

「음식법(饌法)」의 조리학적 고찰

A Study on the cooking in 「Umsikbup」

공주대학교 산업대학 식품영양학과

교수 박미자

Dept. of Food and Nutrition, Kongju University

professor : Park Mie Ja

〈목 차〉

I. 서론

II. 書誌

III. 「음식법」의 내용

IV. 결론 및 고찰

참고문헌

〈Abstract〉

The Umsikbup is a book of Korean woman's life in the Yi-dynasty which published in middle of nineteenth century by unknown author.

I have studied the food habits of the Yi-dynasty that wrote in Umsikbup as followings;

The staple foods are Bab (boiled cooked rice) 1, Myons (noodles) 4 and Mandu 5 kinds.

The side dishes are Guk (soup) 3, Sinsollo 1, Jim 9, Jijim 1, Nooruemi 6, Sun 2, Po 3, Muchim 1, Jabans 3, Jockpyuns 2, Pyunyuk 1, Chae 2, and Kimchi 1 kinds.

There are D'ock 22, Kwajung 46, Beverages 9 and alcohol are 4 kinds. There are many kinds of Dasik of the Kwajung in the Umsikbup than no other cooking books.

The seasonings are soybean sauce 5, honey 6, oil 4 and sesame seeds 3, ect.

There are the description of food types in the seasonal variation and also there are the wisdom of life and avoiding food; toxic meats, fishes, vegetables and fruits in the taboo food.

There are most of Kwajung in the Chanhap (food packed in nest of boxes) in addition to beverages, D'ock, Mandu, decoration methods in the seasonal variation.

There are many food making terms which are 163 kinds of prepared cooking term 27 kinds of cutting terms and 17 kinds of boiling terms. And 18 kinds of expression of taste can be seen in this book.

There are 24 kinds of table ware and cooking kitchen utensils, but many of them came to usefulness 12 kinds of measuring units are very non-scientific because that is not by weight but by bulk or volume.

I. 서론

한 민족이 사용하고 있는 식품이나 그 식품으로 만들어지는 음식은 그들의 문화와 더불어 시작되어 주위환경, 즉 지리적, 역사적 여건의 영향을 받으며 발전하고 그러한 발전과정에서 그 나라 고유의 독특한 음식이 되고 이러한 음식은 긴세월 축적되어온 하나의 문화인 것이다. 그러나 우리나라 역사 연구 가운데서 식생활에 대한 연구는 긴 역사에 비하여 기록으로 남겨진 문헌들은 극히 드물다. 기록으로 남겨진 문헌들중에 상당부분이 중국 문헌을 참고하여 한문으로 쓰여진 조리서이고, 우리말로 된 한글로 쓰여진 조리서는 지금까지 확인된 것으로는 그 수가 많지 않다. 또 식품이름, 조리, 가공 용어 등이 시대와 지역에 따라 변하였기 때문에 명칭과 실물을 결부시키기가 매우 어렵고 조리와 가공품이나 영양상태를 증명해 줄 수 있는 고고학적 유물마저도 부족한 형편이다.¹⁾

본 연구는 조선시대 후기의 조리서인 「음식법」이 한글로 된 古調理書이고 식생활 예절등 전반에 관한 지침이 되는 책이므로, 그 내용과 조리법을 재분류하고 조리에 이용된 식기 및 조리용구, 계량단위, 조리조작법, 맛의 表現 등을 分析 考察함으로써 우리의 食生活 文化를 이해하고 연구하는데 도움이 되는 자료로 제시하고자 한다.

II. 書誌

哲宗 5年(1854)의 「음식법(饌法)」은 尹瑞石所藏의 것으로 조선 후기 甲寅年(1854년이나 1794년)에 어느 가정에서 필사하여 혼인하는 딸에게 내려진 料理書이다. 著者が 누구인지 알 수 없으나 비교적 충실한 내용의 한글 料理書로서 卷末에 甲寅年에 지은 것이라고 적혀 있어 1854년 아니면 1794년등으로 추

정할 수 있는데 이 책에는 고추가 요리에 쓰이고 있으며 낙지노르미, 동아노르미 등의 노르미가 나오는 것으로 보아 1700년대의 것이 아니고 1854년인 甲寅年에 著作된 것이라고 볼 수 있다.^{2) 3) 4)}

III. 「음식법」의 내용

1. 음식의 분류와 재료

「음식법」에 나오는 모든 음식은 주식류, 찬물류, 떡류, 과정류, 음청류, 술류, 양념류 등으로 분류했다. 여기에서 나타난 음식명의 명칭이 조리방법과 맞지않고 중복된 것이 몇가지 있는데 명칭을 고려치 않고 조리방법에 따라 분류했다. 또 음식의 재료에 양념류가 명확히 제시하지 않는 것도 있으나 책에 기록된 재료만 명시했다.

1) 주식류의 분류와 재료⁵⁾

주식류의 종류, 재료, 빈도는 <표 1>과 같다. 주식류는 밥, 면, 만두 등이다. 밥은 1종류에 6가지 재료, 면류는 4종류에 2-12가지 재료, 만두는 5종류에 4-19종류의 재료가 이용되었다.

(1) 밥: 「음식법」에서는 약밥만 언급 되었는데 고명의 종류가 나오지 않고 고명이란 말만 표현되어 확실한 재료를 알 수 없었다. 그러나 약밥을 찌는 방법은 특이 하였다. '시루 바닥에 가랑잎 한겹을 깔고 또 맨 위에 한겹을 덮고 찌면 빛이 검어지고 좋다고' 하였다. 밥에 대해서는 일찍부터 상식화되어 1600년대의 「음식디미방」, 1700년대의 「증보산림경제」등에서도 언급되지 않았고 1800년대의 「규합총서」에서 부터 밥의 종류가 소개되었다, 약밥은 많은 조리서에서 대부분 소개된 세시식이다.

(2) 면류

① 냉면은 「음식법」에서 처음 기록되었는데 주재료는 국수를 사용하였고 냉면 옷기로는 미나리, 파,

〈표 1〉 주식류의 종류, 재료, 빈도

분류 (종류)	음식명의 종류	재료수 (가지)	재료와 빈도
밥(1)	약밥	6	찹쌀, 참기름, 꿀, 간장, 대추, 잣
면류 (4)	냉면	12	무우, 배추, 상육(등심), 배, 밥, 미나리, 파, 고추, 유자, 식류, 계란(2), 잣
	난면	11	밀가루, 계란(2), 오미자국(2), 깨국(2), 생선지짐, 표고, 송이, 오이, 잣, 닭백숙, 후춧가루
	약면	11	꿀, 기름, 후춧가루(2), 잣(2), 녹말, 생콩가루, 숙제육, 토장 깨국이나 오미자국, 장국, 계란
	흰떡국수	2	흰떡국수, 파
만두류 (5)	전복만두	4	전복(2), 추포, 잣, 훈어
	건치만두	6	생치, 기름, 간장(3), 잣, 꿀, 후춧가루
	어만두	19	송어, 두부, 소금, 양, 제육(2), 생강, 파, 표고, 송이, 생대하 전복(2), 녹말, 실고추, 천엽, 국화잎, 간, 기름장, 잣, 후추
	제육만두	4	제육안심, 간장, 기름, 잣
	수교아	11	밀가루, 소금, 기름(3), 오이, 고기, 닭, 표고(2), 석이, 후추, 잣, 초장(생치, 영계, 황육등 고음국 사용)

밥, 유자, 식류를 사용하였다. 「시의전서」에서는 기름, 고기, 석이, 깨소금, 실고추를, 「연세대구곤요람」에서는 감을 옷기로 사용하였는데 「음식법」에서의 식류와 유자냄새가 냉면의 맛을 더욱 상큼하게 해주었는지 냉면을 먹으면 '생선 하기가 온면 보다 낫다'고 했다.

② 난면법은 밀가루에 계란 노른자만 반죽하여 오미자국이나 닭백숙국에 깨를 걸러서 쓰고있는데 1600년말엽의 「주방문」에서는 깨국이나 오미자국에 靑蜜을 타서 화청(和淸)하여 쓴다고 했다. 이방법은 1800년 말엽까지 전해졌다고 한다.⁶⁾

③ 「음식법」에서만 사용한 약면은 녹말에 생콩가

루, 계란, 꿀, 장을 넣고 깨국이나 오미자국 에하면 잣을 넣어 음료로 이용하고 장국하면 숙제육과 계란을 넣어 국수로 이용하였다.

④ 흰떡국수는 보통 밀가루로 만든 국수와는 다르게 흰떡을 국수가루 같이 곱게 반죽하여 가늘게 밀어 국수사리 가래처럼 베어 국수같이 마는 국수로 「음식법」에만 기록된 국수다.

