

## 「齊民要術」에 수록된 식품조리 가공법 연구보고(5)

—정(肥)·암(肥)·전(煎)·소(消), 저(菹)·록(綠)·적(炙),  
신(苞)·오(奧)·조(槽)·포(苞)—

윤서석·윤숙경·조후종·이효지·안명수  
안숙자·서혜경·윤덕인·임희수

음식문화비교 연구회

## 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

The following, Chung, Am, Chun, Seo, Rok, Shin, Oh, Cho, Po, listed in [Che Min Yo Sul] are as follows;

1. Chung means poultry and meat like pork and beef cooked with Ja. Am is flavoring meat in a seasoned broth, which is seasoned with Yeom Shi, green onion and pepper. Chun is stir-fried fish, beef or pork in a small amount of broth and Apchunbup, a kind of Chun, is stir-fried with Yeom Shi Juice.
2. Cheo, Rok stands for boiled meat pickled in vinegar.
3. There are twenty kinds of Chuk, which is broiled poultry, fish, shellfish and meat like pork and beef together with vegetables and spices.
4. Shin, Oh, Po, are a type of meat preservation method by using Nurook, salt, alcohol or broiling it in Bong Chuk way and then preserving it.

### I. 머리말

중국 北魏의 賈思勰이 지은 「齊民要術」(530~550년경

출간)은 일반 백성들에게 필요한 生業技術에 관하여 농경·축산·종수·식품의 조리·가공등 모두 91개 항목으로 세분하여 구체적으로 상술한 農書이다.

「제민요술」의 91개 항목은 크게 10권으로 구분하여 권

1에서는 총설, 권 2 화곡류, 권 3 채소류, 권 4 과수류, 권 5 수목류, 권 7 양조(술빚기), 권 8 양조(장, 초, 젓갈 등), 권 9 조리, 권 10은 당시의 후위 영토 이외의 지역에서 산출되는 산물에 대하여 수록하였다.

본고는 서울대학교장서인 「제민요술」의 복사본과 西山武一譯「校訂 齊民要術上·下」를 자료로 하여 「제민요술」에 수록된 식품의 조리 가공법에 관한 연구보고서의 하나로서 먼저 보고한 (1) 술 (2) 조미식품 (3) 어자, 포, 석, 갱, 학, 증, 부에 이어 본고에서는 「제민요술」의 권 8과 권 9의 일부(제 78~81)을 해독하고 각종 음식의 재료, 만드는 법 등을 분석 고찰한 것이다.

## II. 정·암·전·소, 저·록, 적, 신·오·조·포의 종류

정·암·전·소 11종, 저·록 6종, 적 20종, 신·오·조·포 6종으로 다음과 같다.

### 1. 정·암·정·소

- 1) 정어자법(脛魚鮓法)
- 2) 식경의 정자법(食經의 脛鮓法)
- 3) 오후정법(五侯脛法)
- 4) 순정어법(純脛魚法)
- 5) 암계(膾鷄)
- 6) 암백육(膾白肉)
- 7) 암저법(膾猪法)
- 8) 암어법(膾魚法)
- 9) 밀순전어법(蜜純煎魚法)
- 10) 암전법(鴨煎法)
- 11) 녹압소(勒鴨消)

### 2. 저·록

- 1) 식경의 백저(食經의 白菹)
- 2) 저초법(菹肖法)
- 3) 산포저법(蟬脯菹法)
- 4) 녹육법(綠肉法)
- 5) 백약돈법(白淪脩法)
- 6) 산돈법(酸脩法)

### 3. 적

- 1) 적돈법(炙脩法)
- 2) 봉적(捧炙)
- 3) 남적 1(膾炙 1)

- 4) 간적(肝炙)
- 5) 우현적(牛脰炙)
- 6) 관장법(灌腸法)
- 7) 박적돈법(膾炙脩法)
- 8) 도적법 1(搗炙法)
- 9) 함적법(銜炙法)
- 10) 병적 1(餅炙)
- 11) 양적 백어법(釀炙白魚法)
- 12) 남적법 2(膾炙法 2)
- 13) 돈육자법(脩肉鮓法)
- 14) 식경의 담적(食經의 陷炙)
- 15) 도적 2(搗炙 2)
- 16) 병적(餅炙 2)
- 17) 범적(範炙)
- 18) 적감(炙蚶)
- 19) 적러(炙蠣)
- 20) 적어(炙魚)

### 4. 신·오·조·포

- 1) 신육(脍肉)
- 2) 오육(輿肉)
- 3) 조육(槽肉)
- 4) 포육(苞肉)
- 5) 식경의 견적(食經의 犬腩)
- 6) 식차의 포적(食次的 苞腩)

## III. 정·암·전·소, 저·록, 적, 신·오·조·포 만드는 법

### 1. 정·암·전·소

#### 1) 정어자법(脛魚鮓法)

소금, 鼓<sup>1)</sup>, 조겐파를 먼저 물에 넣고 돼지고기, 양고기, 쇠고기를 넣어 두 번 끓여 날 때 鮓<sup>2)</sup>를 넣고 계란 4개를 풀어서 줄알을 치며 계란이 뜨면 익은 것이다.

1) 鼓: 콩을 삶아 익혀서 밀실에 두워 노란 곰팡이가 번식되면 깨끗하게 까불러서 씻은 후 다시 밀실에 콩을 넣고 삶아 두께를 2~3치로 하여 자리를 덮어 띄운 것으로 만드는 시기는 대체로 더운 계절이며, 숙성기간은 14일 전후이다.

