

## 「간편조선요리제법」의 분석적 연구\*

### - 主食, 饌物類 -

이 감 자

인천대학교 가정관리학과

## An Analytical Study on 「GANPYUN CHOSUN YORI-JEBUP」

### - Main Dishes, Side-Dishes -

Kang-Ja Lee

Dept. of Home Management, Incheon University

### ABSTRACT

「Ganpyun Chosun Yori Jebup」, a book of cooking was written in Korean in 1934.

The kinds of food were analyzed of cooking method, materials, measuring unit of materials by this book. Findings from this book are summarized as follows :

1. There were 8 kinds of Bap and 18 kinds of Zook.
2. There were 31 kinds of Korean Soup, 10 kinds of Ziggae, 4 kinds of Jun-gol.
3. There were Side-dishes including 6 kinds of Jim, 5 kinds of Jijmee, 7 kinds of Sanjuk, 9 kinds of Junyua, 18 kinds of Na-mool, 4 kinds of Moo-chim, 3 kinds of Ho, and 15 kinds of Po and were 8 kinds of dry side-dish.
4. Utensil to be used che(sieve), sot(pot), nambi(pan), Sugarak(spoon), and yang poon(bowl).
5. The measuring units were various, for example mal, doi, hob, etc.
6. The processing of cooking included preparation and boiling process.

The processing of preparation were putting, mixing, and being cold, and the processing of heating were steaming and boiling.

---

Key words: GANPYUN CHOSUN YORY-JEBUP, main dishes, side dishes.

### I. 서 론

한민족의 식생활 양식은 민족 형성시부터 그들이 살고 있는 기후, 풍토 등 자연환경에 의해 고유한 양

식으로 형성하여왔다. 또한 나라마다 지니고 있는 자연환경과 사회환경에 따라 독특한 맛과 방법이 전해져 내려왔으며<sup>1,2)</sup> 사용하고 있는 식품이나 음식은 지리학적 및 생태학적인 요소에 의하여 정해지고, 종교 및 경제에 의해서도 영향을 받는다. 이렇게 형성

본 연구는 1998년도 인천대학교 연구비지원에 의하여 수행되었음.

된 우리 나라의 음식문화는 긴 역사를 통하여 이루어져서 모든 문화 중에서 가장 고유하게 지켜져 내려온 것이다. 그러나 아쉬운 것은 긴 역사에 비하여 기록으로 남겨진 문헌들은 그다지 많지 않다. 그중에서도 상당부분이 남성들에 의해 중국문헌을 참고로 하여 한문으로 쓰여진 조리서들이다. 한글로 쓰여진 고조리서에는 「음식디미방」<sup>3)</sup>을 위시하여 「酒方文」, 「飲食譜」<sup>4)</sup>, 「蘊酒法」<sup>5)</sup>, 「술 만드는 법」<sup>6)</sup>, 「閩閩叢書」 등 수편이 보고되어 왔으며 전통적인 방법으로 전수 되어진 조리서들을 정리 분석한 연구는 많았다.<sup>7-9)</sup> 그후로 方信榮<sup>10,11)</sup>, 李用基<sup>12)</sup> 등에 의해 조리법이 정리되어 왔는데, 이는 저자들이 기존의 다른 조리서와는 달리 영양학적인 측면을 고려하여 전통적인 방법으로 기록되었으며 당시의 식생활에 맞게 정리되었음을 서문을 통하여 알 수 있다. 그러므로 본 연구는 「간편조선요리제법」(1934)<sup>13)</sup>에 나타나 있는 음식의 종류 중에서 먼저 주식과 찬물류의 종류와 재료를 분류하여 그 조리방법을 알아보고 식기 및 조리기구, 계량단위, 조작법 등을 검토하고 이를 「조선요리제법」(1917, 1942)<sup>10,11)</sup>과 비교하여 우리 나라의 식생활 양식과 음식문화의 시대에 따른 변천과정을 검토하고자 한다.

## II. 서 지 (書誌)

본래 1917년 方信榮이 쓴 朝鮮料理製法을 간추려서 1934년 李奭萬이撰한 것으로 四·六版 活字本으로 序文, 目次 13面, 本文 140面, 附錄 44面이고, 方哲源과 撰者의 序文이 있다. 이석만은 방신영의 조카로 알려져 있으며, 1910년대와 30년대의 식품의 변화 양상을 살펴볼 수 있을 것으로 사료된다.

## III. 본 론

### 1. 음식의 분류와 재료

밥 8종, 죽류 14종, 국류 35종, 찌개 10종, 찜 6종, 지짐이 5종, 산적 7종, 전유어 9종, 나물 17종, 무침 4종, 회 2종, 포와 마른찬 9, 잡종(찬류) 30종, 한과와 떡류 103종, 음청류 4종과 발효식품으로 김치 20

종, 젓류 3종, 부록으로 일본, 서양, 중국 요리가 각각 23, 26, 12가지씩 기록되어 있고 기타 접빈하는 법, 상차리는 법, 상극류와 우유 먹이는 법이 기록되어 있다. 여기서는 1차로 주식류와 찬물류에 대하여 고찰하고자 한다.

### 1) 주식류의 분류

주식류는 밥, 죽, 국수, 만두로 분류하였다.

