

삼계탕의 세계화

삼계탕 날개달기



서 옥 석 과장 / 농학박사
농촌진흥청 국립축산과학원 가금과

1. 닭고기산업 변화의 큰 흐름

농·축·수산물은 먹을거리의 3대축이다. 이 분야가 성장산업이라는 분석이 속속 등장하고 있다. 재화의 흐름을 읽어내고 이익창출을 도모하는 일에 있어 최고의 내공을 지녔다 할 만한 유명 대기업들의 주장이다. 그중의 하나를 옮겨본다.

「‘식(食)의 전쟁’이라 부른다. ‘잉여의 시대에서 부족의 시대’로 식량산업의 패러다임이 전환된다. 식량자원 위기론이 힘을 얻는다. 생산대국의 자원주의(資源主義) 확산으로 공급 불균형이 깊어지는 가운데 에너지·바이오·환경산업으로 수요가 계속 팽창하고 있다. 식(食)산업 부가가치에 대한 발상의 전환이 필요하다. 1차산업 밸류체인은 잊혀진 과거산업에서 국가경쟁력의 척도가 되는 미래산업으로 진화 중이다.」

이 가운데에서 축산물은 식품가공산업과 외식환경이 늘어날수록 소비가 비례하는 품목이다. 쌀과 밀로 대표되는 주식은 소득수준이 높아지면 소비가 감소하지만 축산물은 소득이 높아질수록 소비가 증가하게 된다.

지난 30년간의 축산물소비량이 이런 주장을 뒷받침한다. 세계인의 주식작물인 쌀과 밀의 1인당 소비는 30년 동안 정체상태다. 그러나 같은 기간 동안 쇠고기는 9.5%, 돼지고기는 4.1%, 생선류는 10.2%씩 매년 증가했다.

축산물 소비 증가는 중국이 주도한다. 중국은 2010년도 말 기준 세계 소비시장 점유율에서 돼지고기 49.6%, 수산물 29.3%, 닭·오리 17.3%, 쇠고기 9.9%이다. 현재 진행형인

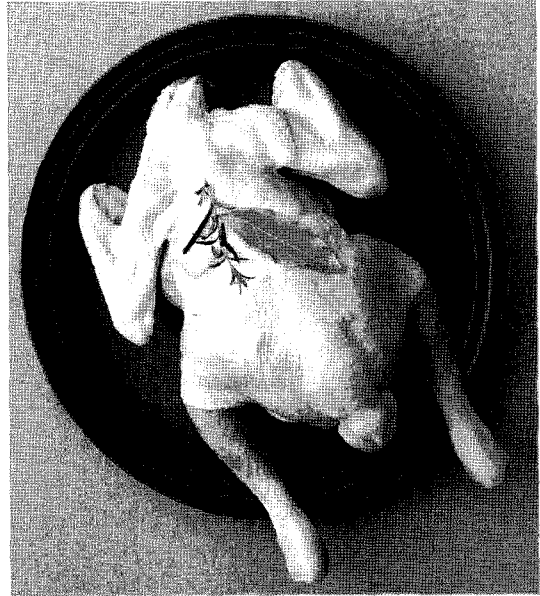
중국의 경제성장만으로도 주식용 농산물을 대체하는 축산물의 수요증가는 계속될 전망이다. 전문가들은 축산물을 위한 사료곡물조달로 농산물 가격이 상승하는 문제를 감수하면서까지도 축산물 소비 증가는 계속될 것으로 진단한다. 먹을거리에 대한 집착은 그만큼 질긴 것인가 보다.

한국의 1인당 육류소비량은 1960년 이후 연평균 10%를 초과하는 증가세로서 세계에서 가장 빠른 속도로 달려왔다. 그 결과가 36.8kg다. 그렇지만 미국 118.4kg, 일본 41.2kg, 호주 101.1kg에 비하면 아직 멀었다.

닭고기는 어떠한가. 경제규모에 비해서 닭고기 소비량이 상대적으로 낮다. 미국의 1/3, 대만의 57%에 불과하다. 성장잠재력이 아직도 충분하다. 이게 사실이라면 닭고기산업도 이 흐름에 맞춰 노를 저어야 할 때다. 닭고기가 지닌 좋은 점을 더욱 좋게 함으로써 소비자의 눈길과 손길이 닭고기에 머물도록 방향도 잘 잡고 속도도 잘 조절해야 한다.

