

韓·中·日の 食生活文化 比較研究 (II)  
— 14~19세기, 日常食品을 中心으로 —

안 명 수

성신여자대학교 식품영양학과  
(1997년 8월 26일 접수)

A Study on the Comparison Among Korea,  
China and Japan food Cultures (II)  
— From 14C to 19C, on the Daily Foods —

Myung Soo Ahn

Department of food and Nutrition Sungshin Women's University  
(Received August 26, 1997)

Abstract

A study was carried out to compare the daily foods which were eaten during 14~19 century among Korea (Chosun dynasty), China (Ming, Ching dynasty), and Japan (Muromachi, Edo era). Specially, in Ming, Ching dynasty, Noodles and dumpling were cooked very often and in Muromachi, Edo era, many kinds of beans were used so much, and there were many kinds of steamed rice to compare with Korea and China. Also, in Japan at these era Woodong, Morisoba, and Somyen were used as favorite foods harbitually. 1. The crops were used as staple foods in three countries such as steamed rice, gruel, noodle, dumpling, rice cake etc. commonly. 2. In Chosun, a roe deer, deer, antelope, and wild boar were more favoite dishes than cow, chicken, and dog, generally people enjoyed to eat pork and chicken. In Ming Ching, pork, chicken, goose, dove, lamb, ass, and duck were used as food materials, also wild animals such as deer, rabbit, and monkey etc. were used. In Muromach era, wild animal as racoon dog, otter, deer, antelope, bear, were used as food materials, in early Edo era (Yayoi and Momoyama), beef and pork were used as daily foods but they were eaten decreasingly in Edo era. So in Japan at those era, the dishes prepared of fishes were more than those of meats. For example, Sushi was made from that time, people all over the world are enjoying to have Sushi at present time. 3. Also in these era, many kinds of vegetables and fruits were used in three countries, and new kinds of vegetables and fruits were introduced from foreign countries, for example, red pepper, pumpkin, sweet potato, potato in Korea, corn, sweet potato, red pepper in China, and water melon, pumpkin, corn, red pepper, marmellow, sweet potato, sugar beet in Japan.

I. 서 언

식량의 생산은 모든 산업중에서 기후적 환경과 가장 밀접하며 그외의 자연적 조건이나 인문, 사회적 요인에 좌우된다. 식생활 양식이나 형태는 그 지역의 자연환경과 그 지역 주민의 기호, 인습, 전통과 결합하여 민족과 지역마다 독특한 식문화를 형성하게 된다<sup>1)</sup>. 이와 같이 형성된 식생활문화는 인간의 이동과 사상의 교

류를 통하여 민족 상호간에 영향을 주기도 하고 받기도 한다. 더구나 우리나라의 가장 가까운 주변 국가인 일본과 중국은 그와 같은 현상이 두드러지며 일단 유입된 이래 식문화는 자연, 사회현상에 의해 그대로 유지되거나 일부 수정되기도 하고 때로는 사라지기도 하며 대부분의 경우는 일부 또는 상당한 부분이 접목되어 동화된 상태로 남아 있게 된다. 예로써 오늘날 우리 음식의 전통성을 보더라도 조미성향이나 방법, 또는

먹는 방법등이 많이 변화되고 있으며 식후에 즐겨 먹던 송충대신 커피가 자리잡고 있는 것으로도, 또 김치나 밥을 먹는 양이 줄어 들고 있는 점으로도 설명이 될 수 있다.

지리적, 역사적으로 밀접한 관계를 유지하고 있는 한국, 중국, 일본의 14세기 부터 19세기에 걸쳐 食生活文化를 비교하기 위하여 前報에서는 지리적, 역사적인 환경과 한국의 朝鮮時代, 中國의 明·淸時代, 그리고 日本의 室町, 安土, 桃山, 江戸時代의 食生活에 관련된 書誌에 대하여 비교하였다. 본 보에서는 前報에 이어 朝鮮時代, 明, 淸時代, 그리고 室町, 江戸時代に 사용되었던 일상 식품에 대하여 곡물류, 수조육류, 어패류와 해조류, 그리고 채소, 과일류에 대하여 생산과 용도등을 비교하여 세나라의 더욱 폭넓은 食生活文化의 비교를 통하여 긴밀한 상호 영향 수여관계와 미래의 食生活文化의 방향제시를 위하여 필요한 기본적인 자료를 제시하고자 한다.

## II. 14~19세기 한·중·일의 곡물류 식품

### 1. 朝鮮시대

조선시대에는 각종 농서를 간행하여 농사를 지도하고 17세기 후반에 와서 수리공사의 확대와 양곡 수요량의 급증 그리고 대동미법으로 미곡이 국가 공용의 실물 화폐가 되어 미곡증산의 욕망이 급증하게 되었다<sup>2)</sup>. 주식으로 사용된 곡물의 종류는 강희맹이 쓴 「금양잡록(衿陽雜錄)」에 의하면 벼 27종, 콩 8종, 팥 7종, 녹두 4종, 완두 1종, 기장 4종, 조 15종, 피 5종, 당서 3종, 보리 6종이 있었으며<sup>3)</sup> 윤이<sup>2)</sup> 정리한 농서에 수록된 곡류는 벼 69종, 수수 4종, 조 16종, 피 5종, 보리 4종, 밀 2종, 콩 8종, 팥 7종, 녹두 2종, 깨 3종 이외에 동부, 광장두, 완두, 메밀, 옥수수 등이 있었다. 이때 재배된 곡물의 종류는 「임원십육지(林園十六志)」의 행포지에 의하면 메벼, 찰벼, 발벼가 있으며 잡곡으로는 서(黍),

속(粟), 피(稗), 당서(唐黍), 옥촉서(玉蜀黍), 대맥(大麥), 소맥(小麥), 막디밀, 교맥(蕎麥), 이맥(耳麥)등이 있다. 관북지역과 같은 벼농사에 불리한 지세와 기후인 지역에서는 미곡이 귀하여 조, 수수, 피, 찰기장 등의 잡곡이 주요 주식곡물로 상용되었다. 대부분의 곡류는 조선시대 이전부터 경작되어 왔으나 옥수수, 완두, 동부는 조선시대 이후에 들어온 것으로 옥촉서(옥수수)는 1700년대 도입되었고 東人(한국사람)은 별로 좋아하지 않는다고 행포지에 기록되어 있다.

또한 죽이 주식으로 이용되었고 형태로는 쌀로 끓인 흰죽이 많았으며 부재료로 약이성 재료를 넣고 끓여 각종 약이성효능을 이용하기도 하였다. 죽의 주재료는 쌀, 멥쌀가루, 멥쌀실, 좁쌀, 보리, 울무 등이 사용되었으며 부재료로 강분, 녹두, 백합뿌리, 상수리, 생굴, 아욱, 살구, 밤, 담채, 깨, 연자, 녹각 등을 사용하기도 하여 이들의 약이성효과를 이용하였다<sup>4)</sup>.

한편 조선시대에는 밀과 메밀이 재배되었으나 보리보다 양이 적었고 메밀은 토양 적응성이 강하여 주된 곡식은 아니었고 특별식으로 밀국수와 메밀국수가만 들어 졌다. 국수의 주재료는 밀가루, 녹두녹말, 메밀가루가 주로 사용되었으며 콩, 깨 등을 섞어 만들기도 하였고 감자의 재배가 일반화된 이후에는 녹말국수를 만들어 오미자국이나, 깨국에 말아 먹기도 하였다<sup>5)</sup>.

