

■ 자료 ■

토장국의 문헌적 분석 고찰

이윤경 · 전희정 · 이효지*

숙명여자대학교

한양대학교*

(1992년 2월 12일 접수)

A bibliographical Study on the Tojangguk in Korea

Yun Kyung Lee, Hui Jung Chun, Hyo Gee Lee*

Department of Food and Nutrition, Sook Myung Women's University

*Department of Home Management, Han Yang University

(Received February 12, 1992)

Abstract

The Guk had lessened to use Gang, Whak, Tang.

The Guk was classified into cooking method as a soup stock, the used main substances, and the temperature of the Guk.

According to the soup stock were divided clear soup, Tojangguk, and Goomguk. Another classification of Guk by main substances were Yuktang (meat soup), Otang (fish soup), bongtang (poultry soup), Shotang (vegetable soup), Japtang (vary substance soup) and Yonpotang (soybean-curd soup), and by the temperature of the Guk were divided Doonguk (warm soup) and Naengguk (cold soup).

In the thesis, according to the kinds of Tojangguk, the reference frequency to them, the adding foods in them, and the variety cooking method in the Tojangguk were analyzed by the cook books published from 1700 to 1988 in Korea.

1. There were 29 kinds of Tojangguk.

2. The main substances of Tojangguk were meat, poultry, fish, shellfish, vegetable, mushrooms and seasonings.

3. The Tojangguk was boiled with the rice water and fermented soybean paste and fermented soybean-pepper powder paste. For the development of taste were added beef, shellfish, dried anchovy, dried small prawn, and soup stock of beef bones in winter. Seasoning substances were green onion, garlic, black pepper, sesame powder and oil.

I. 序 言

한 나라의 상용식품이나 기호식품은 지리, 풍토 등 자연배경이 기본요인이 되어 이루어졌고 식생활에 담겨진 문화는 그 민족생활의 유산이며 아울러 민족문화의 한 척도일 수도 있다. 우리나라의 일상식은 주식과 부식으로 나뉘어진 반상차림이 주가되고 밥을 먹을 때는 “숟가락 적심”이라 하여 반드시 국이 따르게 마련이다.

국은 갱(羹), 학(斝), 탕(湯)으로 표기되며 1800년대의 <시의전서>에 처음으로 생치국이라하여 국이라는 표

현이 나온다. 국은 조리법중 국물에 따라 맑은 장국, 토장국, 고음국(膏飮)으로 나눌 수 있고 주재료에 따라 육탕(肉湯), 어탕(魚湯), 봉탕(鳳湯), 소탕(素湯), 잡탕(雜湯), 연포탕(軟泡湯)으로 나누며 온도에 따라 더운국, 냉국(찬국)으로 나눈다.

토장국이란 찹뜨물에 된장과 고추장(고추가루)을 풀어 간을 맞추는데 1인분의 된장의 양은 된장의 염도에 따라 다르지만 보통 15-30g 정도이며 고추장을 섞으면 적당한 자극이 있어 맛을 돋군다. 고추장과 된장은 1:5의 비율로 섞는다.

국맛을 내기 위해서는 쇠고기, 멸치, 조개류, 마른새

토장국은 모두 29종류였으며 소루장이국이 9회, 아육국이 8회, 배추속대국이 7회, 냉이국이 6회, 오이무름국이 5회, 시금치국, 대구탕이 각각 4회, 슈음배추국, 넙치국, 민어국, 조기국이 각각 3회, 연배추탕, 참외탕, 토란줄기국, 메기탕, 아육국과 넙치잉어탕이 각각 2회, 토란국, 원추리잎국, 썩토장국, 배추꼬리국, 우거지국, 산나물국, 해장국, 열무우국, 취국, 오이지집이, 콩나물지집이, 명태지집이가 각각 1회였다.

토장국이 처음 기록된 문헌은 1766년의 <증보산림경제>이다. 처음 기록된 토장국은 아육국, 소루장이국, 접어(메기탕), 원추리잎국, 토란국, 근대국이었다. 1934년의 <간편조선요리법> 이후부터 기록된 종류가 많아졌다.

III. 토장국의 재료와 조리법의 변화

1. 소루장이국(羊蹄菜羹, 大黃根湯)

소루장이국은 양제엽갱(증보산림경제, 군학회 등, 조선무쌍신식요리제법), 대황근탕(조선무쌍신식요리제법)

이라고도 한다.

소루장이국은 뜨물 또는 뼈 고은국에 된장, 고추장을 풀고 쇠고기, 모시조개, 소루장이를 넣고 끓인 국이다.

소루장이국의 재료는 표 2와 같다.

