

農政會要

地廣天中區

耕外者水也

溥形之漸潤而

蒸氣之鼓動何以

天下之物產隨處

而水土之異而有

之不同而不倫其

盡其方至於理致有

次耕水力及厥土所宜

農政會要
迎謾聞事說
飲食方監說

고조리서 활용음식

(古條理書 活用飲食)

編
炫
柱
者

고조리서
활용음식

古條理書 活用飲食



農政全要卷之三

地長天中運化不自

生不居其

於外者以地虛極之

則萬物皆得其氣

溥形之淡潤而深無

則萬物皆得其氣

養氣之鼓動何以長

則萬物皆得其氣

天下之物產隨處不

則萬物皆得其氣

而水土之異而有異

則萬物皆得其氣

之不同而不倫凡陽

皆得其

盡其方至於理致而

則萬物皆得其氣

次耕力及厥土所生皆得其氣

則萬物皆得其氣

머리말

이 책에 있는 재료정보, 조리법은 공공데이터 포털(<https://www.data.go.kr/>)과 농업기술포털(<https://www.nongsaro.go.kr/>)에서 제공하는 Open API '고조리서 활용음식'에서 발췌했다.

음식사진은 국립농업과학원에서 발간한 현대식으로 다시 보는 수문사설(2012)과 현대식으로 다시 보는 영접도감의궤(2020)의 내용을 정리한 네이버 지식백과, 전통요리 전문사이트 램프쿡(Lampcook)에서 주로 가져왔으며 일부 사진은 본문에 출처를 밝혔다.

원전이 고 조리서인 만큼 재현이 안되었거나 인터넷에서 사진을 구하기 힘든 요리의 경우 조리법을 참고해 최대한 유사한 요리의 사진을 기재했다.

조리서 원문의 경우 주로 위의 출처에서 발췌했으나 일부는 농업진흥청 농업과학도서관(<https://lib.rda.go.kr>)에서 가져왔다. 단 농정회요의 경우 원문의 가독성이 좋지 않고 엮은 사람의 한문 실력이 일천하여 원문을 가져오지 못했고 램프쿡에서 소개된 농정회요의 문구를 주로 가져왔다. 그 중 농정회요의 문구가 없는 경우 타 서적의 동일하거나 유사한 요리의 발췌문구를 본문에 소개했다.

이 책을 엮은 이유는 'API를 살펴보니 담고 있는 내용이 제법 충실해 나만 보기 아까워서'이며, 엮은 사람은 순수한 읽을거리로 이 책을 제공할 뿐 아무런 영리적 목적이 없다.

엮은 사람은 요리에 대해 문외한이며 본 문에 있는 내용을 다 숙지하고 있지 않다.

고 조리서(古 調理書) 소개

1. 농정회요(農政會要)

· 정의

1830년대에 최한기(崔漢綺)가 편찬한 종합 농업기술서.

· 내용

분량면에서 『임원경제지』 다음가는 방대한 농서이다. 본래 10책의 필사본으로 되어 있으나 현재 유일하게 보존되고 있는 일본 경도대학 가와이문고본(河合文庫本)은 제1책이 빠져 있어 서문이나 목차의 유무를 알 길이 없다.

저자는 이 책에서 중국의 경서와 사서(史書)·농서(農書)·박물지(博物志), 그리고 우리 나라의 『산림경제』·『고사신서(故事新書)』·『동의보감』 등 수많은 서적을 인용하여 엮었다.

내용의 서술방식은 토의(土宜 : 토산물)·곡종(穀種) 등 장을 달리할 때마다 먼저 그 장의 총론적 풀이를 하고 있어 다른 농서와 구별되며, 농작물명에는 한문 외에 대부분 한글로 품명을 적어 놓아 독자의 이해를 돋고 있다.

본문의 내용을 요약하면 제2책에는 토의·전제(田制)·구전(區田)·수리(水利)·본조전부(本朝田賦)·수세(水稅)·대동작공(大同作貢) 등이 수록되어 있다.

2책 90장(張) 중 24장이 토의에 관한 것으로 그 가운데 ‘지거천중 운화불식(地居天中 運化不息)’이라 하여 서양의 지동설을 도입하고 있다. 제3책에는 벼·보리 등 각종 곡식작물과 참깨·아주까리 등의 특용작물 등 모두 40여 종 작물에 대한 재배법이 풀이되고 있는데, 벼 한가지에도 34개의 품종을 풀이하고 있어 매우 상세히 서술되어 있다.

이어서 간경(墾耕)·파로(耙勞) 등이 수록되어 있다. 제4책에는 작물별 비배관리·지력증진·중경제초·수리 등을 다룬 공작(工作), 양곡의 저축, 상평창(常平倉)·예비창(豫備倉)을 다룬 축취(蓄聚), 채과벌목(採果伐木), 수장과실(收藏果實), 수장채소 등 원예작물을 다룬 농여(農餘) 등이 풀이되어 있다.

제5책에는 채소원예작물 40여 종과 과수 중 20종에 대한 재배학적 풀이가 수록되어 있

고, 제6책에는 5책의 계속으로 감귤·유자·야자·무화과 등과 수박·연(蓮)·사탕수수·백합 등이 풀이되고 있다. 그리고 소나무 등 14종의 경제수종·홍화·쪽·인삼·담배 등의 특용작물 및 약용식물의 재배법을 수록하고 있다.

제7책에는 방적과 양잠을 풀이하고 있는데 대마·모시 등의 섬유작물과 뽕나무 재배법을 풀이하고 있으며, 양잠에서는 제거(制居)·욕종(浴種)·사양(飼養)·분박(分箔)·입족(入簇)·택견(擇繭)·조사(繅絲)·직염(織染)의 순으로 상세히 논술되고 있다.

제8책에는 소·말·노새·나귀·염소·돼지·개·고양이·닭·물고기·꿀벌·학·매 등에 대하여 그 성상·관상법·사양법, 축사와 그 관리, 각종 질병 치료법 등이 상세히 풀이되고 있다. 제9책과 10책에는 식품관계의 치선(治膳)을 다루고 있는데 8책까지와는 달리 인용문헌이 없이 유중림(柳重臨)의 『증보산림경제』를 그대로 옮겨 놓으면서 일부를 보충하고 있다.

9책의 식품에는 죽 종류 약 40종, 떡 종류 약 50종, 면 종류 약 5종 등을 풀이하고, 입지에 따른 우물물의 수질을 논하고 다향(茶湯)에서는 구기자차·생강차 등이 있으며 다식·모과전 등 11종의 제조법이 수록되고, 옛[飴糖]은 『산림경제』와 내용이 같고, 채소에서는 콩나물을 비롯한 각종 나물을 만드는 법 40종을 열거하고 있으며, 이어서 각종 장담그기, 식초만들기, 10여 종의 유지작물에 대한 기름짜기 등이 다루어져 있다.

제10책에는 술·육선(肉膳)·어품(魚品)·치식의(治食宜) 등이 논술되고 있는데 치식의·식기(食忌)·구황(救荒) 등은 『증보산림경제』의 내용과 같으며, 술에 있어서는 국화주(菊花酒) 등 25종의 술 담그는 법이 추가되고 있다. 육선은 불고기[火肉] 등 16종, 어품은 풍어법(風魚法)·어장법(魚醬法) 등 15종의 요리법이 기술되어 있다.

· 의의와 평가

이 책은 그 내용이 방대할 뿐 아니라 다루고 있는 품목도 매우 다양하고 풍부하나, 내용의 정리면에서는 초고 상태를 벗어나지 못하고 있다. 일부 내용이 앞뒤가 중복될 뿐만 아니라 저술 당시 같은 책 안에서도 권(卷)을 달리할 계획이었던 것 같으나 미처 이를 정리하지 못한 것 같다.

그러나 이 농서는 19세기를 대표하는 실학자에 의하여 엮어졌다는 점과 몇 개 안 되는 19세기 농서의 비교분석을 통한 기술사 연구에 좋은 자료가 된다. 일본의 경도대학에 소장되어 있고, 그 마이크로필름이 한국농촌경제연구원에 소장되어 있다.

출처 : [네이버 지식백과] 농정회요 [農政會要] (한국민족문화대백과, 한국학중앙연구원)

2. 수문사설(謾聞事說)(소문사설)

- 정의

조선 후기에 편찬된 조리서

- 내용

필사본. 1책. 서울시립종로도서관 소장본에는 찬자가 이시필이라고 되어 있다. 『소문사설』의 찬자는 이 책의 「이기용」편(利器用編)에는 이시필이상국(李相國) 명명으로 되어 있다. 미키(三木榮)는 어디에 근거를 둔 것인지 잘 모르지만 저서 『조선의서지(朝鮮醫書誌)』에서 찬자를 이표라 하였다. 따라서 『소문사설』 찬자는 이시필(李時弼)이라는 설과 이표(李杓)라는 두 가지 설이 있다.

이시필은 1657년(효종 8)에서 1724년(경종 4) 사이의 인물이다. 이표는 1680년(숙종 6)에 태어나서 역과에 급제한 뒤 한학교회(漢學敎誨)를 지냈다. 이 책의 「식치방」에 고추장이 나온다. 고추장 만들기가 문헌에 비로소 나타나는 것은 1766년의 『증보산림경제』이다. 고추장이 1700년대 중엽에 등장하였으므로 이때에는 이시필이 살아 있지 않았다. 따라서 이표가 지은 것으로 추정된다.

「식치방」의 우분죽(藕粉粥)이라는 항목 속에는 찬자 자신이 을미년(1715)에 연경(燕京)에 다녀왔다는 말과, 선왕이 병으로 음식을 먹지 못했다는 말이 나온다. 이로써 이 책을 지은 연대가 1715년 이후라는 것을 알 수 있다. 또한 선왕의 병에 대한 말이 나오는 것으로 미루어보아, 선왕이란 경종을 칭하는 것임을 알 수 있다. 그러므로 이 책은 경종의 다음 왕인 영조 때에 집필된 것임을 짐작할 수 있다.

『소문사설』을 찬한 년도는 이표가 60세경인 영조 중엽인 1740년대라고 보면 큰 무리가 없을 것 같다. 이시필은 이 책의 「이기용」편의 찬자이기는 하지만 전체의 편자라고는 할 수 없을 것 같다.

책의 내용은 일상생활에 요긴한 여러 가지 방법을 실제로 찾고 듣고 하여 정리한 것이다. 미리 창작되어 있는 「온돌 만들기」와 「이기용」편에 「식치방」을 더하여 전체를 구성한 것이다. 특히, 「식치방」은 다른 한문 조리서처럼 중국의 조리서를 인용하여 전재한 것이 아니고, 당시의 솜씨있는 여러 조리사의 비법을 적어 놓았다. 이를테면, 숙수 박이돌(朴二石)이 만든 토란떡(우병 芋餅), 돌이와 학득(學得) 등이 만든 황자계흔돈(黃雌鷄餛飩), 민계순의 종 차순이 만든 봉어증(부어증 鮟魚蒸), 모로계잡탕(母露鷄雜湯) 등 특이한 조리법을 소개하였다.

『소문사설』은 환관(宦官)의 집에서 만들고 있던 식혜(食醯)와 지방 명산물인 순창고추장·송도식혜 등을 소개하였고 찬자가 실제로 경험한 외국 조리법까지 소개하였다. 예를 들면, 계단탕(鷄蛋湯)은 직접 북경에서 먹어본 것에 대하여 기술하였고, 일본의 생선묵과 비슷한 요리로 가마보꽃(可麻甫串) 만드는 법을 적어놓았다.

『소문사설』은 「식치방」의 내용으로 미루어볼 때에 당시 중인계급이던 역관·내관·대상인들은 높은 벼슬에 오르지는 못하였지만 맛있는 조리법을 연구하고, 지방의 향토조리법, 중국·일본의 조리법까지 도입하여 식도락을 즐겼던 것 같다. 국립중앙도서관과 서울시립종로도 서관 도서에 있다.

출처 : [네이버 지식백과] 소문사설 [謾聞事說] (한국민족문화대백과, 한국학중앙연구원)

3. 영접도감의궤(迎接都監儀軌)

· 정의

조선시대 외국의 사신을 접대할 때의 절차와 각종 의식 및 이에 소요되는 물품 조달과 인력 동원에 관한 제반 사항을 기록한 의궤.

· 내용

현재 남아 있는 영접도감의궤는 16종인데 각 의궤를 시대별로 보면, 1608년(선조 41)·1610년(광해군 2) 3종, 1626년(인조 4) 1종, 1634년 7종, 1637년 1종, 1643년 4종 등이 있다.

이중 1608년·1610년의 의궤는 선조의 국상 및 광해군 즉위 때 온 명나라의 사신에 대한 영접 기록이며, 1626년과 1634년의 의궤는 왕세자의 책봉차 온 명나라의 사신에 대한 영접 기록이다.

1637년과 1643년의 의궤는 청나라의 사신에 대한 영접 기록으로 병자호란 뒤에 청나라에서 인조를 왕에 다시 책봉하고 여러 가지 새로운 외교적 문제를 해결할 때 이루어진 것이다.

이 의궤들은 통상 영접도감을 설치, 업무를 담당한 각 부서별로 작성하였다. 1608년·1610년에 만든 의궤는 《도청의궤 都廳儀軌》·《미면색의궤 米麵色儀軌》·《사제청의궤 賜祭廳儀軌》로 구분되고, 1634년의 것은 《도감의궤》·《응판색의궤 應辦色儀軌》·《반선색의궤 盤膳色儀軌》·《군색의궤 軍色儀軌》·《연향색의궤 宴享色儀軌》·《미면색의궤》·《잡물색의궤 雜物色儀軌》 등 7종의 의궤로 완비되어 있다.

《영접도감도청의궤 接待都監都廳儀軌》 1책은 전·후 두 부분으로 나누어진다. 전반부는 선조의 상(喪)에 사제(賜祭)의 목적으로 온 명사(明使)의 영접 기록으로서 목록이 없이 사신

명, 사신의 일정, 좌목(座目), 도감사목(都監事目)이 기록되고, 감결(甘結)·계사(啓辭)·사제시 응행절목(賜祭時應行節目)·의주(儀註) 등이 날짜순으로 기록되어 있다.

이 가운데 <좌목>에는 관반(館伴)을 필두로 도청(都廳)·낭청(郎廳)·사제청(賜祭廳)·원접사(遠接使) 등의 인원과 명단이 소개되어 있다. 이어 <도감사목>에는 사신의 숙소, 당상(堂上)·도청의 인신(印信), 지필묵·예단(禮單) 등의 물품 조달, 도감응역장인(都監應役匠人)·녹사(錄事)·의원(醫員)·서사(書寫)·고직(庫直)의 인원 동원 내역 등이 수록되어 있다.

그리고 <계사>의 예조계목(禮曹啓目)에는 사부(賜賄)·사시(賜諡)·사제(賜祭) 때의 의례, 행례처(行禮處) 및 기타 준비 사항과 각종 의식의 습의(習儀), 사신의 입경(入京) 및 각종 의식 거행의 일정, 택일이 기록되어 있다.

한편 이 의궤의 후반부는 광해군 즉위시의 명나라의 사신에 대한 영접 기록으로 사신명, 사신의 일정, 좌목, 계사, 비망기 등의 순으로 기록되어 있다. 기록 형식은 전반부와 대동 소이하다. <비망기>는 왕의 명령을 적은 것이다.

《영접도감미면색의궤》 1책은 미면색의 소장 업무, 좌목에 이어 날짜에 따라 감결·품목 등이 수록되었다. 미면색에서 담당한 것은 미면·다주(茶酒)·향약(香藥)·거촉(炬燭)·등유(燈油)·시탄(柴炭)·방배기명(房排器皿) 등이다. <좌목>의 낭청에는 형조정랑이 차출되고 있다.

《영접도감사제청의궤》 1책은 사신명, 사제의 일시, 좌목이 기록되고, 계사·전교·감결·이문(移文)·품목이 날짜순으로 기록되고 이어 반차도(班次圖)가 수록되어 있다. 이 중 <사신명>에는 사제천사(賜祭天使)의 이름이 적혀 있다.

<계사>에는 사제 때 소용될 물품 조달, 인원 동원 및 사제 의례의 장소·일시·절차 등을 논의한 기록이 있고, 사신이 갖고 온 패문(牌文), 사제 제문과 사신이 자찬(自撰)한 의주·제문 등이 수록되어 있다. 책 끝에 있는 <반차도>에는 천사반차도(天使班次圖)·곽위관제물 배진반차도(郭委官祭物陪進班次圖)·상배도식(床排圖式) 등이 채색으로 수록되어 있다.

한편 1634년의 의궤는 모두 소현세자의 왕세자 책봉차 온 명 사신에 대한 영접 기록으로 이 중 《영접도감응판색의궤》는 사신명, 사신의 일정, 좌목, 계사, 각양예단질(各樣禮單秩), 송례물건질(送禮物件秩) 등의 순으로 기록되어 있다. 이 가운데 <좌목>에는 응판색 낭청으로 호조정랑이 차출되어 있다.

<계사>에는 응판색에서 소요되는 금품을 각 도(道)나 아문(衙門)에 배정한 일과 허통증 직응행사목(許通贈職應行事目)이 있다. <각양예단질>에는 원접사의 강상초견예단(江上初見禮單)을 비롯해 평양·개성·벽제 등 영위사(迎慰使)의 재거예단(賣去禮單)의 물품이 적혀 있다.

사신의 입경 후 이별 시까지의 예단으로서 개독례예단(開牘禮禮單)·하마연예단(下馬宴禮單)·천사전하마연예단(天使前下馬宴禮單)·인정전초차연예단(仁政殿初次宴禮單)·인정전재차연예단(仁政殿再次宴禮單)·왕세자초견예단(王世子初見禮單)·왕세자전연남별궁행예단(王世子餞宴南別宮行禮單)·상마연예단(上馬宴禮單)·상마연시일번별증급(上馬宴時一番別贈給)·교외전연

예단(郊外饋宴禮單) 등이 수록되어 있다.

또한 각종 진상과 재신(宰臣)의 처소 규정이 있다. <송례물건질>에는 사신에게 준 각종 예단과 송례 물건이 나열되어 있다.

1634년의 『영접도감반선색의궤』 1책은 사신명, 사신의 일정, 좌목, 반선색의 응행사목(應行事目)과 감결·이문·품목이 날짜순으로 기록되어 있다. <좌목>의 반선색 낭청에는 홍문관교리·부사과(副司果)·봉상시첨정 등이 차출되어 있다.

<응행사목>에는 사신의 처소, 필요한 인원 동원, 음식에 소용되는 물품 및 기명의 조달에 관한 규정이 있다. 이 밖에 취사용 연료, 접대 시 지응잡물(持應雜物)의 물품 조달과 취역군(取役軍)·수직군(守直軍)·방량관(放糧官) 등의 인력 동원 및 곳간(庫間)·사신반공처(使臣飯供處) 등의 장소 선정에 대한 사항도 수록되어 있다.

1634년의 『영접도감군색의궤』는 사신명, 사신의 일정, 좌목, 사목에 이어 감결·이문·전교·계사 등이 날짜순으로 기록되어 있다. 이 가운데 <사목>에는 천사접대절목과 군색소장단자(軍色所掌單子), 입접관내(入接館內) 태평관(太平館) 등의 장소 수리에 대한 사항이 수록되어 있다.

1634년의 『영접도감연향색의궤』와 『영접도감잡물색의궤』는 각각 1책씩으로 통상적인 순서에 따라 사신명, 사신의 일정, 좌목에 이어 감결·품목·이문·계사·전교 등이 날짜순으로 기록되어 있다.

『영접도감연향색의궤』의 <좌목>에는 낭청으로 예조정랑·좌랑이 차출되고, 감조관(監造官)으로 내자시(內資寺)·내섬시(內贍寺)·예빈시(禮賓寺)·전생서(典牲署)에서 차출된 인원이 적혀 있다. 또한 연향색에서 주선한 연회의 종류로는 하마연(下馬宴)·인정전회례연(仁政殿回禮宴)·왕세자남별궁별연(王世子南別宮別宴)·남별궁익일연(南別宮翌日宴)·남별궁상마연(南別宮上馬宴)·모화관전연(慕華館餞宴) 등이 있다.

『영접도감잡물색의궤』의 <좌목>에는 낭청으로 성균관 직강·부사직(副司直)·부사과 등이 차출되고, <품목>에는 잡물색에서 소용되는 소목(燒木)·유목(杻木)·탄(炭) 등 연료의 종류와 수량, 타락우(0x9799酪牛) 6필(匹) 등이 기록되어 있다. 아울러 잡물색 소장(所掌)인 급수(汲水)·사환대객관(使喚對客官)·진지관(進止官)·서리(書吏)·악생(樂生), 각처 차비인(差備人) 등의 인원 동원과 기명·부채·종이 등의 물품 조달에 관한 사항이 수록되어 있다.

이 영접도감의궤류는 광해군 및 인조 때 명나라 및 청나라와의 외교 관계의 한 단면을 보여 주는 한편, 조선시대의 국빈에 대한 의전 절차를 상세히 설명해 주는 자료이다. 규장각도서에 있다.

출처 : [네이버 지식백과] 영접도감의궤 [迎接都監儀軌] (한국민족문화대백과, 한국학중앙연구원)

4. 음식방문(飲食方文)

‘음식방문’이라는 이름의 고조리서는 지금까지 세 권이 전해진다. 하나는 안동 김씨 가문에서 내려온 책, 또 하나는 동국대학교에서 소장하고 있는 책, 그리고 1800년대 후반에 저술되어 정영혜가 소장한 책이다. 여기서 다루려는 것은 맨 마지막 책이다.

이 책은 정확히 누가 썼는지는 알 수 없지만 끝부분에 ‘경진(庚辰) 오월 이십삼에 종서(終書)하노라’라는 기록을 토대로 볼 때 1880년에 쓴 것으로 추정된다. 원본 소장자가 시어머니에게 물려받았다는 『음식방문(飲食方文)』은 『술방문』과 짹을 이루고 있다.

『술방문』은 『음식방문』에서 제외된 술 제조법과 강정, 약과, 별약과, 약식, 두죽, 진자죽, 두텁떡, 대추주악, 화전, 송편, 화면에 대한 기록이 있다. 은진 송씨 동춘길(同春堂) 가문에서 음식이 주를 이루는 『주식시의(酒食是儀)』와 주조법만 기록된 『우음제방(禹飲諸方)』이 함께 전해진 것과 비슷하다.

『음식방문』은 가로 20cm, 세로 21cm의 크기에 36장으로 구성된 한글 필사본이다. 이 책은 규방 생활에 필요한 내용을 기록한 것으로, 순서를 보면 80여 종의 조리법과 조리 시유의 사항이 먼저 서술되었고, 중간중간 염색법과 세탁법, 등불 밝히는 법, 얼룩 제거법 등이 기록되었으며, 마지막에 음식에 관련된 내용이 다시 나온다.

글씨체를 보아선 한 사람이 쓴 것으로 보이는데 처음부터 내용을 정해놓고 단번에 쓴 것이 아니라 계속 덧붙여 써나간 것으로 보인다. 책의 맨 뒷부분에는 글을 마친 날짜와 함께 ‘외주가 만학니 줄보옵’이라 하여 틀린 글자가 있을 수 있으니 보는 사람이 잘 새겨보라는 당부도 있다.

음식에 관한 내용은 주식류 7종(죽 4종, 국수 1종, 만두 2종), 찬물류 56종(국 7종, 찌개 1종, 전골 2종, 찜 13종, 구이 · 적 10종, 느르미 1종, 채 1종, 선 1종, 회 1종, 족편 1종, 젓갈 · 식해 4종, 마른찬 9종, 침채 6종), 떡류 13종(찐 떡 6종, 친 떡 4종, 지진 떡 3종), 과정류 5종(유밀과 1종, 숙실과 1종, 과편 2종, 전약 1종), 음청류 6종(차 3종, 밀수 1종, 수정과 2종, 화채 1종)이 있고, 양념류 5종(장 3종, 식초 2종)의 92종이 있다.

기록된 음식 내용은 대부분 『규합총서』나 『주식시의』와 비슷하지만 『음식방문』에서만 볼 수 있는 독특한 음식도 있다. 바로 되조미탕과 양찜이다.

되조미탕은 좋은 고기에 기름을 치고 살짝 볶아 장국을 알맞게 맞추고 잣가루와 후춧가루를 넣는 음식으로, 늦봄에는 깻국으로도 한다고 하였다. 이 음식은 이름도 생소하지만 조리법의 앞부분이 많이 생략된 것으로 보여 탕이라는 것 말고는 어떤 음식인지 가늠하기가 어렵다.

양찜은 양깃머리를 얇게 저미고 소를 넣어 싸서 밀가루와 달걀물을 묻혀 지진 후 가루즙을 푼 음식으로 양속에 넣는 소나 가루즙은 해삼찜과 같은 것을 사용하면 된다고 했다. 다른 조리서에도 양찜이 있지만 보통은 짜서 초장을 찍어 먹는 형태로, 이처럼 가루즙을 사용하지는 않았다.

출처 : [네이버 지식백과] 음식방문 [飲食方文] - 1880년경

(음식고전, 2016. 10. 17., 한복려, 한복진, 이소영)

목 차

국

농정회요	계국 1 굴두부(석화연포) 2 닭백숙 3 연포국 4 총계탕 5
수문사설	모로계잡탕(母露鷄雜湯)① 6 모로계잡탕(母露鷄雜湯)② 7
영접도감의궤	계탕(鷄湯) 8 별탕수과제탕(別湯水瓜制湯) 9 어탕(魚湯) 10
음식방문	계탕 11 금강동탕 12 금증탕 13 어누름탕 14 연포탕 15 열구자탕 16 잡탕 17 칠양계 18
국수·수제비	농정회요 산약수제비 19 수문사설 면근탕(麵筋) 20 분탕(粉湯)①계단탕 ... 21 분탕(粉湯)②쌈계탕 ... 22 영접도감의궤 세면(細麵) 23 음식방문 오이국수 24 육국수 25
찌개·전골	수문사설 열구자탕(熱口子湯) ... 26

짬·선

농정회호

붕어찜	27
소갈비찜	28
소고기찜	29
소꼬리찜	30
소양요리(양찜)	31
어린돼지고기찜	32
죽순찜	33
칠향 계	34
해삼찜	35

수문사설

가마보꽃(可麻甫串)	36
동아찜(冬瓜蒸)	37
돼지고기찜(蒸泡)	38
송이찜(松耳蒸)	39
흰배추뿌리찜(白崧茹)	40

영접도감의궤

숙편(熟片)	41
좌간남(左肝南)	42

음식방문

가지찜	43
닭찜	44
물고기찜	45
새우찜	46
생치찜	47
석이찜	48
양찜	49
오이찜	50
전복찜	51
창자찜	52
호박찜	53

761

농정회호

게구이	54
닭구이	55
더덕도라지자반	56
소족구이	57

수문사설

붕어구이	58
------	----

영접도감의궤

적생선(炙生鮮)	59
적저육(炙豬肉)	60

순대·회육·족발	농정회호	소곱창순대	61
-----------------	-------------	-------	----

수문사설	어장찜(魚腸蒸)①	62
	어장찜(魚腸蒸)②	63

볶음·초	수문사설	저두자	64
-------------	-------------	-----	----

영접도감회제	저육볶기(豬肉甫只)	65
	홍합초(紅蛤炒)	66

전·적	농정회호	장산적	67
		파(파적)	68
		해삼전	69

수문사설	계단탕(鷄蛋湯)	70
-------------	----------	----

영접도감회제	전어육(煎魚肉)	71
--------	----------	----

음식방문	계적	72
	계란누루미	73
	난적	74
	어전	75

만두	수문사설	굴만두(石花饅頭)	76
		황자계흔돈	77

영접도감회제	만두(饅頭)	78
--------	--------	----

음식방문	굴만두	79
	생합만두	80
	진주면	81

조림·지침이

농정회도	가지조림	82
	황과란법	83

영접도감의궤	미수(味數)	84
	저육장포(豬肉醬泡)	85

음식방문	조림장	86
------	-----	----

마른반찬

농정회도	청각자반	87
	편포	88

나물

영접도감의궤	산삼채(山蔘菜)	89
	채수절(菜隨節)	90

장아찌

수문사설	동아장과(瓜醬瓜)	91
	마늘초절임(醋蒜)	92
	살구씨장과(杏仁醬瓜)	93
	수박씨장과(西瓜仁醬瓜)	94
	오이장과(黃瓜醬瓜)	95
	즙장법(汁醬法)	96

젓갈·식해

농정회도	연안식해	97
------	------	----

수문사설	무식해	98
------	-----	----

장

수문사설	생치장(生雉醬)	99
	순창고추장(淳昌苦艸醬造法)	
	만드는 법	100

김치

농정화보	가지(가지김치)	101
	산갓김치	102
	승개	103
	황과담저법	104

떡류

농정화보	과일시루떡	105
	과일찹쌀떡	106
	밤떡	107
	보리떡	108
	복숭아떡, 또는 살구떡	109
	석이버섯떡	110
	쪽단자떡	111
	약밥	112
	인절미	113
	증편	114
	풍악석이떡	115

수문사설

	귀리송편(耳麥松餅)	116
	조호전(造壺煎)	117
	토란떡(芋餅)	118

영접도감의궤

	경단(敬丹)	119
	녹두병(菉豆餅)	120
	백두증병(白豆甑餅)	121
	산삼병(山蔘餅) II	122
	산삼병(山蔘餅) I	123
	상화병(床花餅) II	124
	상화병(床花餅) III	125
	상화병(床花餅) I	126
	송고병(松古餅)	127
	인점미(仁粘米)	128
	적두증병(赤豆甑餅)	129

음식방문

	잡과편	130
--	-----------	-----

주

농정회요	감자죽	131
	굴죽	132
	닭죽	133
	마죽	134
	무죽	135
	보리죽	136
	아욱죽	137
	연뿌리죽	138
	우양죽	139
	율무죽	140
	잣죽	141
	전복·홍합·소고기죽	142
	참깨죽	143
	칡가루죽	144
	흰죽	145
수문사설	붕어죽	146
	서국미죽(西國米)	147
	연근죽(藕粉粥)	148
	조기죽(石首魚粥)	149

음탕류

농정회요	녹두차	150
	봉수탕	151
	청천백석차	152

수문사설

뱅어탕(白魚湯)	153
식혜(食醯)②	154
식혜(食醯法)①	155

과정록

농정화보	설화소	156		
	애십마	157		
	잡과다식	158		
	참깨다식	159		
수문사설	메밀빵	160		
	사삼병(沙蔴餅)	161		
	연백당(軟白糖)	162		
영접도감의궤	백다식(白茶食)	163		
	백미자아(白味子兒)	164		
	백산자(白散子)	165		
	봉집과(蜂蝶果)	166		
	상약과(常藥果)	167		
	소운빙(小雲氷)	168		
	송고마조	169		
	송고미자아(松古味子兒)	170		
	약과(藥果)	171		
	유사마조	172		
	유사망구소(油沙望口消)	173		
	유사미자아(油沙味子兒)	174		
	율미자(栗味子)	175		
	적미자아(赤味子兒)	176		
	전단병(全丹餅)	177		
	중박계(中朴桂)	178		
	지방과(地方果)	179		
	첨수(添水)	180		
	한약과(漢藥果)	181		
	홍마조	182		
	홍망구소(紅望口消)	183		
	홍산자(紅散子)	184		
	음식방문	무정과	185	
생강편		186		
석이주악		187		
기타	수문사설	도전복	188	
		두부피(豆腐皮)	189	
		분유(酪屑)	190	
		콩깍지불콩을 부드럽게 하는 법(扁豆莢作茹法)	191	
		영접도감의궤	편증(片蒸)	192

부록

기타음식축전

게국



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

· 재료 및 분량

① 게 2마리(800g) ② 순무줄기 200g ③ 물 10컵, 청장 2큰술, 소금 1큰술 ④ 후춧가루

· 조리방법

-농정회요 조리법

① 게를 여러번 씻어서 배 쪽의 삼각진 부분을 떼어내고 등딱지를 잡아당겨 벗긴 다음 딱지 속에 들어있는 장을 숟가락으로 긁어 모두 거내 합한다. ② 다리와 몸통을 문들어 지도록 절구방망이로 찧어서 고운 채로 손으로 주물러 가면서 내린다. 이 때 물을 약간만 넣고 걸려도 좋다. ③ ①의 장과 ②의 살을 합한다. ④ 순무줄기를 끊은 물에 데쳐내어 1cm 길이로 썬다. ⑤ 남비에 ④의 장물을 담아 불에 올린다. 펄펄 끓어오르면 ④의 순무줄기와 ③의 게즙을 빙둘러 넣고 국자로 빨리 휘휘 저어서 덩어리가 지지 않게 한다. ⑥ 국그릇에 ⑤를 담고 후춧가루를 뿌려낸다.



-거가필용사류전집 조리법

- 1) 큰 게 10마리를 텀을 제거하고 깨끗이 씻는다.
 - 2) 물기를 빼고 다리 앞부분과 내장, 아가미 부위 등을 잘라내고 다리를 펴서 몸통을 4등분한다.
 - 3) 2)를 밀가루 속에 넣은 뒤 솔에 넣고 삶는다.
 - 4) 3)이 끓어오르면 소금, 장, 후추를 넣어서 내놓는다.
- 동아리를 얇이 넣고 삶으면 그 맛이 더욱 좋다.

大者十隻，削去毛淨控乾，去小脚稍并，生折開再作四段，用乾過下鍋煮候滾，入·醬·胡椒調和供。與冬瓜煮，其味更佳。

등장문현 : 거가필용사류전집,
농정회요

국두부(석화연포)



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

· 재료 및 분량

① 두부 1모 ② 새우젓 1큰술, 물 5컵 ③ 꿀 200g ④ 다진생강 1작은술

· 조리방법

① 두부는 사방 2.5cm 크기의 정사면체로 썬다. 대꽃이에 두부를 4개씩 꽂아 놓는다. ② 꿀은 옅은 소금물에서 흔들어 씻어 소쿠리에 건져내 물기를 뺀다. ③ 남비에 ②의 물을 담아 불에 올린다. 펄펄 끓으면 새우젓으로 간을 한다. ④ ③의 장국이 펄펄 끓으면 ①의 두부꽃 이를 거꾸러 세워 넣는다. 익으면 두부꽃이는 바로 커내어 그릇에 담는다. ⑤ ④의 두부꽃 이를 커낸 장국에 ②의 꿀을 넣고 삶는다. 거의 익었을 때 ⑥의 다진생강을 넣는다. ⑥ ⑤를 국그릇에 담아 ④의 두부꽃이를 2~3개 넣어서 낸다.



造泡不堅壓則軟。切作小片，每一串三四箇，白蝦汁和水入器，以布加其上，使水透出，倒浸串於其中而之，待其少熟取出，以石花入於汁中而之，爛搗生薑和汁以食，極軟味絕佳。

등장문현 : 식료찬요, 농정회요

닭백숙



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

· 재료 및 분량

① 살찐 암탉 1마리(1.5kg), 쌀뜨물 10컵 ② 소금 ③ 청장 5큰술, 후춧가루 1/4작은술

· 조리방법

① 닭의 배를 갈라서 내장을 꺼내고 깨끗이 씻는다. ② 첫 번째 쌀을 씻어 나온 물은 버리고, 두 번째 씻어 나온 쌀뜨물을 취하여 질그릇남비에 담고는 ①의 닭을 합하여 쌀뜨물을 보충해 가면서 고기가 무르도록 삶는다. ③ ②가 완성되면 그릇에 담아 ④의 소금을 걸들여낸다. ※ 닭 삶은 국물을 먹고자 하면 ⑤의 양념을 닭국물에 넣는다.



取第二米水，以治雌鷄同納陶缸中，
炭火上慢慢熟，椀中取出，始量意加
食之。或欲加醬，待水半縮而下醬，
胡椒食。

등장문현 : 농정회요

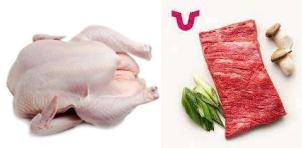
연포국



사진 출처 : 경북in뉴스 김순희

· 재료 및 분량

① 살찐 암탉 1/2마리(750g), 소고기양지육 150g, 물 10컵 ② 두부 1모, 소금, 참기름 ③ 청장 5큰술, 참기름 2큰술 ④ 생강 10g, 대파 1/2뿌리, 느타리버섯 5개, 표고버섯 5개, 석이버섯 5개 ⑤ 밀가루 1/2컵, 무 100g, 육수 1/2컵, 계란 5개 ⑥ 계란 2개, 참기름 ⑦ 천초(산초)가루, 후춧가루



· 조리방법

① 닭의 배를 갈라서 내장을 꺼내고 씻는다. 소고기양지육은 찬물에 담가 땃물을 뺀 다음 삼등분한다. ② 남비에 ⑦의 분량의 물을 담고 ①의 닭과 양지육을 합하여 불에 올린다. 끓어오르면 불을 약하게 하여 고기가 무르도록 물을 보충해가면서 끓인다. 완성되면 양지육은 꺼내서 별도로 수육으로 쓰고, 닭은 결대로 가늘게 쟁어 놓는다. ③ 두부를 사방 2.5cm 두께 1cm 되게 네모지게 썰어 소금을 뿌려 잠시 뇨둔 후 참기름을 두른 팬에서 노릇노릇하게 지져낸다. ④ ④의 생강 대파 느타리버섯 표고버섯 석이버섯은 깨끗이 손질하여 곱게 채로 썬다. ⑤ ⑥의 계란은 횟자와 노른자로 분리하여 황백지단을 지져서 길이 5cm 정도 되게 곱게 채로 썬다. ⑥ ⑦의 무도 곱게 채로 썬다. ⑦ ⑧의 밀가루에 육수를 넣어 잘 섞어 개고 여기에 ⑨의 무채를 합한 다음, 계란 5개를 깨트려 골고루 섞는다. ⑧ ⑨의 육수를 남비에 담고 불에 올린다. 끓으면 ③의 두부와 ④ 그리고 ⑤의 기름장을 넣고 ⑦을 넣어서 채빨리 저어준다. 5~6번 끓인다. ⑩ ⑪을 국그릇에 담고 ⑫의 닭고기와 ⑬의 달걀지단채를 얹어 ⑭의 천초가루와 후춧가루를 뿌려낸다. ※ 두부를 향에 넣지 말고 대꽃이에 세로로 3~4개를 꽂아 완성된 국에 담아 내도 된다.

此羹宜食冬月。牛肉不如猪肉，猪肉不如雉，雉亦不如肥雌鷄。取鷄治，又取牛肉一大片，多洗法（去）血，鷄納釜中，多下水爛烹。造豆腐而必堅壓方好，以刀切作片，而長八九分，四方，廣二三分，略待少時（一法無），用鼎蓋擰炭火上，多添油煎豆腐，令無不煎之面。然後先烹牛肉取出不用，下已煎豆腐於肉汁中，亦下油醬令味道適宜，次下薑、蔥、茸、古、石茸，而必皆細切，又以器取肉汁少許，調細羅，而宜少切不宜多，又多取鷄卵破合調之內，而要以匙多攪之，急潑肉汁之中，亦卽急攪，務令調遍，再五六沸，要諸物料和合，始取食之。而鷄則絲絲擘裂，用鷄卵分白油作薄片，以刀縷切，鷄肉絲布滿軟泡羹椀，次下川椒、胡椒而供之。一方，所煎豆腐每三四片，縱於細，竹簽作串，浸汁而中食之。

등장문현 : 농정회요

총계탕



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

· 재료 및 분량

① 살찐 암탉 1마리(1.5kg), 대파 밀동(총백) 7뿌리 ② 물 10컵 ③ 식초 5큰술, 청장 5큰술,
참기름 5큰술 ④ 계란 6개

· 조리방법

① 닭의 배를 갈라서 내장을 꺼내고 깨끗이 씻는다. ② 남비에 ③의 물을 붓고 ①의 닭과
④의 양념을 합하여 불에 올린다. 끓어오르면 중불로 하여 물을 보충해가면서 무르게 끓
는다. 닭을 건져서 살만을 절대로 뜯어 놓는다. ③ ④의 끓고 있는 육수에 절반으로 가른
⑤의 대파 밀동을 넣고 한소끔 끓인다. ⑥ ④의 달걀을 깨뜨려 잘푼다. ⑤ ⑥에 ④의 달걀
로 줄 알을 친다. ⑦ 국그릇에 ⑥를 담고 ②의 닭고기를 얹어서 낸다.



肥雌鷄去毛治，用蔥七束切去鬚葉，
只用蔥白。以水三四椀許下鼎中，以
蔥白與鷄同納鼎水中。又以好醋醬香
油各一鐘子（香油少許），灌於鼎
中。用文武火爛煮至於鷄骨可以拔
出，然后以鷄卵六七個和於汁中而食
之，則其味甚佳矣。

등장문헌 : 산림경제, 농정회요

모로개잡탕(母露鷄雜湯)①



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

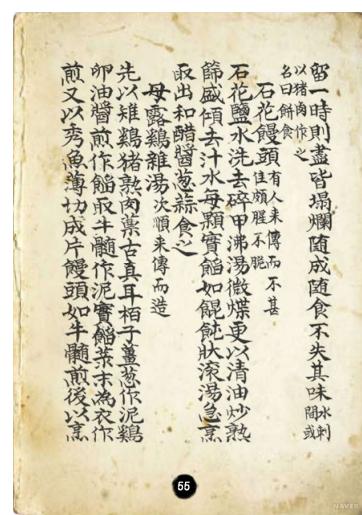
· 재료 및 분량

꿩, 암탉, 돼지고기, 쇠골, 참버섯, 표고버섯, 잣, 계란, 생강, 파, 참기름, 간장, 녹말가루

소 표고버섯 5장(125g), 참버섯 5장, 잣 1큰술, 계란 2개, 쇠골 50g, 파 다진 것 2작은술, 마늘 다진 것 2작은술, 생강 다진 것 1작은술, 후춧가루 약간, 진간장 1큰술, 참기름 2작은술, 녹말가루 1/2컵, 식용유 육수 꿩 1/4마리(150g), 암탉 1/4마리(250g), 돼지고기 100g, 물 8컵, 마늘 5알, 대파 1뿌리, 생강 1톨, 소금 1큰술, 국간장 1큰술 고명 파 1뿌리, 후춧가루

· 조리방법

1 냄비에 닭·꿩·돼지고기·마늘·생강·대파를 담아 물을 붓고 무르도록 삶는다. 도중에 물을 보충하여 물이 줄지 않도록 한다. 고기는 건져서 뜯어 놓는다. 육수는 식혀서 채에 맞친 다음 기름을 걸어 버린다. 2 표고버섯·참버섯·잣을 곱게 다지고, (1)의 고기도 곰게 다져서 한데 합하여 계란 2개를 풀어 넣는다. 여기에 파 다진 것, 마늘 다진 것, 생강 다진 것, 후춧가루, 진간장, 참기름을 넣고 끓여 소로 만든다. 3 (2)에 쇠골을 넣고 섞은 다음, 수저로 밥풀 크기로 떼어내어 녹말가루로 옷을 입혀 기름 두른 번철에서 지져낸다. 4 (1)의 육수를 8컵 취하여 냄비에 담아 소금과 국간장을 넣고 끓으면 (3)의 완자를 넣는다. 한소끔 끓어오르면 고명용으로 준비한 파를 승승 썰어 넣는다. 5 (4)를 그릇에 담아 후춧가루를 뿌려낸다.



