

조선시대 좌반류(佐飯類)의 종류에 대한 문헌적 고찰

오 순 덕*

서정대학 식품영양과 조교수

A Literature Review on the Type of Joseon Dynasty *Jwabans*

Soon-Duk Oh*

Department of Food & Nutrition, Seojeong College University

Abstract

This article examines the types of *Jwabans* as recorded in 21 old books of the Joseon dynasty (1392-1909). The ingredients used in *Jwabans* during the Joseon dynasty were root vegetables, sea algae, seeds nuts, bird, meat, and fish. In the early, middle, and late eras of the Joseon dynasty, 10, nine, and 181 kinds of *Jwabans* were prepared, and two, one, and seven kinds of *Jwabans* were prepared using root vegetables (根菜類). During the early and late eras of the Joseon dynasty, one and 14 kinds of *Jwabans* were prepared using sea algae (海藻類), respectively, and four kinds of *Jwabans* were prepared using seeds nuts during late eras of the Joseon dynasty (種實類). During the early, mid and late eras, one, two, and 17 kinds of *Jwabans* were prepared using bird (鳥類), three, one, and 47 kinds of *Jwabans* were prepared using meat (肉類), and one, five, and 81 kinds of *Jwabans* were prepared using fish (魚類). The frequency of the *Jwabans* ingredients in order were fish (30.5%), meat (23.5%), pheasant (7%), root vegetables (5%), abalone (全鮑) (5%), laver (海苔) (4%), shellfish (貝類) (3%), fish eggs (魚卵) (2.5%), fleshy prawn (大蝦) (2.5%), sea tangle (昆布) (2%), dried tangle (海草) (1.5%), sparrow meat (雀肉) (1.5%), and etc during the Joseon dynasty. It seems that the appearance and supplementation with different ingredients increased throughout the Joseon dynasty. This may be associated with the commercial industrial development that prevailed during the late Joseon dynasty. Further study will be conducted on recipes and ingredients recorded in these old books to develop a standardized recipe to globalize *Jwabans*.

Key Words: *Jwaban* (佐飯), side-dishes, chan (饌), root-vegetables (根菜類), sea algae (海藻類), seeds nuts (種實類), bird (鳥類); meat (肉類), fish (魚類), abalone (全鮑), laver (海苔), fish eggs (魚卵), sparrow meat (雀肉), old literatures, Joseon dynasty

1. 서 론

우리나라의 일상식은 주식과 부식으로 나누어진다. 주식은 밥을 기본으로 하고, 이에 따르는 반찬차림이 추가 된다. 그 중 부식은 국을 기본으로 하여 찜, 선, 구이, 전, 느르미, 조림, 볶음, 회, 무침, 나물, 자반, 포, 편육, 순대 등이 있다(Chung 등 2007).

좌반류에 관한 문헌적 연구는 “17세기 이전 조선시대 찬물류(饌物類)의 문헌적 고찰”(Chung 등 2007), “원행음료정리의례 중 조리면에서 본 水刺床考”(Kim 등 1989), “조선시대 궁중음식 중 찬물류의 분석적 연구”(Lee & Yoon 1986), “조선시대 부식류의 조리법에 관한 문헌적 고찰”(김 2008), “전통 밑반찬의 인지도와 이용실태에 관한 조사연구(II) 마른 반찬 및 자반류”(Yoon & Song 1996) 등이 있다. 그러나 좌반류의 문헌적 고찰은 보고되어 있지 않고 있다.

본 연구는 조선시대에 발간된 조리 및 식품관련 고문헌 21책 「山家要錄(산가요록)」(1449), 「需雲雜方(수운잡방)」(1500년대 초엽), 「閨壺是議方(음식디미방)」(1670년경), 「要錄(요록)」(1680년경), 「주방문」(1600년대 말엽), 「山林經濟(산림경제)」(1715년경), 「增補山林經濟(증보산림경제)」(1767년), 「園行乙卯整理儀軌(원행음료정리의례)」(1795년), 「酒饌(주찬)」(1800년대 초), 「閨閣叢書(규합총서)」(1815년경), 「林園十六志(鼎祖志)」(1827년), 「고려대규곤요람」(1800년대 초-중엽), 「饌法」(1854년), 「農政會要」(1830년대), 「君學會騰(군학회등)」(1800년대 중엽), 「역주방문」(1800년대 중엽), 「술진은 법」(1800년대 말엽), 「연세대규곤요람」(1896), 「是議全書(시의전서)」(1800년대 말엽), 「음식방문」(1800년대 말엽), 「婦人必知(부인필지)」(1908년)를 대상으로 고찰하였다.

*Corresponding author: Soon-Duk Oh, Department of Food & Nutrition, Seojeong College University, 681-1, Yongam-ri, Eunhyeon-myeon, Yangju-city, Gyeonggi-do 482-777, Korea Tel: 82-31-860-5034 Fax: 82-31-860-5133 E-mail: je0749@seojeong.ac.kr

시대적 분류는 조선시대 전기(태조 1392년-명종 1567년), 중기(선조 1568년-경종 1724년), 후기(영조 1725년-순종 1909년)로 나누었다. 문헌에 기록된 좌반류를 식물성재료와 동물성재료로 분류하여 좌반의 범위와 종류를 분석 고찰함으로써 우리 饌(찬) 문화의 우수성을 이해하는데 도움이 되고 문헌에 기록된 음식의 복원을 위한 기초자료 및 조리법의 개발 및 산업화에 유용한 자료를 제공하고자 한다.