밥은 보리, 조, 콩, 수수, 팥 등을 섞은 잠곡밥 등 8종류에 30가지의 재료가 이용되었다. 종류로는 별밥 1종, 보리밥 1종, 비빔밥 1종, 약밥 2종, 잠곡밥 1종, 찹쌀로만 지은 제밥 1종, 붉은 팥물을 이용하여 지은 중등밥이다. 비빔밥에는 각종 나물 외에 산적, 전유어, 팥란이 들어간 것이 특이할 만한 점이고 쌀은 들어갔지만 기록하지 않은 것으로 보인다. 약밥은 2가지의 종류가 기록되어 있는데 별법으로 찹쌀을 찌서 양념한 위에 찹쌀가루를 위에 덮어서 찐 것이 특징이다.

죽은 농경문화가 싹트면서 최초로 시작된 곡물요리로써 밥과 떡보다 먼저 시작되었고 곡물의 산출이 많아져 밥이 상용주식이 된 이후로 죽은 대용주식, 별식, 구황식 또는 보양식으로 발전되었다<sup>14)</sup>. 죽은 곡물에 물을 많이 넣고 오래 끓여 완전 호화시킨 것이고 미음은 곡식을 푼 고아서 체에 받친 것이다.

죽은 미음, 암죽을 포함하여 19종류에 37가지 재료가 이용되었으며, 국수·만두류는 국수비빔을 포함하여 7종류에 27가지의 재료가 이용되었다.

주식류의 종류와 재료는 표 1과 같다.

「간편조선요리제법」과 「조선요리제법」(1917)은 별법을 비롯하여 그 종류가 동일함을 알 수 있고, 「조선요리제법」(1942)에는 흰밥, 팥밥, 김치밥, 콩밥, 조밥, 밤밥, 감자밥 등 7가지가 많았으며 사용 재료가 다양해졌음을 알 수 있었다. 또한 죽도 「조선요리제법」(1917)과는 차이가 없었으나 「조선요리제법」(1942)에서 밤죽, 제강죽, 김치죽, 조죽, 보리죽 등 5가지가 많았으며 역시 재료의 다양한 이용을 볼 수 있었다. 암죽과 미음 모두 동일하게 나타났다.

### 2) 국, 찌개류의 분류

국은 갱(羹), 탕(湯)으로 표기되며 1800년대의

표 1. 주식류의 종류와 재료

음식 종류	음식명	재 료	재료수	조선요리제법	
				1917	1942
밥	별 밥	대초, 밥, 찹쌀, 검정콩, 팥	30	○	○
	보 리 밥	보리		○	
	비 빔 밥	무, 콩나물, 숙주나물, 도랏나물, 미나리, 고사리, 누룽지, 산적, 전유어, 깨소금, 튀각, 팥란, 알고명, 고추가루		○	○
	약 밥	찹쌀, 생물, 대초, 기름, 꿀, 진한간장		○	
	약밥별밥	찹쌀, 대초, 쌀, 꿀, 참기름, 진간장, 찹쌀가루		○	
	잡 곡 밥	멥쌀, 찹쌀, 원팥, 검정콩, 차조		○	○
	제 밥	찹쌀		○	
	중 등 밥	붉은 팥, 쌀		○	○
기 타				7종	
죽	깨 죽	흑임자, 쌀	19	○	○
	녹 두 죽	녹두, 쌀, 새알심(찹쌀가루)		○	○
	묵 물 죽	쌀, 묵물(녹두 같은 물)		○	○
	아 육 죽	아육, 쌀, 고기, 가진고명		○	○
	장 국 죽	쌀, 고기, 가진고명, 표고, 간장, 잣가루		○	○
	콩 죽	흰콩, 쌀, 소금		○	○
	팥 죽	쌀, 팥, 대초, 새알, 강즙		○	○
	흰 죽	쌀, 기름,		○	○
	행 인 죽	행인, 쌀, 설탕		○	○
	타 락 죽	쌀, 우유		○	○
기 타				5종	
미 음	갈분의이	갈분, 설탕	15	○	
	쌀 미 음	쌀, 진한간장, 소금		○	○
	송 미 음	황들, 대초, 인삼, 찹쌀, 차조		○	○
	수수외이	찰수수가루, 꿀, 설탕		○	
	좁쌀미음	좁쌀, 백미, 소금		○	○
암 죽	밤 암 죽	밤	3	○	○
	쌀 암 죽	백설기 가루		○	○
	식혜암죽	식혜		○	○
국수 만두	국수보빔	국수, 무김치나, 나백김치, 편육, 기름 미나리, 알고명, 표고, 버섯, 석이	27	○	○
	랭 면	무김치, 꿀, 국수, 김치국, 배추김치, 배, 제육, 실백		○	○
	은 면	국수, 고명고기, 계란		○	○
	떡 국	흰떡, 산적, 호초가루		○	○
	만 두	백면가루(밀가루), 배추김치줄기, 숙주, 제육, 두부, 미나리, 파, 기름, 깨소금, 호초, 잣가루, 초장		○	○
	밀 국 수	밀가루, 고명		○	○
어 만 두	민어나 도미, 초장이나 초고추장	○	○		

「시의전서」<sup>15)</sup>에 처음으로 생치국이라 하여 국이라는 표현이 나온다. 국은 조리법에 따라 맑은 장국, 토장국, 고음국, 냉국으로 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 나눌 수 있다<sup>16,17)</sup>. 1943년 이전 문헌에는 갱(羹), 탕(湯), 국 사이에 명확한 구분이 되어 있지 않았으며 「탕」으로 많이 표현되어 있다. 19세기에 오면서 국의 재료가 줄었다.