2) 鮓: 주재료는 대부분 어류를 사용하며 밥, 소금 기타 향신료를 넣고 담은 것이다. 魚 鮓은 우리나라의 食醃이라고 할 수 있다.

**2) 식경의 정자법 (食經의 正鮓法)**

생계란을 풀어 鼓汁과 鮓를 넣고 익힌다. 또는 鮓를 넣은 끓는 국에 鼓뭉쳐진 것을 통채로 넣어 끓으면 덩어리채로 남은 鼓에 계란을 씌우기도 한다.

또는 鮓를 넣은 끓는 국물속에 鼓汁, 파를 넣고 계란을 풀어 넣는다.

**3) 오후정법 (五侯正法)**

鮓와 함께 잘게 썰은 고기를 섞어 물을 붓고 익힌다.

**4) 순정어법 (純正魚法)**

일명 부어(魚)라고도 한다.

방어의 내장을 꺼내고 아가미도 버리고 비늘채로 끓이다가 鹽鼓와 파흰부분 생강 꿀꺽질을 채로 썰어 넣고 鮓를 섞어 끓여 익으면 방어를 통채로 담고 양념을 위에 놓이도록 담는다.

**5) 암계 (膽鷄)**

일명 부계(鷄), 계섬(鷄臟)이라고 한다.

鹽鼓, 파 흰부분, 乾蘇葉을 약한 불에서 구워(生蘇葉이면 굵지 않음) 통닭과 함께 물에 넣어 무르게 삶는다. 익으면 닭과 파는 건져내고 그 즙을 걸러서 맑게 한다. 건져낸 닭은 넓이 1치로 찢어서 따뜻한 국물을 부어서 수북하게 담아낸다.

**6) 암백육 (膽白肉)**

일명 부백육(魚白肉)이라고 한다.

닭을 鹽鼓로 삶아 익을 정도로 하고 길이 2치 반, 넓이 1치로 얇게 떠서 깨끗한 물에 파 흰부분, 소산, 염시청을 넣고 끓이다가 염교잎을 길이 2치로 썰어서 파, 생강과 함께 넣는다.

**7) 암저법 (膽猪法)**

일명 부저육(魚猪肉), 저육염시(猪肉鹽鼓)이라고 한다.

앞에서 말한 암백육법과 같다.

**8) 암어법 (魚法)**

붕어를 쓰며 날고기를 통채로 쓰고 연체어는 쓰지 않는다. 붕어의 비늘을 긁고 파를 길이 4치로 썰어서 鼓, 후추(椒)와 함께 넣고 끓인다. 파가 익으면 생강, 미나리, 달래를 넣는다. 국물의 빛이 검은 것이 좋다. 후추 대신에 酢를 써도 좋다.

**9) 밀순전어법 (蜜純煎魚法)**

붕어의 내장을 빼고 비늘을 긁어 식초, 꿀을 반반으로 섞고 소금을 넣어서 붕어를 담그었다가 꺼내어 돼지 기름에 붉은색이 나도록 볶아서 통채로 담는다.

**10) 압전법 (鴨煎法)**

살전 꿩 크기의 새끼 집오리를 머리를 자르고 뒤해서 오장과 콩치살은 버리고 깨끗이 씻어 다지고, 잘게 썬 파, 鹽鼓汁을 붓고 볶아 잘 익힌다. 후추와 생강가루를 뿌려서 먹는다.

**11) 녹압소 (勒鴨消)**

곱게 다진 집오리를 餅臙같이 볶고 생강, 꿀꺽질, 후추, 미나리, 달래를 잘게 썰어 볶는다. 기장쌀로 죽을 써서 鹽鼓汁을 고기에 붓고 검은 빛이 나도록 하여 그릇에 평평하게 담아낸다. 토끼, 꿩고기가 다음으로 좋고, 살이 붉은 고기류는 모두 이용할 수 있다.

**2. 저·록****1) 식경의 백저 (食經의 白菹)**

거위, 집오리, 꿩을 물에 삶아 뼈를 제거하고, 길이 3치, 넓이 1치로 쪼개어 그릇에 담는다. 그 위에 깨끗하게 한 자채(紫菜)를 3~4편 넣고 소금, 초, 육즙과 합하여 넣는다. 또한 먹을 때 마다 위의 재료를 육즙에 넣고 삶고 쌀가루를 약간 첨가한다. 식초를 넣지 않을 때에는 자채도 넣지 않는다.

**2) 저초법 (菹肖法)**

돼지고기, 양고기를 사용하며, 염교잎 처럼 잘게 잘라서 볶고, 鹽鼓汁을 넣는다. 菜鼓를 가늘게 썰어 길이가 5치되게 하여 고기 밑에 간다. 鼓汁을 많이 넣어 시어지게 한다.

**3) 선포저법 (蟬脯菹法)**

매미를 다져서 불어 구워 익히고 잘게 뜯어 초를 넣는다. 또는 매미를 찌서 잘게 썰은 香菜를 위에 얹는다. 또는 끓는 물 속에 넣었다 즉시 꺼내어 뜯어서 香菜와 여뀌를 위에 얹는다.

**4) 녹육법 (綠肉法)**

돼지, 닭, 집오리고기를 사방 1치로 썰어 볶고 鹽鼓汁을 넣어 삶는다. 파, 생강, 꿀꺽질, 미나리, 마늘을 잘게 썰고 식초를 넣는다. 切肉을 이름하여 綠肉이라 한다. 돼지, 닭고기는 이름하여 酸이라 한다.