II. 본 론

고문헌에 수록된 좌반류의 고찰을 위해 식물성재료는 근채류(산삼·도라지), 해조류(청각·다시마·김), 종실류(임자·콩), 기타로 나누었으며, 동물성재료는 조류, 육류, 어류로 나누어 좌반류의 범위와 종류를 고찰하였다.

좌반은 언어학적으로 佐(좌): 도울 <좌>, 飯(반): 밥 <반>으로 밥을 도와주는 饌(찬)의 의미로 볼 수 있으며, “좌사다”는 “잡수시다”와 동일어(同一語)이다(이 1949).

좌반에 대한 기록으로는 「月餘農歌(월여농가)」 3월에 俱係佐飯味之珍(구계좌반미지진) “모두 좌반이라 맛이 좋고”(김 1861)라 하였다.

「시의전서」 하권 좌반 담남법에서는 “민어를 광어 포 축이듯 하여 꺾질을 벗겨 포 같이 잘라 담고, 어란 같은 것은 위에 얹는다. 좌반이 없으면 튀각으로 대신한다. 제사와 잔치 때는 전유어·족편·숙육을 모두 옆옆이 곁들여 담는다. 대제사와 큰 상에는 해삼을 전유어 위에 얹는다.”

마른안주에는 전복쌈·문어오림·광어·대구·강요주·홍합·대하·오징어포·게포·약포·어포·산포·꿀뚜기·뱅어포가 소개되었으며, 각색좌반과 건어류에 좌반민어, 자반조기, 자반비웃, 자반준치, 자반 반당이, 자반갈치, 자반 병어가 소개되었다.

찬합 넣는 법에서는 마른 것은 광어·대구·산포·어포·강요주(江瑤珠, 꼬막)·오징어포·꿀뚜기·전복쌈·문어오림·대하·게포 등 속을 찬합 속에 유지를 열십자로 펴고 여러 가지를 옆옆이 찬합 그대로 치닫고 유지를 사방으로 접어 넣는다. 진 것은 장복기·북어무침·좌반·어란·굴비·약포·천니찬·만나지 등 속을 다 옆옆이 넣고 위에 갖가루를 뿌리고, 유지를 접어 썬다. 찬합을 준비하지 않으면 행찬에 가깝고 편리한 좌반·굴비·어란·정육을 덩이가 크게 줄이고 말려서 유지로 싸서 집에 넣으면 된다고 하였다.

좌반에 대한 정의를 살펴보면 ‘자반은 넓은 뜻으로는 보존성이 있고 맛이 진한 밑반찬 무리를 통틀어 가리키는 것’(이 1985), ‘좌반은 지금의 포류(脯類), 마른찬류, 자반류, 튀각류, 부각류와 같은 보존식(Kim 등 1989), 자반은 한 가지의 특정한 조리법을 가리키는 것이 아니고 밥의 찬이 되는 마른찬·부각·절인 생선·짭짤한 밑반찬 등을 두루 이르는 말로 한자로는 좌반(佐飯)으로 쓴다. 요즈음에 자반이라는 것은 거의 고등어자반·준치자반처럼 절인 생선을 이르는 경

우가 많다. 자반 중에 참죽자반·고추자반 등은 부각의 항목에 넣었다’(황 등 1989), ‘자반(佐飯)은 짭짤하게 만든 비교적 저장성이 있는 음식으로, 밥반찬으로서 어울리는 음식에 대한 총칭이며 생선을 소금에 절인 자반굴비, 자반고등어 등, 또는 미역자반, 북어자반과 같은 마른반찬류에 대한 통칭’(윤 1991), ‘좌반이란 식사를 도와준다는 뜻의 조리법으로 넓은 뜻으로는 보존성이 있고 맛이 진한 밥반찬 종류를 가리키는 말’(이 1998), ‘좌반은 음식의 보존이 어려웠던 시기에 참새, 더덕, 버섯 등에 양념하여 말려두었다가 필요할 때 기름 발라 구워서 이용’(Chung 등 2007), ‘자반은 짭짤하게 만든 찬물의 총칭으로 양념하여 말리기와 조리는 방법’(박 1996) 등과 같이 기록되었다.

「山家要錄(산가요록)」의 乾小魚法(건소어법, 잔 생선 말리는 법)은 ‘잔생선의 등을 칼로 갈라서 소금을 뿌리고 다시 참기름에 버무려, 양념한 생선을 마른 상수리 나뭇잎으로 서로 사이를 띄워서 펴 놓고 그늘에 말렸다가 구워 먹으면 매우 맛있다’란 기록으로 보아 식생활에 해산물의 이용이 많았던 것으로 보여진다. 조선시대 전기와 중기에 까지 육류를 이용한 좌반의 기록이 매우 적은 것으로 보아 고려의 승불사상이 조선시대 중기까지 영향이 미친 것으로 보여지며, 조선시대 후기에 들어서서 육류를 이용한 조리법이 다양해지는 것을 알 수 있었다.

1. 좌반류(佐飯類)류의 범위

좌반(佐飯)에 대한 기록은 조선시대 전기에 「산가요록」의 山蔘佐飯(산삼좌반)·松子佐飯(송자좌반)·薰古佐飯(표고좌반)·小雀佐飯(소작좌반) 등이 소개되었으며 중기에는 「要錄」의 雀佐飯(참새좌반), 「주방문」의 더덕자반(沙參佐飯) 등이 보여졌고, 후기에는 매우 다양한 원료의 좌반이 소개되었다. 특히 「원행음묘정리의례」에서 조수라·석수라·죽수라에 올려진 좌반의 기록으로 좌반범위를 알 수 있었다. 자궁진어일상(慈宮進御一床)와 대전진어일상(大殿進御一床)에 올려진 좌반의 찬품명은 <Table 1>과 같다.

