二兩), 시상 일냥(一兩), 사탕 이십냥(二十兩)을 가루로 만들어 쌀가루 닳되에 한데 섞어 떡을 찌서 넣어 말리고 찧어 가루로 만들어 의이를 쑤는다고 하여 많은 양을 가루로 만들어 저장하면서 사용하도록 하고 있다.

그 외에 천화분죽, 개암죽, 능실죽, 도토리죽 등은 춘궁기나 흉년에 전분을 가루로 말려서 죽을 쑤어 먹으면 허기지 않는다는 내용으로 볼 때 구황식으로 활용된 것으로 사료된다(Cha et al. 2008).



<Figure 1> Cooking process of eungi

이상에서 응이는 각 응이의 주재료를 녹말가루로 만들어 저장하면서 사용하였고, 물을 응이의 베이스로 하였는데, 녹말응이, 갈분응이는 오미자를 추출한 액을 응이의 베이스로 사용한 것을 볼 수 있다. 구선왕도고응이나 갈분응이는 생강즙을 첨가하여 맛을 좋게 하였으며, 특히 구선왕도고응이는 연육, 백복령, 산약초, 능인, 의이인, 시장, 맥아초, 백변두와 같은 한약재를 재료로 사용하여 평소 말려 준비해 두었다가 먹었던 죽으로 현대의 인스턴트 죽의 형태로 생각된다.

4. 응이류의 조리모형과 제조방법

응이류 제조방법을 크게 녹말을 제조하는 단계와 응이를 쑨는 단계, 마지막으로 설탕이나 소금 등 조미하는 단계로 구분할 수 있으며, 이를 조리모형으로 나타내면 <Figure 1>과 같다. 문헌에 나타난 응이의 종류에 따른 제조 단계별 특징을 살펴보면, 다음과 같다.

1) 울무응이

울무응이의 경우, 첫 번째 녹말을 제조하는 단계에서는 ‘울무를 껍질을 벗긴다→물에 불린다→맷돌에 간다→앙금을 가라앉힌다.→웃물을 따라낸다.→햇볕에 펴 말린다’는 과정을 거쳐서 습식 분쇄방법에 의해 녹말을 침전시켜서 가라앉은 앙금을 얇게 펴서 말리는 만드는 방법을 취했다. 이러한 과정을 『Kyuhapchongseo (閩閩叢書)』와 『Josunmussangsinsikyorijebup (朝鮮無雙新式料理製法)』에서 ‘수비법(水飛法)’이라는 용어로 표현하고, ‘울무를 까서 알맹이만 물에 담갔다 갈아 수비하여 말리어 쑨면 맛이 아름답다’고 하였다. 녹말을 제조하는 방법 중에서 『Josunmussangsinsikyorijebup (朝鮮無雙新式料理製法)』에는 갈거나 찼어서 가루를 만드는 방법이 있으며, ‘혹 찌어서 분을 내면 맛이 가라하니만큼 못하니라’라고 한 것은 맷돌에 갈아서 한 것이 절구에 찼어서 만드는 것에 비해 맛이 좋다는 의도로 해석된다.

두 번째 울무응이를 쑨는 단계에서는 ‘녹말가루를 물(냉수)

에 풀어 놓는다→나머지 물을 팔팔 끓이다가 녹말 풀어놓은 물을 넣는다→휘휘 저으면서 쑨다’라고 하였다. 단지 『Leejokungjungyoritongko (李朝宮廷料理通攷)』와 『Hankook yoribaekkwasajun (韓國料理百科事典)』에서는 설탕물을 끓이다가 나머지 물에 풀어 놓은 울무가루를 넣는다고 하여 설탕을 먼저 타고나서 끓이는 방법을 취하였다.

세 번째 단계로 맛을 내기위하여 설탕 혹은 꿀로 조미하였다. 『Leejokungjungyoritongko (李朝宮廷料理通攷)』와 『Hankook yoribaekkwasajun (韓國料理百科事典)』에는 단맛 뿐 아니라 소금도 넣어 조미한 것을 볼 수 있다. 시기적으로 1900년대 초에 기록된 문헌인 『Josun yorijebup (朝鮮料理製法)』부터는 감미할 때 꿀보다는 설탕을 사용한 것을 알 수 있다.

