

「齊民要術」에 수록된 식품조리가공법 연구보고(4)  
—어자(魚鮓)·포(脯)·석(腊)·갱(羹)·학(臠)·증(蒸)·부(炙)—

윤서석·윤숙경·조후종·이호지·안명수  
안숙자·서혜경·윤덕인·임희수

음식문화비교연구회

A Study on the Cooking and Processing Methods  
Presented in CHE MIN YO SUL

Seo Seok Yoon, Suk Kyun Yoon, Hoo Jong Cho, Hyo Gee Lee  
Myung Soo Ahn, Sook Ja Ahn, Hye Kyung Suh  
Duk Ihn Yoon and Hee Soo Lim

*Study Group of Food Culture*

**Abstract**

This study is carried out to understand and analyze the cooking and processing methods presented in the CHE MIN YO SUL-Chinese books of husbandary-written in sixth century that composed of two part (agricultural production and product-utilization).

Especially Ouja, Po, Suk, Keng, Hak, Jeung and Bu written in part II which studied this time. There are Eight kinds of Ouja, seven kinds of Po and Suk, Twentynine kinds of Keng and Hak, Sixteen kinds of Jeung and Bu.

Ouja is something like Korean Kajamisikhae which cooked with fresh fish, dried fish, pork, rice and then seasoned.

Po is a dried slice beef, poultry and fish with seasoned, Suk is a dried in original shape with seasoned. These are something like Korean dried beg, dried fish and Amchipo.

Keng is a clear soup and Hak is a boiled muddy soup with cereal. Jeung is a steamed beef, poultry, fish in the earthenware steamer and Bu is a roasted in the copper pan.

**I. 머리말**

본고는 「齊民要術」에 수록된 식품조리 가공법 중에서

74장 어자(魚鮓), 75장 포(脯), 석(腊), 76장 갱(羹),  
학(臠), 77장 증(蒸), 부(炙)의 종류, 사용된 재료와  
양념, 만드는 법 등을 고찰함으로써 중국 후위  
(530~558 추정) 시대의 수·조육류와 어패류의 조리법

을 정리하여 음식문화 비교연구의 한 자료로 제시하고자 한다.

## II. 어자 · 포 · 석 · 갱 · 학 · 증 · 부의 종류

어자 8종, 포와 석 6종, 갱과 학 29종, 증과 부 15종으로 각기 다음과 같다.

### 1. 어자(魚鮓)

자(鮓)는 봄, 가을에 신선한 생선, 마른생선, 피골이 단단해서 회로 적합하지 않은 생선을 절육편을 만들어서 소금을 뿌려 눌러 물기를 뺀다음 삼(糝)을 만들고 수유, 꿀피, 술 등 향신료를 섞어 넣고 생선과 함께 버무려 항아리에 담고 대나무를 위에 얹어서 익힌 것으로 다음과 같은 여러 종류가 있다.

- ① 작자법(作鮓法)
- ② 작과자법(作裹鮓法)
- ③ 식경의 포자법(食經의 蒲鮓法)
- ④ 작어자법(作魚鮓法)
- ⑤ 작장사포자법(作長沙蒲鮓法)
- ⑥ 작하월어자법(作夏月魚鮓法)
- ⑦ 작건어자법(作乾魚鮓法)
- ⑧ 작저육자법(作豬肉鮓法)

### 2. 포(脯), 석(腊)

포(脯)는 수조육류나 어류를 얇게 저며 떠서 말린 것이고 석(腊)은 통채 말린 것이다.

- ① 작오미포법(作五味脯法)
- ② 작하도백포법(作夏度白脯法)
- ③ 작침절포법(作甜脛脯法)
- ④ 작레어포법(作鱧魚脯法)
- ⑤ 오미포법(五味脯法)
- ⑥ 작절포법(作脛脯法)

### 3. 갱(羹) · 학(臠)

갱은 맑은 국이고 학은 곡류를 넣어서 탁하게 끓인 국이다.

- ① 식경작우자산학법(食經作芋子酸臠法)
- ② 작압학법(作鴨臠法)
- ③ 작오학법(作龜臠法)
- ④ 작저제산갱(作猪蹄酸羹)

- ⑤ 작양제학법(作羊蹄臠法)
- ⑥ 작토학법(作兔臠法)
- ⑦ 작산갱법(作酸羹法)
- ⑧ 작호갱법(作胡羹法)
- ⑨ 작호마갱법(作胡麻羹法)
- ⑩ 작호엽갱법(作胡葉羹法)
- ⑪ 작계갱법(作鷄羹法)
- ⑫ 작순가압갱법(作笋筍鴨羹法)
- ⑬ 폐손법(肺臠法)
- ⑭ 작양반잔자사법(作羊盤腸雌斜法)
- ⑮ 양절치법(羊節解法)
- ⑯ 강자법(羌煮法)
- ⑰ 식회어순갱(食膾魚蓴羹)
- ⑱ 식경의 순갱(食羹의 蓴羹)
- ⑲ 초저아압갱(醋菹鵝鴨羹)
- ⑳ 고균어갱(菰菌魚羹)
- ㉑ 순가어갱(荀筍魚羹)
- ㉒ 레어학(鱧魚臠)
- ㉓ 잉어학(鯉魚臠)
- ㉔ 검섬(臉織)
- ㉕ 레어탕적(禮魚湯炙)
- ㉖ 타학탕(鮓臠湯)
- ㉗ 참담(槩淡)
- ㉘ 현신(損腎)
- ㉙ 난숙(爛熟)

### 4. 증(蒸) · 부(炆)

증(蒸)은 수조육류나 생선을 시루를 사용하여 증기로 가열한 것이고 부(炆)는 청동남비에 구운것으로 포(炮)와 같은 의미를 가진다.

- ① 식경의 증응법(食經의 蒸臠法)
- ② 증둔법(蒸臠法)
- ③ 증계법(蒸鷄法)
- ④ 부저육법(炆豬肉法)
- ⑤ 부둔법(炆豚法)
- ⑥ 부아법(炆鵝法)
- ⑦ 호포육법(胡炮肉法)
- ⑧ 증양법(蒸羊法)
- ⑨ 증저두법(蒸猪頭法)
- ⑩ 현숙법(懸熟法)
- ⑪ 식차의 응증(食次의 臠蒸)

- ⑫ 아증(鵝蒸)
- ⑬ 과증생어(裹蒸生魚)
- ⑭ 모증어채(芭蒸魚菜)
- ⑮ 증우법(蒸藕法)

### Ⅲ. 어자·포·석·갱·화·증·부 만드는 법

#### 1. 어자 만드는 법

##### 자법(鮓法)

대체로 자는 춘추에 만드는 것이 좋다. 여름, 겨울은 좋지 않다. 겨울에는 잘 익지 않고 여름에는 짜지 않으면 되지 않고 짜면 맛이 없고 구더기가 생기기 쉽다.