등장문헌 : 수문사설

모로제잡탕(母露鷄雜湯)②



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

승어만두, 쇠꼴, 쇠안심육, 참버섯, 표고버섯, 해삼, 무, 계란, 게[蟹], 꿩, 암탉, 쇠지고기, 잣, 생강, 파, 참기름, 간장, 녹말가루

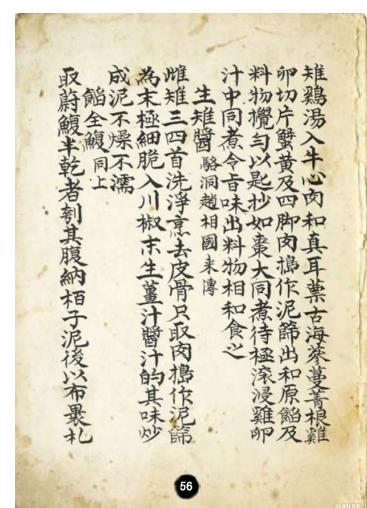
쇠안심육 50g, 참버섯 4개, 표고버섯 4장(100g), 해삼 1개, 무 50g, 계란 2개, 게알 1마리
분, 계살 1마리분, 후춧가루 약간, 생강즙 1작은술, 참기름 $\frac{1}{2}$ 큰술, 마늘 다진 것 1작은술,
파 다진 것 1작은술, 진간장 1큰술 육수 암탉 $\frac{1}{4}$ 마리(250g), 꿩 $\frac{1}{4}$ 마리(150g), 쇠지고기
100g, 물 10컵, 마늘 5알, 대파 1뿌리, 생강 1톨 승어만두소 표고버섯 5장(125g), 참버섯
5장, 잣 1큰술, 계란 2개, 쇠꼴 50g, 후춧가루 약간, 참기름 2작은술, 마늘 다진 것 2작은
술, 파 다진 것 2작은술, 진간장 1큰술, 생강 다진 것 1작은술 승어만두피 승어(大) 1마리
(1kg), 녹말 $\frac{1}{2}$ 컵 기타 식용유, 계란 2개, 대파 1뿌리, 후춧가루

· 조리방법

승어만두 만들기 1 냄비에 닭과 꿩 · 쇠지고기 · 마늘 · 대파 · 생강을 담아 물을 붓고 무르도록 삶는다. 도중에 물을 보충하여 물이 줄지 않도록 한다. 고기는 전져서 뜯어 놓고, 육수는
식혀서 채에 빙쳐 기름을 걸어버린다. 2 표고버섯 · 참버섯 · 잣을 곱게 다지고 (1)의 고기도
곱게 다져서 합한 후 계란 2개를 풀어 넣는다. 여기에 양념을 넣고 볶아 소로 만든다. 3 (2)
에 쇠꼴을 넣고 회합한다. 4 (3)의 일부를 은행알 만큼씩 떼어 등을 날작하게 만들어서 번철
에 기름을 두르고 지져낸다. 5 승어를 전유어감 포 뜨듯이 얇고 넓게 저며 떠서, (4)의 소를
저민 승어살 한 가운데에 넣고 녹말가루를 끓여 가면서 반달형태의 만두로 만든다. 이것을 다시
전면에 녹말가루를 끓여 있는 물에 넣어 잠깐 익혀 꺼내어 즉시 냉수에 담갔다 채반
에 옮겨 물기를 뺀다. 모로제잡탕 만들기 6 쇠안심육 · 참버섯 · 표고버섯 · 해삼 · 무 · 계알 ·
계살을 모두 합하여 곱게 다져서 계란 2개를 풀어 넣고 승어만두를 만들고 남은 (3)의 소와
합하여 양념을 넣어 섞는다. 7 계란 2개를 풀어 계란물을 만든다. 8 (1)의 육수를 8컵 취하여
냄비에 담아 끓인다. 육수가 끓을 때에 (6)을 수저로 대추 크기로 떼어서 계란물을 속에 넣
었다 재빨리 꺼내 육수 속에 넣는다. 한소끔 끓으면 (5)의 승어만두를 넣고 어슷어슷 쌈 대
파를 넣는다. 9 국그릇에 (7)을 담아 후춧가루를 뿌려낸다. 12) 『飲食知味方』 「어만두
법」 : 『山林經濟』 「승어만두」 : 『酒饌』 「魚饅頭湯」 : 『是議全書』 「어만두」

· 읽을거리

차순(次順)은 앞서의 「붕어찜」에서 등장했던 인물로 장악원에서 낭관으로 일했던 민체수가
데리고 살던 솔거노비이다. 이 차순이란 자는 음식을 아주 잘 만들었던 모양이다. 모로제(母
露鷄)란 이술을 먹고 자란 어미닭(암탉)을 말한다. 암탉에 꿩고기와 쇠지고기 기타 버섯 등
의 재료를 합하여탕을 만들어서 「모로제잡탕」이라 하였다. 이 「모로제잡탕」은 재료의 구
성으로 보아 1827년의 『자경전진작정례의궤』, 1829년의 『진찬의궤』에 나오는 「만종탕
(饅蒸湯)」의 전신이 아닌가 생각된다.¹³⁾ 13) 김상보, 『조선왕조 궁중의궤 음식문화』, 수
학사, 1995, 358쪽.



등장문현 : 수문사설

계탕(鷄湯)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

재료 및 분량

닭 1마리 / 綠豆末 8勺 / 胡椒 2勺 / 鹽 4勺 / 葱 1本 / 雞卵 1介
 닭 1마리 / 녹두녹말가루 48cc / 후추 12cc / 소금 24cc / 파 1뿌리 / 계란 1개
 * 닭(1마리) 1kg / 녹두녹말가루($3\frac{1}{3}$ 큰술) * 양념 : 후춧가루 1g(1/3작은술) / 소금 4g(1작은술) * 물 15컵 / 소금 15g($1\frac{1}{3}$ 큰술) * 후춧가루 6g(2작은술) / 대파 1뿌리 / 계란 1개

조리방법

- 냄비에 물 15컵을 넣고 닭을 넣어 고기가 무르도록 삶는다. 도중에 물을 보충하면서 끓인다. 완성되면 고기는 건져서 뜯어 놓고 육수는 체로 걸러서 식혀 기름을 걷어낸 다음 소금 $\frac{1}{3}$ 큰술로 간을 한다.
- (1)에서 뜯어낸 닭고기는 곱게 다져 양념하여 작은 밤틀만한 크기로 빚는다. 이것을 녹두녹말가루 $3\frac{1}{3}$ 큰술에 굴려 끓는 물에 살짝 삶아내어 냉수에 담갔다가 채 빨리 건져낸다.
- 대파를 어슷어슷 썰어 놓는다. 계란은 환자와 노른자를 합하여 풀어 놓는다.
- (1)의 육수를 냄비에 담아 끓인다. 펄펄 끓을 때 (3)의 대파를 넣고 한소끔 끓으면 (3)의 계란으로 줄알을 친다.
- 탕기에 (2)를 담아 (4)의 육수를 붓고 후춧가루를 뿌려낸다.



二味豬肉膚只	豬肉十二兩	良醬八夕式	鹽四夕式
葱一本式	胡椒二夕式	炙生鮮半尾式	鹽四夕式
油二夕式			
別湯水鷄蒸一首式			
三味鷄湯一首式	菜豆末八夕式	胡椒二夕式	
鹽四夕式	葱一本式		
床花餅冕式每塊			
食鳬豬肉一斤式			
起酒外五合式			
胡椒一錢式			
豬肉醬泡十兩式			
胡椒三分式			
葱一本式			
上末一斤十五兩七錢式			
蔓青根十介式			
酵一合式			
生芅五分式			
油三夕式			

등장문헌 : 영접도감의궤 별다담 친풀

별탕수과제탕(別湯水瓜制湯)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

生雉 1/4首 / 生鮮 1/4尾 / 油 2夕 / 沈瓜 2介 / 해수 1合 5夕 / 生芋 1錢

꿩 1/4마리 / 생선 1/4마리 / 참기름 12cc / 오이지 2개 / 젓액 90cc / 마늘 4g

* 꿩 1/2마리 / 승어(1/2마리) 200g / 오이지 4개 * 양념 : 다진 마늘 8g / 참기름 6g(2작은술) * 참기름 10g(1큰술) * 새우젓액(3/4컵) → 70g(4큰술) * 물 15컵 ※ 새우젓액이 가진 염도는 조선시대가 지금보다 낮았으므로 양을 ‘원전’ 보다 줄였다.

· 조리방법

1. 꿩 1/2마리에 물 15컵을 끊고 끓여 육수를 만드는데, 도중에 물을 보충해 가면서 끓인다. 고기가 물러지면 국물은 채로 발치고 꿩고기는 뜯어 다져 놓는다. 2. 오이지가 짤 경우 물에 담가 찬기를 빼고 물기를 꼭 찐 다음 곱게 다진다. 3. 승어 1/2마리를 찜기에 담아 쪄서 살만 발라낸다. 4. (1)의 꿩고기, (2)의 오이지, (3)의 생선살에 양념을 합하여 밤통 크기의 둉을 넓적한 완자로 빚어서 번철에 참기름 1큰술을 두르고 지져낸다. 5. (1)의 육수에 새우젓액 4큰술을 넣어 간을 맞춘 후 불에 올려놓아 한소끔 끓인다. 6. 탕기에 (4)를 담아 (5)의 육수를 부어낸다.



切肉各一塊或每塊大口魚半尾式	中全餽五介式
大文魚一條半式	片脯半各式
鷦鷯魚尾式	鳳大金鑊不介式
油二夕式	一塊紅蛤炒五合式
葱一本式	一塊豬肉十兩式
蕙二本式	糊糊二分式
一塊水正果清二合式	一塊紅寶果一塊乾正果
五介式進藍水一塊生雞半首式	鹽水二合式
初味細炒葉豆末一介式	五味子水五味子三合式
清蜜二合式	鹽四夕式
剖湯水瓜制湯生雞半半昔式	油二夕式
沈瓜二介式	鹽水全多式
鹽水全多式	生芋一錢式

등장문헌 : 영접도감의궤
별다담 찬풀

어탕(魚湯)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

豬肉 9兩 / 菜豆末 1合 / 生雉 1隻 / 油 5夕 / 蔓青根 2介 / 紅蛤 5合 / 生芋 5分 / 油 2夕
돼지고기 360g / 녹두녹말가루 60cc / 꿩다리 1개 / 참기름 30cc / 순무 2개 / 홍합 300cc / 마늘 2g / 참기름 12cc
* 돼지고기 360g / 꿩다리 1개 / 순무 100g(2개) / 물 10컵 * 홍합 300cc(1¼컵) * 참기름 20g(2큰술) * 양념 : 다진 마늘 2g / 참기름 10g(1큰술) * 녹두녹말가루 32g(4큰술)

· 조리방법

육수 만들기 1. 돼지고기, 꿩다리, 순무를 냄비에 담아 물 10컵을 합하여 끓은 물에서 물을 보충해 가면서 무르도록 끓여 육수를 만든다. 건더기는 건지고 국물은 채로 빨쳐 식혀 기름을 제거한다. 고기완자, 홍합 만들기 2. (1)에서 건져낸 고기는 곱게 다져서 참기름 2큰술을 넣고 혼합한 다음 도토리알 크기로 완자를 빚는다. 무는 가로·세로 3cm, 두께 0.5cm 가 되게 썰어 놓는다. 3. 홍합에 불어 있는 털과 얇은 막은 떼어내고 다듬어서 깨끗이 씻어 물기를 뺀다. 이것에 양념을 넣고 버무린 다음 녹두녹말가루로 웃을 입혀 끓는 물에 살짝 삶아 내어 냉수에 담갔다가 재빨리 건져낸다. 4. (2)의 완자를 녹두녹말가루로 웃을 입혀 끓는 물에 살짝 삶아 내어 냉수에 담갔다가 재빨리 건져낸다. 어탕 만들기 5. (1)의 육수를 끓인다. 6. 탕기에 (2)의 무, (3)의 홍합, (4)의 고기완자를 담아 (5)의 육수를 부어 내는데, 이때 소금을 절들인다. 53) 金綏(1481~1552), 『需雲雜方』 「三色魚兒湯」.

· 읽을거리

글이 「어탕(魚湯)」이라고 이름 붙인 것은 홍합을 주 재료로 삼았기 때문인 듯하다. 바다에서 나는 것은 전부 짜지만 유독 홍합만 성검기 때문에 담채(淡菜), 또는 동해에서 생산된 것 이 잘고 검지만 보익(補益)에 으뜸이라 동해부인(東海夫人)이라고도 하는 홍합은, 날로 볶아서 국을 끓이면 매우 달고 좋다 하였다.⁵⁴⁾ 54) 『閨閣叢書』 卷之上 「紅蛤」, 1815년경.



鹽三夕式	熟小豆六合式	清蜜一合式	豬肉醬泡六兩式
清醬二合式	油四夕式	葱一本式	
四味點點果			
五味魚湯豬肉九兩式	生雉一隻式	菜豆末一合式	
油五夕式	蔓菁根二介式	紅蛤五合式	生芋五分式
油二夕式			
司鑾院所掌移篇			
兩勸使大通官西度設宴味數所入每床			
進盤水一匙式每床	鴨子二首或雌鶴		
二味豬肉軟肉湯脚式			
豬肉醬泡一脚式			

등장문헌 : 영접도감의궤
재신종재의 연상 찬품

게탕



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사진)

· 재료 및 분량

- ① 게 2마리(800g), 배추속대 100g, 대파 1뿌리 ② 계란 1개, 쇠고기 100g, 밀가루 1/4컵
- ③ 마늘다진것 1작은술, 파다진것 1작은술, 참기름 1작은술, 후춧가루 약간, 진간장 2작은술, 설탕 1작은술 ④ 물 10컵, 국간장 2큰술, 소금 ⑤ 생강다진것 1작은술, 마늘다진것 1큰술, 후춧가루 1/4작은술



· 조리방법

- ① 게를 여러번 씻어서 배 쪽의 삼각진 부분을 떼어낸다. 등딱지를 잡아 당겨 벗겨서 딱지 속에 들어있는 장을 숟가락으로 긁어 모두 꺼내 합한다. ② 다리와 몸통을 문들어지도록 절구방망이로 찧어서 고운채로 손으로 주물러가면서 내린다. 이 때 물을 약간만 넣고 걸려도 좋다. ③ ①의 장과 ②의 걸려 낸 살을 합한다. ④ 쇠고기를 곱게 다져서 계란과 합하여 ⑤의 양념을 넣고 지름 3cm 크기의 완자로 빚는다. 이것이 밀가루로 옷을 입힌다 (㉡). ⑤ 배추속대를 끓는 물에 데쳐내어 3cm 길이로 썬다. 대파는 어슷어슷 썬다. ⑥ 남비에 ④의 물을 부어 불에 올린다. 물이 펄펄 끓으면 ④의 완자를 넣는다. 어느정도 끓으면 ⑤의 양념과 ⑤의 배추속대 · 대파를 넣는다. 한소큼 끓어오르면 ③의 게를 한 숟가락 씩 떠 넣는다. 다시 한소큼 끓으면 국간장과 소금으로 간을 맞춘다.



① 게를 여러번 씻어서 배 쪽의 삼각진 부분을 떼어낸다. 등딱지를 잡아 당겨 벗겨서 딱지 속에 들어있는 장을 숟가락으로 긁어 모두 꺼내 합한다. ② 다리와 몸통을 문들어지도록 절구방망이로 찧어서 고운채로 손으로 주물러가면서 내린다. 이 때 물을 약간만 넣고 걸려도 좋다. ③ ①의 장과 ②의 걸려 낸 살을 합한다. ④ 쇠고기를 곰게 다져서 계란과 합하여 ⑤의 양념을 넣고 지름 3cm 크기의 완자로 빚는다. 이것이 밀가루로 옷을 입힌다 (㉡). ⑤ 배추속대를 끓는 물에 데쳐내어 3cm 길이로 썬다. 대파는 어ஸ어슷 썬다. ⑥ 남비에 ④의 물을 부어 불에 올린다. 물이 펄펄 끓으면 ④의 완자를 넣는다. 어느정도 끓으면 ⑤의 양념과 ⑤의 배추속대 · 대파를 넣는다. 한소큼 끓어오르면 ③의 게를 한 숟가락 씩 떠 넣는다. 다시 한소큼 끓으면 국간장과 소금으로 간을 맞춘다.	① 게를 여러번 씻어서 배 쪽의 삼각진 부분을 떼어낸다. 등딱지를 잡아 당겨 벗겨서 딱지 속에 들어있는 장을 숟가락으로 긁어 모두 꺼내 합한다. ② 다리와 몸통을 문들어지도록 절구방망이로 찧어서 고운채로 손으로 주물러가면서 내린다. 이 때 물을 약간만 넣고 걸려도 좋다. ③ ①의 장과 ②의 걸려 낸 살을 합한다. ④ 쇠고기를 곰게 다져서 계란과 합하여 ⑤의 양념을 넣고 지름 3cm 크기의 완자로 빚는다. 이것이 밀가루로 옷을 입힌다 (㉡). ⑤ 배추속대를 끓는 물에 데쳐내어 3cm 길이로 썬다. 대파는 어ஸ어슷 썬다. ⑥ 남비에 ④의 물을 부어 불에 올린다. 물이 펄펄 끓으면 ④의 완자를 넣는다. 어느정도 끓으면 ⑤의 양념과 ⑤의 배추속대 · 대파를 넣는다. 한소큼 끓어오르면 ③의 게를 한 숟가락 씩 떠 넣는다. 다시 한소큼 끓으면 국간장과 소금으로 간을 맞춘다.
---	---

등장문현 : 음식방문

금강동탕



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식 품백과 사진)

• 재료 및 분량

- ⑨ 토종닭 1마리(1.5kg), 물 10컵, 국간장 4큰술 ⑩ 참기름 6큰술 ⑪ 표고버섯 5개, 석이버섯 5개, 오이 1개, 소금 1큰술 ⑫ 생강다진것 2작은술, 잣다진것 2큰술, 후춧가루 1작은술, 산초가루 1작은술 ⑬ 마늘다진것 1큰술, 파다진것 1큰술, 후춧가루 1/4작은술, 진간장 2큰술, 설탕 1큰술



• 조리방법

① 토종닭의 배를 갈라서 내장을 꺼내고 말끔히 씻어서 물기를 뺀다. 이것을 4등분으로 자른다. ② 커다란 바닥이 두꺼운 낭비를 불에 올려놓는다. 달구어지면 ④의 참기름을 두르고 ①의 닭을 볶는다. 전채가 색이 노릇노릇하게 변하여 익으면 물 10컵을 부어 센불에서 끓인다. 펄펄 끓어오르면 불을 약하게 줄여서 닭이 물러질 때까지 물을 보충해 가면서 서서히 끓인다. 고기가 물러졌으면 꺼내어 살을 빌라 ④의 양념에 재워 놓고 육수는 식혀서 기름을 거둔다. ③ ②의 육수에 국간장을 합한다. ④ 깨끗이 손질한 표고버섯과 석이버섯은 새끼손가락 크기로 길죽길죽 썬다. 오이도 새끼손가락 크기로 썰어 소금에 절였다가 물에 살짝 씻어 물기를 꼭 짚다. ⑤ ③의 육수를 불에 올려놓고 끓인다. 한소큼 끓어오르면 ④의 버섯과 오이를 넣고 다시 한소큼 끓인다. ⑥ ⑤를 국그릇에 담고 ②의 양념에 재운 닭고기를 얹어 냈다. 이때 ④의 양념을 걸들여낸다.

금강동행
동행을 위한 예술 전시회로 제작되었으며, 관람객은 예술을 통해 자연을
지나가 살피며 나를 돌아보게 되어서 유익하게 아는 바
제야 지령 혹은 예술 고적 이외로 일주기 예술로서의
조성감과 철호호흡을 해쓰라

등장문헌 : 음식방문

금증탕



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프국, 전통식품백과사진)

· 재료 및 분량

- ① 토종닭 1마리, 물 10컵, 소금 1큰술, 국간장 1큰술 ② 박고지 90cm, 다시마 30cm, 무 300g ③ 진간장 2큰술, 파다진것 1큰술, 마늘다진것 1큰술, 후춧가루 1/4작은술, 참기름 1큰술



· 조리방법

- ① ①의 깨끗이 손질한 닭을 커다란 낭비에 담아 분량의 물을 붓고 끓인다. 끓어오르면 불을 약하게 줄여서 고기가 무를 때까지 물을 보충해가면서 끓인다. 고기가 무르면 건져서 뜯어 ②으로 양념한다. ② 무를 손가락 긁기와 길이로 썬다. 다시마도 무와 같은 크기로 썬다. 박고지는 물에 불려서 4cm 길이로 썬다. ③ 낭비에 ①의 닭육수를 담고 ②의 무 · 다시마 · 박고지를 합하여 불에 올린다. 한소끔 끓으면 불을 중불로 하여 무가 무를 때까지 끓인다. 익으면 국간장과 소금으로 간을 맞춘다. ④ 국그릇에 ③을 담고 ①의 닭고기를 얹어낸다.

금증탕

부수를 볼 듯 걸맞게 보자. 저녁을 밥으로 밥으로 리를 차
스 아랫 치석을 흐려 살진 각각을 다리에 만히 너 죠 비오
고 으면 조흔이라
찰상찌

황제양 속 쥬자사 마토련 백오조리 속무우비
찰술이 풍고, 서버섯 함유색 기름이 특장과 지령주에 좋

찰조용진복을 살마 혼례 첨예서 만도의 소였을
찰복

마을 노호 아비녀 속동말루 쥐데 죄쓰되 악심이 만족야

등장문현 : 음식방문

어우름탕



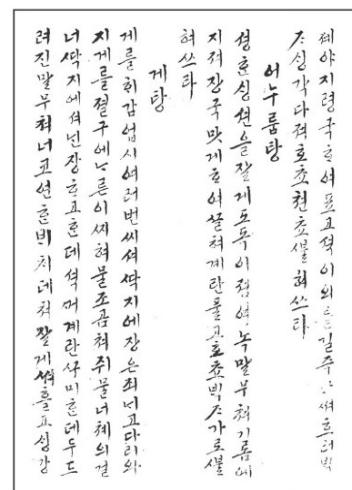
사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사진)

· 재료 및 분량

- ① 생선살 400g, 소금, 후춧가루 ② 녹말 1컵, 참기름 ③ 물 10컵, 국간장 2큰술, 소금 1큰술 ④ 계란 2개 ⑤ 후춧가루, 잣가루 2큰술

· 조리방법

- ① 신선한 생선(승어 · 민어 등)을 골라 비늘을 깎고 내장을 제거한다. 살만을 2장으로 넓게 떼서 한 입에 먹기 좋은 크기로 포를 뜯다. ② ①의 생선살에 소금 · 후춧가루를 뿌리고 녹말가루를 얹 · 뒤에 물혀서 참기름을 두루 뜨겁게 달군 팬에서 지져낸다. ③ 계란 2개를 깨뜨려서 잘 풀어 놓는다. ④ 남비에 ③의 분량의 물을 담아 끓인다. 물이 펄펄 끓으면 국간장과 소금을 넣고 ②의 생선전을 넣는다. 다시 확 끓여오르면 ③의 달걀로 줄알을 친다. ⑤ 국그릇에 ④를 담고 ⑤의 양념을 걸들여 낸다.



등장문현 : 음식방문

연포탕



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

· 재료 및 분량

- ① 두부 200g, 꿩고기 50g, 쇠고기 50g ② 표고버섯 5개, 석이버섯 5개, 참버섯 5개 ③ 계란 2개, 파다진것 1큰술, 생강다진것 1작은술, 잣가루 1큰술, 후춧가루 약간, 진간장 1큰술, 참기름 2작은술, 설탕 1/2큰술 ④ 녹말가루 1/2컵 ⑤ 계란 1개 ⑥ 물 10컵, 국간장 2큰술, 소금 1큰술 ⑦ 밀가루 1/2컵, 물 1/2컵



· 조리방법

- ① 두부는 베보자기로 싸서 무거운 것으로 눌러 물기를 빼고 곱게 으깬다. 꿩고기 · 쇠고기 · 쇠고기를 곱게 다져서 두부와 합한다. 여기에 ③의 계란과 양념을 합하여 잘 섞는다.
- ② ①을 두께 1cm 정도로 반대기로 만들어 ④의 녹말가루로 옷을 입혀 참기름을 두른 뜨겁게 달군 팬에서 지져낸다. 식혀서 가로 · 세로 3cm 크기로 썬다. ③ ⑤의 표고버섯 · 석이버섯은 새끼손가락 크기로 길쭉길쭉 썬다. 참버섯은 절어 놓는다. ④ ⑥의 계란을 잘풀어 지단을 지져서 가로 · 세로 3cm 크기로 썬다. ⑤ 남비에 ⑥의 물을 붓고 ③의 버섯을 넣어 끓인다. 어느 정도 끓어 맛이 우러나오면 국간장과 소금으로 간을 한 후 ②의 전을 넣는다. 한소끔 끓으면 ⑦의 물에 잘 섞어 간 밀가루를 넣고 다시 한소끔 끓인다. ⑧ 국그릇에 ⑤를 담고 ④의 달걀지단을 고명으로 얹어낸다.

재료	물고기 쇠고기 파 생강 진간장 참기름 설탕 국간장 소금	양념	표고버섯 석이버섯 참버섯 계란 밀가루 물	조리	연포탕	설명
방법	두부는 베보자기로 싸서 무거운 것으로 눌러 물기를 빼고 곱게 으깬다. 꿩고기 · 쇠고기 · 쇠고기를 곱게 다져서 두부와 합한다. 여기에 ③의 계란과 양념을 합하여 잘 섞는다. ② ①을 두께 1cm 정도로 반대기로 만들어 ④의 녹말가루로 옷을 입혀 참기름을 두른 뜨겁게 달군 팬에서 지져낸다. 식혀서 가로 · 세로 3cm 크기로 썬다. ③ ⑤의 표고버섯 · 석이버섯은 새끼손가락 크기로 길쭉길쭉 썬다. 참버섯은 절어 놓는다. ④ ⑥의 계란을 잘풀어 지단을 지져서 가로 · 세로 3cm 크기로 썬다. ⑤ 남비에 ⑥의 물을 붓고 ③의 버섯을 넣어 끓인다. 어느 정도 끓어 맛이 우러나오면 국간장과 소금으로 간을 한 후 ②의 전을 넣는다. 한소끔 끓으면 ⑦의 물에 잘 섞어 간 밀가루를 넣고 다시 한소끔 끓인다. ⑧ 국그릇에 ⑤를 담고 ④의 달걀지단을 고명으로 얹어낸다.	연포탕은 두부를 끓여서 국물과 함께 먹는 한국 전통 음식입니다. 두부는 베보자기로 으깨어 물기를 뺏고, 고기와 버섯은 잘 다져서 두부와 함께 끓여냅니다. 계란은 달걀지단으로 사용됩니다.				

등장문현 : 음식방문

열구자탕



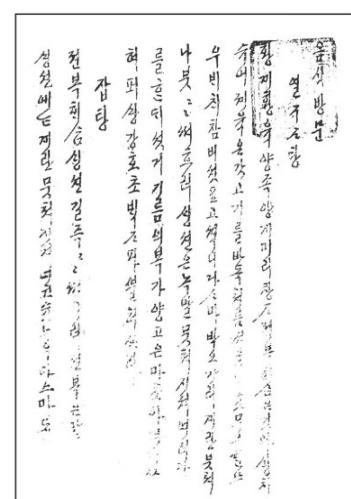
사진 출처 : 나무위키 [신선로]

· 재료 및 분량

① 황제육(누린닭) 50g, 꿩고기 50g, 쇠고기 50g, 돼지고기 50g ② 쇠곱창 50g, 쇠양 100g, 쇠족 100g, 양지머리 50g, 다시마 30cm, 물 10컵, 대파 1뿌리, 생강 1톨, 마늘 5알, 국간장 1큰술, 소금 1큰술 ③ 건전복 1개, 건해삼 1개 ④ 숭어 1/2마리, 후춧가루 약간, 소금 약간, 녹말가루 1/2컵, 참기름 ⑤ 계란 2개, 참기름 ⑥ 배추 50g, 참버섯 2개, 표고버섯 2개, 석이버섯 2개, 박오가리 20cm ⑦ 생강다진것 2작은술, 후춧가루 1작은술, 파다진것 2큰술, 잣 2큰술 ⑧ 진간장 2큰술, 마늘다진것 1큰술, 파다진것 1큰술, 후춧가루 1/4작은술, 참기름 1큰술, 설탕 1큰술 ⑨ 참기름

· 조리 방법

① 쇠양과 쇠곱창은 소금으로 안팎을 주물러 깨끗이 씻는다. 쇠양은 끓는 물에 끊하여 껌질을 벗겨 버리고 찬물에 씻어 놓는다. 쇠족은 물에 담가서 피를 뺄다. 남비에 물을 넉넉히 담아 끓여서 쇠양 · 쇠곱창 · 쇠족을 넣는다. 끓어오르면 건져내어 찬물에 다시 한 번 깨끗이 씻는다. 양지머리는 찬물에 담가 떫물을 빼고 건진다. ② ①의 쇠양 · 쇠족 · 양지머리를 바닥이 두꺼운 커다란 남비에 담아 ③의 크게 썬 대파 · 통생강 · 통마늘 · 다시마를 합하여, 분량의 물 10컵을 부어 센불에서 끓인다. 떨떠 끓어오르면 불을 줄이고, 고기가 무르게 익을 때까지 (약2시간) 서서히 물을 보충해가면서 끓인다. 도중에 다시마는 건져내어 가로 3cm, 세로 4cm 되게 썰어 놓는다. ③ ②의 고기가 충분히 물러졌으면 고기는 건져내어 가로 3cm, 세로 4cm 되게 얇게 저며 썰어놓는다. 국물을 채로 받쳐 내린 다음 완전히 차게 식혀서 기름을 걸어내고 국간장과 소금으로 간을 한다. ④ ⑤의 건전복은 하룻밤 물에 불려 끓는 물에 삶아 저며 썬다. 건해삼은 남비에 담아 물을 넣고 삶는다. 한번 끓어오르면 그대로 식힌다. 다음날 해삼에 물을 약간 보충하여 삶아서 다시 하룻밤 식힌다. 이렇게 3~5번 반복하고 배를 갈라 내장과 모래를 깨끗이 제거하여 넓고 얕게 저며 썬다. ⑤ ⑥의 황제육 · 꿩고기 · 쇠고기 · 돼지고기를 가로 3cm, 세로 4cm 되게 얇게 저며 썰어서 ③의 수육[熟肉] ④의 전복 · 해삼과 함께 ⑦의 양념에 버무려서 참기름을 두른 팬에서 살짝 볶아 놓는다. ⑥ 깨끗이 손질한 배추 · 참버섯 · 표고버섯 · 석이버섯 · 박오가리를 가로 3cm, 세로 4cm 되게 썰어 참기름을 두른 팬에서 살짝 볶아 놓는다. ⑦ ⑧의 계란을 풀어 참기름을 두른 팬에서 두껍게 부쳐 식힌다. 이것을 가로 3cm, 세로 4cm 되게 썬다. ⑧ 숭어의 살을 코로 떠서 소금과 후춧가루를 뿌린다. 이것에 녹말가루를 입혀서 뜨겁게 달군 팬에서 참기름을 두르고 지져낸다. 식은 다음 크기가 큰 것은 가로 3cm 세로, 4cm 되게 썬다. ⑨ 신설로틀에 ②의 다시마, ⑤의 전복 · 해삼 · 수육 · 황제육 · 꿩고기 · 쇠고기 · 돼지고기, ⑥의 야채와 버섯, ⑦의 계란지단, ⑧의 숭어전을 둘러 담고, ③의 육수를 부어서 끓인다. ⑩ ⑨를 각각의 앞접시에 담아 ⑪의 양념을 곁들인다.



등장문현 : 음식방문

자탕



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식 품백과 사진)

· 재료 및 분량

④ 전복 1개, 쇠지고기수육 50g, 쇠양수육 50g, 대하 1개, 홍합 5개, 다시마 10cm, 순무 100g ⑤ 전해삼(大) 1개, 생선살 100g, 쇠지고기 100g, 쇠고기 100g, 계란 3개, 참기름 ⑥ 진간장 1큰술, 마늘다진것 1작은술, 파다진것 1작은술, 참기름 1작은술, 후춧가루 약간, 설탕 1/2큰술 ⑦ 닭 1/2마리, 물 10컵, 국간장 2큰술, 소금 1큰술 ⑧ 진간장 1큰술, 파다진것 1작은술, 마늘다진것 1작은술, 참기름 1작은술, 후춧가루 약간 ⑨ 밀가루 1/2컵, 물 1/2컵 ⑩ 계란 1개, 참기름 ⑪ 생강다진것 2작은술, 어슷어슷썬대파 1뿌리, 후춧가루 1/4작은술

• 조리 방법

① ⑩의 털에 분량의 물을 붓고 무르도록 물을 보충해가면서 끓인다. 완성되면 채로 받쳐 걸려서 국간장과 소금으로 찬을 하고, 닭고기는 뜯어서 ⑨으로 양념한다. ② ⑪의 쇠고기와 돼지고기는 곱게 다져서 ⑫으로 양념하여 지름 3cm 정도 크기의 완자로 만들어 계란을 입혀 참기름을 두루 팬에서 지져낸다. 생선은 손가락 크기로 길죽길죽 하게 저여서 계란을 입혀 참기름을 두루 팬에서 지져낸다. 건해삼은 남비에 담아 삶는다. 한번 끓어오르면 그대로 식힌다. 다음날 식힌 해삼에 물을 약간 보충하여 삶는다. 다시 하룻밤 식힌다. 이렇게 세 번에서 다섯 번을 반복한 다음 배를 갈라 내장과 모래를 깨끗이 제거한다. 이것을 길이로 4등분하여 자르고 다시 가운데를 잘라 1개를 8개로 만들어서 계란을 입혀 참기름을 두루 팬에서 지져낸다. ③ ⑦의 끓는 물에서 삶아낸 전복은 길죽길죽 하게 썬다. 돼지고기수육 · 쇠양수육은 손가락 크기로 저여 썬다. 대하 · 다시마 · 순무도 손가락 크기로 썬다. 홍합은 내장을 빼고 잘 손질하여 물에 씻어 놓는다. ④ ⑧의 계란을 흰자와 노른자로 분리하여 황백지단으로 지져서 가로 · 세로 2cm 크기로 썰어 놓는다. ⑤ 커다란 남비에 ①의 육수를 담고 불에 올려서 끓인다. 육수가 끓어오르면 ③을 넣고 불을 줄여 끓는다. 물에서 서서히 끓인다. 거의 완성되었을 때 ②를 넣고 ⑩의 양념을 넣는다. 한소금 끓으면 ⑪의 물에 잘섞어 쟁 밀가루쯤을 넣고 다시 한소금 끓인다. ⑥ ⑤를 국그릇에 담아 ①의 닭고기를 얹고 ④의 계란지단을 뿌려낸다.



천부부처 / 『성설』 권3
성설에는 제법 많은 문장들이 있는데 그 중에서도
제가 좋아하고 있는 천부부처도 그와 같은 대로 출고 성설에 포함
되어 있다. 날도 좋고 악연도 좋고 잘 기분이 되는 부처였던
지 않나? 저녁마다 양반과 함께 갖치고 나고 고양한
을 갖기 좋고 예로부터 내고 외롭게 살았던 부처는 세상에 드러나지
고 싶지도 않은데 내가 성설에 나온다니 그게 부처의 짐작을
말하다 지 말고 악연하고 나무에서 나를 떠나고 온갖 혼란을
하여 성설과 혼란되려 쓰라 봄처럼 몇 번이나 떠나면서

등장문헌 : 음식 방문

チリ양념제비



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식 품백과 사진)

• 재료 및 부량

⑦ 황제 1마리, 다시마 20cm, 물 10컵, 국간장 2큰술, 소금 1큰술 ㉡ 양 200g, 물, 대파 1뿌리, 생강 1틀, 마늘 5알, 소금 ㉢ 숙주 100g, 토란 2개, 박고지 30cm, 순무 1개, 천표고버섯 2개, 참버섯 2개, 배추속대 100g ㉣ 진찬장 2큰술, 마늘다진것 1큰술, 파다진것 1큰술, 후춧가루 1/4작은술, 참기름 1큰술, 설탕 1큰술 ㉤ 진찬장 2작은술, 마늘다진것 1작은술, 파다진것 2작은술, 생강다진것 1/2작은술, 참기름 1작은술, 후춧가루 약간

• 조리 방법

① ㉡의 쇠양을 소금으로 안팎을 주물러 깨끗이 씻는다. 끓는물에 끓하여 껌질을 벗겨 버리고 찬물에 씻는다. 남비에 물을 넉넉히 담고 불에 올린다. 물이 끓으면 양을 넣는다. 끓어오르면 건져내어 다시 한번 깨끗이 씻는다. ② ①의 쇠양을 남비에 담아 ③의 대파·생강·마늘을 합하여 물을 넉넉히 붓고 센불에서 끓인다. 펄펄 끓어오르면 불을 줄이고 고기가 무르게 익을 때까지 서서히 끓인다. 고기가 무르게 익으면 건져서 가로 3cm·세로 4cm 되게 얇게 저민 다음 ④으로 양념한다. ③의 황제를 남비에 담아 분량의 물과 다시마를 넣고 닭이 무르도록 물을 보충해가면서 끓인다. 도중에 다시마는 건져내어 가로 3cm·세로 4cm 되게 썰어 놓는다. 고기가 충분히 무르면 닭고기는 건져서 뜯어 ⑤로 양념하고, 육수는 완전히 차게 식혀서 기름을 제거하여 국간장과 소금으로 찬을 한다. ④ ⑤의 토란은 껌질을 벗겨서 살짝 삶아 삼등분하여 썰어 놓는다. 박고지는 4cm 길이로 썬다. 건표고버섯은 물에 불려 기둥을 떼내고 물기를 꼭짜서 이등분한다. 숙주는 거두절미하여 끓는 물에서 살짝 삶아 데쳐낸다. 참버섯은 깨끗이 씻어 찢어 놓는다. 순무는 두께 0.5cm·가로 3cm·세로 4cm 되게 썬다. 배추속대는 3cm 길이로 썬다. ⑤ 바닥이 두꺼운 남비에 ⑥의 참기름을 두르고 불에 올린다. 달구어지면 ④의 박고지·토란·표고버섯·숙주·참버섯·순무·배추속대, ③의 다시마, ②의 양을 넣고 볶다가 ③의 육수를 부어 끓인다. 한소금 끓으면 불을 약하게 하여 맛이 충분히 우러나오도록 서서히 끓인다. ⑥ ⑤를 국그릇에 담고 ③의 양념한 닭고기를 얹어낸다.



금증당
부수를 봇 두 걸 땋 치보지 쟈 쟈 율로 박오리 틀자
스 아랫 치 쟈 흐리 살진 각라 율다리 려여 만히 너코 미오
고 으면 흐나리
찰생례

등장문헌 : 음식방문

산약수 제비



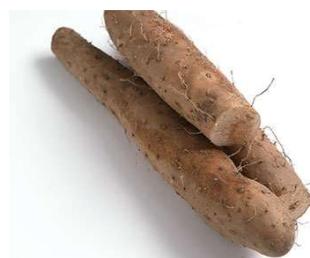
사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

· 재료 및 분량

① 밀가루 4컵, 콩가루 1컵, 물 1 1/2 컵 ② 산약 5개 ③ 육수 10컵, 진간장 1큰술, 소금 1큰술

· 조리방법

① 밀가루에 콩가루를 합하여 체에 내린 다음 분량의 물을 넣고 질게 반죽한다. ② 남비에 산약을 넣고 물을 담아 삶아 익힌다. 익으면 껌질을 벗겨서 강판에 간다. ③ ①에 ②의 산약을 합하여 반죽한다. ④ 남비에 물을 담아 불에 올린다. 물이 떨떠름하면 ③의 반죽을 숟가락으로 조각조각 떼어내어 넣는다. 익어서 위에 떠오르면 건져서 국그릇에 담는다. ⑤ ④의 육수를 부어 먹는다.



山藥撥魚。白一斤。豆粉四兩。水攪入爛熟。山藥同一處攪。用匙撥入滾湯。候熟燥子汁食之。上同

등장문헌 : 산림경제, 농정회요

면근탕(麵筋)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

밀가루, 물, 탕감

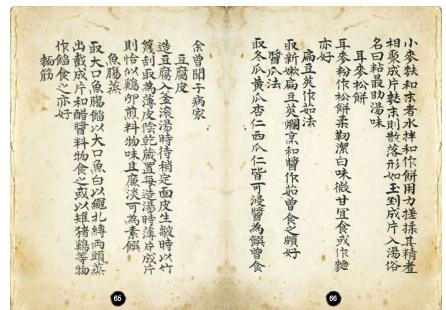
송이버섯 8개, 실파 2뿌리, 후춧가루 면근 강력분 10컵, 물 3 ½컵 육수 다시마 40cm, 물 8컵, 소금 1큰술, 국간장 1큰술

· 조리방법

면근 만들기 1 밀가루에 물을 넣고 반죽하여 그 반죽을 베보자기에 넣는다. 이것을 다시 그릇에 담아서 물을 끊고 주무르면 면근만 남는다. 면근버섯탕 만들기 2 송이버섯을 씻어서 다듬어 저며 놓는다. 3 냄비에 물을 끊고 다시마를 넣어 은근한 불에서 끓여 채에 밭쳐 육수를 만든다. 도중에 물을 보충하여 물이 줄지 않도록 한다. 4 냄비에 (3)의 육수를 부어 소금과 국간장으로 간을 한 다음 끓인다. 펄펄 끓을 때 (1)의 면근을 편으로 만들어 넣고, (2)의 송이버섯을 넣는다. 5 한소끔 끓으면 그릇에 담아 송송 썬 실파와 후춧가루를 뿌려 낸다.

· 읽을거리

면근(麵筋)을 부()라고도 한다. 밀가루에서 gluten 만을 취한 것으로 『본초강목(本草綱目)』에서는 땀을 멈추는 효과가 있고 어혈(瘀血)을 치료한다 하였다. 점(粘)에 대한 기록의 초출(初出)은 1634년에 나온 『영접도감의궤(迎接都監儀軌)』이다. 왕에게 소선(素膳)으로 하여 연회상을 차려올릴 때 문어(文魚)대신 점(粘)을 올렸다.²⁷⁾ 면근이 가지고 있는 풀깃풀깃 한 맛을 즐겼으므로 탕 맛을 듣구는 데 최고는 점(粘)이라고 세간에서 말 할 정도로, 당시 면근은 왕에서부터 사대부에 이르기까지 즐겼던 식품의 하나로 존재하고 있었음을 알게 해준다. 고기를 먹어서 안되는 상종이거나 혹은 고기를 멀리하는 불가에서 소선의 탕을 만들 때 고기 맛을 대신하는 탕재료 감으로 점은 왕에게나 올리는 상등의 식재료였으므로, 밀이 워낙 귀했던 당시 서민들에게는 보급되지 못했을 것이다. 27) 김상보, 『조선왕조궁중의궤음식문화』, 수학사, 1995, 95쪽.