**5) 백약돈법 (白滷豚法)**

수유기의 살전돼지를 사용한다. 돼지의 털을 제거한 다음 꼭두서니와 쪽잎으로 문질러 씻어 깨끗이 한다. 비단주머니에 돼지를 담고 酢漿水로 삶는다. 작은 돌로 묶어 뜨지 않도록 하며 거품은 자주 건어낸다. 2번을 끓이면 꺼내어 냉수를 붓고, 꼭두서니와 쪽잎으로 문질러 하

얇게 되도록 한다. 약간의 밀가루에 물을 섞어서 麵漿을 만들어 다시 비단주머니에 돼지를 담고 돌로 묶어 麵漿을 붓고 삶는다. 잘 익으면 꺼내어 항아리에 담고 麵漿에 냉수를 섞어 따뜻하게 해서 돼지가 잠길 정도로 붓는다.

#### 6) 산돈법(酸豚法)

수유기의 돼지를 이용한다. 삶아서 뼈와 함께 도막을 낸다. 잘게 썬 파와 薑汁으로 볶는다. 여기에 멍쌀을 넣어 죽을 쑤어서 잘게 썬 파, 薑汁을 넣는다. 익으면 후추, 초를 넣으면 맛이 아주 좋다.

### 3. 적

#### 1) 적돈법(炙豚法)

새끼돼지를 사용한다. 거세한 돼지나 암소라도 좋다. 돼지를 아주 깨끗이 한후 배를 열어 오장을 제거한다. 떠를 배에 넣어 채우고 떡갈나무에 꿰어 은근한 불로 멀리서 굽히 돌리면서 굽는다. 청주를 여러 번 발라 색을 낸다. 새 돼지기름으로 바르고 씻어 얼룩이 나지 않도록 하며 돼지기름이 없을 경우 깨끗한 참기름도 좋다.

#### 2) 봉적(捧炙)

큰 소는 등성마루뼈를 쓴다. 어린 송아지는 다리고기를 써도 좋다. 불에 가깝게 하여 한쪽만 굽고 그 한면이 흰색이 될 때 자른다. 한쪽을 잘라 다시 굽는다. 다른 쪽은 즙을 머금어 매끄럽게 된다. 만약 사면이 익은 다음에 자르는 것은 뚫어서 먹지 못하게 된다.

#### 3) 납적(膾炙)

양, 소, 노루, 사슴고기는 모두 할 수 있다. 사방 1치의 산적 크기로 썰고 파를 간 것과 염시즙을 섞은 것에 담가 두었다가 잠깐 동안에 굽는다. 불에 가깝게 하여 돌리면서 굽히 굽는다. 흰색이 나면 열이 속으로 들어간다.

#### 4) 간적(肝炙)

소, 양, 멧돼지의 간은 모두 가능하다. 산적 크기는 길이 1치반, 넓이 5푼으로 하여 파와 염시즙으로 지짐질 한다.

#### 5) 우원적(牛脛炙)

늙은 소의 처넙은 두껍고 연하다. 꼬챙이로 꿰어 주그러지게 모아서 가까운 불에서 굽히 굽는다. 표면이 쪼개 찢어질 때까지 한다음 자르면 매우 연하고 맛이다. 만약 당기고 퍼 늘려 약한 불에서 멀리 구우면 얇고 질겨진

다.

#### 6) 관장법(灌腸法)

양의 반장(盤腸)을 취해 깨끗이 씻어 조리한다. 양고기를 잘게 썰어 다진파, 염시즙, 생강, 후추가루를 섞어서 소금으로 간을 맞춰 이것을 창자에 부어 넣는다. 두 개의 결가지로 잡아서 굽는다.

#### 7) 박적돈법(膊炙豚法)

새끼돼지 1마리를 저민다. 돼지고기 3근, 집오리 2근을 합하여 잘게 다진다. 어장즙 3홉, 다진파 3되 생강 2홉, 굴피 반홉을 2가지 고기와 합해 새끼돼지 표면에 뿌려 평평하게 한다. 대꼬치로 이것을 꿰어 하루밤을 무거운 것으로 누른다. 다음날 아침 약한 불로 굽는다. 꿀 1되를 고루 합해서 때때로 바른다. 황정색이 나면 익은 것이다.

#### 8) 도적법(搗炙法) 1

새끼 거위고기 2근을 취해 썬다.

좋은 초 3홉, 파 1홉, 생강, 굴피각 반홉, 후추 20개를 가루로 하여 골고루 합한다. 이것을 대쪽위에 담고 계란 10개를 깨뜨려 흰자를 따로 취해 먼저 이것에 문질러 고르게 하고 또 노른자를 바른다. 강한 불에 굽는다.

#### 9) 함적법(銜炙法)

새끼 거위 1마리를 취해 깨끗이 다듬어 뼈를 빼고 자른다. 여기에 대추 초 5홉, 과저(瓜蒌) 3홉, 생강, 굴피 각 반홉, 썰은 달리 1홉, 어장즙 2홉 후추 수십알을 가루로 한 것을 합하여 섞은 다음 다시 잘라 고르게 한다. 좋은 백어의 살을 취해 잘게 다져 이것으로(웃을 하여) 싸서 석쇠에 놓아 굽는다.

#### 10) 병적 1(餅炙 1)

좋은 백어를 깨끗이 손질하여 뼈를 없애고 다져서 3되로 한다. 멧돼지 살 전것 1되를 잘게 다진다. 식초 5홉 파, 과저 각 2홉, 생강, 굴피 각 반홉, 어장즙 3홉과 소금으로 간을 맞춘다. 이것을餅으로 하고 크기는 1되 잔 정도이고 두께는 5푼으로 한다.