「원행음묘정리의례」에서는 조수라, 주수라, 석수라, 죽수라와 함께 올려진 佐飯(좌반)의 종류가 매우 다양하였으며, 좌반에는 (건)어류, (건)육류, 脯(포), 包(포), 북이·다식, 기타 등이 포함되어 있다. 이성우(1985)는 “자반에 소금절이 생선·脯·건조물·茶食·肉餅·튀각·부각 등을 소속시키고 있고, 또 북이와 장조림은 助致(조치)와 자반 양쪽에 소속시키고 있다”고 하였다. 따라서 본 연구에서는 「원행음묘정리의례」에 기록된 좌반의 범위를 기준으로 정하여 그 종류를 살펴보고자 한다.

2. 조선시대 좌반류(佐飯類)의 종류

시대별 조선시대에 소개된 좌반의 종류는 <Table 2>와 같다.

<Table 1> Jwabans in Wonhengulmyojeongrieugwae

1	(건)어류	(건)육류	포(脯)	포(包)	볶이·다식	기타
윤2월9일	조수라	자궁진어일상 鹽民魚(염민어) 鹽松魚(염송어) 不鹽民魚(불염민어)	乾雉(건치)	片脯(편포) 鹽脯(염포)	全鰓包(전복포)	醬卜只(장복지)
	대전진어일상	-	-	-	-	-
윤2월9일	석수라	자궁진어일상 民魚(민어) 不鹽民魚(불염민어) 銀口魚(은구어)	藥乾雉(약건치) 鹽乾雉(염건치)	魚脯(어포) 藥脯(약포) 鹽脯(염포)	全鰓包(전복포) 乾雉包(건치포)	肉醬(육장) 細醬(세장) 甘醬炒(감장초)
	대전진어일상	民魚(민어) 不鹽民魚(불염민어)				
윤2월10일	조수라	자궁진어일상 民魚(민어) 不鹽民魚(불염민어) 銀口魚(은구어)	藥乾雉(약건치) 鹽乾雉(염건치)	魚脯(어포) 藥脯(약포) 鹽脯(염포)	全鰓包(전복포) 乾雉包(건치포)	肉醬(육장) 細醬(세장) 甘醬炒(감장초)
	대전진어일상	民魚(민어) 不鹽民魚(불염민어)				
윤2월10일	주수라	자궁진어일상 不鹽民魚(불염민어) 廣魚(광어) 鹽民魚(염민어) 乾石魚(건석어)	藥乾雉(약건치)	藥脯(약포) 魚脯(어포) 肉脯(육포) 片脯(편포)	全鰓包(전복포)	
	대전진어일상	-	-	-	-	-
윤2월10일	석수라	자궁진어일상 대전진어일상		藥脯(약포)	全鰓包(전복포)	醬卜只(장복지) 大口茶食(대구다식)
	죽수라	자궁진어일상 대전진어일상				全鰓茶食(전복다식) 海衣(해의)
윤2월11일	조수라	자궁진어일상 民魚煎(민어전) 魚卵(어란) 乾靑魚(건청어)	藥乾雉(약건치)			廣魚茶食(광어다식)
	대전진어일상	民魚煎(민어전) 魚卵(어란) 乾靑魚(건청어)		藥脯(약포)		廣魚茶食(광어다식)
윤2월11일	석수라	자궁진어일상 대전진어일상		秀魚脯(수어포)	全鰓包(전복포)	生雉茶食(생치다식)
	조수라	자궁진어일상 대전진어일상			生雉片脯(생치편포)	肉醬(육장) 黃肉茶食(황육다식)
윤2월12일	석수라	자궁진어일상 대전진어일상	不鹽民魚(불염민어)	雜肉餅(잡육병) 藥脯(약포)	全鰓(전복)	鰓屑茶食(하설다식)
	죽수라	자궁진어일상 대전진어일상	淡鹽民魚(담염민어) 半乾全鰓(반건전복)		大鰓(대하)	肉醬(육장) 牛脯茶食(우포다식)
윤2월13일	조수라	자궁진어일상 대전진어일상	不鹽民魚(불염민어)	雉脯(치포)	鰓卵(하란)	大口茶食(대구다식) 甘鰓(감복)
	석수라	자궁진어일상 대전진어일상	民魚(민어)	藥脯(약포)	魚卵(어란)	牛肉卜只(우육장복지) 全鰓茶食(전복다식)

1) 식물성 재료를 이용한 좌반류
(1) 근채류를 이용한 좌반
근채류를 이용한 좌반은 조선시대 전기에 「산가요록」의

山蓼佐飯(산삼좌반)과 「수운잡방」의 山蓼佐飯(더덕좌반) 2종, 중기에는 「주방문」의 더덕좌반沙參佐飯 1종, 조선시대 후기에는 「증보산림경제」의 沙參桔梗佐飯法(사삼질경좌반