(3) 만두류 : 만두류 명칭은 만두소보다는 대부분 만두껍질에 따라 명칭이 달라진것 같다. 그러나 어만두에서는 만두껍질이 생선이외에 간, 처념, 송이, 표고, 국화잎등을 녹말을 묻혀 사용한 것이 달랐다. 만두의 재료를 보면 어느것이나 잣을 풍부히 쓰고 초장을 만들때 수교아에서는 생치나 영계나 황육을 고아 그국물에 초장을 만든것이 특징이다. 만두가 처음 기록된 「음식디미방」에서는 만두의 껍질에 따라 그명칭을 달리하였는데 메밀가루 껍질로 한것은 만두라했고 밀가루껍질로 한것은 수교이라 했으며 얇게 지민생선을 껍질로 한것은 어만두라 하였는데 이와같은 명칭은 그후 조리서에도 그대로 이어져 온것 같다.⁷⁾

2) 찬물류의 분류와 재료⁸⁾⁹⁾

찬물류의 종류, 재료, 빈도는 〈표 2〉와 같다. 찬물류는 국(탕), 전골, 찜, 포, 무침, 지짐이, 자반 및 부각, 전약 및 족편, 편육, 느르미, 선, 채, 김치 등이다. 탕은 3종류에 20~24 가지 재료, 전골은 1종류에 30 가지 재료, 찜은 9종류에 2~14가지 재료, 포는 3종류에 2~5가지 재료, 무침은 1종류에 6가지 재료, 전약 및 족편은 2종류에 7가지 재료, 편육은 1종류에 5가지 재료, 자반 및 부각은 3종류에 7~11가지 재료, 지짐이는 1종류에 16가지 재료, 느르미는 6종류에 4~8가지 재료, 선은 2종류에 5~6가지 재료, 채는 2종류에 14~25가지 재료 김치는 1종류에 14가지 재료가 이용되었다.

(1) 국(탕) : 탕은 맑은 장국류를 말한것으로 잡탕은 여러가지 고기류(양, 닭, 고기, 제육, 근자손, 부아)와 어패류(전복, 해삼, 대하, 게)에 채소류(표고, 송이, 고비, 미나리, 도라지, 무우)를 섞고 양념류로 파, 생강, 후추, 등을 양념하여 끓인 국인데 깨국 잡

〈표 2〉 찬물류의 종류, 재료, 빈도

분류 (종류)	음 식 명	재료수 (가지)	재료, 사용빈도
탕(3)	소잡탕	20	무우, 고기, 도라지, 고비, 미나리, 석이(2), 녹말 (2), 깨, 국화잎, 파, 생강, 후추, 두부, 기름장, 잣가루, 기름, 오이, 밀가루, 표고 (2), 녹말묵
	잡 탕	24	양, 닭, 고기(2), 전복, 제육, 도라지, 미나리, 무우, 오이, 곤자손, 부아, 해삼, 깨, 표고, 송이, 고비, 간장, 기름, 계란, 밀가루, 잣가루, 파, 생강, 후추
	깨국잡탕	23	깨, 닭, 제육, 양, 생선, 대하, 해삼, 전복, 곤자손, 야기집, 오이, 국화잎, 표고, 송이, 잣, 연잎, 생강, 파, 계란, 초간장, 미나리, 기름, 녹말(2)
전골 (1)	열구자탕	30	곤자손, 닭, 양, 무우, 전복, 굴전유어, 어전유어, 국수, 간, 부아, 생치, 제육, 낙지, 밤, 대추, 잣, 호도, 계란, 미나리, 다시마, 박고지, 오이, 고비, 검은버섯(2), 표고, 업, 후추가루, 은행, 도라지, 간장
찜 (9)	생치찜	14	생치, 황게, 전복, 해삼, 송이, 계란(2), 기름, 후추, 흰떡, 잣, 간장, 미나리, 파, 표고
	개 장	12	개, 닭, 제육, 해삼, 전복, 깨, 기름장, 후추(2), 고추가루(2), 계란, 파, 장
	송이찜	12	송이, 후추, 고기, 닭, 제육, 깨, 기름장, 계란, 밀가루, 잣, 파, 밀가루
	생복찜	5	생복, 송이, 표고, 계란, 파
	대하찜	3	생대하, 전복, 표고
	표고찜	5	표고, 기름장, 파, 후추가루, 잣
	다시마찜	7	다시마, 두부, 표고, 생강, 밀가루, 기름장, 파(2)
	묵 찜	4	녹말묵, 두부, 잣가루, 후추
계 찜	2	계, 장	
포 (3)	해 포(게포육)	2	해포, 검은장
	어 포	2	농어나먼어, 소금
	강요주(江謠珠)	5	전복, 잣, 기름장, 초장, 후추
무침(1)	대 하	6	긴대하, 잣가루, 기름, 간장, 후추, 풀
전약 및 족편류(2)	전 약	7	야교나 쇠가죽, 꿀, 생강, 계피, 대추, 후추, 정향
	족 편	7	등심, 닭, 생치, 후추, 잣가루, 계란, 붉은장
편육(1)	제 편	5	제육, 잣, 기름장, 초장, 후추
자반 및 부각(3)	섭좌반	11	모밀가루, 찰가루, 소금물, 파래, 감태, 다시마, 호두, 국화잎, 잣 (2), 후춧가루, 장
	임자좌반	10	갯잎, 김, 찰가루, 깨, 천초, 기름, 고추, 후추, 잣가루, 장
	각종부각	7	당귀잎, 국화잎, 찰가루, 가지, 기름, 꿀, 잣
지집이 (1)	생선지집	16	송어, 농어, 잉어, 쏘가리, 붕어, 간, 두릅, 대하, 생치, 제육, 계란 (2), 녹말, 밀가루, 찰가루, 소금, 치자

분류 (종류)	음 식 명	재료수 (가지)	재료, 사용빈도
느르미 (6)	생치, 제육 느르미	8	생치, 제육, 계란(2), 석이, 표고, 잣가루, 후추, 깨채
	느르미	4	고기, 밀가루, 기름장, 깨소금
	동화 느르미	5	동화, 고기, 두부, 계란, 기름장
	낙지 느르미	4	낙지, 기름장, 후추가루, 계란
	생선과 달걀 느르미	4	생선(송어), 계란, 밀가루, 소금
	게 느르미	5	생게장, 고기소, 계란, 녹말, 밀가루
선 (2)	무우선	6	무우, 초장, 잣가루, 생강, 파, 실고추
	배추선	5	배추, 기름, 겨자, 초장, 꿀
채 (2)	소 채	14	묵, 두부, 도라지, 파, 미나리, 표고, 석이, 국화잎, 신감초, 녹말, 고추, 생강, 잣(2), 초장
	화 채	25	생선, 제육, 양, 간, 판자손, 꿀, 부아, 천엽, 생치, 대하, 전복, 해삼, 표고(2), 석이(2) 무우, 연지, 치자, 계란, 국화잎, 파(2), 고추채, 도라지, 미나리, 녹말, 잣가루
김치 (1)	침 채	14	전무우, 순무우, 배추, 생강, 신감초, 배, 유자, 꿀, 석류, 잣, 파, 생강, 오이, 고추

탕은 잡탕과 재료는 거의 같은데 깨국을 이용한 것이 다르다. 소잡탕은 깨국을 넣은것은 깨국잡탕과 같으나 국물을 담백하게 해주는 채소류를 많이 넣은것이 달랐다. 「음식법」에서의 탕류는 다른 조리서에서보다 재료가 많이 들어간것이 특징이다.

(2) 전골 : 「음식법」에서의 열구자탕(悅口資湯)은 지금의 신선로인데 1740년에 처음기록된 「수문사절」에서는 그명칭이 熱口子湯, 궁중연회식인 「진찬의궤」에는 悅口資湯, 송남잡식(松南雜識)에는 悅口旨, 「규합총서」 「시의전서」등에는 神仙爐라 하였는데 조리서에 따라 약간의 차이가 있기는 하나 육류, 해류등의 재료가 풍부히 들어간 요리다. 「음식법」에서의 설명은 재료가 명확하게 기록되지 않아 이 조리서 속의 표를 참조하였다. 전골은 1800년말 「시의전서」에서 처음 나왔다.

(3) 찜 : 찜은 각종 수조육류, 어패류, 야채류에 조미를하여 김을 올려 찌거나 삶은 습열조리법인데 여기에서는 조미액을 알맞게 넣고 밀가루를 약간 넣어 국물을 자작하게 졸이는 형태다. 개장은 반만 삶은 개와 전복, 해삼, 닭, 제육등의 살을 얇게저며 깨소금과 유장을 쳐서 개국에 넣었다가 제몹 젓을 만큼

국물을 부은후 자작하게 졸여 후추, 고추가루, 깨소금을 고명으로 얹는다고 했다. 개장이라는 명칭으로 기록 되었지만 탕보다는 찜에 해당한다. 「조선무쌍신식요리」에서도 같은 명칭이 기록되었다. 찜의 조미법에서 「음식디미방」에서는 간장, 기름외에 천초, 단간장(막장같은 된장의 일종)과 밀가루를 섞어 조미하였고 「증보산림경제」에서는 술, 식초, 생강, 천초등 향신료를 다양하게 이용한 반면에 밀가루는 일부만 사용한 것은 걸쭉한 음식이 소멸한 사례라고 했는데 「음식법」에서도 이러한 형태였다.

(4) 포 : 포는 원래 수조육류나 어패류를 건조가공한것인데 여기에서는 어패류의 포만 기록되었다. 어패류의 살을 저며서 햇볕에서 말렸는데 주로 생산지에서 가공한 것으로 기록되었다.

(5) 무침 : 대하무침은 마른대하를 가루로 하여 여러 양념을 한후 반죽하여 다식 박듯하여 사용한다.

(6) 전약 및 족편

① 전약은 쇠가죽을 아교고듯 고와서 꿀, 계피, 정향, 건강등을 넣어 돌그릇에서 고와 대추를 삶은물과 합쳐서 응고 시킨것이다. 「동국세시기」(1849)에 처음 「剪藥」으로 나왔는데 內醫院에서 나온 方文으로

약용에 속하는 것이다.¹⁰⁾ 또한 강¹¹⁾은 전약이란 동짓날에 먹던 음식으로 조선 시대까지 보양식으로 이어져 왔다고 기록하고있다.