2. 닭고기의 매력

닭고기는 가장 빠르게, 값싸게 생산할 수 있는 축산물이다. 40g의 병아리는 30일이면 1,500g의 닭이 된다. 40일이면 2,500g이 거뜨하다. 40일만에 62배로 늘어나는 가축은 닭뿐이다. 돼지가 180일을 키우면 40배, 소는 650일을 키우면 13배 정도 늘어난다.



1kg의 닭고기를 생산하는데 들어가는 사료량은 1.6kg 정도로서 돼지 3.7kg, 소 7.5kg에 비해 매우 적다. 다른 육상동물과는 달리 파충류에서 진화된 닭의 뛰어난 사료이용성과 증식성 때문이다. 그러다 보니 가격이 싸다. 최근의 가격을 알아보니 중간등급 도매가격 기준으로 kg당 한우고기 14,000원, 돼지고기 6,300원, 닭고기 3,400원이다. 닭은 가장 적은 양의 사료로 가장 빠르게 먹을거리를 생산하는 종목의 챔피언이다. 이것이 닭고기의 첫 번째 매력이다.

닭고기는 영양적으로 탁월하다. 옛날 사람들도 이것을 알았다.

1500여 년 전 중국 양(梁)대의 의료인 도홍경의 저서로서 730종 이상의 약물과 약초에 관해 기술한 명의별록(名醫別錄)은 닭고기에

대해서 '성질은 따뜻하고 맛은 달고 쓰다. 효능은 익오장(益五臟), 보허순(補虛損), 건비위(建脾胃), 강근골(強筋骨)이며 과로로 인하여 힘이 없거나 몸이 허약한 사람이나 체질이 허약한 여성들, 몸이 자주 붓고 생리 불순 또는 냉·대하가 많은 사람에게 좋으며 특히 산후 회복에 효과가 있다. 수술후 상처회복에도 도움이 된다' 고 말했다.

근대에 와서도 닭고기에 대한 긍정적 평가는 계속된다.

담백한 맛과 부드러운 육질이 일품인 닭고기 다른 육류와는 달리 근육 속에 지방이 섞여 있지 않아 맛이 담백하고 소화흡수가 잘되기 때문에 위가 약한 사람에게 권할 만하다.

단백질은 쇠고기나 돼지고기보다 많으며 그중에서도 필수아미노산의 많이 들어있다. 불포화지방산의 비율이 높으므로 콜레스테롤 염려도 없다. 성인병예방을 위해서도 많이 먹는 것이 좋다. 피를 보충하는 작용이 있어 체력회복에 좋고 젖이 잘 나오게 하는 효과도 있다.

닭고기는 바다에서 사는 참치와 가장 가까운 동물성 식품이다(표 1).

최근 식품학에서도 닭고기는 쇠고기, 돼지고기에 비해 지방 함량이 낮고 불포화지방산 함량은 높으며 필수지방산인 리놀산(Linoleic acid), 리놀렌산(Lionlenic acid) 및 아라키돈산(Arachidonic acid)이 풍부하

〈표 1〉 100g당 영양성분 비교

구분	참치	육류		
		닭고기	돼지고기	쇠고기
단백질, g	27.4	17.3	19.7	18.1
지방, g	6.5	10.4	16.5	12.3
칼로리, kcal	127	173	235	187
셀레늄, µg	74.3	26.7	10.0	31.8
타우린, mg	954	112	101	31
오메가3 지방산, g	0.27	0.23	0.00	0.01
DHA, g	0.19	0.13	0.00	0.00

※출처 : 중앙일보

〈표 2〉 육류별 지방성분 특성

구분	닭고기		돼지고기		쇠고기	
	가슴살	다리살	등심	삼겹살	등심	우둔
불포화지방산, %	67.1	68.4	57.2	57.3	59.2	58.7
필수지방산, %	16.8	16.5	10.4	10.5	3.9	2.8
리놀렌산, %	15.9	15.7	9.5	9.7	3.7	2.6

※출처 : 한국육산학회지, 36,1:69~75

게 들어 있는 육류로 평가한다(표 2).