주재료는 소루장이다. 소루장이는 미리 데쳐서 넣거나(간편조선요리제법, 이조궁중요리통고, 한국의 맛) 장국을 끓인 후 소루장이를 그대로 넣는다(우리나라 음식 만드는 법, 이조궁중요리통고, 한국음식).

장국의 재료는 뜨물이나 무릎뼈 고은 물(한국 음식)에 된장과 고추장을 풀거나 또는 고추가루(한국음식)를 풀고 쇠고기, 모시조개 등을 넣고 끓인다. 특이한 것은 <증보산림경제>, <군학회등>에서는 이른 봄 새로 돌아난 것은 청어와 끓이고 가을에 얻은 늙은 잎은 음식에 말려서 겨울동안 고기와 함께 끓이고, 겨울 정월에 움에서 자란 어린 뿌리도 고기와 함께 끓인다고 하였다.

2. 아육국(葵湯)

아육국은 뜨물에 고추장과 된장을 풀고 맛을 내기 위한 재료로 쇠고기, 모시조개, 마른새우, 멸치, 홍합

표 2. 소루장이국의 재료

책이름	년도	주재료 소루 장이	장 국 재 료						양념		
			청어	쇠고기	무릎뼈	조개 조개	된장	고추장	고추 가루	파	마늘
증보산림경제	1766	○	○								
군학회등	1800대	○	○	○							
부인필지	1915	○									
간편조선요리제법	1934	○		○		○	○				
조선무쌍신식요리제법	1943	○		○		○	○	○		○	
이조궁중요리통고	1957	○		○		○	○	○		○	
우리나라음식만드는법	1958	○		○		○	○	○		○	○
한국음식	1980	○			○	○	○		○	○	○
한국의 맛	1988	○		○			○	○			

표 3. 아육국의 재료

책이름	년도	주재료 아육	장 국 재 료							양념			
			쇠고기	곱창	모시	마른 조개	멸치	홍합	뜨물	고추장	된장	파	마늘
증보산림경제	1766	○							○				
간편조선요리제법	1934	○	○					○or○		○	○		
조선요리	1940	○							○		○		
조선무쌍신식요리제법	1943	○	○	○				○or○or○		○	○		
이조궁중요리통고	1957	○	○			○			○	○	○		○
우리나라음식만드는법	1958	○	○					○	○	○	○		○
한국음식	1980	○						○	○	○	○		○
한국의 맛	1988	○	○					○	○	○	○		○

등을 넣고 끓이다가 아욱을 넣고 끓여서 파, 마늘로 양념한 국이다.

아욱의 재료는 표 3과 같다.

아욱국의 주재료는 아욱이다. 장국 재료는 쇠고기, 곱창, 모시조개, 마른새우, 멸치, 홍합이며 양념은 파, 마늘이었다.

〈중보산림경제〉에서는 겨울 아욱(冬葵)으로 〈조선무쌍신식요리제법〉에서는 가을에 심어 서리내리기 전에 먹는 아욱이 대단히 맛이 좋다고 하였다.

만드는 법에 큰 변화는 없었다.

아욱은 씻을 때 문질러 씻는데 〈조선무쌍신식요리제법〉에서만 문질러 씻지 않았다. 아욱은 처음부터 장국에 넣고 끓였으나 〈우리나라 음식만드는 법〉, 〈한국의 맛〉에서는 장국이 끓은 후에 아욱을 넣었다.

맛을 내기 위해서 쇠고기와 마른 새우(우리나라 음식만드는 법, 한국의 맛), 쇠고기와 모시조개(이조 궁중요리 통고), 또는 쇠고기, 마른 새우, 멸치(간편조선요리제법)를 함께 썼으며 〈조선무쌍 신식요리제법〉에서는 쇠고기, 곱창, 마른새우, 멸치, 홍합을 모두 사용하였다.

쇠고기는 간장, 파, 마늘, 후추, 깨소금, 참기름으로 양념하여 사용하였다.

3. 배추속대국(菘心湯)

배추속대국은 菘心湯(조선무쌍신식요리제법)이라고 하였다.

배추속대국은 쌀뜨물이나 무릎뼈 고운 국에 된장과 고추장을 풀고 쇠고기, 모시조개, 배추속대를 넣어 끓인 국이다.

배추속대국의 재료는 표 4와 같다.

주재료는 배추속대이고 부재료는 무를 사용하였다.

장국재료는 뜨물 또는 무릎 뼈 고운국(한국음식)에 된장, 고추장을 풀고 쇠고기, 모시조개(조선무쌍신식

리제법), 멸치물(간편조선요리제법) 등이다.

양념은 간장, 파, 마늘, 깨소금, 참기름, 후추, 생강 등이다.