<Table 1> Continued

2		(건)어류	(건)육류	포(脯)	포(包)	볶이·다식	기타
윤2월 14일	죽수라	자궁진어일상 대전진어일상	石魚(석어) 大鰕(대하)		雉脯(치포)	魚卵(어란)	
	조수라	자궁진어일상 대전진어일상	民魚煎(민어전) 乾靑魚(건청어)		肉餅(육병)	鰕卵(하란)	生雉茶食 (생치다식)
	석수라	자궁진어일상 대전진어일상	不鹽民魚(불염민어)		秀魚脯(수어포) 片脯(편포) 生雉藥脯 (생치약포)		廣魚茶食 (광어다식)
윤2월 15일	조수라	자궁진어일상 대전진어일상	民魚(민어)		生雉藥脯 (생치약포)	全鰕包(전복포) 魚卵(어란) 鰕卵(하란)	鰕脣茶食 (하설다식)
윤2월 16일	석수라	자궁진어일상	民魚(민어) 不鹽民魚(불염민어) 銀口魚(은구어)	藥乾雉(약건치) 鹽乾雉(염건치)	魚脯(어포) 藥脯(약포) 鹽脯(염포)	全鰕包(전복포) 乾雉包(건치포)	肉醬(육장) 細醬(세장) 甘醬炒(감장초)
	조수라	대전진어일상	民魚(민어) 不鹽民魚(불염민어)	藥乾雉(약건치) 鹽乾雉(염건치)	魚脯(어포) 藥脯(약포) 鹽脯(염포)	全鰕包(전복포) 乾雉包(건치포)	肉醬(육장) 細醬(세장) 甘醬炒(감장초)
윤2월 16일	주수라	자궁진어일상	不鹽民魚(불염민어)	藥乾雉(약건치) 藥脯(약포)		全鰕包(전복포) 魚卵(어란)	秀魚醬(수어장) 醬卜只(장복지)
		대전진어일상	不鹽民魚(불염민어)	藥乾雉(약건치) 鹽脯(염포)		全鰕包(전복포) 魚卵(어란)	秀魚醬(수어장) 醬卜只(장복지)

법), 「고려대규곤요람」의 더덕자반, 「찬법」의 더덕좌반, 「농정회요」의 沙參桔梗佐飯法(더덕도라지반찬), 「군학회동」의 沙參더덕桔梗도라지佐飯, 「역주방문」의 沙參佐飯(사삼좌반), 「연대규곤요람」의 더덕자반법으로 모두 7종, 총 10종이 소개되었다.

(2) 해조류(海藻類)를 이용한 좌반
다시마를 이용한 좌반은 조선시대 전기 「수운잡방」의 煎藿法(전곽법) 1종, 중기에는 보이지 않았으며, 후기에 「규합총서」의 다시마좌반, 「찬법」의 다시마좌반·다시마튀각 3종, 모두 4종이 소개되었다.

<Table 2> Jwabans according to the type of ingredients (Joseon dynasty)

시대	문헌	좌반의 분류						
		식물성재료				동물성재료		
		근채류	해조류	종실류	기타	조류	육류	어류
조선 시대 (전기)	산가요록 (1449)	山蔘佐飯 (산삼좌반)			松子佐飯 (송자좌반) 藁古佐飯 (표고좌반)	小雀佐飯 (소작좌반)	夏日乾肉法 (하일건육법) 過年乾肉法 (과년건육법) 乾脯肉法 (건포육법)	乾小魚法(건소어법)
	수운잡방 (1500년대초엽)	山蔘佐飯 (더덕좌반)	煎藿法 (전곽법)					
조선 시대 (중기)	규곤시의방 (1670년경)					참새		전복(全鰕) 넌어란(魚卵) 청어넌허법(鹽藏法)
	要錄(요록) 1680년경					雀佐飯(작좌반)		魚脯法(어포법)
	주방문 (1600년대말엽)	더덕자반 沙參佐飯						
	산림경제						醃鹿脯(염녹포, 절인사슴고기포)	酒魚脯(주어포, 술에 절인 어포)

<Table 2> Continued

시대	문헌	좌반의 분류						
		식물성재료				동물성재료		
		근채류	해조류	종실류	기타	조류	육류	어류
	증보산림경제 (1767)	沙參桔梗佐飯法 (사삼질경좌반법, 더덕·도라지좌반법)	淸角佐飯法 (청각좌반법, 청각은마로 해채(海菜)이다)		酥杏仁法 (소행인법) 胡桃佐飯法 (호도를 자반으로 만들어 먹는 법)	乾雉雜脯 (건치치포)	醬散炙方 (장산적방) 造片脯法 (조편포법) 別造藥脯法 (별조엽포법)	酒鯉脯法(주리포법, 술에담가잉어포만드는법) 乾鱸卵法(건치난법, 송어알말리는법)
	자반류	海衣 (해의, 김) 감쌌(감태)			乾雉(건치) 藥乾雉(약건치) 鹽乾雉(염건치)		民魚(민어) 鹽民魚(염민어) 淡鹽民魚(담염민어) 不鹽民魚(불염민어) 鹽松魚(염송어) 銀口魚(은구어, 은어) 廣魚(광어) 石魚(석어, 조기) 乾石魚(건석어, 굴비) 乾靑魚(건청어) 半乾大口(반건대구)	
조선 시대 (후기)	원행 을묘 정리 의궤 (1795)	포류			藥乾雉鹽脯 (약건치염포) 雉脯(치포) 乾雉包(건치포) 生雉片脯 (생치편포, 핑편포) 生雉藥脯 (생치약포)	片脯(편포) 鹽脯(염포) 藥脯(약포) 肉脯(육포)	全鰓包(전복포) 秀魚脯(수어포, 송어포) 魚脯(어포)	
	마른 찬류					肉餅(육병) 雜肉餅(잡육병) 醬卜只 (장복지, 장부이) 牛肉卜只 (우육장복지, 소고기복지) 肉醬(육장) 細醬(세장) 甘醬炒(감장초)	全鰓(전복) 半乾全鰓(반건전복) 甘鰓(감복) 大鰓(대하) 鰓卵(하란) 魚卵(어란) 民魚煎(민어전) 秀魚醬(수어장, 송어장)	
	다식				生雉茶食 (생치다식, 핑다식)	黃肉茶食 (황육다식, 쇠고기다식) 牛脯茶食 (우포다식)	大口茶食(대구다식) 全鰓茶食(전복다식) 廣魚茶食(광어다식) 鰓脣茶食(하살다식, 새우가루다식)	