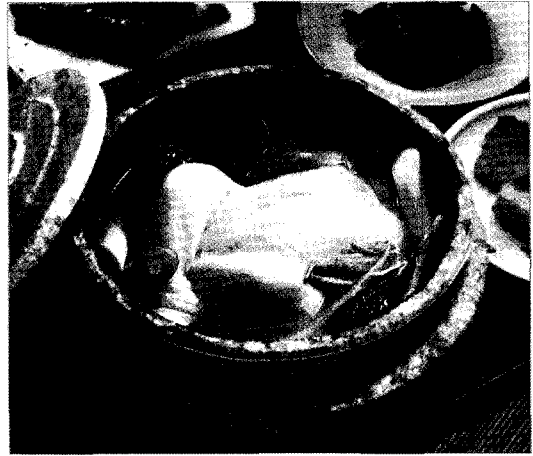
필수지방산은 체내에서 합성되지 않거나 합성이 되더라도 충분한 양이 되지 못하므로 반드시 음식을 통해서 섭취해야 하며 부족시 피부병, 부종(edema) 등 결핍증이 발생한다. 특히 리놀렌산은 동맥경화 심장병 등의 예방 효과를 가지는 것으로 유명하다.

3. 특히 삼계탕에 관하여

‘약선(藥膳)’이란 약의 기능을 가진 음식이란 뜻으로서 현대인들로 하여금 질병을 예방하고 건강한 삶을 유지하기 위한 방법으로서 인류의 역사와 함께 시작되었다.

상고시대부터 약식동원(藥食同源) 또는 의식동원(醫食同源)이라 하여 약과 음식이 같다는 관념 아래 수많은 세월을 거치면서 쌓인 경험을 토대로 동양의학과 함께 발전해온 것이 약선이다. 다른 말로 표현하면 인체의 건강상태와 체질, 계절과 생활환경, 식습관, 먹을거리의 성질, 맛, 색, 효능 등을 고려하고 과학적인 조리방법을 통해 맛을 유지하면서도 약의 효능이 발휘될 수 있도록 만드는 기능성 요리이다.

삼계탕은 약선요리의 선두에 돌만하다. 연륜, 정서, 기능성 모든 면에서 그렇다. 삼계탕은 자신만의 사연을 묻어놓은 아득한 고향과도 같은 음식이다. 재료와 만드는 방식 모두가 우리의 것이고 오랜 세월 축적된 지혜가



묻어있는 음식이다. 먹는 사람의 영혼을 감싸주는 영혼의 음식을 ‘소울푸드(soul food)’라고 한다면 삼계탕이 여기에 가장 가깝다. 바쁜 걸음으로 타향을 헤매던 사람이 명절을 맞아 잠시 걸음을 멈추고 고향 하늘을 바라보며 한숨을 쉬듯 한국인은 복날을 맞으면 틀림없이 삼계탕을 떠올리고 무슨 ‘의식’이라도 치르듯 이를 먹는다.

삼계탕은 기능성 음식이다. 이 땅의 선조들은 삼복을 이겨내는 보양식으로 삼계탕을 선택했다. 더위에 너 나 없이 심신이 지쳤을 때 생명력이 한껏 담긴 어린 닭에 인삼, 참살, 대추, 밤, 마늘 등을 넣고 고아서 먹는 대표적 전통 여름 보양식이다.

전래의 문헌인 본초강목(本草綱目)을 보면 닭을 보양(補陽), 보익(補益)의 효능이 있는 음식이라 했고, 허준(許浚) 선생의 동의보감(東醫寶鑑)도 허약한 체질을 보한다고 소개하고 있다.

생김새가 사람의 모습과 비슷하다하여 이름 붙여진 인삼, 2천년전부터 한반도에 자생한 으뜸약이다. 우리 신체의 면역기능을 강화시켜 주고 숙취 제거, 피로회복, 스트레스를 해소한다. 지질대사에 관여해 고혈압 동맥경화를 예방 치료한다. 독성과 자극성을 완화시켜주고 위와 비장을 보하는 작용도 알려져 있다.

대추는 칼슘, 인, 철분 등 각종 미네랄을 다량 함유하고 있는 알칼리성 식품으로서 열을 내리고 내장을 회복시키고 배뇨를 돕는다. 신경을 안정시켜 정신적인 스트레스를 풀어준다. 강장·강정, 노화방지 효과도 뛰어나다.