뜨물에 된장, 고추장을 풀고 쇠고기를 양념하여(한국의 맛, 한국요리백과사전) 사용하였고, 또는 쇠고기를 양념하여 볶은 후 뜨물을 부었다(한국의 맛). 뜨물에 된장과 고추장을 풀었으나 〈조선무쌍신식요리제법〉과 〈우리나라 음식 만드는 법〉에서는 고추장을 사용하지 않고 된장만 사용하였다.

양념은 간장, 파, 마늘, 깨소금, 참기름, 후추가루 등인데 쇠고기를 양념한 것이다. 〈한국음식〉에서는 무릎 뼈 고운물에 생강을 넣은 것이 특이하였다.

4. 냉이국(薺湯)

냉이국은 薺湯(조선무쌍신식요리제법)이라고도 한다.

냉이국은 쌀뜨물에 된장과 고추장을 풀고 쇠고기, 모시조개를 넣고 끓이다가 냉이를 넣고 끓인 국이다.

냉이국의 재료는 표 5와 같다.

냉이국의 주재료는 냉이이고 장국재료는 뜨물, 된장, 고추장, 쇠고기, 모시조개이다.

끓이는 법은 냉이를 데쳐서 사용하였다(조선요리법, 우리나라 음식 만드는 법, 한국요리백과사전). 냉이를 처음부터 같이 넣고 끓이거나 장국이 끓은 후 나중에 넣기도 하였다. 뜨물(한국음식, 한국요리백과사전) 또는 맹물에 쇠고기를 넣고 된장과 고추장을 풀었는데 〈조선무쌍신식요리제법〉, 〈한국음식〉에서는 고추장을 사용하지 않았다.

양념은 파, 마늘, 깨소금, 참기름인데 쇠고기 양념이 다.

5. 오이무름국(瓜蕩, 仙濃湯)

오이무름국은 과蕩(한국음식용어), 仙濃湯(조선무쌍

표 4. 배추속대국의 재료

책이름	년도	음식 이름	주재료	장 국 재 료	부재료	양 념
			배 추 속 대	쇠 곱 무 모 속 멸 된 고 물 시 뜨 치 추 기 창 뼈 조 물 물 장 장 개	무	간 파 마 깨 참 후 생 소 기 추 장 늘 금 름 가 강 루
간편조선요리제법	1934	토장국	○	○ ○ ○		
조선무쌍신식요리제법	1943	배추속대국	○	○ ○ ○ ○		
이조궁중요리통고	1957	배추속대국	○	○ ○ ○ ○	○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○
우리나라음식만드는법	1958	배추속대국	○	○ ○ ○ ○		○ ○
한국요리백과사전	1969	배추속대국	○	○ ○ ○ ○	○	○ ○ ○ ○ ○ ○
한국음식	1980	배추속대국	○	○ ○ ○ ○	○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○
한국의 맛	1988	배추속대국	○	○ ○ ○ ○	○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

표 5. 냉이국의 재료

책이름	년도	주재료	장 국 재 료					양 념			
		냉이	쇠고기	모시조개	뜨물	된장	고추장	파	마늘	깨소금	참기름
간편조선요리제법	1934	○	○			○	○				
조선요리법	1938	○	○			○	○	○		○	○
조선무쌍신식요리제법	1943	○	○			○					
우리나라음식만드는법	1958	○	○			○	○	○			
한국요리백과사전	1969	○	○	○	○	○	○				
한국음식	1980	○		○	○	○		○	○		

표 6. 오이무름국의 재료

책이름	년도	주재료	소				장국	부재료	고명	비 고
		늘은 오이	쇠고기	두부	후추	참기름	밀가루	맑은추장	표노버타파	
간편조선요리제법	1934	○	○			○	○	○		완자
조선요리법	1938	애오이	○			○	○			
조선무쌍신식요리제법	1943	○	○	○	○	○	○	○		완자
우리나라음식만드는법	1958	○	○			○	○			완자
한국의 맛	1988	○	○	○	○	○	○	○	○	완자를지짐

신식요리제법)이라고도 부른다.

오이무름국은 맑은 장국에 고추장을 풀고 표고, 느타리 등의 버섯을 넣고 끓이다가 늘은 오이를 5-6cm 길이로 통채로 잘라 속을 파내고 그 속에 쇠고기 완자를 채워서 장국에 끓인 국이다.

오이무름국의 재료는 표 6과 같다.

주재료는 늘은 오이 또는 애오이였다.

소의 재료는 쇠고기, 두부, 밀가루, 계란, 양념이고 장국의 재료는 맑은 장국에 고추장을 풀었다. 부재료는 표고, 느타리, 버섯, 파 등이다.

끓이는 법은 맑은 장국을 끓여서 고추장을 풀었으나 <조선요리법>에서는 고추장을 풀지 않았는데 이것은 늘은 오이를 사용하지 않고 애오이를 사용하였기 때문인 것으로 생각된다.

