설탕과 과일의 만남
Sugar & Fruits

설탕을 끓여 만든 시럽과 과일을 이용해 만들 수 있는 것으로는 콩포트, 잼, 젤리, 과일 설탕 절임 등을 들 수 있다. 이렇게 다양한 종류의 제품들은 그 자체로 훌륭한 디저트 제품이 되기도 하지만 케이크나 구움과자류의 재료로서도 많이 사용되고 있기 때문에 제조 방법을 잘 숙지해두면 다양한 양과자 제조 기술력의 폭도 그만큼 넓힐 수 있을 것이다.

Ⅰ. 과일을 보존하기 위한 설탕의 역할

아라비안, 중국, 이집트 등에서는 아주 오래 전부터 설탕을 사용해왔지만 유럽에서 설탕이 널리 사용되기 시작한 것은 약 15세기부터이다. 설탕이 보편적으로 사용되기 전에는 벌꿀이나 과즙을 졸인 것이 감미료의 역할을 했고, 정제된 설탕이 만들어지면서부터 과자의 세계도 다채로워졌다. 설탕은 본래 식품을 부패시키지 않고 보존시키기 위한 목적으로 사용되어졌지만 보존의 역할은 물론, 맛에 있어서도 비약적인 발전을 가능케 했다. 또한 설탕은 보습성과 과일의 색을 아름답게 하는 성질도 있다. 과거 유럽에서는 설탕을 이용해 만든 제품은 꽤 고가였기 때문에 귀족들만이 즐길 수 있었다고 한다.

Ⅱ. 가열에 따른 설탕의 변화

과일과 설탕으로 제품을 만들기 전에 먼저 설탕의 특성을 잘 살펴볼 필요가 있는데 그 중 하나가 가열에 따른 변화이다. 가열 온도에 따라 설탕을 냉각했을 때의 상태가 변화하는 것을 알 수 있는데, 이러한 특성을 이용해 당과(糖菓)가 만들어졌다. 또한 설탕은 물의 온도에 따라 용해도가 크게 변화하는데, 물을 끓여 온도를 높인 후 설탕을 넣어 녹인 시럽을 식히면 용해도가 떨어져 일부의 설탕이 다시 결정화한다. 이런 특성을 이용한 것이 과일에 당의(糖衣)를 입힌 프뤼이 데기제(Fruits Déguisés)이다.

Ⅲ. 과일 선택의 중요성

귀족이나 부자들만이 즐길 수 있었던 설탕을 이용해 만든 과일 과자는 현재 유럽에서 점포 쇼윈도를 장식하는 디스플레이용 상품으로는 물론, 모든 사람이 즐겨 먹는 보편적인 제품 중 하나가 되었다. 콩포트, 잼, 젤리, 과일 설탕 절임 등의 제품은 많은 양의 설탕을 사용해 만드는데, 설탕과 균형을 맞추기 위해서는 산미(酸味)가 있는 과일을 선택하는 것이 좋다. 설탕을 함께 섞으면 과일 속의 산이 과일 자체의 풍미와 함께 응축되어 그 맛을 더욱 배가시키기 때문이다. 우리나라에서는 유럽과 달리 단맛이 강한 것을 선호하지 않으므로 우리 입맛에 맞는 콩피즈리(당과 糖菓)를 만드는 비결은 산미가 많은 과일을 선택하는 것이다.

콩포트(Compotes)

시럽으로 졸인 과일을 콩포트라고 하는데, 주로 디저트로 많이 먹는 제품이다. 당도 30% 정도의 복숭아 콩포트 제조 방법은 다음과 같다.

재료 중량(g)

복숭아 3개, 레몬즙 소량, 물 1,000, 설탕 400, 레몬 슬라이스 2개, 바닐라빈 1개

만드는 법

1. 복숭아의 껍질을 벗겨 레몬즙과 함께 냄비에 넣은 후 조금 잠길 정도로 분량외 물을 넣는다.
* **가열하기 전 복숭아를 젓가락 등으로 찔러보아 경도가 어느 정도인지 체크한다.**
2. 물과 설탕을 끓여 시럽을 만든다.
3. ①에 시럽과 레몬 슬라이스, 바닐라빈을 넣고 유산지 등을 덮어 40분 정도 약한 불로 끓인다.
4. 복숭아를 찔러보아 가열하기 전보다 가볍게 쑥 들어가면 불을 끄고 상온에서 식힌다.

콩피튀르 (Confiture)

잼이나 젤리, 마멀레이드를 지칭하는 콩피튀르. 일반적으로 잼은 과일을 동량의 설탕과 함께 가열해 105℃ 또는 당도 70%가 될 때까지 졸인 것으로 구운 반죽 위에 바르거나 함께 구울 때도 많이 사용한다. 콩피튀르에 적합한 펙틴이 풍부한 과일로는 산딸기와 오렌지가 있는데, 이중 오렌지 마멀레이드 제조법을 소개한다.

