

금잔화무스 한번 만들어 볼까?

‘꽃’ 제과재료로 쓰면 어떨까?

이웃나라 일본은 슈퍼마켓에서도 식용꽃을 구입할 수 있을 만큼 꽃 요리가 대중화돼 있어 샐러드나 케이크, 초콜릿 등에 애용되고 있다. 우리나라는 진달래나 국화 꽃잎을 이용한 화전과, 허브로 유명한 상수 허브랜드에서 내놓은 ‘꽃비빔밥’이 맛집 기행에서 빠지지 않는 단골 메뉴가 될 만큼 인기가 높다. 그렇다면 제과 재료로서 ‘꽃’의 쓰임새는 어떨까? 꽃의 실용성에 대해 꼼꼼하게 따져본다.

철마다 갖가지 이벤트로 분주한 호텔 가에서 올 봄의 가장 큰 화두는 단연 ‘꽃’이다. 지난 3월 힐튼호텔에서 열린 ‘꽃요리축제’에서는 꽃으로 화전도 부치고 젤리, 케이크도 구워 선보였다. 일단 화려한 색깔에 압도당한 사람들은 장미꽃무스케이크를 한입 베먹고 입안 가득 퍼지는 산뜻한 맛에 눈이 휘둥그레졌다. 의외로 반응이 좋아 힐튼호텔은 ‘해바라기 튀김’ ‘봄꽃 샐러드’ 등의 꽃 요리를 행사가 끝나도 맛볼 수 있도록 상시 제품으로 만들었다. 조선히otel은 ‘제비꽃비빔밥’을, 메이필드호텔은 ‘웰빙꽃쌈정식’을 속속 내놓고 있어 호텔 가에서 볼고 있는 꽃바람은 한동안 이어질 것으로 보인다.

가장 영양가 높은 야채 ‘꽃’

“꽃이 예쁘기만 하지 영양가가 뭐 있겠어?”라고 생각하는 사람은 마음을 일러 고쳐먹길. 식물학적으로 꽃은 잎이 변한 것이고, 웰빙 시대의 건강소재로 급부상한 녹색채 야채는 색이 선명한 원색일수록 몸에 좋다. 게다가 산란기의 어패류가 제철을 맞는 것처럼 식물 또한 꽃이 필 때 가장 많은 양분을 지닌다. 이런 모든 정황을 따져봤을 때 꽃만큼 영양성분이 집중돼 있는 ‘야채’도 없다.

식물학자들은 “꽃은 단백질과 비타민, 무기질 그리고 체질 산성화를 막아주는 식물 색소인 안토시아닌 등의 영양물질이 뿌리, 줄기, 잎에 비해 몇 배나 많다”고 전한다. 몸의 면역기능을 높이고 신진대사를 촉진하는 효소와 호르몬 성분도 풍부해 노화 예방 효과도 좋다고 하니 꽃이야말로 식재료계의 숨은 진주라 할 수 있다.

식용으로 쓰이는 갖가지 야채가 서로 다른 영양적 효능을 갖듯이 꽃도 장미나, 국화나, 카네이션이나에 따라 꽃이 지닌 영양물질도 제각각이다. 예를 들어 국화는 몸 속 열을 내리고 간을 편하게 해주는 해독 작용이 있고, 장미는 가슴이 답답한 증세를 풀어주고 폐와 비장에 좋다.

먹어도 되는 꽃 VS 먹으면 큰일 나는 꽃

아무리 꽃이 몸에 좋다고 해도 아무 꽃이나 먹어서는 안 된다. 반드시 사람이 먹을 수 있도록 식용으로 재배한 꽃만 제품에 사용한다. 꽃집에서 판매하는 꽃들은 관상용으로 재배돼 성장을 촉

무스케이크 속에 ‘꽃’이 폈다!

—꽃으로 제품을 만드는 세 가지 원칙



하나, 꽃은 ‘열 받으면’ 변한다.

꽃의 가장 큰 장점은 화려한 색깔. 꽃의 색소인 안토시아닌은 열을 가하면 변하는 특성이 있다. 열을 가하지 않는 공정의 무스케이크가 꽃으로 만드는 제과에 알맞다.

둘, 꽃은 그 자체가 아름답다.

허브를 소재로 만들 때처럼 꽃 자체의 맛과 향을 살리는 것이 좋은 제품을 만드는 비결. 과일 푸레 등 향이 진한 재료와 함께 쓰면 엄밀하게 따져 과일 케이크지 꽃 케이크가 아니다. 바바루어나 크림치즈처럼 맛이 강하지 않으면서 꽃의 맛과 향을 살려줄 수 있는 재료와 어울려 쓰는 것이 좋다.