늘은 오이를 5-6cm 길이로 통채로 잘라서 속을 파내고 그 속에 쇠고기 완자를 채웠다. 그 소의 재료는 고기를 양념하여 완자를 빚어서 넣거나(간편조선요리제법) 고기에 두부를 섞어 양념하여 완자를 빚어 넣었으나 <조선요리법>에서는 애오이 속을 파내고 그 속에 소를 채우고 오이 전체에 밀가루를 무치고 계란을 씌워서 번철에 지져서 속이 빠지지 않게 하였다. 또 <우리나라 음식 만드는 법>에서는 오이 속에 완자소를 넣고 양끝 부분만 밀가루를 무치고 계란을 씌워서 번철에 지졌다. 또는 꼭지를 뚜껍으로 이용하고 꼬챙이로

꿰어서 속의 완자가 나오지 않게 하였다(간편조선요리제법, 조선무쌍신식요리제법, 한국의 맛). <한국의 맛>에서는 오이무름국을 담고 위에 계란지단을 곁들여 끓였다. <우리나라 음식 만드는 법>에서는 국물을 많이 붓지 말라고 하였다.

6. 시금치국

뜨물에 된장과 고추장(고추가루)을 풀고 쇠고기, 모시조개, 멸치를 넣고 끓이다가 데친 시금치를 넣고 끓인 국이다.

시금치는 거의 사계절에 보편적인 토장국 재료이다.

시금치국의 재료는 표 7과 같다.

시금치국의 주재료는 시금치이고 장국재료는 쇠고기, 모시조개, 멸치, 된장, 고추장, 고추가루였으며 부재료는 콩나물이었다.

끓이는 방법은 뜨물에 된장, 고추장, 고추가루(한국음식)를 풀고 양념한 고기, 모시조개, 멸치를 넣고 끓인다. <한국의 맛>에서는 양념한 고기를 볶은 다음 장국을 부어 끓인다.

부재료로 콩나물(조선요리법, 한국음식, 한국의 맛)을 넣기도 하였다. 시금치는 데쳐서 장국이 끓은 뒤에 넣었다. 시금치에는 수산이 많으므로 데침으로서 수산을 제거할 수 있고 장국이 끓은 후 넣음으로서 비타민의

표 7. 시금치국의 재료

책이름	년도	주재료 시금치	장 국 재 료				부재료 콩나물	양 념		
			쇠고기 조개	모시 조개	멸치	된장 고추장 고추 가루		파	마늘	깨소금 참기름 고기 양념
조선요리법	1938	○	○	○	○	○	○	○	○	
이조궁중요리통고	1957	○	○	○	○	○	○		○	
한국음식I	1980	○	○or	○or	○	○	○	○		
한국음식II	1980	○	○		○	○	○	○		
한국의 맛	1988	○	○or	○	○	○	○		○	

표 8. 숙음배추국의 재료

책이름	년도	음식이름	주재료 숙음 배추	장 국 재 료			양 념				
				쇠고기	곱창	멸치물 된장 고추장	간장	파	마늘	깨소금 참기름 후추 가루	
간편조선요리제법	1934	토장국	봄가을○			○	○	○			
조선요리법	1938	숙음배추국	○	○	○	○	○	○	○	○	○
우리나라음식만드는법	1958	숙음배추국	○	○		○	○	○	○		

표 9. 연배추탕의 재료

책이름	년도	주재료 연배추	장 국 재 료					양념 파
			뜨물	쇠고기	모시조개	된장	고추장	
이조궁중요리통고	1957	○	○	○	○	○	○	○
한국요리백과사전	1969	○	○	○	○	○	○	○

손실을 막고 시금치의 색을 파랗게 할 수 있는 방법이다.

7. 숙음배추국(穉菘湯)

숙음배추국은 穉菘湯(한국음식용어)이라고도 한다. 숙음배추국은 쌀뜨물에 된장과 고추장을 풀고 쇠고기, 멸치, 곱창, 숙음배추를 넣고 끓인 국이다. 숙음배추국의 재료는 표 8과 같다.

숙음배추국의 주재료는 숙음배추이고 장국의 재료는 쇠고기, 곱창, 멸치물, 된장, 고추장이다. 양념은 간장, 파, 마늘, 깨소금, 참기름, 후추가루를 사용하였다.

끓이는 법은 숙음배추를 미리 데쳐 물에 짠 후 장국이 끓으면 넣거나(간편조선요리제법, 조선요리법) 장국이 끓으면 생것 그대로 넣었다(우리나라 음식 만드는 법). 양념한 쇠고기와 곱창 고은 물(조선요리법), 멸치물(간편조선요리제법)에 된장과 고추장을 풀고 끓으면 데친 숙음배추를 넣고 끓였다. 양념은 <조선요리법>에서만 고기 양념에 사용되었다.

