



「계미서(癸未書)」를 통해 본 조선시대 초기의 음식문화에 대한 고찰

한복려¹ · 김귀영^{2,*}

¹궁중음식연구원, ²경북대학교 식품외식산업학과

A Study on the Food Culture in the Early Joseon Dynasty through *Gyemiseo* (癸未書)

Han Bok-Ryo¹, Kim Gwi-Young^{2,*}

¹Institute of Korean Royal Cuisine

²Department of Food and Foodservice Industry, Kyungpook National University

Abstract

This study will introduce the foods recorded in *Gyemiseo* and disclose the substantive characteristics of traditional Korean food in the early stage of the Joseon Dynasty. *Gyemiseo* is a cook book manuscript written in the Chinese language that was rebound into book format at the end of the Joseon Dynasty in 1911, some 358 years after it was originally written in the 163rd year of the Joseon Dynasty (1554). While the majority of cook books begin with recipes for various types of wines and liquor followed by those for fermented sauces, fermented vegetables (such as kimchi), vinegars and storage methods, etc., *Gyemiseo* begins with recipes for fermented sauces, followed by recipes for various kimchis, how to make vinegars, main meals, side dishes, rice cakes and confectionaries, with recipes for wines and liquor introduced last. Therefore, it can be assumed that the methods of brewing wines and liquors were additionally recorded for bookbinding. There are a total of 128 recipes recorded in *Gyemiseo*, including 13 for fermented sauces, 14 for kimchi, 11 for the main meal, 26 for side dishes, three storage methods, four for rice cakes and confectionaries, and 44 for wines and liquors. It is believed that contents of *Gyemiseo* will provide a foundation on which to pursue researches on the process of transition of cooking methods of traditional cuisines of Korea during the Joseon Dynasty.

Key Words: Korean old cookbooks, *Gyemiseo*, Document research, Food culture

1. 서 론

한나라의 전통음식에 관한 역사를 알기 위해서는 현재 우리가 먹고 있는 한식으로는 추측하기 힘들고, 기록으로 남겨진 여러 문헌을 해제하고 종합분석 비교하여 알 수 있다.

우리의 옛 음식을 알 수 있는 문헌으로는 현재 조선 초기 것으로 알려진 1400년대 중반 어의를 지낸 전순의(全循義)에 의해 집필된 「*Sangayorok* (山家要錄, 산가요록)」(1450년경)이 있다. 그 다음은 100여년 후인 중종 때 안동의 광산 김씨의 김유(金綏, 1491-1555)라는 남성유학자에 의해 집필된 「*Suunjapbang* (需雲雜方, 수운잡방)」(1540년경)이다. 그 후는 1600년도 후반 경북 영양 재령이씨가 여인 장계향(張桂香, 1598-1680)이 저술한 「*Eumsikdimibang* (음식디미방)」(1670년경)이나 하생원 저술 「*Jubangmun* (주방문)」(1600년대 말)이다. 대부분 옛 조리서가 조선시대 중기 이후의 것

이 많으나 조선 초기의 조리서는 매우 드물기에 조선 초기의 식생활 연구에 부족한 점이 적지 않다고 보겠다. 특히 집필연대를 알 수 있는 단서가 저자의 생몰연대나 활동시기, 서체, 종이 재질 등으로 한정되어 정확한 년도나 월을 밝힐 수 없는 것도 어려운 점으로 꼽을 수 있다. 이에 초기의 조리서가 귀하여 당대의 음식문화를 비교 연구할 수 없는 어려움이 많은 가운데 「*Suunjapbang* (需雲雜方, 수운잡방)」(1540년경)과 시대가 비슷한 「*Gyemiseo* (癸未書, 계미서)」(1554)를 발표함은 조선초기의 식생활사를 확실하게 짐작할 수 있는 것으로 의미가 매우 크다고 생각한다.

「계미서」는 7-8년 전 한 한학자에 의해 발견되어 (사)궁중음식연구원에서 입수하여 수년간 해제와 조리과학적 분석을 해오다, 이 책이 조선시대 초기의 음식문화를 잘 알 수 있는 귀중한 내용임을 발견하고 연구논문으로 발표를 하게 되었다. 「계미서」는 집필 년대가 정확하므로 조선 초기의

*Corresponding author: Gwi-Young Kim, Department of Food and Foodservice Industry, Kyungpook National University, 2559 Gyeongsang-daero, Sangju, Gyeongsangbuk-do, 37224, Korea Tel: 82-54-530-1301 Fax: 82-54-530-5309 E-mail: gykim@knu.ac.kr

식생활을 알 수 있는 한문 필사본이다. ‘조선개국 163년 갑인 6월 14일 (1554년), 갑인 후 358년 (1911년) 제본을 다시 함’ 이러한 내용으로 기존 옛 조리서나 앞으로 발견될 조리서의 년대를 잡아줄 수 있는 지표가 될 것이다.

II. 연구내용 및 방법

1. 연구대상 문헌 소개

1) 서명의 추정. 저자와 서자

표지에 癸未書라고 쓰여 있으나 원제호가 붙었던 자리는 원편 윗부분에 흰 자리로 남아 있다<Figure 1>.

<Figure 1>의 내용을 풀이하자면, 조선개국 163년이나 1554년 갑인년 6월 14일 계미날에 만든 것을 갑인(1554년) 후 358년이 지난 후 신해년(1911년) 에 배접을 하여 만들었다. 보관은 옥지산방이고 황우(黃牛)라는 낙관이 찍혀 있다. 배접하여 만든 표지에 의하면 집필년도를 확실히 알 수 있으나, 황우라는 필자와 보관한 옥지산방에 대하여는 앞으로 밝혀야 할 문제이다.

2) 책의 외형

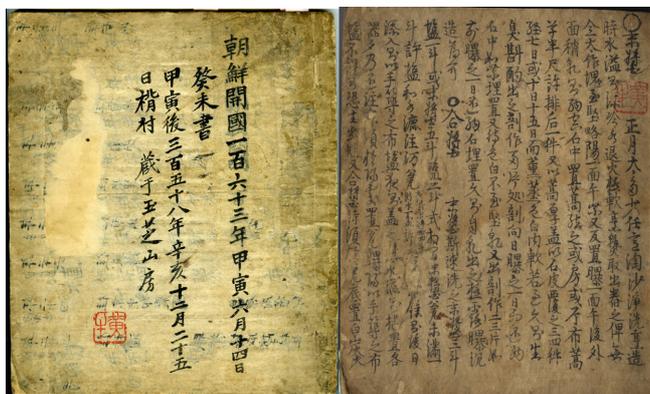
이 책은 가로 21 cm, 세로 25 cm 크기에 20장으로 되어 있으며, 15행이며 행마다 20자를 기준으로 쓴 한문으로 쓴 필사본(筆寫本)이다. 서자가 행과 행마다 글자의 수효를 철저히 지키지는 않았으나 이를 지키려는 노력은 한 것으로 본다. 대부분의 조리서들이 따로 책을 베끼는 경우도 많지만, 이 책은 한사람이 필사에서 판본의 인본을 사본으로 만드는 습관으로 한 익숙한 달필로 보인다.

전체가 본문 40면이고 본래 20장이었다. 글씨의 서체는 행서이고 가정 갑인(1554년 조선 명종 9년) 6월 14일에 17면 10행까지 썼다. 이를 이어서 쓰고 20면의 끝에는 다음해 을묘년 5월 초파일 신축에 썼음을 밝혔다. 이는 1장 2면과 5행을 거의 1년 동안 증보하였으며, 1차 증보인 셈이다. 내용에서 보면 저(釐)와 저의 방법을 비롯한 6개 사항을 추가한 정도이다. 삼해주방이 앞에 쓴 내용과 다르고 나머지는 모두가

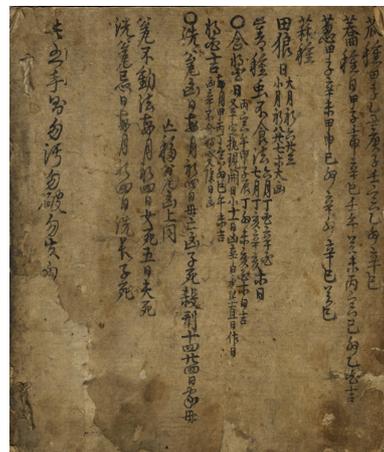
앞서 나온 음식의 범주에 속한다. 이는 전체 책의 절반인 셈인데 제 20면의 다음에는 분명하게 백지로 남겨 놓았다.

21면부터 30면까지 5장 10면을 술 빚는 법으로 모두 채웠다. 이는 2차 추가인 셈인데 「계미서」에 없던 술 빚는 법을 망라한 새로운 분야를 정리하였다. 분량으로나 종류로나 내용을 철저히 자료를 모아 정리하였다는 저자의 의지가 돋보인다. 이는 단순한 증보가 아니라 새로운 분야로 확대하였다고 하겠으나 이를 증보한 시기를 밝히지 않았다. 다음 31면부터 34면까지 2장에 걸쳐 앞에 나온 내용을 보충할 항목과 고기 굽는 법과 양봉밀방과 과자 굽는 법, 그리고 누룩을 만들고 술을 빚는 날짜의 길일과 흉한 날이 추가되었다. 특히 황구를 굽는 법과 양봉법은 특이한 사항이다. 이는 3차 추가한 사항인데, 양봉법인 양봉밀방이 가장 두드러진 새로운 분야이고 1면 전체를 할애하여 분량도 적지 않다. 35면부터 40면까지 6면 3장은 4차 보충이고 술과 누룩에 대한 내용을 여러 항목 증보하였고 국수에 대한 내용도 조금 보충되었다. 장을 바치거나 무를 심는 날과 동이를 씻는 금기 날짜를 보충하였다. 택일에 대한 가장 자세한 부분이 집중되어 보충된 느낌이 있다. 추가한 부분이 새로운 장에서 시작하더라도 크게 공백은 많지 않은 셈이고 서체도 크게 변하지 않은 같은 서체로 시종 일관된 느낌이 경이롭다. 이는 적어도 서자와 찬자가 같다는 증거라고 짐작된다. 또한 저자가 오랜 기간 경험이나 독서를 통하여 내용을 추가하였음을 알 수 있고, 적어도 1553년 이후 매년 추가하여 5년 정도 기간을 보충하였다고 볼 수 있다. 그러므로 이 책의 특징은 증보를 하면서 중간 중간 집필한 일월을 적어 둔 서자의 명이주도한 글쓰기습관이 후세 공부하는 이들에게 대단한 단초를 제시해준다는 점이다.