신선한 생선으로 하며 마른생선, 피골이 단단해서 회로 적합치 않은 것도 자를 한다. 길이 2치 넓이 1치 두께 5푼으로 절육편(切肉片)을 만들어 맑은 물이 나올때까지 씻어 건져서 소금을 뿌려 판판한 곳에 눌러 물기를 뺀다.

맵쌀 밥을 지어 삼(糝)을 만드는 데 수유(菜蕒), 꿀피, 좋은 술을 섞어 넣는다. 삼이 생선에 붙을만하게 버무린다. 작은 독안에 생선한켜 삼한켜씩 넣어 가득 채운 다음 대나무를 엮어서 위에 엮는다. 그리고 집안에 두어 익힌다. 햇볕이나 불기가 없는 곳이어야 한다. 적장(赤漿)이 나오면 기울여서 쏟아 버리고 백장(白漿)이 나오고 맛이 시어지면 익는다.

##### 2) 과자법(裹鮓法)

크기에 맞게 자른 생선(切肉片)을 씻은 다음 삼(糝)에 소금을 섞고 절육편 10개를 한포로 한다. 연잎으로 두겹게 싸다. 3일이면 익으므로 폭자(暴鮓)라고도 한다.

##### 3) 식경의 포자법(食經의 蒲鮓法)

잉어(鯉魚) 2자 이상인 것을 절육편(切肉片)으로 만들고 쌀 3홉, 소금 2홉을 쓴다. 하루 저녁 절여서 삼(糝)을 두겹게 덮는다.

##### 4) 어자법(魚鮓法)

생선을 갈라서 소금으로 반나절(一食頃) 절였다가 죽액을 말끔이 버리고 다시 생선을 씻어 밥을 같이 쪄다. 이때 소금은 사용하지 않는다.

##### 5) 장사포자법(長沙蒲鮓法)

큰 생선을 다듬어 깨끗이 씻는다. 소금으로 생선이 보이지 않을 정도로 두겹게 절인다. 4일에서 5일 후에 소금을 씻어 버린다. 맑은물에 흰밥과 소금을 넣어 담는

다. 밥은 많아도 좋다.

##### 6) 하월어자법(夏月魚鮓法)

절육편(切肉片) 한말(一斗), 소금 한되 팔홉(一斗八合), 쌀 3되로 밥을 짓고 술 두홉, 꿀피, 생강 반홉, 수유 20입(粒)으로 그릇에 눌러 담는다.

##### 7) 건어자법(乾魚鮓法)

봄, 여름이 좋다. 좋은 건어(乾魚)를 머리, 꼬리를 자르고 더운물에 깨끗이 씻어 냉수에 담가둔다. 하룻밤 지날때마다 물을 갈고 수일 지나 살이 부풀어 오르면 건져 내어 사방 4치로 자른다. 맵쌀밥을 지어 삼(糝)을 만들고 수유입을 독밀에 갈고 생수유열매를 조금 밥에 섞어 향을 내게 한다. 생선 한켜 놓고 밥 한켜 놓아 독이 차면 연잎(蓮葉)으로 독입을 막는다. 진흙으로 봉해서 햇볕에 놓는다. 오래 들수록 좋다. 주·식(酒·食)을 같이 먹을 수 있고 수(酥)를 발라 구으면 더욱 좋고 지지면(肥) 가장 좋다.

##### 8) 저육자법(猪肉鮓法)

살찌고 어린 돼지고기를 사용한다. 깨끗이 튀어 손질하고 뼈는 추려 내어 넓이 5치로 만들어 3번 물을 갈아 삶는다. 맵쌀밥을 지어 삼(糝)을 만들고 수유 열매, 소금을 알맞게 섞어 어자법과 같이 쪄다. 삼이 2배로 많으면 빨리 익는다. 진흙으로 봉하고 햇볕에 놓으면 1개월에 익는다. 마늘, 생강은 적당히 사용하면 된다. 지지면 맛이 좋고 구우면 별미이다.

#### 2. 포·석 만드는 법

##### 1) 오미포법(五味脯法)

소, 양의 뼈를 고아서 맑은 육수를 만들고 여기에 향이 좋은 시(鼓)를 넣어 다시 끓인다. 맛과 색이 나면 소금, 총백(葱白), 산초(椒), 생강, 꿀피를 가루내어 넣는다. 고기를 섬유 방향으로 썰어 준비한 국물에 넣어 주물러서 두었다가 3일 후에 꺼낸다음 물기를 빼고 집의 북쪽 처마 밑, 그늘에서 말린다. 축축할 때 손질하여 종이로 싸서 매달아 둔다.

선달에 만든 것은 남포(豚脯)라 하여 여름도 난다.

##### 2) 하도백포법(夏度白脯法)

기름기 없는 고기를 떠서 냉수에 넣어 물이 맑아질 때까지 주물러 피를 뺀다음 다시 냉수에 소금을 풀고 후추 가루를 넣어 준비한 고기를 담갔다 이틀 후에 꺼내어 그늘에서 말린다. 축축할때 나무봉으로 두들겨 단단하게 한다. 작은 새끼양은 통채로 한다.

**3) 침절포법 (甜脆脯法)**

설탕에 노루, 사슴고기를 손바닥 두께 정도로 썰어 소금을 뿌리지 않고 그늘에서 말린다.

**4) 레어포법 (鱧魚脯法)**

가물치의 비늘을 벗기고 막대기를 입에 넣어 꼬리부분으로 나오게 하여 골게 한다. 소금물에 생강과 후추가루를 넣어 생선 입으로 흘러 넣어 가득 채운 다음 집의 북쪽 처마 밑에 걸어서 말린다. 겨울 내내 얼게 두면 2, 3월 에 다 된다.

생박(生剉)하여 내장을 꺼내고 초에 담그면 진한 맛을 낸다. 또 생선의 몸을 짙으로 싸서 두드리면 희고 맛도 좋다.

밥과 술에 곁들이면 진미이다.