② 죽편은 우죽을 고와서 만든것이지만 여기에서는 닭과 생치를 함께 넣어 만들었다. 「임원십육지」(1827년경)에 牛脰膠方(숙칭牛脰餅)으로 처음나왔지만 이미 1719년 「진연의례」에 足餅이란 명칭으로 있어 하나의 궁중연회용 음식으로 이용 되었다는 것을 알수있다.

(7) 편육 : 제육은 제육을 곱게다져 양념, 잣가루, 기름장을 치고 보자기체 사기그릇에 담아 중탕하여 제육의 기름을 빼서 죽편 배듯하여 초장에 먹는다.

1700-1800년말 「술만드는법」에서 저육편으로 처음 기록 되었는데 「음식법」에서보다 생강, 친초, 겨자, 등 양념류 가 많이 들어 갔다.

(8) 자반 및 부각

① 자반은 찹쌀하게 만든 찬물의 총칭으로 양념하여 말리기와 조리는 방법이 있는데 여기에서는 양념장을 발라서 말리는 방법과 찹쌀풀을 발라서 기름에 지지는 방법을 사용했다. 십자반은 모밀가루에 밀가루를 약간넣고 소금, 기름을 넣어 끓인후 대쪽을 반반씩 짝아 모양을 만들어 치자, 파래, 미역, 감태, 다시마에 각각 짝을 넣어 기름에 지지거나, 간장탕 찹쌀가루에 다시마, 호도, 국화잎에 부쳐 지지는 두 가지 조리방법을 이용했다. 임자좌반은 찹쌀풀에 깨, 후추, 고추, 친초, 잣가루를 넣고 들깨잎에 부쳐 기름에 지지것이다. 십자좌반과 임자좌반은 「규합총서」에서도 나왔는데 만드는 법과 재료가 비슷했다

② 부각은 찹쌀풀을 만들어 당귀잎, 국화잎, 가지에 부치고 꿀과 잣가루를 넣어 햇볕에 말려서 튀긴다.

(9) 지짐이 : 지짐이는 찌개와 조림의 중간쯤에 놓일수있는 음식으로써 생선지짐은 「음식법」에서만 나온 것으로 다른조리서에서 나온 지짐이보다 재료를 많이 넣은 것이 특징이다. 맨 처음 나온 문헌은 「산림경제」(1715)에서이고 그후 쭉 나오지않다가 「음식법」이후 1800년말 「시의전서」에서 부터 나오기 시작했다.

(10) 느르미 : 「음식법」에서는 느르미의 종류가

가장많이 나왔는데 느르미의 조리방법이 3가지로 나온다. 재료에 가루를 얹어가며 기름에 지지는 방법인 느르미와 재료들을 꼬지에 꿰서 계란물혀서 지지는 방법으로 낙지느르미, 생치·제육느르미, 동화느르미가 있었다. 또 재료들에 계란, 밀가루, 녹말넣어 지지고 나서 꼬지에 꿰는 방법으로 계느르미, 생선느르미가 있었다.

「음식디미방」에서는 느르미는 재료를 찌거나 굵기나하여 즙을 끼얹은 것으로 중국의 溜에 해당하는 것이지만 여기에서의 느르미는 꼬챙이에 녹말, 밀가루, 잣가루, 계란을 즙으로 사용했던 것으로 1939년의 趙慈鎬의 「조선요리법」에 나오는 느르미처럼 재료에다 녹말이나 계란을 섞워 번철에 지지내는 느르미·煎의 무리이다.¹²⁾ 「역주방문」의 석화느름, 牛肉느르미도 여기에서와 같은 형태이다.

(11) 선(膳)¹³⁾

① 배추선은 「음식법」에서 처음 나왔는데 배추를 기름에 잠깐 볶아 겨자, 초장에 푼다 찍어 먹는다.

② 부우선은 부우를 저며 데친후 다른 재료와 커켜로 얹어 익히 초장 부어 쓰는데 「음식법」에만 나온 선이다.

膳은 1670년 「음식디미방」에 동아선이 처음으로 기록 되었는데 황혜성은 膳에 대한 정의를 “찜과 같은 방법으로 하되 호박, 오이, 배추, 두부와 같이 그 재료를 식물성 식품으로 할경우에 膳이라고 한다고” 하였다. 부우선은 이 정의에 어느 정도 부합될지도 모르지만 배추선은 기름에 볶다가 겨자나 초장에 찍어 먹는것은 소를 넣거나 찜의 개념과는 거리가 있는것 같았다.

(12) 채

① 화채는 수조육류인 제육, 양, 간, 콩자순, 물, 부아, 생치, 친엽과 이패류인 생선, 대하, 전복, 해삼과 채소류인 파, 도라지, 미나리, 무우, 표고, 석이, 국화잎등 모든재료를 가늘게 채썰어 녹말무쳐 물에 잠깐 데쳐서 냉수에 채워 긴저 물에 빠지게 한다음 무우는 생선보다 더 가늘게 채썰어 연지 들이고 준비한 모든 재료들을 그릇에 예쁘게 색색으로 담고 그위에 고추채, 생강채, 파채를 옷기로 놓아 잣가루 뿌려서 내므로 화채라 했는데 재료가 풍부하 들어간 나물·

채로 음식법에만 나왔다. 수조육류와 소의 내장이 많이 사용된 것이 특징이다.

② 소채는 재료가 육류는 없고 주로 담백한 채소류, 묵, 두부 등을 가늘게 썰어 녹말무쳐 데쳐 그릇에 담고 고추, 생강, 파, 잣가루 뿌리고 초장에 먹는데 나물. 채 에서 고추가 처음 사용되었다. 나물·채에서는 「연세대규곤요람」(1896) 잡채가 처음 사용되었고 「시의전서」(1800년말)에서는 생채가 처음 기록되었다.

(13) 김치¹³⁾: 「음식법」의 김치는 침채류로 나박김치 동치미형 이다. 고추가루는 16C 임진왜란을 전후하여 우리나라에 유입되면서 비로소 김치에도 사용하게 되었고 1716년의 「산림경제」에서 오이김치가

고추가루를 사용한 김치의 최초의 기록이다. 김치에 처음 젓갈을 사용한것은 「규합총서」의 섞박지이다. 그후 소박이형이 더욱 발전하여 통배추 김치가 기록에서 나온것은 1800년말 「시의전서」에서 처음이다. 이상의 찬물류에서 종합하여 보면 사용된 식품의 종류가 매우 다양하고 주로 식물성 식품보다는 동물성 식품이 많이 이용되었고 지금은 이용도가 낮은 핑의 사용이 많았으며 동물의 내장이 많이 이용 되었음을 알수있다. 또한 사용된 기름의 종류가 명시되지 않았고 조미료는 잣과후추의 이용이 많았다

3) 떡류의 분류와 재료¹⁴⁾

떡류의 종류, 재료, 빈도는 <표 3>와 같다. 떡류는

<표 3> 떡류의 종류, 재료, 빈도

분류 (종류)	음식명	재료수 (가지)	재료 및 빈도
편떡 (9)	시루떡	8	참쌀, 백미, 팥, 무우, 소금, 녹두, 깨, 콩
	당귀떡	8	백미, 대추, 밤(2), 꿀(2), 당귀가루, 참기름, 잣, 계피
	매꿀떡	4	백미, 대추, 잣, 꿀
	석이떡	5	백미, 당귀가루, 참기름(2), 석이, 꿀(2회)
	소꿀찰떡	7	참쌀, 팥, 황률, 잣, 계피, 후추, 꿀
	두텁떡	4	참쌀, 대추, 밤, 팥
	송 편	6	백미, 붉은팥, 계피, 꿀, 깨, 후추
	증 편	10	백미, 대추, 붉은팥, 잣, 계피, 후추, 술, 누룩 꿀, 기름
	제목없음	10	참쌀가루, 당귀, 꿀, 깨, 거피팥, 밤, 대추, 백미, 석이, 잣
친떡 (8)	쑥단자	8	참쌀, 밤, 대추, 꿀, 붉은팥, 계피, 쑥, 후추가루
	석이단자	6	석이, 참쌀, 밤, 대추, 꿀, 잣
	당귀단자	4	신감초잎, 꿀, 잣, 붉은팥
	토란단자	3	토란, 밤, 꿀
	준시단자	4	건시, 밤, 꿀, 잣가루
	마단자	5	마, 꿀, 생강가루, 잣가루, 잣
	수란떡	3	백미, 붉은팥, 계피
	잡과편	6	참쌀가루, 꿀, 밤, 대추, 잣, 생강즙
지진떡 (5)	밤조약	5	황률, 생강, 꿀(2), 잣, 계피
	당귀조약	3	당귀가루, 붉은팥, 꿀
	대추조약	4	참쌀, 대추, 강즙, 꿀
	더덕산송	4	찰가루, 더덕, 꿀, 잣
	생강산송	5	생강, 찰가루, 꿀(2), 기름(2), 잣

편떡, 친떡, 지진떡 등이다. 편 떡은 9종류에 4~10가지 재료, 친떡은 8종류에 3~8가지 재료, 지진떡은 5종류에 3~5가지 재료가 이용되었다.