### 2. 明, 淸 시대

明代의 주식은 북쪽은 좁쌀, 수수 등의 잡곡이었고 남쪽은 쌀이었으며 점차 북방으로 쌀을 운반하여 공급하였으나 가난한 사람들에게는 돌아가지 못하였다<sup>6)</sup>. 옥수수는 1560년 성지를 순례하는 회교도들이 甘肅省 平涼에 운반하여 온 것에 유래되었으며 明代의 식사는 1일 3식을 원칙으로 아침은 가벼운 죽이나 병자, 소병으로 하였고 저녁을 주찬으로 하였다. 「금병매(金瓶梅)」에서 권신 채경(蔡京)의 가풍을 <조선(早膳)>, 중반(中飯), 야연(夜宴)이라 한 것을 보아 부유한 집의

표 1. 14~19세기 한·중·일의 곡물류 식품비교

	韓 國		中 國		日 本	
	朝鮮時代		明	淸	室町	江戸
곡물	벼, 수수, 조, 피, 보리, 밀, 콩, 팥, 녹두, 동부, 광장두, 완두, 메밀, 옥수수, 낙화생, 매기장, 울무, 고량	쌀, 조, 수수, 낙화생, 옥수수, 赤米, 붉은팥, 大角豆, 밀, 고량	쌀, 赤米, 고량, 옥수수, 밀, 낙화생, 기장, 조, 찰쌀	쌀, 대두, 소두, 大角豆, 小角豆, 粟, 稗, 黍, 蕎, 蕎麥, 보리	쌀(정백미), 보리, 피, 조, 팥, 콩, 찰쌀, 밀, 수수, 南黍, 메밀, 흑대두, 적대두, 녹두, 완두, 大角豆, 刀豆, 깨	
음식	밥, 죽, 미음, 국수, 수제비, 떡	밥, 죽, 면류, 만두	밥, 죽, 완두, 면류, 만두, 떡	밥, 죽, 糲, 雜炊, 饅飩	밥, 죽, 雜炊, (우동, 소바), 饅飩, 떡	

가정에서는 저녁이 주찬임을 알 수 있다<sup>7)</sup>. 농사짓는 사람의 하루 식사량은 「심씨농서(沈氏農書)」에 의하면 강남의 경우 여름과 가을에는 아침에 죽 2흙, 낮에 밥 7흙, 점심에 밥 2흙반, 저녁에 죽 2흙반이고 봄과 겨울에는 각각 2흙, 7흙, 3흙, 2흙반으로 합해서 1되 5흙이고 여자는 그의 반이라고 하고 있다<sup>7)</sup>.

한편 清代에는 북방은 잡곡, 강남은 쌀이 주식이었다 북방에서 부족한 양을 강남의 쌀로 보충하였다. 벼의 종류는 「수시통고(授時通考)」에는 찰벼, 메벼 2종이 있다고 하였으며 「광동신어(廣東新語)」에서는 적미(赤米)로 떡을 찡는 이야기와 낱씨가 따뜻하여 이모작, 삼모작을 한다는 내용도 있다. 중요한 잡곡은 조와 기장이었으며 기장은 술 빚는데 좋으나 수확량이 적어 많이 재배하지 않았다. 특히 이 시대에 주목할 만한 잡곡은 고량(수수)의 일종과 옥수수였다. 고량은 원나라의 세조 쿠빌라이의 버마원정시에 소주제법과 같이 전래된 것으로 보여진다. 건조한 곳에서는 옥수수의 수확량이 고량보다 좋아 중국에서는 고량이 옥수수로 대체되었으며 일반 농민들은 옥수수를 주식으로 하고 지주들은 백미밥을 주식으로 하였다. 옥수수는 알이 굵고 껍질이 단단하여 거칠게 갈아 죽이나 와두(窩頭, 발효시키지 않는 쪄빵의 일종)로 만들어 먹었으나 너무 달기 때문에 고량죽을 주식으로 사용하였다<sup>8)</sup>.

또한 밀가루를 원료로 하는 點心으로 이용된 면류는 기원전 221년의 秦漢시대부터 湯餅, 水引餅, 餛飩, 蒸餅, 胡餅, 髓餅, 密餌, 蝎餅 등의 이름으로 있었으며 明, 清代에도 그대로 이어져 표 2에서와 같이 변하여 宋, 元대의 餛飩이 明, 清에 와서는 餛飩과 水餃餌로 진전되었으며, 饅頭는 3~6세기 남북조시대 부터 있었고 宋, 元대 이후부터는 饅頭로 이어져 왔다.

3. 室町, 江戸 시대

日本은 室町시대에 농업기술의 개선과 농작물의 개량 등으로 생산이 크게 늘었고 한해, 냉해, 충해를 줄이기 위해 벼품종을 개량하였으며 이 때 山城지방의 단보당 쌀수확량은 上田은 1석 3·4두, 中田은 1석 1·2두, 下田은 8·9두로 奈良시대의 上田 8두 4승에 비해 크게 늘었다<sup>10)</sup>. 이에 따라 쌀이 주식이었다 그외 잡곡으로 콩, 팥, 大角豆, 小角豆와 조, 피, 기장, 메밀 등이 사용되었다. 따라서 이 시대는 콩가, 승려, 신관, 무사계급은 물론 서민들도 쌀을 상식하였다. 16세기 중엽의 「언계경기(言繼卿記)」에 의하면 쌀음식으로 强飯, 赤飯, 麥飯, 豆飯, 蓮飯, 白粥, 赤粥, 湯漬, 雜炊, 重湯, 飯汁 등이 있다. 强飯이란 백미 또는 반도정미인 黑米나 현미를 썬서 만든 것으로 京都에서 公家の 식사이었다. 湯飯은 강반을 찬물에 말은 것으로 오늘날의 찬물에 말은 밥

표 2. 중국의 면류 면류 변천표<sup>9)</sup>

中國社會科學院 洪光住

	泰 漢 前221~220	南北朝 3~6世紀	隋唐五代 6~9世紀	宋 元 9~13世紀	明 清 13~19世紀	近 現 代 19世紀~
1	湯 餅 水引餅	湯 餅 水引餅 餛飩 碁子麵	湯 餅 水引餅 不 托	湯 餅 水引餅 餛飩 麵麥麵	湯 餅 水引餅 餛飩 撥魚麵 址 麵	湯麵, 醬麵, 刀削麵 函麵, 担担麵, 撥魚麵 麵麥麵, 麵片湯, 破麵
2	餛	餛 飩	運 沌	餛 飩 飾 飩	餛 飩 水餃餌	餛飩, 雲吞, 扁食 餃子
3	蒸 餅	蒸 餅 饅 頭	蒸 餅 饅 頭 籠 餅	蒸 餅 饅 頭 籠 餅	蒸 餅 饅 頭 卷 蒸	蒸餅, 饅頭, 發面糕 花卷, 銀糸卷, 包子 燒麥
4	胡 餅 髓 餅	胡 餅 髓 餅 燒 餅	胡 餅 麻 餅 薄 夜 髓 餅	胡 餅 麻 餅 炊 餅	胡 餅 燒 餅 爐 餅	胡餅, 麻餅, 炊餅 燒餅, 餡餅, 煎餅 火燒
5	密 餌 蝎 餅	環 餅 截 餅 餡 倫	環 餅 寒 具 徹 子	密 餌 寒 具	環 餌 寒 具 韃 麵	油餅, 油条 焦環, 薄脆, 麻花 (徹子), 麻團

(1: 麵類, 2: 麵 이외의 끓인 것, 3: 쪄것, 4: 구운것, 5: 기름에 튀긴것)

으로 변한 것이며 강반에 즙을 부은 것인 汁飯이다. 또한 쌀에 보리, 조, 수수, 밤, 도토리, 콩, 채소 등을 섞어 만든 보리밥, 붉은밥, 조밥, 채소밥 등이 있었으며 찹쌀을 연잎에 싸서 찢 연밥도 있었다.

한편 죽으로는 白粥, 赤粥, 恢粥, 五味粥, 薄粥, 七種粥과 여러가지를 넣고 끓인 醬水, 茶粥이 있으며 강반을 단단하게 쥐어서 계란처럼 둥글게 만든 주먹밥(屯食)이 있고 군식량이나 휴대식으로 미숫가루도 이용되었다<sup>11)</sup>.

그러나 應仁의 난이 있었던 때 쌀 5백석을 수입하였고 對馬에서는 室町시대에서 부터 조선의 쌀, 콩을 수입해서 주식의 부족을 보충했다는 것이 「이조실록(李朝實錄)」에 기록되어 있으며 江戶시대에는 對馬에서 매년 1만석의 쌀을 조선에서 수입하였다<sup>12)</sup>고 하니 주식의 일부를 해외에 의존한 사실을 알 수 있다.