「간편조선요리제법」에 수록된 국의 종류는 계국,

표 2. 국류의 종류와 재료

음식 종류	음 식 명	재 료	재료수	조선요리제법	
				1917	1942
국	계 국	계, 강국, 고기, 두부, 간장, 파, 마늘, 기름, 깨소금, 호초가루, 가진고명, 밀가루	60	○	○
	골 탕	등골, 소금, 밀가루, 달걀, 기름, 파		○	○
	넙 치 국	넙치, 고초장, 파, 고기		○	○
	냉 이 국	냉이, 고초장, 파, 고기		○	○
	대 구 국	고초장, 된장, 고기, 무, 파, 미나리, 대구		○	○
	도 미 국	도미, 알, 썩갓		○	○
	도 미 국 수	썩갓, 각색전유어(민어, 양, 천엽, 간), 너비아니, 미나리, 달걀, 목이, 표고, 석이, 기름, 팥만, 완자, 도미, 고기, 국수		○	○
	맑은장국	우육, 파, 마늘, 간장, 호초가루		○	○
	미 역 국	미역, 간장, 기름		○	○
	민 어 국	민어, 고기, 고추장, 파, 미나리		○	○
	소루장이국	소루장이		○	○
	아 육 국	아육, 된장, 고추장, 고기, 마른새우		○	○
	애 탕 국	썩, 고기, 두부, 기름, 깨소금, 호초가루, 간장, 계란		○	○
	웨 무 림 국	누른외, 완자, 고초장, 파, 버섯		○	○
	완 자 탕	생선, 제육, 고기, 닭고기, 호초, 생강, 파, 기름, 간장, 계란, 녹말		○	○
	조 기 국	조기, 고초장, 미나리, 파, 고기, 미나리		○	○
	조 개 국	모시조개		○	○
	준 치 국	준치, 파, 미나리		○	○
	츄 포 탕	고기, 곤자손이, 창자, 허파, 지라, 양, 외, 참깨		○	○
	콩 나 물 국	고기, 콩나물		○	○
	토 장 국	배추속대나 숙음배채, 된장, 고추장		○	○
	파 국	파, 고기, 가진고명		○	○
	슈 잔 지	다스마, 살코기, 깨소금, 파, 석이, 표고, 목이, 황화채, 제육, 계란		○	○
	계 탕	닭, 가진고명, 초, 간장, 석이, 버섯, 목이, 계란, 실백			
	육 개 장	파, 쇠고기, 양파, 곤자손이, 창자, 허파, 간장, 기름, 깨소금, 호초가루		○	○
	백 숙	닭, 참쌀, 간장, 무, 파, 호초가루, 기름			○
	닭 국	닭, 참쌀, 간장, 파, 호초		○	○
	초 계 탕	닭, 쇠고기, 외, 소금, 석이, 표고, 목이, 기름, 달걀			○
	잡 탕	고기, 허파, 양, 곤자손이, 창자, 자라, 무		○	
	토 란 국	토란		○	○
	족 북 기	쇠족, 밀가루, 무		○	○
	기 타				

골탕, 넝치국 등 35종류에 60가지의 재료가 이용되었고 재료나 만드는 방법에 있어 특이한 사항은 없었다. 그 종류와 재료는 표 2와 같다.

「조선요리제법」(1942)에는 산나물국, 고사리국, 버섯국, 배추속대국, 배추꼬리국, 곰국, 두부전골, 가지국, 명태국, 어글탕 등 10가지가 더 많았다.

국의 명칭에 있어서 지금과 다른 점을 몇가지 아래와 같이 발견할 수 있었다.

「조선요리제법」(1917)에서 잡탕은 양지머리, 사태, 우둔 등의 살코기와 곤자소니, 부아, 양등의 내장과 갈비, 도가니뼈 등을 함께 푹 고은 국물에 완자, 등골, 미나리, 표고, 석이, 알지단, 잣 등으로 고명을 얹은 국이다. 그러나 「간편조선요리제법」에서는 고명을 쓰지 않고 국거리에 양념한 것을 고명으로 사용하였다. 육개장은 고추장이나 고춧가루를 사용하지 않아 맵지 않게 끓인 국이고, 곰국은 고기류와 무를 골짜짜 모양으로 썰어 넣은 것이 특이할 만한 점이다. 백숙은 고기와 국물을 곁들여 먹는 것인데 특이한 점은 배보에 꼭 짜서 먹는다고 한 것으로 보아 국물만 먹는 것으로 보인다. 초계탕은 궁중연회에만 올렸던 국으로 유일하게 「간편조선요리제법」에만 기록이 남아 있다<sup>17)</sup>. 특히 영계국, 초계탕 모두 기록되어 있는데 닭은 뼈째 토막쳐서 간을 맞추어 끓이다가 오이를 꼭 썬 것, 석이, 표고, 목이 볶은 것, 제육을 골짜짜만큼 썬 것을 함께 넣고 알고명, 잣을 넣고 끓인 것이 초계탕이고, 닭과 곰거리고기를 같이 끓인 후 각각 고기에 양념해 다시 한번 끓인 후 장과 초로 간을 맞추고 여러 고명을 얹은 것을 영계국이라 하였다. 추포탕은 후에 깻국탕으로 변화한 것이라 한다<sup>16)</sup>. 죽복기는 쇠족을 잘게 썰어 푹 곤 국물에 밀가루를 풀고 무를 썰어 넣어 죽처럼 끓인 탕으로 고음국에 속한다.