등장문헌 : 수문사설

분탕(粉湯)① 계단탕



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

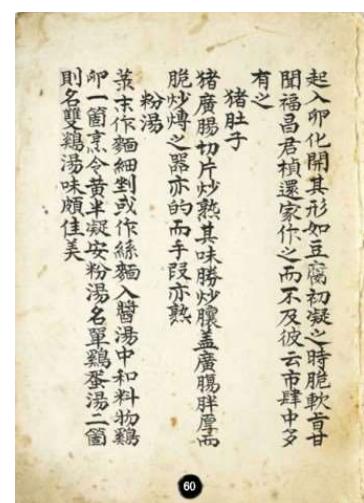
녹두녹말, 계란, 육수장국, 양념

녹두녹말 5컵, 물 8½컵, 밀가루 1컵, 계란 4개 육수재료 양지머리 300g, 다시마 20cm, 대파 1뿌리, 마늘 5알, 물 10컵 육수 육수 8컵, 쪽파 2뿌리, 후춧가루 약간, 국간장 1큰술, 소금 1큰술

· 조리방법

녹두녹말국수 만들기 1 밀가루에 물 8컵을 넣어 묽은 풀을 쏜다. 2 백설기 할 때 맵쌀가루에 물을 내리듯 녹두녹말(녹두가루에서 녹두녹말의 회수율은 30% 되게 하였음) 5컵에 물 ¼컵을 내려(뿌려) 골고루 비벼 놓는다. 3 (1) 1컵과 (2)를 합하여 반죽을 하는데 오랫동안 해야 반죽이 손에 묻지 않고 점점 녹어진다. 4 (3)을 안반에 올려놓고 밀대로 얇게 밀어 가루를 골고루 뿌린 다음 들들 말아 칼로 가늘게 썰어 해쳐서 놓는다. 이것을 끓는 물에 넣고 삶아서 냉수에 헹구어 채반에 건져 사리를 지어 놓는다. 혹은 (3)을 구멍 뚫린 바가지에 담아 물이 끓고 있는 냄비 위에서 높이 들고 바가지를 두드려 밀으로 내려 익힌다. 이것을 냉수에 헹구어 채반에 건져 사리를 지어 놓는다. 계단탕 만들기 5 냄비에 육수재료를 담아 풍곤한 불에서 도중에 물이 줄지 않도록 물을 보충해가면서 끓인다. 이것을 체에 받쳐서 식혀 기름을 걸어 버리고 8컵을 취하여 다시 냄비에 담아 국간장과 소금으로 간을 하여 끓인다. 6 계란 4개를 물에 깨트려 넣고 반죽으로 수란을 만든다. 7 그릇에 (4)의 국수를 담고 1인분에 (6)의 수란이 1개가 들어가도록 얹어서 (5)의 육수를 1인분에 2컵씩 부어 송송 쌓 쪽파와 후춧가루를 뿌려서 냉다. 18) 『需雲雜方』 「粉湯」 : 『飲食知味方』 「사면」 : 『酒方文』 「면」 :

『山林經濟』 「絲麵」 : 『園幸乙卯整理儀軌』 「粉湯」



등장문헌 : 수문사설

분탕(粉湯)② 쌈개탕



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

녹두녹말, 계란, 육수장국, 양념

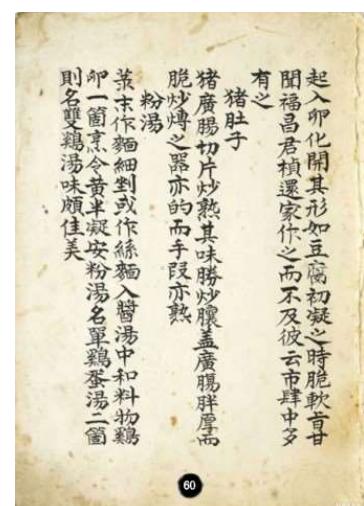
녹두녹말 5컵, 밀가루 1컵, 물 8½컵, 계란 8개 육수재료 양지머리 300g, 다시마 20cm, 대파 1뿌리, 마늘 5알, 물 10컵 육수 육수 8컵 · 쪽파 2뿌리 · 후춧가루 약간 · 국간장 1큰술 · 소금 1큰술

· 조리방법

녹두녹말국수 만들기 1 밀가루에 물 8컵을 넣어 끓은 물을 쑤다. 2 백설기 할 때 맵쌀가루에 물을 내리듯 녹두녹말(녹두가루에서 녹두녹말의 회수율은 30% 되게 하였음) 5컵에 물 ¼컵을 내려(뿌려) 골고루 비벼 놓는다. 3 (1)에서 1컵을 취하여 (2)를 합하여 반죽을 하는데 오랫동안 해야 반죽이 손에 묻지 않고 점점 늙어진다. 4 (3)을 안반에 올려놓고 밀대로 얇게 밀어 가루를 골고루 뿌려서 들들 말아 찰로 가늘게 썰어 해쳐 놓는다. 이것을 끓는 물에 넣고 삶아서 냉수에 행구어 채반에 사리를 만들어 건져 놓는다. 혹은 (3)을 구멍 뚫은 바가지에 담아 물이 끓고 있는 냄비 위에서 높이 들고 바가지를 두드려 밑으로 내려 익힌다. 이것을 냉수에 행구어 채반에 사리를 만들어 건져 놓는다. 쌈개탕 만들기 5 냄비에 육수 재료를 담아 끓은 물에서 도중에 물이 줄지 않도록 물을 보충해가면서 끓인다. 이것을 채에 막쳐서 식혀 기름을 걷어 버리고 8컵을 취하여 다시 냄비에 담아 국간장과 소금으로 간을 하여 끓인다. 6 계란 8개를 물에 깨뜨려 넣고 반숙으로 수란을 만든다. 7 그릇에 (4)의 국수를 담고 1인분에 (6)의 수란이 2개가 들어가도록 얹어서 (5)의 육수를 1인분에 2컵씩 부어 송송 쌈 쪽파와 후춧가루를 뿌려 낸다. 19) 『飲食知味方』 「사면」 : 『酒方文』 「면」 : 『山林經濟』 「絲麵」 : 『園幸乙卯整理儀軌』 「粉湯」 : 김상보 『조선왕조 궁중연향식의궤』를 통해서 본 궁중음식의 실제 , 수학사, 2011의 「분탕」 참조.

· 읽을거리

원문에는 분탕을 만들 때 녹두녹말반죽을 찰로 썰거나 사면(絲麵)으로 한다 하였는데, 사면이란 녹두녹말반죽을 압착하여 국수로 만든 압착면을 말한다. 『수문사설』 속의 「계단탕」과 비슷한 조리방법을 택하여 『원행을묘정리의궤』에도 실려 있는 「분탕」은 바로 사면이 주재료가 되고 있다. 원래 밀가루를 가리키는 면(麵)에 대하여 쌀가루를 대표로 하는 밀가루 이외의 작물가루를 분(粉)이라 한다. 한편 1500년대 초 김수(金綏, 1481~1552)가 쓴 『수운잡방(需雲雜方)』에도 「분탕(粉湯)」이 있다. 이것은 녹두묵을 국수형태로 썰어서 녹두가루로 웃을 입힌 다음 끓는 물에 살짝 삶아 내어 탕 속에 넣어 먹는 것으로 『수문사설』 이후에 등장하는 「분탕」과는 재료나 만드는 법에서 많은 차이를 보여준다.



등장문헌 : 수문사설

세면(細麵)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

재료 및 분량

菉豆末 1升 / 五味子 3合 / 清蜜 2合

녹두녹말가루 600cc / 오미자 180cc / 꿀 120cc

* 녹두녹말가루 550g(5컵) / 물 500g(2½컵) * 오미자 360cc(1½컵) / 물 2,000g(10컵) / 꿀 240g(1컵)

조리방법

1. 녹두녹말가루 5컵과 물 2½컵을 합하여 묽게 만들어 촘이 얇은 끈그릇 뚜껑에 얇게 편 다음 끓는물에 담가 익힌다. 골고루 익어 투명해지면 찬물에 넣었다가 꺼내어 얇고 길쭉하게 썬다. 2. 오미자 1½컵을 물에 씻어서 찬물 10컵을 붓고 하룻밤 우려내어 고운채로 내린다. 여기에 꿀 1컵을 넣고 잘 풀다. 3. (1)을 향기에 담아 (2)를 부어 냈다. 37) 河生員, 『酒方文』, 1600년대 말경. ; 『飲食知味方』, 1670년경.

읽을거리

『주방문』 「착면」에는 100% 녹두녹말가루로 면 만드는 법을 다음과 같이 기술하고 있다. 38) 「녹말을 물에 타 촘이 얇은 끈그릇 뚜껑에 얇게 편 후 끓는 물에 담갔다가 골고루 익거든 찬물에 넣었다 꺼내 떠내 길쭉하게 썰어 사면(絲麵)하듯 하여 쓴다」 「사면 하듯 쓴다」는 말은 국수국물로 땃국이나 오미자꿀물을 사용한다는 이야기인데, 『음식지미방』

『토장법 녹두나화』에서는 「사면가루(녹두녹말가루)를 물에 풀어 넓은 그릇에 펴 놓고 끓는물에 풍랑하여 말갛게 익은 것을 냉수에 담갔다가 떠서 식은 후 썬다. 끓은 찰개를 냉수에 걸러서 말면 「토장녹두나화」라 하고 오미자국에 말면 「착면」이라 한다.」 하였다. 39) 이로서 원전에 나오는 「세면(細麵)」을 반가에서는 「착면(着麵)」이라 하였음을 알 수 있다. 38) 河生員, 『酒方文』 「着麵」, 1600년대 말경. 39) 『飲食知味方』 「토장법 녹두나화」, 1670년경.



切肉各一匙或每塊大口魚半尾或	中金鑊五介式
鷦鷯魚一尾或	片肺半条式
油二勺式	一匙紅燒炒五合式
葱二本式	生羊腰或一匙豬肉十兩式
一匙水正果清二合式	醋合式良薑食
五介或進藍水一匙生雞半首式	胡椒三分式
初味細炒菉豆末一升式	一匙乾正果
清蜜二合式	一匙熟金鑊十
油割湯水或制湯生雞半斤或	五味子水五味子三合式
二勺式	鹽四勺式
沉盆二介式	油二勺式
鹽水合五合式	生鮮半半尾式
醬水合五合式	生半一錢式

영접도감의궤
등장문헌 : 별다급 찬풀

오이국수



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

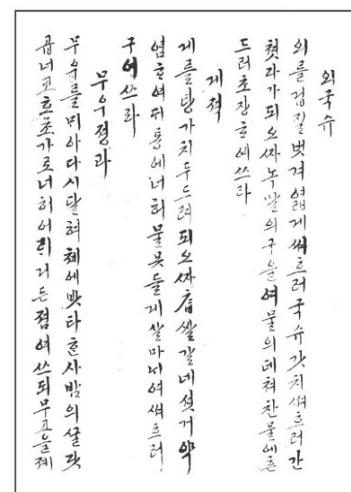
· 재료 및 분량

- ① 오이 5개, 소금 ② 녹말 1컵 ③ 육수 10컵, 식초 5큰술 ④ 대파 1뿌리 ⑤ 국간장 2큰술, 다진마늘 1큰술, 참기름 1큰술, 설탕 1큰술, 후춧가루 1/4작은술, 소금 1큰술



· 조리 방법

- ① 오이를 소금으로 문질러 씻은 후 5cm 길이로 토막을 내어 돌려가면서 깎아 겉질을 벗긴다. 이것을 곱게 채썰어 소금에 절었다가 물에 살짝 헹구어내서 물기를 꼭 짠다. ② ①을 ③의 녹말로 웃을 입힌다. ③ 남비에 물을 끊고 끓인다. 펄펄 끓으면 ②를 넣어 살짝 데쳐내서 찬물에 담갔다가 재빨리 건져낸다. ④ ⑤의 대파를 곱게 채로 썬다. ⑤ ⑥의 육수에 분량의 식초와 ⑦의 양념을 합한다. ⑥ 국그릇에 ③의 오이를 담고 ④의 대파를 얹은 다음 ⑤의 육수를 부어낸다.



등장문현 : 음식방문

육국수



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사진)

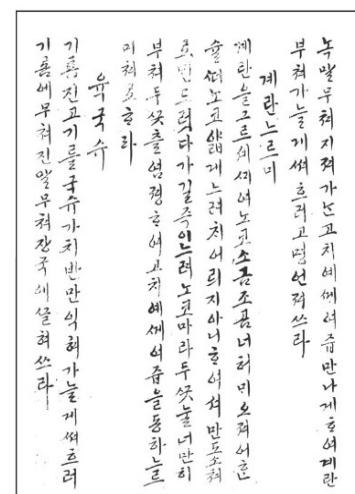
· 재료 및 분량

- ① 소고기등심육 600g ② 물 10컵, 된장 4큰술, 다진마늘 2큰술 ③ 후춧가루 ④ 밀가루 1컵
- ⑤ 참기름 2큰술 ⑥ 대파 1뿌리



· 조리방법

- ① 커다란 낭비에 물을 넉넉히 부어 끓인다. 물이 펄펄 끓으면 소고기등심육 덩어리를 넣어 반숙하여 익힌다.
- ② ①을 곱게 채로 썰어 ⑤의 참기름을 넣고 버무린다.
- ③ ②를 ④의 밀가루로 옷을 입힌다.
- ④ ⑥의 대파를 어슷어슷 썬다.
- ⑤ 낭비에 ②의 물을 담아 된장을 망에 걸러서 풀어 넣고 장국을 끓인다.
- ⑥ ⑤를 국그릇에 담아 후춧가루를 뿌려낸다.



등장문현 : 음식방문

열구자탕(熱口子湯)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

돼지고기, 쇠고기, 쇠양, 쇠심장, 쇠간, 고기완자, 꿩, 생선, 해삼, 홍합, 대구, 토란, 마늘, 파, 밀칼국수

돼지고기 50g, 쇠고기 50g, 꿩고기 50g, 쇠간 50g, 쇠심장 50g, 대구 1/3마리, 토란 4개, 소금, 쌀뜨물 쇠양/건해삼 손질 쇠양 100g, 건해삼 1개, 소금, 대파 1뿌리, 생강 2쪽, 마늘 10일, 소주 1컵, 물 고기 양념 진간장 2큰술, 설탕 1큰술, 참기름 1/2큰술, 후춧가루 1/4작은술, 마늘 다진 것 1작은술, 파 다진 것 1작은술 육수 대구머리 1/2마리분, 대파 1뿌리, 마늘 5일, 다시마 40cm, 물 8컵, 국간장 1큰술, 소금 1큰술 고기완자 쇠고기 100g, 진간장 1/2작은술, 설탕 3/4작은술, 참기름 1/2작은술, 후춧가루 약간, 마늘 다진 것 1/3작은술, 파 다진 것 1/3작은술, 밀가루 3큰술, 계란 1개, 식용유 밀칼국수 밀가루 3컵, 물 1컵, 소금 1작은술

· 조리방법

1 돼지고기·쇠고기·꿩고기·쇠심장·쇠간을 저며 썰어 고기 양념의 절반으로 양념하여 재워 끓는다. 2 대구를 먹기 좋은 크기로 토막낸다. 3 대구머리에 대파·마늘·다시마를 합하여 냄비에 담아 물을 붓고 끓여서 육수를 만든다. 완성되면 베보자기로 걸러 국간장과 소금으로 간을 해 끓는다. 4 쇠양은 소금으로 안팎을 주물러 깨끗이 씻은 후 끓는 물에 살짝 담궜다 거내어 겉질을 벗겨 버리고 찬물에 씻어서 대파·생강·마늘·소주를 물과 함께 냄비에 넣고 무르도록 삶아 건져 다시 찬물에 씻는다. 이것을 넓고 얕게 저며 끓는다. 건해삼을 냄비에 담아 생강·파·마늘·소주와 함께 물을 넣고 삶는다. 한번 끓으면 그대로 식힌다. 다음날 해삼에 물을 약간 보충하여 삶아서 다시 하룻밤 식힌다. 이렇게 세 번에서 다섯 번 반복하고는 배를 갈라 내장과 모래를 깨끗이 제거하여 넓고 얕게 저며 끓는다. 5 (4)의 저민 쇠양과 해삼을 고기 양념의 나머지 절반으로 재워 끓는다. 6 쇠고기를 곱게 다져 양념하여 대추알 크기의 완자로 만들어서 밀가루와 계란으로 옷을 입혀 기름 두른 번철에서 지져낸다. 7 토란은 겉질을 벗겨 반으로 잘라, 소금을 약간 넣어 끓고 있는 쌀뜨물에 넣어 살짝 삶아 건진다. 8 밀가루에 소금과 물을 넣고 반죽한다. 약 30분 정도 젓은 행주로 싸둔 다음 다시 매끄럽게 반죽하여 안반에 놓고 밀대로 밀어서 가루를 골고루 뿌려 둘둘 말아 칼로 가늘게 썰어 헤쳐 끓는다. 이것을 끓고 있는 물에 넣고 삶아서 냉수에 행구어 채반에 사리를 만들어 건져 끓는다. 9 신선로틀에 (1)의 고기 쟈 것을 깔고 (2)·(5)·(7)을 옆옆이 담고 (6)의 완자를 화통 근처에 둘러 담는다. 10 (9)에 (3)의 육수를 부어 끓인다. 떨떨 끓을 때 (8)의 국수를 넣는다. 별도의 그릇에 둘어 먹는다. 20)『園幸乙卯整理儀軌』「悅口子湯」:『閨閣叢書』「悅口子湯」:『東國歲時記』「神仙爐」:『是議全書』「신선로」

· 읽을 거리

『수문사설』은 「熱口子湯」이라 하였으나, 『원행을묘정리의궤』에서는 「悅口子湯」이라 하였다. 1800년 대에 들어서면 '新設爐'라고도 표기 하였는데, 이것은 후에 반가로 전해지면서 '神仙爐'가 되었다.²¹⁾ 지은이는 신선로틀이 시장에서 판매되고 있다고 기술하고 있으므로 『수문사설』이 쓰여졌던 당시 신선로틀은 이미 대중화 되어 있었다고 보아야 한다. 21) 김상보, 『조선왕조 궁중의궤 음식문화』, 수학사, 1995, 356쪽 : 김상보, 『조선시대의 음식문화』, 가람기획, 2006, 216~219쪽.



등장문헌 : 수문사설

붕어찜



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

재료 및 분량

- ① 붕어(大) 1마리(1kg) ② 쇠고기 50g, 두부 50g ③ 녹말가루 1/2컵, 계란 2개, 참기름 ④ 진간장 1/2큰술, 참기름 1작은술, 파다진것 2작은술, 마늘다진것 1작은술, 후춧가루 약간 ⑤ 배추속대 100g, 미나리 100g ⑥ 대파 1뿌리, 마늘저민것 2큰술 ⑦ 물 2컵, 진간장 2큰술, 참기름 2큰술 ⑧ 계란 1개, 참기름 ⑨ 육수 1컵, 밀가루 2큰술

조리방법

- ① 붕어를 통째로 비늘을 거슬러 긁은 후, 머리를 왼쪽으로 배를 앞으로 놓고 등을 반으로 갈라 뼈와 내장을 없앤다.
- ② ①의 쇠고기를 곱게 다진다. 두부를 베보자기에 쌴 후 무거운 것으로 눌러 물기를 빼고 곱게 으깬다. 이들을 합하여 ③로 양념한다.
- ③ ④의 계란을 풀어놓는다.
- ④ ①의 붕어 배쪽 한 면에 각각 ⑤의 녹말가루로 묻히고, 한 면에만 ②의 소를 물고루 펴 얹고는 나머지 붕어로 한쪽 면을 덮어 붕어 모양으로 만든다. 다시 녹말가루로 전체에 옷을 입힌다.
- ⑤ ④에 ③의 계란을 물고루 입혀 참기름을 두른 팬에서 앞뒤를 물고루 지져낸다.
- ⑥ 남비에 물을 붓고 끓여서 ⑦의 배추속대와 미나리를 데쳐내어 3cm 길이로 썬다.
- ⑦ 마늘은 저민다. 대파는 3cm 길이로 썬다.
- ⑧ 남비에 ⑥의 붕어를 담고, 이 위에 ⑨과 ⑩을 얹고는 ⑪의 양념육수를 붓는다. 뚜껑을 덮어 찜통에 담아 중탕하여 익힌다.
- ⑫ ⑪이 익으면 남비 속의 육수 1컵을 따라 다시 남비에 담고 끓이다가 물에 간 밀가루를 조금씩 넣는다. 주걱으로 명들이 없도록 잘 저어 익혀 식힌다.
- ⑬ ⑭의 계란을 흰자와 노른자로 분리하여 지단을 지져서 가로 · 세로 2cm 되게 썬다.
- ⑯ ⑭의 붕어찜을 커다란 접시에 담아 ⑯의 즙을 키얹고는 이 위에 ⑯의 지단을 흘러낸다.



등장문헌 : 수문사설

소갈비찜



사진 출처 : [https://m.10000recipe.com/recipe/6906169\(만개의 레시피\)](https://m.10000recipe.com/recipe/6906169(만개의 레시피))

· 재료 및 분량

① 소갈비 1kg, 무(大) 1kg ② 끓은 참깨가루 1/2컵

· 조리방법

① 소갈비를 5cm 길이로 토막내어 찬물에 담궈서 팟물을 빼고 건져낸다. ② 남비에 물을 담아 불에 올린다. 물이 펄펄 끓으면 ①의 소갈비를 넣는다. 살짝 익을 정도로 만 삶아내어 기름덩어리를 제거하고 2cm 간격으로 칼집을 넣는다. ③ 무의 겹질을 벗겨내고 깨끗이 씻어 절반으로 가른다. ④ 남비에 ②의 소갈비와 ③의 무를 넣고 잠길 정도로 찬물을 부어서 불에 올린다. 처음에는 불을 세게하고 끓어오르면 중불로 줄여서 물이 거의 좋아 없어질 때까지 끓인다. ⑤ ④의 갈비를 그릇에 담고 끓은 참깨가루를 뿌린다.



肥牛骨意裁切，大蘿刮粗皮劈中，鼎中下冷水，同入牛脇根，柴火爛烹，水縮過半始下油醬，更汁幾盡縮，取出炒芝麻屑。牛骨同油、醬、物料蒸，如蒸牛肉方，尤佳。

등장문현 : 농정희요

소고기찜



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

· 재료 및 분량

① 소고기사태육 600g ② 청주 1컵, 소금 1큰술, 식초 1/2큰술

· 조리방법

① 소고기사태육은 근막을 벗겨내고 깨끗이 씻어 매달아 꾸덕꾸덕 말린다. ② 자기그릇에 ①을 담아 ②의 양념을 합하여 골고루 버무려서 아가리를 밀봉하고 또 뚜껑을 덮어 찜통에 담아 약한 불에서 고기가 연하게 물러질 때까지 찐다.



肉不拘多少，去筋膜洗控，先以、酒多醋少浴過，用物料量肉多少下之，却將酒醋醬拌勻入磁器內，密封其口，用重湯慢火，候軟爛方食。肥肉切作塊片，用油醬物料鼎內灌水一鉢許，縱架竹木於鼎內，其上合鼎蓋，以巾塞縫隙，用藁草慢火蒸之（用柴則火猛鼎折），聞沸聲止火，之候二炊頃又蒸之，如是者三次取出，炒芝麻屑胡椒食之，其味自。

등장문현 : 농정회요

소꼬리찜



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

· 재료 및 분량

① 소꼬리 2개, 소족 1개, 무 1개(300g) ② 진간장 5큰술, 참기름 2큰술, 다진마늘 2큰술, 다진파 4큰술, 후춧가루 1/2작은술, 다진생강 1큰술

· 조리방법

① 꼬리 밑등까지 불은 소꼬리의 껌질을 벗기고 12cm 길이로 자른다. ② 소족을 깨끗이 씻어 길이로 절반 쪼개 가른다. ③ 무의 껌질을 벗겨서 커다란 봄틀 크기로 썬다. ④ 커다란 낭비에 ①과 ②를 담고 잠길 정도의 물을 부어 불에 올린다. 끓어오르면 중불로 하여 끓인다. 절반 정도 익으면 ③의 무와 ④의 양념을 넣고 끓인다. ⑤ ④에서 즙이 거의 흘고 뼈와 살이 분리되면 완성된 것이다.



肥牛尾連尾根取之五條，脫去皮，切四五寸長，用治牛足二箇劈作片，尾同下水於釜中，以文武火煮之，煮至半始下油醬物料，再煮至骨自脫而食之。又大蘿刮外皮劈破同煮甚好。

등장문헌 : 산림경제, 농정회요

소양호리(양찜)

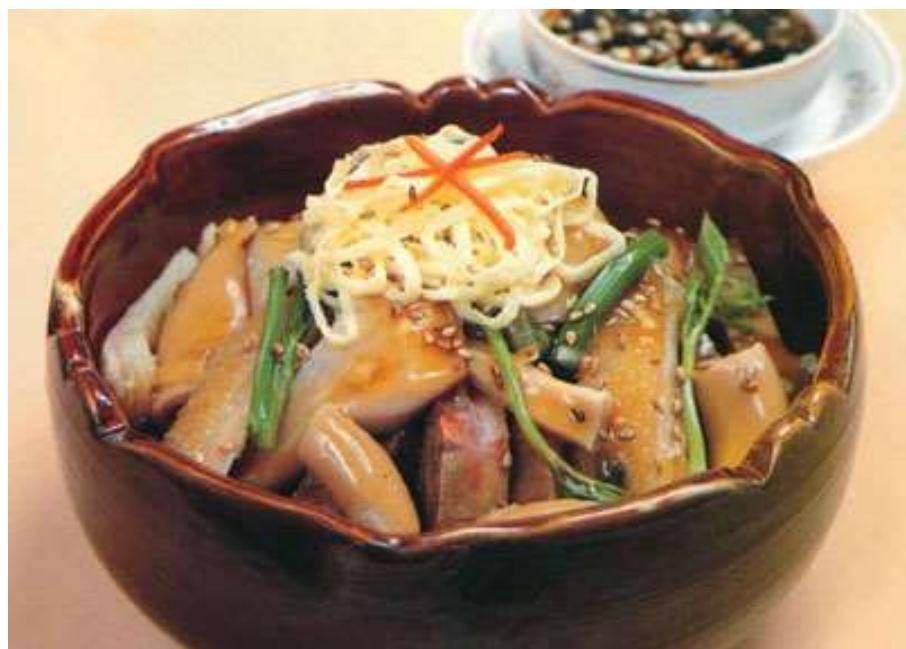


사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

· 재료 및 분량

- ① 소양 1kg ② 참기름 4큰술, 진간장 4큰술, 다진마늘 2큰술, 다진생강 1큰술, 다진파 4큰술, 후춧가루 1/2작은술, 물 1컵 ③ 진간장 3큰술, 식초 2큰술, 물 1큰술

· 조리방법

- ① 소양은 소금으로 안팍을 주물러 깨끗이 씻는다. 끓는 물에 투하여 껌질을 벗겨 버리고 찬물에 씻는다. ② ①에 ③의 양념을 합하여 질그릇에 담아 아가리를 단단히 봉한 다음 질그릇의 뚜껑을 덮는다. 이것을 찜통에 넣고 또 찜통 뚜껑을 덮어 고기가 무르도록 중탕하여 끓낸다. ③ ②가 완성되면 먹기 좋은 크기로 썰어서 ②의 초간장을 걸들인다.



牛去皮洗，又將肥陳鷄去毛洗，調勻冷甘醬油胡椒末川椒末桂皮末大召肉，以右鷄以牛，以線縫之，納于缸中，灌以甘醬水七八椀，添入全卜烏賊魚，以沙器缸口，入于鼎中，勿令泄氣，經百爛熬之，則鷄濃煎而大軟，取出截作廣片，又以諸味作素以右片，露汁喫之。

등장문헌 : 역주방문, 농정회요

어린돼지고기찜



사진 출처 : <https://blog.daum.net/leehungkyu/894>(다음 블로그)

· 재료 및 분량

① 6~7개월된 새끼돼지 1마리 ② 평 1마리, 닭 1마리, 두부 2모, 무 600g ③ 진간장 6큰술, 다진마늘 2큰술, 다진파 4큰술, 후춧가루 1/2작은술, 참기름 2큰술, 다진생강 1/2큰술 ④ 참기름 ⑤ 진간장 12큰술, 식초 8큰술, 물 4큰술

· 조리방법

① 새끼돼지를 깨끗이 씻어 배를 갈라 내장을 빼내고 다시 한번 더 씻어 채반에 올려 물기를 뺀다. ② 평과 닭은 깨끗이 손질하여 뼈에서 살을 분리하여 곱게 다진다. 무는 작게 토막내어 끓는 물에서 데쳐내어 곱게 다진다. 두부는 배보자기로 싸서 무거운 것으로 눌러 물기를 빼고 곱게 으깬다. 이상의 것들을 모두 합하여 ⑤으로 양념한다. ③ 팬에 ④의 참기름을 두르고 ②를 봄아 반쯤 익힌다. ④ ⑤을 둥글게 빚어 ①의 돼지뱃 속에 채워 넣고 실로 꿰맨다. ⑤ 커다란 찜통에 ④를 담아 배보자기를 덮고 뚜껑을 덮어 불에 올린다. 물이 끓으면 중불로 하여 고기가 무르도록 푹진다. ⑥ ⑤가 식으면 썰어서 ⑤의 초장을 걸들인다.



兒豬長至六七朔者，去毛治去內臟，用或雄或鷄及豆腐、熟蘿、油、醬、蔥、蒜、胡椒之類一處爛攜，添油炒半熟取出，作圓滿豬腹中，以線縫之。釜中下水一鉢許，以竹交撐釜內，安豬於其上，以盆盛水安坐釜口，用泥封，以薰草火慢慢蒸如蒸犬法，盆水易以冷水，三易水猪已爛熟，取出候冷，點醋醬供之。

등장문현 : 농정회요

죽순찜



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사진)

· 재료 및 분량

- ① 죽순 2개(600g) ② 닭 1/2마리(600g) ③ 진간장 4큰술, 설탕 2큰술, 다진마늘 1 1/2큰술, 다진파 2큰술, 참기름 1큰술, 후춧가루 1/4작은술, 물 1컵

· 조리방법

- ① 죽순의 뾰족한 꼴을 5cm 정도 잘라 버리고 물을 담은 낭비에 담아 불에 올린다. 끓어오르면 불을 약하게 하여 1시간 30분 정도 오랫동안 무르도록 삶는다. 그대로 식힌다.
- ② ①의 죽순 껌질을 벗겨 절반으로 갈라서 납작납작하게 썬다.
- ③ 닭을 깨끗이 손질하여 먹기 좋은 크기로 토막낸다.
- ④ ②의 죽순과 ③의 닭을 ③의 양념장에 버무려서 낭비에 담아 불에 올린다. 끓어 오르면 불을 약하게 하여 위 · 아래를 가끔씩 뒤섞어 주면서 끓여 조린다.



竹筍和殼煮七分熟，去意切之，用蜜浸一時許。用蜜煎掠，入筍拌勻，磁器收貯，久留不壞。

등장문헌 : 농정회요

チルトコッケ



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

· 재료 및 분량

① 닭은 암탉 1마리(1.5kg) ② 통도라지 200g ③ 생강 4쪽, 다진파 2큰술, 천초(산초)가루 1큰술, 진간장 4큰술, 식초 2큰술, 참기름 2큰술

· 조리방법

① 닭은 암탉의 꼬리쪽을 조금 갈라서 내장을 꺼내고 깨끗이 씻는다. 물기가 빠지도록 세워 두다. ② ③의 통도라지를 췄어서 가늘게 갈라 소금을 넣고 주물러 씻는다. 쓴맛을 뺀 다음 물기를 뺀다. ③ ④와 ⑤의 양념을 합하여 ①의 닭뱃 속에 집어넣고 대꽃이로 닭의 갈라진 자리를 훑어 고정시킨다. ④ ⑤의 닭이 들어갈 만한 커다란 질그릇에 닭을 넣고 기름종이로 아가리를 봉한 다음 또 질그릇의 뚜껑을 덮고는 커다란 찜통에 집어 넣는다. 다시 찜통 뚜껑을 덮어 중탕하여 익힌다.



陳肥雌鷄去毛治，從下作穴出其腸。
用桔梗煮浸去苦味一鉢，薑四五片，
蔥一握，川椒一握，醬一鐘，醋油各半鐘子，右七味和雜納於鷄腹內，滓
如有餘同盛於砂瓦缸中，用油紙封其口，又以砂蓋之，鼎水中湯候熟食
之。鷄味中第一上品也。

등장문헌 : 산림경제, 농정회요

해삼찜



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

· 재료 및 분량

- ① 생해삼 3개 ② 돼지고기 100g, 두부 1/4모 ③ 진간장 1/2큰술, 다진파 2작은술, 다진마늘 1작은술, 참기름 1작은술, 후춧가루 약간, 다진생강 1/2작은술 ④ 물 1/2컵, 진간장 1큰술 ⑤ 계란 1개, 참기름 ⑥ 잣 1작은술

· 조리방법

- ① 생해삼의 배를 갈라 내장을 없애고 깨끗이 씻는다. ② ②의 돼지고기는 남비에 담아 물을 끊고 무르도록 익힌 다음 곱게 다진다. 두부는 배보자기로 싸서 무거운 것으로 눌러 물기를 빼고 곱게 으깬다. 이들을 합하여 ③으로 양념한다. ③ 팬에 ②를 담아 볶는다. ④ ①의 해삼뱃 속에 ③을 채워 넣고 실로 묶어 고정시킨다. ⑤ 남비에 ④를 담고 ⑤의 장물을 부어 불에 올린다. 끓어오르면 불을 약하게 하여 풀인다. ⑥ ⑤의 계란으로 황백지단을 지져 4cm 길이로 곱게 채썬다. ⑦ ⑤가 완성되었으면 접시에 담고 ⑥의 황백지단과 ⑦의 통장을 뿌려 교태한다.



要作蒸，如上法磨出，不必油炒釜中，下醬水同，又以物料餘者和真末少許及鷄卵而調之，即熟置中，散卵絲及完栢子仁供之

등장문헌 : 농정회요

가마보꽃(可麻甫串)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

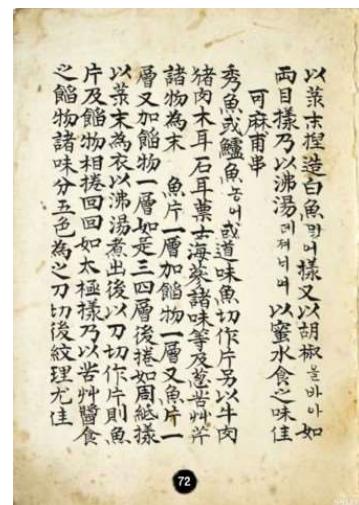
농어(大) 1마리(3kg), 녹두녹말 1/2컵 소 쇠고기 100g, 돼지고기 100g, 목이버섯 5장, 표고버섯 5장(125g), 석이버섯 15장, 해삼 1개, 고추 5개, 파 1뿌리, 미나리 5뿌리 초고추장 고추장 2큰술, 설향 1큰술, 식초 1큰술, 마늘 다진 것 1작은술, 생강즙 1작은술, 정종 1작은술 고기양념 진간장 1큰술, 설향 1/2큰술, 파 다진 것 1작은술, 마늘 다진 것 1작은술, 후춧가루 약간, 참기름 1작은술

· 조리방법

1 농어의 살을 넓고 얕게 포로 뜯다. 2 쇠고기와 돼지고기는 곱게 다져서 합하여 양념한다. 목이버섯 · 표고버섯 · 석이버섯 · 해삼 · 고추 · 파 · 미나리를 각각 곱게 다져 놓는다. 3 김밥말이발 위에 (1)의 생선살을 펼쳐놓고 그 위에 (2)의 소를 색색으로 나누어서 놓는다. 다시 생선살을 올려놓고 (2)의 소 놓는 것을 반복하여 삼사층으로 만든다. 이것을 김밥 말듯이 꼭꼭 눌러 둘둘 만다. 4 (3)을 녹두녹말로 옷을 입혀 끓는 물에 삶아 낸다. 혹은 찜통에서 쪄낸다. 5 (4)를 냉수에 잠깐 담갔다 꺼낸 후 식으면 편으로 썰어 접시에 담아 초고추장을 곁들인다.

· 읽을 거리

「가마보꽃」을 일본에서는 蒲라고 쓰고 「어묵」을 지칭한다. 조선통신사가 임진왜란 이후 순조대까지 12차례나 일본에 왕래하던 시절이었으므로 1700년대 중엽 경에는 이미 많은 일본음식문화가 들어와 있었던 시대였다. 「可麻甫串」도 그 종의 하나로 생각되는데 <만드는 방법>에서 나타나 있듯이 「어묵」이라고 이야기 할 수 없는 찬품에 「가마보꽃」이라는 이름이 들어가 있는 것을 알 수 있다. 이미 보고된 바 있지만 39) 어묵과 같은 류의 찬품이 숙종 45년에 나온 『진찬의궤』에서 「생선숙편(生鮮熟片)」으로 올라있기 때문에, 「어묵」은 일본 음식이 아니라 조선왕조의 「생선숙편」이 일본에 전해져 「어묵」이 되지 않았나 한다. 어쨌든 이것에 대해서는 앞으로 보다 더 심도 깊은 연구가 요망되지만, 『수문사설』 속의 「가마보꽃」은 「어묵」이 아닌 것 만은 분명하다. 한편 1892년에 나온 『진찬의궤』에는 「감화부(甘花富)」란 찬품이 있다. 이 「감화부」의 전신이 바로 「가마보꽃」이 아닐까 한다. 40) 39) 김상보, 『조선시대의 음식문화』, 가림기획, 2006, 235쪽. 40) 김상보, 『조선왕조 궁중영향식의궤를 통해서 본 궁중음식의 실제』, 수학사, 2011의 「감화부」 참조



등장문헌 : 수문사설

동아찜(冬瓜蒸)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

동아 1개, 풍, 닭, 돼지고기, 봉어, 참기름, 치장

동아찜 재료 봉어(小) 1마리(800g), 동아(小) 1개, 풍 ½마리(300g), 닭 ½마리 (500g), 돼지사태육 300g, 돼지고기 30g, 진간장 2큰술, 설탕 1큰술, 마늘다진것 ¼큰술, 파 다진 것 ½큰술, 후춧가루 약간, 참기름 1큰술 봉어찜 육수 닭 ¼마리(250g), 풍 1/4마리 (150g), 물 3컵, 대파 1/4뿌리, 마늘 2알, 국간장 ½작은술, 소금 ½작은술 봉어찜 소 돼지고기 30g, 진간장 2작은술, 파 다진 것 1작은술, 마늘 다진 것 1작은술, 생강 다진 것 약간, 후춧가루 약간, 참기름 1작은술 기타 식용유

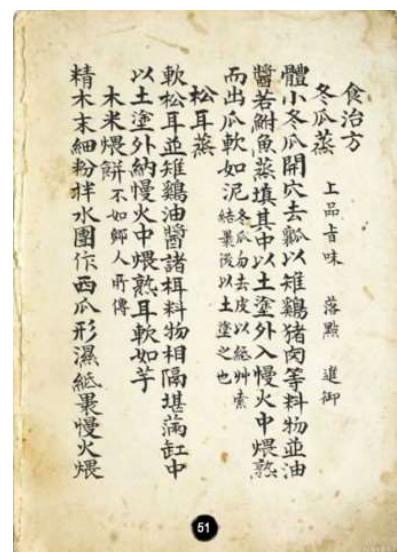
· 조리방법

봉어찜 만들기 1 작은 봉어를 통째로 비늘을 거슬려 긁은 후 깨끗이 씻어 물기를 뺀 다음 등을 따라 갈라 내장을 없애고 등뼈를 발라낸다. 소 넣을 부분만 남기고 께매어 봉한다. 2 닭과 풍에 대파·마늘을 합하여 물을 붓고 끓은 물에서 물을 보충하면서 끓여 육수를 만든다. 육수가 완성되면 체로 받쳐 걸러서 2컵을 취하여 국간장과 소금으로 찬을 한다. 고기는 잘게 쟁어 놓는다. 3 (2)에서 쟁어 놓은 풍고기와 닭고기는 곱게 다지고, 돼지고기 30g도 다져서 합하여 양념을 넣고 소로 만든다(봉어찜 소). 4 (1)의 봉어에 봉어찜 소를 넣고 긁은 무명실로 내용물이 빠지지 않도록 동여맨다. 이것을 기름 두른 팬에서 앞·뒤를 노릇노릇하게 지져낸다. 5 그릇에 (4)를 담고 (2)의 육수를 부어 뚜껑을 덮은 후 물이 끓고 있는 찜기 안에 넣어 중탕으로 짜낸다. ※ 또는 (4)를 오븐에서 구워낸다. 동아찜 만들기 6 풍고기·닭고기·돼지고기를 커다란 밤을 크기로 토막 내어 잘라 동아찜 양념을 합하여 놓는다. 7 작은 동아의 꼭지 부분을 잘라내어 동아 속을 숟가락으로 파낸 후 (5)의 봉어찜과 (6)을 넣고 잘라 낸 꼭지를 다시 덮어 틈새를 잘 막은 다음 한지로 싸서 짙으로 묶는다. 8 (7)에 진흙을 이져 바른다. 9 숯불을 많이 피워서 재를 많이 퍼 놓는다. 불이 익은해지면 이 속에 (8)을 묻는다. 익으면 꺼낸다. ※ 또는 (8)을 오븐에서 구워낸다. 3) 『飲食知味方』 「봉어찜」 :

『閨閣叢書』 「동과증」 「봉어찜」 : 『酒饌』 「魚蒸」

· 읽을 거리

이 동아찜은 맛이 극히 좋아 낙점이 되어 임금에 올렸던 찬품이다.



등장문헌 : 수문사설

돼지고기찜(蒸池)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

2살 미만의 돼지

2살 미만의 돼지 600g

· 조리방법

1 돼지를 찜 냄비에 담아 끓운 물에서 중탕하여 쪄낸다.

2 (1)을 그릇에 담는다.

· 읽을 거리

탁육은 이시필이 동지사로 갈아 회환하던 길인 숙종 37년(1711)에 중국 심양에서 만났던 사람으로, 그는 청나라 정부에서 살인사건을 조사시키기 위하여 파견한 새로 임명된 부도통이었다.¹⁷⁾ 17) 『肅宗實錄』, 숙종 37년 3월 16일條



등장문헌 : 수문사설

송이찜(松耳蒸)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

송이버섯, 버섯, 꿩닭, 참기름

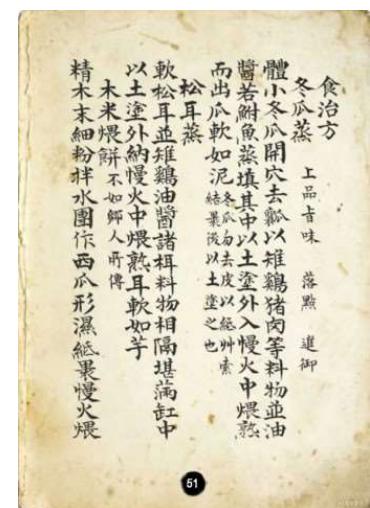
송이버섯 10개, 표고버섯 20장, 참버섯 20장, 느타리버섯 300g, 닭 1마리(1kg), 평 1마리(600g) 양념장 진간장 8큰술, 참기름 4큰술, 마늘 다진 것 2큰술, 파 다진 것 2큰술, 후춧가루 1작은술

· 조리방법

1 닭과 평은 커다란 봄을 크기로 토막낸다. 송이버섯과 기등을 따버린 표고버섯과 나머지 버섯을 모두 깨끗이 씻어 놓는다. 2 (1)에 양념장을 합하여 작은 단지에 가득 채워 담은 뒤 뚜껑을 닫고 젖으로 묻어 싼 후 진흙을 이져 바른다. 3 숯불을 많이 피워서 재를 많이 퍼 놓는다. 불이 은근해지면 이 속에 (2)를 물어 익힌다. ※ 또는 (3)을 오븐에서 구워낸다. 4) 『閨閣叢書』 「송이찜」 : 「婦人必知」 「송이찜」

· 맛을 거리

『규합총서』와 『부인필지』의 「송이찜」은 다음과 같이 동일한 맥락으로 조리방법이 이어지고 있는 점에서, 반가에서의 「송이찜」은 거의 비슷한 조리방법을 택하여 전수되었다고 볼 수 있다. 돼지고기와 쇠고기는 곱게 다진다. 여기에 두부와 양념을 섞어 소로 만든다. 이 소를 송이 저민 것으로 덮어 싸서 밀가루로 웃을 입혀 계란을 씌워 지진다. 꾸미를 많이 넣은 육수에 밀가루와 계란을 풀어 끓이다가 위의 지진 송이를 넣고 다시 끓여 계란황백지단채·후춧가루·잣가루를 뿌린다. 그러나 『수문사설』의 「송이찜」은 항아리 속에 송이와 함께 조미한 닭과 평 등을 넣어 불씨가 있는 재에 묻어 찜을 하고 있다. 이렇게 만들어진 송이찜은 항아리 속에서 익혀지는 과정 동안 다양한 재료의 즙이 나오게 되고 그럼으로써 맛이 서로 어우러지는 특징을 지니게 된다. 국물 또한 넉넉히 생겨나는 특징 있는 찜으로 완성되는 것이다.