**5) 오미석법 (五味腊法)**

재료를 통채로 다루고 지방을 제거해야 비린내가 안 난다. 오미포에서와 같이 소, 양의 뼈를 고아서 시(豉)를 넣고 끓여 소금, 총백(葱白), 산초, 생강, 굴껍질을 넣는다.

육즙에 4일에서 5일 담그면 맛이 든다. 이것을 그늘에서 말린다.

먹을 때 불에 구워 망치로 두드린다. 닭, 꿩, 메추리 3종류는 비린내나는 장을 제거하고 가슴을 열어서는 안 된다.

**6) 절포법 (脰脯法)**

오미포 만드는 재료는 다 사용되나 생선은 제외된다. 재료를 물을 끓여 익히고 거품은 제거한다. 물에서 꺼내기 직전에 불을 더 세게 하면 건조가 잘 된다. 상자위에 놓고 그늘에서 말린다. 달고 연하기가 뛰어난다.

**7) 읍어법 (滷魚法)**

사계절 다 만든다. 아가미를 빼고 배를 갈라 깨끗이 씻는다. 한쪽에 소금을 뿌려서 두개씩 포갠다. 겨울에는 그대로 쌓아두고 여름에는 향아리에 가득담아 진흙으로 봉하여 구더기가 생기지 않게 한다. 향아리 바닥에 구멍을 내어 즙을 뺀다. 살이 붉어질 때까지 숙성시킨다. 먹을 때 소금을 씻어내고 끓임, 찜, 구이등 임의로 이용한다.

젓갈, 장, 구이, 전등에도 이용된다.

보통 메기(鱖)만 제외하고다 이용할 수 있다.

**3. 갱·학 만드는 법****1) 식경의 우자산학법 (食經의 芋子酸臙法)**

돼지, 양고기 각 1근을 물 1말에 삶고 토란 1되를 찐다. 파밀등 1되, 참쌀 3홉, 소금 1홉, 시즙 1되, 신술 5홉, 생강 10냥을 넣어 끓여서 학 1말을 만든다.

**2) 압학법 (鴨臙法)**

작은 집오리 6마리, 양고기 2근, 큰 집오리 5마리를 술 8되로 찐다. 파 3되, 토란 20주, 굴껍질 3장, 목련 5치, 생강 10냥, 시즙 5홉, 쌀 1되를 넣고 끓여 학 1말을 만든다.

**3) 오학법 (鰲臙法)**

자라를 통채로 삶아서 등딱지와 내장을 걷어내고 술 2되로 삶는다. 양고기 1근, 파 3되, 시즙 5홉, 참쌀반홉, 생강 5냥, 목련 1치를 넣어 끓여서 소금, 신술로 간을 맞춘다.

**4) 저제산갱일사법 (猪蹄酸羹一斛法)**

저제 3구를 흡션 삶아서 뼈를 발라내고 파, 시즙, 신술, 소금으로 간을 맞춘다. 구법으로는 엿당 6근을 넣기도 한다.

**5) 양제학법 (羊蹄臙法)**

양제 7구, 양고기 15근, 파 3되, 시즙 5되, 쌀 1되, 생강 10냥, 굴피 3장을 끓여서 간을 맞춘다.

**6) 토학법 (兔臙法)**

토끼 1마리를 대추씨 크기로 잘라서 물 3도, 술 1되, 목련 5푼, 파 3되, 쌀 1홉을 넣고 끓여서 염시와 신술로 간을 맞춘다.

**7) 산갱법 (酸羹法)**

양창자 2구, 물엿 6근, 박순 6근, 파대거리 2되, 소산 3되, 밀가루 3되를 끓여서 시즙, 생강, 굴피로 간을 맞춘다.

**8) 호갱법 (胡羹法)**

양갈비고기 6근, 양고기 4근에 물 4되를 넣어 삶아서 갈비고기를 잘게 자르고 파 1근, 고수풀 1냥, 안석류즙 수홉을 넣고 맛을 낸다.

**9) 호마갱법 (胡麻羹法)**

호마즙 3되에 파 2되, 쌀 2홉을 넣고 익혀서 갱 2되만을 만든다.

**10) 호엽갱법 (瓠葉羹法)**

박순 5근, 양고기 3근, 파 2되를 끓여서 염시 5홉으로 간을 맞춘다.

**11) 계갱법(鷄羹法)**

닭 1마리를 삶아 뼈를 발라내고 살을 썰어서 파 2되, 대추 30개를 넣고 끓여 갡 1말 5되를 만든다.

**12) 순가압갱법(筍薺鴨羹法)**

집오리 1마리와 목련으로 삼갱 만드는 법으로 만든다. 소금에 절인 죽순 4되를 소금기를 빼고 삶고 소산, 파를 넣어 끓여서 시즙으로 간을 맞춘다.

**13) 폐손법(肺驥法)**

양폐 1벌을 삶아 잘게 썰고 참쌀 2홉, 생강을 넣어 학을 만든다.

**14) 양반장자사법(羊盤腸雌斛法) ; 羊盤腸雌驥法**

양혈 5되를 증막, 마적을 제거하고 가른다. 양저드랑이 각의 비계를 잘게 썬 것 2되, 생강 1근, 굴피 3장, 후추가루 1홉, 두청장 1되, 시즙 5홉, 밀가루 1되 5홉, 쌀 1되를 섞어서 죽을 만든다. 여기에 물 3되를 붓는다. 창자를 씻고 백주를 통과시켜서 장속을 씻어내고 모든 재료를 고루 섞어서 장속에 넣는다. 길이 5치씩 잘라서 찐다. 피기운이 밖으로 흘러 비치지 않으면 익은 것이다. 1치 정도로 잘라서 신술, 진간장에 찍어 먹는다.

**15) 양절해법(羊節解法) ; 羊腔驥法**

양덜머구니 1개, 생쌀 3되, 파 1줌에 물을 붓고 삶아 반쯤 익힌다. 집오리고기 1근, 양고기 1근, 돼지고기 반근을 다져서 끓여 학을 만든다. 꿀을 넣어 달게 한다. 익어갈 무렵 양덜머구니를 넣고 더 끓인다.

**16) 강자법(羌煮法)**

사슴머리 1개, 돼지고기 2근으로 학을 만들고 파 1줌, 생강, 굴피 각각 반홉, 후추 약간을 넣고 신술, 염시로 간을 맞춘다.