셋, 꽃은 닳은 꿀 친구를 좋아한다.

보라색 비올라로 제품을 만들 때는 보라색 ‘블랙 커런트 푸레’로 무스를 만드는 등 한 제품 안에서 색깔을 통일시켜 주는 것이 좋다.



진시키고 꽃 색깔이 선명하도록 재배할 때 농약을 많이 뿌려 함부로 먹으면 큰일 난다. 식품의약품안전청 관계자는 “식약청은 잔류 농약의 여부에 따라 꽃의 식용 가능성 여부를 결정한다”고 꽃의 식용기준을 밝힌다.

다행히 농약을 쓰지 않고 100% 유기농으로 꽃을 재배하는 농장이 늘어나는 추세라 식용꽃을 구하기가 예전처럼 어렵지 않다. 우리나라에서 제일 먼저 식용꽃을 재배한 충남 공주의 ‘엔젤농장’과 허브로 잘 알려진 ‘허브다섯메’는 대표적인 식용꽃 재배 농장. 전국 어디서나 택배로 꽃을 받을 수 있어 편리하다.

개나리, 목련, 아카시아 등 4~5월에 산과 들에 흐드러지게 피는 꽃들도 깨끗한 물에 헹구기만 하면 식용으로 훌륭하다. 가장 안전한 꽃은 우리집 화단이나 화분에서 직접 기르는 게 최고. 식용꽃은 꽃받침과 꽃술을 조리 전에 반드시 제거하는 것이 좋다. 물론 창포, 강아지똥풀, 철쭉, 연산홍 등은 아무리 예쁘고 향이 좋아도 독성이 있어 먹으면 안 된다. 손톱에 고운 물을 들이는 봉선화도 물에 한번 담갔다 먹는 게 좋다.

특별한 날을 더욱 특별하게! 꽃 데코레이션 케이크

“식용꽃 행사장에서 소국초콜릿케이크를 시식케 했더니 꽃만 건어내고 먹더라”는 식용꽃 전문가 구천서 교수의 말에서 알 수 있듯이 아직 제과와 꽃은 거리가 있어 보인다. 하지만 제과의 본고장 유럽에서는 붉은 장미꽃잎을 넣은 젤리와 케이크의 인기가 좋아 식용꽃을 제과에 한번쯤 시도해볼 만 하다.

굳이 배합에 넣지 않더라도 꽃으로 케이크 데코레이션을 하는 것도 괜찮다. 우리나라에서 처음으로 베이커리에 꽃을 접목한 서울 압구정동 ‘이승남의꽃과빵’은 베이커리 식용꽃 사용의 좋은 예다. 생화로운 장식하는 이곳의 케이크는 각종 ‘-데이’나 생일파티용으로 인기가 높다. 웨딩케이크 주문도 끊임 없이 이어진다. 생화 데코레이션은 미국이나 일본에서는 아주 오래 전부터 유행한 컨셉. 꽃이 쇼케이스 안에서 금방 시들어버리는 단점은 예약 주문을 통한 한정제품 생산으로 극복했다.

꽃케이크, 아직은 시기상조?

하이몬드과자점 홍상기 상무는 ‘허브다섯메’의 의뢰를 받아 제과의 속재료로서 꽃의 실용성을 따져보았다. 연약한 꽃의 특성상 ‘보관상 어려움’이 제과업체가 풀어야할 가장 큰 숙제. 다양한 방법으로 보관을 시도해 봤더니 젖은 면포를 덮어 냉장고에 보관하면 꽃이 일주일 이상 원형 그대로였다.

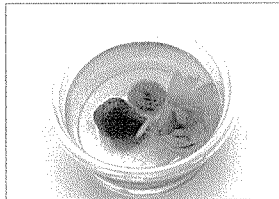
금잔화와 소국처럼 잘 시들지 않는 꽃은 쇼케이스 안에서도 2~3일은 꽃스럽게 상태를 유지했다. 또 꽃에 열을 가하면 특유의 색깔과 향이 반감되고 중요한 영양성분인 안토시아닌마저 파괴되기 때문에 열을 가하지 않고 만드는 무스 케이크가 가장 적합했다.