마늘은 부추와 함께 뛰어난 강장·강정 식품이다. 위액의 분비와 장의 활동을 촉진하

여 식욕을 높인다. 세균에 대한 항균작용이 있다.

밤은 신장을 보호해주고 몸을 생기있게 해 주고 근육과 뼈를 튼튼하게 한다.

이 모든 것이 모여 삼계탕을 이룬다. 전통과 정서와 기능성을 품고 있는 삼계탕은 누가 뭐래도 약선요리의 백미(白眉)다.

4. 삼계탕 세계화의 의미

오래전이긴 하지만 국내 몇몇 여류학자들이 한국음식에 대한 일본인의 인식과 기호도를 조사하고 그 결과를 논문으로 발표했다. 조사대상은 남·녀 대학생 283명이었고 제공된 음식은 ① 쇠고기미역국, ② 삼계탕, ③ 불고기, ④ 잡채, ⑤ 생선전, ⑥ 부추전,

〈표 3〉 일본인 한식 기호도

구분	외관	냄새	맛	계
삼계탕	4.05	3.67	4.11	11.83
잡채	3.72	3.44	3.77	10.93
불고기	3.55	3.91	4.11	11.57
생선전	3.54	3.14	3.51	10.19
한국김치	3.51	3.55	3.74	10.8
백김치	3.51	3.44	3.65	10.6
시금치나물	3.49	3.38	3.60	10.47
일본김치	3.42	3.28	3.27	9.97
콩나물무침	3.34	3.27	3.72	10.33
쇠고기미역국	3.26	3.45	3.76	10.47
무나물	3.24	3.19	3.60	10.03
부추전	3.21	3.28	3.87	10.36
수정과	2.86	2.57	2.41	7.84

*출처 : 한국조리과학회지 14-2, 188~194,1998

“

가장 향토적인 것이 가장 세계적인 것이다. 삼계탕 재료 하나 하나는 나름대로 의미가 있는 한국의 것이고 조리법도 고유하게 전승된 문화를 담고 있으며 독특한 맛과 멋을 지닌 음식이다. 이러한 고유성이 지역과 국가의 문화를 고스란히 담아내고 있는 유산으로서 푸드 투어리즘의 소재가 될 수 있다.

”

⑦ 콩나물무침, ⑧ 시금치나물, ⑨ 무나물, ⑩ 백김치, ⑪ 한국김치, ⑫ 일본김치, ⑬ 수정과 등 13가지였다.

맨 먼저 각 음식에 대해 알고 있는지를 물어본 즉 김치가 97%로 일등이고, 갈비 91.5%, 비빔밥 89.8%, 콩나물 50.9%, 불고기 41.7%, 생선전 36.4%, 백김치 35.7% 순이다. 삼계탕은 4.6%의 학생들만이 ‘그런 것이 있다’는 정도로 알고 있을 뿐이다.

다음에는 이 음식들을 직접 눈으로 보고, 먹고 난 후의 반응이다. 5점 만점에 삼계탕이 외관 4.05점, 냄새 3.67점, 맛 4.11점으로 1등이다. 그 유명한 불고기, 김치를 모두 제낀 것이다(표 3). 뭔지 알지도 못했는데 먹어보니 탄판이더란 이야기이다.

가장 향토적인 것이 가장 세계적인 것이다. 삼계탕 재료 하나 하나는 나름대로 의미가 있는 한국의 것이고 조리법도 고유하게 전승된 문화를 담고 있으며 독특한 맛과 멋

을 지닌 음식이다. 이러한 고유성이 지역과 국가의 문화를 고스란히 담아내고 있는 유산으로서 푸드 투어리즘의 소재가 될 수 있다.

한식세계화의 자원으로서도 자격이 충분하다. 일본의 젊은이들이 난생 처음보고 처음 먹어보는 삼계탕에 대해 외관, 냄새, 맛 모든 것에 최고점수를 주었다는 점은 큰 가능성이다.

세계화 전략이 필요하다. 삼계탕의 재료 기능성 조리방법이 지닌 매력을 문화아이콘으로 만들어보자. 멋진 홍보기법을 통해 널리 알려보자.

메뉴개발도 중요하다. 전통의 맛을 고수하는 일만큼 외국인들의 다양한 입맛에 맞는 제품을 위한 퓨전화도 필요하다. 우리세대에서 옛것을 발판으로 새로운 전통을 만들어보자는 것이다. 