江戶시대<sup>13)</sup>에는 요리책이 많이 나왔고 밥지를 때 물과 불의 조절을 기록한 책까지 나왔다. 쌀은 오늘날과 유사한 정백미를 주로 사용하였으며 쌀을 정백하는 방법이 상당히 진보되어 있었다. 그의 사용된 곡류로는 찹쌀, 보리, 밀, 수수, 南蠻黍, 조, 피, 메밀, 콩, 흑대두, 적대두, 녹두, 완두, 大角豆, 刀豆, 깨 등이 있었다<sup>14)</sup>.

밥을 짓는 방법으로는 물을 끓여서 쌀을 넣고 밥을 짓는 湯立과 쌀을 처음부터 물에 넣고 밥을 짓는 炊乾, 그리고 渡飯, 蒸飯이 있으며 밥의 종류로는 보리밥, 피밥, 조밥 등이 있고 보리, 조만으로 또는 보리와 조를 섞어 밥을 짓기도 하였다.

江戶시대에는 湯取飯, 二度飯, 麥飯, 粟飯, 裨飯 각종 색의 콩을 넣은 大豆飯, 大角豆飯, 刀豆飯 등이 있었으며 밥을 풀 때 채소를 잘게 썰어 섞어 푸는 菜飯도 있었다. 그 외에 魚飯, 鳥飯도 있었으며 죽순밥, 토란밥, 고구마밥, 마밥, 밤밥, 무밥 등이 있었고 또 山梔子를 끓인 즙을 식혀서 밥을 한 황색의 染飯<sup>15)</sup>과 차를 넣은 茶飯, 두부를 넣은 두부밥 등이 있었으며 휴대식으로 사용한 주먹밥과 연잎에 밥을 싸서 찢 蓮飯도 있었다.

한편 죽의 형태로는 소금을 넣지 않은 흰죽을 중심

으로 해서 豊臣秀吉이 좋아했다고 하는 쌀알을 쪄서 끓인 割粥이 있었고 菜粥과 初春의 7일에 七種粥, 15일에 赤小豆粥을 만드는데 上方에서는 소금을 넣고, 江戶에서는 소금을 넣지 않고 만들었다. 그의 粟粥, 大根粥, 甘藷菜粥 등이 있었으며 흰죽에 熱葛粘汁을 넣거나 생강즙, 무나 薄芥子를 넣고 먹는 것도 있었다. 또한 죽의 일종인 雜炊(조스이)는 室町시대에는 増水라고 하였으나 말기에 와서 雜炊라고 하였으며 죽과 달리 소금이나 미소를 넣고 만든다. 무, 파, 부추, 메밀, 청태 등을 넣기도 하며 고래고기, 복어, 기러기 등을 넣고 끓인 雜炊등도 있었다<sup>16)</sup>.

곡수류로는 밀가루로 만든 우동과 메밀로 만든 메밀국수(소바)가 있었으며 葛麵과 薯蕷麵도 있었다<sup>17)</sup>. 우동은 饅飩에서 비롯된 것으로 室町초기에는 饅飩(운돈)으로 변한 것이 말기에 와서 우동으로 발음이 변한 것으로 보고 있다. 우동에는 切麵, 冷麵, 平饅飩, 干饅飩 등이 있으며 면에 소금과 기름을 넣고 반죽하여 가늘게 뻥 素麵이 있다. 素麵은 索麵에서 유래된 것으로 葛素麵, 薯蕷麵, 百合麵, 子麵, 蒸麵 등이 있다.

### III. 14~19세기 한·중·일의 수조육류 식품

#### 1. 朝鮮시대

조선시대에 사용된 수조육류는 표 3에서 보는 바와 같으며 「도문대작(屠門大臈)」과 「증보산림경제(增補山林經濟)」에서 발췌<sup>18)</sup>한 것을 보면 소, 돼지, 산돼지, 닭, 꿩, 토끼, 염소, 개, 거위, 오리, 매, 노루, 사슴, 곰의 발, 표범 등이 있었다. 조선초기는 고려의 승불사상이 남아 있어 육식금지사상이 있었을 뿐 아니라 소는 발 같이에, 말은 운반 및 교통의 수단으로 이용되었으므로 소나 말의 도살이 어려워 고기 음식이 품귀하였다.

「증보산림경제(권5)」에서 「… 양, 돼지, 어물, 오리, 거위 등속은 먹는데 충당 …」한다고 하고 있어 소, 닭, 개와 같은 가축을 식용위주로 하지 않았음을 알 수

표 3. 14~19세기 한·중·일의 수조육류의 종류

韓 國	中 國		日 本	
朝 鮮 時 代	明	清	室 町	安土, 桃山
소, 돼지, 산돼지, 닭, 꿩, 토끼, 염소, 개, 거위, 오리, 매, 노루, 사슴, 웅장, 표태	돼지, 양, 사슴, 닭, 거위, 비둘기, 계란, 들다람쥐, 당나귀, 표태, 원숭이의 혀, 용의 간, 봉수(鳳髓)	양, 돼지, 말, 사슴, 당나귀, 들고양이, 토끼, 족제비, 살팽이, 족류, 닭, 웅장, 오리, 꿩, 거위, 기러기, 백로, 들오리, 비둘기, 메추리, 제비, 참새	닭, 꿩, 살팽이, 학, 너구리, 개, 수달, 집오리, 새, 산새, 기러기, 매, 공작, 메추라기, 황새, 백로, 운작매, 양, 사슴, 곰, 산돼지, 토끼	소, 돼지, 기러기, 메추라기, 종달새, 백로, 매, 학  江 戶  두루미, 고니, 꿩, 너구리, 사슴, 토끼, 오리, 기러기

있다. 또한 노루, 사슴, 산양, 산돼지, 표범, 웅장 등으로 요리를 하였으며 「도문대작」에서 [웅장요리는 회양(淮陽), 의주(義州), 희천(熙川)에서 잘 하고 사슴 혀는 회양사람, 표태(豹胎)는 양양(襄陽)의 요리인(膳人) 한사람이 잘 할 뿐 ...]이라고 써 있어 이와 같은 특수요리가 일부 산악지역에서 만들어 졌음을 알 수 있다. 또한 「음식디미방」에 웅장과 표태의 요리법이 상세하게 나와 있어 일반 가정에서도 별미로 이용되었다고 해석하고 있다.

조선시대 쇠고기에 대한 선호는 중기이후로 접어들면서 매우 높아 졌다. 즉 나라의 법으로 牛肉食을 금지하였으나 우육식이 즐기차게 이어져 宋時烈(1607~1689)의 「우암집(尤庵集)」에서 [우리나라 풍속은 우육을 上味로 삼았으며 ... 屠牛금지령이 아무리 내려도 돌보지 않는다]고 하여 그 당시 우육에 대한 선호가 얼마나 높은가를 짐작할 수 있다<sup>19)</sup>.

또한 일반인들은 돼지고기와 닭고기를 주로 먹었으며 개고기도 유행하여 여름의 보양식으로 선호되어 삼복에 개가 떼죽음을 당했다고 한다<sup>20)</sup>. 「규합총서(閩閩叢書)」에서 개고기 요리원리가 나와 있으며 「부인필지(夫人必知)」, 「산림경제(山林經濟)」, 「음식디미방」, 「증보산림경제」 등에서 개고기 삶는법, 찌는법, 굽는법, 狗醬 등에 대하여 설명하고 있을 정도로 애용되었음을 알 수 있다<sup>21)</sup>.

## 2. 明, 淸 시대

중국에서 식용된 수조육류의 종류는 표 3에서 보는 것 같다. 明代에 사용된 수조육류는 「도해기(渡海記)」와 「표해록(漂海錄)」에 나타난 것과 같이 돼지, 양, 사슴, 닭, 거위, 비둘기 등이 있다. 그 외 소설 「금병매」는 明代의 중류가정의 식생활을 잘 묘사하고 있는데 그 중 맛있는 음식으로 원숭이의 혀, 표범의 태, 용의 간, 봉수(鳳髓) 등이 나오며 그밖에 비둘기, 들다람쥐, 당나귀 등이 나오나 쇠고기는 매우 적으며 당나귀 고기는 매우 색이 붉으며 하등품으로 친다고 하였다. 또한 개고기도 흔히 먹지 않았으며 당시 악명이 높은 환관 魏忠賢이 측근들과 궁중어전에서 구갱(狗羹)을 먹었다고 하면서 그의 방자함을 욕하고 있다.

