

特別寄稿

심포지움 : 한국전통발효식품의 현황과 전망 논문집
일 시 : 1988. 11. 26.
장 소 : 한국과학기술원
주 최 : 한국식문화학회·한국산업미생물학회·한국식품과학회

한국발효식품의 현주소

張智鉉

(聖心女子大學)

The Future Prospect of Traditional Korean Fermented Foods

Chi-Hyun Chang

Dept. of Food and Nutrition, Sungshim Women's College

1. 緒 言

우리나라는 三國形成期에 이미 飲食物의 貯藏技術을 定着시켰으며 微生物을 利用한 <누룩>을 만들어 酒麴·醬麴을 開發하였고 이들 麴類를 利用 酒麴으로 穀酒類·食醋類를 얻었으며 醬麴(末醬)으로 醬類를 만들기 시작하였다. 한편 國土의 三面이 바다로 둘러 싸여 있었던 關係로 海水에서 食鹽을 얻을 수 있는 技術이 早期定着되어 飲食物의 鹽藏技術을 터득하고 魚·肉類를 鹽藏하여 醃類食品을 만들었고 菜蔬類를 鹽藏하여 沈菜類를 만들었다.

이와같이 鹽藏技術과 醃造技術이 일찍부터 定着되자 이들 技術을 融合시켜 五大醃酵食品圈을 三國時代 初期에 完成, 酒類·食醋類·醬類·醃類·沈菜類를 바탕으로 한 食生活文化圈을 오늘날까지 이끌어와 巴야흐로 醃酵食品의 頂上國으로 浮上할 可能性을 보여주고 있다. 그러나 오늘을 돌이켜보면 우리나라의 醃酵食品產業은 그밖에 食品產業과 함께 全體 產業의 構造의 側面에서 보았을 때 先進化·近代化의 물결속에서 外面當하고 있는 現實을 直視하여야만 할 때가 되었다. 特히 傳統的인 醃酵食品產業은 外來食品產業에 比하였을 때 적지않게 後進性을免치 못하고 있는 것이 또한 現實이다.

이제 우리나라의 醃酵食品產業도 國際化時代에 對應하여 國籍있는 產業으로서 跳躍이 切實하며 여기에 그 可能性과 期待를 다져보기 위하여 傳統醃酵食品의 食用 構造를 中心으로 그 現場을 再確認하는 한편 偏見을 袪

하여 우리나라 醃酵食品產業의 未來를 展望하는 辨으로 대신하고자 한다.

2. 우리나라에서의 醃酵食品의 食用構造

우리나라에서의 醃酵食品生産의 未來를 내다보는 뜻에서 醬類·醃類食品類·沈菜類·食醋類·酒類로 分別, 이들 五大醃酵食品이 우리나라의 食生活文化面에서 어떤 位置에 놓여 있고, 어떻게 이를 支配하여 왔는지 이 現場을 再確認하기 위하여 醃酵食品의 食用(利用)構造를 다음 表에 간추려 보기로 한다.

醃酵食品의 食用構造에서 整理된 結果를 土臺로 各 醃酵食品別로 그 食用事例를 中心으로 우리나라 食生活文化에 어떻게 영향을 미치고 있는지를 각각 살펴보기로 한다.

1) 醬類 : 이 類屬을 크게 나누어 보면 甘醬(간장)·乾醬(된장)·苦椒醬類로 分別되고 있다. 이들은 한결같이 우리나라 飲食맛을 支配하고 있는 藥糜으로 쓰여지고 있고 醬類 單獨으로는 물론 其他의 藥糜類와 함께 複合藥糜을 이루면서 作菜類(生菜·熟菜·雜菜類) 및 찌개類 등의 基礎 藥糜役割을 하고 있고, 煎野類·油煎飲食類(튀김) 등을 찍어 먹는 藥糜液으로도 利用되고 있다. 그뿐 아니라 甘醬은 맑은 醬國類(醬·湯·臛類)의 主役으로 그 基液役割을 하고 있다는 重要한 意味를 갖고 있다.