등장문헌 : 수문사설

흰배추뿌리찜(白菘茹)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

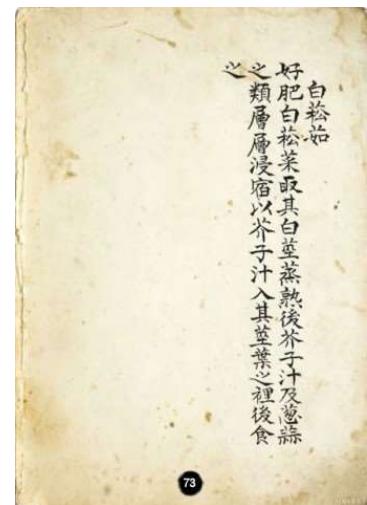
· 재료 및 분량

배추뿌리, 쟈자, 파, 마늘

배추뿌리 8개, 쪽파 3뿌리, 마늘 10알 쟈자즙 쟈자가루 2큰술, 물 1큰술, 식초 1큰술, 설탕 ½큰술, 소금 1작은술

· 조리방법

玠자즙 만들기 1 오목한 그릇에 쟈자가루를 담고 물을 넣어 되직하게 개어 물이 끓고 있는 냄비 뚜껑에 잠시 엎어둔다. 매운맛이 나면 식초·설탕·소금을 넣어玠자즙을 만든다. 찜하기 2 배추뿌리를 깨끗이 씻어 찜기에서 쪄낸다. 3 쪽파를 3~4cm 길이로 썬다. 마늘을 편으로 썬다. 4 (2)를 그릇에 한꺼 담고, 이 위에 (1)의玠자즙과 (3)의 파와 마늘을 한꺼 잘고 하는 것을 반복하여 총총히 담아 뚜껑을 닫고 하룻밤 재운다. 5 (4)를 그릇에 담아낸다. 혹은玠자를 좋아할 경우 저장그릇에 물어 있는玠자즙을 더 뿌리에 발라서 그릇에 담아낸다.



등장문헌 : 수문사설

숙편(熟片)

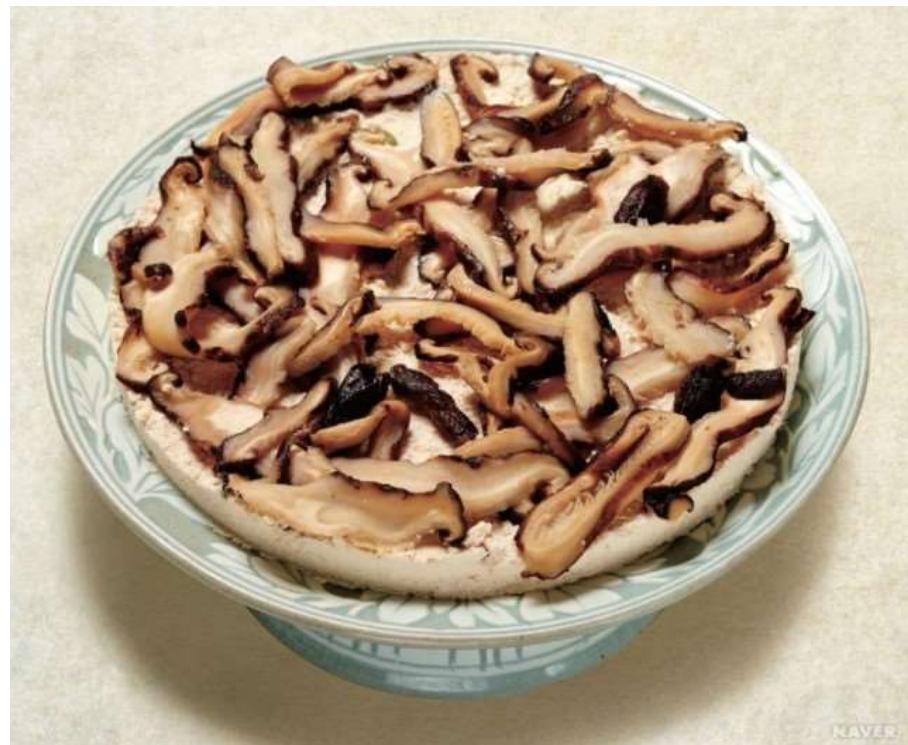


사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

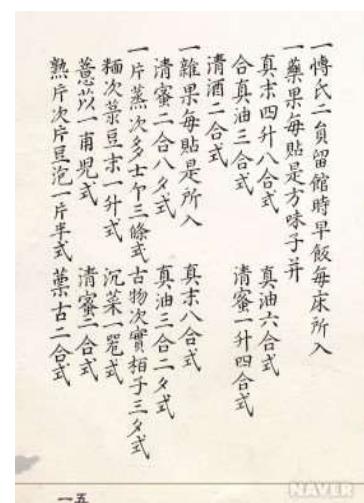
片豆泡 $1\frac{1}{2}$ 片 / 票古 2合

두부 $1\frac{1}{2}$ 편 / 표고버섯 120cc

* 두부 960g(2모) * 건표고버섯 1/2컵

· 조리방법

1. 두부를 베보자기로 싸서 무거운 것으로 눌러 물기를 뺀다. 이것을 으깨어 긁은 체로 내린다.
2. 표고버섯을 물에 불려 물기를 깍아서 곱게 채 썬다.
3. (2)의 표고버섯채 절반을 취하여 곱게 다진 다음 (1)의 두부와 합해 놓는다.
4. 찜통에 베보자기를 말고 한쪽 사방에 참기름을 바른 몇 개의 틀을 올려놓은 다음 (3)의 두부를 틀 속에 1cm 두께로 고르게 펴서 넣고 그 위에 (2)의 표고버섯채를 가득 뿌린다.
5. (4)에 뚜껑을 씌워 10분 정도 찐다. 한 김 나간 후 틀에서 꺼내 접시에 담는다. 초장을 걸들여 낸다.



등장문헌 : 영접도감의궤
조반상의 소선 찬풀

좌간남(左肝南)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

재료 및 분량

石蓀 3升 / 實柏子 1合 / 片豆泡 1片(雜豆歸次) / 生蔥 10本

석이버섯 1,800cc / 잣 60cc / 두부 1편 / 파 10뿌리

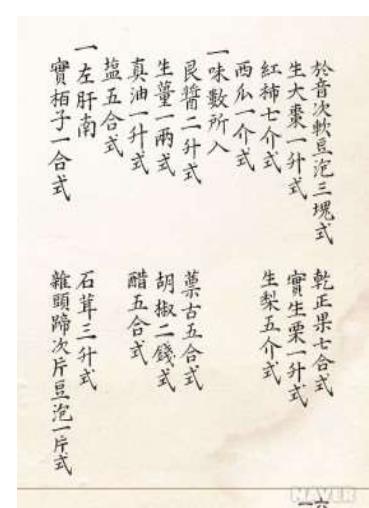
* 석이버섯 22g(1½컵) / 두부 960g(2모) * 잣 8g(1큰술) / 파 2뿌리

조리방법

1. 두부를 베보자기로 싸서 무거운 것으로 눌러 물기를 뺄다. 이것을 으깨어 굵은 체로 내린다.
2. 석이버섯을 물에 불려 돌을 제거하고 곱게 채 썬다.
3. (2)의 석이버섯채 절반을 취하여 곰게 다진 다음 (1)의 두부와 함께 끓는다.
4. 잣은 절반으로 갈라놓는다.
5. 파는 3cm 길이로 곰게 채 썬다.
6. 찜통에 베보자기 를 깔고 한쪽 사방에 참기름을 바른 몇 개의 틀을 올려놓은 다음 (3)의 두부를 틀 속에 1cm 두께로 고루 펴서 넣고 그 위에 (2)의 석이버섯채, (4)의 잣비늘, (5)의 파채를 가득 뿌린다. 젖은 베보자기로 덮는다.
7. (6)에 뚜껑을 씌워 10분 정도 찐다. 한 김 나간 후 틀에서 꺼내 접시에 담는다. 초장을 걸들여 낸다.

읽을거리

술안주로 가장 중요한 음식이 적(炙)이라면 밥반찬으로서 가장 핵심적인 음식은 간남(肝南)이다. 간남이란 찜·회·전·탕 등으로 구성된 손님[賓]의 남쪽에 차려진 가장 맛있는 음식을 지칭한 것이다. 간남에는 좌간남(左肝南)과 우간남(右肝南)이 있어서 좌간남은 육류, 우간남은 어류를 재료로 하였다. 대개의 경우 좌간남이 1끼이면 우간남도 1끼를 차리는 것이 정례로 각각은 홀수로 차려졌다. 나라를 다스릴 때 좌의정과 우의정이 있듯이 밥역을 때에도 좌간남과 우간남을 차려야 함을 뜻한다.⁶³⁾ <원전>의 「좌간남」은 소선(素膳)으로 특별히 준비된 밥반찬이다.⁶⁴⁾ 63) 『迎接都監儀軌』, 1609. ; 김상보, 『생활문화 속의 향토음식 문화』, 신광출판사, 2004, 422~423쪽. 64) 『迎接都監儀軌』, 1643.



등장문헌 : 영접도감의궤
조반상의 소선 찬풀

가지찜



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

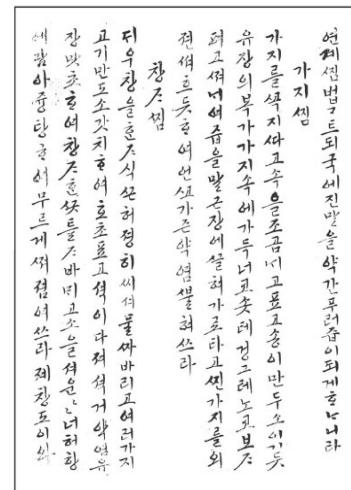
· 재료 및 분량

- ① 가지 3개 ② 건표고버섯 3개, 송이버섯 1개(50g) ③ 참기름 1작은술, 진간장 2작은술, 설탕 1작은술, 마늘다진것 1작은술, 파다진것 2작은술, 후춧가루 약간 ④ 물 1컵, 국간장 1큰술, 밀가루 2큰술, 물 2큰술 ⑤ 송송썬쪽파 2뿌리



· 조리방법

- ① 가늘고 연한 가지를 꿀라 깨끗이 씻고 꼭지를 딴 다음 6cm 정도 길이로 토막을 내어 양 끓을 1cm씩 남기고 오이소박이 하듯이 찰집을 넣는다. ② ⑤의 물에 불려 기등을 제거한 표고버섯과 송이버섯을 곱게 다져서 ③으로 양념하여 볶는다. ③ ①의 가지 찰집 사이사이에 ②의 소를 채워 넣는다. 이것을 배보자기를 짠 찜통에서 뚜껑을 덮고 끓낸다. ④ ⑤의 밀가루 2큰술에 물 2큰술을 합하여 둉어리가 지지 않게 개어 놓는다. 남비에 물 1컵을 담아 끓이다가 종불에서 물에 간 밀가루 즙을 조금씩 넣는다. 주걱으로 멍울이 없도록 잘 저어 익힌다. ⑤ ③의 끓낸 가지를 편으로 썰어 접시에 담고 ④의 즙을 끼얹어서 ⑥을 뿌려낸다.



등장문현 : 음식방문

닭찜



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

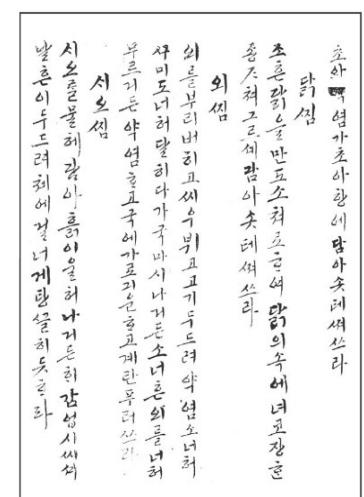
· 재료 및 분량

- ① 토종닭 1마리(1.5kg) ② 마늘다진것 2작은술, 파다진것 1큰술, 후춧가루 약간, 참기름 1큰술, 진간장 2큰술 ③ 진간장 3큰술 ④ 토종닭 1/2마리



· 조리방법

- ① 닭 1마리는 꼬리쪽을 조금 갈라서 내장을 꺼내고 깨끗이 씻어서 물기가 잘 빠지도록 세워둔다. ② 나머지 닭 1/2마리는 깨끗이 씻어서 뼈에서 살을 분리하여 곱게 다진다. 이것에 ⑤의 양념으로 버무려 ①의 닭뱃 속에 집어넣는다. ③ ④를 남비에 담고 ⑥의 진간장을 합하여 뚜껑을 덮어서 다시 찜통에 담아 뚜껑을 덮는다. 중탕하여 익힌다.



등장문현 : 음식방문

물고기찜



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사진)

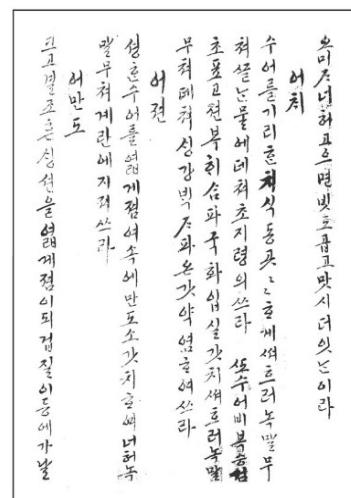
· 재료 및 분량

- ① 숭어 1마리(600g), 녹말 1/2컵, 참기름 ② 대파 1뿌리, 마늘쫑 것 10알, 표고버섯 3개 ③ 물 2컵, 진간장 2큰술 ④ 대파밀등 1뿌리, 생강 20g, 후춧가루 ⑤ 진간장 1작은술, 설탕 1/2 작은술, 마늘다진것 1/2작은술, 파다진것 1작은술, 참기름 1/2작은술, 후춧가루 약간



· 조리방법

- ① 숭어의 비늘을 깎고 배를 갈라 내장을 꺼내어 깨끗이 씻는다. 세워놓아 물기가 빠지게 하고 마른수건으로 물기를 잘 닦는다. ② ①에 녹말가루로 골고루 옷을 입힌다. ③ 팬에 참기름을 두르고 ②의 숭어를 올려서 앞과 뒤를 골고루 지져 익힌다. ④ ⑤의 대파를 3cm 길이로 썬다. 마늘의 껌질을 벗겨 씻어놓는다. 물에 불린 표고버섯도 기둥을 떼내고 길쭉길쭉 썬다. 이들을 합하여 ⑥으로 양념한 다음 ③의 숭어뱃 속에 집어넣는다. ⑤ ⑥의 대파밀등을 어슷어슷 썬다. 생강은 저민다. ⑥ 커다란 전골남비에 ②의 물과 진간장을 합하여 끓고 ④의 숭어를 담는다. 여기에 ⑤의 대파밀등 · 생강을 합하여 후춧가루를 뿌려서 은근한 불에서 오랫동안 익힌다.



등장문현 : 음식방문

새우찜



사진 출처 : 네이버 블로그(유사한 사진임)

· 재료 및 분량

① 새하 5마리, 배추속대 100g, 대파 1뿌리 ② 계란 1개, 쇠고기 100g, 밀가루 1/4컵 ③ 마늘다진것 1작은술, 파다진것 1작은술, 참기름 1작은술, 후춧가루 약간, 국간장 2작은술, 설탕 1작은술 ④ 물 1 1/2컵, 국간장 1큰술 ⑤ 생강다진것 1작은술, 마늘다진것 1큰술, 후춧가루 1/4작은술



· 조리방법

① 새우를 잘 씻어서 나른하게 절구방망이로 찧어서 체로 내린다. ② ①의 쇠고기를 곱게 다져서 계란과 합하여 ③의 양념을 넣고 지름 3cm 크기의 완자로 빚는다. 이것에 밀가루로 옷을 입힌다. ③ 배추속대를 꽂는 물에 데쳐내어 3cm 길이로 썬다. 대파를 어슷어슷하게 썬다. ④ 남비에 ③의 양념육수를 부어 불에 올린다. 꽂으면 ②의 완자를 넣는다. 불을 약하게 하고 어느 정도 꽂으면 ③의 양념과 ③의 배추속대와 대파를 넣은 다음 ①의 새우살을 한술 가락씩 떠 넣어 한소끔 꽂인다.

서 쇠
초 콜
풀 허
갈 미
죽 이
을 허
나 리 든
희 갑
성 시 쌈
서 쓰 셈

발 흔 이
두 드 려
혀 에
걸 너
제 랑
을 허 드
화

여 험 시
세 셔
부 말
우 허
고 두
성 의
기 험
쳐 부
허 식
거

든
다
른
느
흐
데
암
고
속
네
온
갓
약
샘
중
서
노
표
두
성
기

지
령
풀
습
: 허
는
여
말
허
과
빛
풀
호
초
성
강
너
히
만
흐

로
끄
되
아
적
에
흐
여
천
식
에
쓰
라

등장문현 : 음식방문

생치찜



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

· 재료 및 분량

- ① 생치 2마리 ② 진간장 3큰술, 설탕 1 1/2큰술, 후춧가루 1/4작은술, 참기름 1큰술 ③ 물 2컵, 밀가루 4큰술, 진간장 2큰술, 대파어슷썬것 1뿌리 ④ 대파 2뿌리, 마늘깐것 20알



· 조리방법

- ① 생치의 꼬리 쪽을 조금 갈라서 내장을 꺼내고 깨끗이 씻는다. 물기가 빠지도록 세워둔다.
- ② ④의 대파를 3cm 길이로 썬다. 마늘의 껌질을 벗겨 씻어 놓는다. ③ ②를 ⑤의 양념에 버무려 ①의 생치뱃 속에 집어 넣는다. ④ 남비에 ③의 풍을 넣는다. ⑤ ⑥으로 양념육수를 만드는데 밀가루를 덩어리지지 않게 잘 개어 넣는다. ⑥ ④에 ⑤의 육수를 부어 뚜껑을 덮는다. 이것을 찜기에 담고 뚜껑을 덮어 중탕하여 무르도록 찐다.

연
제
센
법
트
되
국
세
진
말
술
약
간
부
리
습
이
회
기
호
느
나
라

등장문현 : 음식방문

석이찜



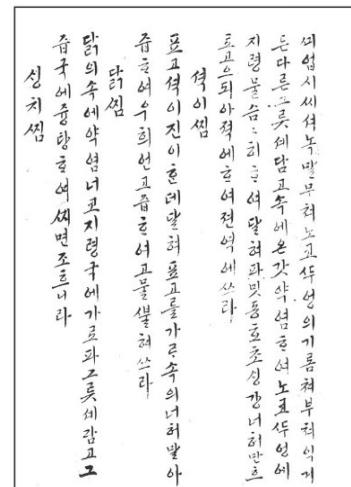
사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

· 재료 및 분량

- ① 석이버섯(大) 20개, 건표고버섯 10개, 참버섯 10개 ② 물 1컵, 진간장 2큰술, 설탕 1큰술, 마늘저민것 1큰술, 참기름 1큰술 ③ 물 1컵, 밀가루 2큰술, 물 2큰술 ④ 잣가루 2큰술

· 조리방법

- ① 흄이 전혀 없는 석이버섯 20장을 골라 물에 불려 깨끗이 손질한다. 건표고버섯은 물에 불려 기둥을 떼 내고 물기를 꼭 짚다. 참버섯도 깨끗이 씻는다. ② 남비에 ①을 담고 ②의 양념을 합하여 은은한 불에서 익힌다. 양념물이 좋아 없어지고 버섯이 완전히 숨이 죽고 익으면 꺼내서 식힌다. ③ ②에서 석이버섯과 저민마늘을 골라낸다. ④ ②의 표고버섯과 참버섯을 합하여 곱게 다져 소로 만든다. ⑤ ③의 석이버섯을 접시위에 펴서 ④의 소를 얹어, 김밥 말듯이 돌돌 만든다. ⑥ ⑦의 밀가루 2큰술에 물 2큰술을 합하여 둉어리가 지지 않게 개어 놓는다. 남비에 물 1컵을 담아 끓이다가 중불에서 물에 간 밀가루를 조금씩 넣는다. 주걱으로 멍울이 없도록 잘 저어 익힌다. ⑦ ⑤를 접시에 담아 ⑥의 즙을 끼얹고 ⑧의 잣가루를 뿌린다.



등장문현 : 음식방문

양찜



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

· 재료 및 분량

- ① 쇠양 1.5kg, 소금, 밀가루, 대파 1뿌리, 생강 3톨, 마늘 1통 ② 토종닭고기 100g, 쇠고기 100g ③ 참기름 1큰술, 진간장 3큰술, 마늘다진것 1큰술, 대파다진것 2큰술, 생강다진것 1작은술, 후춧가루 1/4작은술, 설탕 1 1/2큰술



· 조리방법

- ① 양은 소금과 밀가루로 안팎을 주물러 깨끗이 씻은 후 기름기를 제거하고 끓는 물에 튀하여 걸껍질을 숟가락으로 깨끗이 긁어 손질한다. 이것에 대파 · 생강 · 마늘과 합하여 물을 넣고 무르도록 삶는다. 삶은 양을 건져서 다시 찬물에 씻어 가로 3cm 세로 4cm가 되도록 얇게 저며 썬다.
- ② ②의 닭고기와 쇠고기를 밤통 크기로 썬다.
- ③ ①에 ②를 합하여 ③의 양념을 넣고 버무려서 항아리에 넣어 밀봉한다. 다시 이것을 찜통에 담아 뚜껑을 덮고 중탕하여 익힌다.

양찜
초와 쌈에 산에 기름 기름시킬고 진께 회육유창마

등장문현 : 음식방문

오이찜



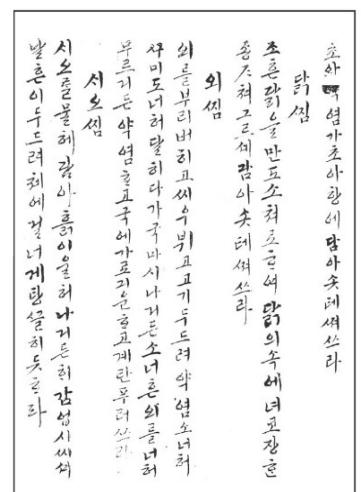
사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

· 재료 및 분량

- ① 오이 1개(200g) ② 쇠고기 200g ③ 진간장 1큰술, 설탕 1/2큰술, 마늘다진것 2작은술,
- 파다진것 1큰술, 후춧가루 약간, 참기름 2작은술 ④ 물 1컵, 국간장 1큰술 ⑤ 밀가루 2큰술,
- 물 2큰술 ⑥ 계란 1개

· 조리방법

- ① 오이를 6cm 정도 길이로 토막을 내어 양쪽을 1cm씩 남기고 오이소박이 하듯이 찰집을 넣는다.
- ② ②의 쇠고기를 곱게 다져서 ③의 양념장과 합하여 소로 만든다.
- ③ ①의 오이찰집 사이사이에 ②의 소를 채워 넣는다.
- ④ 남비에 ⑤의 양념육수를 담아 불에 올린다. 끓어 오르면 ③의 오이를 가지런히 넣고 끓인다. 한소끔 끓어오르면 불을 약하게 하고 가끔 국물을 끼얹어가면서 끓인다.
- ⑤ ④가 익으면 오이를 접시에 담는다.
- ⑥ 남비에 그대로 육즙을 남겨 불에 올려서 중불에서 끓이다가 ⑥의 물에 간 밀가루즙을 조금씩 넣는다. 주걱으로 멍울이 없도록 잘 저어 익힌 다음 계란으로 줄알을 친다.
- ⑦ ⑤의 오이 담은 접시에 ⑥의 즙을 끼얹는다.



등장문현 : 음식방문

전복찜



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사진)

· 재료 및 분량

- ① 건전복(大) 3개 ② 소고기 100g, 쇠지사태육 100g, 소금 1/3작은술, 후춧가루 약간 ③ 소금 1/3작은술, 다진마늘 1작은술, 다진파 1작은술, 소금 1/3작은술, 후춧가루 약간 ④ 간장 2큰술, 석초 1큰술, 설탕 1/2큰술, 다진마늘 1작은술, 다진생강 1/3작은술, 다진파 1작은술, 후춧가루 약간 ⑤ 녹말 1/3컵



· 조리방법

- ① ②의 소고기와 쇠지고기는 끓는 물에 삶아 익혀서 곱게 다져 ③으로 양념하여 소로 만든다. ② ④의 건전복은 물이 끓고 있는 낭비에 넣고 꾸덕꾸덕할 정도로 삶아 전복의 넓이대로 얇팍하게 저민다. ③ ④의 저민 전복에 ①의 소를 넣고 긴 쪽으로 만두같이 반을 접어 두쪽이 합치는 주위를 눌러서 서로 붙어 아물어지도록 단단히 누르고는 가위로 승편 모양으로 주위를 도려낸다. ④ ⑤에 ⑥의 녹말로 옷을 입힌다. ⑤ 찜통에 ④를 넣고 살짝 쪄내서 접시에 담아 ⑦의 초장을 걸들인다.

전복찜
조흔나라
여덟노릇
마조흔전복을
살마쉽게
녹말무침
데쳐쓰되
약설이만족
하는
초장

등장문현 : 음식방문

창자찜



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

· 재료 및 분량

- ① 쇠창자 200g, 숙주 300g, 배추 300g, 양고기버섯 20개, 쇠고기 300g ② 참기름 2큰술, 생강다진것 1큰술, 파다진것 4큰술, 마늘다진것 2큰술, 후춧가루 1/2작은술, 진간장 3큰술
- ③ 계란 2개, 참기름



· 조리방법

- ① 쇠창자를 30cm 씩 끊어 끝 부분을 수도꼭지에 대고 물을 틄다. 내용물을 물에 흘려서 씻어 내고 소금으로 주물러 씻는다. 다시 뒤집어서 소금을 넣고 주물러 씻고는 물에 담가 소금기를 뺀다. ② ①에서 소금기가 충분히 빠졌으면 건져서 창자 한쪽 끝을 실로 잡아맨다. ③ 배추와 숙주는 끓는 물에 데쳐내어 물기를 짜고 대강 다져 놓는다. 물에 불린 표고버섯은 기등을 떼어버리고 대강 다져 놓는다. 쇠고기도 다진다. 이상의 재료를 합하여 ④으로 양념한다. ④ ②의 쇠창자에 ③의 소를 슬쩍슬쩍 밀어 넣고서 끝을 실로 묶는다. ⑤ 향아리에 ④를 담아 밀봉한 후 커다란 찜기에 넣고 뚜껑을 덮어 무르도록 끓낸다. ⑥ 계란을 깨서 흰자와 노른자로 분리한다. 각각을 잘 섞어 황백지단을 지져서 가로 · 세로 3cm 크기로 썬다.
- ⑦ ⑥가 식으면 저며 썰어 접시에 담고 ⑧의 지단을 고명으로 얹는다.

창자찜
쇠창자 200g
숙주 300g
배추 300g
양고기버섯 20개
쇠고기 300g
② 참기름 2큰술
생강다진것 1큰술
파다진것 4큰술
마늘다진것 2큰술
후춧가루 1/2작은술
진간장 3큰술
③ 계란 2개
④ ②의 쇠창자에 ③의 소를 슬쩍슬쩍 밀어 넣고서 끝을 실로 묶는다.
⑤ 향아리에 ④를 담아 밀봉한 후 커다란 찜기에 넣고 뚜껑을 덮어 무르도록 끓낸다.
⑥ 계란을 깨서 흰자와 노른자로 분리한다. 각각을 잘 섞어 황백지단을 지져서 가로 · 세로 3cm 크기로 썬다.
⑦ ⑥가 식으면 저며 썰어 접시에 담고 ⑧의 지단을 고명으로 얹는다.

등장문현 : 음식방문

호박찜



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사진)

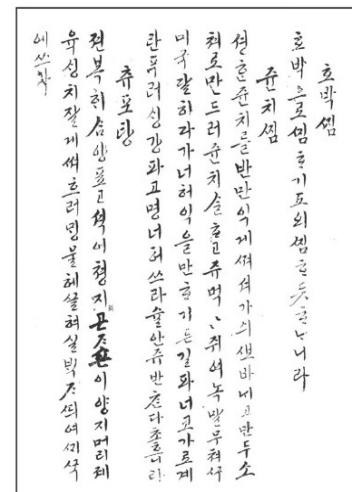
· 재료 및 분량

① 호박 2개(200g) ② 쇠고기 200g ③ 진간장 1큰술, 설탕 1/2큰술, 마늘다진것 2작은술, 파다진것 1큰술, 후춧가루 약간, 참기름 2작은술 ④ 물 1 1/2컵, 국간장 1큰술 ⑤ 밀가루 2큰술, 물 2큰술 ⑥ 계란 1개



· 조리방법

① 연하고 가는 호박을 골라 6cm 정도 길이로 토막을 내서 양쪽을 1cm씩 남기고 오이소박이 하듯이 찰집을 넣는다. ② ②의 쇠고기를 곱게 다져서 ③의 양념장과 합하여 소로 만든다. ③ ①의 호박찰집 사이사이에 ②의 소를 채워 넣는다. ④ 남비에 ⑤의 양념육수를 담아 불에 올린다. 끓어오르면 ③의 호박을 가지런히 넣고 끓인다. 한소끔 끓어오르면 불을 약하게 하고 가끔 국물을 키얹어 가면서 푹 익도록 끓인다. ⑤ ④가 익으면 호박을 접시에 담는다. ⑥ 남비에 그대로 육즙을 남겨 불에 올려서 중불에서 끓이다가 ⑥의 물에 쟁 밀가루즙을 조금씩 넣는다. 주걱으로 멍울이 없도록 잘 저어 익힌 다음 계란으로 줄알을 친다. ⑦ ⑤의 호박 담은 접시에 ⑥의 즙을 끼얹는다.



등장문현 : 음식방문

게구이



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

· 재료 및 분량

① 게 2마리(800g) ② 다진생강 1작은술, 다진파 2큰술, 다진마늘 1큰술, 후춧가루 1/4작은술, 달걀 1개, 밀가루 5컵 ③ 진간장 2큰술, 참기름 2큰술 ④ 참기름

· 조리방법

① 게를 여러번 씻어서 배 쪽의 삼각진 부분을 떼어내고 등딱지를 잡아당겨 벗긴 다음 딱지 속에 들어있는 장을 숟가락으로 꺂어 모두 거내 합한다. ② 다리와 몸통을 문들어지도록 절구방망이로 찧어서 고운채로 손으로 주물러 가면서 내린다. 이 때 물을 약간만 넣고 걸려도 좋다. ③ ①의 장과 ②의 살을 합한다. ④ ③에 ⑤을 합하여 골고루 섞에 반죽한다. ⑤ 높이 5cm, 가로 4~5cm, 세로 20cm 정도의 직사각형 알미늄틀에 참기름을 바르고 ④를 집어 넣고는 찜통에 담아 물이 떨어지지 않게 배보자기를 덮고 또 뚜껑을 씌워 쪄내는데 김이 올라오기 시작한 후 15분 동안 쪄고 10분간 뜸들인다. ⑥ ⑦가 식으면 꺼내어 속가락 굽기와 길이로 썰어 대꽃이에 팬다. ⑦ ⑧에 ⑨의 유장을 발라가면서 팬에서 구워낸다.



生蟹搗取汁篩下，如上羹法。加薑胡椒等物料及鷄子，少入荳末或末，諸味調和。取竹筒破開復合，以縛定，取汁從筒一頭推納仍塞其口，拂沸湯中待熟取出，以刀意割切，如散炙樣作串，塗醬火上炙之，其味矣。

등장문현 : 농정회요

닭구이



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

· 재료 및 분량

- ① 살찐 암탉 1마리(1.5kg) ② 쌀뜨물 ③ 참기름 2큰술, 소금 2작은술 ④ 참기름 2큰술, 진간장 2큰술 ⑤ 후춧가루

· 조리방법

- ① 닭의 배를 갈라서 내장을 꺼내고 깨끗이 씻어 세워두어 물기를 뺀다. 이것을 다리 날개 몸통으로 나누어 각을 떠서 토막을 낸 다음 ②의 참기름과 소금을 발라 양념이 스며들도록 30분 정도 재워둔다.
- ② 첫 번째 쌀을 씻어 나온 물은 버리고, 두 번째 씻어 나온 쌀뜨물을 취하여 그릇에 담아 놓는다.
- ③ 숯불 위에 석쇠를 올려 놓고 ①의 닭을 잠깐 구웠다가 ②의 쌀뜨물에 담근다.
- ④ 다시 석쇠에 닭을 올려 놓고 잠깐 구웠다가 ②의 쌀뜨물에 담구는데 이렇게 3번 정도 반복한다.
- ⑤ 석쇠에 ③의 닭을 또 다시 올려 놓고 ④의 기름장을 발라 가면서 굽는다. 완성되면 후춧가루를 뿌린다.



肥鷄治分肢，加油壓待良久，取炎炭火上，而必用第二米水且炙且沈，三次後，始塗油醬炙之，已熟胡椒啖之。割鷄而倒懸於，空中盡滴去其血且經一夜，則味佳而軟矣。鷄肉經夜易，襲蜈蚣氣，他毒亦易墜涎矣，必更炙而啖之，切勿徑啖冷炙。

등장문헌 : 농정회요

더덕도라지자반



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사진)

· 재료 및 분량

- ① 더덕 150g, 도라지 150g ② 진간장 3큰술, 참기름 1큰술, 후춧가루 약간, 산초가루 약간, 다진생강 1작은술, 다진파 1큰술 ③ 참기름



· 조리방법

- ① 더덕과 도라지는 겉질을 벗겨서 도마 위에 올려놓고 흥두깨로 살살 두드려 짓찧어서 물에 담가 쓴맛을 뺀다.
- ② 찜통에 ①을 담아 짜낸다.
- ③ ②에 ②의 양념을 합하여 손으로 버무려서 그릇에 담아 하룻밤 재운 다음 채반에 넣어 말려 보관한다.
- ④ 매번 쓸 때마다 참기름을 발라 팬에서 구워낸다.



取菜根刮去皮，爛搗白中，浸水，時時換水，去盡苦味，然後蒸熟取出，以甘醬、香油、胡椒、川椒、薑、等相合，以手爛，貯器經宿。每取用時，更和塗香油若干，乍炙而食之，。

등장문헌 : 농정회요

소족구이



사진 출처 : <http://www.sellermill.kr/>(셀러밀)

· 재료 및 분량

- ⑦ 소족 1개, 물 Ⓛ 진간장 3큰술, 참기름 4큰술, 후춧가루 1/4작은술

· 조리방법

- ① 소족을 깨끗이 씻어 길이로 절반 쪼개 가른다. ② 커다란 날비에 ①을 담고 물을 넉넉히 부어 불에 올린다. 펄펄 끓으면 종불로 하여 뼈와 살이 분리될 때 까지 삶는다. ③ ②가 완성되면 석쇠에 올려놓고 Ⓛ의 기름장을 발라가면서 굽는데 자주 뒤집어 주어야 한다.



牛足炒一器：牛足十隻 真油良醬 各
五合 實柏子一合 胡椒末五錢

등장문현 : 진연의체, 농정희요

붕어구이



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

붕어(大) 1마리, 소금

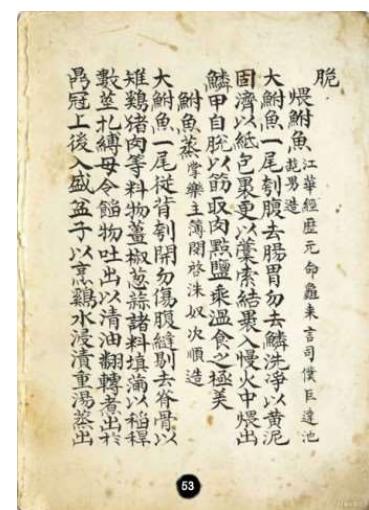
붕어(大) 2마리(3kg), 소금

· 조리방법

1 붕어 몸통의 비늘이 불어 있는 채 배를 갈라 내장은 버리고 깨끗이 씻어 물기를 뺀 다음 행주로 물기를 닦아 놓는다. 2 황토 흙에 물을 넣어 개서 (1)의 붕어 전체에 골고루 바른다. 이것을 다시 한번 종이로 싸고 새끼줄로 동여맨다. 3 화로에 숯불을 알맞게 피워서 재를 많이 펴 놓는다. 불이 은근해지면 이 속에 물어서 익힌 다음 꺼낸다. 4 진흙을 벗기면 비늘이 말라져 저절로 떨어진다. 5 (4)를 접시에 담아 소금을 뿌려낸다. ※ 또는 (2)를 오븐에서 구워낸다. 7) 『閨閣叢書』 「붕어굽는법」 : 『是議全書』 「붕어구이」

· 읽을 거리

사복(司僕)이란 사복시(司僕寺)의 준말이다. 궁중의 가마[輿]나 말[馬]에 관한 것을 말아보던 관청이 사복시인데, 고종 2년(1865)에 없앴다. 거달(巨達)이란 조선조 때 사복시에서 말을 맡아 보던 하례(下隸)이다. 거덜이라고도 하였다. 그러니까 『수문사설』 속에 등장하는 「외부어(붕어구이)」는 사복시에서 말을 맡아 보던 거덜 지얼남이 만든 것을 『수문사설』을 쓴 지은이가 기록으로 남긴 것이다.



등장문헌 : 수문사설

적생선(炙生鮮)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

生鮮 半尾 / 油 2夕 / 鹽 4夕

생선 1/2마리 / 소금 12cc / 참기름 24cc

* 민어(小) 400g * 소금 11g(1큰술) / 참기름 16g(1/3큰술)

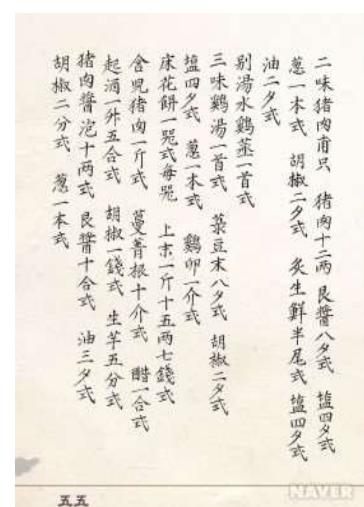


· 조리방법

1. 성성한 민어의 비늘을 긁고 내장을 빼서 깨끗이 씻은 다음 기다란 쇠꽃이로 입에서부터 꿰어 불에서 멀리 두고 자주 뒤집어가면서 굽는다. 생선즙이 저절로 입으로 나올 때 불에서 떼어내어 식힌다. 2. 소금과 참기름을 합한다. 3. (1)을 토막 쳐서 (2)의 기름장을 발라 재워 둔다. 4. 석쇠를 잘 달구어 (3)을 얹어 굽는데, 가끔 남은 양념을 발라가면서 앞과 뒤를 고루 굽는다. 45) 『閨閣叢書』 卷之上 「생선 굽는 법」, 1815년경.

· 읽을 거리

『규합총서』의 「생선 굽는 법」을 채택하여 만드는 방법을 제시하였다. 이렇게 할 경우 1차 굽기에서 홍제가 되면서 단백질이 응고되므로 2차 굽기에서는 생선의 형태가 유지되고 독특한 홍제된 맛이 생기게 된다.



등장문헌 : 영접도감의궤
별다담 찬풀

적저육(炙猪肉)

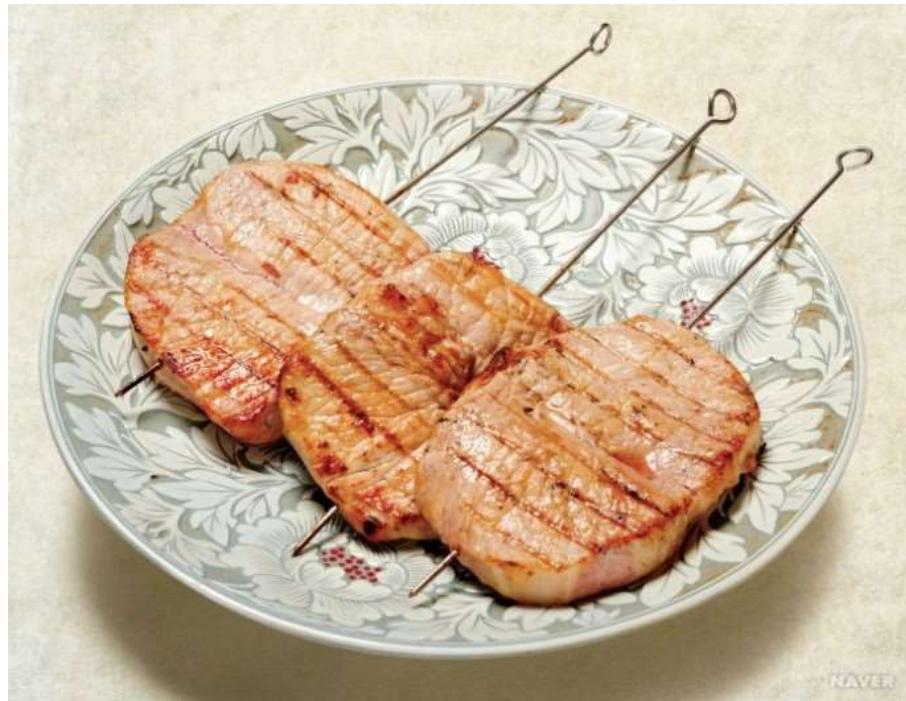


사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

豬肉 1斤 / 鹽 4夕 / 油 2夕

돼지고기 640g / 소금 24cc / 참기름 12cc

* 돼지사태육 640g * 소금 20g(1又3분의1) / 참기름 10g(1큰술) * 쌀뜨물

· 조리방법

1. 돼지사태육을 세 덩어리로 썰어 쇠꽃이에 펴다. 2. 소금과 참기름을 합하여 기름장을 만든다. 3. 숯불 위에 석쇠를 올려놓고 (1)을 쌀뜨물에 여러번 담가 손으로 자주 뒤집어가면서 반복하여 굽는데, 이때 (2)의 기름장을 끓으로 발라가면서 굽는다. 대꽃이로 살을 찔러 기름장이 배도록 한다. 43) 『閨閣叢書』 卷之下 「돼지고기 굽는 법」, 1815년경.

· 읽을거리

『규합총서』 「돼지고기 굽는 법」에는 ‘쇠꽃이에 돼지고기 쯔 덩어리를 펴어 숯불에 굽는데, 속뜨물에 여러 번 담가 다시 구운 후, 손으로 자주 뒤집어 대꽃이로 살을 찔러 기름장이 배도록 발라 구워 먹는다. 이것이 중국식 돼지고기 굽는 법이다’ 라 하였다. 44) 청나라 사신 접대를 위한 찬품이므로 원전의 만드는 방법은 이를 채택하였다. 44) 『閨閣叢書』 卷之下 「돼지고기 굽는 법」, 1815년경.