한편 清代에 사용된 수조육류는 양, 돼지, 말, 당나귀 등이 있으며 들짐승으로 사슴, 들고양이, 토끼가 주이며 그 외에 北方의 족제비, 湖南의 살갱이, 四川의 족류(식용 쥐) 등이 있었다. 조류로는 닭과 오리, 꿩이 있으며 거위, 기러기, 백조(고니), 들오리, 메추리, 제비, 참새 등이 식용되었다. 이 때에도 역시 소는 농사일에 벼농을 수 없는 가축이므로 먹지 않았으며 개고기는

옛날처럼 잘 먹지 않고 하등 취급하였다<sup>22)</sup>고 기록되어 있다.

## 3. 室町, 江戸시대

일본에서 식용하였던 수조육류의 종류는 표 3에서 보는 것과 같다. 室町시대에 식용되었던 수조육류<sup>23)</sup>는 주로 조류가 많았으며 수육은 하등시 하였다. 상류층에서 학국, 평국, 살갱이국, 너구리국 등을 끓여 먹었으며 닭, 새, 꿩 등으로 구이를 하였고 「사조류포정서(四潮流庖丁書錄)」에 새구이를 하여 [여자에게는 꼬리부분을 남자에게는 다리를 대접한다]라고 써어 있다. 또 「척소왕래(尺素往來)」는 산돼지, 사슴, 양, 곰, 토끼, 너구리, 수달 등을 먹었다고 기록하고 있으며 「해인조개(海人藻芥)」에는 백로, 꿩, 고니, 학, 공작, 집오리 등의 새고기를 상품의 식품으로 취급한 것을 볼 수 있다.

安土, 桃山시대<sup>24)</sup>에는 쇠고기 먹는 것을 남만민에게서 배웠다고 하며 돼지고기도 많이 식용되었다. 「행행어헌립기(行幸御獻立記)」의 기록에서 새, 백조, 학, 메추라기, 기러기, 종달새, 매 등이 있어 역시 새고기가 많이 식용되었음을 볼 수 있다.

江戸시대<sup>25)</sup>에 있어서는 「요리물어(料理物語)」에 기록되어 있는 것과 같이 두루미, 고니, 너구리, 사슴 등이 식용되었고 그 외 토끼, 오리, 꿩, 기러기 등이 식용되어 수육의 사용이 적고 조류가 더 애용되었음을 알 수 있다. 이상과 같이 實町시대에 다양한 수조육이 이용된 데 비하여 江戸시대로 접어들면서 생선요리가 발달하고 수조육의 이용이 점차 줄어들었다.

이상 세나라의 수조육류의 이용상태를 보면 조선시대에는 우육식이 금지되었음에도 불구하고 점차적으로 우육식을 선호하게 되며 개고기를 애용하였고 웅장이나 표태와 같은 특수식품요리도 볼 수 있으며 조육으로는 닭, 거위, 오리고기가 주로 이용되었을 뿐 그 외의 조육은 이용도가 낮았다. 중국에서는 쇠고기와 개고기의 이용이 상당히 드물고 明代에 비하여 清代에는 다양한 수조육을 이용하였으며 특히 조육의 이용 범위가 크게 증가하였으며 들고양이, 족제비, 살갱이, 족류(들쥐류)와 같은 들짐승을 식용으로 하고 있는 것이 특징이다. 이에 비하여 일본은 實町시대에는 소, 돼지와 같은 가축의 고기이용은 드물고 너구리, 수달, 사슴, 산돼지, 곰 등의 들짐승을 식용하였으며 조육의 이용도가 매우 높은 반면 安土, 桃山시대로 접어들면서 소, 돼지의 고기를 식용하기 시작하였고 메추라기, 기러기, 종달새 등의 조육을 이용하나 實町시대보다는 종류가 감소되었으며 江戸시대는 수조육의 이용이 더욱 크게 감소되는 특징을 보인다.

IV. 14~19세기 한·중·일의 어패류와 해조류 식품

1. 朝鮮시대

조선시대에 식용된 어패류와 해조류의 종류는 표 4

에서 보는 바와 같다. 삼면이 바다로 되어 있는 탓으로 일찌기 수산물에 대한 의존도가 높아 다양한 종류의 어패류와 해조류를 상용해 왔다. 「북관지(北關誌)」와 「북색기략(北塞記略)」에서 볼 수 있는 명태는 일명 무태어(無泰魚)라 하며 凍乾한 북어를 찬물재료로 사용

표 4. 14~19세기 한·중·일의 어패류와 해조류 식품의 종류

	韓 國	中 國		日 本		
	朝鮮時代	明	清	室 町	安土, 桃山	江 戶
어 류	송어, 도미, 조기, 금잉어, 쏘가리, 은어, 준치, 뱀뱀이, 뱀어, 호독어, 민어, 병어, 전어, 두루치, 청어, 삼치, 놀어, 칼치, 넙치, 대구, 황어, 방어, 송어, 잉어, 고등어, 연어, 전자리상어, 멸치, 도루묵, 옥수어, 전어, 열모기은어, 적어, 빙어, 명태, 까나리, 이면수옹어, 쌍족어, 하수어삼치보구치, 황가달어, 세미어, 참조기, 준어, 가화어, 세린어, 충고기	은어, 날치, 대도어, 잉어, 청어, 농어, 준치, 철갑상어, 쏘가리, 붕어, 고등어, 갈치어류63종 [음식수지]	붕어, 잉어, 장어, 복어, 철갑상어, 곤들메기, 쏘가리, 청어, 준치, 고등어, 초어, 연어, 용어, 갈치, 농어, 도미, 모래무지, 은어, 석랭어, 뱀장어, 곱치	멸치, 북어, 도미, 상어, 붕어, 잉어, 청어, 병어, 미꾸라지, 가자미, 농어, 고래, 철갑상어, 대구, 사어, 뱀장어, 송어, 조기, 가오리, 해돈, 비돈, 왕어어, 가물치, 모래무지, 정어리	잉어, 붕어, 송어, 삼치, 도미, 농어, 가다랭이, 고래, 복어, 보리멸	정어리, 고래, 가다랭이, 청어, 참다랑어, 돔, 연어, 송어, 잉어, 은어, 장어, 붕어, 도루묵, 대구, 방어, 뱀어, 성게, 송어, 삼치, 농어, 복어, 미꾸라지, 가자미, 붕장어, 메기, 전어, 풍치, 고등어, 모쟁이, 망둥어
조개 류	생굴, 가리맛, 긴맛, 모시조개, 홍합, 소합, 화석합, 백합, 바다조개, 소라, 앵무라과에 속하는 조개전복, 살조개	조개, 정갑(櫻柑), 황갑(黃甲)	전복, 대합, 살조개, 맛살조개, 바지락, 굴, 가막조개	소라, 전복	전복, 소라, 굴, 가리비, 청태, 조개	대합, 전복, 굴, 소라, 모시조개, 새고막
새우 류	쌀새우, 큰새우, 중새우, 빨간새우, 자하		작은새우, 게	새우, 게		새우, 보리새우
해조 류	다시마, 미역, 분파, 사과, 조과, 해태, 김, 해의, 파래, 참가사리, 우뚝가사리, 청각, 황각, 해각, 다사정, 매산이, 다시마, 고리마오해조			다시마, 해승, 陟理, 해태, 수운, 자채	다시마, 감해태	천초, 미역, 다시마, 김, 荒布(갈조류의 일종), 百足台(홍조류의 일종)
기 타	청해게, 자해게, 낙지, 오징어, 문어, 해삼, 구각(龜脚)	게, 낙지, 해파리	오징어, 게, 해파리, 자라, 해삼	해삼, 문어, 오징어, 해파리	해파리, 오징어	문어, 해삼, 해파리, 오징어

하였고 알로 짓을 담은 명란젓을 이용하였다. 조기는 서해안에서 많이 어획되었으며 조기젓, 굴비, 자반조기 등으로 가공되어 널리 애용되었다. 청어는 시대에 따라 어획량의 변동이 큰 생선으로 「지봉유설(芝峰類說)」에 1570년경부터 잡히지 않아 귀하였다고 하였으나 1750년 이후 다시 풍성하였다는 기록이 있으며, 「증보산림경제」에 청어 말린 것을 국이나 찌개의 정미성분으로 썼으며 젓갈로도 이용하였다고 써어 있다.