그밖에도 이들 醬類중 甘醬類를 除外한 나머지 醬類

醱酵食品		食 用 事 例			備 考
		單獨	複合	其他	
醬 類	甘醬 (간장)	菜麻 (作菜類) (煎野類) (油煎飲食) 醬羹基液 (羹·湯·臛)	複合菜麻 (醋甘醬) (油甘醬) (葱甘醬) 基礎劑 (비빔밥)	沈菜源(醬菹) 沈醬源(苦椒醬) 沈肉源(肉類조림) 沈蟹源(醬蟹醃) 醃菜源(저림類)	陳甘醬 甘醬 魚甘醬
	乾醬 (된장)	菜麻 (찌개類) 飯饌用 (生菜쌈)	複合菜麻 (乾醬+苦椒醬) (찌개類用)	醃菜源(장아찌)	純된장, 併用된장 戰國醬, 生黃醬 熟黃醬, 淡水醬 汁醬
	苦椒醬	菜麻 (作菜類) (찌개類) 飯饌用 (生菜쌈) (비빔밥)	複合菜麻 (醋苦椒醬) (油苦椒醬) (乾醬 苦椒醬) 基礎劑 (煎餅)·(떡볶기)	醃菜源(장아찌) 醃肉源(肉炒類)	糯米苦椒醬 梗米苦椒醬 大麥苦椒醬 小麥苦椒醬
醃類食品類	醃(汁)	菜麻 (魚·肉羹類) (鷄卵찌개) (豆腐찌개) 飯饌用	複合菜麻 (醋醃汁) 基礎劑 (비빔밥) (파전)	沈菜源 (醃菹類) (젓국지) 魚甘醬代用	醃類食品; 醃類(젓갈) 食醃類(식혜) (酢(酢)類) ※ 어리굴젓(淡塩) ※ 약계젓(香辛料) (香油·胡椒· 生薑, 川椒)
	食醃	飯饌用	基礎劑 (비빔밥) (비빔국수)		
沈 菜 類	淡菹	飯饌用	複合調理 (김치찌개) (김치밥) (김치국) (김치볶음) (김치무침) (김치만두) (김치적) (묵 무침) 調理基液 (물냉면)	酸味料	물김치 醃菹(젓국지) 醬菹(장김치) 冬沈菹(동침이) 魚肉菹 깬두기 총각김치 소박이 쌈김치

醱酵食品		食 用 事 例			備 考
		單獨	複合	其他	
	鹹菹	飯饌用	複合沈菜 (冬沈菹) (물김치) 複合調理 (무침類)	醃菜物料	오이지 무편지 죽순편지
	醃菜	飯饌用	複合調理 (무침類)		장아찌類
食 醃 類	釀造醋	菜糜 (作菜類) (羹·湯類) (蒸類) (冷麵)	複合菜糜 (醋甘醬) (醋醃汁) (醋苦椒醬)	藥用(本草學) 沈菜源(초저림) 沈魚源(魚醃)	穀醋類 果實醋類 菜蔬醋類 蜜醋
	直席醋	菜糜 (釀造醋와 같음)	複合菜糜 (釀造醋와 같음)		烏梅肉醋
酒 類	釀造酒	菜糜 (調理飲食) 飲酒用	造果物料 (茶食類) (醃子類) (乾正類)	沈酢源(肉醃) 藥用(本草學) 食醋醱酵源 蒸餅醱酵源	清酒類 藥酒類 濁酒類 合酒類
	蒸溜酒	飲酒用	造果物料 (乾正類) (醃子類)	合酒用	燒酒類 再製酒類 煮酒類

들은 그대로 飯饌用으로 利用되어 왔다. 이를테면 된장·고추장을 飯饌 그대로 먹거나 비빔밥으로 調理하여 利用하고 있을 뿐 아니라 生菜쌈의 基本藥糜으로 利用되고 있고, 別味飲食인 煎餅(밀전병, 쌀전병)의 藥糜 乘 基礎物料로 利用되기도 한다.