(1) 편떡

① 시루떡은 쌀가루에 고물을 얹어 쪄서 안쳐 익힌 떡으로 「음식법」에서는 겨울에는 거피관과 녹두, 가을과 초가을에는 부우떡, 춘하는 깨와 콩설기떡을 계절에 따라 고물을 명시하였다. 시루떡이라는 명칭은 「조선부쌍신식요리제법」에만 기록되었고 재료는 나오지 않았다.

② 석이빙은 찹쌀과 승검초를 사용한 것이 특징인데 1670년의 「음식디미방」으로부터 1943년 사이에 나온 한글조리서 가운데 여섯차례나 나타나고 있으나 대부분 멥쌀을 사용했다.

③ 당귀떡은 「음식법」에서는 대추, 밤, 참기름, 계피가 「임원십육지」에서의 멥쌀, 당귀잎, 꿀, 잣보다 더침가 되었다.

④ 송편은 1680년 「요록」에서 송피병라는 이름으로 처음 나와 1943년 「조선부쌍신식요리제법」까지 총 13종류 책에서 나온 떡으로 만드는법이 대부분 유사하고 추식의 명절식으로 많이 이용한다.

⑤ 증편은 멥쌀가루를 술이나 누룩을 넣어 반죽하여 고명으로 대추, 붉은팥, 잣, 계피, 후추를 넣고 쪄내어 기름을 발라가면서 배어 꿀을 찍어 먹는 떡이다. 1670년 「음식디미방」에서 처음 증병이라는 이름으로 나왔을때는 멥쌀가루, 누룩, 흰밥의 3가지 재료만 기록되었는데 그후 「규합총서」에서는 증병이라는 명칭으로 재료가 「음식법」보다 감, 생강, 승검초가 더포함됐다

⑥ 두텁떡은 「음식법」에서는 찹쌀가루를 꿀로 반죽한것이 아니고 물로 반죽하여 밤, 대추를 소로 넣고 그위에 붉은팥을 얹어서 쪄냈다. 「조선부쌍신식요리제법」에서만 멥쌀가루를 섞었고 「규합총서」 「부인필지」에서만 감을넣고 「조선요리학」에서는 꿀병을 넣었다. 두텁떡이 처음 기록된 「임원십육지」에서는 후병이라는 명칭으로 기록되고 궁중에서는 1873년 전까지는 합병 그후부터는 후병이라했다.

⑦ 메꿀떡은 「음식법」에만 기록된 떡으로 쌀가루에 꿀을 섞고 시루에 얹어서 잣과 대추로 고명을 얹

어 편떡이다.

⑧ 「음식법」에서 제목이 없이 나왔는데 당귀떡과 꿀설기메떡을 쪄서 찌낸 떡 이다.

⑨ 소फल떡은 「음식법」에만 기록된 떡으로 꿀반죽한 찹쌀가루에 황유, 계피, 후추, 잣가루를 많이넣고 달게 반죽하여 납작하게 빚어 꿀에 버무리 붉은팥을 밑에 깔고 시루에 편떡이다.

(2) 친떡

① 쑥단자는 「음식법」에서는, 대추, 꿀, 계피, 후추가 향애단자라는 명칭으로 기록된 1766년의 「증보산림경제」에서의 찹쌀, 밤, 잣, 쑥보다 재료가 더 포함됐다.

② 석이단자는 「음식법」에서는 석이, 찹쌀, 밤, 대추, 꿀, 잣이 들어 있는데 1827년 처음 기록된 「조선왕조궁중음식연구」에서는 참기름, 깨가 더 들어갔다.

③ 당귀단자는 「음식법」에서는 신감조일, 꿀, 잣, 붉은팥등 간단히 「조선왕조궁중음식연구」에서는 9가지재료로 「음식법」보다 밤, 대추, 잣, 호초, 계피가 더들어갔다.

④ 토란단자는 「음식법」에서는 토란, 밤, 꿀이 들어 있는데 17-18세기말 처음 기록된 「술만드는법」에서는 잣이 더 재료로 들어갔다.

⑤ 순시단자는 「음식법」에서는 건시, 밤, 꿀, 잣가루가 들어있는데 「시의진서」에서는 계피, 꿀, 대추가 더들어 갔고 「간분규합총서」 「술만드는법」에서와 같이 건시단자라 했다.

⑥ 감과편은 「음식법」에서는 쌀가루, 꿀, 밤, 대추, 잣, 생강즙이 들어있는데 1827년, 1828년 궁중에서만 참기름, 깨가 사용하였고 호도는 「부인필지」에서만, 설탕, 석이, 칭매는 「조선요리법」에서만 사용하였다.

⑦ 수란떡은 「음식법」에만 기록된 떡으로 멥쌀가루를 쪄서 안판이나 절구에서 쳐서 얇게 밟아 팥소를 넣고 가피떡 모양으로 작게 떠내서 넷씩 부친 떡이다.

⑧ 마단자는 「음식법」에만 기록된 떡으로 마를 쪄서 찢어 걸러서 꿀로 반죽하고 잣가루에 생강즙과 꿀을 넣은 소를 넣고 빚어서 꿀물 부치고 잣가루에 부친 떡이다.

(3) 지진떡

① 대추조약은 「음식법」에서는 찹쌀, 대추, 강즙, 꿀이 재료인데 1815년 「조선왕조궁중음식연구」에서는 「음식법」보다 잣, 참기름, 후추, 붉은팥이 더 들어갔다.

② 밤조약은 「음식법」에는 꿀이 1800년말 「시의전서」에는 견시와 조청이 대신 들어갔다.

③ 생강산승은 「음식법」에서는 생강, 찰가루, 꿀, 잣, 기름이 들어간다. 그명칭은 「시의전서」에서는 생강산승으로 「조선요리법」에서는 산승으로 기록되었는데 재료는 계피말이 더 추가되었다.

④ 당귀조약은 「음식법」에만 기록된 조약으로 찹쌀가루에 당귀가루를 섞어 꿀을 넣고 익반죽하여 소를 넣어 송편처럼 빚어서 기름에 지진후 꿀에 담근다.

⑤ 더덕산승은 「음식법」에만 기록된 산승으로 더덕을 실같이 부풀리어 찰가루와 같이 꿀반죽을 하여 얇게 밀어 모양을 낸다음 기름에 지져서 꿀물에 담구었다가 잣을 문힌것이다

4) 과정류의 분류와 재료¹⁵⁾

과정류의 종류, 재료, 빈도는 <표 4>와 같다. 과정류는 유밀과, 유과, 다식, 전과, 과편, 엿강정등이다. 유밀과는 6종류에 6-12가지, 유과류에서 산자는 3종류에 6-8가지 재료, 연사과는 1종류에 6가지 재료, 다식류는 13종류에 2-9가지 재료, 전과류에서 정과는 11종류에 2-5가지 재료, 숙실과는 3종류에 5-7가지 재료, 과편은 8종류에 2-5가지 재료, 엿강정은 1종류에 4가지 재료가 이용되었다.

(1) 유밀과

① 연약과는 「음식법」에서는 약주나 소주를 사용하였고 「음식디미방」 「요록」에서는 청주를 사용했다. 대부분 일반조리서는 기름의 명칭이 분명치 않으나 「궁중의례」에서는 참기름이 사용되었다. 증청재료는 모두 꿀이었으나 「음식법」에서는 꿀 이외에 계피와 후추가 사용되었다.

② 만두과는 대부분의 문헌에서 약과와 같이 반죽한다고 했으나 「음식법」에서는 “반죽은 질게하여야 빚기 쉽다고 했고 재료에서는 소의 재료로 대부분

대추가 사용되었으나 「음식법」과 「궁중의례」에서는 대추이외에 황물이 「증보 산림경제」에서는 견시, 계피가루, 꿀이 사용되었다. 1611년의 「도문대작」에 처음 기록되었고 1800년이후 현재까지 모든문헌에서 기록되었다. ‘강’은 ‘한국의 맛’에서 만두과는 약과의 웃기로 쓴다고 하였다.

③ 연사라고는 소만두과의 일종으로 「규합총서」와 「음식법」에만 적혀있는데 만드는 법이나 재료가 비슷했다.

④ 다식과류는 대부분의 문헌에서는 재료가 5-6가지 이나 「음식법」에서는 후추가루, 깨, 생강, 꿀, 잣가루, 참기름, 등이 더 많이 포함되었다. 「군학회관」 「오주연문장전산고」에는 다식약과라 표기 되었다.

⑤ 계강과는 음식법 에서는 ‘생강을 곱게 두드려 물에 행구어 증착하고 계피가루를 많이 섞고 모밀가루, 찰가루를 조금씩 넣어 섞어 쪄내고 잣가루에 꿀 섞은 소를 넣어 새빨나게 곱게빚어 전유어 지지듯 지지 증청문혀 잣가루 문힌것’이라 하였는데 1815년에 처음 기록된 「규합총서」와 모든 문헌의 조리법이 비슷하나 「한국요리백과사전」에는 기름에 지져내지 않은 점이 달랐다.

궁중의례에는 「원행음료정리의례」에만 기록되었다.

⑥ 타래과는 1828년 「진작의례」에서 처음기록되었고 「음식법」과 같이 꿀이 사용된점이 다른 문헌과 다르다. 1900년 이전에는 별로 기록되지 않았으나 1940년 이후에는 대부분의 문헌에 기록되었다. 특히 「한국의 요리」에는 ‘반죽에 면실유를 넣으면 얇게 밀기도 좋고 연해서 맛도 있다’고 하였다.