또한 멸치는 「신증동국여지승람(新增東國輿地勝覽)」에 행어(行魚)라고 써어 있으며 동서남해안에서 다량으로 어획되었고 건어물로 만들거나 젓갈로 만들어 이용하였다<sup>27)</sup>.

조개류로는 생굴, 모시조개, 전복, 홍합 등이 다양하게 이용되었으며 새우류와 해조류도 풍부하였다. 다시마, 미역, 분짜, 사萩, 우뚝가사리 등의 해조류도 다양하게 식용되었고, 게, 오징어, 낙지, 문어, 해삼 등도 널리 이용되어 수산물의 이용폭이 대단히 넓었음을 알 수 있다.

## 2. 明, 淸 시대

明, 淸 시대에 식용된 수산물의 종류는 표 4에서 보는 바와 같이 明代에는 어류로 은어, 날치, 철갑상어, 산가리, 고등어 등이 있으며 조개, 정감, 게 및 낙지와 해파리도 있고 「음식수지(飮食須知)」에는 63종의 어류가 기록되어 있다<sup>28)</sup>고 하니 다양한 어류가 식용되었음을 알 수 있다.

「이아유의(易牙遺意)」에 기록되어 있는 포자(脯鮓)의 장에 생선 식해에 대한 것이 나오며 생선은 농어, 고등어, 잉어, 준치, 갈치 등을 사용하였다<sup>29)</sup>. 「민중해착소(閩中海錯疏)」에는 수산물 246종이 간단히 설명되어 있고 생선은 새우, 게, 해파리부터 천산갑(穿山甲)과 개구리까지 지어 있다<sup>30)</sup>. 「초서(楚書)」에는 「철갑상어는 맛은 좋으나 모양이 추악하다」<sup>31)</sup>라는 내용이 있어 철갑상어가 식용되었음을 알 수 있으며 「광서통지(廣西通志)」에는 懷遠지방의 拾人이 주먹밥에 어자를 얹어 성찬이라 하였다 하니 魚鮓도 만들어져 이용되었음을 알 수 있다<sup>32)</sup>.

한편, 淸代에 와서는 잉어, 붕어, 장어, 복어 등을 많이 썼으며 철갑상어, 곤들매기, 실가리, 청어, 준치 등도 좋아했고 또 새우와 게를 좋아했으며 작은 새우를 말린 蝦米도 많이 사용되었고 오징어가 자주 사용되는데 비하여 문어는 명말 청초때부터 진품이라기 보다는 진묘품으로 알려졌다. 조개류로는 전복, 굴, 맛살조개, 대합, 바지락 등이 자주 쓰였으며, 해삼류는 일본의 長崎에서 대부분 수입하였으므로 귀하게 쓰였고 자라 요리도 고급음식으로 애용되었다<sup>33)</sup>.

## 3. 實町, 江戸시대

室町시대에 있어서 식용되었던 수산물의 종류는 표 4에서 보는 바와 같이 北九州 松浦의 멸치, 宇賀의 昆布, 北海道의 복어가 유명했으며 도미와 상어류는 태평양 연안이나 瀬戸内海방면에서, 복어와 송어는 북해도, 동해 방면에서 여러 종류가 어획되었다. 담수어로 붕어와 잉어가 많았고 琵琶湖가 최대 어장이었으며 복어나 청어를 저장, 운송하기 위해 소금에 절이거나 말렸다<sup>34)</sup>. 「정훈왕래(庭訓往來)」에 室町초기 京都에 모이는 주된 상품을 소개한 내용중 周防의 청어, 近江의 붕어, 淀의 잉어, 若狹의 미꾸라지, 宇賀이 곧포, 松浦의 멸치가 기록되어 있다<sup>35)</sup>.

室町중기에는 잉어를 생선중 최상으로 여기었으며 고래도 잉어와 동격으로 놓아 이시대부터 고래고기를 즐겼다<sup>36)</sup>. 室町시대의 생선요리법으로는 膾, 사시미, 무침, 국, 찌개, 조림, 구이 등이 있었다. 膾로는 병어회, 붕어새끼회, 가자미새끼를 졸인 山吹膾, 붕어를 가늘게 썬 絲膾, 느티나무잎을 놓고 그 위에 생선살을 베어 담은 筏膾, 생선을 밑에 담고 무우즙을 그위에 뿌린 雪膾 등이 있었다. 사시미는 잉어, 도미, 농어, 상어, 새우, 가자미 등으로 하였으며, 무침에는 복어의 물무침, 해파리의 흰무침, 잉어의 흰무침 등이 있었다. 또 잉어, 도미를 졸이기도 하였으며 뱀장어를 포로 만들어 굽기도 하고 어묵도 만들었다<sup>36)</sup>. 또한 이 시대에 공가나 무가사회에서 생선이나 새의 고기를 上品으로 취급하는 풍습이 있었으며 이것의 영향으로 생선과 쇠고기를 선호하는 사상이 일본음식의 기반이 되었다.

江戸시대에 접어들면서 초기의 安土·桃山시대에 본膳요리에 농어 구운 것, 보리멸, 소라, 조개구이 등을 썼으며 1588년의 2일간의 향연에 사용된 식단 중에 수산물의 종류는 거북이, 잉어, 삼치, 송어, 오징어, 붕어, 김, 해파리, 도미, 전복, 곧포 등이 나와 있다<sup>37)</sup>. 이 시대에 關東, 三陸, 北海道, 南海, 西海 등 각지의 신홍어장이 발달되고 연안어장이 개발되었으며 어망법이 매우 발달되어 어업이 크게 향상되었다. 그중 정어리 어업이 첫째이었고 捕鯨業도 성행하였고 가다랭이 어업도 고대로부터 이어져 변창하였으며 끓인 후 훈건하여 만드는 가쓰오부시제법이 발명되어 장기보존이 가능하게 되었다. 청어어업은 북해도어장의 개발로 새로 등장하였고 참다랑어어업은 동북계와 서남계의 어업을 크게 발전시켰으며 돔어업은 태평양연안, 肥前, 若狹에서 발전하였으며 幕府의 축일이나 축연때에 대량의 돔을 납품하였다. 연어, 송어의 어업은 북해도와 越後, 奥羽, 關東에서 번성하였고 越後の 三面川에서는 연어의 산란번식을 보호하는 種川制가 마련되었다. 이와같은 어획물의 증대에 따라 어시장, 어물집산지, 어

물도매상 등이 많이 생기고 수육대신 어육을 많이 먹는 즉 일본식의 특색이 점차 자리잡게 되었다. 그외 천초, 다시마, 미역, 김, 荒布, 百足台 등의 해조류와 각종 조개류와 새우류가 이용되었다<sup>38)</sup>.

어패류 및 해조류의 조리법으로는 국, 吸物, 膾, 和物, 刺身, 煮物, 熬物, 구이, 튀김등이 있었다. 즉 북어, 미꾸라지, 대구, 농어, 잉어, 붕어 등으로 국을 끓이며 오징어, 새우 등으로는 吸物을 만들었다. 膾에는 새롭게 冲膾, 料理膾 등이 추가되어 생선을 초로 버무리는 것이 만들어졌다. 또한 江戸에서도 대레인 때는 돔을 사용하였으며 평상시는 참다랭이를 사용하였다. 구이의 방법도 다양하게 개발되어 여러 방법이 있었으며 예를 들면 철판 또는 쇠냄비를 가열하여 그 위에서 굽는 鋤焼, 뱀장어를 세로로 꼬지에 꿰어 굽는 蒲焼, 은어, 붕어같은 작은 물고기를 통째 산초장을 발라 굽는 土藏焼 등이 있었다.

