

## 한국 전통 발효유 타락(駝酪)에 대한 문헌 연구

오사다 사치코<sup>1</sup> · 신선미<sup>1</sup> · 김상숙<sup>2</sup> · 한영숙<sup>1,\*</sup>

<sup>1</sup>성신여자대학교 식품영양학과, <sup>2</sup>한국식품연구원

### Historical and Cultural Study on Korean Traditional Fermented Milk, *Tarak*

Sachiko Osada<sup>1</sup>, Sun Mi Shin<sup>1</sup>, Sang Sook Kim<sup>2</sup> and YoungSook Han<sup>1,\*</sup>

<sup>1</sup>Dept. of Food and Nutrition, Sungshin Women's University, Seoul 136-742, Korea

<sup>2</sup>Korea Food Reaserch Institute, Seongnam 463-746, Korea

#### ABSTRACT

Korean traditional fermented milk, *Tarak*, came down from the Koryo dynasty according to Korean ancient cookbook SoowoonJaabaang, which was written by Taakjunggong, Yoo Kim around AD 1500. *Tarak* is generally refers to milk or dairy products. Three theories on '*Tarak*' revealed in this study are as follows: 1) it has been derived from Dolgwol language, *tarak*, 2) it has originated in Mongolian language, *Topar(tarague)*, meaning horse's milk and 3) it originated in *Tarak* mountain located in Hanyang, which was capital of Chosun. In Mongolia, fermented milk has been called as *Tarak* and it has been called as *tar* by Yakuts tribe who are nomads in Sakha. The common part, *tar*, of these words is said to be the term representing the origin of the fermented milk coming from the central Asia. Therefore, Korean *Tarak* seems to be part of the central Asian culture that flowed into the Korean peninsula. The manufacturing method of Mogolian *Topar(tarague)* is similar to those of *Tarak* found in the SoowoonJaabaang. This research revealed that Korean traditional fermented milk, *Tarak*, is thought to be affected by the central Asia, especially Mongolia.

Key words : Traditional fermented milk product, SoowoonJaabaang, *Makgolli*

#### 서 론

#### 본 론

##### 1. 타락의 역사

오늘날, 한국의 대표적인 전통 발효유로써 타락을 들 수 있다. 타락의 역사에 대해서는 고려 시대에 元(원)이 침입하여 지배했을 때에 전해졌다고 한다(박승용 2003). 그 이후 조선 시대에는 『需雲雜方』(수운잡방)에 의하여 타락의 식용이 확인되고 있다. 『需雲雜方』은 오늘날까지 발견된 한국 요리서 가운데에서 양조(造酒), 김치 담그기(沈菹), 장 만들기(造醬), 정과(正果), 파종(播種), 저장법(藏法) 요리 등에 관한 문헌이다. 현 시점에서는 타락의 제조 방법이 상세히 기재되어 있는 가장 오래된 문헌이라고 할 수 있다. 필체로 보아 두 사람의 합작에 의한 것이라고 볼 수 있으며, 전반은 탁정공 김유 선생이 저술했지만, 후반은 문정공 김령 선생이다. 『需雲雜方』에는 고려 시대 말부터 조선 시대 전기의 한국 음식 조리법이 기록되어 있으며, 발간 당시에 타락의 조리법이 문장화가 가능할 만큼 명확하게 되어 있었다는 것을 고려하면, 타락 식용의 풍습 자체는 고려 시대에 확실히 정착해 있었다고 볼 수가 있다.

##### 1. 타락의 정의

다음에 타락의 사전 상의 의미에 대하여 검증해 보자. 한국 고전 용어 사전에 의하면, “타락(駝酪)”은 우유를 가리키는 말이며, 유사어로 타락(駝酪)으로 기재되어 있다(한국고전 용어사전 5, 2001.) 그러나 조선 시대에는 우유는 물론, 유제품을 모두 駝酪이라고 불렀다(박승용 2003). 그리고 대부분의 사전 및 문헌에서는 「駝酪」이란 한자를 사용하고 있으나, 『需雲雜方』의 원문에서는 「駝酪」이라고 기재되어 있다.