약한 불의 익은 기름에 지진다.

#### 11) 양적백어법(醃炙白魚法)

백어는 길이 2척 되는 것을 등을 제고 여기에 소금을 친다. 새끼 집오리 1마리를 깨끗이 다듬어 뼈를 빼내고 잘게 썰어 식초 1홉, 과저 5홉, 어장즙 5홉, 생강, 굴피 각 1홉, 파 2홉 薑汁 1홉을 섞어구워 익힌다. 이것을 합하여 생선의 배속에 넣고 보통 생선 굽는 법처럼 꼬치에 꿰어 약한 불에서 굽는다.

**12) 남적법 2(膾炙法)**

살편 집오리를 깨끗이 손질하여 뼈를 없애고 산적 크기로 한다. 술, 어장즙 5홉, 생강, 파, 꿀피가 반홉, 鼓汁 5홉을 섞어서 담근다(한번 밥이 끓을 시간 정도로 담그는 것이 알맞다). 거위새끼로 만드는 법도 이와 같다.

**13) 돈육자법(豚肉鮓法)**

멧돼지살을 산적으로 하여 소금으로 간을 한다. 밥을 섞는 것은 적만드는 법과 같다. 재료를 넣고 나서 신맛이 날 때 구워서 먹을 수 있다.

**14) 식경의 답적(食經의 陷炙)**

거위, 집오리, 양, 송아지, 노루, 사슴, 멧돼지의 고리를 붉은 것과 흰것을 반반씩 사용하여 잘게 갈아 으깨어 볶는다. 신평저, 筍蕈, 생강, 후추, 꿀피, 파, 호미나리를 잘게 썰어 염시즙을 합하여 고기에 섞고 이것을 환으로 한다. 양손으로 눌러 한쪽이 1촌반 되게 하여 양, 멧돼지의 밤통기름으로 썬다. 두쪽으로 갈라진 가는 대의 양 곁가지를 쫓아 이것으로 굽는다. 쫓는 것은 산적 2개씩 하여 익히며 그릇에 담는것은 4조각으로 한다.

소(成牛)와 닭고기는 쓰이지 않는다.

**15) 도적 2(擣炙 2, 일명 簡炙 또는 黃炙)**

거위, 집오리, 노루, 사슴 멧돼지, 양의 고기를 잘게 갈아 으깨어 볶는다. 고루 섞은 것은 답적과 같다. 만약 解離하여 만들지 못하는 경우는 밀가루를 약간 넣는다. 대나무 대롱의 둘레가 6치, 길이 3자인 것을 푸른 껍질을 벗기고 마디를 없앤 후 고기를 여기에 얹게 편다. 아래 끝을 비워 두고 손으로 잡고 굽는다. 익어서 조금말라 손에 묻지 않으면 모래 무더기 속에 데워 닭, 집오리 알 흰자위를 거기에 넣는다. 다시 구워 하얗게 마르면 집오리 알을 넣는다(없을 경우 달걀 노른자). 재빨리 여러 번 돌리고 천천히 하면 못 쓰게 된다. 완전히 익으면 전부 빼서 양 끝을 버리고 6치씩 자른다. 금방 쓰지 않을 경우 꼭두서니 사이에 넣어 놓으면 3~5일은 간다. 밀가루를 넣으면 맛이 적고 산이 많으면 달라 붙기 어렵다.

**16) 병적 2(餅炙 2)**

날 생선을 쓰며 백어가 가장 좋다. 메기, 가물치는 안 된다. 물고기는 조각 내어 등뼈와 가시를 떼어 내며 깨끗이 씻어 절구에 넣고 뺨는다. 마늘기가 있으면 안 된다. 생강, 후추, 꿀피 염시를 넣어 섞는다. 대나무로 둥근데가 4치인 것에 면에 기름을 바른 비단에 이것을 끼운다. 썰은 고기를 담아 눌러서 평평하게 하고 손으로 비단을 잡고 餅을 뒤집어서 기름속에 지진다. 뜨거울때

접시위에 놓고 공기를 없애서 불룩한 모양으로 한다. 담기 직전에 이것을 뒤집어서 위로 보게 하고 작은 대접을 세운 것 처럼 한다.

**17) 범적(範炙)**

거위, 집오리의 가슴살을 쓴다. 생강, 후추, 꿀피, 파, 호미나리, 염시를 넣어 섞어서 살에 발라 통채로 굽는다.

**18) 적감(炙蚶)**

살조개를 철판 위에서 굽는다. 즙이 나오면 한쪽 껍질을 버린다. 작은 구리 접시에 이것을 담근다. 큰 것은 6개를 담고, 작은 것은 8개를 위로 오게 하여 담는다. 초를 따로 담아 곁들인다.

**19) 적려(炙蠣)**

살조개 구이와 비슷하다. 즙이 나오면 굴의 한쪽 껍질을 벗기고 똥을 빼고 3개를 껍질 하나에 담고 생강, 꿀피 가루를 넣고 구워서 따뜻하게 한다. 4개를 위로 오게 담고 초를 곁들인다. 지나치게 익으면 좋지 않다.