찌개류의 명칭은 찌개, 조치, 감정으로 나눌 수 있고 전골을 포함한다. 「간편조선요리제법」에는 찌개종류가 고초장찌개를 비롯한 10종류에 14가지의 재료가 이용되었다. 주재료에 상관없이 고기, 젓국은 다 넣고 끓이는 것으로 나타났다. 주로 고기와 야채를 함께 끓이는 것으로 특이할 만한 점은 없었다. 그 종류는 표 3과 같다.

「간편조선요리제법」과 「조선요리제법」(1917)은 찌

개 종류는 동일하였고 「조선요리제법」(1942)에서 된장찌개, 호박오가리찌개, 명란젓찌개가 첨가되었고, 만드는 방법에 있어서 차이는 거의 나타나지 않았다.

### 3) 찬물류의 분류와 재료

찬물류는 찜, 지짐이, 산적, 전유어, 나물, 무침, 회, 포와 마른찬, 볶음으로 분류하였다.

「간편조선요리제법」에 수록된 찜은 가리찜, 송어찜 등 6종류에 21가지의 재료, 지짐이 종류는 무지짐이 등 5가지 종류에 13가지의 재료, 산적은 너비아니, 누름적, 산적 등 7종류에 11가지의 재료, 전유어는 간, 등골전 등 9종류에 16가지의 재료, 나물은 가지나물, 고비나물 등 17가지의 종류에 29가지 재료, 못침은 김무침, 대하무침 등 4종류에 9가지의 재료, 회는 어회, 육회 2종류에 7가지의 재료, 포는 별법을 포함하여 8종류에 13가지의 재료, 잡종은 29종류에 40가지의 재료가 각각 이용되었다.

찬물의 종류와 재료는 표 4와 같다.

#### (1) 찜

찜은 국물이 적게 묻근한 불로 잘 무르게 익히는 음식으로 질기고 굳은 식품을 연하고 맛있게 먹을 수 있으며 재료의 성분이나 제 맛을 보존할 수 있는 조리법이다. 찜이란 1420년 「대동야승」에 나타나기 시작하였고, 조리법의 표현은 17세기 중반부터 「蒸」으로 표기되기 시작하여 18세기말부터는 「찜」으로 수록되고 있다<sup>18)</sup>. 채소류찜과 육류찜, 생선류찜으로 나눌 수 있다. 「간편조선요리제법」에는 송어찜, 갈비찜, 붕어찜, 송어찜, 게찜이 나타나 있다. 갈비찜이 예로부터 지금까지 꾸준히 사용되어졌고 찜의 대표라고 할 수 있다. 이중 송어찜, 게찜은 꾸준히 사용되어져왔음을 알 수 있다. 게찜은 보통 찜통에 찌내는 것이나 「간편조선요리제법」에서는 장국에 넣어 끓여낸 것이 특이할 만한 점이다.

「조선요리제법」(1917)과는 별차이가 없었으나 「조선요리제법」(1942)에서는 닭찜, 외찜, 애호박찜, 가지찜, 부레찜 등 5종이 많았다.

#### (2) 지짐이

지짐이의 종류는 「간편조선요리제법」과 「조선요

표 3. 찌개, 전골류의 분류

음식 종류	음 식 명	재 료	재료수	조선요리제법	
				1917	1942
찌개	고초장찌개	고초장, 고기, 파, 기름	14	○	○
	두부 찌개	두부, 고초장, 고기, 파		○	○
	방어 찌개	자반방어, 고기, 두부, 파, 새우젓국		○	○
	붕어조림	붕어, 고기, 간장		○	○
	복어 찌개	복어, 두부, 고기, 파, 고초장, 기름		○	○
	알 찌개	계란, 고기, 파, 간장, 젓국		○	○
	우거지찌개	우거지, 고기, 파, 기름, 된장, 고추장 혹은 새우젓국		○	○
	응어 찌개	응어, 고초장		○	○
	젓국 찌개	무, 고기, 파, 고초, 기름, 젓국		○	○
	조그 찌개	생선조기, 고초장, 젓국, 고기, 파		○	○
	기 타				
전골	신 선 로	간, 생선, 달걀, 천엽, 양, 너비아니, 파, 미나리, 전복, 미, 표고, 목이, 무, 호도, 은행	33	○	○
	신선로별법	생치, 닭, 해삼, 전복, 양, 천엽, 부아, 곤자손이, 제육, 숯무, 미나리, 도닷, 파, 표고, 대하, 황육, 찰가루조약		○	
	전 골	고기, 천엽, 양, 고들개, 간, 파, 마늘, 기름, 갓가루, 숙주나물, 무, 미나리, 파, 황화채, 알고명, 목이, 표고, 완자		○	○
	승기약탕	무, 숙주나물, 황화채, 미나리, 파, 표고, 목이, 기름, 달걀, 고기, 승어, 진한 간장, 기름, 국수		○	○

리제법」(1917)에서는 약적이기 없었고, 「조선요리제법」(1942)에서는 복어조림이 없었고 그외로 호박지짐이, 암치지짐이 등 2종이 많았다.

(3) 산 적

산적은 육류와 채소, 버섯을 양념하여 꼬치에 꿰어 구운 것이다. 산적, 누름적(누르미)로 나눌 수 있다. 산적은 익히지 않은 재료를 꼬치에 꿰어서 지지거나 구운 것이고, 누름적은 재료를 양념하여 익힌 다음 꼬치에 꿰는 것과 재료를 꿰어 전을 부치듯이 옷을 입혀 지진 것 두가지가 있다<sup>19,20)</sup>.