**17) 회를 먹을 때의 어순갱(食膾魚蓴羹)**

순채를 그대로 자르지 않고 긴 그대로 끓는 물에 데쳐서 쓰고 뚝은 맛을 제거한다. 순채가 없으면 봄철에는 무청의 꽃받침, 여름, 가을에는 어린 배추, 겨울에는 냉이잎을 사용한다. 시즙을 호박색이 날 정도로 끓여 찌거기를 받쳐서 쓴다. 순채갱에는 순채만 사용하고 파, 염교, 저, 초 등을 넣지 않는다. 순채에 시염을 넣고 저으면 탁해지므로 짓지 않는다. 생선 끓인 갡 1말에 냉수 1되를 섞어 삶은 순채와 시즙을 넣으면 맑고 감미롭다.

**18) 식경의 순갱(食經의 蓴羹)**

가물치나 뱀어를 길이 2치, 넓이 2치로 잘라 물을 붓고 3소금 끓인다음 순채를 넣고 시즙의 맑은 윗물과 소금을 넣는다.

**19) 초저아압갱(醋菹鵝鴨羹)**

식초에 절인 거위, 집오리고기를 1치 사방으로 잘라서 볶아 시즙, 미즙, 잘게 썰은 채소초절임을 넣고 소금으로 간 맞춘다. 그릇에 담고 시지 않거든 채소 절인 초물을 엷는다.

**20) 고균어갱(菰菌魚羹)**

고기나 생선을 1치사방으로 자르고 버섯은 끓는 물속에 넣었다가 꺼내어 쪄낸다. 먼저 버섯을 끓이다가 생선을 넣고 끓여서 말린꽃, 국죽, 파, 시를 넣는다.

**21) 순가어갱(筍薺魚羹)**

죽은은 더운물에 담구었다가 채썰어서 물을 붓고 끓이다가 생선을 넣고 소금, 시로 간을 맞춘다.

**22) 레어학(鱧魚驥)**

1자 이상의 큰가물치를 사방 1치반 크기로 잘라서 물을 붓고 끓이다가 시즙으로 간을 맞추고 같은 쌀을 넣는다.

**23) 잉어학(鯉魚驥)**

잉어의 비늘을 긁고 사방 5치, 두께 5푼으로 썰어서 가물치학과 같은 방법으로 하는데 다만 통쌀죽을 넣는다. 내놓을 때는 밥알을 제거한다.

**24) 검섬(臉臍)**

돼지의 장을 더운물을 통해내고 3치 길이로 잘라 썰어서 찌서 버려 다시 잘게 썬다. 볶은 다음 물을 붓고 끓여서 맑은시즙, 같은쌀물, 파, 생강, 후추, 호근, 소산, 겨자를 넣고 소금과 초를 넣는다.

**25) 레어탕적(鱧魚湯臍)**

1척 이상의 큰 가물치를 사용한다. 비늘을 긁고 콩알 모양으로 비스듬이 자르는 데 사방 1치반, 두께 3치로 한다.

가물치에 시즙을 뿌리고 여기에 백미를 국죽으로 해서 넣어 끓인다. 국죽이 익으면 소금, 생강, 후추, 굴피를 넣는다. 그릇에 담을 때 국죽을 제거한다.

**26) 탁화탕(魚鰓霍湯)**

소위는 끓는 물에 삶아서 배속 내장을 제거하고 깨끗이 씻는다. 세로로 3장으로 찌서 5치 길이로 씻는다. 색이 변할때까지 삶아내서 사방 1치 반으로 만든다. 이것을 볶아서 시즙, 같은 쌀물을 넣고 매우 끓인다. 파, 생강, 굴피, 호근, 소산을 모두 잘게 썰어 다져서 넣고 소금과 초를 넣는다.

**27) 참담(槩澹)**

살찐 거위, 집오리를 푹 찐다. 부드럽게 익으면 길이

2치를, 넓이 1치, 두께 4푼정도로 썰고 큰뼈를 제거한다. 목이버섯은 백탕에 삶아서 반일쯤 지나 건져서 큰 것은 쪼개고 작은 것은 통채로 쓴다. 이 물에 고기를 넣고 염시, 호근, 소산, 버섯을 넣어 푹 삶는다.

#### 28) 현신(損腎)

소, 양의 위를 하얗게 될 때까지 정하게 다루어 길이 4치로 염교묘 모양으로 썰어서 염시즙을 넣고 끓인다. 2치길이의 자소와 강말을 넣는다. 그릇에 담고 절러싼 국물을 위에 얹는다. 다른 방법으로는 콩팥을 길이 2치, 넓이 1치, 두께 5푼으로 잘라서 위의 방법으로 만들어 생강, 염교를 곁들인다.

#### 29) 난숙(爛熟)

고기를 칼이 필요치않을 정도로 푹 익혀서 길이 3치, 넓이반치, 두께 3치반으로 썰고, 국물에는 파, 생강, 후추, 굴피, 호근, 소산을 곱게 다져서 소금, 초를 넣는다. 낼때는 이 국물에 고기를 버무리서 낸다. 쌀뜨물을 국물에 섞는다.

#### \*갱, 학류의 잔맛고치는 법(治羹臙傷鹹法)

수레바퀴에 묻어있는 마른 흙을 곱게 체에 쳐서 곱비단주머니에 담는다. 삼끈으로 단단히 묶어서 솥속에 갈아 얹혀두었다가 우려내거든 꺼낸다.

### 4. 증·부 만드는 법

#### 1) 식경의 증응법(食經의 蒸應法)

곰을 잡아 손질하여 푹 삶아 시즙(鼓汁)으로 담가 하룻밤 둔다. 차좁쌀을 물기없이 닦아 진한 간장에 담가서 황적색으로 물이 들면 길이 3치의 파와 다진 생강, 굴피, 소금을 함께 섞어서 시루에 쪄낸다. 양, 돼지새끼, 거위 집오리도 같은 방법으로 쪄낸다.

#### 2) 증돈법(蒸豚法)

살찐 새끼돼지 1마리를 깨끗이 씻어 반숙되게 삶아 간장에 담근다. 차좁쌀을 물기 없이 진간장(鼓汁)에 담가 황색으로 물들어 밥을 짓고 간장을 붓는다. 잘게 썬 생강, 굴피, 파, 굴잎을 준비한 새끼 돼지와 밥에 섞어 시루에 넣어 쪄낸다.

돼지기름과 시즙을 3대 1의 비율로 하여 부으면 잘 익는다.