또한 돔, 대구, 연어, 은어, 보리멸, 고등어, 방어, 정어리, 오징어, 문어, 북어, 새우, 전복, 모시조개등을 生乾하거나 쪄거나 말리거나 꼬지에 꿰어 말려 보존성을 높였으며 생선의 내장을 버리고 소금을 충분히 문혀 돌이나 판자로 눌러 비린내를 뺀 소금절임이나 젓갈을 만들기도 하였다. 젓갈은 은어, 연어, 망둥어의 창자나 멸치, 보리새우, 새우, 전복, 오징어 등으로 만들었으며 은어알만으로 만든 子潤香, 섬게알젓인 雪丹이 있으며 돔의 애젓, 돔알젓, 연어젓등도 상품으로 유명하였다<sup>39)</sup>.

한편 스시(素司 = 鮓 = 鮓)는 上方에서부터 만들기 시작한 것으로<sup>40)</sup> 원형은 생선과 밥을 같이 漬로 담아 자연발효시켜 쌀의 전분에서 생성된 젓산에 의해 생선에 특이한 풍미를 줌과 동시에 산에 의해 생선을 장기간 보존할 수 있게 한 것이다<sup>41)</sup>. 「수정만고(守貞漫稿)」에 의하면 京坂의 스시 종류는 押스시, 고케라스시, 卷스시 세가지가 있었으며 押스시는 正方4寸 정도의 상자에 담아서 鳥貝로 만든 것이며 고케라스시는 달걀, 구운전복, 도미를 얇게 포를 떠서 밥 위에 얹은 현재 지라시풍의 스시이며, 김말이 스시인 卷스시는 밥속에 버섯, 獨活(우도)을 넣고 만든 것이다. 그 후 切鮓를 대나무 잎에 돌돌 말아서 누른 스시로 오래 두어도 굳지 않고 생선이 변색되지 않는 笹卷이 명물이 되었다.

또 室町시대의 與兵衛는 무스시를 개량하여 니기리스시(니기리스시)를 만들었으며 이때부터 와사비를 사용했고 새우를 많이 사용하여 인기가 높았다. 「강호자만(江戸自漫)」에 보면 [에도스시는 니기리스시이며 押스시는 전혀 없고 값도 싸다 ...]라고 써어 있어 江戸의 스시는 니기리스시가 많이 이용되었음을 알 수 있

다<sup>42)</sup>.

## V. 14~19세기 한·중·일의 채소 과일류 식품

### 1. 朝鮮시대

조선시대에 사용되었던 채소 및 과일류의 종류<sup>43,44)</sup>는 표 5에서 보는 것과 같다. 오이, 토마토, 동아 등의 과채류, 파, 쪽파, 마늘, 쪽갓 등의 엽경채류, 고구마, 감자, 토란 등의 근채류, 표고버섯, 송이버섯 등의 버섯류, 냉이, 고사리 등이 산나물류 등 다양한 종류의 채소 등이 사용되었으며 수박, 참외, 밤, 대추, 감, 살구, 복숭아, 배 등의 과일류도 많은 종류가 식용되었다. 그 중 몇 가지 채소류의 전래 사실은 다음과 같다.

수박은 「도문대작」에 처음 기록이 보인다. 고려 선조 때 개성에 파종된 것이 최초이나 연산군 이전까지는 중국에서 구했다고 「조선왕조실록」에 써어 있으며 그 후에 본격적인 재배를 했다고 본다. 고추는 「지봉유설」에 남변초, 호박은 남과(南瓜)라고 이름하고 왜국(일본)에서 처음 전래되었다고 써어 있으며 「오주연문장전산고(五洲衍文長箋散稿)」에는 번초(蕃椒)라 하고 鄉名(향명)으로는 약초(若椒)라 한다고 하였다. 이로서 고추와 호박은 대체로 16세기 말경에 일본을 거쳐 도입되었고 광해조 때부터 널리 보급되었다고 볼 수 있다. 토마토는 「지봉유설」에 남만시 또는 초시(草柿)라고 되어 있으며 남만국이 원산지이고 중국을 거쳐 들어왔다고 기록되어 있다. 그리고 고구마는 영조 39년(1763년) 조엄이 대마도에서 종자를 부산으로 보내와 그 재배와 저장법이 알려졌으며 그 후 동래와 제주도에 시험재배를 거쳐 전국으로 보급되었다. 이에 비하여 감자는 훨씬 늦게 순조때(1824~1925)에 청나라로부터 전래되어 경기, 충청, 강원도 지방에 보급 재배되었다.

### 2. 明, 淸시대

明, 淸시대에 식용되었던 채소, 과일류의 종류는 표 5에서 보는 바와 같으며, 明代<sup>45)</sup>에는 「도해기」와 「표해록」에 나타난 채소로 무, 가지, 연근, 山芋, 죽순 등 약 21종, 과일류로는 살구, 매실, 배, 복숭아 등 28종이 기록되어 있다. 「음식수지」에는 채소류가 75종, 과일류가 51종이 있었다고 기록되어 있으며 이 시대의 색다른 작물로는 미국 원산의 옥수수과 고구마 등이다. 고구마는 만력21년(1593)에 福州의 상인 金振龍이 루손에서 보고 감탄하였으나 수출이 엄금되어 있었으므로 고구마 넝쿨을 배의 돛에 꼬아 가져왔다고 한다. 그 이듬해 흉작때 고구마 재배를 적극 권장하여 진가를 크게 발휘하였다고 하며 浙江, 山東, 河南으로 전파된 것은 청조때이었다<sup>46)</sup>. 「심씨농서」에 농민의 하루 식사



표 5. 14~19세기 한·중·일의 채소, 과일류의 종류

	韓 國		中 國		日 本		
	朝鮮時代	明	清	室町	安土, 桃山	江戸	
채 소 류	오이, 동아, 토마토, 박, 가지, 고추, 호박, 엽교, 수세미, 파, 쪽파, 마늘, 생강, 부추, 미나리, 갓, 배추, 상치, 머위, 아욱, 시금치, 쑥갓, 우엉, 두릅, 평지, 죽순, 갓, 신감초, 고취, 거여목, 박하, 순채, 자도기, 답나물, 회향, 노야기, 삽주, 군달, 피마자, 감자, 고구마, 토란, 도라지, 순무, 땃무, 더덕, 연근, 냉이, 다복살, 비름, 고갓바기, 매꽃, 최초리, 고사리, 달래, 들화물, 물쑥, 참버섯, 송이버섯, 표고버섯, 싸리버섯, 석의버섯, 느타리버섯, 목의버섯	무, 가지, 연근, 山芋, 죽순, 순무, 겨울죽순과, 백합, 뿌리, 마늘, 여뀌, 花椒, 王瓜, 白瓜, 平茸, 목이, 석이, 猫茸, 해초, 토란, 鷄冠蘘, 콩나물, 茗荷, 고구마, 생강, 마 (채소류 75종)	大白菜, 양파, 마늘, 양배추, 토마토, 가시연밥, 비름, 부들, 연뿌리, 냉이, 완두, 원추리(금침채), 쑥갓, 쇠귀나물, 올매, 가지, 우엉, 곤약, 菊芋, 마늘, 두루미냉이, 부추, 산초열매, 날초(고추)	牛蒡, 胡瓜, 茗荷, 생강, 芋茄子, 무, 고사리, 죽순, 송이, 마, 蒔, 국화, 감초, 우엉, 토란, 표고, 완두, 상치, 파, 백합, 냉이, 복분자, 미나리, 떡쑥, 연근, 산초, 옥미채, 전평자, 점나도나물	우엉, 무, 호박, 고추, 고구마, 감자, 양배추, 토마토, 미나리, 땅두릅, 산호, 부들, 덩굴풀, 산마, 생강, 죽순, 송이, 가지	당근, 고구마, 시금치, 감자, 사탕수수, 고추, 호박, 孟宗竹, 상치, 송이, 박고지, 표고, 무, 석이, 죽순, 순무, 마, 토란, 목이, 가지, 오이, 생강, 蒔, 쑥, 겨자, 고추냉이, 고추, 닭의장풀, 땅두릅, 팽나무, 버섯, 청채, 고사리, 연근, 산마, 질경이, 쇠귀나물, 달래, 비자나무잎, 메밀, 잣나무잎, 칠엽수잎, 소나무잎, 졸참나무잎, 상수리나무잎, 순채, 파, 부추, 마늘, 엽교, 대황, 옥미채, 참마, 나리뿌리, 열매, 열무, 차조기, 요귀나물	
과 일 류	수박, 참외, 밤, 대추, 호도, 은행, 잣, 감, 홍시, 건시, 오얏, 살구, 복숭아, 앵도, 포도, 건포도, 배, 능금, 굴, 모과, 사과, 유자, 감자, 유감, 석류, 매실, 마름, 느릅, 치자, 구기자, 딸기, 대나무열매씨, 산사, 살구씨, 복숭아씨	살구, 매실, 배, 복숭아, 오얏, 모과, 사과, 梨, 감, 양매, 포도, 석류, 밀감, 대추, 말린대추, 여지, 龍眼, 西瓜, 瓜子, 核桃, 밤, 군밤, 전밤, 은행, 마름, 연밥, 호두, 잣, 개암 (과류51종)	배, 사과, 포도, 대추, 은행, 복숭아, 살구, 앵도, 오디, 오이, 무(蘿蔔), 紅梨, 감, 꽃감, 蓋梯, 산사, 양매, 여지, 용안, 야자, 橘柚, 波羅, 감랑, 빈랑, 광랑	감, 밤, 배, 포도, 복숭아, 밀감, 柑子, 호도, 꽃감, 대추, 은행, 석류, 능금, 비파	감, 밤, 수박, 마르멜로, 불수감, 포도, 낙화생, 무화과, 바나나, 밀감, 굴, 매실, 딸기, 비파, 호도, 잣	수박, 감귤, 능금, 포도, 매실, 밤	