산적의 종류는 「조선요리제법」(1917)과는 동일하였으나 「조선요리제법」(1942)에서는 너비아니, 장산적, 잠산적, 사슬적이 없었고 파산적, 송이산적, 닭산적, 염통산적 등 4가지가 많았다.

(4) 전유어

전유어는 재료에 소금과 후추로 간을 한 후 밀가루와 계란, 녹말가루 등을 섞워 기름에 지져내는 것을 말한다. 전유어, 전유아, 전냐, 저냐, 전 등으로 부르며 궁중에서는 전유화라고 하였다. 재료에 따라 채소류, 육류, 해물류 전유어로 구분할 수 있다.

「조선요리제법」(1917)에는 감자, 생선전유어, 초대가 없어졌고, 「조선요리제법」(1942)에서는 간, 양, 조개, 천엽, 감자전유어가 없었고, 우육, 풋고추, 새우, 제육, 굴, 채소, 낙지, 버섯, 파, 복어 전유어 등 10종이 많았다.

(5) 나 물

나물은 반찬 가운데 가장 기본이 되는 찬품으로

표 4. 찬물류의 종류

음식종류	음 식 명	재 료	재료수	조선요리제법	
				1917	1942
찜	가 리 찜	고기	21	○	○
	송 어 찜	송어, 고기, 간장, 기름, 깨소금, 후추, 밀가루, 석이, 표고, 미나리, 파		○	○
	부 어 찜	붕어, 초, 백반, 밀가루, 달걀		○	○
	개 찜	개, 계란, 옥수		○	○
	송 이 찜	송이, 고기, 두부, 달걀		○	○
	왜 무 름	외, 고기, 닭, 고추장, 두부, 달걀			
	기 타				5종
지짐이	무지짐이	무, 북어, 콩나물, 고기, 파, 간장	13	○	○
	북어조림	북어, 두부, 고기, 파, 고추, 간장		○	
	약 적 이	무, 간장, 고춧가루, 깨소금, 파			○
	우거지지짐이	우거지, 고기, 콩나물, 무, 고추장, 된장		○	○
	외지짐이	외, 고기, 고추장		○	○
기 타			2종		
산적	너비아니	고기, 깨소금	11	○	
	누 름 적	고기, 박오가리, 파, 도라지, 깨소금, 후추		○	○
	산 적	고기, 기름, 간장, 깨소금		○	○
	설 산 적	고기, 간장, 기름, 깨소금, 파		○	○
	장 산 적	고기, 진한 간장, 설탕			
	잡 산 적	고기, 염통, 천엽			
	사 슬 적	생선, 고기, 진한 간장, 고명, 깨소금			
기 타			4종		
전유어	간전유어	간, 소금, 밀가루, 달걀	16	○	
	등골전유어	등골, 소금, 밀가루, 달걀		○	○
	양전유어	양, 소금, 밀가루, 달걀		○	
	조개전유어	무명조개, 밀가루, 달걀		○	
	천엽전유어	천엽, 소금, 밀가루, 달걀		○	
	감자전유어	감자, 고기, 기름, 깨소금, 간장, 후추, 파, 달걀			
	호박전유어	애호박, 밀가루, 달걀		○	○
	생선전유어	생선, 소금, 밀가루, 달걀			○
	초 대	미나리, 밀가루, 달걀			표
기 타			10종		
나물	가지나물	가지, 기름, 간장	29	○	○
	고비나물	고비, 간장, 기름, 깨소금		○	○
	도라지나물	도라지, 소금, 기름, 고기		○	○
	도라지생채	도라지, 소금, 기름, 겨자			
	무 나 물	무, 고기, 간장, 생강, 깨소금, 고춧가루		○	○
	무 생 채	무, 간장, 깨소금, 초, 설탕		○	○
	미나리나물	미나리, 소금, 기름, 파		○	○
	숙주나물	숙주, 소금, 초, 파, 깨소금		○	○
	시래기나물	시래기, 고기, 간장, 깨소금, 고춧가루		○	○
	외 나 물	오이, 고기, 파, 간장		○	○
	잡 채	숙주, 미나리, 석이, 해삼, 전복, 당면, 배, 설탕, 간장		○	○
	잡누르미	도라지, 석이, 당면, 배, 설탕, 간장			○
	콩 나 물	콩나물, 깨소금, 간장, 파		○	○
	꽃 나 물	꽃나물, 고추장, 기름, 파		○	○
	호박나물	호박, 고기, 간장, 기름, 깨소금, 고춧가루		○	○
	죽순나물	죽순, 쇠고기, 표고, 석이, 고추, 파		○	○
	월 과 채	어린 호박, 황육, 제육, 파, 표고, 석이		○	○
	탕 평 채	노랑묵, 미나리, 소금, 편육, 제육편육, 황화채, 버섯, 표고, 목이, 깨소금, 초			○
	기 타				10종