#### 3) 증계법(蒸鷄法)

닭 1마리, 돼지고기 1근과 시(鼓), 소금, 파 흰부분, 자소잎에 시즙을 두르고 소금을 뿌려 시루안에 넣어 잘 무르게 쪄낸다.

#### 4) 부저육법(炆猪肉法)

돼지고기를 끓는 물에 튀하여 깨끗이 씻는다. 고기를 네쪽으로 썰어 큰 솥에 삶는다. 이때 위에 뜨는 기름을 걷어 따로 담아 둔다. 기름이 떠오르지 않을 때까지 물을 조금씩 부어가며 기름을 걷는다. 기름이 나오지 않으면 건져서 사방 1치로 썰어 물을 갈아 끓인다. 여기에 술 2되를 넣으면 비린내가 가신다. 술이 없으면 초장(酢漿)으로 대신한다. 다시 기름을 걷어 내어 기름이 더 나오지 않고 비린내도 나지 않으면 건진다. 구리냄비에 고기를 한줄 펴고 그 위에 쪼갬파, 시(鼓), 소금, 생강, 후추를 퍼놓고 물을 부어 부(炆)한다. 고기가 호박색이 되면 다 된 것이다.

\*冬似나 甘瓠를 넣고 싶으면 구리냄비에 고기를 넣을 때 같이 넣는다.

#### 5) 부돈법(炆豚法)

15근 되는 살찐 돼지새끼 한마리에 물 3되와 감주(甘酒) 3말을 부어 끓인다. 익으면 건져 자른(擘)다. 쌀 4말로 밥을 지어 구리냄비에 부(炆)하고 생강 1되, 굴피 2되, 파 흰부분 3되, 시즙(鼓汁)을 넣어 밥과 버무리 간장으로 간을 맞추고 다시 쪄낸다. 시간은 쌀 1石 밥지를 정도로 한다.

#### 6) 부아법(炆鵝法)

살찐 거위를 손질해서 길이 2치로 자르고 고기 15근이 되게 한다. 참쌀 4되로 삼(糲)을 만들기 위해 찌 굽기를 한후, 시즙, 굴피, 파 흰부분, 간장, 생강을 넣어 섞어서 다시 쪄낸다. 쌀 1石 밥을 지을 정도로 쪄낸다(시간의 가늠을 말함).

#### 7) 호포육법(胡椒肉法)

백양육(白羊肉)은 1년생 살찐 것으로 가늘게 썰고 시(鼓), 소금, 파 흰부분 쪼갬것(擘) 생강, 산초(椒), 필발, 후추를 넣어 맛을 내고 양의 밥통(肚)을 깨끗이 씻어 뒤집어서 다진 고기를 넣어 봉합한다. 흙무덤에 굴을 파서 그 안에 넣고 재를 덮고 그 위에 다시 불을 지핀다. 한섬 쌀로 밥지를 만큼의 시간동안 익힌다.

#### 8) 증양법(蒸羊法)

가늘게썬 양고기 1근을 시즙에 버무리고 파 흰부분 1되를 섞어 쪄낸다.

#### 9) 증저두법(蒸猪頭法)

돼지머리의 뼈를 골라내고 한번 끓여 칼로 잘게 썰는데 물속에서 한다. 이것을 청주와 염시로 찌는데 입맛에 맞추어 간을 하고 익으면 건강, 산초를 얹어 먹는다.

**10) 현숙법 (懸熟法)**

돼지고기를 껍질을 벗기고 썰어 파 흰부분 1되, 생강 5홉, 굴피 2잎, 참쌀 3되, 시즙 5홉으로 조미하여 찐다. 쌀 7달로 밥을 짓는 정도의 시간동안 찐다.

**11) 식차의 응증 (食차의 熊蒸)**

곰을 큰 것은 토막을 내고 작은 것은 머리와 발을 자르고 배를 가른 다음 찐다. 익으면 손바닥 정도의 크기로 썰거나 사방 2치 정도로 찢는다.

시즙으로 참쌀을 끓이고 해백(薤白)은 작게 썰고 호미나리, 달래는 가늘게 썰어 죽에 소금과 섞어서 다시 찐다. 찌면서 고기를 한칸씩 사이에 끼운다. 너무 무르기 전에 삼(糝)과 같이 담는다. 혹은 참쌀과 염시, 해, 생강을 다져서 곰의 배속에 넣어 찌기도 한다.

담을 때 죽은 밑에 고기를 위로 한다. 다른 방법으로 고기를 네 쪽으로 나누어 덜 익게 찌고 삼은 지에밥을 사용하고 파, 염시를 섞는다. 고기를 밑으로 해서 다시 찌는 것이 좋다. 건강, 산초(椒), 굴피를 섞어 위에 놓는다. 돈중도 돈옹과 같이 한다.

**12) 아증 (鵝蒸)**

거위 머리를 자르고 새끼돼지와 같이 한다.

**13) 과증생어 (裹蒸生魚)**

대나무껍질을 5치에서 7치로 간추린다. 시즙으로 참쌀을 끓이는 것은 증응(蒸熊) 때와 같이 한다. 생강, 굴피, 호미나리, 달래를 가늘게 찢다음 소금을 넣고 삼을 만들어 대나무 껍질에 라드를 바르고 삼을 생선 위에 놓이도록 해서 이들을 십자로 싼 다음 찐다. 담을 때 대나무 껍질을 펴서 놓는다.

**14) 모증어채 (菹蒸魚菜)**

1자인 생선을 깨끗이 다듬되 비늘을 긁지 않는다. 휘염시(渾埃鼓), 호미나리, 달래를 잘게 썰어 생선 안에 넣고 채(菜)와 같이 찐다. 또는 사방 1치로 간추리던가 5, 6치로 해서 염시즙에 담갔다가 건져 채(菜)에 얹어 찐다. 또는 채위에 생선을 얹어 대평주리에 담아 찐다. 또 말하기를 대평주리에 찐 채로 낸다고도 한다.

**15) 증우법 (菹藕法)**

연근을 물에 적신 벗짚과 겨로 문질러 깨끗하게 씻는다. 마디는 자르고 끝로 구멍을 채운다. 들기름으로 면(麵)을 반죽해서 위아래를 봉하고 찢다음 익으면 면을 떼어내고 물을 붓는다. 껍질을 벗기고 칼로 썰어 담아 낸다. 여름에는 날것으로 겨울에는 찢것으로 두 가지 같이 내어도 된다고 한다.