량에 관한 내용중에 부식은 여름과 가을에는 1일육식, 2일채식, 농번기에는 연일 육식이라고 써어 있어 일반인은 채식을 주로 했다고 보아진다<sup>45)</sup>.

清代<sup>46)</sup>에 와서는 河北, 山東의 大白菜가 거듭 개량되어 세계적으로 유명해 졌으며 토마토, 양파등이 청

말에 널리 퍼졌으며 江蘇省 이남에선 열대성 작물로 마름, 부들, 비름들이 있었다. 연뿌리와 열매를 이용하였으며 원추리 꽃잎을 금침채라하여 재배하였다. 쑥갓, 가지, 우엉을 많이 재배하지 않았으나 올매는 대단히 좋아했으며 마늘, 부추, 양파 등에 대한 인기는 대단히

높았다. 산골열매는 귀하게 여겼으나 서남의 산간지방, 湖南, 四川, 雲南 이남은 날초(고추)를 애용하였다고 하며 고추먹기시합이나 날초장만들기 시합 등이 있었다고 하니 명말에 고추가 들어와 빨리 정착하였다고 본다.

명말에 福州에 전래된 고구마는 청조에 와서 전국적으로 재배가 왕성해 졌으며 한편 확실하진 않으나 廣東에도 들어왔을 것으로 짐작되고 있어 청조에 고구마 재배가 전국적으로 퍼진 것이 아니라 이미 명말에 이루어졌다고 짐작할 수도 있다. 감자는 명말의 기록에는 거의 보이지 않으며 미국이 원산지이므로 태평양을 건너 필리핀에 전해지고 유럽을 통해 왔다고 한다면 감자는 서늘한 곳에 두어야 하는데 어떻게 운반이 되었을까 하는 의문이 생긴다고 하고 있다.

과일은 南花北果라는 말 그대로 북경의 과실이 매우 좋았다. 「천지우문(天咫偶聞)」에 나타난 과실장에 보면 배7종, 사과5종, 포도4종, 대추7종, 은행3종, 복숭아8종, 살구3종, 앵두2종, 오디3종, 오이3종, 무3종이 있으며 오이와 무를 과실장에 넣고 있다. 여기에 없는 것으로 홍리, 천진수밀도, 밤, 개암, 호두, 은행 등이 있다. 江南에서는 양매, 각종 감귤, 여지용안 등이, 풍부하였으며, 산사 등의 열매를 꼬지에 꿰어 꿀을 끼얹은 빙당 호료(冰糖葫蘆)는 만주족 황제부의(溥儀)가 3살 때 서태후 알현시 울음을 달래려고 준 것으로도 유명하다. 「광둥신어(廣東新語)」에는 남방과일이 상세히 기록되어 있는데 여지, 용안, 배, 감람, 빈랑, 광랑, 야자, 굴유 등의 견과류가 있으며 광랑은 Sago야자 줄기안에 있는 녹말을 이용한 것이다.

### 3. 室町 江戸시대

일본에서 14~19세기에 식용되었던 채소, 과일류는 표 5에서 보는 것과 같다. 室町<sup>47)</sup>시대에는 채소의 종류도 많아지고 생산의 범위가 확대되었으며 각자의 집에 菜園이 있어 자급자족하였으며 점차 정진요리(精進料理)가 발달함에 따라 그 소비량도 크게 늘었다. 채소의 종류는 牛蒡, 蓴, 茗荷, 芋, 茄子, 胡瓜가 있었으며 瓜는 大和瓜와 近江瓜가 유명했으며 芋類에는 里芋와 山芋가 있었다. 채소류의 조리는 밥에도 넣었고 국의 재료로서도 쓰였는데 그 예를 들면 무, 우엉, 토란, 죽순, 표고버섯, 두부를 넣고 끓인 아즈메라는 국은 성찬에 반드시 내놓았다. 그 외에도 다양한 요리에 이용되었으며 7종죽의 재료로는 미나리, 무, 냉이, 산초, 우엉, 녹미채, 주름대망(바닷말의 일종)을 넣고 끓였다고 한다. 과일류로는 감, 밤, 배, 포도, 복숭아를 비롯하여 호두, 은행 등의 견과류가 이용되었었다. 특히 甲州의 포도, 紀州, 駿河의 밀감 등이 유명했으며 지

금도 그 지방의 명산물인 것은 그 시대부터였다고 한다.

安土·桃山시대<sup>48)</sup>에 와서는 외래작물이 늘었으며 「근대세사담(近代世事談)」에 의하면 수박, 호박, 옥수수, 고추, 마르멜로, 고구마 등이 있다. 수박은 寬永年中에 琉球에서 薩摩로 건너왔으며 호박은 天和 년중에, 옥수수는 天正초에 남만의 선박을 통해 들어왔다고 하며 고추는 秀吉이 조선정벌 때, 마르멜로는 寬永무렵 남만국에서, 고구마는 元祿말에 琉球로부터 들어왔다고 본다. 납미가 원산지인 감자는 자카르타를 경유해서 전래되었다고 하여 자가이이모라고 하며 그 외 양배추, 토마토, 불수감나무, 포도, 낙화생, 무화가, 바나나 등의 남만작물이 대거 유입되었다.

江戸시대<sup>49)</sup>에 와서는 새로운 전래 작물들의 재배가 크게 증대하였으며 당근, 고구마, 사탕수수 등이 새로 도입되면서 널리 보급되었다. 또한 감자, 옥수수, 고추, 호박, 수박, 상치, 시금치의 재배도 활발해졌다. 한편 농촌에서는 농작물의 상품화가 활발해졌다. 예를들면 山城에서는 오이, 百瓜, 가지, 호박, 무, 머위, 마, 토란, 고사리, 쇠뜨기 등을 京都에 가져가서 팔았으며, 山城의 송이, 河内道明寺의 박고지, 久野의 감귤, 甲斐의 포도, 능금, 伊豆의 표고 등과 같은 지방의 특산물들은 막부에 현상되거나 여행자의 인기 품목이었다.

이상에서 살펴본 바와 같이 14~19세기 한·중·일에서 식용되었던 채소, 과일류의 종류는 표 5에서 보는 바와 같이 나라별 특징이 있으며 상호 교류되면서 새로운 작물들이 전래되었다. 남만에서 유입된 작물은 일본을 통해서 들어오거나 중국을 통해서 일본과 한국에 전래되거나 하면서 그 지역의 기후 풍토에 맞는 것들이 정착 재배되었으며 전래된 시기에 비해 전국적으로 전파되는 것은 상당한 시간이 지난 후인 것으로 나타났다.