표 4. 계속

음식 종류	음 식 명	재 료	재료수	조선요리제법	
				1917	1942
못침	김 못 침	김, 간장, 기름, 깨소금, 고춧가루	9	○	○
	대하 못 침	대하, 간장, 기름, 깨소금, 고춧가루, 후추		○	○
	미역 못 침	미역, 기름, 설탕		○	○
	복어 못 침	복어, 기름, 깨소금, 고춧가루, 설탕		○	○
	기 타				3종
회	어 회	계절에 따라 도미, 민어, 잉어, 병어, 잣가루, 겨자, 초장	7	○	○
	육 회	연한고기, 양고들백이, 천엽, 간 중 아무거나 겨자, 간장, 깨소금, 후추		○	○
	미나리강회	미나리, 우육, 편육, 계육, 실고추, 실백, 초고추장		○	○
	기 타				3종
포 · 마른 찬	마른편포	고기	18	○	○
	편포별법	황육, 소금, 기름, 후추, 깨소금, 잣가루		○	
	산 포	불기살, 소금		○	○
	약 포	연한고기, 간장, 기름, 깨소금, 후춧가루, 잣가루		○	○
	약포별법	연한 황육, 생강, 파, 후추, 간장, 기름		○	○
	어 포	생선, 간장, 깨소금, 후추, 깨소금		○	○
	전 북 찜	전북, 실백		○	
	진 편 포	연한 살코기와 기름덩이		○	
	해삼·전북· 홍합초	해삼, 전북, 홍합, 기름, 깨소금, 호춧가루, 파, 고기, 진한간장, 설탕, 잣가루		○	○
	튀 각	다시마, 기름, 설탕		○	○
	매듭자반	다시마, 꿀, 설탕		○	○
	전북장앗지	전북, 진한간장, 고기, 기름, 깨소금, 설탕		○	○
	콩 자 반	콩, 기름, 깨소금		○	○
	뚝뚝이자반	우육, 기름, 꿀, 호춧가루		○	○
고추장볶기	고추장, 쇠고기 익힌 것, 파, 생강, 기름				
묵· 죽면	도토리묵	도토리	13	○	○
	전 약	쇠족, 가죽, 계피가루, 꿀			○
	제 피 수정	돼지껍질, 호초, 파		○	○
	죽 편	쇠족, 석이, 버섯, 고초, 알고명		○	○
	죽편별법	쇠족, 호초, 잣가루, 계란		○	○
별찬	떡 볶 기	흰떡, 계육, 쇠고기, 가진고명, 표고, 버섯, 석이, 파, 황화채, 간장	22	○	○
	떡볶기별법	흰떡, 육, 양, 고들개, 등심살, 기름, 파, 표고, 석이, 고기, 잣가루, 호춧가루		○	○
	슈 란	기름, 계란, 실고초, 잣가루		○	○
	알 찜	계란, 완자, 기름		○	○
	어 채	민어, 파래, 가리, 도랏, 목이, 표고, 국화잎		○	○
	완 자	고기, 두부, 파, 기름, 깨소금, 고춧가루, 간장		○	
	장 조 럽	고기, 간장		○	○
	천 리 찬	연한 살코기, 파, 기름, 깨소금, 호초, 설탕, 간장, 잣가루		○	○



대개 속채를 가리킨다. 나물의 재료로는 거의 모든 채소가 사용되는데 푸른잎 채소는 끓는 물에 데쳐 내어 무치고, 고사리, 도라지 등은 삶아서 볶는다. 「간편조선요리제법」과 「조선요리제법」(1917)에서는 나물의 부재료로 거의 고기를 사용하였음을 볼 수 있었고, 「조선요리제법」(1942)과 종류가 동일하였음을 볼 수 있었고 추가로 버섯나물, 두릅나물, 물썩나물, 박나물, 취나물, 파나물, 고추넛나물 등 7종과 외생채, 겨자채, 숙주채 등 3종의 생채가 더 많았음을 볼 수 있다.

(6) 무 침

주로 해조류(김, 미역, 파래), 채소(무, 오이, 김치), 도토리, 그리고 어류(멸치, 암치, 북어)를 무침으로 하여 사용한 것을 알 수 있다. 1900년대 초에는 대하나 간무침을 먹었으나 점차 김, 도토리묵, 북어 무침으로 변화된 것을 알 수 있다.

「조선요리제법」(1917, 1942) 모두 종류에 차이가 없었으나 「조선요리제법」(1942)에서 김치 무침, 외지 무침, 잔지무침 등 3종류가 더 많았다.

(7) 회

회는 육류, 어패류, 채소류를 날로 또는 익혀서 초간장, 초고추장, 겨자집, 소금기름 등에 찍어 먹는 음식이다.회는 육회와 어회로 나누었는데 육회는 이용 부위에 따라, 어회는 어류의 이름에 따라 명칭이 붙여져 있다.

「조선요리제법」(1917, 1942)와 종류에 별 차이가 없었으며 「조선요리제법」(1942)에 굴회, 조개회, 잡회 등 3종이 많았다.

(8) 포와 마른찬

포는 육포와 어포로 나누는데 육포는 주로 쇠고기를 간장으로 조미하여 말리고, 생선은 통째로 말리거나 살을 떠서 소금으로 조미하여 말린 것이다.

쇠고기의 육포는 우둔살이나 흥두깨살을 얇게 떠서 간장, 설탕, 후추로 조미하여 말린 것이고, 술안주나 혼례시의 폐백음식으로도 쓰인다. 민어나 대구는 통째로 갈라서 넓게 펴서 소금으로 절여서 말린다. 민어포는 암치라고 한다. 명태는 겨울에 말리고, 오

징어는 몸통을 갈라서 말린다. 대구포는 통째로 말린다.