미역을 이용한 좌반은 조선시대 전기와 중기에는 보이지 않았으며, 후기에 「증보산림경제」의 淸角佐飯法(청각좌반법), 「규합총서」의 머육좌반(미역자반), 「농정회요」의 淸角佐飯法(청각좌반찬만드는 법)으로 모두 3종이 기록되어 있다.

김을 이용한 좌반은 조선시대 전기와 중기에는 보이지 않았으며, 후기 「원행을묘정리의궤」의 海衣(해의)·감쌌(감태), 「규합총서」의 파래·감태좌반, 「찬법」의 해의좌반, 「술 진은법」의 짐좌반·파래감태좌반, 「시의전서」의

海衣김자반으로 모두 8종이 기록되어 있다.

(3) 종실류를 이용한 좌반

종실류를 이용한 좌반은 조선시대 전기와 중기에는 보이지 않았다.

임자를 이용한 좌반은 조선시대 후기 「규합총서」와 「찬법」의 荏子佐飯(임자좌반)으로 모두 2종이 기록되었다.

콩을 이용한 좌반은 조선시대 후기 「시의전서」의 콩자반, 「음식방문」의 콩좌반으로 모두 2종이 소개되었다.

<Table 2> Continued

시대	문헌	좌반의 분류						
		식물성재료				동물성재료		
		근채류	해조류	종실류	기타	조류	육류	어류
조선 시대 (후기)	酒饌 (1800년대초)					乾雉脯 건치포	藥脯약포 月羊脯양포	
	규합총서 (1815)		다시마좌반 머육좌반 (미역좌반) 파래·감태 좌반	임자 좌반 (荳子 佐飯)	섞좌반		진주좌반 (진주좌반) 장복기(장복이) 편포(片脯) 약포(藥脯)	
	임원십육지 (1827)						肉脯總方 (육포총방) 千里脯方 (천리포방) 牛肉脯方 (우육포방) =灸脯法(구포법) =醬脯法(장포법) =造片脯法 (조편포법) 猪肉脯方 (지육포방) 鹿肉脯方 (녹육포방) 洋紅肝方 (양홍간방) 千里六方 (천리육방) 乾鹹豉方 (건함시방) 髒肥脯方 (잡비포방)	風魚方(풍어방) 酒魚脯方(주어포방) 乾鮓方(건복방) =長鮓造法(장복조방) 晒蝦不變紅色方 (쇠하불변홍색방) 月邑脯方(읍포방)
	고려대규곤요람 (1800년대 초-중엽)	더덕좌반						
	饌法(1854년)	더덕좌반	다시마좌반 다시마튀각 해의좌반	임자좌 반	섞좌반 호도좌반 국화넙좌반		해포(게포육) 어포 강요쥬(강요주)	
	농정회요 (1830년대)	沙參桔梗佐 飯法(더덕 도라지 반찬)	淸角佐飯法 (청각반찬 만드는 법, 바로 미역 (海菜)이다)		酥杏仁法 (소행인법) 胡桃佐飯法(호도 반찬 만드는 법)			
	君學會騰 (군학회등) (1800년대중엽)	沙參더덕桔 梗도랏佐飯			杏仁佐飯 紅花子佐飯法			
	역주방문 (1800년대중엽)	沙參佐飯(사삼좌반)						
	술진은법 (1800년대말엽)		깎(깎) 좌반 파래·감태 좌반		덕좌반 (섞좌반)			
	연대규곤요람 (1896)	더덕자반법						

<Table 2> continued

시대	문헌	좌반의 분류							
		식물성재료				동물성재료			
		근채류	해조류	종실류	기타	조류	육류	어류	
조선 시대 (후기)	각색좌 반과 건어뉴		海衣 김자반	콩자반				좌반 민어 좌반 조기(조기) 자반 비웃 자반 준치(준치) 자반 반당이(밴댕이) 자반 갈치 자반 병어	
								굴비 어란 고등어 넘미어(염미어) 건도미 방어 전어(전어) 송어 마른멸치 마른가잠이(가자미) 마른가오리 마른연어 마른상어 벼디시오(보리새우) 조셔살(조갯살) 전복(전복) 해삼 관합 관목어 건낙지 건도루묵 복어	
	시의 전서 (1800 년대 말엽)	건어뉴 와 마른 안주							문어오림 광어 대구 강요쥬(꼬막) 홍합 대하 藥脯약포 산포법 오증어포(오징어포) 게포 어포법 꿀독이(꿀뚜기) 뱅어포 전복쌈 전복다식
			포부			생치편포	편포 장포법	게포	
			좌반부			鷄달조립 (닭조립) 生雉(성치) 장조립	장조립법 약산적조립 (약산적조립) 제육(제육조립) 장복기 千里饌천니찬 만나지법	生鮮생선 장앗지 복어묵침	
	음식방문 (1800년대말엽)			콩좌반					
	부인필지 (1908)					뚝이좌반 편포 약포			