**20) 적어(炙魚)**

작은 방어, 백어가 가장 좋다. 통채로 쓰며 비늘을 없애고 잘게 칼집을 낸다. 작은 생선이 없으면 큰 것을 쓰는데 한쪽이 1치 되게 만들고 칼집을 내지 않는다. 생강, 꿀피, 후추, 파, 호미나리, 달래, 차조기 월나라 산초를 잘게 썰어 쇠에 달구고, 염시, 초를 섞어 물고기를 하룻밤 재워둔다. 구울 때 향채를 섞은 즙을 붓고 마르면 다시 부위 익을 때 그친다. 붉은 색이 되면 좋다. 쌍으로 담는다.

**4. 신·오·조·포****1) 신육(膾肉)**

나귀, 말, 돼지고기는 모두 가능하다. 음력 선달에 만드는데 것이 좋으며 그 외에 달에 만들 경우에는 반드시 달개를 해야 벌레가 안 생긴다. 고기는 뼈채로 굽게 썰어 소금, 누룩, 보리누룩을 합한다. 소금과 누룩은 같은 양으로 하고 보리누룩은 반으로 하여 항아리에 담고 진흙으로 입구를 봉하여 햇볕을 쬐인다. 2~7일이 지나면 익는다. 이것을 끓여 상에 올리면 육장의 대용이 된다.

**2) 오육(奧肉)**

묵은 돼지를 선달 중에 도살한다. 돼지는 털을 태우고 오장을 제거한다. 비계는 볶아서 지방을 얻는다. 고기는 껍질채 도막을 내어 사방 5~6치로 하여 술에 물을 자작하게 붓고 볶는다. 고기가 익고 물기가 없으면 비계기름

으로 고기를 다시 볶는다. 대략 지방 1되, 술 2되, 소금 3되로 하여 고기를 볶아서 항아리에 담고 나머지 지방을 쏟아 부어 잠기도록 한다. 먹을 때는 물로 삶아 익혀 먹으며 조리법은 보통 고기와 같다.

**3) 조육(糟肉)**

조육은 고기에 술찌게미를 넣어 만든 것이다. 술찌게미에 물을 합하여 죽 상태로 만들고 소금을 넣어 짜게 한다. 봉직한 쇠고기를 술찌게미에 넣고 지하음지에 놓는다. 술 마시고 밥먹을 때 사용한다.

**4) 포육(苞肉)**

12월 중에 돼지를 도살하여 하룻밤 묵힌 후 쪼개어 봉직한 형태로 만들고 모초관(또는 벼짚) 가운데에 넣는

다. 두껍게 진흙으로 봉하고 북향한 음지중에 매단다.

**5) 식경의 견첩(食經의 犬牒)**

개고기 30근, 밀 6도, 백주 6되를 넣고 끓인다. 3번 끓여 국물을 갈아 붓고 다시 밀, 백주 3되를 넣고 끓인 후 고기에서 뼈를 추린다. 달걀 30개를 고기에 넣고 시루에서 찌서 달걀을 응고시킨다. 고기를 돌로 눌러 하룻밤 지난후 먹는다.

**6) 식차의 포첩(食次의 苞牒)**

소, 사슴머리와 돼지의 발바닥을 삶는다. 머리는 버드나무잎 모양으로 잘게 썬다. 귀, 코, 입, 혀는 제거하고 삶는다. 돼지 발바닥은 별도로 사방 1치로 잘라 찌서 익히며 닭, 집오리알, 생강, 후추, 꿀피, 소금을 합하여

<표 1> 정·암·전·소

종 류	재 료					조리법의 특징	비 교
	수조육류	어·패류	채소·과일·곡류	양념			
정어자법 (□魚鮓法)	돼지고기·양고기·쇠고기		계란		자(鮓), 소금(鼓), 파	재료를 넣고 두번 끓이면, 자를 넣고 계란을 풀어 익힌다.	
식경의 정자법 (食經의 肥鮓法)			계란		자·시즙	계란을 풀어 시즙, 자와 함께 끓인다.	
오후정법 (五侯脛法)	고기				자	자, 고기를 섞어 물을 붓고 갠만드는 법과 같이 한다.	
순정어법 (純脛魚法)		방어		꿀피	자, 염시, 파, 생강	양념들을 넣고 끓으면 방어넣는다.	일명 부어(魚)라고 함.
암 계 (脂鷄)	닭			건소염 또는 생소염	염시, 파	닭, 양념을 넣고 삶는다.	부계, 계섬이라고도 함.
암 백 육 (脂白肉)	닭			염고일	염시, 파, 소산, 생강	닭을 염시로 익힌후, 얇게 썰어 물, 양념등을 넣고 끓임.	부백육이라고 한다.
암 저 법 (脂猪法)	돼지			염고일	염시, 파, 소산, 생강	돼지를 염시로 익힌 후, 얇게 썰어 물, 양념등을 넣고 끓임.	만드는 법은 암백육법과 같다.
암 어 법 (脂魚法)		붕어		미나리, 달래	시, 파, 생강, 후추	붕어를 쓰며 연체어는 쓰지 않는다.	
밀순전어법 (蜜純煎魚法)		붕어			식초, 꿀, 소금, 돼지기름	붕어에 식초, 꿀, 소금에 담갔다 돼지기름으로 볶는다.	통채로 담는다.
암 전 법 (鴨煎法)	집오리				염시즙, 파, 후추, 생강	집오리를 다져 파, 염시즙 넣고 볶는다.	후추, 생강가루를 뿌려 먹는다.
늑 암 소 (勒鴨消)	집오리			꿀피, 달래, 미나리, 기장쌀	염시즙, 후추, 생강	기장쌀로 죽을 쑀어 고기에 붓는다.	살이 붉은 고이는 할 수 있다.