切肉各一塊或每塊太口魚半尾或	中金鑊五個或
大文魚一條半或	片脯半條或
鰐魚一條或	鳳大金鑊一介或
油二夕或	一塊紅焰炒五金或
生芋一錢或	一塊燒肉十兩或
葱一本或	糊椒二分或
一塊水正果清二合或	寶相子二多或
五個或	一塊熟金鑊十
進藍水一塊生雞半首或	鹽水二合或
生芋一錢或	醋合式或
一塊鵝肝八介或	一塊細寶果一塊乾正果
清蜜二合或	五味子水五味子三合或
炙豬肉一斤或	油二夕或
油二夕或	鹽水合五多或
沉底二介或	生鮮半半尾或
鹽水合五多或	生芋一錢或

등장문헌 : 영접도감의궤
별다담 찬풀

소곱창순대



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

· 재료 및 분량

- ① 소창자 200g ② 소고기 600g ③ 진간장 3큰술, 다진마늘 1큰술, 다진파 2큰술, 후춧가루 1/4작은술, 다진생강 1작은술, 참기름 2큰술 ④ 진간장 6큰술, 식초 4큰술, 물 2큰술

· 조리방법

- ① 소창자를 30cm씩 끊어 꼴 부분을 수도꼭지에 대고 물을 툰다. 내용물을 흘려서 씻어내고 소금으로 주물러 씻는다. 다시 뒤집어서 소금을 넣고 주물러 씻고는 물에 담가 소금기를 뺀다.
- ② ①에서 소금기가 충분히 빠졌으면 건져서 창자 한쪽 꼴을 실로 잡아 맨다.
- ③ ②의 소고기는 막을 없애고 곱게 다져 ④의 양념을 골고루 섞어 소를 만든다.
- ④ ②의 창자에 ③의 소를 잘대기를 사용하여 슬쩍슬쩍 밀어 넣고서 꼴을 실로 묶는다.
- ⑤ 짐통에 ④를 담아 센불에서 무르게 익도록 찐다.
- ⑥ ⑤가 식으면 말발굽 형태로 썰어 그릇에 담아 ⑦의 초간장을 걸들여낸다.



取牛截以一尺長，洗其表裡，取軟肉若饅頭素樣，爛搗和勻，各種味充入于牛腸內，盛於器中爛烹出之，醋醬同和生姜喫之。

등장문헌 : 역주방문, 농정회요

어장찜(魚腸蒸)①



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

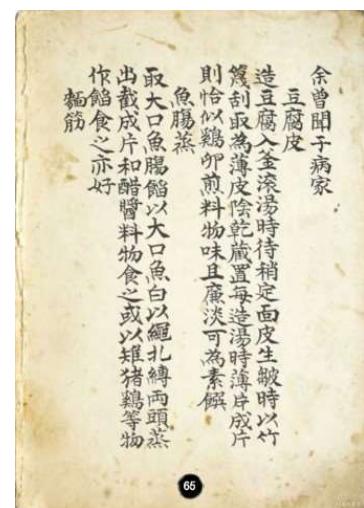
대구

대구장(腸) 200g, 대구살 300g, 소금 $\frac{1}{2}$ 작은술 초장 칸장 2큰술, 초 1큰술, 마늘 다진 것 $\frac{1}{2}$ 작은술, 파 다진 것 $\frac{1}{2}$ 작은술



· 조리방법

1 대구의 배를 갈라 장을 깨끗이 씻어 놓는다. 2 대구살을 발라 소금을 합하여 곱게 다진다. 3 (1)의 대구장에 (2)의 대구살을 넣고 끓을 무명실로 둑는다. 4 찜통에서 (3)을 꺼내는데, 가끔 대꽃이로 찔러 주어 가스를 빼주며 찐다. 5 (4)가 식으면 편으로 썰어 초장을 걸들인다.



등장문헌 : 수문사설

어장찜(魚腸蒸)②



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

재료 및 분량

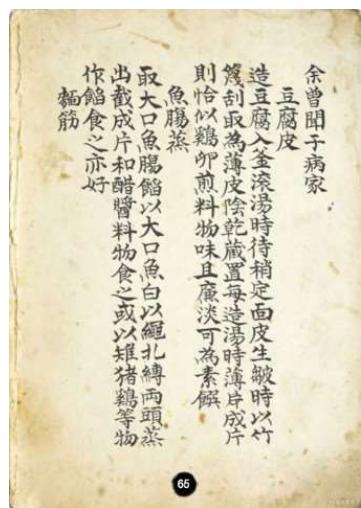
대구, 꿩고기, 닭고기, 돼지고기, 초장

대구장(腸) 200g, 꿩고기 100g, 돼지고기 100g, 닭고기 100g 고기 소 양념 마늘 다진 것 1작은술, 파 다진 것 1작은술, 생강 다진 것 ½작은술, 후춧가루 약간, 참기름 1작은술, 진간장 1큰술 초장 1큰술, 초장 2큰술, 마늘 다진 것 ½작은술, 파 다진 것 ½작은술



조리방법

1 대구의 배를 갈라 장을 깨끗이 씻어 놓는다. 2 꿩고기·돼지고기·닭고기를 곱게 다져서 고기소 양념을 넣고 잘 합한다. 3 (1)의 대구장에 (2)의 소를 넣고 끓을 무명실로 둑는다. 4 찜통에서 (3)을 쪘는데, 가끔 대꽃이로 찔려 주어 가스를 빼주며 찐다. 5 (4)가 식으면 편으로 썰어 초장을 결들인다.



등장문현 : 수문사설

저두자



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

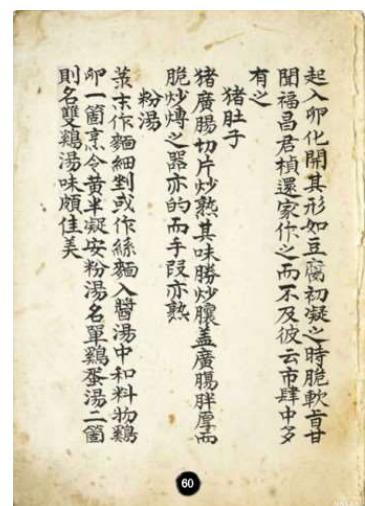
· 재료 및 분량

돼지위, 참기름

돼지위 600g, 물, 대파 1뿌리, 생강 1톨, 소주 1/2컵, 소금 1작은술, 후춧가루 약간, 참기름

· 조리방법

1 돼지의 위(胃)를 잘 씻어 끓는 물에 대파·생강·소주를 넣고 끓여 냉수에 한번 씻어 놓는다. 2 (1)을 얇게 편으로 썰어 소금과 후춧가루를 넣고 참기름을 두른 팬에서 볶는다.



등장문헌 : 수문사설

저우복기(猪肉甫只)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

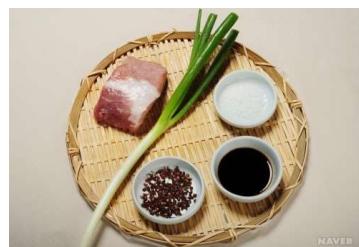
豬肉 9兩 / 甘醬 1合 / 醋 1夕 / 鹽 3夕 / 葱 1本 / 川椒 3分

돼지고기 360g / 간장 60cc / 초 6cc / 소금 18cc / 파 1뿌리 / 천초 1.2g

* 돼지고기 360g / 대파 1뿌리 * 양념 : 진간장 25g(1½큰술) / 식초 2g(1/2작은술) * 소금
물 : 소금 13g(1큰술) / 물 180g(3/4컵) * 물 100g(1/2컵) * 천초가루 1g

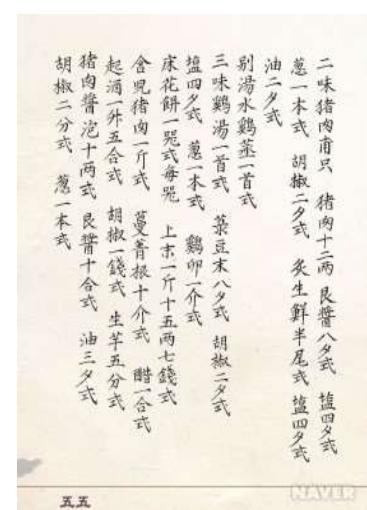
· 조리방법

- 돼지고기를 얇게 편으로 썰어 소금물로 씻는다. 대파도 편으로 썰어 돼지고기와 합한다.
- (1)을 양념한다. 3. 센 불에서 번철로 (2)를 재빨리 볶는데, 즙이 나오면 물 1/2컵을 붓고
센 화력을 유지하면서 볶는다. 거의 다 익었을 때 천초가루를 뿌린다. 49) 『酒饌』 「肉
煮」, 1800년대 중엽.



· 읽을 거리

『주찬』 「육자」 의 조리방법을 보자.50) ‘고기를 부추 잎처럼 얇게 썰어 소금물에 씻는다. 여기에 후춧가루, 초피가루, 마늘, 파, 표고버섯, 송이버섯, 간장, 참기름을 넣어 재워둔다. 이것을 번철에 담아 기름을 두르고 재빨리 지진다. 저절로 즙이 나오면 장국을 붓고 세차게 끓인다. 거의 다 익었을 때 초피가루와 후춧가루를 뿌리고 익으면 먹는다’ 여기서 초피가루는 바로 천초(川椒)가루이다. 원전의 재료에서 보이는 소금은 소금물로 하여 돼지고기
를 씻는 데 사용되었다고 생각된다. 50) 『酒饌』 「肉煮」, 1800년대 중엽.



등장문헌 : 영접도감의궤
별다단 찬풀

홍합초(紅蛤炒)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

紅蛤 5合 / 醋 1合 / 良醬 1合 / 油 2夕 / 生芋 1錢

홍합 300cc / 초 60cc / 간장 60cc / 참기름 12cc / 마늘 4g

* 홍합살 300g($1\frac{1}{4}$ 컵) * 양념 : 초(4큰술) → 22g($1\frac{1}{2}$ 큰술) / 진간장(4큰술) → 25g($1\frac{1}{2}$ 큰술) / 저민 마늘 4g * 출유(참기름) 10g(1큰술) ※ 초와 간장이 가진 산도와 염도는 조선 시대가 지금보다 훨씬 낮았으므로, 각각의 양을 ‘원전’ 보다 줄였다.



· 조리방법

- 생홍합에 붙어 있는 털과 얇은 막을 떼어내고 다듬어서 끓는 물에 살짝 데쳐내어 물기를 뺀다.
- 냄비에 양념을 담아 불에 올려놓고 끓이는데, 끓어오르면 (1)의 홍합을 넣고 약한 불에서 서서히 조린다. 조리는 도중에 장물을 끼얹어 전체에 잔이 배도록 한다. 물기가 없이 바싹 조리도록 한다.
- (2)가 완성되면 참기름 1큰술을 넣어 융기가 나게 한다.



등장문헌 : 영접도감의궤
별다담 찬풀

장산적



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사진)

· 재료 및 분량

- ① 소고기 300g, 곱창 300g ② 참기름 1큰술, 진간장 1 1/2큰술 ③ 진간장 1 1/2큰술, 포도즙 4큰술, 물 1/2컵 ④ 고춧가루 1큰술, 산초가루 1작은술

· 조리방법

- ① 소고기를 손가락 긁기와 길이로 썰고, 깨끗이 손질한 곱창도 소고기와 같은 크기로 썬다.
- ② ①를 대꽃이에 케어 ②의 기름장을 발라가면서 팬에서 굽는다. ③ ②를 채반에 넣어 햅볕에 바싹 말린다.
- ④ 남비에 ③의 장국을 담아 불에 올린다. 한소끔 끓으면 불을 줄여서 2~3번 더 끓여 자기그릇에 담는다.
- ⑤ ④에 ③을 담아 ④의 양념을 넣고 2 · 3일 동안 재워둔다.



以軟肉太薄割之如，真末少許，荏及油交宿，以細串貫如縫（누비）後刀背調均誘打肉片相接後急炙，極至乾燥而用之。（雖依法散炙皆貫炙也。）

등장문헌 : 주찬, 농정회요

파(파적)



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

· 재료 및 분량

① 음파 200g ② 밀가루 1컵, 물 1/2컵, 참기름 1큰술, 진간장 1큰술 ③ 식초 ④ 참기름

· 조리방법

① 쑥이 노란 음파를 깨끗이 씻어서 소쿠리에 건져 물기를 뺀다. ② ①을 대꽃이에 가지런히 퀘어 활등으로 두드려서 평평하게 만든다. ③ ②으로 밀가루를 만든다. ④ ②에 ③의 밀가루를 빌라 참기름을 두른 뜨겁게 달군 팬에서 지져낸다. ⑤ ④를 접시에 담고 식초를 걸들인다.



立春後取中芽蔥，作串於竹簽，以刀背微搗平之，油醬水和真末作汁塗炙，滴好醋食之，則亦生新。夏秋蔥作炙不佳。

등장문헌 : 농정회요

해삼전



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사진)

· 재료 및 분량

- ① 생해삼 3개 ② 돼지고기 100g, 두부 1/4모 ③ 진간장 1/2큰술, 다진파 2작은술, 다진마늘 1작은술, 참기름 1작은술, 후춧가루 약간, 다진생강 1/2작은술 ④ 계란 1개, 참기름

· 조리방법

- ① 생해삼의 배를 잘라 내장을 없애고 깨끗이 씻는다.
- ② ②의 돼지고기는 남비에 담아 물을 끊고 무르도록 익힌 다음 곱게 다진다.
- 두부는 배보자기로 싸서 무거운 것으로 눌러 물기를 빼고 곱게 으깬다.
- 이들을 합하여 ③으로 양념한다.
- ③ 팬에 ②를 담아 볶는다.
- ④의 해삼뱃 속에 ⑤을 채워 넣고 실로 묶어 고정시킨다.
- ⑥ ④의 계란을 깨서 잘 풀어 놓는다.
- ⑥ 팬에 기름을 두르고 ④의 해삼을 ⑦의 계란으로 옷을 입혀 지져낸다.



生者可蒸，若者則釜中多下水爛烹取出，治其腹，就石上滴水磨良久，又洗，用熟肉類、豆腐、薑、蔥、椒等物料相合爛搗，添油醬炒出，納海參腹中，以線縛定，衣以卵汁，鼎蓋添油煎出，謂之海參煎。（法雖如此，石上磨添油炒出，始納物料。）

등장문헌 : 농정회요

계단탕(鷄蛋湯)

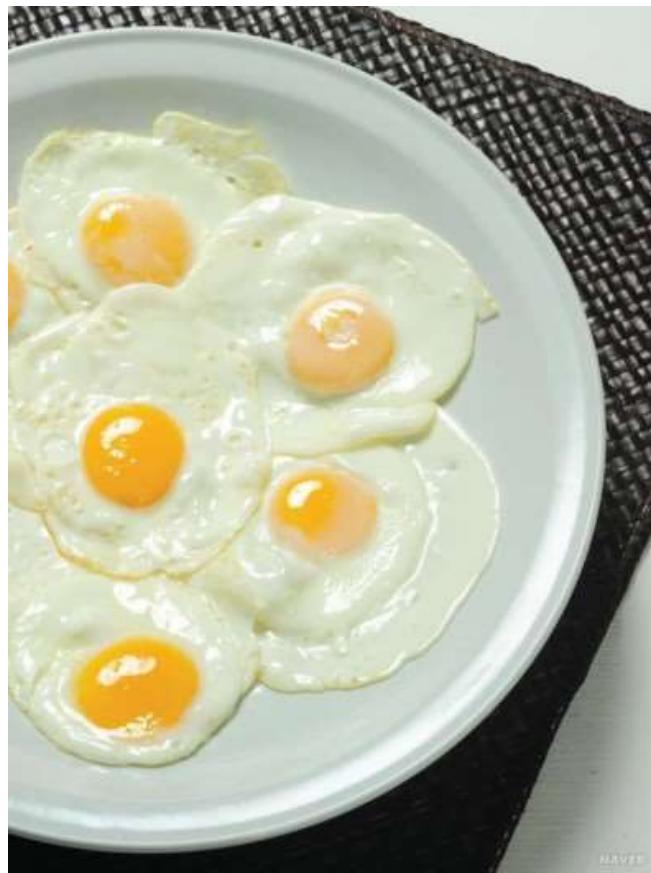


사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

계란 8개, 참기름, 소금 약간

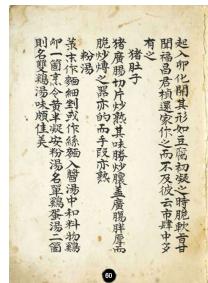
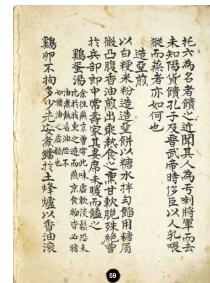
· 조리방법

1 지짐팬에 참기름을 두르고 달구어지면 계란을 깨 넣는다. 소금을 뿌려가면서 반죽으로 치져낸다. 16)『酒饌』「煎煮方」



· 막을 거리

지금의 계란후라이에 속한 음식이다.『수문사설』을 쓴 지은이가 연행사(燕行使)의 일원으로서 연경에 갔을 때 쇄지기름으로 익혀 만든 계란후라이를 먹어보고는 조선에 와서 토봉로를 이용하여 쇄지기름 대신에 참기름으로 익혀 먹고, 그 이름을 「계단탕」이라 하였다. 연경(燕京)은 지금의 북경(北京)이다. 저자(시장)에는 많이 있다고 들은 것으로 보아, 당시 계란후라이는 시장에서 만들어 파는 음식의 하나였던 것 같다. 한편 1800년대 초에 나온 『주찬(酒饌)』 「전자방(煎煮方)」에는 「계란병(鷄卵餅)」이라 하여 다음과 같이 소개하고 있다. 계란병 계란을 번철에 얇게 부친다. 부칠 때에는 번철에 기름을 두른다. 어육에 천초와 생강을 합하여 양념을 넣고 간을 맞추어 소로 만든다. 계란을 부칠 때 소를 위에 엎어 싸서 가장자리를 끼운다. 먹을 때는 생강과 파를 합한 초장을 곁들인다. 이것은 계란후라이보다 한 단계 발전된 조리법을 택한 찬품이다. 따라서 『수문사설』이 나오고 나서 50년 뒤에는 한층 더 세련된 계란찬품이 나올 정도로 조리법이 발달하였음을 알 수 있다.



등장문헌 : 수문사설

전어육(煎魚肉)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

豬肉 10兩 / 猪肝 1/2部 / 中生鮮 1尾 / 軟鷄 1首 / 海蔘 10介 / 古物良醬 6合 / 菜豆末 2合 / 胡椒 2錢 / 生芋 3錢 / 鹽 3合 / 芥子 2合 / 醋 2合 / 都煮油 1升 / 果隔次楮注紙 14丈
돼지고기 400g / 돼지간 1/2부 / 중생선 1마리 / 연체 1마리 / 해삼 10개 / 간장 360cc /
녹두녹말가루 120cc / 후추 8g / 마늘 12g / 소금 180cc / 쳇자 120cc / 초 120cc / 도자유 600cc / 과격차저주지 14장 ※ 생우(生芋)는 원래 토란류를 가리키나 생강이나 마늘의 또 다른 명칭일 것이다. 이후 마늘로 번역하였다.

* 돼지고기 40g / 돼지간 40g / 생선살 40g / 연체다리 1개 / 건해삼 1개 * 소금 20cc(1½큰술) / 후춧가루 1g * 녹두녹말가루 15cc(1큰술), 물 1큰술 * 초간장 : 진간장 35cc(2 1/3큰술) / 다진 마늘 1g / 초 5cc(1작은술) * 쳇자즙 : 쳇자가루 12g(2½작은술) / 초 6cc(1작은술) / 물 약간 * 지침기름(도자유) 60cc(4큰술)

· 조리방법

1. 돼지고기, 돼지간, 생선을 얇고 넓게 저민다. 연체다리는 뼈에서 살을 분리하여 활등으로 두들겨서 얇고 넓게 펴친다. 건해삼은 냄비에 담아 물을 넣고 삶는데, 한 번 끓으면 그대로 식힌다. 다음날 식힌 해삼에 물을 약간 보충하여 삶아 다시 하룻밤 식힌다. 이렇게 세 번에서 다섯 번 정도 반복한 후 배를 잘라 내장과 모래를 깨끗이 제거한다. 만일 해삼에 짠기가 있으면 물에 우려 짠맛을 빼고 얇고 넓게 저민다. 2. (1)의 돼지고기, 돼지간, 생선살, 연체, 해삼을 넓은 접시에 펼쳐 담아 후춧가루 1g을 섞은 소금 1½큰술을 뿌려 놓는다. 3. 녹두녹말가루 1큰술에 물 1큰술을 합하여 걸쭉하게 만든다. 이것을 끓으로 (2)에 바른 다음 지침팬에 기름을 두르고 지져낸다. 4. 진간장, 다진 마늘, 초로 초간장을 만든다. 5. 쳇자가루에 약간의 물을 넣고 되직하게 개어서 뜨거운 냄비뚜껑에 잠시 엎어두어 매운맛을 냈다. 여기에 초를 넣어 쳇자즙을 만든다. 6. (3)을 접시에 담고 (4)와 (5)를 곁들여 냈다.

· 읽을거리

전어육(煎魚肉)은 전유아(煎油兒)32) · 전유어(煎油魚)33) · 전유화(煎油花)34)로 점차 명칭 변화가 생겨나는데, 전 지질 때 입히는 옷도 녹두녹말가루 · 쌀가루 · 밀가루 · 쌀가루 + 달걀 · 밀가루+ 달걀로 점차 이행된다.35) 여기에서는 녹두녹말가루로 옷을 입혀 기름에 지져낸 다음 초간장과 쳇자장을 곁들이고 있다.

32) 『進宴儀軌』, 1719. 33) 『受爵儀軌』, 1765. 34) 『進宴儀軌』, 1901 · 1902. ; 『進饌儀軌』, 1829 · 1848 · 1868 · 1877 · 1887 · 1892. ; 『進爵儀軌』, 1873. 35) 김상보, 『조선왕조 궁중의궤 음식문화』, 수학사, 1995, 376~379쪽.



造清一合五夕式	油一合式	汁清二多五分式
油沙味子兜一兜式每兜	上末汗式	清一合式
造清一合五夕式	油一合式	汁清二多五分式
面候床	造清三夕二分五里式	
一行魚肉四器式每器	中金霞四事式	片脯一条式
文魚二條式	乾雞二首式	豬肉半部式
二行乾南五冕式每冕	鵝兒三脚式	鵝兒三脚式
生蛤三十个式	大及全霞一貼式	前魚中生鮮一尾式
三行煎魚肉五冕式每冕		
軟鷄一首式		
海參十個式		

등장문현 : 영접도감의궤
의일연 찬품

게 적



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사진)

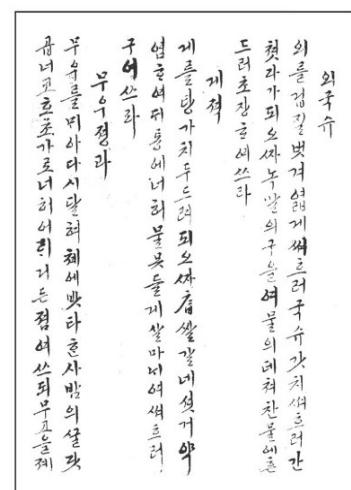
· 재료 및 분량

- ① 게 2마리(800g) ② 찹쌀가루 5컵 ③ 진간장 2큰술, 다진마늘 1큰술, 다진생강 1작은술, 다진파 1큰술, 참기름 1큰술, 후춧가루 1/4작은술, 설탕 1큰술 ④ 참기름



· 조리방법

- ① 게를 여러번 씻어서 배 쪽의 삼각진 부분을 떼어내고 등딱지를 잡아당겨 벗긴 다음 딱지 속에 들어있는 장을 숟가락으로 긁어 모두 어내 합한다.
- ② 다리와 몸통을 문들어지도록 절구방망이로 찧어서 고운체로 손으로 주물러 가면서 내린다. 이때 물을 약간만 넣고 걸러도 좋다.
- ③ ①의 장과 ②의 살을 합한다.
- ④ ③에 분량의 찹쌀가루와 ⑤의 양념을 합한다.
- ⑤ 참기름을 바른 틀(높이 5cm · 가로 4~5cm · 세로 20cm 정도의 직사각형 알루미늄틀) 속에 ④를 집어넣고 짬통에 담아 물이 떨어지지 않게 베보자기를 덮고 또 뚜껑을 씌워 꺼내는데 김이 올라오기 시작한 후 15분 동안 찌고 10분간 뜸들인다.
- ⑥ ⑤가 식으면 편으로 썰어 참기름을 두른 팬에서 지져낸다. 혹은 석쇠에 굽는다.



등장문현 : 음식방문

제란우루미



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사진)

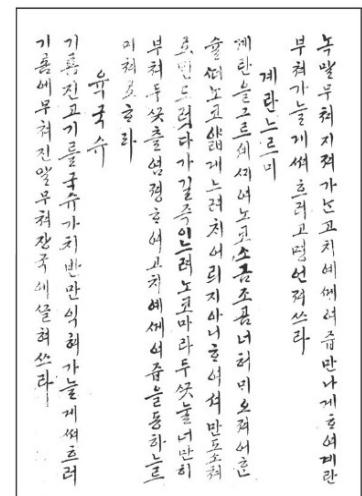
· 재료 및 분량

① 제란 10개, 소금 1 1/2작은술 ② 소고기 200g, 표고버섯 5개, 두부 100g ③ 다진마늘 1큰술, 다진파 4작은술, 참기름 2작은술, 후춧가루 약간, 진간장 1큰술, 설탕 1/2큰술 ④ 참기름 ⑤ 밀가루 2큰술, 물 2큰술, 육수 1컵, 국간장 1큰술, 후춧가루 약간



· 조리 방법

① 제란을 그릇에 깨어 넣고 분량의 소금을 합하여 거품이 일지 않게 잘 풀어 놓는다. ② ①의 소고기와 표고버섯은 곱게 다지고, 두부는 배보자기로 싸서 무거운 것으로 눌러 물기를 뺀 다음 곱게 으깨어 합한다. ③ ②에 ④의 양념을 합하여 소로 만든다. ④ 팬을 달구어 기름을 두르고 불을 약하게 한 다음 ①의 제란 푼 것을 2술가락씩 떼서 폭이 7cm 정도 되는 타원형으로 흘려 넣는다. ⑤ ④의 제란이 채 엉기지 않았을 때 ③의 소를 가운데에 길게 늘여놓고 둘둘 말아서 양 끝을 늘려가며 익힌다. ⑥ ⑤의 밀가루 2큰술에 물 2큰술을 합하여 덩어리가 지지 않게 개어 놓는다. 남비에 국간장과 후춧가루를 화합한 육수 1컵을 담아 끓이다가 중불에서 물에 간 밀가루를 조금씩 넣는다. 주걱으로 멍울이 없도록 잘 저어 익힌다. ⑦ ⑧의 뉴트미를 대꽃으로 뿐어서 접시에 담고 ⑨의 즙을 끼얹는다.



등장문현 : 음식방문

단적



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사진)

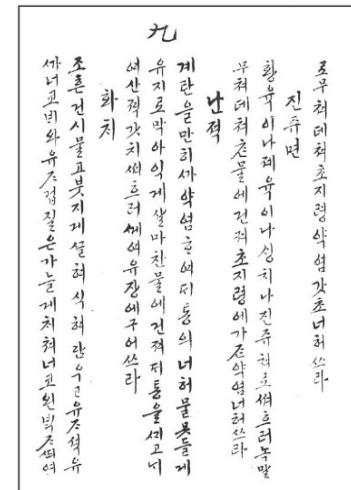
· 재료 및 분량

- ① 계란 20개 ② 다진파 1큰술, 다진마늘 2작은술, 후춧가루 약간 ③ 진간장 4큰술, 참기름 4큰술 ④ 참기름



· 조리방법

- ① ①의 계란을 풀어서 ⑤의 양념을 합한다.
- ② 높이 2~3cm · 가로 4~5cm · 세로 20cm 정도 되는 직사각형의 알루미늄틀에 참기름을 바른 후 ①을 부어, 이것을 점통에 담아 물기가 떨어지지 않게 베보자기로 덮고 또 뚜껑을 씌워 익도록 짜낸다.
- ③ ②가 완전히 익으면 식혀서 손가락 굽기와 길이(약 5cm)로 썬다.
- ④ ③을 대꽃이에 꿰서 ⑤의 유장을 발라 팬에 담아 구워낸다.



등장문현 : 음식방문

어전



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사진)

· 재료 및 분량

- ① 송어 1마리(600g) ② 소고기 50g, 두부 50g, 표고버섯 5장 ③ 녹말 1/2컵, 계란 2개 ④ 진간장 1/2큰술, 참기름 1작은술, 다진파 2작은술, 다진마늘 1작은술, 후춧가루 약간 ⑤ 참기름

· 조리방법

- ① 신선한 송어의 비늘을 긁고 내장을 제거한다. 살만을 2장으로 넓게 떼서 포를 뜯다. ② ③의 소고기는 곱게 다진다. 두부는 배보자기로 싸서 무거운 것으로 눌러 물기를 빼고 곱게 으깬다. 물에 불린 표고버섯은 기둥을 떼어 버리고 곱게 다진다. 이들을 합하여 ④로 양념하여 소로 만든다. ⑤ ①의 포 한쪽 면에 녹말가루를 묻힌 다음 여기에 ②의 소를 넣어서 절반으로 접어 만두 모양으로 만든다. ⑥ ④의 계란을 풀어 놓는다. ⑦ ③에 녹말과 ⑥의 계란으로 웃을 입혀 참기름을 두른 팬에서 지져낸다.



기초재료 어반도	설성 수어를 여전 비쳐 제작 방법	비 어 전 비 제 방	호미년 해묘 연 빛 을 풀고 맛 시 더 잇 드 이 라
			수어를 기리 죽식 동포 화재 색을 리도록 해물 물을 비워 초콜 트를 불고 전부 히듬 파우 화심 설가 색을 리도록
			죽을 물에 비워 초콜 트를 불고 전부 히듬 파우 화심 설가 색을 리도록
			죽을 물에 비워 초콜 트를 불고 전부 히듬 파우 화심 설가 색을 리도록
			죽을 물에 비워 초콜 트를 불고 전부 히듬 파우 화심 설가 색을 리도록

등장문현 : 음식방문

국만두(石花饅頭)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

생굴, 참기름, 혼돈소, 간장, 식초, 마늘, 파

생굴(大) 600g, 참기름 2큰술, 녹두녹말 1컵 혼돈소 황제 ¼마리(250g), 평 ¼마리(150g), 송이버섯 3개, 파 다진 것 1작은술, 마늘 다진 것 1작은술, 후춧가루 약간, 진간장 2작은술, 참기름 1작은술 초장 진간장 2큰술, 식초 1큰술, 마늘 다진 것 ½작은술, 파 다진 것 ½작은술

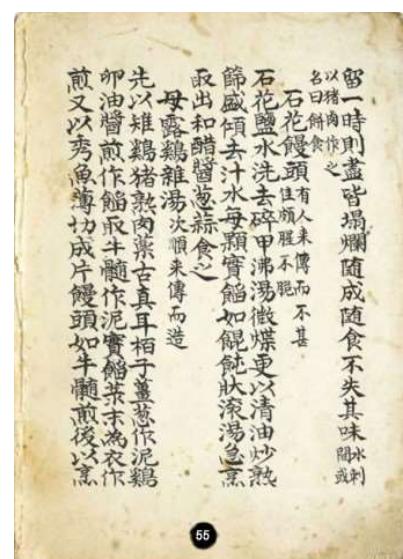
· 조리방법

혼돈소 만들기 1 황제와 평을 냄비에 담아 물을 부어 삶는다. 무르게 익으면 건져서 고기를 뜯어 놓는다. 송이버섯은 곱게 다져서 뜯어 놓은 고기와 합하여 다시 한번 더 곱게 다진다. 2 (1)에 나머지 혼돈소 양념을 넣고 봄아 소로 만든다. 굴만두 만들기 3 껌질을 제거한 굴을 소금물에 씻어 끓고 있는 물에 데쳐 내어 채에 밟쳐 물기를 뺀다. 이것을 참기름 두른 침팬에서 봄아 다시 한번 채에 밟쳐 물기를 없앤다. 4 (3)의 굴에 (2)의 소를 넣고 녹두녹말에 굽린다. 5 끓고 있는 물에 (4)를 살짝 데쳐내어 찬물에 재빨리 담갔다 거내어서 채에 밟친다. 6 접시에 (5)를 담아 초장을 걸들인다.

· 읽을거리

『수문사설』을 쓴 지은이는 굴에 소를 넣은 다음 끓는 물에 데쳐낸다 하였으나 본 책에서는 원전에 없는 녹두녹말을 추가하여, 굴에 소를 넣고 녹두녹말에 굽려서 끓는 물에 살짝 데쳐 내게 하였다. 왜냐하면 후자 쪽이 보다 조선시대에 만들어 먹던 만두에 가깝기 때문이다.

『원행을묘정리의궤』 속에 등장하는 만두 중 「생치만두」, 「어만두」, 「채만두」 등은 메밀가루나 녹두녹말에 굽려서 짬통에서 빠내거나, 빠낸 것을 기름에 다시 한번 튀겨내는 조리방법을 채택하고 있으므로, 따라서 굴의 질감상 메밀가루 보다는 녹두녹말이 피(皮)의 역할에 맞다고 본 것이다. 『수문사설』을 쓸 때 지은이가 녹두녹말을 생략하였다고 보는 쪽이 타당하다. 이 『수문사설』 「굴만두」는 1892년의 『진찬의궤』, 1901년의 『진연의궤』, 1902년의 『진연의궤』에서 「석화전유화(石花煎油花)」로 변형되어 등장한다. 만드는 방법은 「굴만두」와 같이 만들되 녹두녹말로 피를 입히는 전 단계에서 밀가루와 계란으로 웃을 입혀 기름에 지져내도록 변형시키고 있다.¹¹⁾ 11) 김상보, 『조선왕조궁중의궤』, 수학사, 1995, 378쪽 : 『进饌儀軌』 「石花煎油花」(1892) : 『進宴儀軌』 「石花煎油花」(1901 · 1902) : 김상보 『조선왕조궁중연향식의궤』를 통해서 본 궁중음식의 실제, 수학사, 2011의 「석화전유화」 참조.



등장문헌 : 수문사설

황자계호돈



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

황계암탉 2마리, 평 1마리, 송이버섯, 파 다진 것, 마늘 다진 것, 생강 다진 것, 참기름, 간장, 식초, 밀가루

밀가루 6컵, 물 2컵, 소금 1작은술 만두소 송이버섯 10개, 파 다진 것 1½큰술, 마늘 다진 것 1½큰술, 후춧가루 ¼작은술, 진간장 4큰술, 참기름 2큰술 육수 황계암탉 2마리(2kg), 평 1마리(600g), 물 30컵, 대파 1뿌리, 마늘 5알, 생강 1톨, 소금 2큰술, 국간장 2큰술 초장 진간장 2큰술, 식초 1큰술, 마늘 다진 것 ½작은술, 파 다진 것 ½작은술

· 조리방법

1 밀가루에 소금을 넣고 물을 섞어 반죽한다. 2 황계와 평을 냄비에 담아 물을 부어 삶는다. 도중에 물을 보충하여 물이 줄지 않도록 한다. 무르게 익으면 건져서 고기를 뜯어 놓는다. 육수는 식혀서 기름을 걷어버린다. 3 송이버섯을 곱게 다져 (2)의 뜯어놓은 고기와 함께 다시 한번 더 곱게 다져서 양념을 넣고 볶아 소로 만든다. 4 (2)의 기름 걸은 육수에 대파·마늘·생강을 넣고 한소끔 끓여, 식혀 체에 발친다. 이것을 다시 냄비에 담아 소금과 국간장으로 찬을 해놓는다. 5 (1)의 반죽을 흥두깨로 얇게 밀어 지름 5cm 정도의 원통틀(죽통)로 찍어 내어, (3)의 소를 넣고 절반으로 접어 불여 만두()를 만들어 놓는다. 6 (4)의 육수가 끓으면 (5)의 만두를 넣고 끓인다. 7 그릇에 (6)의 만두를 국물과 함께 담아 초장을 걸들인다.

9) 『園幸乙卯整理儀軌』「餅匙」: 『進宴儀軌』「餅匙」(1719, 1901, 1902) : 『進爵儀軌』

「餅匙」(1827, 1828, 1829) : 『進饌儀軌』「餅匙」(1892)

· 읽을거리

궁궐의 부엌에 해당하는 수라간에서는 병식(餅食)이라고도 하였으나, 『원행을묘정리의궤』에서는 병시(餅匙)라고 하였다. 혼돈과 수교자는 탕병(湯餅)에 속하여 혼돈()은 칸한 국물에 끓인 것, 수교자(水餃子)는 칸하지 않은 맹물에 끓여 낸 것인데, 『수문사설』의 「황자계혼돈」은 정통 혼돈 만드는 법을 백하고 있다. 현재 혼돈은 만둣국, 수교자는 물만두라고 부르고 있다. 혼돈·병식·병시·만둣국 등과 같이 많은 명칭이 있는 것은 대중화 되는 과정에서 생겨난 현상이라고 보아진다. 사용고(司饔庫)란 조선왕조에서 궁중의 음식에 관한 일을 맡아보던 관청인 사용원(司饔院)에 소속된 그릇 보관소를 말한다. 성상(城上)은 사용고에서 기물을 말아 간수했던 사람이다. 사용고에 소속되어 있으면서 성상직으로 있던 원탑석이가 와서 만든 것을 궁중의 숙수인 사금과 돌이가 배워 갔다는 이야기이다.¹⁰⁾ 10) 김상보, 『조선시대의 음식문화』, 가람기획, 2006, 27쪽.



등장문헌 : 수문사설

만두(饅頭)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

上末 7升 5合 / 生猪肉 1斤 / 票古 1介 / 實栢子 1合 / 實胡挑 5分 / 生芋 2錢 / 醋 1合 / 油 1合

밀가루 4,500cc / 돼지고기 640g / 표고버섯 1개 / 잣 60cc / 호두 2g / 마늘 8g / 초 60cc / 참기름 60cc

* 중력분 795g(3¾컵) / 물 200g(1컵) * 돼지고기 130g / 표고버섯 1장 / 잣 8g(1큰술) / 호두 1g * 양념 : 다진 마늘 2g / 초 15g(1큰술) / 출유(참기름) 10g(1큰술)

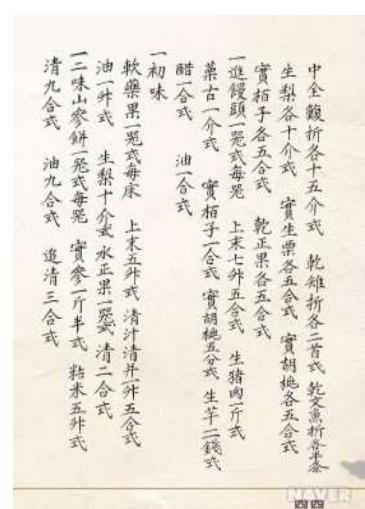


· 조리방법

1. 중력분 3¾컵과 물 1컵을 합하여 반죽한다. 2. 돼지고기, 표고버섯, 잣, 호두를 다져서 합하여 양념한다. 3. (1)의 밀가루반죽을 송편만한 크기로 떼어 송편 빛듯이 파서 (2)의 소를 넣고 반달 형태로 빚는다. 4. (3)을 짬통에서 꺼내는데, 김이 오르기 시작하면 20분 정도 찐다. 5. (4)를 접시에 담아 초장을 걸들여 낸다.

· 읽을거리

만두소로 잣과 호두를 돼지고기, 표고버섯에 합하여 마늘, 초, 참기름만을 양념으로 넣고 있다. 이러한 현상은 뒤에 나오는 다른 찬물에도 나타나는 바, 따라서 필자는 원전에 없는 「초장」을 걸들여 내도록 하였다.



영접도감의궤
등장문헌 : 상마연과 하마연의
미수 찬풀

국만두



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사진)

· 재료 및 분량

- ① 생굴(한 것) 300g, 간장 1/2컵 ② 간장 4큰술, 식초 2큰술, 설탕 1큰술, 다진마늘 1큰술, 다진생강 1작은술, 다진파 1큰술, 후춧가루 약간 ③ 메밀가루 1컵

· 조리방법

- ① 껌질 깐 싱싱한 굴을 선택하여 물에 담가 흔들어 씻어 굴껍질을 골라내고 소우리에 건져 물기를 빼고는 ②의 간장에 담갔다가 소우리에 건져서 다시 간장물을 뺀다. ② ①에 메밀가루로 옷을 입힌다. ③ 남비에 물을 담아 끓인다. 물이 펄펄 끓어오르면 ②를 넣고 살짝 데쳐 내어 접시에 담아 ③의 초장을 곁들인다.



<p>국만두</p> <p>국만두는 만두의 원형으로, 국물에 끓여 먹는 만두이다. 국만두는 만두의 원형으로, 국물에 끓여 먹는 만두이다. 국만두는 만두의 원형으로, 국물에 끓여 먹는 만두이다. 국만두는 만두의 원형으로, 국물에 끓여 먹는 만두이다.</p>	<p>국만두</p> <p>국만두는 만두의 원형으로, 국물에 끓여 먹는 만두이다. 국만두는 만두의 원형으로, 국물에 끓여 먹는 만두이다. 국만두는 만두의 원형으로, 국물에 끓여 먹는 만두이다. 국만두는 만두의 원형으로, 국물에 끓여 먹는 만두이다.</p>
--	--

등장문현 : 음식방문

생활만두



사진 출처 : 조선료리(http://cooks.org.kp/kp/index.php/first/cooking_introduction/5/13/177, 유사한 사진임)

· 재료 및 분량

⑨ 대합(깐 것) 300g ㉡ 소고기 50g, 두부 50g, 표고버섯 5장 ㉢ 녹말 1/2컵 ㉣ 친간장 1/2큰술, 참기름 1작은술, 다진파 2작은술, 다진마늘 1작은술, 후춧가루 약간 ㉤ 잔장 4큰술, 식초 2큰술, 설탕 1큰술, 다진마늘 1큰술, 다진생강 1작은술, 다진파 1큰술, 후춧가루 약간



• 조리 방법

① 솔로 깨끗이 씻은 대합은 소금물에 한가절 담그어서 해금을 내뱉게 한다. 이것의 접질을
끼서 대합을 꺼내 내장을 제거하여 깨끗이 씻고 소쿠리에 밭쳐 물기를 뺀다. ② ⑤의 소고
기는 곱게 다진다. 두부는 배보자기로 싸서 무거운 것으로 눌러 물기를 빼고 곱게 으깬다.
물에 불린 표고버섯은 기둥을 떼어버리고 곰게 다진다. 이들을 합하여 ③로 양념하여 소로
만든다. ③ ①의 생합혀 속에 ②의 소를 넣고 ④의 녹말로 옷을 입힌다. ④ 남비에 물을
담아 끓인다. 물이 펄펄 끓어오르면 ③을 넣고 데쳐내어 찬물에 담가 재빨리 건져내고 물기
를 뺀다. ⑤ ④를 접시에 담아 ⑥의 초장을 걸들인다.

쓰라노미즈국과들물물도화처조연초호나라
화연
진달녀를좋아사물의해여우발우취정간데워치
외모리도국세연지도려마라원법도색여쓰라봉선화
도이와가치증회·장간을혀쓰라
조흔성찰을잘살펴만도소회로후여해죽의너
허우발우체매처조지령쓰라
공자반
모흔히공을버리지않은것고로고명물비묘아며조종
갓치우트의돈봉을들은색수고수미내고자령술집강호

등장문헌 : 음식방문

진주면



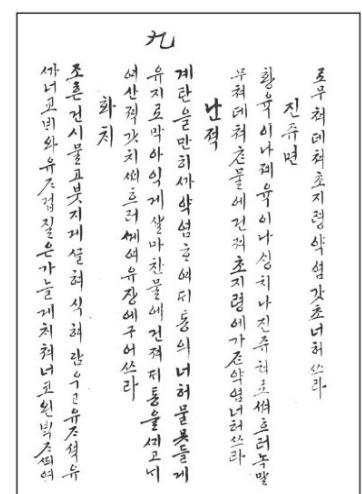
사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사진)

· 재료 및 분량

- ⑦ 소고기 300g, 녹말 1/2컵 ⑧ 칸장 4큰술, 식초 2큰술, 설탕 2큰술, 다진마늘 1큰술, 다진
파 1큰술, 후춧가루 약간

· 조리방법

- ① 소고기를 진주알 크기로 썰어서 ⑦의 녹말로 웃을 입힌다. ② 남비에 물을 담아 끓인다.
물이 떨떨 끓어오르면 ①을 넣고 휘휘 저어 데쳐 내어서 찬물에 담가 재빨리 건져내고 물기
를 뺀다. ③ ②를 접시에 담아 ⑧의 초장을 곁들인다.