이 책에서 다루어진 음식의 종류는 다양하나 술에 대한 내용이 2차 증보에서 대폭 증가하고 이후에도 술에 대한 내용이 적지 않다. 또한 「산가요록」을 비롯한 대부분의 고조리서들이 주방문이 먼저 나오고 그다음 장, 저, 초, 저장법 등



<Figure 1> Front cover and first page of 「Gyemiseo」



<Figure 2> Last page of 「Gyemiseo」

<Table 1> Foods introduced in 「Gyemiseo」

Classification		Number of Contents	Contents
Fermented sauces (13)	Fermented soybean block	1	<i>Maljang</i> (末醬)
	Hapjangbeop	3	<i>Hapjang</i> (合醬), <i>Chimangbeop</i> (沈醬法), <i>Sujangchimbeop</i> (水醬沈法)
	<i>Si</i> (豉)	4	<i>Jeonsibeop</i> (法), <i>Hyangsi</i> (香豉), <i>Jeonsi</i> (全豉), <i>Cheongiang</i> (清醬)
	<i>Jipjang</i> (汁醬)	3	<i>Jeupjeo</i> (汁菹), <i>Jeupjeobeop</i> (汁菹法), <i>Gajeupjeobeop</i> (茄汁菹法)
	Others	2	<i>Ranjang</i> (卵醬), <i>Cheongeojanghae</i> (靑魚醬醢)
Kimchi range (14)	<i>Jeo</i> (another form of Kimchi) (菹)	8	<i>Jojeobeop</i> (造菹法), <i>Gwajeobeop</i> (瓜菹法), <i>Gwajeo</i> (瓜菹), <i>Napjeo</i> (臘菹), <i>Gagwajeo</i> (茄瓜菹), <i>Yeomnabokjeo</i> 1, 2 and 3 (鹽蘿菹1,2,3)
	Kimchi	5	<i>Jincheong</i> Kimchi (眞菁沈菜), <i>Jincheonggeun</i> Kimchi 1 & 2 (眞菁根沈菜1,2), Waterly sliced radish kimchi (蘿薄沈菜), <i>Woo</i> Kimchi (芋沈菜)
	Others	1	<i>Gaechae</i> (芥菜)
Vinegars (13)		13	<i>Hwangeuibeopjo</i> (黃衣法造), <i>Hwangeuijin</i> vinegar (黃衣眞醋), <i>Mo</i> vinegar (麩醋), <i>Sajeol</i> vinegar (四節酢), <i>Sajeol</i> vinegarbeop (四節酢法), <i>Daemaek</i> vinegarbeops 1 & 2 (大麥酢法1,2), <i>Byeongjeong</i> vinegar 1 & 2 (丙丁酢1,2), <i>Paewi</i> vinegar (巴衣醋), <i>Musipaeui</i> vinegar (無時巴衣醋), <i>Changpo</i> vinegar (菴蒲酢), <i>Gosi</i> vinegar (古是酢)
Main dishes (11)	Cooked rice	1	Freshly cooked rice (溫飯)
	Porridge	3	White porridge (白粥), <i>Dam</i> porridge (淡粥), <i>Jimae</i> porridge (其邁粥)
	Noodle	6	Mung bean starch (綠豆綠木), Noodle (麵), <i>Byeongmyeonbeop</i> (別麵法), <i>Jakse</i> noodle (脊杓), <i>Myeonsi</i> (麵豉), <i>Jinjubun</i> (眞珠粉)
	Dumpling	1	<i>Sugoa</i> (水兒)
Side dishes (26)	Tang (soup)	4	<i>Heuktang</i> (黑湯), <i>potfulang</i> (泡湯), <i>Beoltang</i> (鼈湯), <i>Joktang</i> (足湯)
	Bean curd	2	<i>Chuiipo</i> (取泡), <i>Geondupo</i> (乾豆泡)
	Meat dishes	12	<i>Pyeonjeok</i> (片炙), <i>Ranjeodu</i> (爛豬頭), <i>Mamiyuk</i> (馬尾肉), <i>Chigaemyuk</i> (治改味肉), <i>Yukjeok</i> (肉炙), <i>Jawooyukbeop</i> (煮牛肉法), <i>Jamayukbeop</i> (煮馬肉法), <i>Jinjo</i> (眞鳥), <i>Gaepaeng</i> (鷄烹), <i>Paenggye</i> (烹鷄), <i>Paenghwanggu</i> (烹黃狗), <i>Chijang</i> (雉醬)
	Fish dishes	2	<i>Yeonjeonpo</i> (軟全鮑), <i>Sweetfish</i> (銀魚)
	Others	6	<i>Sansamjoaban</i> 1 & 2 (山蔘佐飯1,2), <i>Bingja</i> (冰煮), <i>Ubangyeonbeop</i> (牛芳軟法), <i>Chiyeom</i> (治鹽), <i>Gaejeup</i> (芥汁)
Storagebeops (3)		3	<i>Yeomgang</i> (鹽薑), <i>Jangga</i> (藏茄), <i>Janggwa</i> (藏瓜)
Rice cakes and confectionaries (4)	Rice cake	1	<i>Gijeunghyeong</i> (起蒸餅)
	Yakgwa	1	<i>Yakgwajobeop</i> (藥果造法)
	Jeonggwa	1	<i>Donggwajeonggwa</i> (冬瓜正果)
	Hard Korean taffy	1	<i>Heuktangbeop</i> (黑湯法)
Wines (44)	<i>Danyang</i> wine	1	<i>Ehwa</i> wine (梨花酒)
	<i>Eyang</i> wine	20	<i>Seshin</i> wine (細辛酒), <i>Byeolsesinjusajeoltongyong</i> (別細辛酒四節通用), <i>Byeokhyang</i> wine 1 (碧香酒1), <i>Dugang</i> wine 2 (杜康酒2), <i>Emi</i> wine (二味酒), <i>Jeonghyang</i> wine (丁香酒), <i>Nokpa</i> wine (綠波酒), <i>Hayang</i> wine(夏釀酒), <i>Hyehyang</i> wine (惠香酒), <i>Hahyang</i> wine (荷香酒), <i>Habyeoljo</i> wine(夏別造酒), <i>Hayangjoacheong</i> wine(夏釀坐清酒), <i>Jeojubeop</i> (節酒法), <i>Gwaha</i> wine (過夏酒), <i>Samdu</i> wine (三斗酒), <i>Courteous wine beop</i> (體酒法) <i>Hailbulsan</i> wine (夏日不酸酒), <i>Mo</i> wine (麩酒), <i>Sajeoltongyongyukdu</i> wine (四節通用六斗酒), <i>Yukdujusajeoltongyong</i> (六斗酒四節通用)
	<i>Samyang</i> wine	6	<i>Samhae</i> wine (三亥酒), <i>Dugang</i> wine 1 (杜康酒1), <i>Byeokhyang</i> wine 2 (碧香酒2), <i>Odu</i> wine (五斗酒), <i>Gudu</i> wine (九斗酒), <i>Sipdu</i> wine (十斗酒)
	Rapidly fermented wine	8	1-day wine (一日酒), 3-day wine 1,2,3,4 (三日酒1,2,3,4), Summer day wine (夏日酒), <i>Hailjeol</i> wine (夏日節酒), <i>Yeolsi</i> wine (熱時酒)
	Sweet rice wine	3	Sweet rice wine 1,2,3(甘酒1,2,3)
	Soju	1	<i>Sojubeop</i> (燒酒法)
	Others	5	<i>Su</i> wine (收酒), <i>Chigaemi</i> wine (治改味酒), <i>Jogukbeop</i> (造麴法), auspicious day for <i>Joguk</i> (造麴吉日), avoided day for <i>Joju</i> (造酒忌日)

의 순서인데 이 책은 장이 먼저 나오고, 술 만드는 법 20여 가지가 뒤로 나온다. 증보를 하면서 가끔 집필한 연월일을 작게 써 놓았으니 앞서 줍저법까지는 ‘을묘 오월초팔일 신축서(乙卯 五月初八日 辛丑書)’, 그 다음 술에서는 ‘을묘 사월 초사일 갑술서(乙卯 四月初四日 甲戌書)’로 되어 있다. 그 의 문은 사실 주방문을 쓴 날자는 한 달 먼저이니 한권의 책으로 썼다면 앞부분에 나와야하나 따로 따로 써서 합본으로 만든 것으로 볼 수 있다.

또 이 책의 마지막장에는 장과 향아리에 대한 주의가 나오며 좌측 맨 끝줄에

‘洗手(指)側五 勿汚 勿破 勿失 勿(毀) 勿(損)’

손가락을 잘 씻고 5가지를 지켜야한다. 더럽히거나 찢어지거나 잃어버리거나 나른 나른해지거나 떨어져나가게 해서는 안 된다.’ 라고 적혀 있어 저자가 공들여지은 책을 자손에게 남기기 위해 당부의 말을 써 놓은 것으로 손을 잘 씻고 소중하게 다루어 보관해 전해줄 것을 당부했음을 알 수 있다 <Figure 2>.

2. 「계미서」의 전체 구성과 그 내용

「계미서」에 나오는 음식들을 항목별로 나누어 정리하였다 <Table 1>.

조선시대의 대부분의 조리서에는 술 제조법이 제일 먼저 나오나 「계미서」에는 장 제조법이 제일 먼저 나온다. 그 다음으로 침채류, 초 제조법, 주식류, 찬물류, 떡과 과자 순으로 나오고 술은 맨 나중에 나오고 있다. 이는 술 만드는 법은 추가 하여 기록하고 제본하였다고 볼 수 있다.

「계미서」에는 장 제조법이 13종, 침채류 14종, 초 제조법 13종, 주식류 11종, 찬물류 26종, 저장법 3종, 떡과 과자 4, 술 제조법이 44종으로 총 128종의 음식법이 나온다.

III. 결과 및 고찰

1. 「계미서」의 장의 분류와 재료

대부분 고조리서가 술을 제일먼저 다룬 것에 비하여 「계미서」는 장을 먼저 다루었다. 「계미서」에 나오는 장 제조법은 총 13종이 기록되어 있는데, 메주가 1종으로 말장으로 기록되어 있다. 장을 담구어 된장과 간장을 취하는 합장법이 3종으로 합장, 침장법, 수장침법이 기록되어 있다. 시를 만들어 장을 담그는 제조법이 4종으로 전시법, 향시, 전시, 청장이 기록되어 있다. 또 집장하는 법이 3종으로 줍저, 줍저법, 가즙저법이 기록되어 있다. 그 외 비지를 넣은 란장과 말린 청어를 넣어 장을 담근 청어장해가 기록되어 있다. 이것을 제조법별로 분류하고 재료를 살펴보았다 <Table 2>.

그 중 메주 만드는 법인 ‘말장’은 「계미서」보다 100여 년 전의 문헌인 「산가요록」에도 말장훈조로 소개되어 있는 방법으로 음력 정월에 콩을 삶아 덩어리로 만들어 메주를 띄우는 방법이 오늘날의 메주 만드는 방법과 유사하다.

메주로 장을 담구어 된장과 간장을 취하는 법으로 ‘합장’은 메주 3말에 소금 1말, 물은 소금의 배 정도의 소금물을 만들어 장을 담근다고 비율을 강조하고 있다. 또 장을 담글 때 콩과 두부를 향아리 바닥에 넣었다가 좌반으로 써도 좋다고 소개하고 있다. ‘침장법’은 합장을 간단히 적어 놓은 것으로 명칭만 다를 뿐이다. ‘수장침법’은 간장 담그는 법을 간단하게 소개하고 있다.