2) 갈분응이

갈분응이의 경우, 첫 번째 녹말을 제조하는 단계에서는 칩뿌리로 가루를 만드는데, 가루를 만드는 방법에 대해서는 두 문헌에 다음과 같이 기록되어 있다. 즉, 『Imwonsibyukji (林園十六志)』에 ‘우분법’과 같이 만든다고 하였으며, 우분죽의 가루는 ‘연근을 깨끗이 씻어 잘라 절구 속에서 문드러지게 찼어서 면포에 걸러 즙을 취하고, 여기에 물을 부어 가라앉혀 윗물은 따라 내고...’와 같이 습식 제분방식으로 분말을 제조하였다. 『Josunmussangsinsikyorijebup (朝鮮無雙新式料理製法)』에서는 ‘갈분을 시골서 올라 오거든 직시 물에 푸러 수비(水飛)를 여러번 하여 다시 혼겁에 펴 말려두었다가 ...’ 만든다고 하였다.

두 번째 갈분응이를 쑨는 단계에서는 갈분을 물에 풀어 놓는데, 『Josun yorijebup (朝鮮料理製法)』과 『Josunmussangsinsikyorijebup (朝鮮無雙新式料理製法)』에는 냉수에 풀어 놓고, 냄비에 물을 끓이다가 갈분을 풀어 놓은 물 혹은 오미자국을 빨리 저으면서 응이를 쑨다고 하였다. 이 때 『Sieuijunseo (是議全書)』에는 ‘홀홀하게 쑨다’고 하여 농도를 매우 묽게

쫄다고 하였으며, ‘갈분의이는 풀을 찌는 것처럼 하되 ‘된 미음’과 같이 쫄다’고 하여 응이의 농도에 대한 표현이 다양하였다.

세 번째 단계로 맛을 내기위하여 울무나 수수응이와 같이 설탕 혹은 꿀로 조미하는데, 갈근응이에는 그 외에도 생강즙을 첨가하였다. 『Sieujiunseo (是議全書)』에서는 진한 생강즙을 타서 응이를 쫄다고 하였으며, 『Josunmussangsinsikyorijebup (朝鮮無雙新式料理製法)』과 『The taste of Korea (韓國의 맛)』에서는 응이를 쫄 후 생강즙을 타서 먹는다고 하였다.

3) 수수응이

수수응이의 경우, 『Josun yorijebup (朝鮮料理製法)』 이후의 문헌에만 기록이 나타나며, 조리모형의 단계에서 첫 번째 단계는 모두 생략되었고, 필요시에 물을 끓이다가 약간의 물에 타 놓은 수수가루를 넣어 끓이는 두 번째 단계와 설탕이나 꿀을 첨가하여 마시는 세 번째 단계로 제시하였다.

첫 번째 녹말을 제조하는 단계에서, 수수가루를 만드는 방법에 대해서는 모든 문헌에 제시되어 있지 않고, 응이를 찌는 단계부터 제시되어 있다. 이는 녹말가루를 만드는 방법이 1900년대에 와서는 매우 보편화되었기 때문일 것으로 생각된다.

두 번째 수수응이를 찌는 단계에서는 울무응이나 갈분응이를 제조할 때와 같이 냉수 반컵에 수수가루를 풀어 놓고 물을 펄펄 끓이다가 풀어 놓은 수수가루를 넣고 주걱으로 저으면서 한참을 끓인다고 하였다. 수수응이가 기록된 모든 문헌에서 냉수에 수수가루를 따로 풀어 놓고 냄비나 솥의 물이 팔팔 끓을 때 천천히 저으면서 풀어놓은 수수가루를 넣고 한참을 끓인다고 하였다.

세 번째 단계로 맛을 내기위하여 응이를 상에 낼 때 꿀이나 설탕, 소금으로 간을 맞추어 먹는다고 하였다.