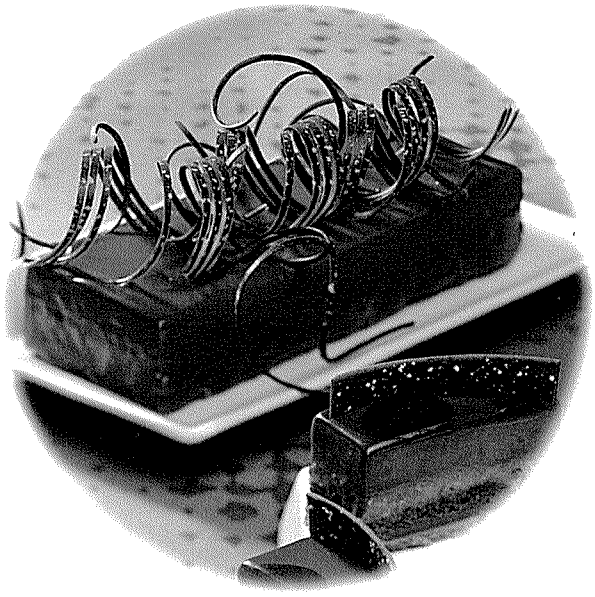
재료 중량(g) / 오렌지 500, 물 1,000, 설탕 500

만드는 법

1. 오렌지 껍질에 길게 칼집을 넣어 벗겨 과육과 껍질을 분리하고, 껍질을 1㎜ 두께로 길게 슬라이스한다. 과육은 적당한 크기로 잘라 둔다.
2. 오렌지 껍질을 끓인 물에 넣고 다시 끓인 후 망에 거른다. (이 공정은 오렌지 껍질의 쓴맛을 제거하고 시럽 침투가 잘 되게 하기 위함)
3. 오렌지 과육과 ②의 껍질을 다시 냄비에 넣고 열을 가해 주걱으로 눌러가면서 30분 정도 끓인다. 이때 오렌지 속의 펙틴이 천천히 나온다.
4. ③에 설탕을 넣어 졸인다. 약한 불에서 손톱으로 눌러 오렌지 껍질이 부서질 정도로 부드럽게 될 때 설탕을 넣는다. 설탕은 5회 정도 나누어 넣는데 먼저 1/5 분량의 설탕을 넣고, 나머지는 7~8분 간격으로 넣어 졸인다.
* **설탕을 조금씩 넣으면서 천천히 침투 시켜야 껍질이 딱딱하지 않고 투명감이 있는 잼이 된다.**
5. ④가 투명해지면 병에 넣고, 병을 거꾸로 세워 식힌다.

파트 드 프뤼이 (Pâte de Fruits)

과일 퓌레 또는 주스에 거의 같은 분량의 설탕을 넣어 당도 70%까지 졸여 펙틴으로 굳힌 과일 젤리가 파트 드 프뤼이(Pâte de Fruits)이다. 대량의 설탕을 넣고 제조하므로 맛의 균형을 맞추고, 펙틴의 응고력을 높이기 위해서는 산미가 강한 과일 퓌레를 사용하는 것이 좋다. 사용하는 과일에 따라 펙틴양도 약간씩 차이가 나는데 여기서는 패션프루츠 젤리 제조법을 소개한다.



재료 중량(g)

패션프루츠 퓌레 400, 살구 퓌레 100, 물엿 70, 설탕 550, 펙틴 12, 구연산 5

만드는 법

1. 설탕 50g과 펙틴을 섞은 후 끓인 퓌레, 물엿에 넣고 잘 섞어준다.
2. 남은 설탕을 ①에 4~5회 나누어 넣은 후 105℃ 또는 당도 70%까지 끓인다.
3. ②를 불에서 내려 구연산을 넣고 섞은 후 사각 세르클에 팬닝해 실온에서 굳힌다.
4. ③이 굳으면 적당한 크기로 잘라 설탕을 골고루 묻힌다.

콩피 (Confit)

콩피는 당도를 조금씩 높이면서 만드는 과일 설탕 절임으로, 과일을 시럽에 담가 두고 시럽을 매일 조금씩 보충하면서 끓여 천천히 당도 70%로 만드는 것이다. 케이크류에 많이 사용하며, 대표적인 제품으로는 오렌지 콩피를 넣는 발렌시아를 들 수 있다. 오렌지 껍질 콩피 제조 방법은 다음과 같다.

재료 중량(g) / 오렌지 5개, 물 800, 설탕 600, 바닐라빈 1개

만드는 법

1. 잘 씻은 오렌지의 껍질을 벗겨 반으로 잘라 냄비에 넣은 후 분량 외의 물을 가득 넣고 끓인다. 이것을 다시 체에 거른 후 물을 가득 넣고 끓이는 방법을 3회 반복한다.
2. 물, 설탕, 바닐라빈을 끓여 시럽을 만든 후 ①의 오렌지 껍질을 넣고 하루 동안 재워둔다.
3. ②를 체에 걸러 시럽과 껍질을 분리시킨 후 다시 시럽을 냄비에 넣고 끓인다. 여기에 껍질을 넣고 하루 정도 실온에 놔둔다.
4. 당도가 70%가 될 때까지 위의 작업을 반복한다. 약 10~14일 소요된다.
* **다된 콩피는 끈적거리므로 물로 시럽을 씻은 후 물기를 닦고 사용한다.**

글 · 김현숙
현재 '쿠키모리' 운영 (☎ 02-544-5067)