우리나라의 옛 장법에 나오는 시(豉)는 흠임메주로 볼 수 있다(Lee 1997). ‘전시법’은 칠월 하순에 콩 1사발로 시를 만들어 장 담그는 법을 소개하고 있다. 또 ‘향시’는 6-7월 상순에 시를 만들어 장을 담그며 이때 산초잎이나 뽕잎을 넣는다. 또 ‘전시’는 시를 만들어 장 담글 때 오이와 동아를 넣는 집장법과 유사하다. ‘청장’은 콩과 밀기울을 섞어 시를 만들어 장을 담구어 간장을 취하는 법을 소개하고 있다.

집장법으로 ‘줍저’는 시에 오이와 가지를 합하여 집장하는 법을 소개하고 있으며, ‘줍저법’은 콩과 기울을 섞어 만든 시에 오이를 합하여 집장하는 법을 소개하고 있다. 또 ‘가즙저법’은 시에 가지를 합하여 집장하는 법을 소개하고 있다. 줍저를 장으로 볼 것인가 김치류로 볼 것인가에 대하여 Han (2003)도 일전에는 「산가요록」의 줍저를 고대 김치류의 흔적으로 보았고, Park & Hwon(2017)은 「Juchochimjeobang (酒醋沈菹方)」(1500s or 1600s)의 줍저를 김치류에 분류하고 있다. 그러나 줍저는 장과 김치의 혼합형이지만 여름철에 콩을 삶아 띄워 메주를 만들어 채소를 넣어 삭힌 것으로 장이 우선인 음식으로, 장으로 분류함이 옳다고 생각한다. 오늘날에도 경상도 지역에서 여름철에 만든 띄운 메주에 오이, 가지, 풋고추, 부추 등 여름철 채소를 넣어 삭혀서 즐겨 먹고 있는 집장(거름장)이 바로 이 줍저라고 볼 수 있겠다.

그 외 ‘란장’은 합장할 때 평상시에 모아 놓았던 비지를 말려 가루로 만들어 향아리 바닥에 깔고 장을 담그는 비지장법을 소개하고 있다 「계미서」에 기록된 청어장해(靑魚醬醃)의 내용은 흥미롭다. 향아리 안에 말장가루를 깔고 말린 청어를 깔기를 켜켜이 반복하고 마지막에는 말장가루를 두 겹께 깔고 소금과 물을 합장의 예대로 섞어 붓고 봉하였다가 가을 후 열어서 쓴다고 하였다. 이는 음식이름으로도 볼 수 있듯이 장법과 식해법의 혼용으로 볼 수 있다. 「계미서」에는 다른 식해법은 소개하고 있지 않다. 우리나라 식해에 관해서는 「주방문」과 「Yorok (要錄, 요록)」(저자미상, 1680년대)에는 생선+소금+곡물의 전형적인 식해가 나타나고, 「Yeok-Jubangmun (歷酒方文)」 「역주방문」(1800년대 중엽)에서는 소의 양이나 멧돼지껍질을 쓰고 후추를 섞은 것도 식해라 하였고, 「Eumsikbo (飲食譜)」(1700년대)에서는 생선, 소금, 곡물, 밀가루, 누룩을 섞어 쓰고 있다(Kim & Lee 1988). 오늘날 식해는 동해안을 따라 경상도의 생선밥식해, 강원도의 북어식해, 함경도의 가자미식해 등 생선, 소금, 곡물, 엿기름, 무, 각종 향신료를 섞어서 김치형식해 형태로 현존하고 있다.

<Table 2> Classifications of and materials for fermented sauces in 「Gyemiseo」

Food		Ingredients
Fermented soybean block	<i>Maljang</i> (末醬)	Soybean
<i>Hapjangbeop</i> (合醬法)	<i>Hapjang</i> (合醬)	3 <i>mal</i> of fermented soybean block, 1 <i>mal</i> ¹⁾ of salt (5 <i>mal</i> of fermented soybean block, 2 <i>mal</i> of salt), water (1 potful for each 4 <i>mal</i> of fermented soybean block)
	<i>Chimjangbeop</i> (沈醬法)	5 <i>mal</i> of fermented soybean block, 2 <i>mal</i> of salt, 1 potful of water
	<i>Sujangchimbeop</i> (水醬沈法)	5 <i>mal</i> of fermented soybean block, 3 <i>mal</i> of salt and 3 potfuls of water
	<i>Jeonsibeop</i> (專法)	1 <i>mal</i> of soybean, 4 <i>doe</i> ²⁾ of salt, 2 <i>doe</i> of yeast powder
<i>Si</i> (豉)	<i>Hyangsi</i> (香豉)	1 <i>mal</i> of soybean, 5 <i>doe</i> of yeast powder, 2 <i>doe</i> of salt, 1 <i>mal</i> of water, 3 <i>doe</i> of oil, 1 <i>doe</i> of Chinese pepper
	<i>Jeonsi</i> (全豉)	1 <i>mal</i> of soybean, 7 <i>doe</i> of salt, 2 <i>doe</i> of yeast powder, cucumber, winter melon
	<i>Cheongjang</i> (淸醬)	1 <i>mal</i> of soybean, 2 <i>mal</i> of wheat bran, (4 <i>doe</i> of salt and 5 bowls of water for each 1 <i>mal</i> of <i>Si</i> flour)
<i>Jipjang</i> (汁醬)	<i>Jeupjeo</i> (汁菹)	1 <i>mal</i> of soybean, 3 <i>mal</i> of yeast, 1 <i>doe</i> of salt, cucumber, eggplant
	<i>Jeupjeobeop</i> (汁菹法)	1 <i>mal</i> of soybean, 3 <i>mal</i> of wheat bran, 3 <i>doe</i> of salt, 1 potful of eggplant and water
	<i>Gajeupjeobeop</i> (茄汁菹法)	1 <i>mal</i> of soybean, 2 <i>mal</i> of wheat bran, (5 <i>hop</i> ³⁾ of salt and 1 potful of eggplant for each 1 <i>mal</i> of <i>Si</i> flour)
Others	<i>Ranjang</i> (卵醬)	Fermented soybean block, bean curd dregs
	<i>Cheongeojanghae</i> (靑魚醬)	Dried herring, fermented soybean powder and salt Method of fermenting together by adding dried herring

¹⁾1 *Mal*=18 L, ²⁾1 *Doe*=1.8 L, ³⁾1 *Hop*=180 mL

<Table 3> Classification of and materials for Kimchi range in 「Gyemiseo」

Food		Ingredients
<i>Jeo</i> (菹)	<i>Jojeobeop</i> (造菹法)	Small cucumber, light soy sauce
	<i>Gwajeobeop</i> (瓜菹法)	Cucumber, 1 bowl of light soy sauce, 2 <i>doe</i> ¹⁾ of salt
	<i>Gwajeo</i> (瓜菹)	Cucumber, 1 potful of water, 3 <i>doe</i> of salt
	<i>Napjeo</i> (臘菹)	Young cucumber, salt, rice wine lees
	<i>Gagwajeo</i> (茄瓜菹)	Eggplant, cucumber, salt (4 <i>doe</i> for each potful of cucumber and eggplant), 1 <i>mal</i> ²⁾ of water, 1 handful of pasqueflower root and stem
	<i>Yeomnabokjeo</i> 1 (鹽蘿菹1)	1 potful of radish, 2.5~3 <i>doe</i> of salt
	<i>Yeomnabokjeo</i> 2 (鹽蘿菹2)	Radish, 1 potful of water, 1 <i>doe</i> of salt
<i>Yeomnabokjeo</i> 3 (鹽蘿菹3)	1 potful of radish, 1.5 <i>doe</i> of salt	
Kimchi (沈菜)	<i>Jincheong Kimchi</i> (眞菁沈菜)	1 potful of radish, 1 <i>doe</i> of salt
	<i>Jincheonggeun Kimchi</i> 1 (眞菁根沈菜1)	1 potful of radish, 3 potful of salted water
	<i>Jincheonggeun Kimchi</i> 2 (眞菁根沈菜2)	Radish, water from washing rice, salt
	Waterly sliced radish Kimchi (蘿薄沈菜)	Radish
Others	<i>Wu Kimchi</i> (芋沈菜)	1 <i>mal</i> of taro stem, 1 <i>doe</i> of salt
	<i>Gaechae</i> (芥菜)	White gourd, radish leaves, sesame seed oil, mustard juice

¹⁾1 *Doe*=1.8 L, ²⁾1 *Mal*=18 L

2. 「게미서」의 침채류의 분류와 재료

「게미서」에 나오는 침채류의 제조법은 총 14종이 기록되어 있다. 그 중 저가 8종으로 조저법, 과저법, 과저, 납저, 가과저, 염나복저 1.2.3이 기록되어 있다. 침채류는 5종으로 진청침채, 진청근침채 1.2, 나박침채, 우침채가 기록되어 있다.

기타 개체가 기록되어 있다. 이것을 제조법별로 분류하고 재료를 살펴보았다<Table 3>.

그 중 저의 조리법으로 ‘조저법’은 작은 오이를 향아리에 넣고 청장을 끓여 붓고 봉하여 사일 후 쓴다고 하였다. ‘과저법’은 오이를 향아리에 세워 담고 청장과 소금을 섞어 끓

여 붓는다. ‘과저’는 항아리 바닥에 형개 열매와 향유이삭을 깔고 오이를 넣고 소금물을 끓여 붓는다. ‘납저’는 어린오이를 소금과 술지게미를 섞어 담근다. ‘가과저’는 6-7월 사이가지와 오이를 항아리에 넣고 소금물을 끓여 붓는다. 이 때 할미꽃 뿌리와 줄기를 물과 함께 달여 항아리에 붓는다고 소개하고 있다. 오이지를 담글 때 할미꽃을 이용하는 것은 「산가요록」에서도 소개한 방법이며, 이러한 고조리서의 내용을 바탕으로 Han & Jo(2005)는 오이지 담글 때 연부현상을 방지하기 위하여 할미꽃 뿌리와 줄기를 첨가함으로써 향균효과가 있어 오이지의 품질을 향상시키고 저장성을 높이는 사실을 실험을 통하여 증명하고 연구 보고하였다. ‘염나복저’는 당청저(唐靑菹)라 하며 무를 소금에 절인 후 씻어 물기를 뺀 후 소금물에 담그는 법과, 물에 담갔다가 소금에 절인 후 씻어 물기를 뺀 후 소금물에 담그는 법, 무를 짚신으로 밟은 후 씻어 물에 담갔다가 소금물에 담그는 법 등 3가지 방법을 소개하고 있다.

침채 조리법으로 ‘진청침채’는 무를 조각내어 소금에 절여 씻어 물기를 뺀 후 소금물에 담그는 제조법을 소개하고 있다. ‘진청근 침채’는 토읍침채(土邑沈菜)라고도 하며, 무를 조각내어 소금물을 끓여 식혀 붓는다. 또 다른 법으로 무를 조각내어 물에 담그고 맑은 물이 나오도록 물을 계속 갈아주거나, 혹은 열은 쌀뜨물을 끓여 차게 식혀 소금기 약간 있게 해서 항아리에 넣는 법을 소개하고 있다. ‘나박침채’는 참무를 깨끗이 씻어 껍질을 깎아 얇게 잘라서 담근다고 간략하게 소개하고 있다. 우침채는 모비읍 침채(毛飛邑沈菜)라고도 하며, 서리 내리기 전 토란줄기를 베어다가 쪼개어서 소금에 절이는 법을 소개하고 있다.