등장문현 : 음식방문

가지조림



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사진)

· 재료 및 분량

① 가지(小) 10개 ② 소금 Ⓜ 청장 2컵, 소고기우둔육 300g, 물 1컵

· 조리방법

① 작은 가지를 깨끗이 씻어서 꼭지를 떼다. 소우리에 건져 물기를 빼고는 소금을 뿌려 하룻밤 재워둔 다음 물에 씻어 소우리에 건져 물기를 뺀다. 작은 단지에 담는다. ② Ⓜ의 소고기우둔육을 밤풀 크기로 썬다. ③ 남비에 ②의 소고기와 Ⓜ의 청장 및 물을 담아 불에 올린다. 끓어오르면 불을 약하게 하여 고기가 무르게 삶아질 때까지 물을 보충해가면서 끓여 식힌다. ④ ①의 가지가 들어있는 단지에 ③을 부어 담아 익힌다. 몇일 지나면 먹는다.



霜摘下小小茄子，加日，控起滴下汁，用味甘醬入肉煉過後，投茄子於醬中，日食之。

등장문현 : 농정회요

황과란법



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사진)

· 재료 및 분량

① 늙은오이 1개 ② 소고기우둔육 150g ③ 육수 1컵, 밀가루 2큰술 ④ 진간장 2큰술, 설탕 1큰술, 다진마늘 1큰술, 다진 파 1 1/2큰술, 참기름 1큰술, 후춧가루 1/4작은술, 밀가루 1큰술 ⑤ 육수 1/2컵, 간장 1큰술

· 조리방법

① 늙은오이의 껌질을 벗기고 6cm 정도 크기로 토막을 내어 끝 부분을 2cm 정도 남기고 길이로 십자로 가른 다음 씨가 박힌 속을 없앤다. ② ⑤의 소고기를 곱게 다져서 ③로 양념 하여 ①의 오이뱃 속에 채워 넣는다. ③ 남비에 ②를 차곡차곡 담아 ④의 장물을 부어 불에 올린다. 끓어 오르면 불을 약하게 줄이고 가끔 국물을 끼얹어 가면서 줄인다. ④ ⑤의 밀가루 2큰술에 육수 2큰술을 합하여 뎅어리가 지지 않게 개어 놓는다. 남비에 나머지 육수를 담아 불에 올린다. 끓어오르면 불을 줄여 중불로 하여 물에 쟁 밀가루즙을 조금씩 넣는다. 주걱으로 명울이 없도록 잘 저어 익힌다. ⑤ ③을 접시에 담아 ④의 즙을 끼얹는다.

老菰去皮，以刀劃腹三面略去。用牛
肉多洗去血，加物料爛搗，少和真末
滿菰腹，下醬水煮之，納肉料餘物，
少和真末，作汁食之。

등장문현 : 농정회요

미수(味數)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

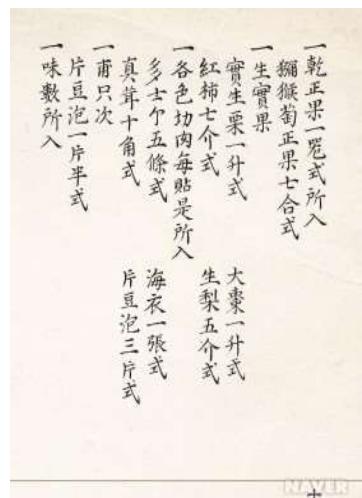
표고 5合 / 良醬 2升 / 生薑 1兩 / 胡椒 2錢 / 非油 1升 / 醋 5合 / 鹽 5合
표고버섯 300cc / 간장 1,200cc / 마늘 40g / 후추 8g / 참기름 600cc / 초 300cc / 소금 300cc
* 전표고버섯 1/4컵 * 양념 : 진간장(1컵) → 90g(5½큰술) / 물 160g(2/3컵) / 마늘 8g / 후추 2g / 참기름 72g(1/2컵) / 식초 32g(1½큰술) * 소금 44g(4큰술) / 물 2½컵 ※ 초와 간장이 가진 산도와 염도는 조선시대가 지금보다 훨씬 낮았으므로 양을 <원전>보다 줄였다. 간장을 줄인 만큼 물을 더하였다.

· 조리방법

1. 소금 4큰술과 물 2½컵을 합하여 소금물을 만든 후 전표고버섯을 소금물에 불려 기등을 떼어 놓는다. 2. 냄비에 (1)을 담고 양념을 합하여 끓인다. 한소끔 끓으면 완성된 것이다. 3. 그릇에 (2)를 담아낸다.

· 읽을 거리

미수(味數)란 술안주를 뜻한다.⁶¹⁾ 대개 술안주는 적(炙)이 올랐으므로 미수를 미수적(味數炙)이라고도 하였다.⁶²⁾ 원전의 「미수」는 소선(素膳)으로 적 대신에 특별히 준비된 술안주이다. 61) 김상보, 『조선왕조 궁중의궤 음식문화』, 수학사, 1995. 62) 『迎接都監儀軌』, 1643.



등장문헌 : 영접도감의궤
조반상의 소선 찬풀

저육장포(豬肉醬泡)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

豬肉 10兩 / 良醬 10合 / 油 3夕 / 胡椒 2分 / 1本

돼지고기 400g / 간장 600cc / 참기름 18cc / 후추 0.8g / 파 1뿌리

* 돼지고기 400g / 대파 1뿌리 * 양념 : 간장 680g($2\frac{1}{2}$ 컵) / 참기름 12g($1\frac{1}{3}$ 큰술) / 후추 1g

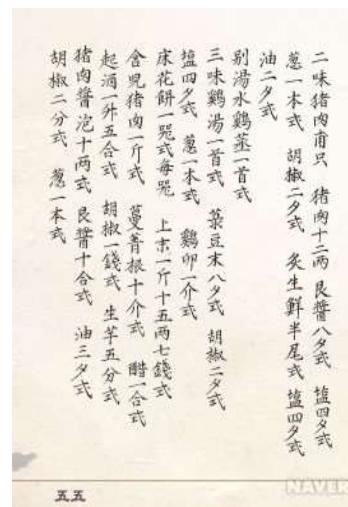


· 조리방법

1. 돼지고기를 작은 봉틀 크기로 썬다. 2. 대파는 3cm 길이로 송송 썬다. 3. 냄비에 (1)과 (2)를 담고 양념을 합하여 소주라지게(묽) 끓인다. 4. 그릇에 (3)을 담는데, 돼지고기가 간장 국물에 잠길 정도로 국물을 넉넉히 담아낸다. 46) 『酒饌』 「肉醬」, 1800년대 종엽.

· 읽을 거리

『주찬』에는 「저육장」 조리방법이 기술되어 있다.⁴⁷⁾ ‘돼지고기와 두부를 깍둑썰기로 도톰하게 썰어서 새우젓이나 조개젓으로 간을 맞추어 파, 기름, 마늘을 넣고 소주라지게 끓이면 연하고 좋다’ 두부를 포(泡)라고 했기 때문에⁴⁸⁾ 두부가 들어간 이 「저육장」이 오히려 「저육장포」에 가깝다. 따라서 원전에서의 「저육장포」 재료로 돼지고기만 기록된 것은, 두부의 누락일 수도 있었다. 47) 『酒饌』 「肉醬」, 1800년대 종엽. 48) 金綏 (1481~1552), 『需雲雜方』 「取泡」.



등장문헌 : 영접도감의궤
별다담 찬풀

조림장



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사진)

· 재료 및 분량

① 토종닭 100g, 소고기 100g, 양 100g, 전복(大) 1개, 전홍합 2개, 전해삼 1개 ② 된장 1 1/2컵, 물 1/2컵 ③ 꿀(생청) 2 1/2큰술, 후춧가루 1/4작은술, 천초가루 1/4작은술, 잣가루 2작은술, 참깨(깨소금) 2작은술

· 조리방법

① 쇠양은 소금으로 안팎을 주물러 깨끗이 씻는다. 이것을 끓는 물에 끓여 껌질을 벗겨 버리고 찬물에 씻어 100g을 취하여 잘게 썬다. ② 전해삼을 남비에 담아 물을 넣고 삶는다. 한번 끓어 오르면 그대로 식힌다. 다음 날 해삼에 물을 약간 보충하여 삶아서 다시 하룻밤 식힌다. 이렇게 3~5번 반복하고 배를 갈라 내장과 모래를 깨끗이 제거하여 잘게 썬다. ③ 전홍합은 깨끗이 손질하여 잘게 썬다. ④ 전복 · 닭고기 · 소고기도 잘게 썬다. ⑤ 바닥이 두꺼운 남비에 ⑥의 된장과 물을 넣고 ① · ② · ③ · ④를 합하여 불에 올린다. 처음에는 불을 세게하고 일단 끓어 오르면 불을 약하게 하여 고기가 무르도록 끓인다. ⑥ ⑤가 거의 좋았을 때 ⑦의 양념을 넣는다. 맛을 보아서 꿀의 양은 늘려도 좋다.



조
리
장
전
제
실
수
를
썩
고
황
우
십
살
두
흔
혀
썩
혀
흐
려
나
고
전
복
부
물
네
부
려
썩
흐
려
나
고
황

등장문현 : 음식방문

청각자반



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

· 재료 및 분량

① 마른 미역 30g, 참기름 4큰술 ② 소고기양지육 100g, 진간장 1컵

· 조리방법

① 마른 미역을 1·2cm 되게 가위로 자른 다음 물기가 촉촉하게 뱉 정도로 잠깐 물에 담갔다가 꺼내어 물기를 꼭 짠다. ② ②의 소고기양지육을 밤틀 크기로 썰고 남비에 담아 분량의 진간장을 부어 끓인다. 끓어오르면 불을 약하게 하여 고기가 무르도록 꼭 끓인다. 고기가 물러지면 체에 받친다. ③ 팬에 참기름을 두르고 불에 올린다. 달구어지면 ①의 미역을 넣고 골고루 참기름이 배이도록 볶는다. ④ ③에 ②의 간장을 붓고 한번 더 나무주걱으로 저어주면서 볶아 그릇에 담는다.



即海菜。取角，切三分許，浸水候潤，取起，絞去水氣。用好醬入肉爛過。以角投熱釜中添香油炒之，待油透入，更以其煉醬及香油旋滴旋炒，不必有汁，即取出貯器取用。（炒時加薑蔥。既炒出點胡椒亦佳。）

등장문헌 : 농정회요

훠포



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

· 재료 및 분량

① 소고기우둔육 2kg ② 돼지기름

· 조리방법

① 소고기우둔육의 기름과 막을 떼어내고 얇게 저여서 다시 곱게 다진다. ② 나무로 길이 30cm 너비 10cm 두께 6cm 정도 되는 틀을 만들되 구멍을 듬성듬성 뚫어 공기가 통하게 한다. ③ 깨끗한 베보자기를 ②의 나무틀에 깔고 ①의 다진고기를 넣어서 베보자기를 덮고는 다시 수건을 두껍게 덮고 누룩 디디듯이 밭로 밟아 단단하게 만든다. ④ ③의 고기를 꺼내 채반에 담아 햅빛에 바싹 말린다. ⑤ ④를 가로3cm · 세로4cm 정도 되게 썰어서 돼지기름을 바른 팬에서 구워낸다.



牛肉去脂膜，以利刀爛搗如泥，加。以木作塹機，長一尺許，廣三四寸許，厚二分許，以布巾鋪於塹機內，始下肉泥，仍掩其布，以足踏堅如造法，出已乾入瓮中，生白衣。七八二三月間可造，食時片片切下，塗豬脂炙之好。 牛肉去筋膜，與雉爛搗，和以油醬印出於小刻板，塹乾而食之，極佳，或塗油醬炙食亦佳。

등장문헌 : 농정회요

산삼채(山蔘菜)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

實山蔘 3兩 / 芥子 5夕

실산삼 120g / 겨자 30cc

* 인삼 240g * 겨자가루 35g(4큰술) / 물 45g(3큰술)



· 조리방법

- 인삼을 깨끗이 손질하여 얇게 저며 썬다.
- 겨자가루와 물을 합하여 되직하게 개어서 뜨거운 냄비뚜껑에 잠시 엎어 두어 매운맛을 낸다.
- (1)에 (2)를 합하여 버무려 접시에 담는다.



四五

영접도감의궤
등장문현 : 상마연과 하마연의
미수 찬풀

채수절(菜隨節)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

水芹 1握 / 菁根 5介 / 清醬 7夕 / 油 1夕 / 鹽 1夕 / 醋 6里

미나리 1주먹 / 무 5개 / 청장 42cc / 참기름 6cc / 소금 6cc / 초 약간

* 미나리 20줄기 / 무(小) 150g(2½개) * 양념 : 청장 25g(1½큰술) / 츄유(참기름) 6g(1/2작은술) / 소금 2g(1/2작은술) / 식초 약간

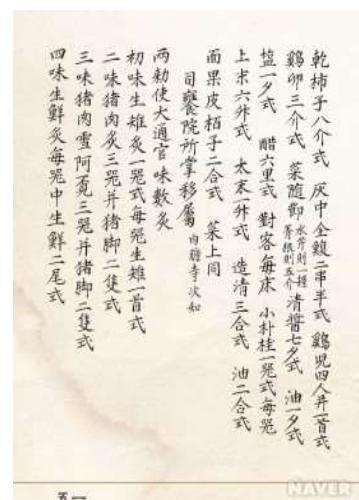


· 조리방법

1. 미나리를 썻어 잎을 따버리고 4cm 길이로 썬다. 무도 4cm 길이로 채 썬다. 2. (1)에 양념장을 합하여 버무린다.

· 읽을거리

채수절(菜隨節)에서 隨는 ‘볼일 수’, ‘더할 수’이고, 節은 ‘마디 절’이므로 채를 마디로 잘라 양념을 더했다는 의미이다. 즉, 오늘날 「나물」이라 부르는 궁중용어가 「채수절」이다.



등장문헌 : 영접도감의궤
등록의 연상 작품

동아장과(瓜醬瓜)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 부량

동아, 장

동아 2개, 소금 2첩, 고추장 또는 간장 5첩

• 조리 방법

- 동아의 껍질을 깎고 편으로 썰어 소금을 뿌려 절인다.
 - (1)을 물에 씻은 후 베보자기애 넣어 물기를 꼭 짜서 채반에 담아 꾃득꾸득하게 말린다.
 - 항아리에 고추장을 한쳐 깔고 그 위에 (2)의 동아를 깐다. 이것을 반복하여 층층이 박아 담근다. 또는 간장에 담근다.

28) 『是議全書』 「오이장아찌」 「고추장에 장아찌 박는 물종」



於南京一家頗好，亦可寄遠。
汁膾法：月月初取小麥熟二斗，五升黃豆和水搗成糊，出於黃豆上鋪置，蒸出熟透，更宜熟發，如盒燒燶，一晝夜後，金空石以水淘之，如舊，再入盒燒燶，一晝夜後，金空石以水淘之，如舊，如此三回後，更盦小盒，密合，以手捧之，如舊，再入盒，以手作餅，以手奉之，如舊，以鹽調，細作，每盒盛一斤，繫繩，相間鋪置於鍋內，油紙緊封，候其熟透，即取食。此法得之，不論何處，皆可作膾。

등장문헌 : 수목사설

마늘초절임(醋蒜)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

통마늘, 식초

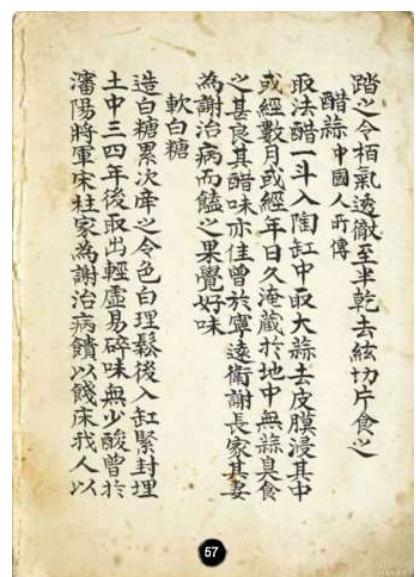
통마늘 20개, 식초 10컵

· 조리 방법

1 통마늘의 겉껍질을 벗겨 씻어서 물기를 없앤 다음 단지에 넣는다. 2 식초를 (1)에 부어서 밀봉하여 저장한다.

· 읽을 거리

영원(寧遠)은 평안남도 영원군의 군청소재지이다. 대동강 상류 영원분지의 중심지로 양잠과 소의 산지로 유명하다. 위사(衛謝)는 위사(衛士)를 잘못 표기한 것 같다. 위사란 대궐이나 능·관아·군영을 지키던 장교(將校)를 말한다.



등장문헌 : 수문사설

살구씨장과(杏仁醬瓜)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

살구씨, 장

살구씨 5컵, 고추장 또는 간장 5컵

· 조리방법

1 살구씨를 찐 후 걸껍질을 까서 버린다. 2 (1)을 고추장 속에 담가 반찬으로 한다. 또는 간장에 담근다. 29) 『增補山林經濟』 : 『是議全書』 「오이장아찌」 「고추장에 장아찌 박는 물 종」



醬瓜法

取冬瓜黃瓜杏仁西瓜仁皆可浸醬爲饌曾食於燕京人家頗好亦可寄遠

등장문헌 : 수문사설

수박씨장과(西瓜仁醬瓜)

해바라기씨장과



잣장과



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

수박씨, 장

수박씨 5컵, 고추장 또는 간장 5컵

· 조리방법

1 수박씨를 쪘서 결껍질을 까버린다. 2 (1)을 고추장에 담가놓아 반찬으로 한다. 또는 간장에 담근다. ※ 모든 씨가 해당되기 때문에 수박씨장과를 해바라기씨장과 · 잣장과로 대체함.

31) 『增補山林經濟』 : 『是議全書』 「오이장아찌」 「고추장에 장아찌 박는 물종」



醬瓜法

取冬瓜黃瓜杏仁西瓜仁皆可浸醬爲饌曾食於燕京人家頗好亦可寄遠

등장문헌 : 수문사설

오이장과(黃瓜醬瓜)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

오이, 장

오이 20개, 소금 2컵, 고추장 또는 간장 5컵

· 조리 방법

1 오이에 소금을 뿌려 절인다. 2 (1)을 물에 씻은 후 베보자기에 담아 물기를 꼭 짜서 채반에 담아 꾸득꾸득하게 말린다. 3 항아리에 고추장을 한匙 깔고 (2)의 오이를 깐다. 이것을 반복하여 총 층히 담아 놓는다. 또는 간장에 담근다. 30)『是議全書』 「오이장아찌」 「고추장에 장아찌 박는 물종」



醬瓜法

取冬瓜黃瓜杏仁西瓜仁皆可浸醬爲饌曾食於燕京人家頗好亦可寄遠

등장문현 : 수문사설

찜장법(汁醬法)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

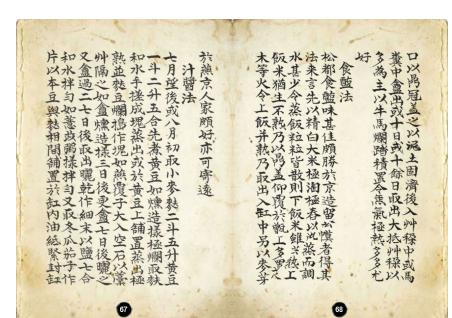
· 재료 및 분량

밀가루 2말 5되, 대두콩 1말 2되 5홉, 소금 7홉, 동아, 가지

매주가루 10컵, 물 7컵, 소금 $\frac{1}{2}$ 컵, 동아 1개, 가지 20개, 꿀 1컵 찜장용 매주 밀기울 20컵, 대두콩 10컵

· 조리방법

1 총분히 물에 불린 대두콩을 배꼽이 터지도록 삶아 절구에 담아 으깬다. 여기에 밀기울과 적당량의 물을 넣고 비벼서 찜통에서 한번 더 짜낸다. 2 (1)을 커다란 제란 크기로 덩어리를 만들어서 짚을 깐 사과상자에 담는데, 사이사이에 벗짚을 여려개로 깔고 담아 잘 덮어서 3일 정도 뛰우면 거죽에 하얗게 곰팡이 웃이 생긴다. 벗짚을 바꾸어 잘 덮어 둔다. 3 7일 후에 (2)를 햅볕에 말려서 다시 벗짚을 바꾸어 덮고 14일 정도 놓아 둔 후 커내어 햅볕에 말린다. 이것을 찢어서 채에 내려 곱게 가루로 만든다. 4 (3)의 매주가루중 10컵을 취하여 물 7컵과 소금 $\frac{1}{2}$ 컵을 합하여 넣고 혼합하여 율무죽과 같이 만든다. 5 동아를 깨끗이 씻어 물기를 없애고 편으로 썬다. 가지도 깨끗이 씻어 꼭지를 따고 편으로 썰어 물기를 말린다. 6 물기 말린 항아리 속에 (4)를 먼저 깔고 (5)의 동아와 가지를 한 켜 안다. 이렇게 반복하여 켜켜로 짹빡이 항아리의 9/10를 차지하도록 넣고 맨 위에 가지꼭지 자른 우거지로 꼭꼭 눌러 덮는다. 7 (6)을 기름종이로 단단히 봉하여 뚜껑을 덮은 후 45°C 정도에서 14일 정도 발효시킨다. 8 먹을 때 꿀을 넣어 양념하여 먹는다.



등장문헌 : 수문사설

연안식해



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

· 재료 및 분량

① 대합살 200g ② 면쌀 1/4컵 ③ 엿기름가루 1/4컵, 물 3/4컵 ④ 천초가루 1큰술, 소금 1
1/2큰술

· 조리방법

① 대합의 내장을 없애고 깨끗이 씻고는 쌀뜨물로 또 여러번 씻어서 배보자기에 담아 물기를 꼭찬다. 이것을 채반에 펴 넣어 바람부는 곳에서 말린다. ② ①의 쌀을 씻어서 밥을 되게 짓는다. ③ ④의 엿기름가루에 3배의 물을 부어 주물러 가라 앉힌다. 가라앉으면 윗물 만을 고운 체로 받쳐서 남비에 담아 끓여 식힌다. ④ 그릇에 ②의 밥을 담고 ③의 양념과 ⑤의 엿기름물을 합하여 버무린 후 ①의 대합을 넣어 버무려서 단지에 꼭꼭 눌러 담아 익힌다.
※ 여름에는 4일 가을에는 5~6일 겨울에는 10일이 지나야 익는다. 대합살이 불어져야 먹을 수 있다.



取大蛤肉去屎治，以米水百洗，又以粗布絞去水，風處，用粳米、麥芽末及去目完川椒如常法釀納缸中。暑月四日，涼五六日，冬月或十日，方熟食之。蛤肉色赤，然後可用。（此是延安法，法雖如此，而納缸之時少加油可也。）

등장문헌 : 농정회요

무식해



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

무, 새우젓, 고춧가루

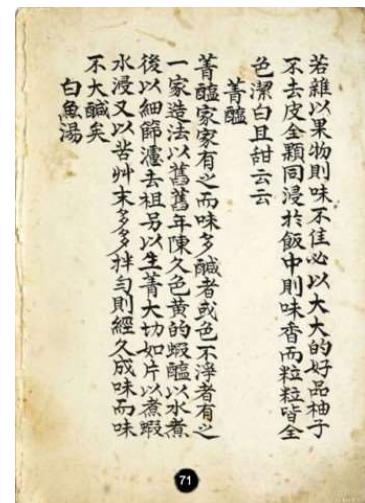
무 5개(1kg), 새우젓 1 ½컵, 고춧가루 2컵

· 조리방법

1 무를 깨끗이 씻어 다듬어 편으로 잘라 놓는다. 2 새우젓 1컵을 냄비에 담아 끓여 채에 반쳐 놓는다. 3 (1)과 (2)에 고춧가루를 합하여 항아리에 담아 익힌다.

· 읽을 거리

청해(菁)란 무식해이다. 오늘날의 약두기 전신이라고 생각된다. 현재와 같은 약두기가 생겨난 역사적 배경에는 「김치형식해」라고 하는 전 단계가 있었다.³⁸⁾ 다시 말하면 『수문사설』 시절에는 단순히 소금물에 침하는 것을 침채(沈菜, 김치)라 하였고 젓갈 등을 넣어 만드는 것에는 해() 자를 붙여서 이와같이 「청해」라 하였다. ³⁸⁾ 김상보, 「충남의 젓갈과 식해문화」, 『충남의 민속문화』, 국립민속박물관, 2010.



등장문헌 : 수문사설

생치장(生雉醬)



NAVER

사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

암꿩, 산초, 된장, 생강

암꿩 1마리(600g), 산초가루 1작은술, 된장즙 1컵, 생강즙 1큰술, 물

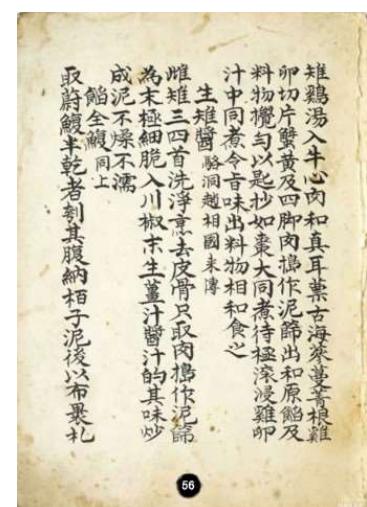
· 조리방법

1 평은 깨끗이 씻어서 무르도록 삶아 고기만을 취하여(껍질은 쓰지 않는다) 아주 곱게 다진다. 2 산초를 빻아 고운채에 쳐서 가루 1작은술을 준비한다. 3 된장을 채에 반쳐 걸러 1컵을 마련하고 여기에 생강즙 1큰술을 섞는다. 4 (1)에 (2)와 (3)을 넣고 볶는데 적당히 물을 넣어 고추장 정도의 묽기로 만든다. 14) 『是議全書』 「고추장볶이」 : 『園幸乙卯整理儀軌』
「醬卜只」



· 읽을 거리

『원행을묘정리의궤』를 보면 「장볶기(醬卜只)」를 각종 어포와 육포에 결들이이고 있는데 이 「장볶기」의 전신이 바로 「생치장」이라고 볼 수 있다.¹⁵⁾ 1800년 대 말에 나온 『시의전서』에서는 「고추장볶기」가 등장하기 때문에 「생치장」 → 「장볶기」 → 「고추장볶기」로 쇠승되고 있다고 볼 수 있다. 15) 김상보, 『조선왕조 궁중의궤 음식문화』, 수학사, 1995, 226~232쪽



등장문헌 : 수문사설

순창고추장 만드는 법(淳昌苦艸醬造法)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

대두콩 2말, 백설기 5되, 고춧가루 6되, 엿기름 1되, 찹쌀 1되, 감장, 전복 5개, 대하, 홍합, 생강저민 것 1/2컵, 전복 5개

· 조리방법

1 대두콩을 하룻밤 물에 불려 배꼽이 터지도록 무르게 삶아 건져 물기를 뺀다. 2 맵쌀가루에 소금을 넣고 손으로 비벼 골고루 섞어 채에 내린다. 여기에 물을 내리는데, 물의 양은 주먹으로 쥐었을 때 뭉쳐질 정도로 한다. 베보자리를 깐 찜통에 떡가루를 얹어 베보자기로 덮어 쪘낸다. 김이 올라오기 시작하면 약 20분간 쪄고 10분 정도 뜸을 들인다. 식혀서 2½컵을 덜어 놓는다. 3 (1)에 (2)를 합하여 절구에 찢어 계란만한 크기로 빚어서 짚을 깔은 상자에 담아 2월의 기온 조건에서 7일 동안 띄운다. 이것을 헛빛에서 말려 절구에 넣고 찢어서 고운 채에 내려 고운 가루로 만든다. 4 엿기름 1컵에 15컵의 물을 부어 침전시켜서 고운채로 거른 후 찹쌀가루 1컵을 넣고 죽을 쑤어 차게 식힌다. 5 (4)에 (3)과 고춧가루, 진간장, 소금을 넣고 버무려 절반을 항아리에 담아 익힌다. 6 (5)의 절반도 항아리에 담는데, 이 때 홍합, 대하, 생강 저민 것, 전복을 같이 넣고 보름 동안 삭힌다. 35)『朝鮮無雙新式料理製法』「고초장담그는법」

· 읽을거리

현재의 고추장과 비교했을 때 고춧가루의 양이 적은 점, 매주의 양이 많은 점, 그리고 전혀 당도가 없는 점에서 커다란 차이점이 발견된다. 이러한 양상은 1924년에 이용기가 쓴 『조선 무쌍신식요리체법』에도 나타나기 때문에 오늘날과 같은 많은 고춧가루를 쓰고 당도가 높은 고추장이 탄생된 시기는 1924년 이후 전기식 문쇄기가 보급되어 고추를 가루로 만드는 작업이 보다 쉬워진 시점에 값싼 설탕 수입 시기와 맞물려 생겨난 결과일 것이다.



등장문헌 : 수문사설

가지(가지김치)



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

· 재료 및 분량

- ① 가지(小) 10개 ② 식초 2컵, 물 2컵 ③ 다진마늘 3큰술, 소금 1큰술 ④ 소금 1큰술, 참기름 2큰술 겨자가루 2큰술



· 조리방법

- ① 작은 가지를 깨끗이 씻어서 꼭지를 끊다. 소쿠리에 담아 물기를 뺀다.
- ② ①의 총물을 파이렉스에 담아 불에 올린다. 끓어오르면 ③의 가지를 데쳐낸다.
- ③ ②의 가지를 채반에 둘러 꾸덕꾸덕 말린다.
- ④ ③에 ⑤의 양념을 합하여 자기항아리 속에 하루 정도 재워둔다.
- ⑤ 바닥이 두꺼운 낭비를 불에 올린다. 달구어지면 ⑥의 참기름을 두르고 ④의 가지와 ⑦의 소금을 넣고 볶아 식힌다.
- ⑥ ⑤가 완전히 식으면 ⑧의 겨자가루와 합하여 자기항아리에 담아 익힌다.

茄子初經霜則味必甘矣，即摘下去及承茄皮刺，先用百沸湯放冷，和令淡，以茄子入小瓮，用水磨石壓之，覆葉封瓮口蓋盆埋地。待取出裂之，蜜食之，味。如欲色，同納鷄冠花。

(不必用水茄子。) 又法 先取芋莖(俗고은대) 切作三寸長，半日，絞去水，又加如前法，絞去，殺其生氣，又加。芋莖覆之，多取鷄冠納之，全不加水，置陰處，凍時則置不凍處。冬月取茄，色紅可愛，裂破蜜食之。方雖曰全不加水，理似不然，當試。

등장문현 : 농정희요

산갓김치



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

· 재료 및 분량

- ⑦ 산갓 200g, 물 3컵 ⑧ 무 500g, 소금 3큰술 ⑨ 쪽파 30g, 마늘 30g, 생강 10g ⑩ 물 15컵, 소금 1/2컵 ⑪ 진간장

· 조리방법

- ① 작고 단단한 무를 골라 깨끗이 씻어 건져내어 나박썰기를 하여 소금을 넣고 버무린다.
- ② 쪽파는 깨끗이 씻어서 3cm 길이로 썬다. 마늘과 생강은 얇게 저며 썬다. ③ ①의 무가 절여지면 ②의 양념을 합하여 버무려서 항아리에 담고 ⑩의 소금물을 부어 뚜껑을 닫아 하루나 이를 실온에 놓아두어 익힌다. ④ 산갓은 뿌리채 깨끗이 씻어 소우리에 건져 물기를 없애고 별도의 단지에 담는다. ⑤ 남비에 ⑦의 물을 담아 끓인다. 끓어 오르면 한두차례 더 끓여 이 물을 ④의 산갓 담은 단지에 3~4차례 나누어 끓는다. 비닐로 주둥이를 단단히 싸매고 뚜껑을 덮어 따뜻한 방에 두되 이불을 덮어 30분 정도 둔다. ⑥ ⑤를 ③의 나박감치에 섞는다. 먹을 때 진간장을 약간 넣고 먹으면 매운맛이 좋고 깊증하고 시원하다.



先用蔓菁根或蘿蔴以刀飛削作淡（俗云
나박침치）置處一二日待熟。取山
芥揀精不必去根，以水洗，貯於缸
器，就於釜中熱水（其熱入水不爛傷
度），注三四次，因其水芥納其缸
中（水則量宜灌淹可也），多口氣於
缸內，以重紙密封缸口，又以蓋合
定，少不泄氣，置於，以衣被覆之。
半時許取出，候和合於先造菁之中，
加味甘煉醬食之，則辣味少，爽甚。
若就山芥和醬食之，則太辣，反少味
矣。每取用後密掩缸，勿令泄氣，風
入味反變苦。（先菁必入蘿蔴蔥白
等物。）

등장문헌 : 산림경제, 농정회요

승개



사진 출처 : 한국전통음식연구소

· 재료 및 분량

- ① 서리맞은 배추 1통, 참기름 2큰술 ② 겨자가루 6큰술, 진간장 4큰술, 식초 6큰술, 설탕 2큰술

· 조리방법

- ① 배추를 깨끗이 씻어서 소쿠리에 건져 물기를 빼고는 5cm 길이로 썬다. ② 바닥이 두꺼운 낭비를 불에 올린다. 달구어지면 ③의 참기름과 ①의 배추를 넣어 재빨리 볶아 꺼내서 식힌다. ③ ④의 겨자가루를 그릇에 담아 진간장을 넣고 개서 뜨거운 낭비 뚜껑 위에 잠시 엎어 두어 매운맛을 낸다. 여기에 식초와 설탕을 넣고 겨자집을 만든다. ④ ②에 ③을 합하여 자기그릇에 담아 공기가 들어가지 않도록 주동이를 단단히 봉하여 익힌다.



法用極湯，截葉，和薑椒茴蘿欲熟則以，一盃元和之。《山家供》

등장문현 : 임원십육지, 농정회요

황과담저법



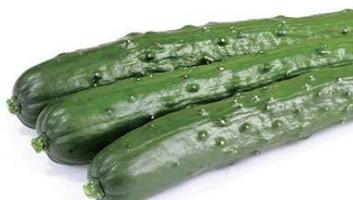
사진 출처 : 우리의 식탁(<https://wtable.co.kr/store>)

· 재료 및 분량

- ① 오이 10개 ② 고춧가루 4큰술, 다진마늘 4큰술 ③ 물 3컵, 소금 1 1/2큰술

· 조리방법

- ① 오이를 소금으로 문질러 씻어 길이 5cm 크기로 토막내어 양 끓을 불인 채로 십자로 찰집을 넣는다. ② ①의 찰집 넣은 곳에 ②의 양념을 합하여 넣고 항아리에 차곡차곡 담는다. ③ 남비에 ③의 소금과 물을 담아 끓인다. 떨펄 끓어오르면 식히지 말고 그대로 ②의 항아리에 부어서 항아리 주둥이를 단단히 싸맨다. 하룻밤 지나면 먹을 수 있다.



取未老瓜，去洗，以刀劃三面，入椒末少許，又蒜片四五片，用百沸湯入，極熱而灌之（瓜先入缸中）缸中，堅封，翌日可食。

등장문헌 : 농정회요

과일시루떡



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

· 재료 및 분량

- ① 쌀가루 5컵, 물 1/2컵 ② 밤 1컵, 대추 1컵, 월하 3개, 푸르대콩 1컵 ③ 녹두(팥)파낸것 2컵
- ④ 참기름

· 조리방법

① 밤의 껌질을 벗겨서 절반으로 자르고 다시 절반으로 잘라 놓는다. 대추의 씨를 없애고 밤과 같이 자른다. 월하(떫은 맛을 없앤 감)의 껌질을 벗겨서 밤의 크기로 썬다. 푸르대콩은 물에 담가 불려 놓는다. ② ③의 녹두는 하룻밤을 물에 충분히 불려서 손으로 비벼 껌질을 없앤다. 이것을 배보자기를 깐 찜통에 담아 무르도록 짜낸다. ③ ④의 쌀가루에 분량의 물을 섞어서 골고루 비빈다. 물은 쌀가루의 건조상태에 따라 조절하는데 주먹으로 쥐었을 때 풍쳐지는 정도로 섞은 다음 ①의 과일 썬 것을 골고루 섞어 합한다. ④ 배보자기를 깐 찜통에 참기름을 바른 떡틀을 올려놓고 ②의 녹두를 한꺼 짤고 이 위에 ③의 쌀가루를 3~4cm 두께로 얹친 다음 다시 ②의 녹두를 위에 고를로 뿌린다. 이렇게 반복하여 얹쳐 맨 위에 배보자기를 덮고 다시 뚜껑을 씌워 짜는데, 김이 올라오기 시작하면 20분간 쪄고 불을 끼 10분 동안 뜰을 들인다.



蒸飯法，如用白米一斗，則隔層豆，初不入，入甑內蒸之，待氣方上時，白和一椀半水，令味適宜，取去滓，勻灑甑內，則味好，而亦有粘氣，亦無難熟之慮矣。

등장문헌 : 농정회요

과일찹쌀떡



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

· 재료 및 분량

① 찹쌀 2 1/2컵 ② 대추 1컵, 꽃감 3개, 밤 1컵 ③ 참깨 1컵

· 조리방법

-농정회요 조리법

① 찹쌀을 씻어서 물에 하룻밤 충분히 불려 소쿠리에 건져 물기를 뺀다. ② 대추의 씨를 빼고 잘게 썬다. 꽃감의 씨를 빼고 잘게 썬다. 밤의 껌질을 없애고 잘게 썬다. ③ ①에 ②를 합하여 짜통에 담아 도중에 물을 뿌려 주면서 무르도록 찐다. ④ 참깨를 물에 충분히 불려 손으로 비벼서 껌질과 과육을 분리한다. 여러번 씻어 껌질을 없앤다. 이것을 잘 일어서 팬에 담아 약한 불에서 볶는다. 완전히 식으면 브랜더로 갈아 가루로 만들어 쟁반에 펴놓는다. ⑤ ③을 안반이나 절구에 쏟아 쌀알이 없어질 때까지 매우 친다. ⑥ ④의 깨고물을 ⑤의 떡을 길게 막대 모양으로 만들어 엎고, 위에도 깨고물을 고루 뿌려 물혀서 크기 3~4cm, 두께 1cm 정도로 네모반듯하게 잘라 깨고물을 물고루 묻힌 다음 그릇에 담는다.



-식료찬요 조리법

1) 찹쌀로 떡을 만든다.

治諸淋 小便常不利 陰中痛. 米作餅食之.

등장문헌 : 식료찬요, 농정회요

밤떡



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사진)

· 재료 및 분량

① 황율 2컵 ② 찹쌀가루 5컵, 물 1/4컵 ~ 1/2컵 ③ 참기름

· 조리방법

① 황율을 절구에 담아 찧어 한 개가 2~3조각이 되게 한다. ② ①의 찹쌀가루에 물을 섞어 골고루 비빈다. 물은 찹쌀가루의 천조상태에 따라 보아가면서 그 양을 조절하는데 주먹으로 찹쌀가루를 쥐었을 때 뭉쳐지는 정도로 섞는다. ③ ①과 ②를 합하여 골고루 섞는다. ④ 배보자기를 깐 짬통에 참기름을 바른 떡틀을 올려놓고 ③을 골고루 펴 담아 배보자기를 덮어서 또 뚜껑을 덮고 쪄내는데, 김이 올라오기 시작하면 약 20분 동안 쪄고 불을 끄고 10분 정도 뜸들인다.



高麗栗方栗子不拘多少陰乾去殼搗爲
粉三分之二加米粉拌勻密水拌潤蒸熟
食之以白糖和入炒甚

등장문헌 : 해동역사, 농정회요

보리떡



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사진)

· 재료 및 분량

① 여물지 않은 보리 5컵, 멘쌀가루 1컵 ② 참깨 1/2컵, 꿀 1큰술 ③ 참기름

· 조리방법

① 여물지 않은 보리를 절구에 담아 문드러지게 짹어 물을 부어 채에 받친다. 이것을 그대로 가라 앉혀 윗물을 따라 버린다. ② 참깨를 물에 충분히 불려 손으로 비벼 껌질과 과육을 뿐 리한다. 여러번 씻어서 껌질을 없앤다. 이것을 팬에 담아 약한 불에서 볶아 익혀서 절구에 담아 대강 으깨어 꿀을 합하여 버무린다. ③ ①에 분량의 멘쌀가루를 합하여 반죽한다. 밤 알 만한 크기로 떼어 등글게 빚어 가운데 우물을 파고 그 속에 ②의 소를 넣어 아물려 조개 모양으로 빚는다. ④ 베보자기를 깐 찜통에 ③을 올려놓고 베보자기를 덮고 또 뚜껑을 덮어서 찐다. 김이 올라오기 시작하면 20분 동안 찌고 불을 끄고 10분 뜸들인다. ⑤ ④가 완성되면 찬물에 재빨리 담갔다가 캐내서 물기를 빼고 참기름을 발라 그릇에 담는다.



眞餅既云美 假餅味亦奢 病翁喜及麥
淘洗促先磨 不費功 須知古餅 樸素
貴無華 請看吾假餅 不比龍團茶

등장문헌 : 성호전집, 농정회요

복숭아떡, 또는 살구떡



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사진)

· 재료 및 분량

① 멘쌀가루 5컵 ② 복숭아즙 또는 살구즙 1컵 ③ 거피팔고물 2 1/2컵

· 조리방법

① 복숭아 또는 살구의 껍질과 씨를 없애고 찜통에 쪄서 채에 반쳐 즙을 내어 1컵을 준비한다. ② ①의 멘쌀가루에 ①의 즙을 합하여 반죽한다. 얇게 밀어 잘게 썰어서 채반에 펴 넣어 헛별에 말린다. ③ ②를 맷돌믹서에 갈아 채에 밟친다. ④ 거피팔을 물에 5시간 이상 불려서 찜통에서 무르도록 짜내어 주걱으로 곱게 으깨어 얼레미에 내려 2 1/2컵을 준비한다. ⑤ 베보자기를 깐 찜통에 참기름을 바른 떡틀을 올려놓고 ④의 팔고물을 한꺼 뿌린 다음 ③의 떡가루를 얹어서 고루 펴고, 그 위에 다시 ④의 거피팔고물을 한꺼 뿌린다. 맨 위에는 베보자기를 덮고 또 뚜껑을 덮어서 쪄내는데 김이 올라오기 시작하면 약 20분 동안 쪄고 불을 끄고 10분 정도 뜸을 들인다.



