

치즈의 응용



글 / 채동진
동우대학 제과제빵과 교수

이번 호에서는 제과제빵 재료로 광범위하게 쓰이는 치즈에 대해 살펴본다. 치즈의 유래에서부터 치즈의 다양한 용도와 이름의 기원, 고유의 풍미를 지닌 치즈의 이름과 특성에 대해 알아본다. 치즈를 응용해 만든 케이크 제품의 제법도 아울러 알아본다. <편집자 주>

I 치즈의 원리와 효용

치즈는 전세계에 800여가지 종류가 있는데, 이 모두를 유제품(乳製品)이라고 한다. 즉 우유를 원료로 해서 만든 제품으로 보통 소의 젖으로 만들지만 양, 염소, 말, 물소의 젖으로도 만들고 있다. 우리가 피자에 주로 사용하고 있는 모짜렐라 치즈(Mozzarella Cheese)도 원래는 이태리 남부지역에서 물소의 젖으로 만들어진 치즈였다. 그러나 현재 대부분의 모짜렐라 치즈는 부드럽고 신선한 장점이 있지만 유통기간이 1주일밖에 되지 않아 수분 함량을 줄이고 구하기 쉬운 젖소의 젖을 사용하고 있다.

치즈를 만드는 기본원리는 우유의 유산균과 단백질 응유(凝乳) 효소인 린넷을 첨가하여 발효와 숙성의 과정을 거치는 것이다. 치즈가 처음 만들어지게 된 유래에 대해 아라비아 민담은 다음과 같이 전한다. 아라비아의 한 유목민이 양위로 만든 가죽 주머니에 우유를 넣고 여행을 하던 중이었다. 갈증이 나서 마시려고 보니 우유는 없어지고 수분이 빠진 반 고형의 응고물이 만들어진 것을 발견했다. 그 유목민이 독특한 맛

에 놀라 만들어 먹은 것이 치즈의 처음이라는 것이다.

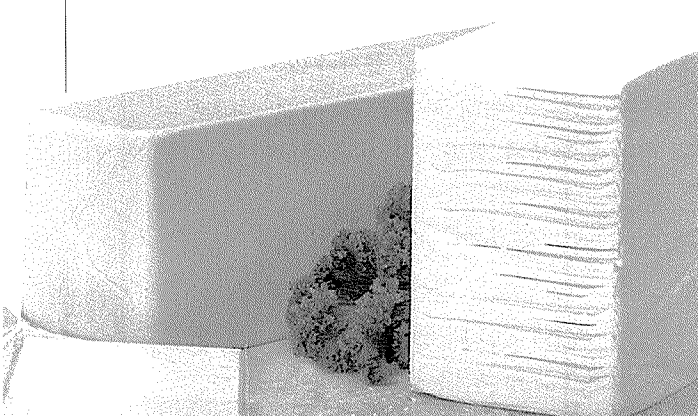
유럽에서는 치즈를 '흰 고기'라고 부르는데, 이 치즈에는 인간에게 필요한 동물성 단백질과 칼슘, 그리고 비타민 A와 B를 많이 함유하고 있다. 특히 동물성 단백질과 칼슘은 중년 여성에게 오는 질병인 골다공증을 예방하는데 좋은 것으로 알려지고 있다. 치즈는 발효식품으로 우유의 소화가 잘 되지 않는 사람에게 배탈 없이 체내에 잘 흡수되므로 우유의 단백질과 칼슘을 공급받기 좋은 식품이다.

또한 다이어트 식품으로도 알려져 있는데 이는 치즈에 함유되어 있는 지방이 소화되기 쉬운 유화 상태이며, 치즈에 함유되어 있는 비타민 B의 작용으로 쉽게 연소된다. 그리고 조금만 섭취해도 포만감을 느낄 수 있는 식품이므로 다이어트에 효과적이다. 따라서 이러한 치즈의 기능성을 부각시켜 제과에 적용한다면 더 많은 소비자의 호응을 얻을 수 있을 것이다.

II 제과에 쓰이는 치즈의 종류와 사용법

내추럴 치즈(Natural Cheese)는 소나 물소, 양의 젖을 응유 효소 등으로 굳혀 발효시켜 만든다. 처음에 만들어진 덩어리를 후레쉬 치즈라 하고, 남은 부분을 웨이(Whey) 또는 유청(乳清)이라고 한다. 빵이나 과자에 사용되는 대부분의 치즈는 내추럴 치즈인데 모짜렐라, 파머산, 체다, 고다, 에담, 에멘탈 등이 있다.