또 특이한 침채로 개채(芥菜)를 소개하고 있다. 이는 동아

를 손가락 굵기로 한 치 길이로 끊는 물에 참기름을 넣고 데쳐내어 짙은 겨자즙에 섞어 담는데, 이 때 무 줄기를 한 치 길이로 잘라서 같이 담가도 좋다고 하였다. 이러한 동아침채는 「산가요록」에서도 동아와 순무를 썰어 소금에 절인 후 참기름과 겨자가루를 섞어 담근다고 소개하고 있다. 예부터 동아는 채소가 귀한 겨울철에 두고 먹을 수 있는 채소로서는 으뜸이었음을 알 수 있다. 1795년 정조가 모후 혜경궁을 모시고 화성행차 8일간의 상차림을 기록한 원행일기정리의 궤에 수록된 음력 윤 2월 10일 조수라에 올린 침채인 동과초(冬瓜醋)도 비슷한 조리법의 동아침채라고 볼 수 있겠다 (Han et al. 2018).

4. 「계미서」의 초 제조법의 분류와 재료

「계미서」에 나오는 초 제조법은 총 13종이 기록되어 있다. 고리 제조법으로 황의법초 1종이 기록되어 있다. 초 제조법은 12종으로 황의진초, 모초, 대맥초법 1, 2, 사절초 1, 2, 병정초 1, 2, 파의초, 무시파의초, 창포초, 고시초가 기록되어 있다. 이것을 제조법별로 분류하고 재료를 살펴보았다<Table 4>.

그 중 고리 제조법으로 ‘황의법초’는 밀을 불려 푹 찌서 삼잎을 섞고 참썩을 두껍게 덮어 칠일 후 누른 털이 생기면 햇볕을 쬐어 사용한다고 소개하고 있다.

초 제조법으로 ‘황의진초’는 쌀 1말로 밥을 지어 황의 2되와 누룩 2되로 쌀 식초를 만드는 법을 소개하고 있다. ‘모초’는 주재료인 길보리 1말과 쌀 약간으로 식초를 제조하는 법을 소개하고 있다. 보리쌀로 만드는 초는 2종이 소개되고 있는데 ‘대맥초법 1’은 보리쌀을 찌서 식힌 후 항아리에 넣고 5일 후 털이 생기면 물을 넣어 봉한 후 21일 후 맑아지면 쓴

<Table 4> Types and materials for vinegars in 「Gyemiseo」

Food		Ingredients	
Gori	Hwangeuibeopjo (黃衣法造)	Wheat	
	Hwangeuijincho (黃衣眞醋)	1 mal ¹⁾ of rice, 2 doe ²⁾ of hwangeui, 2 doe of yeast, 7 bowls of purified water	
	Mocho (麴醋)	1 mal of unhulled barley, little bit of rice	
	Daemaekchobeop 1 (大麥酢法1)	1 mal of barley, 6 bowls of water	
	Daemaekchobeop 2 (大麥酢法2)	1 mal of barley, 3 or 6 bowls of water	
	Sajeolcho (四節酢)	1 mal of rice, 1 doe of wheat, 5 doe of yeast powder, 7 bowls of purified water	
	Sajeonchobeop (四節酢法)	1 mal of rice, 1 doe of wheat, 5 hop ³⁾ of yeast powder, 7 bowls of purified water	
	Vinegars	Byeongjeongcho 1 (丙丁酢1)	1 mal of rice, 5 doe of wheat, 1 doe and 5 hop of yeast, 1 mal and 5 doe of purified water
		Byeongjeongcho 2 (丙丁酢2)	6 doe of rice, 1 doe of yeast, 1 mal of purified water
		Paeuicho (巴衣醋)	1 mal of paeuimi, refined rice wine
Musipaeuicho (無時巴衣醋)		1 mal of paeuimi, 3 bowls of purified water	
Changpocho (菖蒲酢)		Sweet flag roots and leaves	
Gosicho (古是酢)	2 mal of glutinous rice, small amount of wheat, 2 doe and 5 hop of yeast powder, 1 mal of water		

¹⁾1 Mal=18 L, ²⁾1 Doe=1.8 L, ³⁾1 Hop=180 mL

다고 하며, 2법은 같은 제조법이나 7월 7에 물을 넣어 15일 후 쓸 수 있다고 여름철 초제조법을 소개하고 있다. ‘사절초’는 병정일에 제조하는 초법으로 1법은 쌀의 1/2분량의 밀과 누룩을 섞어 사용하며, 2법은 쌀과 누룩만 사용하며 제조하는 법을 소개하고 있다. ‘파의초’는 6월 그믐에 시작하여 8월 15일 밤에 열어 사용하라고 하며, ‘무시파의초’는 때에 상관없이 담근 후 21일 후 쓰면 좋다고 소개하고 있다. ‘창포초’는 5월에 담근 지 3일 후 쓸 수 있는 초로 소개하고 있다. ‘고시초’는 주재료가 찹쌀로 담근 지 14일 후 쓸 수 있는 초로 소개하고 있다.

5. 「계미서」의 주식류의 분류와 재료

「계미서」에 나오는 주식류는 총 11종이 기록되어 있다. 밥은 1종으로 온반이 기록되어 있으며, 죽은 3종으로 백죽, 담죽, 기매죽이 기록되어 있다. 면은 녹두녹말 내는 법인 조 녹두말 1종이 기록되어 있으며, 면 제조법은 5종으로 면, 별면법, 작세면, 면시, 진주분이 기록되어 있다. 만두 법은 수고아 1종이 기록되어 있다. 이것을 제조법별로 분류하고 재료를 살펴보았다<Table 5>.

그 중 ‘온반’은 밥 위에 쇠고기나 꿩고기, 다시마전, 두부, 소유병(小油餅), 잣 등 고명을 얹고 청장으로 간을 한 육수를 끼얹은 탕반으로 육수는 쇠고기나 꿩고기로 만든 흑탕을 쓴다.

죽 조리법으로 ‘백죽’은 죽 한 사발을 하려면 쌀 3홉에 쌀뜨물 한 사발 섞어서 죽이 한 사발 될 때까지 끓인다고 소개하고 있다. ‘담죽’은 울무가루, 산약가루, 원미가루를 같은 분량으로 섞어 끓는 물에 넣고 죽을 쑀어 꿀을 섞어 먹는다고 소개하고 있다. ‘기매죽’은 청장으로 간을 한 고기육수에 기장쌀로 죽을 쑀고 가늘게 썬 살코기와 찢무김치와 오이지나

오이장아찌를 찢 맛을 없애고 가늘게 썰어 익혀서 함께 넣는다고 소개하고 있다.

면 제조법으로는 먼저 녹두로 녹말 만드는 법으로 ‘조녹두말’을 소개하고 있다. 또 ‘면’은 메밀로 메밀가루를 만들고 녹두가루를 섞어 면을 만드는 법을 소개하고 있다. ‘별면법’은 밀가루에 달걀이나 평알을 넣어 반죽하여 면을 만들어서 먹으면 좋다고 소개하고 있다. ‘작세면’은 녹두녹말을 끈기 있는 풀로 쑤어 바가지 구멍으로 흘러내려 가는 면을 만드는 법을 소개하고 있다. ‘면시’는 닭을 삶아 청장으로 간을 하여 육수를 만들고, 닭고기는 찢어 양념하여 볶아 육수와 섞은 후 면을 넣고 장 양념을 없앤다고 요즘의 국수장국을 소개하고 있다. ‘진주분’은 기장이나 메밀을 곱게 정미하여 무른 밥을 지어 냉수에 씻어 건져 밀가루를 묻히고 뜨거운 물에 넣었다가 찬물에 씻어 건지기를 2번 하고 녹두녹말을 묻혀서 뜨거운 물에 넣었다가 찬물에 씻어 건지기를 2번 한다. 이러한 방법은 보리수단의 조리법과 유사하다고 볼 수 있다. 또 오이장아찌를 가늘게 썰어 찢 맛을 씻어 내고, 연한고기를 진주분 크기로 썰어 참기름에 볶아 익히고, 각종 향채와 들깨즙을 넣고 섞어 숟가락으로 먹는다고 소개하는 음식으로 각양 재료와 모양과 색이 귀한 진주 모양으로 아름답고 맛이 뛰어난 음식일 것으로 추정된다.

만두는 ‘수고아’로 밀가루에 메밀가루를 섞어 반죽하여 피를 만들고 쇠고기 소를 넣어 빻어 물에 삶아 생강즙과 함께 먹는다고 소개하고 있다.

6. 「계미서」의 찬물류의 분류와 재료

「계미서」에 나오는 찬물류는 총 28종이 기록되어 있다. 탕이 4종으로 흑탕, 포탕, 별탕, 죽탕이 기록되어 있으며, 두부가 2종으로 취포, 건두포가 기록되어 있다. 또 고기음식이

<Table 5> Types and materials for main dishes in 「Gyemiseo」

Food		Ingredients
Cooked rice	Freshly cooked rice (溫飯)	Cooked rice, beef, pheasant meat, kelp pancake, bean curd, soyubyeong, pine nut, meat stock, light soy sauce
Porridge	White porridge (白粥)	3 hop ¹⁾ of rice, 1 bowl of rice washed water
	Dam porridge (淡粥)	Job's tear, yam flour, coarse rice flour, honey
	Gimae porridge (其邁粥)	Millet rice, meat stock, light soy sauce, beef, salty radish kimchi, salt fermented cucumber, soy sauce fermented cucumber
Noodle	Jonokdumal (造綠豆末)	2 mal ²⁾ of mung bean, 2 hop of oil
	Noodle (麵)	1 doe ³⁾ of buckwheat flour, 5 hop of mung bean flour
	Byeolmyeonbeop (別法)	Egg, pheasant egg, wheat flour
	Jaksemyeon (作細)	Mung bean flour
	Myeonsi (麵豉)	Chicken, light soy sauce, green onion, sesame seed oil, noodle, Si(), seasoning
Dumpling	Jinjubun (眞珠粉)	Millet or buckwheat, wheat flour, corn starch, soy sauce fermented cucumber, beef, sesame seed oil, herbs, perilla seed juice
	Sugoa (水兒)	Wheat flour, buckwheat flour, beef, ginger juice

¹⁾1 Hop=180 mL, ²⁾1 Mal=18 L, ³⁾1 Doe=1.8 L

12종으로 편적, 란저두, 마미육, 치개미육, 육적, 자우육법, 자마육법, 진조, 계팽, 팽계, 팽황구, 치장이 기록되어 있다. 이는 돼지고기, 소고기 외에도 말고기, 참새고기를 먹는 법을 소개하고 있다. 특히 다른 고조리서에서 볼 수 없는 말고기 음식을 다룬 것이 특이하다. 생선음식이 2종으로 연전포, 은어가 기록되어 있다. 그 외 산삼좌반1, 2, 빙자, 우방연법, 치염, 개즙이 기록되어 있다. 이것을 조리법별로 분류하고 재료를 살펴보았다<Table 6>.