4) 연근응이

연근응이는 연근 녹말가루를 주재료로 사용하여 끓인 죽으로서, 첫 번째 녹말을 제조하는 단계에 대해서 『Sanlimgyeongje (山林經濟)』에 연뿌리가루 만드는 방법이 자세히 기술되어 있다. ‘런빨리 굵은 것을 골라 정하게 씻어 토막토막 잘라서 절구에 찧어 베로 짜서 즙을 받는다. 다시 가는 베로 걸러 가라 앉힌 후... (중략) 가루를 만들어 끓여 먹으면 몸이 가벼워지고 오래 산다.’고 하여 연근을 녹말가루로 만들 때 절구에 찧어 베로 즙을 짜내고 가라 앉힌 후 가루를 만든다고 기록하고 있다. 『Somunsasul (謏聞事說)』에는 우분죽(藕粉粥)이 나오는데, 대개 연근의 껍질을 벗겨서 갈아 앙금을 가라앉힌 다음 깨끗해질 때까지 옷물을 갈고 앙금을 말려 가루를 만들지만, 『Somunsasul (謏聞事說)』에는 ‘햇볕에 말린 연근편을 갈아서 물을 부어 죽을 쫄다’고 하였다 (Rural Development Administration ed. 2012). 즉, 건식방

법에 의한 분말제조 방식을 나타낸다. 그러나 죽의 성상에 대한 내용에는 ‘의이죽과 같거나 우뭇가사리가 반 응고된 것과 같다’고 표현한 내용을 볼 때 성상이 응이와 매우 유사한 것으로 보인다. 『Jeungbosanlimgyeongje (增補山林經濟)』에 기록된 ‘우분죽’의 연근 녹말가루 제조방법은 『Sanlimgyeongje (山林經濟)』와 같다. 『Kyuhapchongseo (閩閩叢書)』에서는 ‘연근을 맷돌에 갈아서 고운 베에 거른 다음 가라앉은 가루를 말려 사용한다.’고 하여 맷돌에 갈아서 습식에 의한 수비법(水飛法)으로 녹말가루를 만들었으며, 『The taste of Korea (韓國의 맛)』에는 분마기로 갈아서 체로 거르고 자루에 넣어 짜고~앙금을 가라앉혀 연근가루를 만든 후 연근응이에 이용한다고 기록되어 있다. 『Imwonsibyukji (林園十六志)』에는 연근을 절구에 찧어 거른 즙의 윗물을 따라내고 연근을 죽 상태로 만들어 쫄다고 한 점이 다른 문헌에서 가루를 만들어 사용한 점과 차이점이라고 볼 수 있다.

두 번째 연근응이를 찌는 단계에서는 『Jeungbosanlimgyeongje (增補山林經濟)』와 『Kyuhapchongseo (閩閩叢書)』에서 연뿌리 가루로 만들어서 녹말이나 칩가루(갈분)를 조금 섞어 죽을 쫄다고 하였고, 『Imwonsibyukji (林園十六志)』 이후로는 문헌에 우분죽에 대한 기록이 없으나, 『The taste of Korea (韓國의 맛)』에 연근응이라는 음식명이 등장하며, 제조방법은 『Kyuhapchongseo (閩閩叢書)』의 ‘우분죽’과 유사하고, 연근응이를 끓이는 방법과 재료의 분량이 상세히 기록되어 있다.

세 번째 단계로 맛을 내기위하여 연근응이를 상에 낼 때 꿀이나 설탕을 넣었다.

5. 응이의 효능

응이는 병후의 회복 혹은 평소의 보양 용도로 전분이 많은 근채류 혹은 잡곡류를 녹말가루로 만들어 저장하였다가 필요량만큼 손쉽게 만들 수 있도록 인스턴트 푸드 상태로 준비하여 두고 먹었던 것으로 보인다(Yoon 1999). 응이의 종류별 문헌에 제시된 효능에 대한 내용은 <Table 7>과 같다.