여기서 각 연구자 및 자료에서의 타락에 대한 정의, 해석에 대해 비교하면 Table 1과 같다.

위에서 알 수 있듯이 타락의 명칭의 유래에 대해서는 돌궐어 *torak*에서 유래되었다는 설과, 몽골어의 마유라는 단어에서 유래한다는 설, 타락산에서 이름을 따왔다고 하는 세 가지 설이 있으며, 많은 해설서에서는 전자의 두 가지를 꼽고 있다.

##### 2. 몽골의 발효유와 한국 타락(駝酪)과의 관련성

몽골어에서 유래되었다는 설에 관해서는, 오늘날에도 티베트의 동북부, 칭해성(青海省)에서 살던 유목민이 기르는 야크

\*Corresponding author : YoungSook Han, Tel : +82-2-920-7210,  
E-mail : yshan@sungshin.ac.kr

Table 1. Term and cooking methods of *Tarak* traditional fermented milk

연구자 · 문헌	해석	자료
한국고전용어사전	타락(駝酪)은 우유를 가리키는 말이다. 유사어로써 타락(駝酪)이 있다.	1) 『한국고전용어사전 5』 세종대왕기념사업회, 2001.
박승용	타락(駝酪)은 원래 건조된 우유를 의미하며, 우유를 가공하여 거품을 내고, 우름이라는 일종의 크림을 제거한 탈지 우유를 발효시킨 낙죽(酪粥)이다. 조선시대에는 유제품 전체를 타락이라고 불렀다.	2) 박승용 『우유생산과 가공』 유한문화사, 2003.
전희정	타락이라는 말은 우유를 공급하던 우유소(牛乳所)의 명칭이 타락색(駝酪色)으로 바뀌고, 현재의 동대문 밖에 있었던 낙산(駝山)을 타락산(駝酪山)으로 부르고 있었으나, 여기에서 우유와 우유죽을 하사한 것에서 붙여진 명칭이다.	3) 전희정 『현대 한국음식용어사전』 지구문화사, 2002.
한국세시풍속사전	타락(駝酪)이라는 이름은 돌궐어(突厥語)인 torak에서 유래된 말로, 건조된 우유라는 뜻이다.	4) 『한국세시풍속사전』 국립민속박물관 <a href="http://folkency.nfm.go.kr">http://folkency.nfm.go.kr</a>
정지천	타락(駝酪)이라는 말은 건조된 우유를 의미하는 돌궐어 torak에서 유래되거나, 혹은 마유(馬乳)란 뜻의 몽골어에서 유래되었다.	5) 정지천 『조선시대 왕들은 어떻게 병을 고쳤을까』 중앙생활사, 2007.

의 젖으로 만든 발효유를 “*Topar* 타루그(*tarague*)”라고 불러왔고, 감숙성(甘肅省)에서 북상하여 Ningxia(寧夏省)을 거쳐서, 내몽고 자치구(內蒙古自治區)와 몽골에서는 타라그라고 부르고 있다. 몽골에서는 타라구가 의미하는 것이 야크 젖으로 만든 발효보다도, 그 이외의 우유의 발효유를 의미하는 것이 많다. 특히 마유(馬乳)의 발효유를 아이라그, 우유에서의 발효유를 타라그로 칭한다(足立達 2002). 그리고 몽골의 타라그에 사용되는 표음 *tar*는, 몽골 외에도 동시베리아, 사하 공화국의 유목민의 후예인 야쿠트족의 대표적인 발효유를 타르라고 부르고 있으며, 이들 단어에 포함되는 공통어 *tar*는, 원래 중앙아시아산의 대부분의 발효유의 근간을 이루는 발효유의 기원을 나타내는 용어라고 한다(宮岡伯人)(石井智美 2007에서 재인용). 이에 맞춰보면, 한국의 발효유인 타락(*tarak*)도 공통의 *tar*을 갖고 있어서, 상기의 조건에 해당 된다. 따라서 한국의 타락이 중앙아시아권에서 한반도에 유입되면서 동시에 단어가 그대로 전파했을 가능성이 크다고 생각된다.