시루에 넣고 무르게 익힌다. 그리고 나서 이것을 합하여 싸기도 하지만 날개의 모초를 묶음으로 만들어 연결하여 모여 싸는데 싹것의 크기가 큰 것은 2자, 작은 것은 1자 반이다. 커다란 나무로 눌러 평평하게 한다. 겨울에는 물에 넣지 않아도 좋지만 여름에는 잘게 만들어 누르지 않고 작은 판 사이에 끼워 삼 밧줄을 걸어 묶어 우물 수면까지 1자 떨어진 곳에 매단다. 이름하여 수절(水膈)이라 한다. 또 말하기를 고기를 콩잎 형태로 얇게 잘라 찌며 익기전에 생달걀 풀은 것, 잘게 썬 생강, 꿀피를 함께 합하여 시루에 찌다. 菹는 처음과 같다. 이름하여 책절(迭臠)이라 한다.

은 붕어를 사용하였고, 안계, 안백육은 닭, 암저법은 돼지를 사용하였다. 조미즙으로는 염시와 파를 공통으로 사용하였으며 이 밖에 후추, 생강등도 넣었다.

진은 소량의 국물로 어, 육류 등을 볶은 것으로, 밀순 전어법은 붕어를 식초, 꿀에 담갔다가 돼지기름으로 볶았고, 압전법은 다진 집오리고기에 염시즙을 넣고 볶았다.

소는 전의 일종으로 녹압소 1종류가 있다. 집오리를 사용하나 살이 붉은 고기는 모두 가능하다. 고기를 볶다가 기장쌀로 죽을 쑀어 염시즙과 함께 고기에 붓는 것이 특징이다.

IV. 종합고찰

1. 정(臍)·암(臍)·전(煎)·소(消)

정·암·전·소의 종류 및 재료, 조리법의 특징은 <표 1>과 같다.

정은 어육류 등에 鮓를 넣고 지진것으로 <표 1>에서와 같이 정어자법, 식경의 정자법, 오후정법, 순정어법은 돼지고기·양고기등에 鮓를 비롯하여 소금, 鼓 등으로 양념을 하여 끓였다.

암은 조미된 汁에 고기를 넣고 조리하는 것으로 암어법

2. 저(菹)·록(綠)

저·록은 삶은 고기 초에 담근 것으로 종류 및 재료, 조리법의 특징은 <표 2>와 같다.

저초법·녹육법·백약돈법·산돈법은 돼지고기를 사용하였고, 식경의 백저는 집오리, 거위, 평 설포저법은 매미를 사용하였다. 저초법을 제외하고 모두 고기등에 초를 넣었으나 저초법만 초대신에 채저(菜菹)와 저즙(菹汁)을 넣어 시어지게 하였다.

<표 2> 저·록

종 류	재 료				조리법의 특징	비 교
	수조육류	곡 류	채소·과일류	양 념		
식경의 백저 食經의 白菹	집오리·거위 평	멧쌀·들깨	자채	식초, 소금	먹을 때 마다 재료를 육즙에 넣어 삶고, 쌀가루를 약간 첨가한다.	식초를 넣지 않을 경우 자채도 넣지 않는다.
저 초 법 (菹冑法)	돼지고기, 양고기		채저	염시즙	저즙을 많이 넣어 시어지게 한다.	
설포저법 (蟬脯菹法)	매미*		향채 여뀌	식초	매미를 다져 구워 익히고 초를 넣는다.	매미를 찌거나 삶기도 함
녹 육 법 (綠肉法)	돼지, 닭 집오리		꿀꺽질 미나리	염시즙, 식초, 파, 생강, 마늘	고기를 염시즙으로 삶은 후 식초등을 넣는다.	切肉을 綠肉이라 함.
백약돈법 (白淪豚法)	돼 지	밀가루		식초	조리 후 항아리에 담고 麵漿을 따뜻하게 해서 붓는다.	수유기의 돼지를 사용
산 돈 법 (酸豚法)	돼 지	멧 쌀		시즙, 식초, 파, 후추	돼지를 시즙으로 볶은 후 멧쌀죽을 쑀어 넣는다.	수유기의 돼지를 사용