울무응이는 『Kyuhapchongseo (閩閩叢書)』와 『Josunmussangsinsikyorijebup (朝鮮無雙新式料理製法)』에 토질을 없이 한다고 하였고, 『Imwonsibyukji (林園十六志)』에는 구풍습비(久風濕痺)를 치료하고 정기를 보하며, 위와 장을 튼튼하게 한다. 또한 경련이나 가슴의 나쁜 기운을 치료한다고 하였다. 『Woorinara umsikmandenenbup (우리나라 음식만드는 법)』에는 심장병과 위병에 장복하면 효과가 있다고 하였다. 『Hankook yoribaekkwajun (韓國料理百科事典)』에는 혈압, 동맥경화증, 이뇨, 강장제, 건위제, 기침약으로, 『The taste of Korea (韓國의 맛)』에는 건위제, 이뇨작용, 부종, 신장, 방광 결석에 효력이 있다고 기록되어 있다.

갈근은 숙취 해소를 위해 전통적으로 사용되던 재료이기도한데(Lee 1981), 갈분응이는 『Jeungbosanlimgyeongje (增補山林經濟)』와 『Imwonsibyukji (林園十六志)』, 『Josunmu-

<Table 7> The medical effect of eungi recorded in literature

Name	Literature	Prognosis or effect
Job's tears eungi	<i>Kyuhapchongseo</i> (閩閩叢書)	Stop vomiting
	<i>Imwonsibyukji</i> <Jeongjoji> (林園十六志)	Heal <i>Gupungseupbi</i> (久風濕痺), make stomach strong, effective to intestine and treat spasms, edema
	<i>Josunmussangsinsikyorijebup</i> (朝鮮無雙新式料理製法)	Get rid of moisture (濕) and vomiting
	<i>Woorinara umsikmandenenbup</i>	Be effective to heart and stomach disease if intake for longtime
	<i>Hankook yoribaekkwajum</i> (韓國料理百科事典)	Be effective to hypertension, arteriosclerosis, and diuretic, tonic strength, stomachic, cough medicine
Arrow root eungi	The taste of Korea (韓國의 맛)	Be Stomachic and effective to diuretic, edema, kidney, cystolithiasis
	<i>Jeungbosanlimgyeongje</i> (增補山林經濟)	Be effective to hangover
	<i>Kyuhapchongseo</i> (閩閩叢書)	Stand the heat, reduce alcoholic syndrome, be effective to diarrhea
	<i>Imwonsibyukji</i> <Jeongjoji> (林園十六志)	Be effective to hangover
Lotus root eungi	<i>Josunmussangsinsikyorijebup</i> (朝鮮無雙新式料理製法)	Be effective to hangover
	<i>Somunsasul</i> (謏聞事說)	Be effective to sick, weak body
	<i>Jeungbosanlimgyeongje</i> (增補山林經濟)	Feel the body lightly and live long
	<i>Kyuhapchongseo</i> (閩閩叢書)	Never grow old
	<i>Imwonsibyukji</i> <Jeongjoji> (林園十六志)	Feel the body lightly and live long

ssangsinsikyorijebup (朝鮮無雙新式料理製法)에 숙취 효과가 있다고 하였으며, 『*Kyuhapchongseo* (閩閩叢書)』에 더위를 물리치고 숙독을 풀리게 하며, 설사에 유익하다고 하였다. 연근응이는 특히 『*Somunsasul* (謏聞事說)』에 아프거나 몸이 쇠할 때 섭취할 것을 권하는 대목이 나오며, 장수와 관련하여 『*Sanlimgyeongje* (山林經濟)』, 『*Jeungbosanlimgyeongje* (增補山林經濟)』, 『*Kyuhapchongseo* (閩閩叢書)』, 『*Imwonsibyukji* (林園十六志)』에 몸이 가벼워지고 장수한다는 복용의 효능을 기록하고 있다.

이상에서 살펴 본 바와 같이 응이류는 미음과 유사한 농도의 죽으로서 울무죽, 우분죽과 같은 죽이라는 음식명에서 가루로 쏜 것은 따로 의이, 응이라는 명칭으로 변화된 것으로 보인다. 특히 울무, 수수, 연근, 갈근 등 약리효과를 가진 재료를 사용해서 기운이 부족한 환자나 노인의 장수에 좋다는 내용이 많이 명기된 것을 볼 때 응이는 앞으로 건강에 관심이 많은 현대인에게 건강증진을 위한 기능식, 치료식, 노인식 등의 활용과 같이 현대적인 재조명이 필요할 것으로 사료된다.