(2) 유과류

① 산자류에서 매화산자는 「음식법」에서는 반죽재료나 증청에 꿀이 들어갔는데 1800년초 처음 기록된 「옹희잡지」에서는 백당이 들어간 것이 다르다. 모밀산자는 명칭이 「옹희잡지」 「임원십육지」에서 고백산자라 표기되었으며 「음식법」에서는 웃기를 다양하게 만들었는데 「규합총서」 「시의전서」에서도 비슷하였다. 깨산자는 「음식법」에만 기록된 산자로 모밀가루와 밀가루를 반씩하여 반죽하여 얇게 밀어 쪄때 센불에 지져내고 강반, 흑임자, 흰 깨를 증청에 엷혀

〈표 4〉 과정류의 종류, 재료, 빈도

분류(종류)		음 식 명	재료수	재료 및 빈도
유밀과 (6)		연약과	11	밀가루, 참기름, 약주, 꿀, 깨, 후추(2), 계피, 생강, 증청, 잣, 기름
		만두과 (준시, 호두)	10	대추, 밤, 건시, 호두, 참기름, 꿀, 약주, 계피, 밀가루, 기름
		다식과	12	밀가루, 꿀, 참기름, 약주, 계피, 백비당, 증청, 깨, 생강즙, 후추, 잣, 기름
		연사라고	11	밀가루, 대추, 밤, 깨, 잣(2), 후추(2), 계피(2), 꿀, 증청, 기름, 생강즙
		타례과 계강과	6 8	밀가루, 꿀(2), 기름, 생강즙, 잣가루, 소금 생강, 참쌀가루, 모밀가루, 계피가루, 잣(2), 꿀, 증청, 기름
유과 (4)	산 자 (3)	매화산자	7	참쌀, 꿀, 술(2), 기름, 꿀배, 흰잇, 잣,
		모밀산자	8	모밀가루, 밀가루, 참쌀가루, 기름, 강반(누룽지), 깨(2), 증청, 엿
깨산자		6	깨, 모밀가루, 밀가루, 증청, 강반, 엿	
	연사과 (1)	연 사	6	참쌀, 기름, 꿀(2), 잣(2), 계피, 생강즙
다식 (13)		잡과다식	9	밤, 대추, 건시, 꿀, 생강즙(2), 계피, 후추, 잣, 기름
		상실다식	3	상수리, 꿀(2), 찰가루
		송화다식	2	송화, 꿀
		당귀다식	3	신김초, 꿀, 잣
		용안육다식	2	용안육, 사탕
		건치다식	5	건치, 꿀물, 참기름, 잣, 후추
		포육다식	4	포육(안심), 꿀, 잣, 후추
		광어다식	4	광어, 참기름, 꿀, 상
		흑임자다식	3	깨(2), 꿀, 사탕가루
		참깨다식	2	깨(흰, 검, 누런색), 꿀
		녹말다식	4	녹말, 꿀, 오미자, 연지
	잣다식	2	잣, 꿀	
	황률다식	2	황률가루(2), 꿀	
전과 (14)	정 과 (11)	유감정과	2	왜감, 꿀(2회)
		맥분동정과	2	맥분동, 꿀
		산사쪽정과	2	산사(유자), 꿀
		들죽정과	2	가죽, 꿀
		모과정과	3	모과, 꿀, 생강
		동화정과	5	동화, 생강, 꿀, 석회물, 기름
		연근정과	4	연근, 생강, 꿀, 기름
		생강정과	4	생강, 꿀(2), 치사, 기름
		유자정과	2	유자, 꿀
		감자정과	3	감자(柑子), 꿀, 설탕
	도라지정과	2	도라지, 꿀	
숙실과 (3)		율란	7	밤, 상즙, 꿀, 대추, 계피, 후추, 잣가루
		조란	7	대추, 꿀, 생강즙, 밤, 계피, 후추, 잣가루
		대추초	5	호도, 꿀, 강즙, 계피, 잣가루

분류(종류)	음 식 명	재료수	재료 및 빈도
과편 (8)	생강편	5	생강, 꿀, 계피, 잣가루, 검은엿
	산사편	2	산사, 꿀
	모과편	5	모과, 꿀, 녹말, 생강즙, 치자
	앵두편	3	앵두, 백청, 녹말
	살 구	3	살구, 꿀, 녹말
	오미자편	5	오미자, 꿀, 녹말, 연지, 치자
	딸기편	3	딸기, 꿀, 녹말
	벗 편	3	벗, 꿀, 녹말
엿강정 (1)	잣박산	4	잣, 엿, 호두, 꿀

은 것에 묻혀서 쓴다.

② 연사는 「음식법」에서는 「규합총서」 「시의전서」에서 들어간 술이 들어가지않고 대신 강즙과 계피가루가 들어갔다, 연사과는 일반 조리서에는 별로 소개 되지 않았는데 특히 발색재료를 넣지 않은것이 특징이다.

(3) 다식류

다식은 「목은집」(1328-1396)에 팔관다식이라고 처음 기록되었는데 가장 많은 종류가 기록된 문헌은 본 「음식법」으로 13가지나 된다. 특히 건치, 포육, 광어등의 동물성재료를 사용하여 다식을 만든것이 「음식법」의 특성이다.

① 잡과다식은 다른문헌 보다 「음식법」에서는 강즙, 계피, 후추가루, 잣가루등이 더들어 갔다. 「증보산림경제」에서 처음나왔는데 햇벌에 쪄여말려 저장하여 흉년을 대비 한다하여 일명 방검병(防儉餅: 흉년을 대비하는떡)이라 했다.

「음식법」 이후의 문헌에는 잡과다식이 없었다.

② 상실다식은 상자다식이라는 명칭으로 「옹희잡지」에 처음나왔는데 「음식법」 이후에는 어느 문헌에도 없었다.

③ 당귀다식은 「음식법」에서 처음 기록 되었으며 다른 문헌에서는 명칭이 '신검초' '심검초' '승검초'로 표기되었다. 「음식법」에서는 신검초, 꿀, 잣이 들어갔는데 다른 조리서에서는 콩가루, 밀가루, 계피가루가 더첨가 되기도 했다.

④ 흑임자다식은 「음식법」에서는 설탕을 사용하여 장식을 한것이 특징인데 처음 기록된 「증보산림경

제」에서는 재료가 흑임자 한가지만 기록되었고 감미결착제가 없었다.

⑤ 녹말다식은 「음식법」에서는 재료가 녹말, 꿀, 오미자, 연지가 들어갔는데 처음나온 「규합총서」에서는 「음식법보다」 설탕꿀, 생강, 계피가 더들어 갔다. 대부분의 문헌에서는 오미자, 연지를 사용하여 색을 들였고 계피와 생강을 넣어 향을 돌구웠다.

⑥ 용안육다식은 “용안육을 곱게두드려 손에물을 묻혀 모양을 만들어 사탕박아 놓기를 깨다식 처럼 한다고”하였는데 「규합총서」에서와 그재료와 조리법이 동일하다. 궁중의례에는 그기록이 없는 것으로보아 궁중에서는 용안육다식을 만들지 않은것으로 생각된다,

⑦ 황률다식은 「음식법」에서는 황률가루를 꿀에 반죽하여 비벼 다식화에 넣고 쇠망치로 세게 두드려 윤지고 반반하게 만들었는데 규합총서와 만드는 법이 거의 동일했다. 「증보산림경제」 「임원십육지」에서는 간율다식, 궁중의례, 「규합총서」에서는 황률다식, 「도문대작」 「간편조선요리제법」 이후의 문헌에서는 밤다식으로 표기 되었다, 감미결착제는 꿀, 엿, 조청, 설탕꿀이 대부분이나 「이조궁정요리통고」에는 설탕꿀과 흰엿 녹인 것이 들어갔으며 「궁중의례」에서는 오미자, 연지, 잣가루가 들어간 것이 특징이다.

⑧ 건치다식, 포육다식, 광어다식 등의 동물성다식과 잣다식, 진임다식은 「음식법」에만 기록되었다.

(4) 진과류

가) 정과

① 꿀정과는 「규합총서」에서도 「음식법」과 같이

감자정과와 왜감자정과가 함께 기록되었다. 「간편조선요리제법」이후의 문헌에서는 「굴정과」로 표기하고 있다. 감미재료로 꿀이나 설탕을 사용하나 「간편조선요리제법」 이후에는 설탕이 사용되었다.

② 백문동정과는 「규합총서」에서는 '친분동정과'로 「조선요리」에는 '문동정과' 「신영양요리법」에는 「음식법」과 같이 '백문동정과'로 소개 되었다.

③ 산사쪽정과는 1800년대초 「원행음료정리의례」에서 산사정과로 처음기록 되었는데 「음식법」과 「규합총서」는 만드는 재료와 제조법이 동일했으나 「임원십육지」에서는 '삶지않고 산사를 끓은 물에 담갔다 졸인다'고 했다.

④ 들죽정과는 「도문대작」에는 두을죽전과로 처음 기록되었고 「시의전서」에는 꿀과물을 함께 사용한것이 다르다.

⑤ 모과정과는 「산림경제」에서 처음 기록되었는데 대부분 모과가 주 재료나 음식법에서는 생강을 더 첨가하고 「옹희잡지」 「임원십육지」에서는 녹두가루가 첨가됐다.

⑥ 동화정과는 「음식법」과 「증보산림경제」에서는 석회를 사용하였고 처음기록된 「수운잡방」에서는 재와 후추를 첨가하였는데 이런것 들은 동아의 몸을 단단하게 하여 아삭아삭하고 변질하지 않게 해준다고 한다.