(4) 기타 재료를 이용한 좌반

조선시대 전기에 잣과 표고를 이용한 좌반은 「산가요록」의 松子佐飯과 藁古佐飯(표고좌반) 2종, 중기에는 보이지 않았었다. 조선시대 후기에 살구씨를 이용한 좌반은 「증보산림경제」의 酥杏仁法(소행인법), 「농정회요」의 酥杏仁法(소행인), 「군학회등」의 杏仁佐飯, 호도를 이용한 좌반은 「증보산림경제」의 胡桃佐飯法(호도를 자반으로 만들어 먹는 법), 「찬법」의 호도좌반, 「농정회요」의 胡桃佐飯法(호도반찬 만드는 법)이 기록되었으며, 썩을 이용한 좌반은 「규합총서」의 썩좌반, 「찬법」의 썩좌반, 「술진은 법」의 덕좌반(썩좌반)이 기록되었다.

그 밖에 홍화자를 이용한 좌반으로는 「군학회등」의 紅花子佐飯法(홍화자좌반법) 1종, 국화잎을 이용한 「찬법」의 국화잎좌반 1종, 총 13종이 소개되었다.

2) 동물성 재료를 이용한 좌반류

(1) 조류를 이용한 좌반

참새를 이용한 좌반은 조선시대 전기 「산가요록」의 小雀佐飯(소작좌반) 1종, 조선시대 중기 「규곤시의방」의 참새와 「요록」의 雀佐飯(작좌반) 2종, 모두 3종이 기록되었다.

핑을 이용한 좌반은 조선시대 전기와 중기에는 보이지 않았으며, 조선시대 후기에 「증보산림경제」의 乾雉脯(건치치포), 「원행음묘정리의궤」의 乾雉(건치)·藥乾雉(약건치)·鹽乾雉(염건치)·藥乾雉鹽脯(약건치염포)·雉脯(치포)·乾雉脯(건치포)·生雉片脯(생치편포, 핑편포)·生雉藥脯(생치약포)·生雉茶食(생치다식, 핑다식)으로 모두 9종, 「酒饌」의 乾雉脯(건치포), 「임원십육지」의 雉乾方(치건방), 「시의전서」의 생치편포·生雉(성치)장조림 2종으로 모두 14종이 소개되었다.

그 외에 거위나 기러기를 이용한 「임원십육지」의 鵞雁脯方(아안석방)과 五味脯方(오미포방)으로 2종이 소개되었고, 닭을 이용한 「시의전서」의 鷄달조림(닭조림)은 좌반의 형태로 분류하였다.

(2) 육류를 이용한 좌반

소고기를 이용한 좌반으로 조선시대 전기 「산가요록」의 夏日乾肉法(하일건육법)·「過年乾肉法(과년건육법)」·「乾脯肉法(건포육법)」으로 모두 3종, 중기에는 보이지 않았으며, 후기에 「증보산림경제」의 醬散炙方(장산적방)·造片脯法(조편포법)·別造葉脯法(별조엽포법) 3종, 「원행음묘정리의궤」의 片脯(편포)·鹽脯(염포)·藥脯(약포)·肉脯(육포)·肉餅(육병)·雜肉餅(잡육병)·醬卜只(장복지, 장북이), 牛肉卜只(우육장복지, 소고기북이)·肉醬(육장)·細醬(세장)·甘醬炒(감장초)·黃肉茶(황육다식, 쇠고기 다식)·牛脯茶食(우포다식)으로 모두 13종, 「찬법」의 藥脯(약포)·月羊脯(양포) 2종, 「규합총서」의 진주좌반(진주좌반)·장북기(장북이)·편포(片脯)·약포(藥脯) 4종, 「임원십육지」의 肉脯總

方(육포총방)·千里脯方(천리포방)·牛肉脯方(우육포방)·灸脯法(구포법)·醬脯法(장포법)·造片脯法(조편포법)·洋紅肝方(양홍간방)·千里六方(천리육방)·乾鹹豉方(건함시방)·髒肥脯方(침비포방)으로 모두 10종, 「시의전서」의 藥脯약포·산포법·편포·장포법·장조림법·약산적조림(약산적조림)·장북기·千里饌(천리찬)·만나지법으로 모두 9종, 「부인필지」의 편포·약포·뚝이좌반 3종으로 모두 44종, 총 47종이 소개되었다.

그 외에 사슴을 이용한 조선시대 중기 「산림경제」의 醢鹿脯(엄녹포, 절인 사슴고기포), 조선시대 후기 「임원십육지」의 鹿肉脯方(녹육포방)으로 모두 2종이 소개되었다.

돼지고기를 이용한 조선시대 후기 「임원십육지」 猪肉脯方(저육포방), 「시의전서」의 猪脍(제육장조림)으로 모두 2종이 소개되었다.