특히 甘醬類는 貯藏·醱酵飲食의 沈藏源으로 再次 轉用되는 特異性마저 보여주고 있다. 이를테면 醬菹類(장김치)의 沈菜源으로 利用되고 있는가 하면 苦椒醬의 沈醬源(물·소금 대신)으로 利用되는 묘를 살리기도 하고, 肉類조림(장조림)의 沈肉源으로도 利用되는가 하면 菜蔬類의 장조림의 基液으로도 쓰여지고 있고, 또 蟹醃(제것)의 沈蟹源으로도 利用되는 등 그 自體가 醱酵食品인데는 不拘하고 또 다른 醱酵食品의 沈藏源으로서 多樣性을 보여주고 있어 우리나라 唯一의 多重醱酵食品의 標本이 되어 있다는 特異性마저 보여주고 있다.

또한 乾醬類도 若椒醬類와 함께 醃菜類(장아찌)의 沈藏源으로 利用되어 각종 菜蔬類의 貯藏飲食을 만드는데 크게 이바지하여 왔을 뿐 아니라 이들 各種 장아찌類는

일반찬으로 重要한 役割을 이어오고 있다.

2) 醃類: 醃類食品중에는 所謂 醃類라 하는 醃類와 食醃類(식혜)로 크게 나누어지고 或 酢類 또는 酢類라 일컫는 類似食醃類로 나누어진다. 이들중 醃類 1부분은 醃汁(젓국)으로 利用되기도 하는데 이들 醃汁은 單獨으로 藥糜口實을 하여 왔고 魚類·肉類국의 調味用으로 또 鷄卵찌개·수란 등에 藥糜液으로 쓰고, 豆腐찌개에는 絕對不可缺의 藥糜이기도 하다. 그밖에도 其他의 藥糜類와 複合의 利用되기도 하며, 片肉의 藥糜으로는 이에 比할 수 있는 藥糜이 없을 程度이다.

이들 醃類의 大部分은 醃汁을 包含한 그대로 直席 飯饌口實을 하고 있으며 경우에 따라서는 조기젓갈이 魚肉 그대로를 찜을 하거나 조려서 直席 飯饌用으로 利用되기도 한다. 또한 淡醃類중 어리굴젓갈은 速成醃類는 역시 直接飯饌으로서 배농을 수 없거나와 비빔밥의 主體로써 또 葱煎(파전)을 비롯하여 찌개類의 藥糜口實마저 하고 있다.

한편 食醃類는 大部分이 飯饌으로 利用되는 한편 비

빔밤의 原料 또는 骨蕨麵(비빔국수)의 主役을 맞기도 한다. 또 醃類食品중 食醃類를 除外한 醃類는 食醃代用으로 菹菜類(김치류)의 沈菜源으로 利用되며 特히 醃汁으로 담은 김치를 醃菹類(젓국지)라 하며 오늘날의 沈藏用(김장용) 김치는 젓국지를 主宗으로 삼고 있는 등 切妙한 貯藏醃酵食品의 極을 創出하는데 크게 功獻하고 있다. 그밖에도 여러해 묵은 醃汁(젓국)은 魚甘醬의 代替 役割을 하고 있고, 여러해 묵힌 石花醃(굴젓)은 造清같아 그 감칠맛을 이루 헤아리기 어려울 정도로 甘醬 맛이 뒷전으로 물러날 것이라 한다.

3) 沈菜類: 傳來의 沈菜類를 大別한다면 淡菹類(신건지), 鹹菹類(짠지) 또한 醃菜類(장아찌)를 包含하고 있고 菹菜類(김치)라 하여 이들을 모두 包含시키기도 한다.

이들 沈菜類중 淡菹類는 食鹽 또는 甘醬·醃類 등을 沈菜源으로 하여 만들어지고 鹹菹類와 함께 主로 直席飯饌으로 利用되고 있으며, 우리나라 食卓에서 빼놓을 수 없는 飯饌口實을 하고 있다. 이들중 淡菹類에 속하는 김치류의 大部分이 飯饌구실만 하는 것이 아니고 各種 調理飲食의 主 또는 副原料로 利用되고 있다. 이를테면 김치찌개를 비롯하여 김치밥·김치국·김치볶음·김치무침·김치적(炙)·묵무침 등 그밖에도 김치전·김치만두·김치볶음밥 등 實로 김치類가 미치지 않은 飯食이 없을 정도로 그 利用飲食이라 하던지 그 利用範圍는 놀라운 바가 있으며 「김치만 있다면 다른 飯饌없이도 겨울철을 넘길 수 있다」던 先祖들의 智慧에 감탄하지 않을 수 없을 것이다.