IV. 요약 및 결론

우리나라 전통 죽에서 분화된 응이에 대한 고문헌에 기록된 내용을 통해 응이의 변천과정과 재료와 조리방법, 효능 등을 살펴본 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 1700년대 이후의 문헌에서 1990년까지의 문헌 중 응이가 기록된 14개의 문헌을 대상으로 조사했을 때, 응이의 종류는 총 14종이며, 『*Kyuhapchongseo* (閩閩叢書)』에 갈분(葛粉)의의와 구선왕도고의이가 처음으로 등장하며 『*Kunhak-*

hoedeung (群學會騰)』에는 응이의 종류가 총 6종 등장한다. 『*Jeungbosanlimgyeongje* (增補山林經濟)』, 『*Imwonsibyukji* (林園十六志)』에 기록된 우분죽도 연근을 수비(水飛)한 가루로 끓인 죽으로서 『The taste of Korea (韓國의 맛)』에 등장하는 연근응이와 같은 것으로 보인다. 문헌에는 각 종류별로 갈분응이 11회(갈분죽 2회, 갈분응이 9회), 울무응이 10회(울무죽 3회, 울무응이 7회), 수수응이는 7회, 연근응이는 5회, 녹말응이 3회의 순으로 나타났다. 그 외에도 구선왕도고의이, 메밀응이, 보리응이, 연자응이 등이 있으며, 개암죽, 능실죽, 강분죽, 도토리죽도 죽이라고 되어 있으나 녹말가루로 만든 응이의 종류인 것으로 나타났다.

둘째, 응이의 재료를 살펴보면 울무응이는 울무를 수비(水飛)하여 만든 녹말가루로 물에 쏜 죽이며, 먹을 때 설탕이나 꿀을 넣어서 마신다. 단지, 『*Jeungbosanlimgyeongje* (增補山林經濟)』에는 울무죽이나 갈분죽을 쏘 때 녹말가루와 멧쌀가루를 같이 사용하였다. 갈분응이는 갈근(좁뿌리)을 수비(水飛)하여 녹말가루를 만들고 응이를 쏜다고 하였으며, 응이의 베이스는 물 혹은 오미자국으로 사용하여 색을 내었으며, 설탕 혹은 꿀을 타고 먹기 전에 생강즙을 넣은 것이 특징이었다. 수수응이는 응이의 베이스로 물을 사용하고 차수수가루를 이용하여 울무응이와 같은 방법으로 쑤었다. 갈분응이, 수수응이에 대한 재료의 분량이 『*Josun yorijebup* (朝鮮料理製法)』에 처음으로 기록되어 있어 응이의 농도를 가늠해 볼 수 있는 좋은 자료로 보인다.

셋째, 응이의 제조방법 중에서 원재료를 녹말가루로 만들 때 습식 분쇄에 의해 멧돌에 갈아서 윗물을 버리고 가라앉은 앙금을 말려서 사용하는데, 초기에는 재료를 절구로 찧는 방식으로 가루를 만들었다가 물을 넣고 멧돌에 갈아서 만드

는 방법으로 변화된 것으로 보인다. 응이를 쓸 때는 적은 양의 물에 녹말가루를 풀어 놓고 솔의 물이 팔팔 끓을 때 세계 저어가며 녹말 푼 물을 서서히 넣는 방식으로 응이를 쑀었다.

넷째, 응이의 효능은 대부분의 경우 제조법과 함께 문헌에 기록되었으며, 울무응이는 위병, 토질을 없애며, 갈분응이는 숙취, 더위를 물리치는데 효과, 연근응이는 몸이 가벼워지고 노화방지와 장수에 효과가 있다고 하였다.

이를 통해 응이는 기력을 회복하고 장수하기 위한 죽이었으며, 울무, 연근, 수수, 갈근 등과 같이 약리적 효과를 지닌 곡류 및 기타 전분의 급원이 되는 재료를 녹말가루로 만들어 저장해 두면서 필요시에 만들어 원기를 보충하거나 보양 등을 위해 음료와 같이 마셨던 음식이었던 것으로 사료된다. 또한 물의 양을 가감함에 따라 물성 조절이 용이하며, 특히 응이가 기록된 문헌에 죽이나 미음과 같이 약리적 효과도 함께 기록한 것으로 보아 현대와 같이 노인인구가 늘어나고 수명이 길어지는 시대에 식품산업에서 노인식, 치료식, 보양식, 물성을 고려한 케어식 등으로 개발한다면 많은 활용가치가 있을 것으로 보여진다.