(9) 묵과 족편

묵은 도토리나 녹두를 갈아서 가라앉혔다가 가라앉은 것만으로 묵을 쑨 것이고 족편이나 전약, 제피수정은 돼지껍질, 쇠죽 등을 오래 고아서 만든 것이다.

「조선요리제법」(1942)에는 녹두묵과 매밀묵, 두부가 추가로 있었음을 볼 수 있었다.

2. 식기 및 조리용구

조리용구의 명칭은 표 5와 같이 대체적으로 그릇이라는 용어로 통칭하였고, 구체적으로는 남비, 솥을 많이 사용하였다. 숟가락이라는 용어는 이전 문헌에서는 잘 찾아볼 수 없었다. 용구의 명칭이 점차적으로 실생활에서 많이 사용하는 용어의 통합적인 의미로 많이 사용되었음을 알 수 있었고 이러한 것은 계량의 일정함을 알게 하기 위한 것으로 사료된다.

3. 계량단위

계량에 쓰인 단위는 표 6과 같고 지금과 다르게 쓰인 단위로는 량, 복자, 푼을 들 수 있으며 계량단위는 재료의 합리적인 배합을 통하여 맛을 내기 위한 것이라고 할 수 있다. 조리의 과학화와 일반화는 각종의 계량단위가 점차 보편화됨으로써 보다 합리적인 조리를 하므로서 영양의 균형과 좋은 맛을 얻고자 한다. 재료, 분량, 요리법순으로 기록되어 있다.

4. 음식 만드는 과정

준비과정의 용어로는 '넣는다', '섞다', '식히다'가

표 5. 식기 및 조리용구와 사용빈도

번호	식기 및 조리용구의 종류	사용빈도
1	남비, 솥	78
2	숟가락	65
3	보자기, 체	46
4	양분	34
5	항아리, 도마, 백지, 주머니	34
6	포챙이	13
7	술(수저), 사기, 번철, 신선로, 어려미, 석쇠	8
8	싸리, 행주	3

표 6. 계량에 쓰인 단위와 사용빈도

번호	계량단위	사용횟수	사용량과 횟수
1	말, 술	40	한말(14) 말닷되(1) 두말(6) 두말닷되(1) 서말(3) 너말(4) 열말(1)
2	되	27	한되(4) 두되(5) 세되(4) 너되(3) 닷되(7) 말닷되(1) 두말닷되(1), 아홉되(1)
3	홉	5	한홉(1) 세홉(1) 닷홉(2) 칠홉(1)
4	량 근 치 분	5	치 (9) 분(분-8) 일량(3) 일근일량(1) 삼량(1) 냥
5	근	4	일근일량(1) 닷근(2) 삼십근(1)
6	복자 술(수저) 돈	각3	두복자(1) 세복자(1) 두술(1) 삼술(1) 한돈(1) 두돈(1)
7	병	각2	두병(1) 한줌(1) 한식기(1)
8	식기 종지 잔 분	각1	반종지(1) 한잔(1) 오피(1)

표 7. 준비과정의 용어와 사용빈도

번호	용 어(예)	사용빈도
1	넣는다	111
2	섞다	99
3	식히다	86
4	붓는다	43
5	만들다, 담는다, 묻히다, 덮다, 담그다	21
6	두드리다	15
7	버무리다, 뿌리다, 빗다, 반죽하다	14
8	깨다, 씻다, 치다, 걸르다	11
9	작말하다, 봉하다, 놓다(켜, 벌여, 줄지어, 깔아, 피)	6
10	짚다	5
11	백세 작말하다	3
12	밀다(홍두께로), 치다(체에), 뜨다, 타다(생청을), 내리다(체에), 말리다, 치다(소금, 기름), 젓다, 거피하다, 합하다, 엮다, 끼우다	2
13	묻치다, 다듬다, 피다, 차게두다, 건지다, 재어두다, 띄우다, 갈다, 주물다, 벗기다, 풀다, 엉기듯이 하다, 손 대다, 쥐다, 비비다, 즈내다, 띄켜놓듯하다, 말다, 굵어내다, 기름두르다, 불리다, 버리다, 꿰매다, 엮우다(녹말), 물눅다, 비게하다, 되풀리다, 빠지다, 부스러뜨리다, 반음반양에 두다, 향다, 실하다, 따다(꼭지), 바르다(꿀), 건어내다, 떼다, 짜버리다, 박아내다, 풀쭈듯이하다, 눅다, 채우다, 더운 곳에 두다, 생물 치다, 옮긴하다, 싸매다, 뜨다(기름이), 건다(기름을), 물뿌리다, 뒤적이다, 누르다, 떠내다, 들어가다, 내다(밖으로), 쏘이다(바람), 가시다(물이), 싸다(보자기에), 매달다, 일다 끼어엮다, 써바르다, 얇게 하다, 드리우다, 떨어지다	1

80회 이상으로 많이 사용되었다.

익히는 과정의 용어로는 끓이다, 삶다, 찌다, 익힌다, 지지다가 대체로 많이 사용되었다.

#### IV. 요약 및 결론

「간편조선요리제법」의 음식에 대한 내용을 조리법 별로 분류하고, 그 음식에 사용된 재료를 분석하고, 식기 및 조리용구, 계량단위, 조리조작 등을 살펴본 결과는 다음과 같다.