매미\*—곤충류

<표 3> 적

종 류	재 료					조리법의 특징	비 교
	수조육류	어·패류	채소·과일 곡 류	양 념			
적 돈 법 (炙豚法)	돼지				청 주, 돼 지, 기름, 또름	떡갈나무에 꿰어 은근한 불로 고기를 돌리면서 굽는다.	
봉 적 (捧炙)	소					한쪽만 굽고, 그 한면이 흰색이 될 때 자른다.	사면이 익은 딸 후 자르면 먹어 져서 못 먹는다.
남 적 1 (膾炙 1)	양·소·노루·사슴·고기는 모두 가능				염시즙, 파	불에 가깝게 하여 돌리면서 굽는다.	
간 적 (肝炙)	소·양·멧돼지의 간은 모두 가능					재료에 파, 염시즙을 넣고 지짐질 한다.	산 적 크기로 한다(길이 1치반, 넓이 5푼).
우 현 적 (牛胛炙)	소의 처넵					꼬챙이에 꿰어 가까운 불에서 급히 굽는다.	약한 불에서 구우면 질기다.
관 장 법 (灌腸法)	양의 창자, 양고기				염 시 즙, 파, 생 강, 후추	양고기를 다져 창자에 넣고 두 개의 결가지로 잡아서 굽는다.	
박 적 돈 법 (膾炙豚法)	돼지고기, 집오리			굴피	어 장 즙, 파, 생 강, 꿀	돼지·오리고기를 다진 후 저며 놓은 돼지고기에 평평하게 놓고 대꼬치로 꿰어 약한 불로 굽는다.	꿀을 때때로 바르고, 황 적 색이 나면 은 것이다.
도 적 법 1 (搗炙法)	거위		계란	굴피	식 초, 파, 후추	대쪽에 담고 강한불로 굽히 굽는다.	
함 적 법 (銜炙法)	거위	백어		과 저, 굴 피, 달래	어 장 즙, 대 생 초, 후추	백어의 살을 다져서 옷으로 하여 재료를 싸서 석쇠에 놓고 굽는다.	
병 적 1 (餅炙 1)	멧돼지	백어		과 저, 굴 피	어 장 즙, 식 생 초, 파, 생 강	재료를 다져서 기름에 지진다.	
양 적 백 어 법 (釀炙白魚法)	집오리	백어		과 저, 굴 피	어 장 즙, 시 즙, 식 초, 파, 생 강	집오리 다진 것과 양념을 합하여 구워 익히 고, 이것을 생선의 배 속에 넣고 꼬치에 꿰어 약한 불에서 굽는다.	
남 적 법 2 (膾炙法)	집오리 또는 거위			굴피	술, 어 장 즙, 시 즙, 파, 생 강	산적크기로 고기를 썰어 양념에 담근 후 굽는다.	
육 자 법 (肉鮮法)	멧돼지			쌀	소금	멧돼지고기를 산적으로 하여 소금으로 간하고 밥을 섞는 것은 것 만드느 법과 같다.	신맛이 날 때 구워서 먹을 수 있다.
식 경 의 담 적 (食經의 醢炙)	거위·집오리·양·송아지·노루·사슴·멧돼지			과 저·죽 호미 나리	염 시 즙, 파, 생 강, 후추	고기를 갈아 볶은 후 양, 멧돼지의 뱃통기름으로 싸서 결가지로 싸아 굽는다.	成牛와 닭고기는 사용하지 않는다.



종 류	재 료					조리법의 특징	비 교
	수조육류	어·패류	채소·과일류	양 념			
도 적 2 (搗炙 2)	거위·집오리·노루·사슴·멧돼지·양		닭이나 집오리알	과저·죽·호미나리	염시즙, 파, 생강, 후추	고기를 대나무 통위에 놓고 굽는다.	고기에 양념을 섞는 것은 담적과 같다.
병 적 2 (餅炙 2)		백어		굴피	염시, 생강, 후추	餅으로 하여 기름에 지진다.	매기, 가물치는 안 된다.
범 적 (範炙)	거위, 집오리			굴피, 미나리	염시, 파, 생강, 후추	거위, 집오리의 가슴살에 양념등을 넣고 통채로 굽는다.	
적 감 (炙蠟)		살조개				살조개를 철판에서 굽는다.	초를 따로 담아 곁들인다.
적 려 (炙羶)		굴		굴피	생강	굴의 한쪽 껍질을 벗기고 철판에서 굽는다.	초를 곁들이며, 지나치게 익으면 안 좋다.
적 어 (炙魚)		방어 또는 백어		굴피, 호미나리, 달래, 산초	염시, 초, 파, 생강, 후추	물고기를 채소, 양념에 하루밤 재워둔 후 굽는다.	작은 생선이 좋다.

3. 적(炙)

적은 수·조육류등에 채소·과일류·양념등을 혼합하여 구운 것으로 <표 3>과 같이 적돈법 등 모두 20종류이다.

주재료를 살펴보면 돼지·멧돼지·집오리고기등을 비롯하여 대장(간, 처넛, 창자), 생선, 조개류 등 다양하게 나타났다. 대부분 수조육류의 살코기를 사용하여 구었으며 내장을 이용한 것으로는 간적(소·양·멧돼지의 간), 우현적(소의 처넛), 관장법(양의 창자)이 있다. 또한 생선을 사용한 것으로는 병적 1, 2, 양적백어법, 적어법이 있으며 주로 백어를 사용하였다. 이 밖에 조개류로 구운것에는 적감, 적려가 있는데, 이들은 각각 살조개와 굴을 사용하였다. 적에 사용된 수·조육류는 대부분 1~2종류를 이용하여 구웠으나 식경의 담적, 도적 2와 같이 6~7 종류의 고기를 혼합하여 만든 것도 있었다.

적의 부재료로 사용된 채소, 과일류에는 굴피, 과저, 호미나리, 달래, 죽저, 미나리, 산초가 있으며 이중 굴피(11회)가 가장 많이 이용되었다. 곡류로는 쌀이 사용되었으며 돈육자법 1종류에서만 볼 수 있었다.

적의 양념으로 생강, 파, 염시즙, 후추, 초, 술, 소

금, 시즙, 어장즙, 꿀, 기름이 쓰였다. 생강(13회) 가장 많이 사용되었고 파(12회), 염시즙, 후추(8회), 초(5회), 술(4회)의 순이다.

채소, 양념등을 전혀 넣지 않고 주재료만을 사용하여 구운 것으로는 봉적, 우현적, 적감 3종류 뿐이다.

굽는 방법으로는 나무나 꼬챙이에 꿰어 구운것으로는 적돈법, 우현적, 박적돈법, 양적백어법이 있고, 두개의 걸가지로 잡아서 구운것으로는 관장법, 식경의 담적이 있다. 고기를 대나무통을 이용하여 구운 도적법 1·2, 석쇠를 사용한 합적법, 철판에서 구운 적감, 적려가 있다.