그 뿐 아니라 淡菹類중 물김치類는 그 自體로서 때로는 시원한 飲料의 口實을 하여 오기도 하였지만 冬沈菹를 비롯하여 배추김치·열무김치·나박김치·오이김치 등 물김치類는 冷麵(냉면)의 基液으로서도 切妙하거나와 飯(밥)을 말어먹는데도 清涼飲料類口實을 하여 오고 있는터이며, 각뚜기 또한 各種 湯飯類의 基本 饌으로서 利用되고 있다는 事實들은 우리나라만이 즐길 수 있는 別味飲食이 아닐 수 없다. 그밖에도 이들 淡菹類는 때로는 食醃代用으로 酸味料 役割도 주저하지 않고 있다. 또한 鹹菹類(짜게담은 김치)도 한몫으로 飯饌口實을 하고 있고, 特히나 夏節의 饌類로서 오이지·무짠지는 빼어 놓을 수 없을 것이다. 이를테면 그대로 또는 退鹽하여 물김치 代用役割도 하지만 그대로 먹기도 하고 冬沈菹의 副原料로 沈菜하기도 하거나와 菜蔬斷切期에는 오이지무침·짠지무침 등 調理飲食으로 轉用되어 口味를 한층 더 자극하여 주기도 한다. 그밖에도 이들 짠지類는 退鹽하고 半乾하여 다시 된장, 고추장에 沈菜하였다가 장아찌로서 一味를 보태주기도 한다.

한편 醃菜類인 장아찌는 된장, 고추장에 맛맛으로 沈

菜하였다가 그대로 먹기도 하거나와 그밖에 藥廉을 곁들여 장아찌무침으로 調理되어 밑반찬 口實을 허물없이 擔當하여 주기도 한다. 아마도 지난날 도시락 밑반찬으로 그 고마움을 느끼지 않은 사람은 없을 것이다.

4) 食醃類: 食醃類 또한 醃造醃類와 直席醃로 크게 나누어지고 있고, 醃造醃類중에는 穀醃·果實醃·菜蔬醃·蜜醃類가 傳來되고 있었으며, 直席醃에는 烏梅肉醃가 唯一하게 傳해지고 있었다. 이들 食醃類의 大部分이 單獨으로는 藥廉醃로 利用되어 왔고 때로는 그밖에 藥廉類와 함께 複合藥廉을 構成, 甘醬과 함께 醃甘醬으로 利用되기도 하고 醃汁과 複合 醃醃汁(초젓국)으로 또 苦椒醬에 곁들여 醃苦椒醬으로서 調理飲食의 藥廉口實을 하여 왔다. 食醃單用藥廉으로는 作菜類(生菜·熟菜·雜菜類 등), 湯類, 蒸類(찜類) 등 各種 調理飲食의 藥廉으로 添加되고 있고, 또한 冷麵에는 비빔냉면을 除外한 醬羹冷麵(장국냉면) 등에서 必須藥廉으로 食醃는 시원한 맛을 더해주면서 그밖에 藥廉과도 複合藥廉을 이루면서 不可缺의 傳來藥廉으로 利用되어 왔다.

이와같이 食醃類는 調理飲食의 藥廉口實도 하여 왔지만 香辛菜類(蔥·蒜·菲·芹·薤)인 蒜(마늘)·薤(염교) 등을 비롯하여 그밖에 菜蔬類의 沈菜源으로서 초저림食品類를 支配하였고, 이들 초저림類들은 밑반찬으로 한몫을 단단히 하여 왔다. 또 食醃類는 沈菜源口實 이외에도 沈魚源으로도 利用되어 食醃類 또는 醃類를 만드는데 그밖에 沈魚源과 함께 利用되는 등 점차 그의 利用은 擴散되고 있다.

또한 直席醃는 醃造醃를 利用한 粉末醃로서 烏梅(梅實)을 붙여 꼬실러 건조시킨 것)를 醃造醃에 담가 말려서 가루낸 粉末醃로서 지금도 醃造醃와 함께 藥廉口實을 하고 있는 食醃의 한가지이다. 그러나 이 食醃는 藥廉用으로만 利用될 뿐 沈菜源으로는 利用되고 있지 않다.