후자에 관해서는, 조선 시대 서울의 역사에 관한 기술(記述) 『한경지략(漢京地略)』에, 현재의 낙산(駝山)이 낙타 모양을 닮아서 붙여진 이름이라고 기술되어 있다. 실제로 타락산에서는 궁중에 우유를 조달하는 우유소가 있었으며(서울역사박물관 <http://www.museum.seoul.kr>), 궁중까지 거리도 가까워서, 우유나 유제품을 신선할 때에 왕실에 배달하기에 적합한 환경에 있었다고 볼 수 있다. 또, 이 시기에는 현재의 서울시 중구 회현동 3가, 충무로 1가, 명동 2가 일대에서 타락(우유)을 파는 집이 많았기 때문에 타락동으로 불리고 있었으며, 이 주변에는 당시 부유층이 거주했던 지역이기도 해서, 상류 계급에서는 타락의 식용의 기회가 빈번히 있었던 것으로 추측

된다. 또한 위의 표에서는 타락이라는 말이 원래 제시하는 의미로써, 첫째 우유 그 자체, 둘째 건조된 우유라고 하는 두 가지 설로 나눌 수가 있다.

### 3. 타락의 제조 방법

다음으로 타락의 실제 제조 방법에 대하여 고찰해본다.

유방이 좋은 암소로 하여금 송아지에게 젖을 빨려 유즙이 나오기 시작하면 유방을 씻고, 유즙을 받는다. 많을 때에는 1사발, 적을 때에는 반 사발 남짓한데, 체로 세 번 걸러서 죽을 끓인다. 끓여서 익힌 숙타락(熟駝酪)을 오지 항아리에 담아 본타락(本駝酪) 작은 잔 하나를 섞어 따뜻한 곳에 두고, 두껍게 덮어둔다. 밤중에 나무꼬챙이로 찢러 보아 누린 물이 솟아나면, 그 그릇을 시원한 곳에 둔다. 만약 본 타락이 없으면, 좋은 탁주를 중바리(中鍾)로 하나 넣어도 된다. 본 타락을 넣을 때 좋은 초를 조금 같이 넣으면 더욱 좋다(윤숙경 1998).

이 내용을 간단히 해석해 보면, 우유를 걸러 낸 후에 끓여서 그릇에 쏟아 부은 후 스타터를 투입하고, 따뜻한 곳에 두어 굳어지면 서늘한 곳에서 보관한다는 내용이다. 젖을 걸러내는 것은 우유에 섞인 불순물 제거 때문이라고 생각된다. 죽을 끓인다는 표현은 현대의 요리로서의 죽의 조리라 아니라, 스타터(유산균)를 투입하기 전의 살균 과정이라 볼 수 있다. 스타터로써는 본 타락을 사용하며, 본 타락이 없는 경우는 탁주를 사용해도 좋다. 또한 본 타락을 더할 때 이른바 식초를 약간 가하는 것이 좋다고 하는 이유에 대해서는, 예를 들면 요구르트를 만들 때에 유산균 발효에 의해 만들어진 유산에 의해서, pH가 저하되어 응고가 일어나지만, 식초를 넣음으로써 인위적으로 pH를 저하시키면, 산에 의해서 단백질

이 응고되는 원리를 이용하고 있다고 할 수 있다.

나아가 한국의 타락이 자국에서 독자적으로 발생한 식문화가 아니라, 외부의 영향에 의하여 유입된 발효유라는 것의 맥을 뒷받침하기 위하여, 타라크와 같은 표음 *tar*를 가진 발효유인 몽골의 타라그(*tapar*)의 제조법과 비교해 본다. 몽골의 타라그는 전유(全乳) 혹은 *ボルソソ・スー*(볼손·수)(*skimmed Milk*: 우유를 가열 농축하여, 크림 층을 *ウルム*(우르무)로써 제거한 잔액, 즉 탈지유)에 소량의 타라그를 더하여 교반(攪拌)한 후, 가만히 놔두면 유산 발효가 진행되어 타라그가 생긴다(高橋富士雄 2001). 앞서 언급한 『需雲雜方』에 기재된 한국의 타락 제조법과 이 몽골의 타라그의 제조법은 매우 유사하여, 앞서 언급한 *tar* 어원의 전파에서 본 한국 타락의 중앙아시아로부터의 유입 가능성을 뒷받침할 수 있으리라고 생각된다.