저자정보

최남순(배화여자대학교 교수, 0000-0002-7017-8862)

Conflict of Interest

No potential conflict of interest relevant to this article was reported.

References

- Andong Jang. 1670s. 「Eumsikdimibang (飲食知味方)」 In: Hwang HS, Han BR, Han BS, Han BJ editor. 2000. Institute of Korean Royal Cuisine Publishers, Seoul, Korea, pp 95
- Anonymous. The mid 1800's. 「Kunhakhoeudeung (群學會騰)」
- Anonymous. The late 1800's. 「Sieuijeonseo (是議全書)」 In: Lee HG, Cho SH, Jung NW, Kim HS, Choi YJ, Kim EM, Baek SE, Won SI, Kim SY, Cha GH, Baek HN editor. 2010. Shinkwang publisher, Seoul, Korea, pp 206
- Bang SY. 1917. 「Josun yorijebup (朝鮮料理製法)」 In: Lee SW editor. 「Hankook Gomunhunjipsung (韓國古文獻集成)」. 1992. Suhaksa, Seoul, Korea. pp 1587
- Bang SY. 1957. 「Woorinara umsikmandenenbup」 Jangchung Co., Seoul, Korea pp 6-7
- Cha JA, Cha GH, Chung LN, Kim SY, Chung YS, Yang IS. 2008. Investigation on the history of the Muck (traditional starch jelly) and its processing methods reviewed in the ancient and the modern culinary literatures. J. Korean Soc. Food Cult., 23(1):73-89
- Eom DM, Kim YH, Song JC. 2017. A research on porridge that king *Yeongjo* had been served - Based on the daily record of royal secretariat of *Joseon* Dynasty during king *Yeongjo* period. J. Korean Med. Class., 30(1):17-29
- Han HJ. 2007. Effect of additives on the retrogradation of mung bean starch paste and the quality characteristics of *Omija-eui* preparation. Master's degree thesis, Hanyang University, Korea, pp 40
- Han HS, Hwang HS, Lee HK. 1957. 「Leejokungjungyoritongko (李朝宮廷料理通攷)」 Hakchongsa, Seoul, Korea pp 151
- Hong MS. 1715. 「Sanlimgyeongje (山林經濟)」 In: National Culture Promotion editor. 2007. Korean Studies Information, Paju, Korea, pp 224-229
- Hwang HS. 1976. 「Hankook yoribaekkwajun」 (韓國料理百科事典) Samjungdang, Seoul, Korea pp 182
- Jang HJ, Lee HG. 1989. A bibliographical study on the main dishes. J. Korean Soc. Food Cult., 4(3):201-211
- Jeon SE. 1459. 「Sangayorok (山家要錄)」. In: Han BR editor. 2007. Institute of Korean Royal Cuisine Publishers, Seoul, Korea, pp 135
- Jeong YH, Kim DR, Lim HJ, Cha WS. 2015. Review of the origin and meaning of ginseng millet water gruel (*Insamsokmieum*, 人蔘粟米飲) used for the royal family during the *Joseon* dynasty. J. Korean Soc. Food Cult., 30(4):395-405
- Jung YY. 1819. 「Aheonkakbi (雅言覺非)」 In: Kim JK editor. 1979. Iljisa Publishers, Seoul, Korea p 86
- Kang IH. 1978. The history of Korean diet. Samyung Sa, Seoul, Korea, pp 77
- Kang IH. 1987. The taste of Korea. Daehangyogwaseo, Seoul, Korea. pp 69-70
- Kang IH, Lee KB. 1984. Korean dietay habits. Samyung Sa. Seoul, Korea. pp 91
- Kim SH, Suk JE, Cho MS, Choi NS. 2011. Research on lotus root *Eungi* and development of beverage from lotus root starch. J. Korean Soc. Food Cult., 26(6):734-742
- Kim EM, Cho SH, Chung RW, Choi YJ, Won SI, Cha GH, Kim HS, Lee HG. 2006. Investigation of main dishes on literatures before the 17th century. Korean J. Food Cook. Sci., 22(3):314-336
- Kim SB, Han BJ, Lee SW. 1989. A Study of cookery of daily meal (*Jook Soora Sang*: Rice gruel, *Mieum sang*: thin gruel, *Soora Sang* and *Bankwa Sang* in *Hyun Neung Won*) in *Wonheng Ulmyo Jungri Euigwae*. 1795. J. Korean Soc. Food Cult., 4(4):333-341
- Lee HJ, Choi EY, Chang PS, Lee YH. 2004. Classification and category determination of korean traditional beverages (I). Food Sci. Ind., 37(4):42-51
- Lee MY. 1798. 「Jaemulbo (才物譜)」. In: Institute of Korean Studies Literature editor. 1980. Aseamunwhasa, Seoul, Korea, pp 605
- Lee MY. 2000. A Study on the knowledge & preference of *Guseonwangdogo*. Master's degree thesis, Sejong University, Korea, pp 13
- Lee SI. 1981. The herbal medicine. Suseowon. publisher, Seoul,