치즈는 경도, 제조방법, 숙성기간, 첨가제, 제조지역 등의 기준에 의해 종류가 결정되는데, 발효식품이므로 우리나라의 김치나 된장의 맛이 지역마다 다르듯이 치즈 또한 지역에 따라 크게 맛이 달라진다. 대부분의 치즈이름이 지역 이름을 딴 것도 이 때문이다.





● 프로세스 치즈 PROCESS CHEESE

프로세스 치즈는 내추럴 치즈를 가열하여 용해시킨 뒤 가공하여 만든다. 프로세스 치즈는 말 그대로 가공한 치즈를 말하는데, 치즈의 독특하고, 진한 향에 익숙하지 못한 우리나라 사람에게 가장 소비량이 많은 치즈이다. 주로 체다, 고다, 림버거, 브릭 등의 내추럴 치즈를 가공해서 만든다.

● 카티지 치즈 COTTAGE CHEESE

미국 농가에서 처음 만들어 진 탈지유나 탈지분유로 만든 치즈로 순두부 같은 상태다. 수분이 많고, 거친 모양의 제품과 체에 걸러 곱고 부드러운 입상의 제품도 있다. 지방 함유율이 0.3%로 낮고 고단백질, 저지방의 대표적 식품 중 하나이다. 제과 이외에도 샐러드나 샌드위치에 사용해도 좋으며 저칼로리 치즈이므로 다이어트 식품으로 인기가 높다.

● 프로마쥬 브랑 FROMAGE BLANC

프랑스에서 가장 일반적인 후레쉬 타입의 치즈이다. 우유에 응유 효소를 넣어 균한 뒤 수분을 빼내어 만든 냄새가 독하지 않고, 부드러운 풍미의 치즈로서, 어떤 과자나 요리에든 사용할 수 있다. 프랑스어로 "하얀 치즈"란 뜻으로 Fresh Cheese라는 이름으로도 판매되고 있다.

● 마스카포네 MASCARPONE

티라미수를 만들 때 사용되는 치즈로 더욱 유명해진 이탈리아 북부 롬 바르디아 지방의 치즈로서, 생크림과 크림치즈 중간 정도의 부드럽고 단백한 맛과 버터 같은 풍미가 있으며 미미한 단맛을 느낄 수 있다. 파스타 소스의 재료로도 사용된다.

● 리코타 RICOTTA

양의 젖으로 포로볼로니 치즈를 만들 때 만들어지는 웨이(유청)를 넣어 만든 이탈리아 치즈로서 유지방분이 적고, 시원한 산미가 있다.

제품 그대로 디저트 치즈로서 먹기도 하고, 샐러드 등의 요리에든 사용된다. 제과에서는 커스타드 크림과 섞으면 독특한 풍미의 맛있는 치즈크림이 만들어진다. 이탈리아 남부지방에서는 물소의 젖을 사용하기도 한다.

● 파르미지아노 PARMIGIANO · 레자노 REGGIANO

가루로 만들어 피자소스나 피자토픽 위에 직접 뿌려 사용하며 파머산 치즈로 잘 알려져 있다. 이탈리아의 대표적 치즈 중 하나로, 1000년 전부터 북부 파머지방에서 만들어져 내려왔으며 1955년 제정된 "원산지 통제 호칭법"에 따라 이 지역 이외에서는 생산하지 못하게 되었다.

가루로 만들기 전에는 30~40kg이나 되는 큰 원통형으로 올리브 기름을 바르고 2년 이상 숙성시켜 갈색 표면에 명칭과 제조 년월일을 인두로 새겨 품질을 보증하고 있다.

● 크림치즈 CREAM CHEESE

우유에 크림을 넣어 만들어서 하얗고 부드러운 맛과 가벼운 산미가 특징이다. 사용하기 편하므로 여러 가지 치즈과자의 재료로서 사용되고 있다. 냉장보존이므로 과자를 만들 때는 그밖의 재료와 잘 섞이도록 실온에 놓았다가 부드럽게 풀어서 사용하는 것이 좋다. 향신료나 허브와 섞어 안주로도 만들 수 있고 요리에든 많이 사용된다.

● 에멘탈 EMMENTAL

스위스 중부의 에멘탈 지방에서 만들어진다. 60~130kg의 구멍이 뚫린 멧돌 모양의 딱딱한 치즈로서 프레스기로 압착하여 수분을 빼내고 숙성시켜 장기간 보존이 가능하다. 가스 구멍이 균등하고 구멍 속에 수분이 있는 것이 신선하다.

잘라진 구멍의 입구가 변색됐거나 침으로 찌른 듯한 하얀 반점이 있는 것은 신선하지 못한 것이다. 치즈 중에서 염분 함유량이 가장 적으며 거의 짠맛을 느낄 수 없다.