⑦ 연근정과는 「음식법」에서 천천히 만화로 졸이라고 했는데 「밀가루와 꿀에 사향을 합하여 연근속에 부어 삶아서 조각으로 썰어먹는 「숙관우」라는 연근정과와 별법이 「산림경제」와 「임원십육지」등에서 소개되었다.

⑧ 유자정과는 1800년초 「원행음료정리의례」에서 처음 기록되었고 「간편조선요리제법」 「조선요리제법」에는 「음식법」에서 사용하지 않았던 초가 사용된 것이 다르다.

⑨ 도라지정과는 「음식법」에서 도라지를 벌에 말리어 반쯤 마르면 꿀에 졸인것이 특징인데 「시의전서」에서는 桔梗煎果로 표기되었다. 도라지의 쓴맛을 없애기 위해 「증보산림경제」에서는 쌀뜨물이 사용된 것이 다르다.

⑩ 생강정과는 「음식법」에서는 기름을 사용하여

정과의 윤을내게 했고 「조선무쌍신식요리법」에서는 생강빛을 맑게하기 위하여 백반이 사용되었다

나) 숙실과

① 조란은 「음식법」에서는 다른 문헌에서 보다 재료가 강즙, 밥, 잿이 더추가 되었다. 「증보산림경제」에 처음 기록되어 1700년-1800년대에 주로 궁중의례에만 기록되었으나 1800년대말 부터는 많은 조리서에 기록되었고 「한국의 맛」에는 대추를 다질때 설탕을 뿌려서 다져 찌는것이 다른 조리서의 조리방법과 다르다.

② 울란은 「음식법」 「규합총서」에서는 근래 울란 만드는 법과는 달리 소를 넣었던 것이나 「술만드는 법」에서는 소를 넣는 것과 넣지 않은것의 두 방법이 기록되었는데 그 이후의 문헌에서는 소를 넣는 법이 없다. 「규합총서」에는 '밤조약' 「조선요리제법」 「이조궁정요리통고」에는 '울란'이라 표기되었다.

③ 대추초는 「음식법」에서는 대추편으로 표기되었는데 다른문헌에서 보다 호도가 「세계의가정요리」 「한국음식」 별법에는 밤이 사용된 것이 다르다.

⑤ 과편은 「음식디미방」(1670년경)에서 앵두편이 처음기록되었고 그후 1700년대는 「음식보」에만 기록되었다가 1815년에 「규합총서」에서 6가지 과편이 기록되었는데 「음식법」에서는 7편이 기록되었다. 궁중의례에서는 오미자편을 오미자병이라 표기했다. 감미 걸착제로는 꿀과 녹말이 발색제로는 연지, 치자가 사용되었다. 생강편은 「음식법」에만 기록되었다.

⑥ 엿장정 : 잿박산은 「원행음료정리의례」(1800년)에 백자편으로 처음 기록되고 궁에서는 잿을 사용하였으나 반가에서는 콩, 깨, 땅콩등을 사용하여 1900년 이후에서 부터 만들었다.

5) 음청류의 분류와 재료¹⁶⁾

음청류의종류, 재료, 빈도는 <표 5>와 같다. 음청류는 화채, 밀수, 수정과등이다. 화채류는 4종류에 2-7가지 재료, 밀수는 3종류에 4-5가지 재료, 수정과는 2종류에 5-6가지 재료를 이용했다. 화채는 1800년말에 발행된 「시의전서」에서 처음 기록되었는데 배숙은 1800년대 부터 1987년에 발행된 「한국의맛」

〈표 5〉 음청류의 분류와 재료

분류	음 식 명	재료수 (가지)	재료 및 빈도
화재 (4)	배 숙	7	배, 꿀(2), 후추, 생강, 계피, 오미자, 잣,
	유리류(위지화채)	7	배, 유자, 꿀, 석류, 잣, 꿀, 생강
	순	4	오미자, 순, 꿀, 잣
	오미자고	2	오미자, 꿀(2)
밀수 (3)	보리수단	4	보리, 녹말, 오미자, 꿀
	면(수면)	4	진달래꽃, 녹말, 연지, 오미자
	수 단	5	참쌀가루, 잣, 꿀, 백미탕, 녹말
수정과 (2)	긱감 수정과	5	긱감, 생강, 꿀, 꿀, 잣
	참과 수정과	6	배, 딸기, 앵두, 복숭아, 잣, 꿀

에 이르기 까지 고루 기록되었다. 밀수는 떡수단이 1611년에 발행된 「도문대작」부터 기록된 것으로 보아 화재에 비해 일찍 발달되었다.

6) 양념의 분류와 종류

양념의 종류와 빈도는 〈표 6〉과 같다. 양념은 장, 꿀, 기름, 깨 등이 소개되었다. 장은 5종류, 꿀은 6종류, 기름은 4종류, 깨는 3종류가 이용되었다.

〈표 6〉 양념의 종류와 빈도

분류	종류와 빈도
장	간장(지령)→14회, 유장(기름장)→11회, 초장→4회, 맛난장→2회, 소금→7회
꿀	백청→46회, 유청→10회, 황청→6회, 좁청→4회, 잇→5회, 사탕→1회
기름	기름→22회, 지초넉기름→3회, 참기름→2회, 향유→1회
깨	참깨→10회, 검은깨→2회, 누런깨→1회

7) 술의 종류와 분류

술의 종류, 재료, 빈도는 〈표 7〉과 같다. 술은 4종류에 2~3가지 재료가 이용되었으며, 백미가 3회, 누룩이 3회, 찹쌀, 찹주 등이 주재료로 이용되었다.

〈표 7〉 술의 종류, 재료와 빈도

분류 (종류)	술의 종류	재료수 (가지)	재료(빈도)
주류 (4)	도인주	2	복숭아씨, 찹주
	국화주	3	황국, 백미, 누룩
	송엽주	3	솔잎, 백미, 누룩
	인동주(금은화)	3	술밥(찹쌀) 누룩, 금은화

8) 세시식의 분류

각 계절에 따라 이용된 음식의 종류는 〈표 8〉과 같다.

9) 금기 음식

금기식에 대한 분류와 내용은 〈표 9〉와 같다. 「음식법」에서는 금기음식으로 제과유독, 제채유독, 금기음식항목(제육, 제어 유독)등으로 피해야 할 음식, 함께 먹으면 안되는 음식, 생활의 지혜 등을 기술했다.

10) 찬합 음식

찬합음식의 분류와종류는 〈표 10〉, 〈표 11〉과 같다. 〈표 10〉에서 효도 찬합 음식류는 주로 과정류가 대부분이고 그외 음청류, 떡류, 만두류, 옷기, 족편 등이다.

사층 왜찬합은 각 계절에 따라 찬합 담는 법이 기

〈표 8〉 각 계절에 따른 음식의 종류

분 류		음 식 명			
		봄	여 름	가 을	겨 울
웃 기	떡 류	대추조약, 당귀조약 석이단자, 수란떡, 당귀단자, 송편, 잡과편, 증편, 소골 찰떡, 소깨인절미 생강산승 산승등숙	대추조약, 당귀조약 석이단자, 잡과편, 당귀단자, 당귀일산 승, 소골찰떡, 소깨 인절미, 생강산승, 산승등숙	대추조약, 당귀조약 석이단자, 토란조약 화전, 밤단자, 가지 산승	대추조약, 당귀조약 석이단자, 두툼떡 고명숙, 단자
		주식	난 면	약 밥	마른국수, 떡국
면	음정류	수 면	수 단		
	수교의	불 가	가 함	불 가	불 가
부식	탕	깨 국	깨 국	장 국	장 국
	찜	제육찜, 생포찜, 송이찜, 대하찜	아기찜, 개장	제육찜, 생포찜 송이찜, 대하찜	생치찜
	느르미	제육, 생치, 계란느 르미, 생선느르미	불 가	동화느르미, 낙지느 르미, 계란느르미, 생선느르미	제육, 생치, 계란느 르미, 생선느르미
	지 짐	통 용	통 용	통 용	통 용
	족 편	불 가	불 가	가 함	가 함
	게찌니	불 가	불 가		불 가
	어만두	가 함	가 함	불 가	불 가
	개 장	가 함	가 함	불 가	불 가
	양지두	가 함 (제육새끼찜, 제육두)	불 가	가 함 (제육두, 제육새끼찜)	가 함 (제육두, 제육새끼찜)
	음정류	화 채	가 함	가 함	불 가
과정류	수정과	배숙, 수정과	복분자, 앵두, 복숭아, 수정과	배 숙	배 숙
	숙실과	감사과(마)	홍백과, 인사, 조율 란, 생강편(각열에 는 불가)	매화강정, 홍백과, 원자강정, 인사, 조 율란, 준시, 생강편, 진물	매화강정, 홍백과 원자강정, 인사, 조율란, 준시, 생강 편, 진물
과일류	생실과	없 음	진과, 사과, 사과 농즙, 복숭아, 단향	분배, 생배, 조홍, 수시, 포도	배, 감

술되었고, 그릇에 따라 음식 담는 법도 기술되었다. 즉, 사층 왜찬함에는 정과류, 늦대함은 다식과, 화풍자는 수정과, 화대접은 생실과(시절), 화원침은 찜, 지짐을 담도록 하였다.

2. 조리법에서 사용된 용어

조리기법을 준비과정, 썰는 과정 및 익히는 과정으로 분류하여 사용된 어휘를 분석하였다.