桃子杏子取爛熟者，劈去核，飯內蒸熟，於馬尾篩上取汁。用梗米作末，或和桃汁，或和杏汁，令十分拌勻，，油紙貯。冬月更作末篩下，以去皮豆類層，飯內蒸食，則桃杏之氣滿口如新。此點蒸栗之屬亦佳。

등장문헌 : 농정회요

석이버섯떡



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사진)

· 재료 및 분량

① 석이버섯 5첩 ② 찹쌀가루 5컵, 꿀 1/2컵, 물 1/4컵, 소금 1작은술 ③ 대추 1컵, 밤 1컵,
꿀 1 1/2큰술 ④ 참기름, 꿀, 잣가루 1컵

· 조리방법

① 커다란 석이버섯 만을 골라 꿀을 끓는 물에 끓하여 돌을 깨끗이 없애고 조각 조각 고기비늘처럼 펴 놓는다. ② ③의 밤을 무르도록 찬다. 대추는 씨를 없애고 굽게 다진 다음 찐밤과 함께 잘 섞어서 꿀을 넣고 소로 만든다. 이것을 대추알 크기로 떼어 빚는다. ③ ④의 찹쌀가루에 소금과 꿀을 넣고 손으로 비벼 섞어서 체에 내리고는 분량의 물을 넣고 반죽한다. ④ ⑤의 반죽을 커다란 밤틀만한 크기로 떼어 둥글게 빚어서 가운데 우물을 파고 그 속에 ②의 소를 넣고는 등을 납작하게 접시 모양으로 만든다. ⑤ ⑥의 양면에 ①의 석이버섯을 합하여 붙여서 ⑦의 참기름을 바른다. ⑥ 배보자기를 깐 찜통에 ⑤를 담아 배보자기를 덮고 또 뚜껑을 덮어 쪄낸다. 김이 올라온 후 15분간 쪄고 10분간 뜸을 들인다. ⑦ ⑧이 완성되면 식혀서 꿀을 바르고 잣가루로 고물을 입힌다.



取石菖片大者，石上加水磨去皮，片片鱗鋪，以蜜調粘米末作物，勿致解散，以栗之屬和蜜胎，兩片相合作形後，塗以香油，安於竹篩上蒸出，塗之以蜜，柏子屑衣，食之。

등장문헌 : 농정회요

쑥 단자 떡



사진 출처 : 한국민속대백과사전

· 재료 및 분량

① 찹쌀가루 3컵 ② 찹쌀 2컵, 쑥 300g ③ 밤 3컵, 꿀 2큰술 ④ 참깨 3컵

· 조리방법

① ②의 찹쌀을 씻어서 물에 하룻밤 충분히 불려 소쿠리에 건져 물기를 뺀다. 쑥을 깨끗이 다듬어 물에 씻는다. 물기가 있는 상태에서 앞서의 찹쌀과 함께 절구에 담아 서로 섞여 둔 드러지도록 짓는다. ② ①을 밤틀 크기로 빚는다. ③ 남비에 물을 충분히 담아 불에 올린다. 펄펄 끓어오르면 ②를 넣는다. 익어서 위로 떠오르면 ④의 찹쌀가루와 함께 반죽한다. ⑤ ③의 반죽을 커다란 밤틀 크기로 떼어 우물을 파서 ④의 소를 넣고 등글게 빚는다. ⑥ 참깨를 물에 충분히 불려 손으로 비벼서 껌질과 과육을 분리한 다음 여러번 씻어 껌질을 없앤다. 이것을 팬에 담아 약한 불에서 볶아 익힌다. 완전히 익으면 브랜더로 갈아 쟁반에 펴 담는다. ⑦ 다시 남비에 물을 충분히 담아 불에 올린다. 펄펄 끓어오르면 ⑤를 넣는다. 익어서 위로 떠오르면 건져내어 찬물에 채빨리 담갔다가 꺼낸다. ⑧ ⑦을 ⑥의 깨고물에 올려 고를 을 입힌다.



...疏狂直欲助吟 廐人設食蒸青艾 國
相聯鞍簇玉珂 自笑牧童空望...

등장문현 : 목은집, 농정회요

약밥



사진 출처 : 밥타임

· 재료 및 분량

- ① 찹쌀 5컵 ② 대추 5컵, 밤(껍질 벗긴 것) 1컵, 건시 5개 ③ 꿀 1 1/2컵, 참기름 1/2컵,
진간장 3큰술



· 조리방법

- ① 찹쌀을 물에 담가 불려서 물을 주지 말고 껌낸다. ② 대추는 씨를 발라 반으로 썰어서 꼽게 채로 썬다. 발라낸 씨는 남비에 담아 물을 붓고 약한 불에서 되게 고아 채에 내린다. ③ 밤은 껍질을 벗겨 꼽게 채로 썬다. ④ 건시도 꼽게 채로 썬다. ⑤ ①의 뜨거운 밥에 ②의 대추와 대추씨즙, ③의 밤, ④의 건시 그리고 ⑥의 양념을 합하여 골고루 섞어 버무린다. ⑥ ⑤를 점통에 담아 찌는데 김이 올라오면 20분간 찌고 10분간 뜰을 들인다.



上元日時食。好米一斗，精鑿，水浸一宿。用大去核，烹栗去皮，細切（栗不必細切），各二升許；細切，一升許（多味滌）；好蜜一升；香油八九合許；甘醬煉過者，一鐘子許。先將米取甑內蒸之，令七八分熟即取出，待溫，和前物料，須十分調勻，不許有小塊，復入甑中，再蒸通熟取用。（核水取汁和蒸，色赤佳。）

등장문현 : 농정회요

일절미



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사진)

· 재료 및 분량

- ① 찹쌀 5컵 ② 콩가루 1컵 ③ 꿀



· 조리방법

① 찹쌀을 씻어서 더운 물에 담근다. 다음 날 물을 따라 버리고 새로운 더운 물을 붓는다. 이렇게 날마다 4~5일 물을 바꾸어서 소쿠리에 진져 물기를 뺀다. ② 콩을 씻어서 볶아 맷돌믹서로 절반으로 타낸 다음 껌질을 없앤다. 이것을 맷돌믹서로 곱게 갈아 고운 체에 내려서 1컵을 취하여 쟁반에 펼쳐 담는다. ③ ①을 베보자기로 깐 찜통에서 무르도록 짜내서 절구에 쏟아 쌀알이 없어질 때까지 매우 친다. ④ ②의 콩가루 위에 ③의 친 떡을 두께 1cm, 넓이 4cm 정도의 긴 막대 모양으로 얹고 위에도 콩가루를 뿌려 손으로 펴서 하룻밤을 놓아둔다. ⑤ ④가 어느 정도 딱딱해지면 정사면체로 자른다. ⑥ 팬에 ⑤를 담아 약한 불에서 앞 · 뒤를 자주 돌려가며 굽는다. 한껏 부풀어 오르면 꿀을 살짝 발라 먹는다.



粘米或半有粘性，或粳米，皆不用。
揀取好粘米，以水浸之，逐日換水，
過四五日出，甑內爛蒸，板上打百下，
切作尺大片，以大豆末衣貯，經宿冷，
以刀削下小片子大，慢火上轉炙，待
欲噴，點蜜食之。宜冬月。

등장문헌 : 농정회요

증편



사진 출처 : 한국민속대백과사전

· 재료 및 분량

① 쌀가루 5컵, 끓인물 1컵, 생막걸리 1/2컵 ② 거피팔고물 5컵, 꿀 3큰술, 소금 1/2작은술

· 조리방법

① ⑦의 쌀가루에 끓인 물을 넣어 송편같이 반죽한다. 이것에 막걸리를 합하여 질척한 상태가 되게 하여 25°C 정도의 실온에서 8시간 정도 발효시킨다. 2배 정도 부풀어서 표면에 송알 송알 괴어 오르면 발효된 것이다. ② 하루 전에 물에 불린 거피팔(팔 라갠 것)은 찜통에 담아 무르게 칸다. 더울 때에 찢어서 굵은 채에 내려 5컵을 취하여 분량의 꿀과 소금을 넣고 반죽하여 작은 대추 크기로 동그랗게 빚어 소를 만든다. ③ ①에서 부풀어 오른 것을 모아서 주걱으로 풀어주듯이 저어 주어 기포를 없앤다. 다시 실온에서 1시간 정도 2차 발효시킨 다음 저어주어 기포를 없애고, 실온에서 30분 정도 3차 발효시킨다. ④ 베보자기(小湯器)를 깐 찜통에 참기름을 바른 알미늄컵을 올려 놓고 ③의 반죽을 수저로 떠서 담는다. 가운데에 ②의 소를 올려 놓고는 다시 소가 덮이도록 반죽을 수저로 떠서 붓는다. 베보자기를 덮고 또 뚜껑을 덮어 칸다. 김이 오르기 시작하면 20분 정도 찌고 불을 끄고 10분간 뜸들인다. ⑤ ④가 완전히 식으면 틀을 벗겨낸다.



白米五升浸潤作末，湯水乘熱拌勻，打和其如可造松者，然以醇酒一甫兒（即小湯器）加入之，用手勻打，納小缸，置房中，用衣被蓋之，經夜開見，則略有沸動之意。取蒸機，鋪布巾於其內，以匙匙出米汁，勻布於布巾上，用去皮蒸小豆和蜜作團，成行列置於米汁布之上，又以匕匕出缸中米汁，滴於豆團，在汁中自然成胎矣。即切熟栗柏子之屬，縱橫點於豆團累累之上。然後取大甑，排層安下蒸機五六於其，用蓋蓋甑而蒸出之。

등장문헌 : 농정회요

흉악석이떡



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사진)

· 재료 및 분량

① 귀리가루 5컵 ② 석이버섯 2컵 ③ 꿀 1/2컵, 물 1/4컵 ④ 참기름

· 조리방법

① 석이버섯을 끓는 물에 튀하여 돌을 깨끗이 없앤다. ② ①의 귀리가루에 ③의 꿀물을 섞어서 골고루 비빈다. ③ ④에 ①의 석이버섯을 합하여 골고루 섞는다. ④ 베보자기를 찬 찜통에 참기름을 바른 떡틀을 올려놓고 ③을 골고루 펴 담아 베보자기를 덮고 또 뚜껑을 덮어서 쪄내는데, 김이 올라오기 시작하면 약 20분 동안 쪄고 불을 끄고 10분 정도 뜸을 들인다.



篩百，調蜜水雜石茸，蒸於鎗飯，其味甚佳。

등장문헌 : 박해통고, 농정회요

귀리송편(耳麥松餅)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

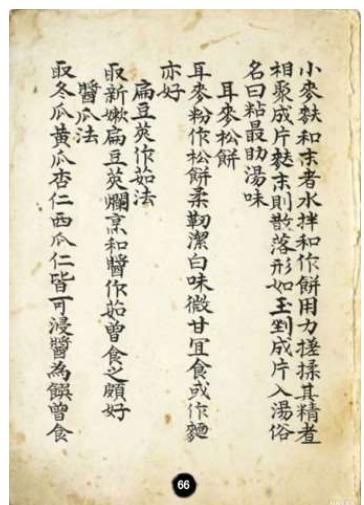
· 재료 및 분량

귀리가루, 송편소

귀리가루 5컵, 소금 1작은술, 끓는물 1 ½컵, 참기름 소 깨 ½컵, 꿀 1큰술

· 조리방법

1 깨끗하게 도정한 귀리로 고운가루를 만들어서 소금을 곁고루 섞어 체로 내린 후 끓는물을 넣고 익반죽한다. 2 깨는 잘 씻어 볶아서 곰에 빻아 꿀로 버무려 끓는다. 3 (1)을 밤알만한 크기로 떼어 둥글게 빚어 가운데를 우뚝하게 파서 그 속에 (2)의 소를 넣고 조개모양으로 빚는다. 4 베보자기를 찬 찜통에 (3)을 서로 달라붙지 않게 넣고 베보자기를 덮어서 찐다. 김이 올라오기 시작하면 20분 정도 찌고 불을 끄고 10분 동안 뜸을 들인다. 5 (4)를 재빨리 찬물에 씻어서 물기를 뺀 다음 참기름을 발라서 그릇에 담는다.



등장문헌 : 수문사설

조호전(造壺煎)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

멥쌀가루, 옛, 참기름

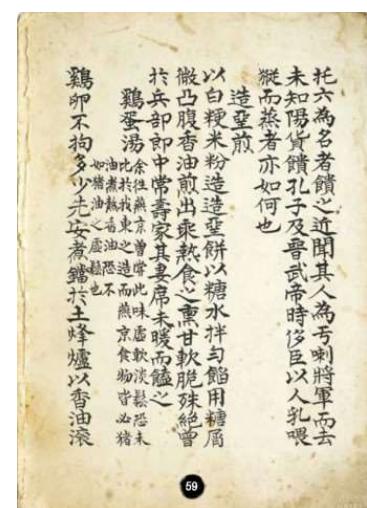
멥쌀가루 5컵, 소금 1작은술, 조청 1/2컵, 물 1/4컵, 옛가루 10큰술, 참기름

· 조리방법

1. 멥쌀가루에 소금·조청·물을 넣어 반죽한다. 2 (1)의 반죽을 지름 5cm 크기로 떼어 둥글게 빚어 가운데를 우뚝하게 파서 그 속에 옛가루를 넣고 아물려 다시 둥글게 빚는다. 3 참기름을 두른 번철에서 (2)를 뒤적여가면서 지져낸다. ※ 멥쌀가루에 포함된 수분함량에 따라 반죽용 물의 양은 달라짐.

· 읽을거리

호(壺)는 병 '호'로서 조호전이란 등근 병 모양과 같이 만들어 지지는 떡이 라는 의미를 갖고 있다. 쌀가루로 만든 일종의 호떡이다.



등장문헌 : 수문사설

토란떡(芋餅)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

토란, 꿀, 잣, 밤

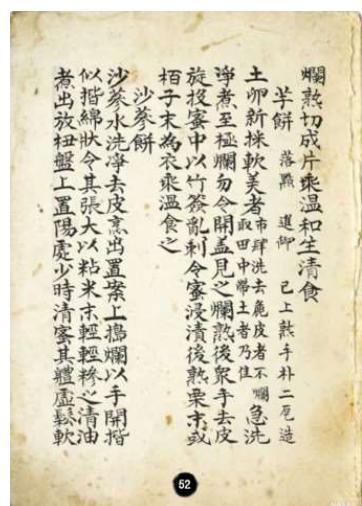
토란 8알, 꿀 1/2컵, 밤 5알, 잣 2큰술

· 조리방법

1 흙이 묻어있는 토란을 깨끗이 씻어 쪄내어 식기 전에 겹질을 채빨리 벗겨 대꽃이로 여러 군데를 찔러 놓는다. 2 뜨거울 때 (1)을 꿀에 담가 놓아 꿀이 스며들게 집청한다. 이것을 건져서 채에 반쳐 집청꿀이 빠지게 한다. 3 밤은 삶아서 겹질을 벗겨 으깨어 채에 내려 놓고, 잣은 가루로 만들어 놓는다. 4 (2)를 (3)의 밤고물과 잣고물에 굽려서 골고루 묻힌다.

· 읽을거리

낙점되어 임금께 올렸던 찬품이다. 궁중의 조리사인 속수 박이들이 만들어서 왕께 올렸다. 당시 시장에서는 겹질 벗긴 토란을 팔고 있었다. 조리하는 사람은 간편함을 추구하여 시장에서 사다 하지 말고, 밭에서 직접 캤 싱싱한 것으로 만들도록 주문하고 있다.



등장문헌 : 수문사설

경단(敬丹)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

찹쌀 2斗 / 太末 5升 / 清蜜 2升 5合 / 實稻子 3合

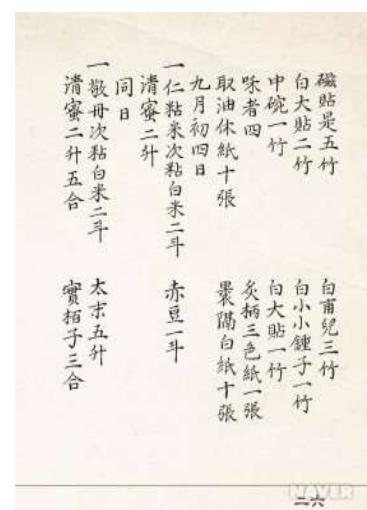
찹쌀 12,000cc / 콩가루 3,000cc / 꿀 1,500cc / 잣 180cc

* 찹쌀 400g(1컵) / 물 82g(5/6큰술) * 콩 150g(1컵) / 콩가루 55g(1/2컵) / 꿀 60g(4큰술) * 잣 6g(2작은술)



· 조리 방법

1. 찹쌀을 3시간 이상 물에 충분히 불려 가루로 빻아 고운체에 내린다. 여기에 끓는 물을 넣어 고루 치대어 반죽한다. 2. (1)의 반죽을 지름 2cm 정도 되는 크기로 떼어 잣 1알씩을 넣고 동그랗게 빚는다. 3. 콩을 깨끗이 씻어 볶는다. 이것을 절구에 담아 살짝 살짝 찔어서 키로 까불러 콩껍질을 없앤 다음 블렌더에 담아 곱게 간다. 고운체로 내려서 콩가루 1/2컵을 준비하여 접시에 펼쳐 담는다. 4. 냄비에 물을 넉넉히 담아 끓인다. 물이 끓어오르면 (2)의 경단을 넣고 삶는다. 말갛게 익어 떠오르면 건져서 냉수에 담갔다가 재빨리 건져 물기를 뺀다. 5. (4)를 꿀 4큰술에 담갔다 건져 꿀이 완전히 빠지도록 한다. 이것을 (3)의 콩가루 담은 접시에 담고 접시 채 흔들어 콩가루를 고루 묻힌다.



등장문헌 : 영접도감의궤 기타 찬풀

녹두병(菉豆餅)



NAVER

사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

재료 및 분량

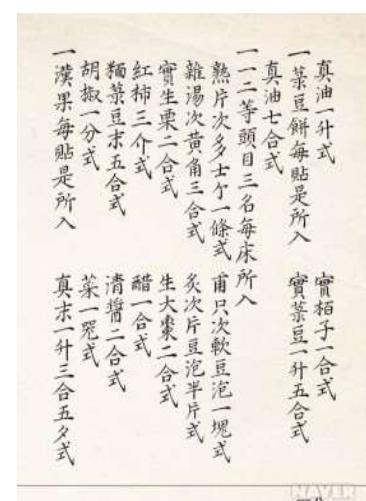
菉豆 1升 5合 / 真油 7合

녹두 900cc / 참기름 420cc

* 녹두 130g(3/4컵) / 물 100g(1/2컵) * 참기름 51g(5%온술)

조리방법

1. 녹두를 타개어 물에 충분히 불린다. 이것을 손으로 잘 비빈 다음 몇 번이고 물에 행구어 껌질을 깨끗하게 거피한 다음 건져서 물기를 뺀다. 2. (1)을 블렌더에 넣고 물 1/2컵을 넣어서 곱게 간다. 3. 번철을 충분히 달구어 참기름을 넉넉히 두르고 (2)를 작은 국자로 한 국자 씩 떠 놓고 양면을 노릇노릇하게 지져낸다.



등장문헌 : 영접도감의궤 조민상의 소선 친풀

백두증병(白豆餗餅)



NAVER

사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

粘白米 2斗 / 小豆 1斗 3升 / 乾柿 1貼 3串 / 大棗 3升 / 清蜜 2升

찹쌀 12,000cc / 팔(거피팔) 7,800cc / 건시 130개 / 대추 1,800cc / 꿀 1,200cc

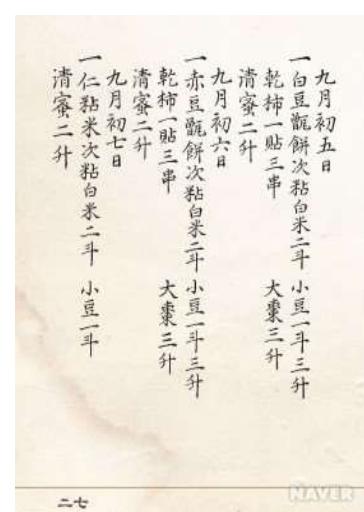
* 찹쌀 600g(3첩) / 건시 7½개 / 대추 110cc(7½큰술) / 꿀 75g(5큰술) * 거피 팔 330g(2첩)



NAVER

· 조리방법

1. 찹쌀을 3시간 이상 물에 충분히 불려 가루로 빻아 고운채에 내린다. 2. 씨를 없엔 대추는 6등분 하고 씨를 없엔 건시는 8등분 한다. 3. (1)의 찹쌀가루에 꿀을 합하여 손으로 비벼 잘 섞은 다음 (2)의 대추와 건시를 합하여 고루 섞는다. 4. 거피팔은 9시간 이상 충분히 물에 불려서 손으로 거피(去皮)하여 여러 번 물로 헹구어 낸다. 베보자기(白豆)를 깐 짬통에 거피한 팔을 담아 무르게 찐다. 더울 때에 절구에 쓸어 대강 찔어서 채에 내려 그릇에 펼쳐 담아 식혀 놓는다. 5. 짬통에 베보자기를 깊고 틀을 올려놓는다. 이 틀 맨 밑에 (4)의 거피팔고물을 한 켜 고루 뿌리고 (3)의 떡가루를 4cm 정도의 두께로 안친다. 다시 이 위에 거피팔고물을 고루 뿌려 얹는다. 베보자기를 썩우고 뚜껑을 덮어 불을 들인다. 6. 김이 오르기 시작한 후 20분 정도 찌고 10분 정도 뜸들인다. 한 김 나간 후 틀에서 꺼내 적당한 크기로 잘라 접시에 담는다.



NAVER

등장문헌 : 영접도감의궤 기타 찬풀

산삼병(山蔘餅) II



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

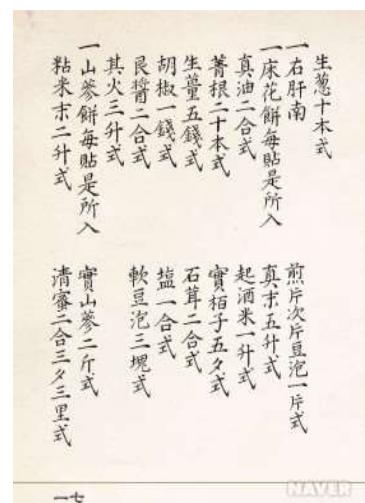
實山蔘 2斤 / 粘米末 2升 / 清蜜 2合 3夕 3里 / 真油 1升 / 實柏子 1合

실산삼 1,280g / 찹쌀가루 1,200cc / 꿀 138cc / 참기름 600cc / 잣 60cc

* 인삼 130g / 찹쌀가루 116g(1첩) / 꿀 15g(1큰술) * 참기름 40g(4큰술) * 잣 3g(1작은술)

· 조리방법

1. 인삼을 깨끗이 솔질하여 곰개 다져 찹쌀가루와 합한 후 꿀을 넣고 반죽한다. 2. (1)의 반죽을 밤통 크기로 떼어 참기름을 두르고 지지듯이 틀어낸다. 3. 잣을 가루로 만든다. 4. (2)의 떡에 (3)의 잣가루를 묻혀 그릇에 담아낸다.



등장문헌 : 영접도감의궤
조반상의 소선 찬풀

산삼병(山蔘餅) I



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

實山蔘 11/2斤 / 粘米 5升 / 清 9合 / 油 9合 / 追清 3合

실산삼 960g / 찹쌀 3,000cc / 꿀 540cc / 참기름 540cc / 추청 180cc

* 인삼 96g / 찹쌀 165g($1\frac{1}{4}$ 컵) * 참기름(지침용) 34g($3\frac{2}{3}$ 큰술) * 꿀 55g($3\frac{2}{3}$ 큰술) * 꿀(추청) 20g($1\frac{1}{3}$ 큰술)



· 조리방법

1. 찹쌀 $1\frac{1}{4}$ 컵을 3시간 이상 물에 총분히 불려 소두리에 건져 물기를 뺀다. 짬통에 베보자기 를 깔고 물기 뺀 찹쌀을 넣고는 도중에 물을 고루 뿌리고 위아래를 섞어 가며 1시간 정도 무르도록 짜낸다. 2. 인삼은 깨끗이 손질하여 곱게 다진다. 3. (1)의 찹쌀밥을 안반에 쏟아 (2)의 인삼과 함께 쌀알이 없어질 때까지 친다. 4. 넓은 쟁반에 꿀 $3\frac{2}{3}$ 큰술을 발라 놓고 (3)의 친 떡을 길게 밤툴 두께의 막대 모양으로 만들어 꿀을 골고루 바른다. 5. (4)의 떡을 밤툴 크기로 떼어 야름하게 빚어 지침용 참기름을 두르고 지지듯이 뒤져낸다. 6. (5)를 접시에 담아 추청용 꿀을 걸들여 낸다.

· 읽을 거리

추청(追清)의 추는 ‘쫓는 추’ 清은 ‘꿀 청’ 이므로, 해석한다면 ‘쫓아다니는 꿀’, 즉 절들이는 꿀이다. 일체의 소금 잔을 하지 않은 찹쌀지에 밥에 인삼을 넣고 떡메로 쳐서 일정한 크기로 떼어, 참기름을 두른 번철에서 지져낸 지침떡에 꿀을 걸들여 낸 형태이다.

中全餻折各十五个式	乾雞折各二首式	乾爻烹折各半隻
生梨各十個式	實生栗各五合式	實胡桃各五金式
實柏子各五合式	乾正果各五合式	乾正果各五合式
一進饅頭一匙或每匙	上米七升外五合式	生豬肉一斤式
蒸古一介式	實柏子一合式	實胡桃五分式
醋合式	生芋二錢式	生芋二錢式
油合式		
初味		
軟藥黑一匙或每床	上米五升式	清汁清井升五合式
油一升式	水正果一匙	清二合式
二味山參餅一匙或每匙	實參一斤半式	粘米五升式
清九合式	追清三合式	
油九合式		

영접도감의궤
등장문헌 : 상마연과 하마연의
미수 찬풀

상화병(床花餅) II



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

上末 1升 / 起酒 1升 / 鹽 3夕 / 熟小豆 6合 / 清蜜 1合

밀가루 720cc / 기주 600cc / 소금 18cc / 익힌 팥 360cc / 꿀 60cc

* 중력분 165g($1\frac{1}{2}$ 컵) / 생막걸리 250g($1\frac{1}{4}$ 컵) * 익힌 팥 3/4컵 / 꿀 30g(2큰술) / 소금 2g(1/2작은술) ※ 소금이 가진 염도는 조선시대가 지금보다 낮았으므로 양을 '원전' 보다 줄였다.

· 조리방법

1. 중력분 $1\frac{1}{2}$ 컵을 고운체로 내려서 생막걸리 $1\frac{1}{4}$ 컵과 합하여 질게 반죽한 다음 30°C 정도의 온도에서 뚜껑을 단단히 덮고 5시간 정도 놓아둔다. 부풀어 올라 벌집처럼 되면 발효된 것이다. 이것을 숟가락으로 저어주어 공기를 뺀다. 팔소 만들기 2. 팔은 깨끗이 씻어서 물을 넉넉히 끓고 삶는다. 끓어오르면 삶은 물만을 쏟아 버리고 다시 팔의 3배 정도의 물을 부어 속까지 무르도록 끓 삶는다. 더울 때 절구에 쏟아 대강 찧어서 어레미에 내려 팔고물을 만들어 3/4컵을 취해 놓는다. 3. (2)의 팔고물을 번철에 담아 부슬부슬해질 때까지 끓는다. 여기에 꿀 2큰술과 소금 1/2작은술을 넣고 반죽하여 팔소를 만든다. 상화병 11 만들기 4. 베보자기(반죽)를 깐 찜통에 참기름을 바른 작은 종지를 죽 올려놓고, 종지에 (1)의 상화병 반죽을 숟가락으로 떠서 담는다. 가운데에 (3)의 소를 올려놓은 다음 소가 덩히도록 다시 (1)의 반죽을 숟가락으로 떠서 올려놓는다. 베보자기로 덮고 뚜껑을 씌운다. 5. (4)에 불을 들여 쪘는데, 김이 오르기 시작하면 20분 정도 찌고 10분 정도 뜸들인다. 6. 완성된 (5)의 상화병이 식으면 접시에 담아낸다. 51) 河生員, 『酒方文』, 1600년대 말경. ; 『飲食知味方』, 1670년경. ; 『閨閣叢書』 卷之上, 1815년경.

· 읽을 거리

『음식지미방』 「상화병」에는 상화소 만드는 법을 다음과 같이 제시하였다.⁵²⁾ ‘소는 오이나 박을 채 썰고 무는 삶고, 석이버섯·표고버섯·참버섯은 가늘게 쟁어 단간장과 참기름을 넣고 끓아, 잣과 후춧가루로 양념하여 기상화(起霜花, 상화를 부풀게 찜)한다. 또 붉은 팥을 죽 쑤는 것 같아 삶아 뭉개어 솔뚜껑 위에 올려 놓고 마르도록 끓는다. 이것을 채로 쳐서 꿀을 넣고 반죽한다’ 원전의 상화소 만드는 방법은 『음식지미방』의 팔소 만드는 방법을 채택하였다. 52) 『飲食知味方』 「霜花法」, 1670년경.



太末一升二合五冬式	真油一合式
丁舍三合式	是所人
起酒米二合式	
一兩博氏旁排	
朱紅手盤各一	太也各一
白木綿手巾長各四尺	養齒白面各一
大紅木綿草緞段半金三幅	朱紅手巾面各一
朱紅高足床各一	白木綿被巾各一
鑄超兒各一	清蜜五冬式

— 一九 — NAVER

등장문헌 : 영접도감의궤
재신종재의 연상 찬품

상화병(床花餅) III



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

眞末 5升 / 真油 2合 / 起酒米 1升 / 蒜根 20本 / 實柏子 5夕 / 生薑 5錢 / 石菖 2合 / 胡椒
1錢 / 鹽 1合 / 良醬 2合 / 軟豆泡 3塊 / 基火 3升

밀가루 3,000cc / 참기름 120cc / 기주미 600cc / 무 20개 / 잣 30cc / 마늘 20g / 석이
버섯 120cc / 후추 4g / 소금 60cc / 간장 120cc / 연두부 3덩어리 / 기화 1,800cc

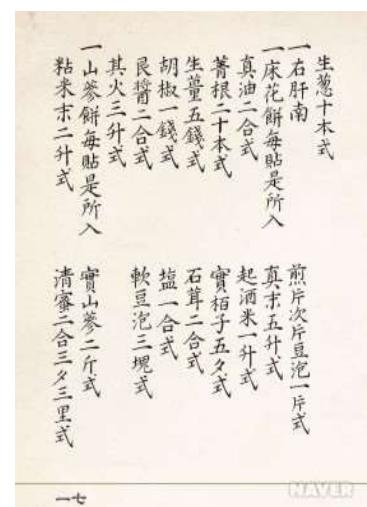
* 중력분 330g(2½컵) / 소금 2g(1/2작은술) / 생막걸리 100g(1/2컵) * 무 100g(4개) / 석
이버섯 1g(1½큰술) / 두부 1/2모 * 참기름 16g(1½큰술) / 간장 28g(1½큰술) / 다진 마늘
4g * 후춧가루 1g / 잣 3g(1작은술) *** 소금이 가진 염도는 조선시대가 지금보다 낮았으므로 양을 <원전>보다 줄였다.

· 조리방법

반죽 만들기 1. 중력분 2½컵을 고운체로 내려서 생막걸리와 합하여 반죽한 다음 30°C 정도의 온도에서 뚜껑을 단단히 덮고 5시간 정도 놓아둔다. 부풀어 올라 벌집처럼 되면 발효된 것이다. 이것을 숟가락으로 저어주어 공기를 뺀다. 소 만들기 2. 무는 곱게 채로 썰어 번철에 담아 익혀 물기를 뺀다. 석이버섯은 물에 불려 돌을 제거하여 채로 썰어 물기를 뺀다. 두부는 배보자기에 담아 무거운 것을 올려놓고 물기를 빼서 으깬다. 이상의 무, 석이버섯, 두부를 합한 후 양념하여 번철에서 볶는다. 3. 잣 1작은술은 가루로 만들어 놓는다. 이것에 (2)
와 후춧가루 1g을 합하여 소로 만든다. 상화병 III 만들기 4. 배보자기를 잘 짬통에 (1)의 반죽을 지름 4cm 정도 크기로 떼어 송편 빛듯이 흠을 파서 (3)의 소를 넣고 아무려 올려놓는다. 배보자기로 덮고 뚜껑을 씌운다. 5. (4)에 불을 들여 쪘내는데, 김이 오르기 시작하면 20분 정도 찐고 10분 정도 뜸들인다. 65) 河生員, 『酒方文』 「霜花」, 1600년대 말경. ; 『飲食知味方』 「霜花餅」 1670년경. ; 『閨閣叢書』 卷之上 「霜花」, 1815년경.

· 읽을 거리

『음식지미방』 「상화병」에는 66) 「오이나 박은 채 썰고 무는 삶고, 석이버섯·표고버섯·
참버섯은 가늘게 쟁어 단간장과 참기름을 넣고 볶아, 잣과 후춧가루로 양념하여 기상화(起霜
花)한다」고 하였다. 그러니까 채 쟁 각종 채소에 간장과 참기름을 넣고 볶은 다음 잣가루와
후춧가루를 다시 넣어 양념하여 소로 하고 있는 것이다. 잣가루는 양념용이었다. 66) 『飲
食知味方』 「霜花餅」, 1670년경.



등장문헌 : 영접도감의궤 조반상의
조선 찬풀

상화병(床花餅) I



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

生末 1斤 15兩 7錢 / 含兒豬肉 1斤 / 蔓青根 10介 / 醋 1合 / 起酒 1升 5合 / 胡椒 1錢 / 生莘 5分

밀가루 1,268g / 돼지고기 640g / 순무 10개 / 초 60cc / 기주 900cc / 후추 4g / 마늘 2g

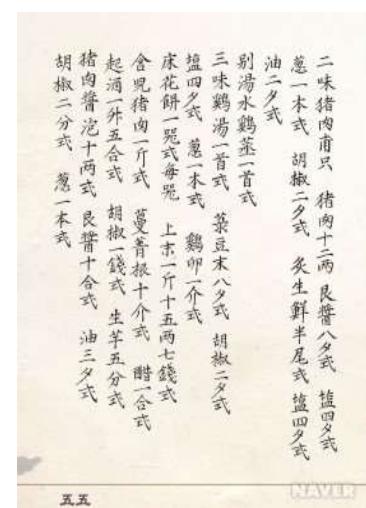
* 중력분 635g(2½컵 2½큰술) / 생막걸리(기주) 375g(1½컵) * 돼지고기 320g / 순무 50g(5개) * 양념 : 후춧가루 2g / 식초 30g(2큰술) / 다진 마늘 1g

· 조리방법

반죽 만들기 1. 중력분 2½컵 2½큰술을 고운체로 내려서 생막걸리 1½컵과 함께 반죽한 다음 30°C 정도의 온도에서 뚜껑을 단단히 덮고 5시간 정도 놓아둔다. 부풀어올라 별집처럼 되면 발효된 것이다. 이것을 숟가락으로 저어주어 공기를 뺀다. 소 만들기 2. 돼지고기는 곱게 다져 놓는다. 순무는 채로 썰어 냄비에 담아 푹 익혀서 물기를 짠 다음, 곱게 다져 놓은 돼지고기와 함께 양념하여 소로 한다. 상화병 1 만들기 3. 배보자리를 깐 찜통에 참기름을 바른 작은 종지를 죽 올려놓고 종지에 (1)의 반죽을 숟가락으로 떠서 담는다. 가운데에 (2)의 소를 올려놓은 다음 소가 덩히도록 다시 (1)의 반죽을 숟가락으로 떠서 올려놓는다. 배보자기로 덮고 뚜껑을 씌운다. 4. (3)에 불을 들어 쪄내는데, 짐이 오르기 시작하면 20분 정도 찌고 10분 정도 뜸들인다. 5. 완성된 (4)의 상화병이 식으면 접시에 담고 초장을 걸들여낸다. 41) 河生員, 『酒方文』, 1600년대 말경. ; 『飲食知味方』, 1670년경. ; 『閨閣叢書』 卷之上, 1815년경.

· 읽을거리

『주방문』 「상화」에서 기주(起酒) 만드는 법을 다음과 같이 기술하고 있다. 42) ‘백미(쌀 1되)로 죽을 쑤어 식힌다. 묽은 물을 우려낸(따라 버린) 누룩(5홉 정도)을 새로운 물에 담가 오랫동안 주무르면 뿌연 물이 생긴다. 이것을 백미죽에 섞어 따뜻한 곳에 놓아둔다. 이를 후 다시 백미로 죽을 쑤어(밀술이 2되 정도되면 백미 5홉으로 죽을 쑤다) 덧술하여 항아리에 담는다. 항아리를 따뜻하게 해주면 그 다음날 술이 된다. 밀가루를 곱게 채로 쳐서 술을 넣고 질쭉하게 반죽하여 부풀어 일거든 시루에 증편 찌듯 한다. 소는 팔소나 공가루에 꿀을 섞어 쓰고 또 채소를 넣어도 좋다. 반죽은 질쭉해야 부드럽다’ 기주는 소위 생쌀막걸리(열균하지 않은 쌀 막걸리)이다. 42) 河生員, 『酒方文』 「霜花」, 1600년대 말경.



五五

등장문헌 : 영접도감의궤
별다담 찬풀

송고병(松古餅)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

粘米 5升 / 熟松古 11/2斤 / 清 9合 / 油 8合 / 追清 3合

찹쌀 3,000cc / 숙송기 960g / 꿀 540cc / 참기름 480cc / 추청 180cc

* 찹쌀 165g(1¼컵) / 숙송기 96g * 꿀 55g(3½큰술) * 추청용 꿀 20g(1½큰술) * 참기름(지짐용) 33g(3½큰술)

· 조리방법

떡 반죽하기 1. 소나무 속껍질을 벗겨 물을 충분히 넣고 끓은 물에서 오랫동안 삶아 연하게 만든다. 손으로 잡아당겼을 때 쉽게 끊어질 정도로 삶는다. 이것의 물기를 짜서 곱게 다져 숙송기[熟松古]를 만들어 96g을 취한다. 2. 찹쌀 1¼컵을 3시간 이상 물에 충분히 불려 소우리에 건져 물기를 뺀다. 짬통에 배보자리를 깔고 물기 뺀 찹쌀을 넣고는 도중에 물을 고루 뿌려 위 아래를 섞어 가면서 1시간 정도 무르도록 쟈낸다. 3. (2)의 찹쌀밥을 안반에 쏙아 (1)의 숙송기를 합하여 쌀알이 없어질 때까지 친다. 송고병 만들기 4. 넓은 쟁반에 꿀 3½큰술을 끌어 놓고 (3)의 친 떡을 길게 밤틀 두께의 막대 모양으로 만들어 꿀을 골고루 바른다. 5. (4)의 떡을 밤틀 크기로 떼어 가름하게 빚어 지짐팬에 지짐용 참기름을 두르고 지지듯이 뒤적낸다. 6. (5)를 접시에 담아 추청용 꿀을 곁들여 낸다.

· 읽을거리

과자류에 속하는 송고마조와 떡류에 속하는 송고병의 차이는 송고마조는 찹쌀(60cc)에 비하여 숙송기(168g) 양이 많고, 송고병은 숙송기(96g)에 비하여 찹쌀(300g) 양이 많은 것에 있다. 그러니까 송고마조에서 숙송기가 주 재료이고 찹쌀은 다만 숙송기를 접착시키는 접착제 역할을 한 반면, 송고병은 찹쌀이 주 재료이고 숙송기는 다만 맛을 내는 역할을 하고 있다.



山參茶	一匙或每匙	實山參	三兩或	芥介五錢或
實柏子	一升或	水正黑	一匙或	清二合或
三味杏仁	一匙或每匙	上末五錢或	清汁清并殊金錢或	
黑果	一匙或每匙	水正黑墨或	清二合或	
西味松古	一匙或每匙	粘米五升或	熟松古一斤半或	
清九合或	油八合或	造清三合或	山參茶一匙或	
實山參三兩或	芥子五錢或	大召冕或每匙	大召冕或每匙	
水正黑一匙或	清二合或	五味軟雲冰一匙或每匙	上末五升或	
油八合或	實柏子一升或	水正黑一匙或	清汁清并一升或	
黑隔次白紙一卷十丈	取油休紙卷十丈	清二合或	雪綿子三兩	

四五

영접도감의궤
등장문헌 : 상마연과 하마연의
미수 찬풀

인점미(仁粘米)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

찹쌀 2斗 / 赤豆 1斗 / 清蜜 2升

찹쌀 12,000cc / 팔 6,000cc / 꿀 1,200cc

* 찹쌀 400g(2컵) * 팔 165g(1컵) / 물 3컵 * 꿀 50g(3/3큰술)

· 조리방법

1. 찹쌀을 3시간 이상 물에 충분히 불려 소두리에 건져 물기를 뺀다. 찜통에 베보자기를 깔고 물기뺀 찹쌀을 넣고는 도중에 물을 고루 뿌려 위아래를 섞어 가면서 1시간 정도 무르도록 짜낸다. 팔고물 만들기 2. 팔에 물을 넉넉히 붓고 끓어오르면 물만을 쏟아 버린다. 여기에 팔 분량의 3배 정도의 물을 붓고 완전히 무르게 삶는다. 더울 때 절구에 담아 찢어서 어레미에 내린다. 이것을 번철에 담아 꿀 3/3큰술을 합하여 타지 않도록 약한 불에서 주걱으로 뒤집어 주면서 보습보습하게 될 때까지 끓여 식힌 후 다시 어레미에 내려 팔고물을 만든다. 인점미 만들기 3. (1)의 찹쌀밥을 안반에 쏟아 떡매로 쌀알이 없어질 때까지 친다. 4. 넓은 쟁반에 (2)의 팔고물을 고루 뿌려 놓고 (3)의 친 떡을 길게 막대 모양으로 만들어 얹은 다음 위에도 (2)의 팔고물을 고루 뿌린다. 손으로 두께 1cm, 넓이 3cm가 되게 펴서 길이 4cm 정도 되게 잘라 다시 팔고물을 묻힌다.

· 읽을 거리

원래 인점미는 콩가루를 고물로 입히는 떡을 말한다. 분(紛)은 ‘콩가루’, 자()는 ‘쌀을 짜서 안반 위에 올려 놓고 떡매로 문드러지게 치는 것’을 뜻하는 카닭에⁶⁷⁾ 그래서 인점미 [仁粘米]를 분자(紛)라 하였다. 67) 李瀨(1681~1763), 『星湖僕說』 『餅粉』.



一 清蜜 同日 次 二升 黏白米 五合 二斗	一 仁月 密米 次 二升 黏白米 二升 一斗	九 取味 中碗 大貼 一竹 休紙 十張 一 竹 竹 竹
太 赤豆 末 子 三合 五升 一斗	白 裹 白 紙 三 色 紙 十 張	白 小 大 貼 一 竹 竹 竹 竹

등장문헌 : 영접도감의궤 기타 찬풀

적두증병(赤豆餫餅)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

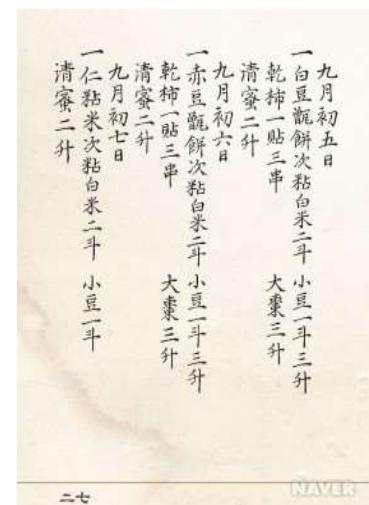
찹쌀 2斗 / 小豆 1斗 3升 / 乾柿 1貼 3串 / 大棗 3升 / 清蜜 2升

찹쌀 12,000cc / 팔(붉은팥) 7,800cc / 건시 130개 / 대추 1,800cc / 꿀 1,200cc

* 찹쌀 600g(3컵) / 건시 7½개 / 대추 110cc(7½큰술) / 꿀 75g(5큰술) * 팔 330g(2컵) / 물 6컵

· 조리방법

떡 반죽하기 1. 찹쌀을 3시간 이상 물에 충분히 불려 가루로 빻아 고운체에 내린다. 2. 씨를 없앤 대추는 6등분 하고 씨를 없앤 건시는 8등분 한다. 3. (1)의 찹쌀가루에 꿀 5큰술을 합하여 손으로 비벼 잘 섞은 다음 (2)의 대추와 건시를 합하여 고루 섞는다. 팔고물을 만들기 4. 붉은팥은 깨끗이 씻어서 물을 넉넉히 붓고 삶는다. 끓어오르면 삶은 물만을 쏟아 버리고 다시 팔의 3배 정도의 물을 부어 속까지 무르도록 끓여 삶는다. 더울 때에 절구에 쏟아 대강 찢어서 어레미에 내려 팔고물을 만든다. 적두증병 만들기 5. 찜통에 베보자기를 쌀고 틀을 올려놓는다. 이 틀 맨 밑에 (4)의 팔고물을 한 켜 고루 뿌리고 (3)의 떡가루를 4cm 정도의 두께로 안친다. 다시 이 위에 팔고물을 고루 뿌려 얹는다. 베보자기를 씌우고 뚜껑을 덮어 불을 들인다. 6. 김이 오르기 시작하면 20분 정도 쳐고 10분 정도 뜸 들인다. 한김 나간 후 틀에서 꺼내 적당한 크기로 잘라 접시에 담는다.



