

청국장

냄새 없이 새로워진 콩 세계의 지존

청국장 하면 생각나는 독특한 냄새. 대문 밖에서부터 폴폴 풍기는 청국장 냄새는 어머니의 품처럼 따뜻한 고향의 맛을 전한다. 1400여 년 넘게 간직해 온 특유의 냄새를 없애고 새롭게 변신한 청국장 제품을 소개한다. 이번호를 마지막으로 새로운 재료를 한 발 앞서 소개해 온 '새 재료 새 맛' 연재를 마친다.

글_정술이 기자· 사진_이성우, 주현진· 제품 실연_부산 파라다이스호텔 서유선 제과장

요즘 청국장은 냄새가 없다? 최근 몇 년 사이 청국장의 건강 효능이 부각되고 냄새 없는 청국장 제품이 잇달아 출시되면서 청국장이 큰 인기를 누리고 있다. 청국장의 영양과 효능에도 불구하고 특유의 강한 냄새 때문에 청국장을 꺼리는 사람들에게는 그야말로 회소식이다. 집에서 직접 청국장을 발효해 먹을 수 있는 청국장 발효기를 필두로 청국장 분말, 청국장 환 등 다양한 제품이 개발·판매되고 있어 청국장을 손쉽게 먹을 수 있게 됐다. 또 청국장의 냄새를 없애고 초콜릿, 야쿠르트, 치즈 등 맛을 가미한 퓨전 청국장을 선보이는 등 청국장의 전성시대를 맞고 있다.

청국장은 일반 대두보다 소화흡수가 뛰어나고 발효과정에서 우리 몸에 유익한 물질을 만든다. 청국장에 들어 있는 수많은 미생물이 장에 쌓인 독소를 제거해 변비와 설사를 동시에 해소하고, 각종 비타민과 미네랄은 신진대사를 촉진해 비만을 막아준다. 또 항암효과, 혈압강화, 당뇨병 및 뇌졸중 예방, 빈혈 예방 등의 효능은 이미 익히 알려져 있다.

시중에 나와 있는 청국장 분말을 이용하면 빵이나 쿠키와 같은 제품을 손쉽게 만들 수 있다. 지난 3월 부산에서 열린 제과·제빵 엑스포에서 선보인 청국장 빵은 입맛 까다로운 부산 시민들과 호텔을 찾은 VIP 손님들의 뜨거운 호응을 얻은 바 있다. 청국장 제품의 관건

은 냄새. 청국장 빵을 연구·개발한 부산 파라다이스호텔 서유선

제과장은 여러차례 테스트를 거쳐 냄새가 적은 청국장

분말을 선별해 청국장의 강한 냄새는 없애고 구수

한 향미는 살려 '청국장 빵'다운 맛과 멋을 내는

것이 중요하다고 조언한다. 청국장 분말을 반

죽에 듬뿍 배합하고 굽기 전에 뿌리면 굽는

과정에서 냄새가 많이 날아가 완제품에는

독한 냄새는 거의 없고 구수한 누룽지 같은

향만 남는다고. 서유선 제과장은 청국장이

발효식품이라서 이스트 양만 약간 줄이면 일반

빵을 만드는 것과 크게 다르지 않아 기존 제품에 쉽

게 응용할 수 있다고 전한다.

청국장 제품은 중년층에게 구수한 청국장찌개의 향수를, 젊은 손님들에게는 구수한 별미 간식을 선사할 것으로 기대된다. 52





청국장 쿠키



청국장 빵

청국장 쿠키

Ingredients 버터 200g 분당 80g 노른자 2개 강력분 50g 중력분 150g 청국장 가루 50g 아몬드 파우더 200g

How to make

- 1 포마드 상태의 버터에 분당을 넣은 다음 노른자를 서서히 나눠 넣는다.
- 2 ①에 체로 친 강력분, 박력분, 청국장 가루, 아몬드 파우더 섞은 것을 가볍게 섞어 준다.
- 3 ②를 적당한 크기로 잘라 설탕을 묻히고 모양을 내서 팬닝한다.
- 4 ③을 190°C 오븐에서 10~15분 동안 구워낸다.

Tip 반죽을 많이 치대면 밀가루 속 단백질이 글루텐을 형성해 질겨지므로 섞일 정도로만 가볍게 섞어준다.

청국장 빵

Ingredients 프랑스 밀가루 800g 밀가루 200g 설탕 30g 버터 30g 소금 25g 이스트 40g 개량제 20g 물 850g 빵은 통밀 350g 청국장 가루 200g

How to make

- 1 모든 재료를 한데 섞어 반죽한 다음 27°C에서 40분 동안 1차 발효한다.
- 2 ①을 기호에 맞게 분할한 다음 10분 동안 벤치타임을 준다.
- 3 ②를 30°C에서 30분 동안 2차 발효하고 210°C 오븐에서 30초~1분 동안 스팀을 준다.
- 4 오븐을 180°C로 낮추고 ③을 40분 동안 굽는다.
- 5 ④를 꺼내기 5분 전에 윗불을 210°C까지 올려준다.

Tip 1 바게트처럼 겉은 바삭바삭하고 속은 부드러운 빵을 만들 때는 프랑스 밀가루와 일반 밀가루를 섞어주면 좋다.

Tip 2 굽기 직전에 청국장 가루를 골고루 뿌려주면 색과 구수한 풍미를 살려준다.

Tip 3 꺼내기 전에 온도를 높이면 윗면을 노릇노릇하게 구워낼 수 있다.