- Korea. pp 197-198
- Lee SM. 1934. 「*Ganpyeonchosunyorijebup* (簡便朝鮮料理製法)」
In: Lee SW editor. *Hankook Gomunhunjipsung* (韓國古文獻集成). 1992. Suhaksa, Seoul, Korea pp 1952
- Lee SP (李時弼). 1720. 「*Somunsasul* (謏聞事說)」. In: Rural Development Administration editor. 2012. Rural development administration, Kyonunggido, Korea, pp 79-81
- Lee SW. 1985. The history of Korean cooing culture. Kyomoonsa. Seoul. Korea. pp 90-92
- Lee YK. 1930. 「*Josunmussangsinsikyorijebup* (朝鮮無雙新式料理製法)」 In: Lee SW editor. *Hankook Gomunhunjipsung* (韓國古文獻集成). 1992. Suhaksa, Seoul, Korea pp 223-224
- Park JY, Lee HY, Lee JC, Ahn SW. 2016. Study on use of mung bean porridge reported in daily records of Royal secretariat of *Joseon* dynasty. J. Korean Soc. Food Cult., 31(6):541-553
- Pinghugak Lee (憑虛閣李氏). 1809. 「*Kyuhapchongseo* (閩閣叢書)」 In: Jung YW editor. 1987. Bojinjea Co., Kyongggido, Korea. pp 63-64
- Seo YK. 1827. 「*Imwonsibyukji* (林園十六志)」 *Jungjoji* (鼎俎志)
In: Lee HJ, Cho SH, Jung RW, Cha GH. editor. 2007. Gyomunsa, Paju. pp 236-241
- Shin HS, Cho, EJ. 1996. Analytical study of *Jook* (Korean gruel) appeared in the books. J. Korean Soc. Food Cult., 11(5):609-619
- Whang PS. (黃泌秀) around 1870. 「*Myungmulgiryak* (名物紀畧)」
In: Park JY, Ku SH, Lee JH editors. 2015. Hakgodang Publishers, Seoul, Korea pp 112
- Yoo JL. 1766. 「*Jeunghosanlimgyeongje* (增補山林經濟)」. In: Lee KJ editor. 2003. Shinkwang Publishers, Seoul, Korea pp 66-69
- Yoon SS. 1999. The history of korean food culture. Shinkwang, Seoul, Korea. pp 357-359
- Yoon SS, Kim MK, Han KS. 1987. A Report on Korean food items I. - *Bab·Jouk·Mieum·Kuksu·Tokkuk·Sujebi*. J. Korean Soc. Food Cult., 2(1) : 93-102
- Yoon SS, Yoon SK, Cho HJ, Lee HJ, An MS, Yoon DI, Lim HS. 2015. Korean food culture. Gyomoon. Gyeonggido, pp 168-169

Received July 28, 2022; revised August 17, 2022; revised August 23, 2022; accepted August 31, 2022