‘흑탕’은 육수법이다. 날짐승 삶은 물이 최고 좋다고 한다. 「산가요록」에도 흑탕법이 기록되어 있는데 주재료는 생치어나 닭이나 날짐승도 쓴다고 소개하고 있다. 이는 예부터 우리나라는 쇠고기 육수보다 꿩이나 닭 등 날짐승고기 육수를 더 보편적이었음을 알 수 있다. 이는 농업국가에서 농경에 큰 동력인 소의 식용은 극히 삼갔음을 짐작할 수 있다 (Kim & Lee 2008). ‘포탕’은 두부를 두껍게 썰어 참기름으

로 지져 청장을 두르고 무김치 줄기를 잘라 같이 끓이면 좋다고 하였다. ‘별탕’은 자라를 잘 손질하여 참기름을 두르고 볶은 후 된장을 풀어 삶아 양념하고, 파 흰 부분을 섞는다고 기록되어 있다. ‘족탕’은 각종 가축의 족을 손질하여 폭 삶아 찢은 후 청장으로 간을 맞추고 양념한다.

‘취포’는 콩 1말과 녹두 1말로 두부 만드는 법을 소개하고 있다. 콩과 녹두를 같이 쓰면 두부가 연하고 부서지지 않는다고 한다. ‘견두포’는 2월에 두부를 콩 1말로 9 조각 나게 단단하게 만들어 낮에는 햇볕에 말리고, 밤에는 두부 통 물에 담가 두는데 그 두부물이 다할 때까지 반복하면서 견두부 만드는 법을 소개하고 있다.

‘편적’은 고기 굽는 법이며 ‘란저두’는 돼지머리를 삶아 얇게 썰어 겨지즙에 찍어 먹는 법을 소개하고 있다. ‘마미육’은 말꼬리로 육수 만드는 법을 소개하고 있다. ‘치개미육’은 고기 삶을 때 호두알 3-4개를 넣으면 맛이 좋다고 소개하고

<Table 6> Types and materials of side dishes in 「Gyemiseo」

	Food	Ingredients
Tang (soup)	Heuktang (黑湯)	Fowl, light soy sauce
	potfulang (泡湯)	Bean curd, sesame seed oil, light soy sauce, radish kimchi leaves
	Byeoltang (龜湯)	Soft-shelled turtle, sesame seed oil, Si (), green onion, seasoning
	Joktang (足湯)	Foot of cow, horse, sheep, goat, roe deer and deer, sesame seed oil, light soy sauce, seasoning
Bean curd	Chuiipo (取泡)	1 mal ¹⁾ of soybean, 1 mal of mung bean, vinegar
	Geondupo (乾豆泡)	Bean curd
Meat dishes	Pyeonjeok (片炙)	Meat, sesame seed oil, Si()
	Ranjeodu (爛豬頭)	Pig's head, mustard juice
	Mamiyuk (馬尾肉)	Horse tail
	Chigaemiyuk (治改味肉)	Meat, 3~4 walnuts
	Yukjeok (肉炙)	Lean meat, light soy sauce, sesame seed oil
	Jawuyukbeop (煮牛肉法)	Beef, apricot seed, foxglove leaves
	Jamayukbeop (煮馬肉法)	Horse meat, green onion, wine
	Jinjo (眞鳥)	Sparrow meat
	Gyepaeng (鷄烹)	Chicken, fennel seed, arrow grass, fermented akane sauce, sesame seed oil, light soy sauce, pepper powder
	Paenggye (烹鷄)	Yellow dog, light soy sauce, sesame seed oil, vinegar, green onion juice
Fish dishes	Chijang (雉醬)	Pheasant, vinegar, salt, pepper powder, ginger, green onion, sesame seed oil
	Yeonjeonpo (軟全鮑)	Abalone, clay or crumbs of roof tile
Others	Sweetfish (銀魚)	Dried sweetfish, rice washing water, light soy sauce, sesame seed oil
	Sansamjoaban 1 (山蔘佐飯1)	Coconopsis lanceolata, salt, light soy sauce, sesame seed oil
	Sansamjoaban 2 (山蔘佐飯2)	Coconopsis lanceolata, salt, light soy sauce, sesame seed oil
	Bingja (氷煮)	Mung bean, sesame seed oil, pepper powder, green onion, ginger
	Wubangyeonbeop (牛芳軟法)	Burdock, sesame seed oil,
	Chiyeom (治鹽)	Salt
	Gaejeup (芥汁)	Mustard, sesame seed oil, salt, light soy sauce

¹⁾1 Mal=18 L

있다. ‘육적’은 기름기 없는 고기를 청장즙과 참기름에 재웠다가 굽는 법을 소개하고 있다. ‘자우육법’은 늙은 쇠고기 삶을 때 으깬 살구씨와 지황잎을 넣고 삶으면 쉽게 익는다고 소개하고 있다. 이 때 솔뚜껑을 덮지 말라는 당부를 하고 있다. ‘자마육법’은 말고기 삶는 법을 소개하고 있는데 파와 술을 넣으면 좋으며, 이때도 솔뚜껑을 덮으면 안 된다고 한다. 병든 말고기는 소금, 술, 파, 산초, 회향 등에 하루나 이틀 담가 두었다가 술을 뿌리면서 썰야 독기가 없어진다고 한다. ‘진조’는 참새를 구워 좋은 술에 담갔다가 참새고기를 먼저 먹고 그 술도 마신다. 동지 후 입춘전의 참새가 좋다고 한다. ‘계팽’은 손질한 닭 배속에 회향, 지채, 천초장, 참기름을 섞어 넣고 대침으로 봉한 후 청장과 참기름으로 간을 맞춘 물을 작은 항아리에 넣고 닭을 넣고 기름종이로 봉한 후 술 안에 횡목을 걸치고 항아리를 놓고 증탕한다고 소개하고 있다. 12 시간 정도 증탕 한 후 닭을 찢고 삶아낸 국물에 후춧가루를 넣어 먹는다고 한다. ‘팽계’는 계팽의 내용과 비슷하나 닭을 항아리에 넣지 않고, 닭을 위와 같이 하여 단정하게 묶어서 술에 손가락만한 나무 서너 개를 넣고 닭을 그 위에 안치 후에 물 1 사발을 붓고 끓인다. ‘팽황구’는 황구의 살을 발라 물 5사발과 참기름 5홉, 청장을 섞어 항아리에 넣고 봉하여 술에 물을 붓고 닭 삶는 법을 소개하고 있다. 먹을 때 초와 청장과 파즙을 섞어 곁들인다. ‘치장’은 꿩고기로 완자 만드는 법을 소개하고 있다.

‘연전포’는 말린 전복을 삶을 때 진흙이나 부서진 기와를 조금 넣고 삶으면 연하다고 소개하고 있다. ‘은어’는 마른 은어를 쌀뜨물에 담갔다가 청장즙과 참기름을 조금 섞은 물에 삶으면 갓 잡은 것과 다름없다고 한다.

기타 ‘산삼좌반1’은 더덕을 껍질 벗겨 홍두개로 두드리고 칼로 쪼개어서 항아리에 담고 청장즙을 넣어 스며들고 마르면 참기름을 발라 쓴다. ‘산삼좌반2’ 법은 더덕을 삶아 익혀 껍질을 벗기고 찢은 후 하는 법은 같다. 그 외 녹두빈대떡

만드는 법인 ‘빙자’, 우엉 연하게 삶는 법인 ‘우방연법’, 고운 소금 만드는 법인 ‘치염’, 겨자즙 만드는 법인 ‘개즙’이 기록되어 있다.

7. 「게미서」의 저장법의 분류와 재료

「게미서」에는 채소저장법이 총 3종 염강, 장가, 장과가 기록되어 있다. 이것을 조리법별로 분류하고 재료를 살펴본다<Table 7>. ‘염강’은 생강을 소금에 절여 물에 씻어 말리는데 이 때 붙지 않도록 밀가루를 바른다고 하였다. ‘장가’는 가을철 서리가 내리기전 가지들 꼭지가 달린 채로 항아리에 재를 넣고 꼭지를 밑으로 하여 재에 묻어두면 색깔이 변하지 않는다고 소개하고 있다. ‘장과’는 오이를 소금에 묻어 두었다가 절회수(折灰水)에 담구어 소금기를 빼서 쓰는 법을 소개하고 있다.

8. 「게미서」의 떡과 과자류의 분류와 재료

「게미서」에 나오는 떡과 과자류는 총 4종이 기록되어 있다. 떡이 1종으로 기증병, 약과가 1종으로 약과조법, 정과가 1종으로 동과정과, 엿이 1종으로 흑탕법이 기록되어 있다. 이것을 제조법별로 분류하고 재료를 살펴본다<Table 8>.

조선 중기 이후 제레나 의례의 필수품인 유과나 다식(Cho et al. 2008)이 언급되지 않은 것은 조선 초기의 시대적 특징과 「게미서」의 집필 목적이 의례용 음식을 기록함이 아님을 엿볼 수 있다.

‘기증병’은 증편하는 법으로 밤채, 잣, 호두, 석이, 대추를 고명으로 뿌리고 썰낸 후 꿀을 바른다. ‘약과조법’은 밀가루 1말, 꿀 1되 5홉, 참기름 5홉을 섞어서 약과를 빚어 익힌 후 꿀에 집청 하는 법을 소개하고 있다. ‘동과정과’는 동아를 썰어서 사와가루(굴껍질로 만든 재)와 섞어 하룻밤 재운 후 씻어 꿀과 섞어 끓인 후 그 꿀을 버리고 새 꿀을 섞어서 끓여 생강채를 섞어서 항아리에 두면 오래 되어도 새것과 같다고

<Table 7> Types and materials for storage methods in 「Gyemiseo」

	Food	Ingredients
Storage methods	Yeomgang (鹽薑)	Ginger, salt, wheat flour
	Jangga (藏茄)	Eggplant, ashes
	Janggwa (藏瓜)	Not fully matured cucumber, salt

<Table 8> Types and ingredients of rice cakes and confectionaries in 「Gyemiseo」

	Food	Ingredients
Rice cake	Gijeunghyeong (起蒸餅)	Polished rice, giju, chestnut, pine nut, walnut, dried persimmon, manna lichen, jujube, honey
Yakgwa	Yakgwajobeop (藥果造法)	1 mal ¹⁾ of wheat flour, 1 doe ²⁾ and 5 hop ³⁾ of honey, 5 hop of sesame seed oil
Jeonggwa	Donggwajeonggwa (冬瓜正果)	White gourd, honey, ginger, sawa powder
Hard Korean taffy	Heuktangbeop (黑湯法)	1 mal of polished rice, 1 potful of water, 2 doe of barley malt flour

¹⁾1 Mal=18 L, ²⁾1 Doe=1.8 L, ³⁾1 Hop=180 mL

기록되어 있다. ‘흑탕법’은 겉보리로 엿기름을 만드는 법과 쌀과 엿기름으로 엿 만드는 법을 소개하고 있다.