홍 상무는 “우리나라 소비자들의 입맛을 고려했을 때 실용적인 제품을 기대하는 것보다 고객의 호기심을 자극해 매출을 올리는 이벤트 제품의 개발에 적합하다”며 “허브를 이용한 제품이 서서히 자리를 잡아가는 것처럼 색채 면에서 허브보다 장점이 큰 꽃도 그럴 것”이라 확신한다. ③

Test 꽃의 수명을 연장하려면?

같은 조건에서 재배된 꽃을 각기 다른 방법으로 4일간 보관한 후 상태를 체크했다.

① 물에 담가 열린 것



언 상태에서는 꽃의 색채가 그대로지만 냉동실에서 꺼내 실온에 두면 꽃잎이만 녹으면 갈변한다.

② 그냥 열린 것



냉동실에서 꺼내 실온에 두면 꽃잎이 호롤호롤하고 갈변한다.

미니 인터뷰

이승남의꽃과빵 이승남 대표



꽃은 케이크가 지닌 축하와 감사의 의미를 더욱 강조해줍니다. 웨딩케이크는 물론 생일이나 발렌타인데이 등 특별한 날을 위한 주문이 많고, 시댁 등 격식을 차려야 할 곳에 선물하려는 사람들도 많이 찾습니다. 꽃의 아름다움은 눈을, 케이크의 달콤함은 입을 즐겁게 해준다는 의미에서 ‘꽃과 빵’은 정말 잘 어울리는 소재라 할 수 있습니다.

또 선물을 하려는 대상과 목적에 따라 꽃과 디자인 컨셉이 달라지기 때문에 우리 점포에서는 고객이 원하는 내용을 수렴해 데코레이션을 해주는 주문 생산을 기본으로 합니다. 때로는 고객이 보는 앞에서 데코레이션을 해주기도 하죠.

꽃은 저장해두고 오래오래 사용할 수 있는 재료가 아니라서 매번 신선한 것을 주문해 사용하다보니 비용이 꽤 많이 드는 편입니다. 우리 점포는 꽃의 비용 부담이 적은 미니 컵 케이크 등 소형 케이크를 주로 만듭니다. 미니 사이즈를 2만3천 원에 판매하니 제품의 부가가치를 확 끌어올린다는 점에서 꽃 데코레이션은 시도해볼만한 사업이지만, 고객의 기대가 큰 제품일수록 작은 실수에도 쉽게 불만이 쌓인다는 사실을 꼭 기억하세요.

이승남식 꽃 데코레이션

- 먼저 깨끗이 씻는다.
식용꽃은 농약을 쓰지 않아 벌레가 나올 수 있기 때문에 흐르는 물에 조심스럽게 씻어 물기를 뺀 다음 사용한다.
- 향이 엷은 꽃이 좋다.
꽃의 향이 케이크의 맛에 영향을 미칠 정도로 짙은 향을 지닌 꽃은 데코레이션에 좋지 않다.
- 데코레이션은 심플하게!
꽃 자체가 화려하기 때문에 데코레이션은 최대한 심플하게 디자인하는 것이 더 돋보인다.
- 케이크에 흠기지 않게!
케이크에 흠이 가지 않게 꽃은 살짝살짝 얹는다는 느낌으로 케이크 위에 올린다.

물에 적신 면포를 덮어 냉장 보관하는 것이 꽃을 보관하는 가장 알맞은 방법으로 결과가 나왔다. 꽃잎을 믹서에 갈면 본래의 화려한 색깔은 온 데 간 데 없고 거무튀튀한 액체만 남는다. 꽃잎이 작은 국화나 금잔화는 생잎을 그대로 따서 사용하고, 꽃잎이 넓은 비올라나 장미는 칼로 살짝 다져 넣는 게 좋다.

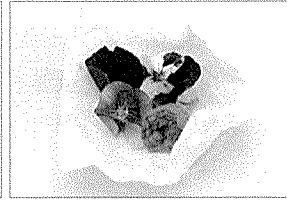
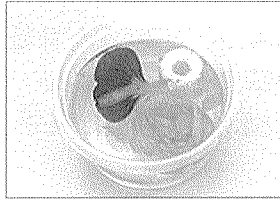
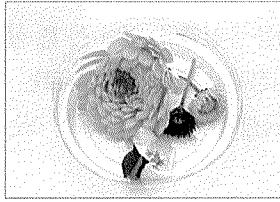
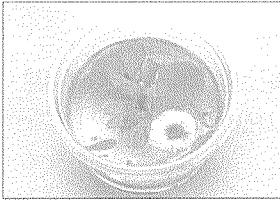


③ 시럽에 담근 것

④ 냉장 보관

⑤ 물에 담가 냉장 보관

⑥ 물에 적신 면포를 덮어 냉장 보관



꽃잎이 무거워 축축 늘어지고 선명한 색깔을 잃는다.