**IV. 종합고찰****1. 어자 (魚鮓)**

어자(魚鮓)는 신선한 생선, 마른 생선을 이용하고 저육자법(猪肉子法)만 어린돼지를 사용한다. 멧쌀로 밥을 지어 삼(糝)을 만든다. 양념을 술, 소금, 생강, 마늘 등이다. 만드는 시기는 봄, 가을로 추운겨울이나 더운 여름에는 만들지 않는다. 저장기간은 3일, 1개월 또는 오래될 수록 좋은 것도 있다. 어자의 재료, 만드는 법은 <표 1>과 같다.

**2. 포 (脯), 석 (腊)**

포(脯)는 수조육류나 어류를 얇게 저며 떠서 말린 것이고 석(腊)은 통채 말린 것이다. 포, 석에 사용된 재료는 쇠고기, 돼지고기(멧돼지고기), 노루고기, 사슴고기, 양고기, 닭고기, 꿩고기, 메추라기고기, 토끼고기, 집오리고기, 기러기, 왜가리, 꿩고기, 집비둘기고기 등이고 어류는 가물치가 주로 사용되나 메기를 제외한 모든 생선을 이용할 수 있다.

양념은 시, 총백, 생강, 산초, 소금, 후추, 초 등이다. 시기는 겨울철이 가장 좋으며 1, 2, 3, 9, 10, 11, 12월에 주로 만든다. 단 읍어는 4계절에 만든다. 저장기간은 3~4개월이다. 포, 석의 재료, 만드는 법은 <표 2>와 같다.

**3. 갡 (羹), 학 (臠)**

갡은 맑은 국이고, 학은 곡류를 넣어서 탁하게 끓인 국이다.

갡·학의 종류가 29종 중에서 갡 12, 학 10 그 밖에는 갡·학이 붙지않은 이름이었다. 학에는 반드시 멧쌀을 넣었으나 갡에는 거의 넣지 않았고 산갡에는 밀가루, 호마갡, 초저아압갡, 고균어갡에는 멧쌀을 넣었다. 18종류에 멧쌀, 10종류에는 곡류를 넣지 않았고 밀가루는 2종류에만 넣었다. 난숙에는 쌀뜨물을 넣은 것이 특이하였다. 갡, 학에 사용된 재료는 수, 조육류로 돼지고기(돼지장, 저제), 양고기(9양제, 양위, 양갈비, 양패, 양혈, 양뿔더구니), 집오리고기, 자라고기, 토끼고기, 닭고기, 사슴머리, 거위고기, 소위 등 주로 수·조육류가 사용되었고, 어패류는 뱀어, 가물치, 잉어, 모래무지 등 5가지에만 사용하였다. 채소류는 토란, 목련, 박

<표 1> 어자(魚鮓)

종 류	재 료					만드는 법			비 고
	재 료 및 양 념					시 기	저장 기간	조리법의 특징	
	수조육류	어류	채소·과일류	곡류, 삼	양념				
자(鮓)		신선한 생선, 생선, 생선, 생선, 생선	꿀피	멧쌀, 밥	수유, 술, 꿀, 소	춘·추		익힐 때 나열이 고나 시익는 익장면서 리고 나 시익는	추운 겨울에 많이 먹는다. 여름에는 많이 먹지 않는다.
과자법 (裹鮓法)		절육편	연잎	삼	소금		3일	절육편 10개로 만든다.	수유는 넣어 놓으면 된다.
식경의 포자법 (食經의 蒲鮓法)		잉어의 절육편		쌀 3홉	소금			하루밤 가 덮어 놓는다.	절인 해물이다. 2구구편만 먹는다.
어자법 (魚鮓法)		생선		밥				절이외에 소금만을 쓴다.	소금에 절인 반절이다.
장사포자법 (長沙蒲鮓法)		큰생선		흰밥	소금			밥의 양을 많이 쓴다.	소금 절인 양을 보아도 안된다.
하월어자법 (夏月魚鮓法)		절육편	꿀피	쌀	술, 생강, 수유, 소금				
건어자법 (乾魚鮓法)		건어	수유, 잎, 수열매, 과일	멧쌀, 삼		봄, 여름	오래 돌 수 좋다	건어를 담가 물에 삶아 매달아 건조시킨다.	수(酥)를 넣어 먹는다. 타라죽 : 타라죽
저육자법 (猪肉鮓法)	어린돼지		수유, 열매	멧쌀, 삼	소금, 마늘, 생강		1개월	3번 갈아 먹는다.	지미고 찌면 맛이 다르다.

순, 고수풀, 죽순, 순채, 채소초절임, 말린꽃, 미나리, 자소, 버섯류는 버섯, 목이, 과일류는 꿀겉질, 안석류, 대추, 곡류는 멧쌀(쌀뜨물), 밀가루, 양념은 시즙, 소금, 술, 파, 생강(강말), 물엿, 마늘, 후추, 꿀, 두청장,

진간장, 겨자, 식초 등이었는데 주로 시즙, 소금을 사용하였다. 시즙, 두청장, 진간장이 같은 것으로 생각되어 지나 양반장자학에 시즙, 두청장, 진간장이 모두 들어간 것으로 보아 다른 것임을 알 수 있다. 수, 조육류를 사용



<표 2> 포·식(脯·腊)

종 류	재 료				만드는 법			비 고
	재 료 및 양 념				시 기	저 기 장 간	조리법의 특징	
	수조육류	어류	채소·과 일류	양념				
오미포 (五味脯)	쇠고기, 돼지고기, 노루고기, 사슴고기, 멧돼지, 양고기		꿀피	시(豉), 총백, 생강, 산초, 소금	1, 2, 9, 10월		고기를 섬유방향으로 썰고 양념에 재워 3일 후에 낸다.	설탕에 만드는 것은 납포라고 하며 여름도 난다.
하도백포 (夏度白脯)	쇠고기, 노루고기, 사슴고기, 양고기			후추, 소금	1, 2, 3월 설탕		설탕에 만든 것을 기 없는 고기가 좋다.	작은 새끼양은 통채로 한다.
철결포 (甜臑脯)	노루고기, 사슴고기				설탕		소금기 없이 한다.	
례어포 (鱧魚脯)		가물치		소금, 생강, 후추, 초	11~12월	3~4개월	생선을 짚으로 싸서 진흙으로 봉하여 뜨거운 재에 들여 익힌다.	원색의 정도가 옥·눈과 같다.
오미석 (五味腊)	소·양의 뺨, 닭, 꿩, 메추리, 토끼, 집오리, 짐기러기, 왜가리, 오능력, 꿩, 집비둘기	날생선	꿀피	시, 총백, 산초, 생강	설탕초		지방을 제거해야 비린내가 안난다. 오미포 만드는 법과 같다.	
결포 (臑脯)	쇠고기, 돼지고기, 노루고기, 사슴고기, 멧돼지, 양고기		꿀피	시, 총백, 생강, 산초, 소금	설탕초		술에서 꺼내기 직전에 강하력을 면 건조가 쉽다.	오미포 만드는 재료는 다 이용된다.
음어 (涸魚)		메기를 제외한 모든 생선		소금	4계절		여름에는 향아리 입술 진흙으로 봉한다.	끓임, 찜, 구이에 이용된다.