9. 「계미서」의 술의 분류와 재료

「계미서」에 나오는 술은 총 44종이 기록되어 있다. 술을 제조 방식에 따라 분류하면 한 번 빚은 술인 단양주는 이화

주가 기록되어 있다. 이양주는 20종으로 세신주, 별세신주사절통용, 벽향주1, 두강주2, 이미주, 정향주, 녹과주, 하양주, 혜향주, 하향주, 하별조주, 하양좌청주, 절주법, 과하주, 삼두주, 예주법, 하일불산주, 모주, 사절통용육두주, 육두주사절통용이 기록되어 있다. 세 번 빚은 삼양주는 6종으로 삼해주, 두강주1, 벽향주2, 오두주, 구두주, 십두주가 기록되어 있다.

<Table 9> Types of wine and ingredients in 「Gyemiseo」

Food		Ingredients	
Danyang wine	<i>Elhwa</i> wine (梨花酒)	1 <i>mal</i> ¹⁾ of non-glutinous rice, 1 <i>doe</i> ²⁾ of yeast, 1 <i>mal</i> of water	
		<i>Choyang</i>	<i>Eyang</i>
	<i>Seshin</i> wine (細辛酒)	5 <i>mal</i> of non-glutinous rice, 1 <i>mal</i> of yeast, 10 <i>mal</i> of water	10 <i>mal</i> of non-glutinous rice, 5 <i>mal</i> of water, 5 <i>doe</i> of yeast
	<i>Byeolseshirjusajeoltongyong</i> (別細辛酒四節通用)	1 <i>mal</i> of non-glutinous rice, 1 <i>doe</i> of yeast, 6 bowls of water	2 <i>mal</i> of non-glutinous rice, 2 <i>doe</i> of yeast, 6 bowls of water
	<i>Byeokhyang</i> wine 1 (碧香酒1)	1 <i>mal</i> of non-glutinous rice, 5 <i>hop</i> ³⁾ of yeast, 2 <i>hop</i> of wheat flour	2 <i>mal</i> of non-glutinous rice, 5 <i>hop</i> of yeast
	<i>Dugang</i> wine 2 (杜康酒2)	1 <i>mal</i> of non-glutinous rice, 1 <i>doe</i> of yeast, 1 bowl of water	1 <i>mal</i> of glutinous rice
	<i>Emi</i> wine (二味酒)	2 <i>mal</i> of non-glutinous rice, 3 <i>doe</i> and 5 <i>hop</i> of yeast, 4 <i>mal</i> of water	4 <i>mal</i> of non-glutinous rice, 1 <i>doe</i> and 5 <i>hop</i> of wheat flour, 5 <i>mal</i> of water
	<i>Jeonghyang</i> wine (丁香酒)	1 <i>doe</i> of non-glutinous rice, 1 <i>doe</i> of yeast	1 <i>mal</i> of non-glutinous rice, 1 bowl of water
	<i>Nokpa</i> wine (綠波酒)	1 <i>mal</i> of non-glutinous rice, 1 <i>doe</i> of yeast, 5 <i>hop</i> of wheat flour, 3 <i>mal</i> of water	2 <i>mal</i> of glutinous rice
	<i>Hayang</i> wine (夏釀酒)	2 <i>doe</i> of non-glutinous rice, 1 <i>doe</i> and 6 <i>hop</i> of yeast	2 <i>mal</i> of glutinous rice, 2 bowls of water
	<i>Hyeyang</i> wine (惠香酒)	1 <i>mal</i> of non-glutinous rice, 1 <i>doe</i> and 5 <i>hop</i> of yeast, 1 <i>doe</i> and 5 <i>hop</i> of wheat flour, 3 <i>hop</i> of water	2 <i>mal</i> of non-glutinous rice
<i>Eyang</i> wine	<i>Hahyang</i> wine (荷香酒)	4 <i>doe</i> of non-glutinous rice, 4 <i>doe</i> of yeast	4 <i>mal</i> of glutinous rice, 5 bowls of water
	<i>Habyeoljo</i> wine (夏別造酒)	5 <i>doe</i> of non-glutinous rice, 1 <i>doe</i> and 5 <i>hop</i> of yeast	1 <i>mal</i> of non-glutinous rice
	<i>Hayangjoacheong</i> wine (夏釀坐淸酒)	6 <i>doe</i> of yeast, 4 <i>mal</i> of water	4 <i>mal</i> of non-glutinous rice, 4 <i>doe</i> of wheat flour
	<i>Jeojubeop</i> (節酒法)	3 <i>mal</i> of non-glutinous rice, 7 <i>hop</i> of yeast	1 <i>mal</i> of non-glutinous rice, 5 <i>hop</i> of wheat flour
	<i>Gwaha</i> wine (過夏酒)	5 <i>mal</i> of glutinous rice, 1 <i>mal</i> and 2 <i>doe</i> of yeast, 12 bowls of water	8 <i>mal</i> of glutinous rice, 7 <i>mal</i> of non-glutinous rice
	<i>Samdu</i> wine (三斗酒)	1 <i>mal</i> of non-glutinous rice, 1 <i>doe</i> and 5 <i>hop</i> of yeast, 2 <i>mal</i> and 5 <i>doe</i> of water	2 <i>mal</i> of non-glutinous rice
	<i>Yejubeop</i> (醴酒法)	2 <i>mal</i> and 5 <i>doe</i> of glutinous rice, 6 <i>doe</i> of yeast, 6 <i>mal</i> of water	2 <i>mal</i> and 5 <i>doe</i> of glutinous rice
	<i>Hailbulsan</i> wine (夏日不酸酒)	1 <i>mal</i> of non-glutinous rice, 1 <i>doe</i> and 5 <i>hop</i> of yeast	1 <i>mal</i> of non-glutinous rice
	<i>Mo</i> wine (麴酒)	Barley	
	<i>Sajeontongyongyukdu</i> wine (四節通用六斗酒)	2 <i>mal</i> of non-glutinous rice, 4 <i>doe</i> of yeast, 4 <i>mal</i> of water	4 <i>mal</i> of non-glutinous rice, 2 <i>doe</i> of yeast, 2 <i>mal</i> of water
	<i>Yukdujusajeoltongyong</i> (六斗酒四節通用)	2 <i>mal</i> of non-glutinous rice, 4 <i>doe</i> of yeast, 4 <i>mal</i> of water	4 <i>mal</i> of non-glutinous rice, 2 <i>doe</i> of yeast, 2 <i>mal</i> of water

<Table 9> Types of wine and ingredients in 「Gyemiseo」 (continued)

Food		Ingredients		
		<i>Choyang</i>	<i>Eyang</i>	<i>Samyang</i>
Samyang Wine	<i>Samhae</i> wine (三亥酒)	1 <i>doe</i> of glutinous rice, 1 <i>doe</i> of yeast, 1 <i>doe</i> of wheat flour	1 <i>mal</i> of non-glutinous rice, 1 <i>mal</i> of glutinous rice	2 <i>mal</i> of non-glutinous rice, 2 <i>mal</i> of glutinous rice
	<i>Dugang</i> wine 1 (杜康酒1)	5 <i>mal</i> of non-glutinous rice, 1 <i>mal</i> of yeast, 2 <i>doe</i> of wheat flour, 9 <i>mal</i> of water	5 <i>mal</i> of non-glutinous rice, 1 <i>mal</i> of yeast, 6 <i>mal</i> of water	5 <i>mal</i> of non-glutinous rice
	<i>Byeokhyang</i> wine 2 (碧香酒2)	1 <i>mal</i> and 5 <i>doe</i> of non-glutinous rice, 1 <i>mal</i> and 5 <i>doe</i> of glutinous rice, 4 <i>doe</i> of yeast, 4 <i>mal</i> of water	8 <i>mal</i> of non-glutinous rice, 1 <i>mal</i> of yeast, 10 <i>mal</i> of water	4 <i>mal</i> of non-glutinous rice, 5 <i>mal</i> of water
	<i>Odu</i> wine (五斗酒)	1 <i>mal</i> of non-glutinous rice, 1 <i>doe</i> and 7 <i>hop</i> of yeast, 1 <i>mal</i> and 3 <i>doe</i> and 3 <i>hop</i> of water	2 <i>mal</i> and 7 <i>doe</i> of non-glutinous rice, 3 <i>doe</i> and 3 <i>hop</i> of yeast, 1 <i>mal</i> and 7 <i>doe</i> of water	1 <i>mal</i> and 3 <i>doe</i> of non-glutinous rice, 2 <i>mal</i> of water
	<i>Gudu</i> wine (九斗酒)	2 <i>mal</i> of non-glutinous rice, 2 <i>doe</i> of yeast, 2 <i>mal</i> of water	5 <i>doe</i> of non-glutinous rice, 5 <i>doe</i> of yeast, 5 <i>mal</i> of water	2 <i>mal</i> of non-glutinous rice, 2 <i>doe</i> of yeast, 2 <i>mal</i> of water
	<i>Sipdu</i> wine (十斗酒)	1 <i>mal</i> of non-glutinous rice, 1 <i>mal</i> of glutinous rice, 3 <i>doe</i> and 4 <i>hop</i> of yeast, 2 <i>mal</i> and 6 <i>doe</i> of water	5 <i>mal</i> and 4 <i>doe</i> of non-glutinous rice, 3 <i>mal</i> and 6 <i>doe</i> and 6 <i>hop</i> of water	2 <i>mal</i> and 6 <i>doe</i> of non-glutinous rice, 4 <i>mal</i> of water
Rapidly fermented rice wine	1-day wine (一日酒)	2 <i>mal</i> of wine, 3 <i>doe</i> of yeast		2 <i>mal</i> of non-glutinous rice
	3-day wine 1 (三日酒1)	5 <i>doe</i> of glutinous rice, 3 <i>doe</i> of yeast, 2 bowls of water		3 <i>mal</i> of non-glutinous rice
	3-day wine 2 (三日酒2)	2 <i>mal</i> of non-glutinous rice, 3 <i>doe</i> of yeast		
	3-day wine 3 (三日酒3)	1 <i>doe</i> and 5 <i>hop</i> of yeast, 1 <i>mal</i> and 5 <i>doe</i> of water		1 <i>mal</i> of non-glutinous rice
	3-day wine 4 (三日酒4)	3 <i>doe</i> of yeast, 1 <i>mal</i> of water		1 <i>mal</i> of non-glutinous rice, 3 <i>hop</i> of wheat flour
	Summer day wine (夏日酒)	1 <i>mal</i> of non-glutinous rice, 1 <i>doe</i> of yeast, 1 <i>doe</i> of wheat flour		
	<i>Hailjeol</i> wine (夏日節酒)	1 <i>mal</i> of non-glutinous rice, 1 <i>doe</i> of glutinous rice, 3 <i>hop</i> of yeast, 2 <i>hop</i> of wheat flour, 3 bowls of water		
	<i>Yeolsi</i> wine (熱時酒)	3 <i>doe</i> of non-glutinous rice, 3 <i>doe</i> of yeast		3 <i>mal</i> of non-glutinous rice
	Sweet rice wine 1 (甘酒1)	1 <i>mal</i> of non-glutinous rice, 1 <i>doe</i> of glutinous rice, 1 <i>doe</i> of yeast		
	Sweet rice wine 2 (甘酒2)	3 <i>doe</i> of polished rice, 8 <i>hop</i> of yeast		
Sweet rice wine 3 (甘酒3)	3 <i>doe</i> of glutinous rice, 3 spoons of malt yeast			
Soju	<i>Sojubeop</i> (燒酒法)	1 <i>mal</i> of non-glutinous rice, 3 <i>doe</i> of yeast		
Others	<i>Suju</i> (收酒)	Good yeast, wine	If 5~6 pheasant egg-sized good yeast is placed in the pot containing wine will ensure that the taste of wine will not change	
	<i>Chigaemiju</i> (治改味酒)	Soured wine, glutinous rice flour	Make cake with glutinous rice flour and place on the bottom of wine pot	
	<i>Jogukbeop</i> (造麴法)	Add and mix yeast with the mixture at the ratio of 1 <i>mal</i> of wheat bran and 1 <i>doe</i> and 5 <i>hop</i> of mung bean		
	Auspicious day for <i>Joguk</i> (造麴吉日)	<i>Shinmi</i> (辛未), <i>Eulmi</i> (乙未) and <i>Gyeongja</i> (庚子) are auspicious days and <i>Mangaeseongil</i> (滿開成日) should be excluded.		
Avoided date for <i>Joju</i> (造酒忌日)	<i>Gapjin</i> (甲辰), <i>Gimyo</i> (己卯), <i>Mujao</i> (戊子午) and <i>Imja</i> (壬子) are days to be avoided. <i>Gapja</i> (甲子), <i>Muja</i> (戊子), <i>Eulmyo</i> (乙卯), <i>Muo</i> (戊午) are recommended days.			