8. 연배추탕

연배추탕은 뜨물에 된장, 고추장을 풀고 쇠고기, 모

시조개를 넣고 끓이다가 데친 연배추를 넣어 끓인 국이다.

연배추탕의 재료는 표 9와 같다.

연배추탕의 주재료는 연배추이고 장국재료는 뜨물, 쇠고기, 모시조개, 된장, 고추장이다.

끓이는 법은 뜨물에 된장과 고추장을 풀고 모시조개, 쇠고기에 간장, 후추가루, 깨소금, 참기름, 파, 마늘을 넣고 양념하여 장국에 넣고 끓이다가 데친 연배추를 넣고 끓인 후 파를 넣는다.

9. 참외탕

뜨물에 된장, 고추장을 풀고 양념한 쇠고기를 넣고 끓이다가 썰은 참외를 넣어 끓인 국이다.

참외탕의 재료는 표 10과 같다.

참외탕의 주재료는 참외이고 장국재료는 뜨물, 쇠고기, 된장, 고추장, 양념은 파이다.

끓이는 법은 참외의 껍질을 벗기고 속을 빼내어 도톰하게 4-5 cm로 저민다. 뜨물에 된장, 고추장을 풀고 양념된 쇠고기를 넣어 끓이다가 썰은 참외를 넣고 끓인다. <이조궁중요리통고>에서는 참외탕이 끓을 때에 계란을 풀어서 줄알을 찜다.

표 10. 참외탕의 재료

책이름	년도	주재료	장 국 재 료				양 념	
		청참외	쇠고기	된장	고추장	계란	파	고기양념
이조궁중요리통고	1957	○	○	○	○	○	○	○
한국요리백과	1969	○	○	○	○		○	○

10. 토란 줄기국

〈중보산림경제〉, 〈조선무쌍신식요리제법〉에 2회 나온다.

〈중보산림경제〉에서는 토란 줄거리, 토란 줄거리 본으로 국을 만든다라고 하였다.

〈조선무쌍신식요리제법〉에서는 고은대(토란줄기), 거란지 뼈, 곰창, 콩나물(또는 우거지)을 넣은 토장국이다. 끓이는 법은 모든 재료를 함께 넣고 푹 무르게 끓이되 덜 끓이면 고은대가 아려서 못먹는다 하였다. 특이하게 〈조선무쌍신식요리제법〉에서는 토란줄기를 고은대라 칭하였다.

11. 토란국(土卵湯, 芋湯)

〈조선무쌍신식요리제법〉에 1회 나온다.

토장국에 토란을 넣어 끓이기도 하며 또 토란을 삶아 으개어서 체에 내린 토란과 쇠고기 다진 것을 섞어 완자처럼 빚은 후 밀가루 계란을 섞워 번철에 지진 후 토장국에 넣어 끓인다고 하였다.

12. 원추리양국(葷)

〈중보산림경제〉에 1회 나온다.

〈중보산림경제〉에서는 이른 봄 어린 싹을 취해 국을 끓인다고 하였다.

13. 썩토장국

〈한국음식〉에 1회 나오며 재료는 썩, 생굴, 양념은 파, 마늘, 된장이었다.

쌀뜨물에 된장을 풀고 썩, 생굴, 마늘을 넣고 끓이다가 파, 마늘을 넣고 한소끔 끓인다.

14. 배추꼬리국(菘尾湯)

菘尾湯(한국음식용어)이라고도 한다.

〈우리나라 음식 만드는 법〉에 1회 나오며 재료는 배추꼬리, 배추, 쇠고기, 된장 양념은 간장, 파이다.

된장을 푼물에 고기, 적당히 썰은 배추, 배추꼬리를 넣고 충분히 끓여서 꼬리가 무르고 국맛이 잘 되었으면 파를 썰어 넣고 잠깐 더 끓인다고 하였다.

15. 우거지국(시래기국, 菁莖湯)

〈조선무쌍신식요리제법〉에 1회 나오며 재료는 우거

지, 고기, 콩나물이며 양념은 된장, 기름, 깨소금, 후추 가루를 사용하였다. 된장과 고기를 넣고 끓으면 우거지에 기름, 깨소금, 후추가루를 넣어 주물러 콩나물과 함께 오래 무르도록 끓인다.

16. 산나물국

〈우리나라 음식 만드는 법〉에 1회 나오며 재료는 산나물, 쇠고기이고 양념은 된장, 고추장, 간장, 파, 마늘을 사용하였다. 끓이는 법은 쇠고기를 잘게 썰은 후 된장과 고추장을 풀고 마늘과 파를 넣고 끓인 후에 산나물을 넣고 더 끓인다.