고기를 크게 썰거나 통채로 사용할 때에는 나무꼬챙이, 철판 등을 이용하지만 잘게 썰었을 때는 창자나 멧돼지의 밥통기름등에 내용물을 싸서 구웠다. 즉 관장법의 경우 양고기통을 잘게 썰어 양의 창자속에 넣어 구웠고, 도적법 1은 고기를 대쪽에 담고 도적 2는 대나무통위에 놓고 구웠다. 합적법은 백어의 살로 옷을 하여 재료를 싸서 구웠다. 병적 1·2는 잘게 다진 백어살을 일정한 모양으로 만들어 기름에 지지며, 남적은 다진 재료를 양이나 멧돼지의 밥통기름으로 싸서 구웠다.

4. 신(脾)·오(臬)·조(糟)·포(苞)

신·오·조·포의 종류 및 재료, 조리법의 특징은 표

<표 4> 신·오·조·포

종 류	재 료					조리법의 특징	비 교
	수조육류	어·패류	채소·과일 곡 류	양 념			
신 육 (膾肉)	나귀, 말, 돼지 고기는 모두 가 능				소금, 누 룩, 보리	고기에 누룩을 섞어서 만든 것으로 육장 대용 이다.	음력 설달에 만드는 것의 좋은 것의 달은 것의 개를 해야 한다.
오 육 (臠肉)	돼지고기				술, 소금, 비계, 기름	고기를 비계기름, 물, 소금으로 볶아서 향아 리에 담아둔다.	
조 육 (糟肉)	쇠고기				술찌게미, 소금	봉정한 회고기에 술찌 게미에 넣는다.	술, 밥 먹을 때 사용
포 육 (苞肉)	돼지고기					봉적의 형태로 만들어 모듬판으로 싸서 푹으 로 푹는다.	북향한 음식 에 매달아
식경의 견첩 (食經의 犬膾)	개고기		달걀	밀	백주	개고기, 밀, 백주를 넣 고 끓인 후 달걀을 넣 고 응고시킨 다음 돌로 누른다.	고기를 돌로 눌러 하룻밤 후 먹는다.
식차의 포첩	소, 사슴의 머 리, 돼지의 바닥		질 오 리 알, 달걀	굴피	소금, 생 강, 후추	고기를 익힌 후 계란, 양념등을 콩고시루에 서 찐다.	여름에는 우 물의 수면 1 자 떨어뜨려 자 매달아 보관한다.

4와 같다.

신육은 고기에 누룩을 섞어서 만든 것으로, 나귀, 말, 돼지고기는 모두 가능하며 여기에 보리, 보리누룩, 소금을 넣어서 만든 것으로 육장 내용으로 사용된다.

오육은 돼지고기에 술, 소금을 넣고 돼지비계로 볶아서 향아리에 담아 두고 먹는다.

조육은 고기에 술찌게미를 넣어 만든 것이다. 봉정한 쇠고기에 술찌게미를 넣고 지하음지에 두고 술이나 밥먹을 때 사용된다.

포육은 돼지고기를 봉적 형태로 만들어 모듬판가운데에 넣고 진흙으로 봉하여 음식에 매달아 두며, 7,8월에도 새로 도살한 고기와 같다고 한다.

식차의 견첩은 주재료를 개고기로 한점이 특이하다. 개고기, 밀, 백주를 넣고 삶아서 살코기만을 모아 달걀을 넣고 시루에서 찐 후 하룻밤 돌로 눌러서 먹는 것이다. 고기를 삶아서 누르는 점은 우리나라 편육과 흡사하다.

식차의 포첩은 소·사슴의 머리와 돼지의 발바닥을 삶아 계란, 양념등을 넣어 시루에서 찐다. 여름철에는

우물의 수면 1자 떨어진 곳에 매달아 보관하였다.

V. 맺음말

이상으로 「제민요술」에 수록되어 있는 정·암·전·소, 저·룩, 신·오·조·포의 내용을 해독하고 그 종류와 만드는 법을 고찰하였다.

1. 정은 수·조육류등에 鮓를 넣고 지진 것이며, 암은 조미된 즈에 고기를 넣고 조리하는 것으로 조미즙으로는 염시를 비롯하여 파, 후추 등을 넣는다. 전은 소량의 국물로 볶는데 밀순전어법은 돼지기름으로 압전법은 염시즙을 붓고 볶았으며, 소는 전의 일종이다.

2. 저·룩은 삶은 고기를 초에 담근 것으로 저(漚)는 고기절임을 의미하며, 「제민요술」에서는 채소절임(漚)과는 별도로 구분하였다.

3. 적은 수·조 육류, 내장, 어패류에 채소, 양념등을 혼합하여 구운 것으로 20종류가 있다. 적에 사용된 채소, 과일류에는 굴피, 파저동이 있고, 양념류로는 생강, 파, 염시즙 등이 쓰였다. 굽는 방법으로는 나무 꼬

챙이, 대나무통, 석쇠, 철판등이 사용되었고 이 밖에 양의 창자, 멧돼지의 밧통기름등도 이용하여 재료의 크기나 특성에 알맞게 굽는 방법이 다양하게 활용되었음을 알 수 있다.

4. 신·오·조·포육은 육류에 술찌게미, 누룩 등을 사용하거나 봉적형태로 구워서 시원한 음지 또는 우물에 매달아 보관한 것으로 미루어 육류음식 저장법의 일종으로 추측된다.