한 것에는 술을 넣었음을 알 수 있다. 29종류의 갱·학에 파 18회, 생강 13회, 마늘 6회가 사용된 것으로 보아 파가 많이 사용되었음을 알 수 있다. 생강은 생강과 강말로 표기된 것으로 보아 가루로 된 것도 사용하였음을 알 수 있다. 산갱에는 물엿, 양반장자학에는 꿀, 검섬에는 식초, 겨자, 타학에는 식초가 이용된 것이 특이하다. 갱·학의 재료와 만드는 법은 <표 3>과 같다.

4. 증(蒸), 부(鮪)

증은 수·조육류나 생선을 시루를 사용하여 증기로 가열한 것이고 부는 청동 냄비에 구운 것으로 포(炮)와 같

은 의미를 가진다.

재로는 수·조육류는 곰, 새끼돼지, 닭, 돼지고기, 거위, 양, 어류는 생선, 백어, 방어, 채소는 자소, 동과, 감초, 호미나리, 열교, 달래, 채(菜), 연근, 곡류는 차좁쌀, 쌀, 찰쌀, 양념은 시즙, 간장, 생강(건강), 소금, 총백, 돼지기름(라드), 술(청주), 후추, 감주, 염시, 필발, 산초, 꿀, 들기름, 그 밖에 면, 꿀피, 꿀일 등 이었다.

증·부의 재료와 만드는 법은 <표 4>와 같다.

<표 3> 갱·학(羹·臠)

종 류	재 료							만드는 법	
	재 료 및 양 념							조리법의 특징	비 고
	수조육류	어패류	채소류	버섯류	과일류	곡류	양념		
우자산학 (芋子酸臠)	돼지고기 양고기		토란			멥쌀	시즙·소금·술· 파·생강		재료 10냥으로 재학 1말이 나온 다.
암학 (鴨臠)	집오리 양고기		토란 묵		굴껍질	멥쌀	시즙·술·파·생 강		술 8되로 집오리 를 찌는 법이다.
오학 (籠臠)	자화 양고기		묵련			멥쌀	시즙·소금·술· 파·생강	자라의 등딱지 와 내장을 걷는 다.	
저계산갱 (猪蹄酸羹)	거계						시즙·소금·술· 파	옛날법에는 옛 당 6근을 썼다.	
양제학 (羊蹄臠)	양고기 양제				굴껍질	멥쌀	시즙·파·생강		
토학 (兎臠)	토끼		묵련			멥쌀	소금·파·술		
산갱 (酸羹)	양위		박순		굴껍질	밀가루	시즙·물엿·파· 생강·마늘		
호갱 (胡羹)	양갈비 양고기		고수풀		안석류		파		
호마갱 (胡麻羹)						멥쌀	파·참깨	참깨 1말 쌀 2홉 으로 갱 2되 반 이 된다.	
호엽갱 (瓠葉羹)	양고기		박순				소금·파		
계갱 (鷄羹)	닭				대추		파	갱 1말 5되 나온 다.	
순기암갱 (筍筍鴨羹)	집오리		죽순				시즙·소금·파· 마늘	소금에 절인 죽 순을 소금기를 우려 낸다.	
폐손 (肺臠)	양 폐 양고기					멥쌀	생강		
양반장자학 (羊盤腸雌解法)	양혈 양고기				굴껍질	멥쌀 밀가루	시즙·술·후추· 꿀·생강·두청 장·진간장	증맥, 마적은 제 거한다.	증맥, 마적은 혈 액이 응고할 때 유리의 열순대와 같다.
양절해학 (羊節解法)	돼지고기 양고기 집오리 양털더구니		순채			멥쌀	파	양가죽이 붙어 있는 대로 잔다.	
강자법 (羌煮法)	돼지고기 사슴머리				굴껍질		소금·술·후추· 파·생강	사슴머리 1개에 2근의 돼지고기 를 사용	
순갱 (專羹)			순채				시즙	끓는물에 데쳐낸 순서 쓴 맛을 낸 다.	4월: 치미순 7, 5,6월: 사순 7, 9,10월에 이 있어 먹지 않 는다. 11~3 월: 양순

식경의 순갱 (食經曰專羹)		뱅가물치	순채소 절임				시즙·소금	냉수에 순채를 넣는다.	
초저아압갱 (醋菹鵝鴨羹)	집오리					멧쌀	시즙	채소초절임을 넣는다. 신김치 넣는다.	음압를 신김치를
고근어갱 (菹菌魚羹)		뱅생어선	말린꽃 버섯			糝	시즙·파	버섯은 끓는물 에 넣었다 쓴다.	
순가어갱 (筍筍魚羹)		뱅생어선	죽순				시즙·소금	죽순은 더운물 에 담그었다 쓴다.	
레어학 (鱧魚羹)		가물치				멧쌀	시즙		1차 이상의 가물 치를 쓴다.
잉어학 (鯉魚羹)		잉어				멧쌀		통쌀죽을 넣는 다.	상에 낼 때는 밥 알을 제거한다.
검섬 (臉纖)	돼지장		미나리			멧쌀	시즙·소금·후 추·겨자·식초· 파·생강·마늘	겨자·식초를 넣 는다.	
레어탕적 (鱧魚湯炙)		가물치			굴껍질	멧쌀	시즙·소금·후 추·생강	통쌀국죽을 넣 는다.	1차 이상의 가물 알은 제거
타학 (鮓羹)		모래무지	미나리		굴껍질	멧쌀	시즙·소금·식 초·파·생강·마 늘	식초를 넣는다.	
참담 (槩淡)	거양고기 집오리		미나리	목이	굴껍질	멧쌀	소금·마늘	목이는 삶는다.	
현신 (損腎)	소양위 소위		자소				소금·강말	소·양의 위는 하 얇게 한다.	너무 끓이면 질 겨진다.
난숙 (爛熟)	돼지고기		미나리		굴껍질	멧쌀뜨물	소금·후추·파· 생강·마늘	쌀뜨물을 넣는 다.	