17. 해장국(토장국, 슬국 된장국)

〈조선무쌍신식요리제법〉에 1회 나온다.

주재료는 숙음배추(배추속대, 근대), 향다반무, 콩나물, 큰 배추 줄거리, 토란, 배추꼬리이고 장국재료는 양지머리, 사태, 곰창, 된장과 일본된장이다. 식성에 따라 선지, 쇠족, 계알, 중조개도 넣는다.

양지머리(업진이, 쇠악갈비), 사태, 곰창을 푹 삶은 후 숙음배추, 향다반무, 콩나물, 배추줄거리, 토란, 배추꼬리를 넣고 오랫동안 끓여야 맛이 달고 좋다고 하였다.

18. 열무우국

〈한국음식〉에 1회 나오며 재료는 열무우, 풋고추, 쇠고기, 된장을 사용하였다.

열무우를 데쳐서 풋고추와 기름기 부위의 쇠고기를 넣어 된장국으로 끓인 국이다.

19. 취국

〈시의전서〉에 1회 나온다. 재료와 조리법은 없다.

20. 오이지집이

〈조선요리법〉에 1회 나오며 재료는 오이, 쇠고기, 고추장, 된장이고 양념은 파, 깨소금, 참기름이다. 양념한 쇠고기에 물을 붓고 된장과 고추장을 풀어 끓인 후에 어슷비슷하게 썰은 오이를 넣고 바싹하게 조리다고 하였다.

21. 콩나물 지집이

표 11. 대구탕의 재료

책이름	년도	주재료	장 국 재 료			부 재 료			양 념	
		대구	쇠고기	된장	고추장	무	콩나물	미나리	파	파
간편조선요리제법	1934	○	○	○	○	○		○	○	
조선무쌍신식요리제법	1943	○		○	○		○			
우리나라음식만드는법	1958	○		○	○	○	○			○ ○
한국요리백과사전	1969	○	○	○	○	○		○		○

표 12. 넙치국의 재료

책이름	년도	주재료	장국재료		부재료		고명	양 념	
		넙치	쇠고기	고추장	미나리	파	계란	고기양념	
간편조선요리제법	1934	○	○	○	○	○			
조선무쌍신식요리제법	1943	○	○	○	○	○			
우리나라음식만드는법	1958	○	○	○	○	○	○		○

표 13. 민어국의 재료

책이름	년도	음식명	주재료	장 국 재 료			부 재 료		양 념	
			민어	쇠고기	고추장	간장	미나리, 파	애호박	기름	깨소금
간편조선요리제법	1934	민어국	○	○	○	○	○			
조선요리법	1938	민어지집이	○	○	○	○	○	○		○ ○
우리나라음식만드는법	1958	민어국	○	○	○	○	○			

〈조선요리법〉에 1회 나오며 재료는 콩나물, 무, 된장, 고추장이며 양념은 파, 참기름이다. 뿌리 탄 콩나물과 어슷비슷하게 썰은 무, 된장, 고추장, 채친 파잎, 참기름을 넣고 끓인다고 하였다.

22. 대구탕(大口湯)

대구탕은 쌀뜨물에 고추장과 된장을 풀고 쇠고기, 무, 콩나물, 파를 넣고 끓이다가 대구를 토막쳐서 넣고 끓이면서 나중에 미나리를 넣은 국이다.

대구탕의 재료는 표 11과 같다.

대구탕의 주재료는 대구이고 장국재료는 뜬물, 된장, 고추장, 쇠고기이며 부재료는 무, 콩나물, 미나리, 파 등이다.

끓이는 법은 뜬물에 고추장과 된장을 풀고 또는 양념한 쇠고기를 넣고(간편조선요리제법, 한국요리백과사전) 무, 콩나물, 파를 넣고 끓이다가 토막친 대구를 넣어 익혀서 나중에 미나리를 넣고 파, 마늘로 양념을 한다. 부재료로 무, 미나리, 파(간편조선요리제법), 무, 미나리(한국요리백과사전), 콩나물(조선무쌍신식요리제법), 무, 콩나물(우리나라 음식 만드는 법)을 넣었다.

23. 넙치국

넙치국은 뜬물에 고추장을 풀고 양념한 쇠고기를 넣고 끓이다가 토막친 넙치를 넣어 끓인 후 미나리,

파를 넣고 그릇에 담아 계란지단을 고명으로 얹은 국이다.

넙치국의 재료는 표 12와 같다.

넙치국의 주재료는 넙치이고 장국재료는 뜬물, 고추장, 쇠고기 부재료는 미나리, 파, 고명으로는 계란이었다.