## VI. 결 언

1. 조선시대에 사용된 곡물의 종류는 벼, 콩, 팥, 녹두, 완두, 기장, 조, 피, 당서, 보리, 메밀, 옥수수, 깨, 동부, 광장두 등이 있으며 옥수수는 1700년대에 도입되었다. 이들 곡물은 밥, 죽, 국수 등의 주식으로 많이 사용되었고 떡, 만두를 만들기도 하였다. 중국의 명, 淸시대에 사용된 곡물의 종류는 쌀, 조, 수수, 낙화생, 옥수수, 赤米, 밀, 조, 기장, 고량, 大角豆, 붉은팥 등이었고 밥, 죽, 면, 만두, 떡, 와두 등을 만들어 주식류로 사용하였으며 특히 면류와 만두의 이용이 많았다.

일본의 室町, 安土, 桃山, 江戸시대에는 쌀, 대두, 소두, 대각두, 소각두, 보리, 피, 찹쌀, 밀, 메밀, 흑대두, 적대두, 녹두, 완두, 刀豆, 깨 등 다양하며 특히 두류의

종류가 많았다. 또한 밥의 종류와 죽의 종류가 한국, 중국에 비해 대단히 많았다. 또 죽의 일종인 것으로 소금이나 미소를 넣고 무, 파, 부추, 메밀, 청태 등을 넣거나 고래고기, 복어, 기러기들을 넣고 만든 雜炊도 있었다. 국수류로는 우동과 메밀국수(소바)가 많이 사용되었고 특히 소면이 애용되었다.

2. 수조육류의 사용을 보면 조선시대에는 소, 닭, 개와 같은 가축을 식용하는 것을 우선으로 하지 않았으며 노루, 사슴, 산양, 산돼지 등을 식용하였으나 후기에 오면서 쇠고기를 매우 선호하였다. 일반인들은 주로 돼지고기와 닭고기를 먹었고 개고기도 보양식으로 크게 선호되었다. 중국의 明, 淸代에는 돼지고기, 닭, 거위, 비둘기, 양, 당나귀, 오리등이 식용되었고 특히 들짐승들 즉 사슴, 들고양이, 토끼, 원숭이, 표범, 들다람쥐, 살쾡이, 족제비, 쥐와 기러기, 백조, 메추리, 제비, 참새와 같은 조류들도 식용하였다. 다른나라에 비해 들짐승의 식용도가 높아 이들을 이용한 특수요리가 발달하였다.

한편 일본의 室町시대에는 소, 돼지 등의 가축의 고기이용은 적고 너구리, 수달, 사슴, 산돼지, 곰 등의 들짐승을 식용하였고 조육의 이용도가 매우 높은 반면 安土 桃山시대에는 소, 돼지고기를 식용으로 상용하게 되도 메추라기, 기러기, 종달새 등의 조육을 이용하나 江戸시대에 오면서 수조육의 이용이 크게 감소되었다.

3. 어패류 및 해조류의 경우는 세나라 모두 다양한 종류를 많이 사용하고 있는데 조선시대에는 어패류의 자원이 풍부하였으며 일본, 중국에 비해 더 많은 종류의 해조류를 사용하였다. 중국의 경우는 바다생선은 물론 민물고기의 이용도 많았으며 철갑상어의 식용과 자라 요리 등이 특별요리를 만들어 먹었으며 해삼류는 일본에서 대부분 수입하여 고급음식으로 애용하였다.

한편 일본에서는 한국, 중국에 비해 수조육류의 이용은 낮은 반면 어패류의 이용은 월등히 높다. 특히 복어, 잉어, 고래고기 등을 즐겨 먹었으며 생선요리도 다양하며 회, 사시마, 어자, 각종구이 등을 만들었고, 또한 스시(素司 = 鮓 = 鮓)가 만들어져 오늘날까지도 그대로 남아 있다.

4. 채소, 과일류 식품에 있어서는 세나라 모두 다양하고 풍성하며 이들의 외래유입은 상호관련된 것들이 많다.

조선시대에는 고추와 호박이 16세기 말경 일본을 경유해서 들어 왔고 고구마는 1763년 대마도에서, 감자는 1824년 이후 청나라로부터 들어와 재배되었다. 중국에서는 明代에 옥수수와 고구마가 전래되었으며 고구마는 1593년 루손으로부터 들어 왔고 고추도 명 말에 들어와 빨리 정착되었다. 과일은 세나라 중 가장

많은 종류를 보이며 복방과일 뿐 아니라 남방과일도 풍부하게 이용되었다.

일본에서는 室町시대의 정진요리의 발달과 더불어 다양한 채소류의 이용과 조리법이 눈에 띈다. 安土 桃山시대에는 수박, 호박, 옥수수, 고추, 마르멜로, 고구마 등이 전래되었으며 江戸시대에는 사탕수수도 새로이 도입되어 재배가 활발해졌다.

## 참고문헌

1. 김연옥. 한국의 기후환경이 한민족 문화에 미친 영향, 정신문화연구, 14(1), 통권42호, 1991.
2. 윤서석. 한국식품사연구, 신광출판사, p. 129, 1993.
3. 강인희. 한국식생활사, 삼양사, p. 184, 1986.
4. 신혜승. 문헌속에 나타난 죽의 분석적 고찰, 성신여대석사학위논문, 1996.
5. 윤서석. 한국의 국수문화의 역사, 한국의 민요문화, 한국식문화학회, 12차 추계 심포지움, 1990.
6. 윤서석의 옮김, 중국음식문화사, p. 237, 민음사, 1995.
7. 윤서석의 옮김, 전계서, p. 244.
8. 윤서석의 옮김, 전계서, p. 285-286.
9. 田中靜一, 一衣帶水. p. 97, 紫田書店, 1987.
10. 渡邊實. 日本食生活史, p. 136, 1969.
11. 渡邊實. 전계서, p. 144.
12. 渡邊實. 전계서, p. 165.
13. 渡邊實. 전계서, p. 198-202.
14. 笹川監風, 足立風. 日本食生活史(F), p. 158, 雄山閣, 1995.
15. 笹川監風, 足立風. 전계서, p. 293-309.
16. 笹川監風, 足立風. 전계서, p. 313-317.
17. 日本風俗史學會編, 전계서, p. 232.
18. 이성우. 한국식품사학회, 교문사, p. 38, 1984.
19. 강인희. 한국식생활사, 삼양사, p. 185, 1986.
20. 이성우. 전계서, p. 59.
21. 윤서석의 옮김, 전계서, p. 245.
22. 윤서석의 옮김, 전계서, p. 289.
23. 渡邊實. 전계서, p. 136.
24. 渡邊實. 전계서, p. 162.
25. 渡邊實. 전계서, p. 200.
26. 윤서석. 한국식품사연구, 신광출판사, p. 136-137, 1993.
27. 윤서석의 옮김, 전계서, p. 239.
28. 윤서석의 옮김, 전계서, p. 258.
29. 윤서석의 옮김, 전계서, p. 271.
30. 윤서석의 옮김, 전계서, p. 276.
31. 윤서석의 옮김, 전계서, p. 277.
32. 윤서석의 옮김, 전계서, p. 290-292.
33. 渡邊實. 전계서, p. 137.
34. 渡邊實. 전계서, p. 139.
35. 渡邊實. 전계서, p. 140.

37. 渡邊實. 전계서, p. 171-174.
38. 渡邊實. 전계서, p. 190.
39. 渡邊實. 전계서, p. 200.
40. 渡邊實. 전계서, p. 220.
41. 日本風俗學會編. 전계서, p. 210, 1992.
42. 渡邊實. 전계서, p. 220-223.
43. 윤서석. 한국식품사연구, 신광출판사, p. 131-133, 1993.
44. 강인희. 전계서, p. 189.
45. 윤서석외 옮김, 전계서, p. 238-242.
46. 윤서석외 옮김, 전계서, p. 288-296.
47. 渡邊實. 전계서, p. 137-160.
48. 渡邊實. 전계서, p. 166-168.
49. 渡邊實. 전계서, p. 191-198.