끝이 갈변하기 시작하고 꽃잎에 힘이 없다.

꽃잎은 상심하지만 선명한 색깔을 잃는다.

가장 신선하고 색깔도 선명하다. 10일 이상 보관할 수 있다.

제과에 쓰기 좋은 꽃

금잔화

열을 가해도 변색이 적고 씹살한 맛이 입맛을 돋운다. 꽃송이 하나에서 얻을 수 있는 꽃잎이 많아 실용적이다.

●효능...소화를 촉진해 위궤양, 십이지장 궤양의 치료에 큰 효과가 있다.



국화

오래 전부터 우리나라에서 식용으로 많이 이용했던 꽃. 첫맛은 씹살하지만 씹을수록 단맛이 배어나온다. 쇼케이스에서도 2~3일 동안은 끄덕없다.

●효능...간에 좋아 해독 작용이 뛰어나고 여름 감기, 두통에 좋다. 눈의 건강에도 좋다.



장미

색깔이 고우면서 향이 은은하고 달아 젤리, 케이크 등 어떤 제품에도 잘 어울린다. 요리에는 미니 장미를 쓰는 게 좋다.

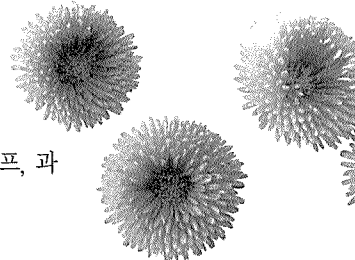
●효능...가슴이 답답한 증세를 풀어주고 피를 고르게 해 멍을 없애는데 좋다.



데이지

단맛이 나고 아삭아삭 씹는 맛이 좋다. 유럽에서는 데이지로 만든 샐러드나 수프, 과자류가 인기를 끌고 있다.

●효능...기관지를 보호하고 간에 좋다.



팬지

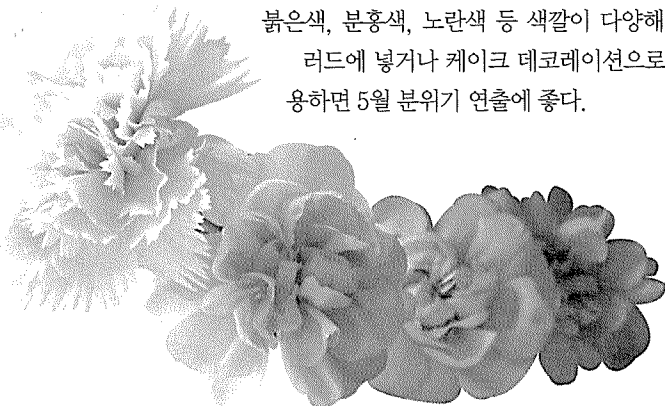
열을 가해도 색깔 변화가 거의 없어 쿠키에 넣어 주면 담백하면서 달콤한 향기가 있다. 젤리, 과자류에 많이 쓰인다.

●효능...호흡기 계통의 기관지염에 특히 좋고 이노작용과 항염작용이 있어서 류마티스나 방광염의 치료에 쓰인다.



카네이션

붉은색, 분홍색, 노란색 등 색깔이 다양해 샐러드에 넣거나 케이크 데코레이션으로 활용하면 5월 분위기를 연출에 좋다.



우리도 식용꽃 한번 써볼까?

무농약으로 재배한 식용꽃은 서울 가락동 농수산물 시장의 대농농장이나 양재동 꽃시장에서 어렵지 않게 구할 수 있다. 점포에서 직접 주문해 사용할 수도 있는데, 송파구 장지동 허브다섯메(02-430-7320)는 꽃의 크기에 따라 20~45송이들이 한 팩을 3천 원에 판매한다. 5만 원 이상 주문하면 전국 택배비가 공짜다. 충남 공주의 엔젤농장(041-541-5272), 경기도 하남의 송강농장(02-402-0494)에서도 꽃을 판매한다. 이밖에 농장별 인터넷 쇼핑몰을 통한 구매도 활발하다.

허브 다섯메 www.herb5.co.kr
엔젤농장 www.angelfarm.co.kr
에데니아 www.edenia.co.kr