끓이는 법은 뜬물에 고추장을 풀고 양념한 쇠고기를 넣고 끓인 후 토막친 넙치를 넣고 끓인 다음 미나리, 파를 넣는다. 미나리를 데쳐서(조선무쌍신식요리제법), 또는 소금에 절였다가 변철에 볶아서(우리나라 음식 만드는 법) 사용하였다. 다 끓은 넙치국을 그릇에 담고 계란지단을 고명으로 얹었다(우리나라 음식 만드는 법).

24. 민어국

민어국은 뜬물에 고추장을 풀고 양념한 쇠고기를 넣고 끓이다가 토막친 민어를 넣고 끓인 국이다.

민어국의 재료는 표 13과 같다.

민어국의 주재료는 민어이고 장국재료는 뜬물, 고추장, 간장, 쇠고기이고 부재료는 파, 미나리, 애호박이다.

끓이는 법은 뜬물에 고추장과 간장(우리나라 음식 만드는 법)을 풀고 양념한 쇠고기를 넣고 장국을 끓이다가 1차-1차 닦푼 길이로 토막친 민어를 넣어 끓이고 미나리, 파를 넣는다.

표 14. 조기국의 재료

책이름	년도		주재료		장국재료		부재료	
			조기	쇠고기	고추장	파	미나리	
간편조선요리제법	1934	조기국	○	○	○	○	○	
조선요리법	1938	조기지집이	○	○	○		○	
조선무쌍신식요리제법	1943	조기국	○	○	○	○or	○	

표 15. 메기탕의 재료

책이름	년도	주재료		장국재료		
		메기	감장	고추장	꿀	
증보산림경제	1766	○	○			
규합총서	1815	○		○	○	

25. 조기국

뜨물에 고추장을 풀고 양념한 쇠고기를 넣고 끓이다가 토막친 조기를 넣고 끓여서 파, 미나리를 넣은 국이다.

조기국의 재료는 표 14와 같다.

조기국의 주재료는 조기이고 장국재료는 고기, 고추장, 뜨물이며 부재료는 미나리, 파이다.

끓이는 법은 뜨물에 고추장을 풀고 양념한 고기를 넣어 끓이다가 토막친 조기를 넣어 끓인 후 미나리, 파를 넣는다(간편조선요리제법). 또 다른 방법은 처음부터 모든 재료를 함께 넣고 끓인다(조선무쌍신식요리제법). 특히 <조선무쌍신식요리제법>에서는 조금 상한 듯한 조기일 때 고추장을 풀어서 끓인다고 하였다. 또 고추장에 끓인 것은 지집이라고 칭한다고 하였다.

26. 메기탕(點魚湯)

메기탕은 뜨물에 고추장을 풀고 메기, 꿀을 넣고 끓인 국이다.

메기탕의 재료는 표 15와 같다.

메기탕의 주재료는 메기이고 장국재료는 뜨물, 고추장이다. 꿀이 들어간 것이 특이하다.

끓이는 법은 뜨물에 고추장을 풀고 끓는 물에 메기를 튀혀서 검고 미끄러운 것을 없애고 손질한 메기를 넣고 끓이면서 꿀을 넣는다고 하였다(규합총서).

27. 아욱국과 넉치

<간편조선요리제법>, <조선무쌍신식요리제법>에 2회 나온다.

아욱국에 넉치를 넣고 끓이면 맛이 좋다고 하였다.

28. 잉어탕

<규합총서>, <시의전서>에 2회 나온다.

<규합총서>에서는 고추장을 가미한 맑은 장국에 잉

어 토막과 미나리를 넣어 끓인 탕으로 산 잉어를 매달아 꼬리를 떼어 피가 떨어지게 하면 비린 맛이 없어진다고 하였다.

<시의전서>에서는 국에 된장을 조금 넣어야 비리지 않고 맛이 좋다고 하였다.

29. 명태지집이

<조선요리법>에 1회 나오며 재료는 생명태, 쇠고기, 무, 콩나물, 고추장, 간장이며 양념은 파, 마늘·깨소금, 참기름, 간장이다. 잘게 썰은 쇠고기, 알파라게 썬 무, 머리 꼬리 탄 콩나물을 한데 섞어 갖은 양념한 후 고추장과 간장으로 간을 맞춘 후 물을 붓고 끓이다가 콩나물이 무르면 생선을 넣고 충분히 끓인다고 하였다.

IV. 결 론

1700년도부터 1988년까지 출간된 조리서를 중심으로 토장국의 종류와 빈도, 토장국에 사용된 재료와 시대에 따른 조리법의 변화 등을 고찰한 결과는 다음과 같다.