¹⁾1 Mal=18 L, ²⁾1 Doe=1.8 L, ³⁾1 Hop=180 mL

또 술을 빚은 지 1주일 이내 쓰는 숙성주는 8종으로 일일주, 삼일주1,2,3,4, 하일주, 하일절주, 열시주가 기록되어 있다. 감주법이 3종으로 감주1,2,3이 기록되어 있다. 또 소주법이 1종, 기타 수주, 치개미주, 조국법, 조국길일, 조국기일에 대하여 기록되어 있다. 이것을 제조법별로 분류하고 재료를 살펴 보았다<Table 9>.

단양주는 1차 발효만 시키는 상용약주로 그 양조법이 단순하다. 「계미서」에서는 이화주 1종만 기록되어 있다. 이화주는 전통적인 쌀누룩 술로 청주를 분리하지 않은 탁하고 흰죽과 같은 술이나 오늘날의 막걸리와는 다른 술로 볼 수 있다. 이화주는 보통 배꽃이 필 무렵 빚는 술이지만, 「계미서」에서는 술을 빚는 시기에 대해서는 언급하지 않고 쌀가루를 절병처럼 찌서 배꽃 꽃잎처럼 뜯어 술을 빚는다고 기록되어 있다. 고려에 말 이규보의 「동국이상국집」의 시 가운데 이화주가 등장하는 것으로 보아 고려시대 때부터 빚어졌던 고급 탁주이다. 또한 조선시대 고조리서 주방문에는 거의 언급되는 술로 배꽃이 연상되는 것처럼 배꽃이 사용되는 술은 아니다(Park 2015).

이양주는 어느 정도 발효시킨 밀술에 다시 덧술 하는 방법으로 우리나라 전통술의 종류 중 가장 많은 양조법이다. 「계미서」에 수록되어 있는 20종의 이양주 제조법에서 초양에 사용하는 곡물 재료는 멥쌀 17회, 찹쌀 2회, 보리쌀 1회 사용하였다. 이양에서 사용한 곡물 재료는 멥쌀 13회, 찹쌀 6회 사용하여 멥쌀을 가장 많이 사용하였다. 누룩은 초양에서 모든 술 빚는 법에 사용하였으며, 이양에서 5회 사용하였다. 발효보조제로 사용한 밀가루는 초양에 3회, 이양에 3회 사용하였다. 모주(麴酒)는 보리를 찌서 3일 동안 물에 담갔다가 씻어 말려 다시 찧어 물에 담가 법대로 술을 빚는다고 자세한 재료는 언급하지 않았다.

삼양주는 섬세한 방법으로 여러 번 덧술 하여 순후(醇厚)한 맛이 나도록 빚어내는 약주이다. 「계미서」에 수록되어 있는 6종의 삼양주 제조법에서 초양에 사용하는 곡물 재료는 멥쌀 5회, 찹쌀 3회 사용하였다. 삼해주는 초양에 찹쌀을 벽향주와 십두주는 초양에서 멥쌀과 찹쌀을 같이 사용하였다. 이양에서 사용한 곡물 재료는 멥쌀 6회, 찹쌀 1회 사용하였으며, 삼해주 이양에서는 멥쌀과 찹쌀을 모두 사용하였다. 삼양에서 사용한 곡물 재료는 멥쌀 6회 사용하였다. 누룩은 초양에서 모든 술 빚는 법에 사용하였으며, 이양에서 4회 사용하였고, 삼양에서는 구두주에서만 1회 사용하였다. 발효보조제로 사용한 밀가루는 2회로 삼해주와 두강주1에서 각각 사용하였다.

숙성주는 단 시일 내 숙성되는 술인 순내주(旬內酒)로 대개 1주일 정도 걸린다. 보통 단양주가 많으나, 「계미서」의 숙성주는 일일주, 삼일주1, 삼일주3, 삼일주4, 열시주는 이양주이다. 사용된 재료는 멥쌀이 가장 많고, 그 다음 찹쌀을 사용하였고, 단시간의 발효를 위해 누룩의 양을 많이 사용하는 편이다. 특히 하일주와 하일절주는 숙성발효를 위하여 밀가

<Table 10> A Comparison of kinds of food between 「Sangayorok」 and 「Sunjabang」 and 「Gyemiseo」

	Gyemiseo	Sangatorok	Sunjabang
Fermanted sauce	<i>Maljang</i>	0	
	<i>Hapjang</i>	0	
	<i>Chimjangbeop</i>		
	<i>Sujangchimbeop</i>		
	<i>Jeonsibeop</i>		
	<i>Hyangsi</i>		
	<i>Jeonsi</i>	0	0
	<i>Cheongjang</i>	0	
	<i>Jeupjeo</i>	0	0
	<i>Jeupjeobeop</i>		
	<i>Gajeupjeobeop</i>	0	
Kimchi (Chimchae)	<i>Ranjang</i>		
	<i>Cheongeojanghae</i>		
	<i>Jojeobeop</i>	0	0
	<i>Gwajojeobeop</i>	0	0
	<i>Gwajojeo</i>	0	
	<i>Napjeo</i>		0
	<i>Gagwajeo</i>		
	<i>Yeomnabokjeo</i> 1,2,3		0
	<i>Jincheongchimchae</i>	0	0
	<i>Jincheonggeunchimchae</i> 1,2	0	0
<i>Nabakchimchae</i>	0		
<i>Uchimchae</i>	0		
<i>Gaechae</i>			
Vinegars	<i>Hwangeuibeopjo</i>		
	<i>Hwangeuijincho</i>		0
	<i>Mochu</i>		
	<i>Daemaekchobeop</i> 1,2		
	<i>Sajeolcho</i> 1,2	0	0
	<i>Byeongjeongcho</i> 1,2		0
	<i>Paeuicho</i>		
	<i>Mugipaeuicho</i>		
	<i>Changpocho</i>	0	0
	<i>Gosicho</i>		
Main dishes	<i>Onban</i>		
	<i>Baekjuk</i>	0	
	<i>Damjuk</i>	0	
	<i>Gimaejuk</i>		
	<i>Jonokdumal</i>		
	<i>Noodle</i>	0	0
	<i>Byeolmyeonbeop</i>		
	<i>Jaksemyeon</i>	0	
	<i>Myeonsi</i>		
	<i>Jinjubun</i>	0	
<i>Sugoa</i>	0		
Side dishes	<i>Heuktang</i>	0	
	<i>Potang</i>	0	
	<i>Byeoltang</i>		
	<i>Joktang</i>		
	<i>Chuiipo</i>	0	
	<i>Geondupo</i>		
	<i>Pyeonjeok</i>		
	<i>Ranjeodu</i>		
	<i>Mamiyuk</i>		
	<i>Chigaemiyuk</i>	0	
<i>Yukjeok</i>			
<i>Jawuyukbeop</i>			

<Table 10> A Comparison of kinds of food between 「Sangayorok」 and 「Suunjapbang」 and 「Gyemiseo」 (continued)

	Gyemiseo	Sangatorok	Suunjapbang
Side dishes	Jamayukbeop		
	Jinjo		
	Gyepang 1,2	0	
	Panghwanggu		
	Chijang		
	Yeonjeonpo	0	0
	Euneo		
	Sansamjoaban 1,2	0	0
	Bingia		
	Wubangyeonbeop	0	
Storage methods	Chiyeom		
	Gaejeop		
	Yeomgang	0	
Rice cakes and confectionaries	Jangga	0	0
	Janggwa	0	
Wines	Gijeunghyeong		
	Yakgwajobeop		
	Donggojeonggwa	0	
	Heuktangbeop	0	0
	Ewha wins	0	0
	Seshin wine	0	
	Byeolsesinjusajeoltongyong		
	Byeokhyang wine	0	0
	Dugang wine	0	0
	Emi wine		
	Jeonghyang wine		0
	Nokpa wine	0	0
	Hayang wine		
	Hyeayang wine		
	Hahyang wine		
	Habyeoljo wine		
	Hayangjoacheong wine		
	Jeojubeop	0	
	Gwaha wine	0	
	Samdu wine		
	Yejubeop	0	0
	Hailbulsan wine	0	
	Mo wine		
	Sajeoltongyonyukdu wine	0	
	Yukdujusajeoltongyong		
	Samhae wine	0	0
	Dugang wine		0
Odu wine	0	0	
Gudu wine			
Sipdu wine	0		
1-day wine		0	
3-day wine	0	0	
Hailjeol wine	0		
Yeolsi wine			
Sweet rice wine	0		
Sojubeop	0		
Su wine	0		
Chigaemi wine			
Jogukbeop	0		
Auspicious day for Joguk			
Scheduled date for Joju			

루를 첨가하였음을 알 수 있다.

「계미서」(1554)에는 감주법이 3종 수록되어 있다. 감주는 특별한 양조법으로 달게 빻어진 술로 엿기름으로 만들어진 식혜와는 달리 누룩을 이용하여 빻는 술로 물을 아주 적게 사용하는 것이 특징이다. 감주법이 3가지 소개되었는데 3법은 엿기름가루를 첨가하였다.

소주법은 맵쌀 1말에 누룩 3되로 술을 빻는 법을 간단하게 소개하고 있다.