## 결 론

본 논문에서는 한국을 대표하는 발효 식품 중의 하나이나, 널리 알려져 있지 않던 발효유 타락의 어원과 제조법에 대한 내용을 일본 및 중국의 문헌을 바탕으로 여러 연구자들의 추고를 비교하면서 고찰하였다.

본 논문의 결론 및 필자의 추론을 정리하면 다음과 같이 된다.

한국을 대표하는 발효유인 타락의 명칭의 유래에 대해서는 돌궐어(突厥語)인 *torak*에서 유래한다는 설과, 몽골어의 馬乳(마유)라는 말에서 유래한다는 설, 조선의 수도 한성 동쪽에 있던 타락산(駝駱山)에서 따왔다고 하는 명칭의 세 가지 설이 존재한다. 표음 *tar*에 관해서는 몽골의 타라그 외에도 동시베리아, 사하 공화국의 유목민의 후예인 야쿠트족이 발효유를 타르라고 불러 왔고, 원래 중앙아시아산의 대부분의 발효유의 근간을 이루는 발효유 기원을 나타내는 용어라고 한다. 이에 맞춰 보면, 한국의 타락(*tarak*)이란 표기와도 공통되기 때문에, 한국의 타락이 중앙아시아권에서 한반도로 유입되고, 동시에 단어가 그대로 전파됐을 가능성이 크다고 생각된다.

또 『需雲雜方』에 기재된 한국의 타락 제조법과 몽골의 타라그의 제조법과는 유사하여, *tar* 어원의 전파에서 본 한국 타락의 중앙아시아로부터의 유입 가능성을 뒷받침할 수 있다고 생각된다.

이상과 같이 한국에서 타락이 제조된 배경과 그 전파 경로에 관하여 고찰해 보았다. 향후 과제로서는 타락 이외의 발효

유에 관한 정의를 정리함과 동시에, 한국인들 사이에서 어떻게 이용되어 왔는지를 깊이 고찰할 필요가 있다고 생각된다.

## 감사의 글

본 연구는 2012년도 성신여자대학교 학술연구조성비 지원으로 수행되었으며, 이에 감사드립니다.

## REFERENCES

- Park SY (1994) Milk Production and Process. Yuhan, Seoul. P. 264.
- Jun HJ (2002) Dictionary for Modern Korean Dish. Jigu, Paju.
- 정지천 (2007) 조선시대 왕들은 어떻게 병을 고쳤을까. 중앙생활사. 서울.
- Jung JC (2007) How king's diseases were cured during the Chosumn dynasty? Chungang, Seoul.
- Yoon SK (1998) 需雲雜方·酒饌. Shinkwang, Seoul. P. 104.
- Yoon SJ (2006) 需雲雜方. Jilsiroo, Seoul. p. 6.
- 足立達 (2002) Dairy products' global history. Tohoku University Publishing, Tohoku. P. 1005.
- 石井智美 (2007) Characteristics and names of dairy products produced by Mogolian nomad: In comparison with previous literatures. *Journal of Rakuno Gakuen University* 31(2).
- Takahashi T, Olonbayar M (2001) Milk's use and major traditional dairy products' composition in Mogolia. 岩手縣立 대학 盛岡단기 대학부 연구 논집 제3호. 이와테. p. 73.
- Miyaoka H. Culture structure and language's role. In: for linguistic anthropology learners. World History of Idea. pp. 3-32.
- King Sejong Memorial Association (2001) Dictionary for Korean Traditional Term 5.
- 한국세시풍속사전. 국립민속박물관(<http://folkency.nfm.go.kr>) Accessed May 2, 2013.
- 서울역사박물관(<http://www.museum.seoul.kr>) Accessed May 2, 2013.

접 수: 2014년 8월 13일  
최종수정: 2014년 8월 31일  
체 택: 2014년 8월 31일