(3) 어류를 이용한 좌반

생선을 이용한 좌반으로는 조선시대 전기 「산가요록」의 乾小魚法(건소어법) 1종, 중기 「규곤시의방」의 淸어념혀법(淸藏法), 「요록」의 魚脯法(어포법), 「산림경제」의 酒魚脯(주어포, 술에 절인 어포)로 3종이 소개되었다. 조선시대 후기에는 「증보산림경제」의 酒鯉脯法(주리포법, 술에 담가 잉어포 만드는 법), 「원행음묘정리의궤」의 民魚(민어)·鹽民魚(염민어)·淡鹽民魚(담염민어)·不鹽民魚(불염민어)·鹽松魚(염송어)·銀口魚(은구어, 은어)·廣魚(광어)·石魚(석어, 조기)·乾石魚(건석어, 굴비)·乾靑魚(건청어)·半乾大口(반건대구)·秀魚脯(수어포, 송어포)·魚脯(어포)·民魚煎(민어전)·秀魚醬(수어장, 송어장)·大口茶食(대구다식)·廣魚茶食(광어다식)으로 모두 17종, 「임원십육지」에는 風魚方(풍어방)·酒魚脯方(주어포방), 月邑脯方(읍포방) 3종, 「찬법」의 해포(게포육)·어포 2종, 「시의전서」의 좌반민어·좌반조기·자반비웃·자반춘치·자반반당이·자반갈치·자반병어·굴비·고등어·넙미어(염미어)·건도미·방어·전어·송어·마른멸치·마른가잠이(가자미)·마른가오리·마른연어·마른상어·관목어·건낙지·건도루묵·복어·문어오림·광어·대구·오증어포·게포·어포법·꿀독이(꿀뚜기)·뱅어포·게포, 生鮮생선장앗지·복어뭇침으로 모두 34종으로 총 61종이 소개되었다.

전복을 이용한 좌반으로는 조선시대 전기에는 보이지 않았으며, 중기 「규곤시의방」의 전복(全鮑), 후기 「원행음묘정리의궤」 全鮑包(전복포)·全鮑(전복)·半乾全鮑(반건전복)·甘鮑(감복, 전복의 한가지)·全鮑茶食(전복다식)으로 모두 5종, 「임원십육지」의 乾鮑方{건복방, 長鮑造法(장복조법)}, 「시의전서」의 전복·전복쌈·전복다식으로 3종, 모두 9종, 총 10종이 소개되었다.

어란을 이용한 좌반은 조선시대 전기에는 보이지 않았으며, 중기 「규곤시의방」의 넙어란(鱧魚卵) 1종, 후기 「증보산림경제」의 乾鱧卵法(건치난법, 송어알 말리는 법), 「원

행을요정리의궤」鰕卵(하란)·魚卵(어란) 2종, 「시의전서」의 어란 모두 4종, 총 5종이 소개되었다.

대하를 이용한 좌반은 조선시대 전기와 중기에는 보이지 않았으며, 후기 「원행을요정리의궤」大鰕(대하)·鰕屑茶食(하설다식, 새우가루다식) 2종, 「임원십육지」의 晒鰕不變紅色方(쇄하불변홍색방), 「시의전서」의 버디시오(보리새우)·대하 2종으로 모두 5종이 소개되었다.

패류를 이용한 좌반으로 조선시대 전기와 중기에는 보이지 않았으며, 후기 「찬법」의 강요쥬(강요주), 「시의전서」의 조셔살(조갯살)·해삼·관합·강요쥬(꼬막)·홍합 모두 5종, 총 6종이 소개되었다.

III. 결 론

조선시대 문헌 「山家要錄」, 「需雲雜方」, 「閨壺是議方」, 「要錄」, 「주방문」, 「山林經濟」, 「增補山林經濟」, 「園行乙卯整理儀軌」, 「酒饌」, 「閨閣叢書」, 「林園十六志(鼎祖志)」, 「고려대규곤요람」, 「饌法」, 「農政會要」, 「君學會騰」, 「역주방문」, 「술진은 법」, 「연세대규곤요람」, 「是議全書」, 「음식방문」, 「婦人必知」 21책에 수록되어 있는 좌반류의 종류를 고찰한 결과는 다음과 같다.

조선시대 좌반류의 종류는 조선시대 전기 10종, 중기 9종, 후기 181종, 총 200종이 소개되었으며 후기로 갈수록 좌반에 이용된 재료가 매우 다양해지고 종류도 급증하는 것으로 나타났다.

조선시대 좌반류의 재료는 동물성 식품이 식물성 식품보다 세배 가량 높게 나타났다. 조선시대 전기에는 동물성 재료와 식물성 재료의 이용 비율이 같았으나 중기와 후기에는 동물성 재료를 이용한 좌반이 증가하였다.

식물성 재료의 이용은 근채류가 가장 높았으며 김·다시마·미역과 임자·콩 순으로 나타났다.

동물성재료의 이용은 생선류가 반 이상을 차지하였으며 육류, 조류 순으로 나타났다. 생선류에서는 생선이 삼분의 이 가량 차지하였으며, 전복, 패류, 어란·대하 순으로 나타났다. 육류에서는 소고기가 대부분 사용되었으며, 소량으로 사슴고기, 돼지고기 순으로 나타났으며, 조류에서는 꿩고기가 삼분의 이 가량 차지하였으며, 참새와 기타 순으로 나타났다.

조선시대 좌반류에서 가장 많이 사용된 재료는 생선이 삼분의 일을 차지하고 그 다음으로는 소고기 순으로 나타났으며 꿩고기는 십분의 일, 그 외 근채류·전복, 김, 패류, 어란·대하, 다시마, 미역·참새 등으로 나타났다.