5) 酒類: 酒類중 醃造酒와 蒸留酒의 大部分이 飲酒用으로 飲用되고 있을 뿐, 飲食調理用으로는 極히 적은 量이 利用되고 있다. 그러나 醃造酒중에서도 清酒·藥酒類는 調理飲食의 風味를 強化하고 藥廉으로 利用되고 있고 醃造酒와 蒸留酒가 傳來飲食 가운데서 造果物料로 利用되는 特異性을 보여주고 있다. 이를테면 茶食類·餛飩子類·乾正(강정)類에 添加物料로 利用되고 있다. 그밖에도 醃造酒중 濁酒를 除外한 清酒·藥酒가 醃類(肉醃類로서 穀飯酒麴·麥芽·鹽·酒로 魚肉을 醃藏한 食醃類)의 沈藏源으로 利用되기도 한다.

한편, 蒸留酒는 過夏酒·松筍酒 등의 合酒類醃造에 醃造用水代身으로 利用되고 있는 妙가 傳해지고 있다. 또한 醃造穀酒類는 食醃醃酵源으로 利用되고 있고 特히 果實醃類와 菜蔬醃類의 醃酵 밑술로 利用되고 있어 술

과 食醋의 인연이 어우러진 多様な 食醋類 生産이 醸造酒가 利用되어 왔다.

그 뿐 아니라 西歐社會의 麵包(빵)과 對等한 蒸餅(술떡·기주떡)의 醱酵源으로 淸酒·藥酒가 利用되어 왔고 類似 醱酵떡인 雙花에도 利用되어 왔다.

3. 醱酵食品類의 食品學의 特性

이상에서 밝혀진 五大醱酵食品과 食用構造와의 關係를 土臺로 하여 이들 醱酵食品類들이 우리나라 飲食文化에서 차지하고 있는 比重과 食品學의 特性을 들어 醱酵食品類의 近代化 내지 先進化의 當爲性을 뒷받침하여 보고자 한다.

1) 醱酵食品類自體로서 飯饌飲食의 基本饌을 構成하고 있다.

2) 醱酵食品類 單獨으로 調理飲食類의 基本藥廉役割을 하고 있으며 우리나라 飲食맛의 바탕을 形成하고 있다.

3) 醱酵食品類를 相互調和시켜 複合藥廉으로 利用하고 있으며 藥廉의 調和技法을 통하여 새롭고 多様な 飲食맛을 創出시키고 있다.

4) 醱酵食品類를 單獨으로 또는 複合的으로 利用 2次 醱酵食品 내지 貯藏性 飲食(밀반찬)의 沈藏源으로 再利用되고 있다.

예컨대 五大醱酵食品類들은 우리나라 飲食의 基本饌類를 構成하고 있을 뿐 아니라 調理飲食類의 調理源이 되고 있고, 우리나라 飲食맛을 根源的으로 支配하는 바탕이 되고 있다.

4. 結 語

食用構造面에서나 食品學의 側面에서 確認된 바와 같이 傳來의 五大醱酵食品類는 우리나라 飲食의 特性을 根源的으로 支配하여 왔고, 앞으로도 飲食文化의 繼承이란 次元에서 이를 受容하여야 할 當爲性을 痛感하지 않을 수 없다. 예컨대 오늘날에 사는 우리들은 傳統飲食文化를 斷切시킬 수 없는 必然的인 흐름에 同參, 傳來醱酵食品文化를 繼承·發展시켜야 할 義務感마저 저버릴 수 없을 것으로 생각한다.

지금 國內的으로는 날로 發展되고 있는 外食産業을 受容하고 世界的으로 波及되고 있는 食品의 普遍化時代에 同參할 수 있는 길이란 國籍있는 食品産業의 振興이 야말로 最善의 方案이며, 우리나라 食品産業이 國際競爭力을 提高시킬 수 있는 最善의 길은 外來食品産業에서 蓄積된 潛在力을 傳統食品産業으로 轉用하는 길이며, 그 가운데서도 傳統醱酵食品을 國籍있는 食品産業으로 受容하는 것이 우리나라 食品産業을 活性化시키는 最矩의 方案이라 생각하는 것이다.