III 치즈를 이용한 제품의 배합과 제법

치즈케이크는 크게 3가지로 나눌 수 있다. 젤라틴을 넣어 굳히는 레어 타입, 진하고 리치한 맛으로 구워서 만드는 베이킹드 타입, 머랭을 넣어 가볍게 만들어 스팀으로 찌는 형태의 수플레 타입이 있다. 그 밖에 치즈를 이용한 구움과자가 있는데 이상 4가지의 대표적인 제품을 하나씩 소개해 본다.

1. 레어 치즈케이크 (Rare Cheesecake)

배합 (지름 5cm, 높이 3cm의 원형 세르클틀 16개분)

노른자 2개, 설탕 60g, 젤라틴 10g, 백포도주 60cc,
레몬즙 30cc, 생크림 300cc, 크림치즈 260g

*시럽 물 100cc, 설탕 50g, 키르쉬 30cc

버터 스펀지 1장

만드는 법

- ① 믹싱볼에 노른자와 설탕을 넣고 믹싱한다.
- ② 백포도주에 미리 불려놓은 젤라틴을 증탕에 녹여 ①에 넣어준다.
- ③ 부드럽게 풀어놓은 크림치즈에 레몬즙을 넣고 섞은 뒤 ②를 넣고 빠르게 섞는다.
- ④ 생크림을 믹싱하여 ③에 넣어 섞는다.
- ⑤ 스펀지를 5mm로 슬라이스해서 세르클틀에 깔고 시럽을 바른다.
- ⑥ ④를 부어넣고 냉장고에서 굳힌다.

2. 베이킹드 치즈케이크 (Baked Cheesecake)

배합 (지름 18cm 원형틀 2개분)

크림치즈 600g, 크래커 (전립분으로 만든) 200g, 버터 90g,
설탕 120g, 노른자 4개, 레몬즙 40cc, 럼주 40cc,
사워크림 400g, 분당 40g

만드는 법

- ① 크래커를 비닐에 넣고 밀대로 밀어 부순 뒤 녹여놓은 버터를 넣고 뭉쳐질 정도로 만든다.
- ② ①을 틀에 깔고 스펀 등으로 가장자리를 잘 눌러준 뒤 냉장고에 넣어둔다.
- ③ 부드러운 상태의 크림치즈에 설탕과 노른자를 넣어 섞은 후 레몬즙, 럼주를 넣고 섞는다.

* 크림치즈는 전자레인지 사용하면 쉽게 부드러운 상태로 만들 수 있다.

④ ③을 ②에 부어넣고 180/150°C의 오븐에 25분간 굽는다.

⑤ 다른 볼에 사워크림과 분당을 넣고 섞어 ④가 구워져 나오면 윗부분에 붓고 다시 180/150°C의 오븐에 2분간 굽는다.

⑥ 식으면 냉장고에 하룻밤 넣어둔 뒤 틀에서 꺼낸다.

3. 수플레 치즈케이크 (Souffle cheesecake)

배합 (지름 18cm 원형틀 2개분)

크림치즈 600g, 우유 100cc, 설탕 180g, 계란 6개,
전분 60g, 레몬즙 90cc, 쿠앵트로 30cc

만드는 법

- ① 부드러운 상태의 크림치즈에 우유를 넣고 섞는다.
이때 덩어리가 생기지 않도록 주의한다.
- ② ①에 설탕, 노른자, 전분, 레몬즙, 쿠앵트로의 순으로 넣어가며 믹싱을 한다.
- ③ 다른 볼에 흰자와 설탕을 믹싱하여 머랭을 만든다.
- ④ ②에 ③의 ½을 넣고 거품기로 섞은 뒤 나머지 머랭을 넣고 나무주걱으로 가볍게 섞는다.
- ⑤ 틀에 종이를 두르고 ④를 부은 뒤 미지근한 물을 반정도 채운 철판에 올려 놓고 증탕으로 익힌다. (오븐온도 180/150°C)

4. 아몬드 치즈케이크 (Almond cheesecake)

배합 (지름 9cm의 마드레네 은박컵 12개분)

리코타 치즈(또는 마스카포네 치즈) 200g, 아몬드 100g, 호두 60g,
잣 40g, 버터 100g, 설탕 170g, 계란 4개,
박력분 40g, 베이킹 파우더 8g

만드는 법

- ① 호두, 아몬드, 잣을 프라이팬에 살짝 구운 뒤 믹서에 넣고 간다.
- ② 버터에 설탕을 넣고 믹싱한 후 계란을 넣고 믹싱한다.
- ③ ②에 리코타 치즈를 넣어 섞고 분말의 너츠류를 넣고 섞는다
- ④ 찹주머니에 담아 마드레네컵에 찐 후 160/140°C에서 20분간 굽는다.