<표 4> 증·부(蒸·飪)

종 류	재 료					만드는 법			비 고
	재 료 및 양 념					시 기	저장 기간	조리법의 특징	
	수조육류	어류	채소·과일 류	곡류	양념				
식경의 증용법 (食經蒸熊法)	곰		굴피	차좁쌀	시 장, 생 강, 소 금, 백			곰을 반하 한 짐을 담가게 한다.	양, 돼지, 거위, 집 오리도 같은 방법으로 한다.
증돈법 (蒸豚法)	새끼돼지		굴피, 굴 잎	차좁쌀	간 장, 생 강, 돼 지 기름			살피고 전지하 고 담가 고 찌는 방법이다.	곰, 양, 거 위로 같은 방법으로 한다.

								밥을 짓는다.	
증계법 (蒸鷄法)	닭, 돼지고기				시, 소금, 자소잎, 종백			잘 무르게 찐다.	삼전 닭이 좋다.
부저육법 (煎猪肉法)	돼지고기		동과, 감호		술, 조갯시, 생강, 후추			술은 비린내 없애기 위해 넣는다. 드레싱도 넣는다.	과나 감(甘瓠)을 넣고 끓이면 고기를 맛있게 낸다.
부돈법 (煎豚法)	새끼돼지		꿀피	쌀	감주, 생강, 총배, 간장			돼지에 감주, 생강, 총배, 간장을 넣어 찐다. 어찌고 다듬는다.	15근 되새를 5근 이하로 만든다.
부아법 (煎鵝法)	거위		꿀피	쌀	시, 감, 총배, 생강			참쌀로 찐다. 양념과 섞어 찐다.	삼전 닭을 찐다. 찐 닭을 찐다.
호포육법 (胡椒肉法)	백양				시, 소금, 조갯시, 후추, 산초			양념을 넣어 찐다.	백양육은 1년 이상 숙성한다.
증양법 (蒸羊法)	양				시, 감, 총배			가늘게 찐다.	센에 찐다.
증저두법 (蒸猪頭法)	돼지머리				참주, 건장, 산초			돼지머리를 찐다.	건장, 과, 먹은 삼전한다.
현숙법 (懸熟法)	돼지고기		꿀피	참쌀	총배, 생강, 시, 감			돼지 고기를 찐다.	쌀 7말 정도 찐다.
식차의 증음법 (食次熊蒸)	곰		호미, 나리, 잎, 꼬, 달래, 꿀피	참쌀	시, 감, 생강, 총배, 산초, 소금			삼을 찐다.	참쌀과 곰의 찐다.
아증 (鵝蒸)	거위							증돈법과 같다.	
과증생어 (裹蒸生魚)		생선	대나무, 껍질, 달래, 호미, 나리, 꿀피	참쌀	생강, 소금, 시, 감			대나무 껍질에 생선을 찐다.	대나무 껍질에 찐다.

<p>모중어채 (菹魚菜)</p>		<p>백어, 방어</p>	<p>미나리, 달래, 채 (菜)</p>		<p>시</p>			<p>싼다. 생선살을 잘게 얹어 배고갈다.</p>	<p>늘지 않는다. 잘고함선냉와 찢어지 는 방법 여러 가지 있다.</p>
<p>증우법 (蒸藕法)</p>			<p>연근</p>		<p>꿀, 들기름, 면</p>			<p>구멍을 채우도록 하여 구운다.</p>	<p>과거 적은 것을 연근 는 것을 벗겨 서 씻 는다.</p>

V. 맺음말

이상으로 <제민요술>에 수록되어있는 어자, 포, 석, 학, 증, 부의 내용을 해독하고 그 종류와 만드는 법을 분석 고찰하였다.

1. 어자는 신선한 생선, 마른생선, 어린돼지고기에 멧쌀로 삼을 만들어 섞고 수유, 술, 소금, 생강, 마늘 등의 양념을 하여 익힌 것으로 우리나라의 가자미 식해와 비슷함을 알 수 있다.

2. 포는 수, 조육류, 어류를 얇게 뜨고 석은 통채로 하여 시, 총백, 생강, 산초, 소금, 후추, 초로 양념하여 말린 것으로 우리나라의 육포, 어포, 암치포와 같음을 알 수 있다.

3. 갱은 맑은국이고, 학은 고류를 넣어서 탁하게 끓인 국임을 알 수 있다. 갱, 학은 돼지고기(돼지장, 저제), 양고기(양제, 양위, 양갈비, 양폐, 양혈, 양덜더구니), 집오리고기, 자라고기, 토끼고기, 닭고기, 사슴머리, 거위고기, 소위 등의 쭈, 조육류와 백어, 가물치, 잉어, 모래무지 등의 어패류와 토란, 목련, 박순, 고수풀, 죽

순, 순채, 채소절임, 말린꽃, 미나리, 자소 등의 채소류와 버섯, 목이 등의 버섯류와 안석류, 대추, 굴껍질 등의 과일류 등을 사용하여 끓여서 맑은 국 그대로 또는 멧쌀 같은것이나 밀가루를 풀어서 걸죽하게 끓여서 시즙, 두청장, 진간장, 파, 생강, 마늘, 물엿, 꿀, 식초, 겨자 등의 양념을 한 것이다.

4. 증은 곰, 새끼돼지, 닭, 돼지고기, 거위, 양 등의 수, 조육류와 백어, 방어 등의 생선을 시루를 사용하여 증기로 가열한 것이고 부는 청동남비에 구운 것이다. 증, 부에는 자소, 동과, 감초, 호미나리, 염교, 달래, 채, 연근 등의 채소류와 시즙, 간장, 생강, 소금, 총백, 돼지기름, 술, 후추, 감주, 염시, 필발, 산초, 꿀, 들기름 등의 양념을 하였다. 차좁쌀과 쌀로는 밥을 지어서 재료와 섞었고 찹쌀로는 삼을 만들어서 재료와 섞어서 다시 찌음을 알 수 있다. 증은 우리나라의 점요리와 같다고 볼 수 있으나 만드는 방법은 조금 달랐다.

원본에는 밀복증(密覆蒸), 사과증(四破蒸), 채병증(菜竝蒸)이 있으나 일본 번역본에는 빠져있음을 알 수 있다.