그 외 수주, 치개미주, 조국법, 조국기일, 조주기일 등 술에 관한 기본법과 주의점이 수록되어 있다. 좋은 누룩을 평알 만하게 깎아서 술항아리에 넣으면 술 맛이 변하지 않는다는 ‘수주법’과 찹쌀가루로 떡을 만들어 구멍을 뚫어 옹기 바닥에 두고 시어진 술을 붓고 며칠 지나면 맛이 처음과 같아진다는 ‘치개미주법’을 소개하고 있다. 또 ‘조국법’은 기울과 녹두를 섞어 만드는 법을 소개하고 있다. 또 누룩 만들기 좋은 날과 술 빻기 좋은 날을 소개하고 있다.

10. 조선 초기 100년의 음식 비교

현재 발견된 우리나라 최초 조리서인 「산가요록」부터 100년 사이에 나온 책인 「수운잡방」이 있지만 「계미서」가 발굴되므로 3종이 되었다. 따라서 2종보다는 3종의 책을 비교함으로써 조선초기의 식생활을 음식명, 재료, 조리법 등으로 공통점을 찾아 볼 수 있다. 이에 본 연구에서는 「산가요록」, 「계미서」, 「수운잡방」에 소개된 음식명을 비교하여 유사점을 찾아보았다<Table 10>.

「산가요록」의 음식을 100년이 다되도록 이어졌음에 주목해볼 수 있다. 또한 「산가요록」과 「계미서」를 비교하고 「산가요록」, 「수운잡방」을 비교한다면 「계미서」가 「산가요록」의 내용과 같은 음식이 많음을 알 수 있으며, 앞으로의 연구에서는 「산가요록」의 필자와 「계미서」의 필자와의 연관성도 유추해볼 수 있겠다.

3종의 책에 모두 나타나는 음식은 술에서는 이화주, 벽향주, 두강주, 녹과주, 예주, 삼해주, 오두주, 삼일주이며 장에서는 전시, 좁저, 초에서는 사절초, 창포초, 침채에서는 과저법, 진청근침채, 채소저장은 장가, 주식류에서는 면, 병과에서는 동과정과, 찬물류에서는 산삼좌반 등이다.

IV. 결론 및 요약

「계미서」는 표지에 집필 년대를 정확하게 밝힌 조선초기의 한문 필사본이다. 「계미서」는 조선개국 163년(1554년)에 집필한 후 훼손된 것을 358년 후 조선말기인 1911년에 장정을 대대적으로 배접했음을 표지에 크게 써 놓아서 집필 년대를 정확하게 알 수 있어 조선초기의 식생활을 알 수 있으며 동시대의 조리서를 알아내는 단초가 될 수 있는 책이다. 이러한 「계미서」에 기록된 음식들을 소개하고 그 내용을 분석하여 조선초기의 음식문화를 살펴보았다.

첫째, 「계미서」에 기록된 내용은 「산가요록」을 비롯한 대부분의 조리서들이 주방문이 먼저 나오고 그 다음 장, 저, 초, 저장법 등의 순서인데 이 책은 장이 먼저 나오고 그 다음으로 김치류, 초 만드는 법, 주식류, 찬물류, 떡과 과자 순으로 나오고 술은 맨 나중에 나오고 있다. 이는 술 만드는 법은 추가 하여 기록하고 제본하였다고 볼 수 있다. 「계미서」에 기록된 음식법은 장 제조법이 13종, 침채류 14종, 초 13종, 주식류 11종, 찬물류 26종, 저장법 3종, 떡과 과자 4, 술 제조법이 44종으로 총 128종의 음식법이 나온다.

둘째, 「계미서」에 나오는 장 제조법은 총 13종이 기록되어 있다. 메주는 말장이 기록되어 있다. 장을 담구어 된장과 간장을 취하는 합장법으로 합장, 침장법, 수장침법이 기록되어 있다. 시를 만들어 장을 담그는 제조법으로 전시법, 향시, 전시, 청장이 기록되어 있다. 또 집장하는 법으로 즈저, 즈저법, 가즈저법이 기록되어 있다. 그 외 비지장법인 란장과 말린 청어를 넣어 장을 담근 청어장해가 기록되어 있다. 특히 청어장해는 말장가루와 말린 청어를 켜켜로 넣고 합장하듯이 소금과 물을 섞어 붓고 담근 것으로, 음식이름으로도 볼 수 있듯이 장법과 식해법의 혼용으로 볼 수 있다.

셋째, 「계미서」에 나오는 침채류의 제조법은 총 14종이 기록되어 있다. 그 중 저는 조저법, 과저법, 과저, 납저, 가과저, 염나복저가 기록되어 있다. 침채류는 진청침채, 진청근침채, 나박침채, 우침채가 기록되어 있다. 또 특이한 침채로 개채(芥菜)를 소개하고 있다. 이는 동아를 손가락 굵기로 한 치 길이로 끊는 물에 참기름을 넣고 데쳐내어 짙은 겨지즙에 섞어 담그는 것으로 「산가요록」의 동아침채와 유사하며 당시 겨울철 저장 식품으로 동아가 널리 쓰였음을 알 수 있다.

다섯째, 「계미서」에 나오는 초 제조법은 총 13종이 기록되어 있다. 고리 제조법으로 황의법초가 기록되어 있다. 초 제조법으로는 황의진초, 모초, 대맥초법, 사절초, 병정초, 파의초, 무시파의초, 창포초, 고시초가 기록되어 있다.

여섯째, 「계미서」에 나오는 주식류는 총 11종이 기록되어 있다. 밥은 온반이 기록되어 있으며, 밥 위에 쇠고기나 꿩고기, 다시마전, 두부, 소유병(小油餅), 잣 등 고명을 얹고 청장으로 간을 한 육수를 끼얹은 탕반으로 육수는 흑탕을 쓴다. 죽으로는 백죽, 담죽, 기매죽이 기록되어 있다. 면은 녹두녹말 내는 법으로 조녹두말이 기록되어 있으며, 면 제조법으로는 면, 별면법, 작세면, 면시, 진주분이 기록되어 있다. 만두 법은 수고아가 기록되어 있다.

일곱째, 「계미서」에 나오는 찬물류는 총 28종이 기록되어 있다. 탕으로는 흑탕, 포탕, 별탕, 죽탕이 기록되어 있으며, 두부는 취포, 건두포가 기록되어 있다. 또 고기음식으로는 편적, 란저두, 마미육, 치개미육, 육적, 자우육법, 자마육법, 진조, 계팽, 팽계, 팽황구, 치장이 기록되어 있으며, 생선 음식으로는 연전포, 은어가 기록되어 있다. 그 외 산삼좌반, 빙자, 우방연법, 치엽, 개즙이 기록되어 있다.

여덟째, 「계미서」에 나오는 떡과 과자류는 총 4종이 기

록되어 있다. 떡은 기증병, 약과는 약과조법, 정과는 동과정과, 엿으로는 흑탕법이 기록되어 있다. 또한 「계미서」에는 채소저장법이 총 3종 엄강, 장가, 장과가 기록되어 있다

아홉째, 「계미서」에 나오는 술은 총 44종이 기록되어 있다. 술을 제조 방식에 따라 분류하면 단양주는 이화주가 기록되어 있다. 이양주는 20종으로 세신주, 별세신주사절통용, 벽향주, 두강주, 이미주, 정향주, 녹과주, 하양주, 혜향주, 하향주, 하별조주, 하양좌청주, 절주법, 과허주, 삼두주, 예주법, 하일불산주, 모주, 사절통용육두주, 육두주사절통용이 기록되어 있다. 삼양주는 6종으로 삼해주, 두강주, 벽향주, 오두주, 구두주, 십두주가 기록되어 있다. 또 속성주가 8종으로 일일주, 삼일주, 하일주, 하일절주, 열시주가 기록되어 있다. 감주법이 3종이 기록되어 있다. 또 소주법, 기타 수주, 치개미주, 조국법, 조국길일, 조국기일에 대하여 기록되어 있다.

열째, 조선 초기의 조리서인 「산가요록」, 「계미서」, 「수운잡방」, 3종의 책에 모두 나타나는 음식은 녹과주, 두강주, 벽향주, 삼일주, 삼해주, 예주, 오두주, 전시, 즈저, 사절초, 창포초, 과저법, 진청근침채, 장가, 면, 동과정과, 산삼좌반 등이다.

이상으로 집필연대가 정확한 조선초기의 조리서인 「계미서」의 내용을 소개하였다. 본 연구 내용이 앞으로 동시대 및 후대의 고조리서의 내용과 비교 연구하여 조선시대 우리음식의 내용과 조리법의 변천과정을 연구하는데 기초가 될 수 있을 것으로 생각한다.

Conflict of Interest

No potential conflict of interest relevant to this article was reported.

References

- 「Eumsikbo (飮食譜)」. 1700s. Korea
 「Gyemiseo (癸未書)」. 1554. Korea
 「Wonhaengeulmyojeongniugwe (園幸乙卯整理儀軌)」. 1795. Korea
 「Yeok-Jubangmun (歷酒方文)」. Middle of 1800s. Korea
 「Yorok (要錄)」. 1680s. Korea
 Andong Jang (安東張氏). 1670s. 「Umsikdimibang (飮食知味方)」. Korea
 Cho SH, Chung RW, Choi YJ, Kim EM, Won SI, Cha GH, Kim HS, Lee HG. 2008. An Investigation “Kwa-Jung”: Traditional Korean Confectionery Items, Found in Korean Literatures Prior to the 17th Century. Korean J. Food Cookery Sci. 24(3):321-324
 Han BR, Chung GJ, The Royal Food Research Society. 2018. Sura-Ilgi (水刺日記) Vol. 2. Institute of Korean Royal Cuisine Publishers, Seoul, Korea, pp 233

- Han BR, Jo JS. 2005. Effect of Pulsatilla Korean on the Quality Characteristics of Oiji (Korean Pickled Cucumbers). J. East Asian Soc. Dietary Life. 15(3):323-333
- Han BR. 2003. 「*Sangayorok*」: Analysis of author and published dates. Korean J. Agricul. History Associ.. 2(1):13-29
- Jeon SU. 1450s. 「*Sangayorok* (山家要錄)」. Korea
- Kim GY, Lee CJ. 2008. A Study on the Cooking Science of Guk (Korean Soup) from Old Cookbooks from the *Joseon* Dynasty (15-19C) J. East Asian Soc. Dietary Life. 18(5):711-724
- Kim GY, Lee SW. 1988. Analytical Study on the Cooking in Eumsikbo. Korean J. Food Culture, 3(2):135-142
- Kim Y. 1540s. 「*Suunjabang* (需雲雜方)」. Korea
- Lee SW. 1997. Korean Food and Culture History. Gyomoon Publishers, Paju, Korea, pp 146
- Park CY, Kwon. 2017. A Study on the Kimchi Recipe in the Early *Joseon* Dynasty through 「*Juchochimjeobang*」. J Korean Soc. Food Cult. 32(5):333-360
- Park RD. (2015). Korean Treditional Liquor Recipe (한국의 전통주 주방문). Barum, Seoul, Korea
- Yeonan Lee. End of 1800s. 「*Jusiksiui* (酒食是儀)」. Korea

Received July 16, 2018; revised August 14, 2018; accepted August 22, 2018