〈표 9〉 금기식의 분류와 내용

분 류	내 용
제과유독	복숭아, 살구씨 쌍으로 든 것 감, 술, 무우는 함께 먹지 말 것 낙실과에 개미 낀 것 먼저 숙성하여 낙과한 것 참외 물에 가라앉은 것
제채유독	서리 맞은 오이 버섯 털이 있는 것 아래에 무늬가 없는 것 삶아도 익지 아니하는 것 삶은 물에 비쳐봐도 그림자가 비치 않는 것 단풍 버섯
음식금기 피해야 할음식	창자나 쓸개가 없는 생선 고기가 눈을 감은 것 생선 붉은 것은 회로 먹지 말 것 생선 속에 머리털 있는 것 봄에 붕어 머리에 벌레 있는 것 죽은 짐승이 입을 벌린 것 우양제육을 뽕나무로 삶거나 구울 때(뱃속에 충 생김) 육축이 우연히 죽거나 병이 들어 죽은 고기 미리를 땅에 박고 죽는 것(천인이라도 먹지 말 것) 병이 들은 고기 개가 발가락이 여섯 하얀개 → 머리가 검거나 검은 개 → 머리가 흰 것이 지독함. 봄에는 붕어 머리에 벌레 있으므로 피함. 죽은 짐승 : 저절로 죽거나 병이든 우육 짐승의 고기가 땅에 떨어져도 흙 먼지가 묻 지 아니한 것 포육이 마르지 않는 것.개가 발가락이 여섯 인 것 고기를 구울 때 움직이지 않는 것 고기에 진주같은 점이 있을 때 제육이 물에 뜨는 것 참외와 오이가 한쪽지에 둘 열린 것 꽃부리가 둘 있는것 머리털 흰 닭 쥐고기는 먹어도 뼈는 먹지말 것

분 류	내 용
음식금기 피해야 할음식	코가 붉은 개 대나무순(죽순)이 상백피 갈아 햇볕을 쬐이 어 꺾은것 송이와 쌀가루, 행인죽과 밀가루, 갈분 가루 와 밀가루 등을 함께 담지 말것 약 먹을 때 녹육(사슴고기) 먹지 말것 양육은 구리 그릇에 담지 말 것 닭, 생치(꿩)가 간이 푸를 때 오월의 우물과 마른 우물의 물 : 독이 있으 므로 닭의 털을 넣어 시험하여 직하 : 독없음, 회선 : 독있음
함께 먹으면 안되는 음식	조개와 초를 함께 먹는 것은 해롭다. 게와 감, 배와 꿀 같이 먹지 말 것 생선과 타락(우유)과 신 것 자라와 닭, 달걀과 비듬나물 매기와 형개(명우주과) 붕어와 맥문동 타주와 쇠고기 먹으면 촌충 생김 제육, 고추, 생강 함께 먹지 말 것 더운 고기국을 먹고 즉시 냉수 먹지 말 것 흰 개고기와 생과를 먹으면 구구(九竅)에 피 난다. 타락, 초, 신것, 같이 먹지 말 것 마늘, 부추, 꿀, 같이 먹지 말 것 버섯과 술, 감과 술 개고기와 행인(살구씨) 잉어나 필죽, 소주와 복숭아
생활의 지혜	토질에 독이 있는 물은 인삼과 서각을 담았 다가 사용. 감자는 녹두속에 넣으면 싱싱함. 배의 꼭지를 무우에 꽂아두면 변함이 없음. 가지를 재(灰)에 넣어 두면 거울, 봄을 나도 변함이 없음. 복날 매주와 누룩하면 벌레가 없다. 삼잎을 삶으면 모기가 없어짐. 쥐구멍 막으면 쥐 없어짐. 먹 물은 곳에 살구씨 씌어 바르면 없어짐. 개국은 뽕나무로 삼고 끓이지 말 것.

〈표 10〉 효도찬합 음식류의 분류와 종류

	분 류	종 류
주식류	만두류	긴치만두
부식류	죽편포	전 약 추포, 해포, 강요주(江瑤珠) 붙여어포
떡 류	찐 떡 지진떡	준시단자, 마단자, 전복단자 밤조약
과정류	유밀과	만두과, 타래과, 계강과
	유 과 다 식	홍백매화 산자, 윗жат 산자, 연사 흑백깨산자, 연사라고 황률다식, 송화다식, 흑백깨다식, 홍백녹말다식, 잣다식, 잡과다식, 상실다식, 당귀다 식, 용안육다식, 전복다식, 긴치다식, 제육다식, 광어다식, 포육다식, 대하
	옛강정	갓박산
	숙실과	조란, 울란
	정 과	산사쪽정과, 모과쪽정과, 동화정과, 연근정과, 생강정과, 유자정과, 감자정과, 백운동 정과, 순정과, 들쪽정과
과 편 웃 기	산사편, 모과편, 앵두편, 복분자편, 빗편(?), 대추편, 생강편 황률두드린 것, 화복, 전복매화, 문어구화	
음청류	화 채	향설고, 유리류, 배숙

〈표 11〉 사충 왜찬합의 각 계절에 따라 음식 담는 법

분 류	분 류	여 름	가 울	겨 울
부 식	찬물류	전복 숙초지짐	색만두	전복 숙초지짐
	지 짐			죽편, 양지두지짐 제육찜, 생치찜
떡 류	찐 떡			밤단자
과정류	유 과	매화산자	깨산자, 연사	매화산자
	다 식		잡과다식	연률다식
	과 편	오미자, 녹말편 연근생강편	산사편, 유자편 오미자, 녹말편 연근생강편	산사편, 유자편 연근생강편
	정 과	동화정과(백문동)		
음청류	음청류	수정과	수정과	
	화 채			배 숙 배 숙

1) 준비과정의 용어

준비과정의 용어는 〈표 12〉에 나타난 바와 같이 모두 163개였는데 그 중 치다가 84회로 가장 많고, 섞는다 62회, 제거하다 57회 등이다. 준비과정의 용어와 빈도는 〈표 12〉와 같다.

2) 썰는 과정

썰는 과정의 용어는 〈표 13〉과 같이 27가지이고 그 중 썰다가 39회로 가장 많다. 썰는 것에도 “비스듬히, 부우처럼, 완자모양, 반듯하게, 방정하게, 옥같이, 귀지게 등 다양하게 표현되고 있다.

〈표 12〉 준비과정의 용어와 빈도

번호	용어	빈도
1	치다(조미료, 기름, 양념), 무치다, 뿌리다, 주무르다	84
2	섞는다(합치다, 모으다, 엉기다, 타다, 뒤적이다)	62
3	제기하다(긁어내다, 도려내다, 뜯어내다, 거피하다) 깎다, 건져내다, 까불다, 정선하다	57
4	저미다(얇게, 넓게, 반듯반듯하게, 도둑하게)	51
5	반죽하다, 익반죽하다	51
6	박다(다식), 밀다(반반하게, 얇게), 모양 좋게 누르다	47
7	찜다(질구, 방아), 빵다, 갈다, 세달하다	41
8	두드리다(다지다)	38
9	재어두다(장, 간장), 경숙하다(하루밤 재우다), 날로재우다, 염정하다	38
10	걸르다(체), 짜다, 가라 앉히다	38
11	싸다(만두), 소넣다, 부꾸미 넣다	38
12	빚다(곱게, 납작하게, 둥글게, 살잡아)	35
13	쳐다(체 어레미)	29
14	바르다	28
15	담그다, 물에 불리다, 젖게 하다, 넣었다 건짐(누르구) 우려나다	23
16	넣는다(다적넣다, 까넣다, 떨어 넣다)	20
17	백세하다(씻다, 행구다, 부비다), 주물러 빨다	17
18	아물리다, 골지다, 붓하다	14
19	녹이다(물, 엿), 도련하다	14
20	말리다, (바람, 햇볕, 불)	13
21	깨다, 가루 풀다	11
22	안치다 (시루에)	9
23	연지들이다, 화김들다(삭는다), 진하게 물들이다	8
24	휘우다(계란), 끼얹다(녹말)	5
25	쪄개다, 자르다	2
26	꼬지깨다, 부풀리다, 바람들다, 뭉 세지다, 띄우다, 부풀다, 감아쓰다	1

3) 익히는 과정

익히는 과정의 용어는 〈표 14〉에 나타난 바와 같이 17가지가 소개되고 있으며 ‘삶다’가 69회로 가장 많았고, ‘지지다’, ‘끓이다’가 그 다음으로 많았다. 본 음식법에 나타난 火材로는 ‘장작’, ‘숯불’ 등이 사용되었다.

3. 계량 단위

계량 단위는 〈표 15〉에서 모두 12종류이고 그 중 되를 사용한 경우 17회로 가장 많으며 그 다음은 말이 10회이다. 그밖의 계량단위와 횟수는 〈표 15〉와 같다.