1. 주식류는 밥, 죽, 암죽이었다. 밥은 8종류에 30가지의 재료가 이용되었고, 죽은 미음과 암죽을 포함하여 18종류에 37가지 재료가 이용되었다. 「조선요리제법」(1917)은 동일한 종류가 수록되었고 「조선요리제법」(1942)에는 11가지의 밥종류, 19가지의 죽종류 3가지의 암죽의 종류가 소개되어 있다.
2. 국류는 31종류에 60가지의 재료가 이용되었고, 「조선요리제법」(1917)에는 백숙과 계탕, 「조선요리제법」(1942)에는 잡탕, 계탕, 산나물국, 고

표 8. 익히는 과정의 용어와 사용빈도

번호	용어	사용빈도
1	끓이다	75
2	삶다	55
3	찌다	43
4	익힌다, 지지다	21
5	볶다	20
6	밥짓다	14
7	데치다, 증탕하다	12
8	달이다, 졸이다, 고오다	10
9	죽우다, 굽다, 부치다	6

사리국, 버섯국, 배추속대국, 배추꼬리국, 곰국, 두부 전골, 가리국, 명태국, 어글탕을 제외한 동일한 종류가 수록되었다.

찌개류는 10종류에 14가지의 재료가 이용되었다. 된장찌개, 호박오가리찌개, 명란젓찌개, 호박지짐이, 암치지짐이가 추가로 수록되었다.

- 찬물류는 나물, 못침, 포, 전유어, 산적, 찜, 회, 잡종, 김치, 젓으로 분류하였다.

찬물류는 모두 80가지로, 「조선요리제법」(1917)은 종류가 동일하였고 「조선요리제법」(1942)에는 재료의 명칭을 구체적으로 명기하여 그 종류가 다양화되었음을 알 수 있었다.

- 식기 및 조리용구는 18종류가 사용되었고 그중 냄비와 솥의 사용이 가장 많았다.
- 계량단위는 16종류로 '말'을 사용한 경우가 40회, '되'가 27회 순이었고 그의 '홉', '량', '근', '푼'이 기본단위임을 알 수 있었다. 길이의 표시는 '치', '분'이 가장 많이 사용되었다.
- 음식만드는 과정을 보면 준비과정의 용어로 '넣는다'가, 익히는 과정의 용어로 '찌다'가 가장 많이 사용되었다.

이와 같이 「간편조선요리제법」을 분석하였고, 「조선요리제법」(1917)과 「조선요리제법」(1942)을 비교한 결과 1917년의 「조선요리제법」과는 재료나 만드는 방법에 있어서 큰 차이를 보이지 않았다. 목차를 서술하는 방식도 거의 일치함을 볼 수 있다. 그러나 1942년의 「조선요리제법」에는 각 음식별로 재료별, 만드는 방법별로 좀 더 구체적인 분류를 하였음을 볼 수 있다.

근대화 즈음에 기록된 문헌이기는 하나 구체적인 계량단위의 표시나 조리방법이 구체적으로 기록되지 않아 이용하기가 어렵다. 계량단위나 조리용어의 표준화와 과학화가 이루어져서 국민식생활에 도움이 되도록 해야 하겠다.

## V. 참고문헌

- 강인희: 한국의 맛, 대한교과서출판사, 372-375, 1987.
- 김귀영, 이성우: '온주법'의 조리에 관한 분석적 고찰, 한국식문화학회지, 3(2), 127-134, 1988.
- 저자 미상, 음식디미방, 1670년경.
- 저자미상, 음식보, 1600년대 말엽.
- 저자미상, 온주법, 1700년대 말.
- 저자미상, 술 만드는 법, 1700년대.
- 김귀영, 이성우: 「주방문」의 조리에 관한 분석적 연구, 한국식문화학회지, 1(4), 1986.
- 김귀영, 이성우: 「음식보」의 조리에 관한 분석적 고찰, 한국식문화학회지, 3(2), 1988.
- 이효지, 차경희: 「부인필지」의 조리과학적 고찰, 한국식문화학회지, 11(3), 369-384, 1996.
- 방신영: 조선요리제법, 한성도서주식회사, 1942.
- 이성우: 한국고식문헌집성 고요리서Ⅳ. <방신영, 조선요리제법 1917>, 수학사, 1992.
- 이성우: 한국고식문헌집성 고요리서Ⅴ. <이용기, 조선무쌍신식요리제법>, 수학사, 1992.
- 이성우: 한국고식문헌집성 고요리서Ⅵ. <이석만, 간편조선요리제법>, 수학사, 1992.
- 장혜진, 이효지: 주식류의 문헌적 고찰-1670年~1943年에 발간된 우리말 조리서를 중심으로, 한국식문화학회지, 4(3), 1989.
- 저자 미상, 시의전서 脯部, 18세기말엽.
- 이윤경, 전희정, 이효지: 토장국의 문헌적 분석고찰, 한국식문화학회지, 7(1), 1992.
- 이윤경, 전희정, 이효지: 고음국의 문헌적 분석고찰, 한국식문화학회지, 7(4), 339-362, 1992.
- 김은실, 전희정, 이효지: 찜의 문헌적 고찰(Ⅱ), 어패류, 채소류 및 기타를 이용한 찜을 중심으로

- , 한국식문화학회지, 5(1), 129-134, 1990.
19. 김태홍, 류경림: 우육조리법의 역사적 고찰, 한국 식문화학회지, 7(3), 223-244, 1992.
20. 김태홍: 우육조리법의 역사적 고찰, 한국식문화 학회지, 9(5), 489-507, 1995.