1. 토장국의 종류는 29가지였다.
2. 토장국의 처음 기록은 <증보산림경제>에 아욱국, 소루장이국, 원추리잎국, 토란국, 토란줄기국, 점어(메기탕) 등이 기록되었다.
3. 토장국의 종류는 <간편조선요리제법>에 많이 기록되었고 만드는 법이 상세하였다.
4. 토장국에 사용된 재료는 다음과 같다.
수조육류-쇠고기, 무릎뼈, 곱창
어패류-대구, 넉치, 민어, 조기, 메기, 잉어, 명태, 청어, 모시조개, 홍합, 굴, 멸치, 마른새우
채소류-소루장이, 아욱, 배추속대, 냉이, 늙은 오이(애오이), 시금치, 슈음배추, 연배추, 청참외, 토란줄기, 토란, 원추리잎, 쑥, 배추꼬리, 우거지, 산나물, 열무, 취, 향다반무, 콩나물, 오이, 무우, 미나리, 애호박, 풋고추
버섯류-표고, 느타리, 버섯
양념류-파, 마늘, 간장, 깨소금, 참기름, 후추가루, 생강
5. 조리서에서 파, 마늘은 <조선무쌍신식요리제법> 이후에 기록되었으나 그전의 조리서에는 생략되었는데 이것은 으레히 넣는 것이기 때문에 기록하지 않은 것

으로 생각된다.

6. 생선을 사용한 토장국은 넉치국, 민어국, 조기국 또는 메기탕, 잉어탕 등 탕이라는 명칭이 붙여졌고 주재료인 생선 이외에 부재료로 무, 콩나물, 미나리, 애호박, 아욱, 파 등을 사용하였다.

7. 토장국은 일반적으로 끓이는 방법이 간편한데 비해서 오이무름국은 늙은 오이나 애오이의 속을 파서 쇠고기 완자를 채워서 끓인 방법이 다른 토장국과 달랐다.

8. 조기지짐이, 명태지짐이, 콩나물지짐이, 오이지짐이 등 지짐이라는 명칭이 〈조선요리법〉에 기록되었는데 간을 맞추는데에 생선은 고추장, 간장을, 채소는 고추장, 된장을 사용하였으며 국보다 국물의 양이 적게 바듯하게 끓인 것이다.

토장국은 일상식에서 거의 매일 사용되는 보편적인 국으로 우리나라 음식에서 빼놓을 수 없는 국이다. 그러나 너무 일반적으로 잘 알려진 국이므로 조리서마다 토장국의 모든 종류가 기록되어 있지 않은 듯하며 최근에 일반시장에서 쉽게 구입할 수 있는 근대를 이용한 토장국은 없었다. 문헌에 기록되지 않은 토장국의 종합적인 정리와 조리과학적인 연구가 뒷받침되어야 하겠다.

참고문헌

1. 강인희 : 한국의 맛, 대한교과서 주식회사, 1988.
2. 강인희 : 한국식생활사, 삼영사, 1978.
3. 방신영 : 우리나라 음식 만드는 법, 장충도서관출판사, 1958.
4. 방희각 이씨 원저, 정양완 역주 : 규합총서, 보진재, 1975.
5. 방희각 이씨 원저 : 부인필지, 영인본, 1915.
6. 손정규 : 조선요리, 경성서방, 1940.
7. 유중립 : 증보산림경제, 1766.
8. 유재영, 이효지 : 조선시대 맑은 장국의 분석적 고찰, 한국생활과학연구, 6권(6), 1988.
9. 윤서석 : 전통적 생활 양식의 연구, 한국정신문화연구원, 1982.
10. 윤서석 : 한국식품사 연구, 신광출판사, 1974.
11. 윤서석 : 한국음식(역사와 조리), 수학사, 1980.
12. 윤서석 : 한국음식용어, 민음사, 1991.
13. 이석만 : 간편조선요리제법, 삼문사, 1934.
14. 이성우 : 조선시대 조리서의 분석적 연구, 한국정신문화연구원, 1982.
15. 이성우 : 한국식경대전, 향문사, 1981.
16. 이성우 : 한국식품문화사, 교문사, 1984.
17. 이성우 : 한국식품사회사, 교문사, 1984.
18. 이성우 : 한국요리문화사, 교문사, 1984.
19. 이용기 : 조선무쌍신식요리제법, 영창서관, 1943.
20. 저자미상 : 군학회등 영인본, 1800년대 중엽.
21. 저자미상 : 시의전서 영인본, 1800년대 말엽.
22. 조자호 : 조선요리법, 광한서림, 1938.
23. 한희순 · 황혜성 · 이해경 : 이조궁중요리통고, 학총사, 1957.
24. 황혜성 : 한국요리백과사전, 삼중당, 1969.