〈표 13〉 써는 과정의 용어와 빈도

순 위	용 어	빈 도
1	썰다(비스듬히, 반듯하게, 얇게, 무우처럼, 갈라썰다, 골패모양, 굵게, 갈게, 완자모양, 잡탕처럼, 잣과 같이(조각조각) 길게 가로 썰다)	39
2	채지다(가느랴게, 굵게, 죄음실)	23
3	잘라버리다(반듯반듯하게, 측면베듯, 숙잡과편만큼, 방정하게, 옥같이, 귀엇기로 베다, 잘 죽하게, 정바르게, 방울대로)	21
4	에이다(좋게 찍다)	2
5	저미다 : 어긋하게	1
6	뜨다 : (포)	1

〈표 14〉 익히는 과정의 용어와 그 빈도

번호	용 어	빈도
1	삶다, 고다 (57), 익히다 (12)	69
2	기름에 지지다 (64), 기름에 튀기다 (3)	67
3	끓이다 (57), 한소끔 끓이다 (4)	61
4	찌다	41
5	데치다	33
6	볶다(24), 볶에 말리다(2), 굵다(1)	27
7	달이다(6), 졸이다(8)	14
8	부치다(적)	11
9	쭈다	8
10	증탕하다(3), 찜하다(3)	6

4. 식기 및 조리용구

식기 및 조리용구는〈표 16〉에서 24종류로 그 중 채(31회)와 그릇(30회) 종류를 가장 많이 사용했다. 그밖의 용구의 종류와 사용빈도는 〈표 16〉과 같다.

5. 음식의 모양 크기 및 맛의 표현

음식의 모양과 크기는 실물을 기준으로 한 것이 많아 과학적인 표현이라고 할 수 없다. 즉 옥같이 첩보 모양으로 베어, 옥초단 모양만큼 만든다. 굵은 수란처럼 등이고 급기식에서는 고기에서 진주같은 점이 있는 것은 먹지 말고 등으로 표현되고 있다. 맛

〈표 15〉 계량에 쓰인 단위와 횟수

	계량 단위	사용 횟수	수량과 횟수
1	되	17	한되(5), 되가웃(1), 두되(4), 두되가웃(1), 세되(4), 닷되(2)
2	말	10	한말(5), 두말(2), 서말(1), 엿말(2)
3	홉	5	시홉(1), 닷홉(3), 철홉(1)
4	침척(針尺)	6	한촌 두께(3), 한치 길이(2), 칠척칠(1)
5	술(수리)	3	한술(2), 두술(1)
6	종지, 사발	3	한종지(3), 한사발(3)
7	把	2	한사발(1), 한치(1)
8	시루테	2	시루다섯테(1), 여러테(1)
9	돈, 홉, 한줌	1	당냥(1), 한술(1), 한줌(1)

의 표현 용어는 18가지로 매우 다양한 표현을 하였다. 맛의 표현 용어와 빈도는 〈표 17〉과 같다.

IV. 요약 및 결론

「음식법」을 중심으로 그 시대의 음식의 분류, 그 음식에 이용된 재료와 사용빈도, 조리조작 과정, 식기 및 조리용구, 계량단위, 맛의 표현 등을 살펴본 결과 다음과 같이 요약할 수 있다.

① 주식류는 밥, 면, 만두 등이다. 밥은 1종류에 6가지 재료, 면류는 4종류에 2~12가지 재료, 만두는 5종류에 4~19가지 재료가 각각 이용되었다.

〈표 16〉 식기 및 조리용구의 종류와 사용빈도

빈 호	식기 및 조리 용구	빈도
1	채, 김채	31
2	그릇(사기, 질, 놋쇠, 돌)	30
3	술(통쇠, 새옹)	17
4	칼	15
5	찬합	10
6	순가락	10
7	열구자(신선로), 시루, 다식판	5
8	도마, 홍두께, 자루(베보자기, 모시, 삼베)	4
9	상, 쟁반(놋갑쟁반, 왜반, 나무쟁반)	3
10	안반, 맷돌, 돌절구, 호두	2
11	탐관, 백자, 채반, 망치, 어레미, 석자(튀김 그릇)	1

〈표 17〉 맛의 표현 용어와 빈도

번호	용 어	빈도
1	맛이 극히 아름답다	8
2	맛이 생신하다	6
3	맛이 아담하다, 맛이 조촐하다, 맛이 청명 연합하다 맛이 절가하다, 맛이 사미하다(아름한 맛) 맛이 달다, 맛이 시원하다	2
4	맛이 청상하다, 맛이 염담하다, 연하기 녹은듯하다 맛이 승합법하다(제일 좋은 듯), 맛이 조곤하다(나긋나긋하다) 맛이 윤향하다, 맛이 용담하다, 맛이 묘하다, 맛이 사서하다(紗瑞)	1

② 찬물류는 국(탕), 전골(신선로), 찜, 포, 무침, 전약 및 족편류, 편육, 자반류 및 부각, 지짐이, 느리미, 선(膳)류, 채, 김치로 분류했다. 국(탕)은 3종류에 20~24가지 재료, 전골(신선로)은 1종류에 30가지 재료 찜은 9종류에 2~14가지 재료, 포는 3종류에 2~5가지 재료, 무침은 1종류에 6가지 재료, 전약 및 족편류는 2종류에 7가지 재료, 편육은 1종류에 5가지 재료, 자반 및 부각류는 3종류에 7~11가지 재료, 지짐이는 1종류에 16가지 재료, 느리미는 6종류에 4~8가지 재료, 선(膳)류는 2종류에 5~6가지 재료, 채는 2종류에 14~25가지 재료 김치는 1종

류에 14가지 재료가 각각 이용되었다.

③ 떡류에서 찜떡은 9종류에 4~10가지 재료, 킨떡은 8종류에 3~8가지 재료, 지진떡은 5종류에 3~5가지 재료가 이용 되었다.

④ 과정류에서 유밀과는 6종류에 6~12가지, 유과류에서 산자는 3종류에 6~8가지, 연사과는 1종류에 6가지, 다식류는 13종류에 2~9가지, 전과류에서 정과는 11종류에 2~5가지, 숙실과는 3종류에 5~7가지, 과편은 8종류에 2~5가지, 엿강정은 1종류에 4가지 재료가 이용되었다.

⑤ 음청류에서 화채류는 4종류에 2~7가지, 밀수는 3종류에 4~5가지, 수정과는 2종류에 5~6 가지 재료가 각각 이용되었다.

⑥ 양념류는 장, 꿀, 기름, 깨 등이 소개되었다. 장은 5종류, 꿀은 6종류, 기름은 4종류, 깨는 3종류가 각각 이용되었다.

⑦ 술은 4종류에 2~3가지 재료가 이용되었다.

⑧ 세시식에 대한 항목으로 옷기나 면항에서 각 절기에 따라 음식의 종류를 기술했다.

⑨ 금기음식으로 제과유독, 제채유독, 금기음식 항목(제육, 제어유독) 등으로 피해야 할 음식, 함께 먹으면 안되는 음식, 생활의 지혜 등을 기술했다.

⑩ 찬합 음식으로 효도 찬합 음식류와 사층왜찬합 항목에서 찬합음식류는 주로 과정류가 대부분이고 그 외 음청류, 떡류, 만두류, 옷기 족편 등이 있었고 사층왜찬합은 각 계절에 따라 찬합 담는 법과 그릇에 따라 음식담는법이 기술되었다.

⑪ 조리 조작은 준비과정, 썰는과정, 익히는과정으로 분류했다. 준비과정의 용어는 163종류, 썰는과정의 용어는 27종류, 익히는 과정의 용어는 17종류였다.

⑫ 계량 단위는 모두 12종류이고 이들은 중량에 의한 것이 아니고 그릇의 “들이”에 의한 계측이 많아 재현성이 매우 낮다고 하겠다.

⑬ 음식을 만드는데 사용된 식기나 조리용구는 24종류이고 그 중 대부분은 현재 사용되지않는 것이 많다.

⑭ 맛의 표현 용어는 18가지로 매우 다양한 표현을 했고 음식의 모양과 크기도 실물을 기준으로 한

것이 많아 과학적인 표현이라고 할 수 없다.

【참 고 문 헌】

- 1) 이효지 : 「是議全書」의 조리학적고찰, 대한가정학회지 제19권 3호, 1981.
- 2) 윤서석·조후종 : 조선시대 후기 조리서인 「음식법」의 해설 I, 한국식문화학회지 8:1 (1993)년.
- 3) 윤서석·조후종 : 조선시대 후기 조리서인 「음식법」의 해설 II, 한국식문화학회지 8:2 (1993).
- 4) 윤서석·조후종 : 조선시대 후기 조리서인 「음식법」의 해설, 한국식문화학회지 8:3 (1993).
- 5) 장혜진·이효지 : 주식류의 문헌적고찰, 한국식문화학회지 4:3 (1989).
- 6) 이성우 : 한국요리문화사, 교문사 (1985).
- 7) 윤서석 : 증보한국식품사연구, 신광출판사 (1993).
- 8) 이영자 : 문헌에 기록된 饌物類의 분석적 고찰(습열조리방법을 중심으로), 한양대학교 교육대학원 석사학위논문, (1986).
- 9) 이광자 : 우리나라 문헌에 기록된 饌物類의 분석적 고찰(건열조리방법), 한양대학교 교육대학원 석사학위 논문, (1986).
- 10) 빙허각이씨 : 정양완역, 규합총서, 보진제 (1986).
- 11) 강인희 : 한국의 맛, 대한교과서주식회사 (1987).
- 12) 김은실, 진희정, 이효지 : 선의 문헌적 고찰, 한국식문화학회지 5:3 (1990).
- 13) 이해경, 이효지 : 김치문화의 변천에 관한 문화적 고찰, 한양대학교 대학원 석사학위논문 (1988).
- 14) 이효지 : 조선시대 떡류의 분석적 고찰, 한국음식문화연구원논총 (1988년).
- 15) 조신희 : 한국 과정류의 역사적고찰, 성신여자대학교 대학원 박사학위 논문, (1991)
- 16) 杜延姬 : 한국음료의 문헌적고찰, 한양대학교 대학원 석사학위논문 (1991).