이상과 같이 조선시대 고문헌에 좌반류에 대한 문헌적 고찰을 분석한 결과 현재까지의 좌반류의 변천과정을 파악할 수 있었으며 옛 문헌을 통한 연구를 통해 올바른 식문화의 자리매김이 시급하다고 생각된다. 또한 후속연구로서 이러한 문헌의 고찰과 분석결과를 토대로 하여 조선시대 좌반류의 체계를 정리하고 복원하는 깊이 있는 연구를 기대하며, 한식

세계화 자료로 활용하여 찬(饌) 메뉴개발을 통해 국민 건강 및 경제발전에 기여할 수 있기를 기대한다.

■ 참고문헌

김업식. 2008. 조선시대 부식류의 조리법에 관한 고찰: 「음식디미방」, 「규합총서」, 「조선무쌍신식요리제법」을 중심으로. 경희대 대학원 박사논문

농촌진흥청. 2004. 『山家要錄』(全循義. 1449). 농촌진흥청

농촌진흥청. 2007. 『農政會要』(崔漢綺. 1830년). 농촌진흥청

농촌진흥청. 2010. 『규곤요람·음식방문·酒方文·술빛는 법·甘藷耕藏說·月餘農歌』(河生員. 1600년대 말엽). 농촌진흥청

농촌진흥청. 2010. 『규곤요람·음식방문·酒方文·술빛는 법·甘藷耕藏說·月餘農歌』(金迥洙. 1861). 농촌진흥청

농촌진흥청. 2010. 『규곤요람·음식방문·酒方文·술빛는 법·甘藷耕藏說·月餘農歌』(저자미상. 1800년대 말엽). 농촌진흥청

농촌진흥청. 2010. 『규곤요람·음식방문·酒方文·술빛는 법·甘藷耕藏說·月餘農歌』(저자미상. 1800년대 말엽). 농촌진흥청

민족문화추진회. 2007. 『山林經濟』(洪萬選. 1715년경). 한국학술정보(주)

박미자. 1996. 「음식법(饌法)」의 조리학적 고찰. 대한가정학회지 34(2). pp. 283-302

수원시. 2005. 『園行乙卯整理儀軌』(정리소. 1795). 수원시 신암. 1896. 『延世대규곤요람』. 연세대학교서관 소장

윤서석. 1991. 「한국의 음식용어」. 민음사. pp. 225-236

윤숙경 편역. 1998. 『需雲雜方·酒饌』(金綏. 1500년대 초엽). 신광출판사

윤숙경 편역. 1998. 『需雲雜方·酒饌』(저자미상. 1800년대 초엽). 신광출판사

이강자의 13명. 2003. 『增補山林經濟』(柳重臨. 1767). 신광출판사

이상춘. 1949. 「조선옛말사전」. 을유문화사. p. 216

이성우. 1985. 「한국요리문화사」. 교문사. pp. 309-310

이성우. 1992. 『한국고식문헌집성 I-要錄』(저자미상. 1680). 수학사. p. 282

이성우. 1992. 『한국고식문헌집성 II-閨閣叢書』(憑虛閣李氏. 1815년경). 수학사. pp. 630-631

이성우. 1992. 『한국고식문헌집성 IV-饌法』(저자미상. 1854년). 수학사. pp. 1314-1316

이성우. 1992. 『한국고식문헌집성 IV-曆酒方文』(저자미상. 1800년대 중엽). 수학사

이성우. 1992. 『한국고식문헌집성 IV-是議全書』(저자미상. 1800년대 말엽). 수학사

이효지. 1998. 「한국의 음식문화」. 신광출판사

이효지 외 11인. 2004. 『是議全書』(저자미상. 1800년대 말엽). 신광출판사

이효지 외 3인. 2007. 『林園十六志(鼎祖志)』(徐有渠. 1827). 교문사. pp. 228-234

- 이효지의 9인. 2010. 『夫人必知』 (이숙. 1908). 교문사. p 189
- 저자미상. 1800년대 초·중엽. 『高麗大규곤요람』. 고려대학교 소장
- 저자미상. 1800년대 중엽. 『郡學會騰』. 국립중앙도서관 소장
- 정리소. 1795. 『園行乙卯整理儀軌』. 규장각 소장
- 황혜성 편역. 1980. 『閨壺是議方』 (安東 張氏. 1670년경). 한국인서관사. p. 15
- 황혜성 · 한복려 · 한복진. 1989. 「한국의 전통음식」. 교문사
- Chung RW, Cho Sh, Choi YJ, Kim EM, Won SI, Cha GH, Kim HS, Lee HG. 2007. An Investigation of Side-dishes found in Korean Literatures before the 17th Century. Korean J. Food Cookery Sci. 23(5):731-748
- Kim SB, Han BJ, Lee SW. 1989. A Study of Cookery of Daily Meal (Soora Sang) in Wonheng Ulmyo Jungri Euigwae (1795). Korean J. Dietary Culture. 4(2):125-143
- Lee HG, Yoon SS. 1986. An analytical Studies on Side Dishes in the Royal Parties of Yi Dynasty. Korean J. Dietary Culture. 1(2):101-115
- Yoon GS, Song YS. 1996. A Study on the Knowledge and Utilization of Korea Traditional Basic Side Dishes (II)-Dried Side Dishes and Jabans. Korean J. Dietary Culture. 11(5):593-600
-
- 2011년 5월 23일 신규논문접수, 6월 14일 수정논문접수, 6월 14일 채택