등장문현 : 영접도감의궤 기타 찬풀

잡과전



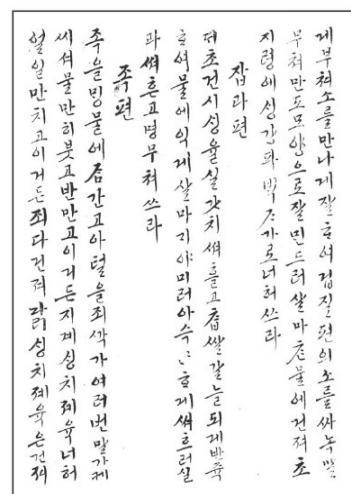
사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사진)

· 재료 및 분량

① 찹쌀가루 5컵, 소금 1작은술, 뜨거운 물 3/4컵 ② 대추 2컵, 꽃감 3개, 밤(생율) 2컵

· 조리방법

① 찹쌀가루에 소금을 넣고 체에 뜨거운 물을 합하여 치대어 익반죽한다. 이것을 베추리알 크기로 빚는다. ② 씨를 제거한 대추는 곱게 채로 썬다. 밤은 껌질을 벗겨서 곱게 채로 썬다. 꽃감도 곱게 채로 썬다. 이들 모두를 합하여 쟁반에 펴 놓는다. ③ 남비에 물을 넉넉히 담아 끓인다. 펄펄 끓어오르면 ①의 경단을 넣고 휙휙 저어서 삶는다. ④ ③의 경단이 말갛게 익어서 떠오르면 건져서 찬물에 담아 재빨리 건져내어 물기를 뺀다. ⑤ ②의 쟁반에 담은 과일고물에 ④의 경단을 넣어서 쟁반을 흔들어 고물을 고루 묻혀 그릇에 담는다.



등장문현 : 음식방문

감자죽



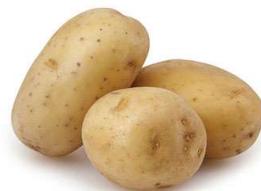
사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사진)

· 재료 및 분량

- ① 감자 200g(2개), 쌀 1 1/2컵, 물 10컵

· 조리방법

- ① 감자의 껌질을 벗겨 강판에 갈아 베보자기로 짜내고 찌꺼기는 버린다.
- ② 쌀을 씻어서 물에 2시간 이상 충분히 불려 소주리에 건져 물기를 뺀다.
- ③ 바닥이 두꺼운 낭비에 ①과 ②를 담고 분량의 물을 합하여 센불에 올린다.
- 끓어 오르면 불을 약하게 줄이고 쌀알이 완전히 퍼질때까지 가끔 나무주걱으로 저어주면서 서서히 끓인다.



用甘菊新長嫩頭叢生葉，摘采洗，細切，入同米煮粥。食之目寧心。

등장문현 : 농정회요

국죽



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

· 재료 및 분량

① 굴깍것(굵은곳) 25개 ② 멩쌀 1컵, 물 6컵 ③ 두부 200g, 참기름 1큰술 ④ 달걀 2개 ⑤ 소금

· 조리방법

① 굴은 열은 소금물로 흔들어 깁질을 끌라내고 깨끗이 씻어 건져서 물기를 뺀다. ② 쌀을 씻어서 물에 2시간 이상 충분히 불려 소쿠리에 건져 물기를 뺀다. ③ ④의 두부는 2cm 크기의 정사면체로 썰어 남비에 담아 분량의 참기름을 넣고 약한 불에서 끓인다. ④ ⑤의 두부가 익으면 ①의 굴을 넣고 한소끔 끓인 후 ②의 쌀과 분량의 물을 붓는다. 한소끔 끓어 오르면 불을 약하게 줄여서 쌀알이 완전히 퍼질 때까지 서서히 끓인다. ⑤ ⑥의 달걀을 풀어놓는다. ⑥ ④에서 쌀알이 완전히 퍼지면 ⑤의 달걀로 줄알을 쳐서 한소끔 끓인다. 소금을 절들인다.



石花揀碎甲，油煮豆腐如軟泡羹樣，與米作粥，候熟下鷄卵數箇調和，煮一沸，適淡加物料食之

등장문헌 : 농정회요

닭죽



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

· 재료 및 분량

- ① 닭은 암탉 1마리, 물 10컵 ② 맵쌀가루 3컵, 소금 1작은술, 뜨거운물 9큰술 ③ 달걀 3개
- ④ 소금

· 조리방법

- ① 남비에 ①의 닭을 담아 분량의 물을 붓고 닭고기가 완전히 풀어지도록 물을 보충해가면서 끓 삶는다. 이것을 체에 받쳐서 식힌 다음 기름을 걸어내어 10컵을 취한다. ② 맵쌀가루에 소금을 넣은 뜨거운 물로 익반죽하여 작은 대추 크기로 동그랗게 빚어 새알을 만든다. ③ ③의 달걀을 풀어 놓는다. ④ ①의 육수를 다시 남비에 담아 불에 올린다. 펄펄 끓으면 ②의 새알을 넣는다. ⑤ ④에서 새알이 익으면 ③의 달걀로 줄알을 쳐서 한소끔 끓인다. ⑥ 소금을 곁들여 낸다.



陳肥雌鷄，爛烹解散，篩下去脂，下梗米心，適淡，候熟，下鷄卵數箇調和，煮一沸出。

등장문헌 : 농정회요

마죽



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사진)

· 재료 및 분량

① 산약(마) 300g ② 쌀 1 1/2컵, 물 8컵

· 조리방법

① 산약의 껌질을 벗겨 강판에 간다. ② 쌀을 씻어서 물에 2시간 이상 충분히 불려 소쿠리에 진저 물기를 뺀다. ③ 바닥이 두꺼운 낭비에 ①과 ②를 담고 분량의 물을 합하여 센불에 올린다. 끓어오르면 불을 약하게 줄이고 쌀알이 완전히 퍼질 때까지 가끔 나무주걱으로 저어 주면서 서서히 끓인다.



若於此時，暫忽調攝，則後虞漸深。
兼以三仙密水調進，煩熱困倦之時，
加生脈散砂糖如茶進。且飴粥滋補
榮衛，除熱止渴，生薯粥，補益元
氣。竝宜頻進。

등장문헌 : 조선왕조실록, 농정회요

무죽



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

· 재료 및 분량

① 무 200g, 소금 Ⓛ 쌀 1 1/2컵, 물 10컵

· 조리방법

① 무에 소금을 뿌려서 절인다. 절여졌으면 물에 한번 씻어서 한면이 1cm 크기의 정사면체로 썰어 놓는다. ② 쌀을 씻어서 물에 2시간 이상 충분히 불려 소우리에 건져 물기를 뺀다. ③ 바닥이 두꺼운 남비에 ②의 쌀과 분량의 물을 합하여 담고 센불에 올린다. 끓어오르면 불을 약하게 줄이고 쌀알이 완전히 퍼질 때까지 가끔 나무주걱으로 저어주면서 서서히 끓인다. ④ ③에서 쌀알이 퍼지면 ①의 무를 넣어서 한소끔 끓인다.



用不辣大蘿入煮，粥熟，切碎如豆入粥，將起一而食。

등장문헌 : 농정회요

보리죽



사진 출처 : 한국민속대백과사전

· 재료 및 분량

① 뜬보리 1 1/2컵, 물 9컵 ② 찹쌀가루 1컵, 끓는 물 3큰술, 소금 1/4작은술 ③ 소금

· 조리방법

① 뜬보리를 절구에 담아 물을 붓고 물렁물렁해질때 까지 찧는다. ② ②의 찹쌀가루에 소금을 탄 끓는 물로 익반죽하여 작은 대추알크기로 빚는다. ③ 바닥이 두꺼운 남비에 ①과 분량의 물을 담아 센불에 올린다. 끓어오르면 불을 약하게 하여 나무주걱으로 가끔 저어주면서 보리쌀이 푹 퍼질때 까지 서서히 끓인다. ④ ③이 완성되면 ②의 새알을 넣는다. 새알이 익어서 위로 떠오르면 그릇에 담아낸다. 소금을 곁들인다.



取麥成實者，取粒白中添水搗爛，和米心作粥，調食之，味新好。（即米麥也，取粥作粥，添油，則味更佳。）

등장문헌 : 농정회요

아욱죽



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

· 재료 및 분량

① 쌀 1 1/2컵, 물 9컵 ② 소고기우둔육 200g ③ 아욱 200g ④ 새우가루 2큰술

· 조리방법

① 쌀을 씻어서 물에 충분히 2시간 이상 불린 다음 소쿠리에 건져 물기를 뺀다. ② 아욱의 줄기는 껍질을 벗긴다. 잎과 함께 깨끗이 씻는다. ③ 소고기는 밤를 크기로 썰어 바닥이 두꺼운 낭비에 담고 분량의 물을 부어 센불에 올린다. 끓어오르면 불을 약하게 줄여서 물을 보충해 가면서 고기가 무르도록 끓인다. 완성되면 고기는 건져낸다. ④ ③에 ①의 쌀을 넣는다. 처음에는 센불로 하고 끓어오르면 불을 약하게 줄여서 나무주걱으로 저어주면서 쌀알이 퍼지도록 끓인다. ⑤ ④에서 쌀알이 완전히 퍼지면 ②의 아욱과 ④의 새우가루를 넣고 한 소끔 더 끓인다.



葵菜取莖葉，而莖則去皮，入粳米，加或牛或猪或鷄肉一片煎作粥，(粥成)去肉，用蝦肉作屑，和粥食之，佳。

등장문헌 : 농정회요

연부리죽



사진 출처 : 만개의 레시피

· 재료 및 분량

⑦ 연근녹말 1/2컵, 녹말(칡, 녹두) 1/4컵, 물 6컵 ⑧ 꿀

· 조리방법

① 연근의 껌질을 벗겨서 잘게 썰어 물을 주면서 갈아 그대로 가라 앉혀 윗물을 따라 버린다. 밑에 모아진 양금을 고운 배보자기 위에 펴 말려서 고운 채로 내려 1/2컵을 취한다.
 ② ①의 연근녹말과 ⑦의 녹말을 합하여 분량의 물을 조금씩 부어 되직하게 풀고 나머지 분량의 물을 합하여 골고루 풀어 놓는다. ③ 남비에 ②를 담아 불에 올린다. 끓어오르면 불을 약하게 하여 나무주걱으로 잘 저어주면서 명울이 없도록 서서히 익힌다. ④ ③이 말갛게 익으면 그릇에 담아 꿀을 걸들인다.



去皮作細末，和梗米末小許作粥，和蜜食之。延年。

등장문헌 : 농정회요

우양죽



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

· 재료 및 분량

① 소양 300g ② 땡쌀 1컵, 물 6컵 ③ 소금



· 조리방법

① 두꺼운 소양을 소금으로 안팎을 주물러 씻는다. 이것을 끓는물에 튀하여 껌질을 벗겨 버리고 찬물에 씻어 놓는다. ② ①을 남비에 담아 물 6컵을 붓고 센불에서 끓인다. 떨필 끓어오르면 불을 줄이고 고기가 완전히 무르게 익을 때까지 물을 보충해 가면서 서서히 끓인다. ③ ②에서 고기가 물러졌으면 꺼내서 손으로 실처럼 가늘게 찢고, 국물을 기름을 걷어 버리고 채에 받친다. ④ 쌀을 씻어서 물에 2시간 이상 충분히 불려 소우리에 건져 물기를 뺀다. ⑤ 바닥이 두꺼운 남비에 ④의 쌀을 담고 ③의 육수와 고기를 합하여 불에 올린다. 끓어오르면 불을 약하게 줄여서 쌀알이 완전히 퍼질 때까지 서서히 끓인다. ⑥ ⑤를 그릇에 담아 ③의 소금을 절들인다.



牛取厚片爛烹，以手細裂如絲，下粳米就原汁煮粥，適淡食之。

등장문현 : 농정희요

율무죽



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사진)

· 재료 및 분량

① 율무가루 1컵, 쌀가루 1/3컵, 물 8컵 ② 꿀

· 조리방법

① 율무를 씻어서 물에 2시간 이상 충분히 불린다. 이것에 물을 충분히 주면서 브лен더로 갈아 그대로 가라 앉혀 윗물을 따라 버린다. 밑에 모아진 양금을 고운 배보자기 위에 펴 말려서 고운 체로 내려 1컵을 취한다. ② ⑦의 쌀가루와 ①의 율무가루를 합하여 분량의 물을 조금씩 부어 되직하게 풀고 나머지 분량의 물을 합하여 골고루 풀어놓는다. ③ 남비에 ②를 담아 물에 올린다. 끓어오르면 불을 약하게 하여 나무주걱으로 저어 주면서 멍울이 없도록 서서히 익힌다. ④ ③이 말갛게 익으면 그릇에 담아 꿀을 걸들인다.



薏苡米作細末，和粳米細末三分一作粥，和蜜食之。

등장문헌 : 농정회요

장죽



사진 출처 : 한식진 흥원, 한국외식정보(주)

· 재료 및 분량

① 쌀 1컵, 잣 1/2컵, 물 6컵 ② 소금

· 조리방법

① 쌀을 씻어서 물에 2시간 이상 충분히 불려 소우리에 건져 물기를 뺀다. ② 블렌더에 쌀을 담아 분량의 물 일부를 넣고 갈아 고운채로 받친다. ③ 잣은 팬에 담아 노랗게 볶아서 블렌더에 넣고 분량의 물 일부를 넣고 갈아 고운채로 받친다. ④ 바닥이 두꺼운 낭비에 ②의 쌀과 함께 남은 물을 합하여 블에 올린다. 끓어오르면 약한 불에서 나무주걱으로 서서히 저어 주면서 끓인다. ⑤ ④가 끓어 오르면 ③의 잣물을 조금씩 넣어 주면서 멍울이 지지 않도록 나무주걱으로 저어주면서 서서히 끓인다. ⑥ ⑤를 그릇에 담고 소금을 걸들인다.



勿論胎漏胎動。急用海松子잣 粥。
極有效。洪正有龜。屢試屢驗。聞
見方 子懸昏室。煎服葱白。卽差。
煎服紫蘇葉。亦效。聞見方

등장문헌 : 산림경제, 농정회요

전복 · 홍합 · 소고기죽



사진 출처 : 우리의 식탁(<https://wtable.co.kr/store>)

· 재료 및 분량

① 전복(大) 1개(100g), 건홍합 10개, 소고기우둔육 100g ② 쌀 1컵, 물 7컵 ③ 간장



· 조리방법

① 쌀을 씻어서 물에 2시간 이상 충분히 불려 소쿠리에 건져 물기를 뺀다. ② 건홍합은 물에 씻어서 부스러트리고 절구에 담아 짓찧어 고운가루로 만든다. 전복은 얇게 저며 썰어서 다시 곱게 다진다. 소고기우둔육도 곱게 다진다. ③ 바닥이 두꺼운 남비에 ①의 쌀과 분량의 물을 넣고 ②를 합하여 센불에 올린다. 끓어오르면 불을 약하게 줄이고 쌀알이 완전히 퍼질 때까지 가끔 나무주걱으로 저어주면서 서서히 끓인다. ④ ③을 그릇에 담아 간장을 걸들여낸다.



全鰻紅蛤牛肉粥 皆作細末，和粥作
粥，或或醬淡適宜。宜無齒牙老人。

등장문현 : 농정희요

참깨죽



사진 출처 : <https://amyzzung.tistory.com/723>(티스토리 블로그)

· 재료 및 분량

① 참깨 2/3컵, 쌀 1컵, 물 7컵 ② 연유

· 조리 방법

- ① 참깨를 깨끗이 씻어서 찜통에서 꺼낸다. 이것을 팬에 담아 고소한 향이 나도록 볶는다.
- ② 쌀을 씻어서 물에 2시간 이상 충분히 불려 소쿠리에 건져 물기를 뺀다. ③ ①의 참깨를 브랜더로 물을 조금씩 주면서 갈아 고운 체에 내리고 짜꺼기는 버린다. ④ 바닥이 두꺼운 난비에 ③에서 쓰고 남은 분량의 물을 붓고 ②의 쌀을 합하여 센불에 올린다. 끓어오르면 불을 약하게 줄이고 쌀알이 완전히 퍼질 때까지 가끔 나무주걱으로 저어주면서 서서히 끓인다.
- ⑤ ④에서 쌀알이 퍼졌으면 ③의 참깨즙을 조금씩 부어 넣어 멍울이 지지 않도록 나무주걱으로 저어 주면서 서서히 끓인다. ⑥ ⑤를 그릇에 담아 연유를 곁들여낸다.



用胡麻去皮，蒸熟，更炒令香。用米三合淘，入胡麻二合汁同煮粥，熟加食之。

등장문현 : 농정회요

칡가루죽



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

· 재료 및 분량

① 칡녹말 1/2컵, 쌀가루 1/4컵, 물 6컵 ② 꿀

· 조리방법

① 칡의 겉질을 벗겨서 잘게 썰어 물을 주면서 브лен더로 갈아 그대로 가라 앉힌다. 윗물을 따라버리고 밑에 모아진 앙금을 고운 배보자기 위에 펴 말려서 고운 체로 내려 1/2컵을 취한다. ② ①의 칡녹말과 ③의 쌀가루를 합하여 분량의 물을 조금씩 부어 되직하게 풀고 나머지 분량의 물을 합하여 골고루 풀어 놓는다. ③ 남비에 ②를 담아 불에 올린다. 끓어오르면 불을 약하게 하여 나무주걱으로 잘 저어주면서 멍울이 없도록 서서히 익힌다. ④ ③이 말갛게 익으면 그릇에 담아 꿀을 걸들인다.



葛粉粥 作粉法如取藕粉法。少和粳米細末作粥，和蜜食，宜解醒。

등장문헌 : 농정회요

한죽



사진 출처 : 본죽(<https://www.bonif.co.kr/brand?brdCd=BF101>)

· 재료 및 분량

멥쌀 1컵, 참기름 1큰술, 물 6컵 ◎ 참기름 1큰술



· 조리방법

① 쌀을 씻어서 물에 충분히 2시간 이상 불려 소우리에 건져 물기를 뺀다. ② 바닥이 두꺼운 낭비를 불에 올려 놓아 달군다. 달구어지면 ⑦의 참기름을 두르고 ①의 쌀을 넣어 나무주걱으로 골고루 기름이 스며들도록 볶는다. ③ ②에 분량의 물을 붓고 끓인다. 한소끔 끓어오르면 불을 약하게 줄여서 쌀알이 완전히 퍼질 때까지 서서히 끓인다. ④ ③에 ⑤의 참기름을 넣고 골고루 휘젓는다. ⑥ ④가 한소끔 끓어 오르면 완성된 것이다.

性。稻米上。用石鼎上，水鼎次之，錫下。用甘泉則味佳，泉劣則粥色黃而不成。煮法：精鑿白米，多洗，下熱鼎，滴香油略炒，待油盡入，然後多灌水，用柴木火連煎去至半熟，汁少渾，便以煮匙酌出其汁於器內。又以煮匙之背微磨粥滓，而勿令米粒成泥，復入香油攪勻，無少注火煮之。用煮匙又取酌出之汁，匙匙添下於粥中，其汁旋縮旋添，煮到無汁可添而乃止，則其粥十分濃稠，如牛乳粥。晨空心，甚宜老人，生津液。食白粥後，忌冷水，成肺疾。

등장문현 : 농정희요

붕어죽



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농총진홍청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

붕어, 원미죽감

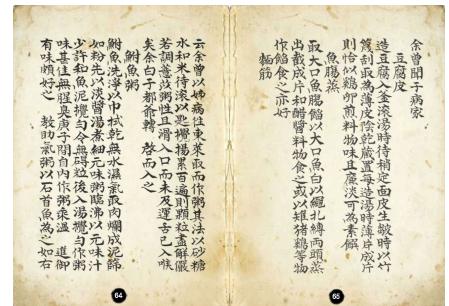
붕어(大) 1마리(1.5kg), 쌀 1컵, 물 6컵

· 조리방법

원미죽(元味粥) 만들기 25) 1 쌀을 굽게 동강나개 갈아 쑤 죽을 원미죽이라 한다. 쌀을 깨끗이 씻어 물에 불린다. 이것을 건져서 익서에 살짝 간다. 2 냄비에 물 6컵을 넣고 끓인다. 펄펄 끓으면 (1)의 원미쌀을 넣고 둥근한 불에서 끓인다. 붕어죽 만들기 3 큰 붕어의 비늘을 거스려 긁어 버리고 배를 갈라 내장을 없앤 후 깨끗이 씻어 물기를 뺀다. 붕어살을 발라내어 곱게 다져 놓는다. 4 끓고 있는 (2)의 죽물을 조금 떠서 (3)의 다진 붕어살에 넣고 덩어리가 지지 않게 잘 뗀다. 5 (4)를 끓고 있는 (2)의 죽에 넣고 끓고루 주걱으로 저어 주면서 죽을 쑤다. 6 그릇에 담아 낼 때 기호에 따라 소금이나 찬장을 걸들인다. 25)『是義全書』 「장구 원미」「소주원미」

· 읽을거리

경자년(庚子年)은 1720년으로 경종 원년에 해당된다. 그러니까 이 해에 지은이가 「붕어죽」을 쑤어 경종께 올려서 드시도록 하였다는 것이다.



등장문헌 : 수문사설

서국미죽(西國米)



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

· 재료 및 분량

서국미, 옛가루

서국미 2컵, 옛가루 6큰술, 물 6컵

· 조리 방법

1 물에 옛가루를 합하여 그릇에 담아 잘 섞어 여기에 서국미를 넣는다. 2 (1)을 주걱으로 저어준다.



· 읽을거리

서국미는 말랏카와 보르네오 등이 원산지이다. 크기는 녹두보다 작고 색깔은 쌀과 비슷하여 미적색(微赤色)을 띠고 있다. 죽으로 끓여 먹으면 비위(脾胃)를 건강하게 한다고 한다. 따라서 병약한 사람이 이것을 먹는다. 맛은 달백하고 미감(微甘)이다.²³⁾ 원래 죽미(米)란 수수를 말한다. 출죽미(米)는 찰수수이다.²⁴⁾ 그러니까 서국미의 형태는 찰수수 모양과 같다는 이야기이다. 23)『和漢三才圖會』 卷103.「西國米」 24) 丁若鏞, 『雅言覺非』



등장문현 : 수문사설

연근죽(藕粉粥)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

연뿌리가루 1냥, 옛가루 2전

연근 10뿌리 또는 연근가루 2첩, 물 10컵, 옛가루 6큰술

· 조리방법

1 연근의 겉질을 벗겨서 얇게 편으로 잘라 채반에 넣어 햅볕에 말린다. 2 (1)을 익서에 곱게 갈아서 연근가루를 만들고 2첩을 취한다. 3 (2)를 냄비에 담아 옛가루를 섞어 물을 부어 죽을 쑤다.

· 읽을거리

대개의 경우 연근의 겉질을 벗겨서 갈아 앙금을 가라앉힌 다음 깨끗해질 때까지 웃물을 길고 앙금을 말려 가루로 만들지만, 『수문사설』에서는 햅볕에 말린 연근편을 갈아서 물을 부어 죽을 쑤고 있다. 왕을 측근에서 보필하였던 을미년(乙未年)은 숙종 41년(1715)이다. 이 해 여름에 지은이는 병이 나 침을 맞으리 병원에 다니고 있었으나 연근죽을 먹고 치료가 빨리 되었다고 쓰고 있다. 이러한 지은이의 체험을 바탕으로 선왕(先王, 경종, 재위 1720~1724)께도 이 죽을 원하였지만 선왕이 드시지 않았으므로 이에 대한 안타까움을 나타내고 있다. 또한 爺는 “부(父)야” “노인 야” 이므로 여기서는 문맥상 아버지를 가리쳤다고 보았을 때 숙종 43년(1717) 당시 내국(內局)의 도제조판부사(都提調判府事)22였던 이상국(李相國)은 지은이의 아버지일 것이다. 경종을 선왕(先王)이라 한 것으로 보아 『수문사설』은 영조(재위 1724~1776) 대에 쓰여 진 것이다. 만력(萬曆) 연간(年間)이란 명(明)나라 신종(神宗, 재위 1573~1620)의 치세연호(治世年號)를 말함으로, 이 때에 연근가루 만드는 방법이 시작되었다는 이야기이다. 22) 도제조(都提調) : 조선조의 벼슬의 하나. 승문원(承文院) · 봉상사(奉常寺) · 종묘사(宗廟寺) · 사옹원(司饔院) · 내의원(內醫院) · 구기사(軍器寺) · 구자감(軍資監) · 사역원(司譯院) · 전함사(典鑪司) · 종묘서(宗廟署) · 사직서(社稷署) · 경모궁(景慕宮) · 영희전(永禧殿) · 장생전(長生殿) · 선혜청(宣惠廳) · 주천사(瀋川司) · 혼련도감(訓練都監) · 금위영(禁衛營) · 어영청(御營廳) · 비변사(備邊司) · 수성금화사(修城禁火司) · 문조전(文照殿) · 경리청(經理廳) 등에 각각 딸린 벼슬. 의정(議政)이나 의정을 지낸 사람을 임명했음. 판부사(判府事)는 판중추부사(判中樞府事)를 말하는 것으로 중추부의 종 1품 벼슬이다. 내국(內局)이란 내의원임으로 여기서는 내의원에 속해 있는 종 1품의 판중추부사로 재직하고 있던 이상국(李相國)이 지은이의 아버지임을 밝히고 있다.



등장문헌 : 수문사설

조기죽(石首魚粥)



NAVER

사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

조기, 원미죽감

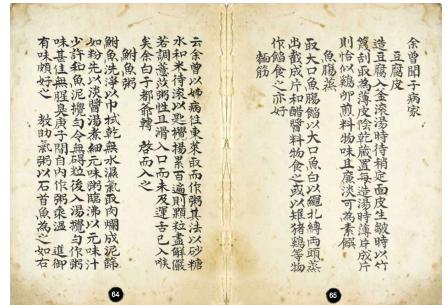
조기(大) 2마리(1kg), 쌀 1컵, 물 6컵

· 조리방법

원미죽(元味粥) 만들기 26) 1 쌀을 깨끗이 씻어 물에 불린다. 이것을 건져서 익서에 살짝 찬다. 2 냄비에 물 6컵을 넣어 펄펄 끓으면 (1)의 원미쌀을 넣고 끓은 물에서 끓인다. 조기죽(石首魚粥) 만들기 3 큰 조기의 비늘을 거스려 긁어 버리고 배를 갈라 내장을 없앤 다음 깨끗이 씻어 물기를 뺀다. 조기살을 발라내어 곱게 다져 놓는다. 4 끓고 있는 (2)의 죽물을 조금 떠서 (3)의 다진 조기살에 넣고 둉어리 지지 않게 잘 엔다. 5 (4)를 끓고 있는 (2)의 죽에 넣고 골고루 주걱으로 저어 주면서 죽을 쑤다. 26)『是義全書』 「장국원미」 「소주원미」, 쌀을 긁어 동창나게 잘아 쑤 죽을 원미죽이라 한다.



NAVER



등장문헌 : 수문사설

녹두차



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사진)

· 재료 및 분량

㉠ 녹두 1/2컵 ㉡ 꿀 ㉢ 물 10컵

· 조리방법

① 녹두를 물에 담가 하룻밤 정도 불렸다가 소쿠리에 건져 물기를 뺀다. 이것을 팬에 담아 약한 불에서 나무주걱으로 저어주면서 타지 않게 볶아 익힌다. ② 주전자에 ①과 분량의 물을 합하여 불에 올린다. 끓어오르면 불을 약하게 하여 30분 정도 끓인다. ③ ②를 찻잔에 따라 꿀을 걸들여 낸다.



菉豆暫烹，取水和蜜之，色綠味，解胃熱。

등장문현 : 농정회요

봉수탕



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

· 재료 및 분량

㉠ 잣 1/2컵, 호두 1/2컵 ㉡ 꿀 1/2컵 ㉢ 물 10컵

· 조리 방법

① 호두는 꿀은 물에 푸하여 속껍질을 벗긴다. 여기에 잣을 합하여 브랜더로 곱게 간다. ② ①에 ②의 꿀을 합하여 골고루 섞는다. ③ 찻잔에 ②를 1큰술 씩 담고 물을 끓여서 붓는다.



必用松子柏子胡桃肉，湯浸去皮各一
兩，爛，次入好蜜半兩和勻。每用
沸湯點服。

등장문헌 : 오주연 문장전산고,
농정회요

청천백석차



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사진)

· 재료 및 분량

① 호두 1/2컵, 잣 1/2컵, 밀가루 1/2컵 ② 물, 꿀



· 조리방법

① 호두는 끓는 물에 투하여 속껍질을 벗긴다. 여기에 잣을 합하여 브렌더로 곱게 간다. ② 밀가루를 팬에 담아 약한 불에서 나무주걱으로 저어 주면서 타지 않게끔 볶아 익힌다. ③ ①과 ②를 합하여 작은 대추알 크기로 빚는다. ④ 물을 끓여서 찻잔에 담고 ③을 2~3개 담아 꿀을 걸들여낸다.



用胡桃柏子肉，和真粉成小塊，如石，置茶中。

등장문헌 : 농정회요

뱅어탕(白魚湯)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

녹두녹말, 통후추, 꿀물

녹두녹말 5컵, 물 $\frac{1}{4}$ 컵, 밀가루 1컵, 물 8컵, 통후추 $\frac{1}{4}$ 컵 꿀물 물 2컵, 물 20컵

· 조리방법

1 밀가루 1컵에 물 8컵을 넣어 묽은 풀을 쑤다. 2 녹두녹말(녹두가루에서 녹두녹말의 회수율은 30%가 되게 하였음) 5컵에 물 $\frac{1}{4}$ 컵을 뿌려 골고루 비벼 놓는다. 3 (1)의 밀가루풀 1컵과 (2)를 합하여 반죽한다. 이것을 조금씩 뜯어 뱅어 모양으로 만들어서 머리 쪽에는 통후추를 2알 박아 두 눈 모양으로 만든다. 4 (3)을 펼펼 끊고 있는 물에 삶아서 찬물에 넣었다가 건져낸다. 5 꿀물을 만들어 그릇에 담아 (4)의 뱅어를 넣는다.

· 읽을거리

뱅어가 물에서 헤엄쳐 다니는 형태로 만들어 마치 강물 속의 뱅어를 강물과 더불어 마시듯이 만들어 내고 있는 음청류(飲清類)이다.



등장문헌 : 수문사설

식혜(食醯)②



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

쌀, 엿기름, 백청, 유자

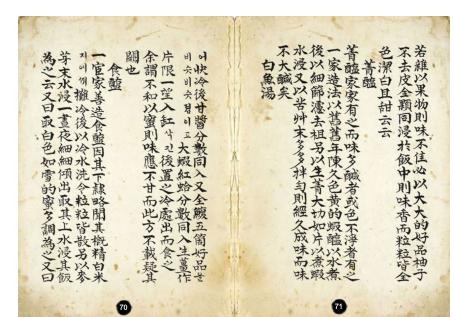
쌀 2컵, 엿기름 4컵, 물 10컵, 유자 1개, 흰 꽃

· 조리방법

1 냄비에 10컵의 물을 넣고 끓여서 손을 넣을 정도로 식혀 4컵의 엿기름을 끓여 나무주걱으로 저어서 2시간 정도 놓아둔다. 윗물이 맑아지면 윗물만 고운채에 받친다. 2 쌀을 깨끗이 씻어 찜통에 넣고 되게 친다. 이것을 찬물에 씻어 밥알을 알알이 풀어지게 한 다음 건져 놓는다. 이 밥을 향아리에 담아 넣고 (1)의 엿기름물을 부어 뚜껑을 닫아 끓한다. 3 (2)를 45°C정도에서 5시간 정도 놓아두면 밥알이 삭아서 3~5알 정도가 등등 뜨게 된다. 그러면 찬 곳에 옮겨 보관하는데 이 때 흰 꽃을 탄 차가운 물을 보충 할 수도 있다. 또 여기에 유자 를 통째로 넣어 유자향이 우러나게 한다. 4 먹을 때 다기에 (3)의 식혜물을 1컵 정도 붓고 식혜밥 1큰술을 떠 넣는다. 37)『閨閣叢書』「식혜」:『是議全書』「식혜」:『朝鮮無雙新式料理製法』「식혜」:『朝鮮料理製法』「식혜」

· 읽을 거리

지은이는 식혜 만드는 법 두가지를 소개하고 있다. 이 식혜법이 전자에 비하여 훨씬 쉽고 맛이 좋을 뿐만 아니라 색깔도 아름답다고 생각하였기 때문에 또 부언의 식혜향을 일부러 넣었다고 생각된다. 앞서의 식혜가 대추·배·잣·밤 등의 과일을 많이 넣고 만드는 것인 반면에, 이 식혜는 유자를 통째로 넣고, 찐 밥알도 찬물에 씻어서 걸의 전분질을 제거함으로서, 전분질 때문에 생기는 식혜물의 혼탁함을 방지하고, 유자향이 감도는 깨끗한 음청류이다.



등장문헌 : 수문사설

식혜(食醯法)①



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

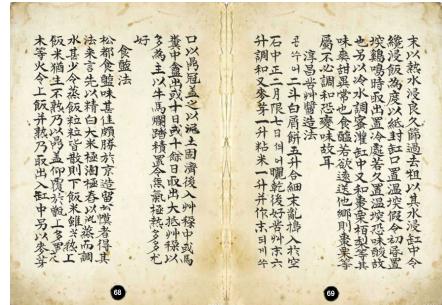
쌀, 엿기름, 백청(꿀), 대추, 밤배잣

쌀 2컵 엿기름물 엿기름 4컵, 물 10컵 기타 대추채 1/2컵, 배채 1/2컵, 밤채 1/2컵, 잣 1큰술, 꿀



· 조리방법

1 냄비에 10컵의 물을 넣고 끓여서 손을 넣을 정도로 식혀 4컵의 엿기름을 풀어 나무주걱으로 저어서 2시간 정도 놓아둔다. 이것을 고운 채에 반친다. 2 쌀을 깨끗이 씻어 찜통에 넣고 찌는데, 밥이 알알이 흩어지도록 되게 찐다. 이 밥을 항아리에 넣고 밥이 식기 전에 (1)의 엿기름물을 부어 뚜껑을 닫아 봉한다. 3 (2)를 45° C정도에서 5시간 정도 놓아두면 밥알이 찍아서 3~5일 정도가 동동 뜨게 된다. 그러면 찬 곳에 옮겨 보관하는데, 이때 대추채, 배채, 밤채, 잣채 등을 넣고 식성에 따라 꿀물을 넣는다. 4 먹을 때 다기에 (3)의 식혜물을 1컵 정도 끓고 식혜밥 1큰술을 떠 넣는다. 34)『閨閣叢書』 「식혜」 : 『是議全書』 「식혜」 : 『朝鮮無雙新式料理製法』 「식혜」 : 『朝鮮料理製法』 「식혜」



등장문헌 : 수문사설

설화소



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

· 재료 및 분량

① 밀가루 5컵, 소유 1컵 ② 백당(황조청) 1/2컵 ③ 참기름

· 조리방법

① 우유를 남비에 담아 불에 올린다. 2~3번 끓어오르면 그릇에 부어 식힌다. 완전히 차게 식으면 막이 생긴다. 이 막이 소유(油)로 막 만을 그릇에 담아 1컵을 취한다. ② 솥에 밀가루를 담아 불에 올린다. 불을 약하게 하여 나무주걱으로 저어 주면서 끓여 익힌다. 익으면 불이 있는 상태에서 ①을 붓고 나무주걱으로 저어 골고루 섞는다. ③ ②가 섞어지면 ④의 백당을 넣고 골고루 한쪽 방향으로 저어주면서 섞는다. ④ 참기름을 바른 쟁반에 ③을 쏟아 식힌다. 어느정도 식으면 손으로 편편하게 펴서 새알크기로 자른다.



黑沙糖熬過濾，與糖對半相下鍋，熬一頓飯時，和油半在內共熬一，用炒手加，花椒末少，和成一塊。上案開，切象眼塊。

등장문현 : 농정회요

애심마



사진 출처 : 만개의 레시피(유사한 사진임)

· 재료 및 분량

⑦ 조청(糖) 10큰술 ⑨ 참깨 2컵 ⑩ 참깨 2컵

· 조리방법

① ⑨과 ⑩의 참깨를 물에 충분히 불려 손으로 비벼서 껌질과 과육을 분리한 다음 여러번 씻어 껌질을 없앤다. 이것을 팬에 담아 약한 불에서 볶아 익힌다. 완전히 익으면 브렌더로 간다. 절반은 쟁반에 펴 담는다. ② 바닥이 두꺼운 낭비에 ⑦의 조청을 담아 약한 불에서 실이 생길 때까지 줄인다. 여기에 ①의 깻가루 절반을 합하여 한쪽 방향으로 휘저어서 혼합한다. ③ ②를 ①의 깻가루를 담은 쟁반에 쏟아 편편하게 하고 위에도 깻가루를 고루 묻혀서 흥두깨로 밀어 편편하게 하여 새알 크기로 자른다.



四色强精一器：四色强精 各三百箇
粘米三斗五升 酒清真油 各九升 白
糖十五斤 細乾飯一斗五升 桂皮末實
柏子 各二升 芝草一斤 紅取油二升
雪綿子五錢

등장문헌 : 진연의궤, 농정회요

잡과다식



사진 출처 : 네이버 블로그(https://m.blog.naver.com/PostList.naver?blogId=green_coop)

· 재료 및 분량

① 밤 5개, 꽃감 2개, 대추 10개, 호두 5개



· 조리방법

① 밤의 껍질을 벗겨 얇게 저며서 채반에 넣어 바싹 말린다. ② 호두는 끓는 물에 튀하여 속껍질을 벗긴다. ③ 대추는 짬통에 담아 쪄서 씨를 없앤다. ④ 꽃감은 씨를 없애고 잘게 썬다. ⑤ 위의 4가지를 절구에 담아 문드러지게 찧는다. ⑥ ⑤를 다식판에서 박아낸다.



栗肉（水煮去核），胡桃肉（水浸去皮），四味於內同搗爛，造法上同或之，以備荒歲。一名方儉。

등장문헌 : 농정회요

참깨파식



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

· 재료 및 분량

① 쪽임자 1컵 ② 조청 4큰술



· 조리방법

① 쪽임자를 깨끗이 셧는다. ② 남비에 ①을 담고 물을 부어 삶아 채로 반친다. 배보자기에 펴서 햇빛에 널어 말린다. 이렇게 9번을 반복한다. ③ ②를 손으로 비벼서 겹질을 없앤다. ④ ③을 브랜더로 찬다. ⑤ ④에 분량의 조청을 합하여 다식황에서 박아낸다.



黑芝麻子九蒸丸，去（갓기마）粗皮，色白，炒香，搗篩末，造法上同，明目延年。

등장문헌 : 농정회요

메밀빵



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

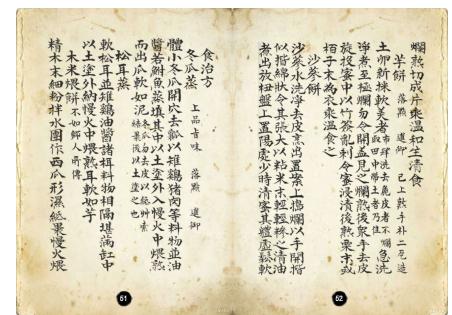
메밀가루, 물

메밀가루 5컵, 물 1¾컵, 소금 1작은술, 꿀

· 조리방법

1 메밀가루에 물과 소금을 넣고 반죽하여 지름 6cm 정도의 통을 통한 단자로 빚는다. 2 (1)을 물에 젖은 한지로 싸서 불이 은은한 옛 속에 묻어 구워낸다. 3 (2)를 편으로 잘라 꿀을 걸들여 낸다. ※ 또는 (1)을 우침호일로 싸서 오븐에서 구워낸다.

중국에서는 밀가루에 물을 넣고 반죽하여 구워내는 것을 소병(燒餅)이라 하였다. 원래 소병은 호병(胡餅)이 발전한 것으로 실크로드를 통하여 그 제법이 중국에 전해졌다. 밀가루를 이용하여 만든 음식을 병(餅)이라 한 중국에서는, 병을 유병(油餅) · 탕병(湯餅) · 증병(蒸餅) · 소병(燒餅)으로 분류하였는데, 유병 · 탕병 · 증병은 한반도에 전래되어 널리 유행하였으나, 소병 만은 좀처럼 만들지 않았던 것 같다. 『수문사설』 속에 나오는 「메밀빵」은 상당히 드물게 검색되는 찬품으로 아마도 소병의 초출(初出)인지도 모르겠다. 다만 밀가루가 귀했던 까닭에 밀가루 대신에 메밀가루로 대체한 듯하다.



등장문헌 : 수문사설

사삼병(沙蔘餅)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

더덕, 찹쌀가루, 참기름, 꿀

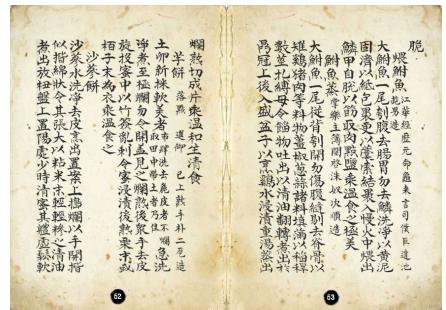
더덕 500g, 찹쌀가루 1 ½컵, 소금 ¼작은술, 식용유, 꿀 1컵

· 조리방법

1 더덕은 깨끗이 씻어 껌질을 벗기고 끓는 물에서 데쳐낸다. 2 도마 위에 더덕을 올려놓고 홍두깨로 살살 두드린다. 이것을 손으로 면(무명)과 같이 얇고 넓게 잘 펴다. 3 찹쌀가루에 소금을 섞은 후 더덕에 듬뿍 뿌려 물친다. 4 기름을 넉넉히 두른 팬에서 (3)의 더덕을 뒤집듯이 바삭하게 지져내어 채반에 놓고 완전히 식혀 잠시 햅볕에 말린다. 5 (4)의 더덕에 꿀을 살살 마른다. 5) 『飲食知味方』 「섭산적법」 : 『朝鮮料理製法』 「섭산적법」

· 읽을 거리

『음식지미방』 「섭산삼법」에는 물에 담갔다 끼낸 더덕에 찹쌀가루를 묻혀 기름에 지져낸 다음 꿀에 담갔다 쓴다 하였다. 『수문사설』 「사삼병」은 끓는 물에서 익혀 건져낸 더덕에 찹쌀가루를 묻혀 지져낸 하였음으로 조리법으로 만 본다면 같은 계보이다. 섭은 한자로 摄 이 아닐까 한다. 거둔다(收). 끌어 잡는다(引持). 가진다(持)는 뜻을 가지고 있는 섭은, 섭화(攝化)(6) 하는 음식이라는 뜻에서 따온 글자로서, 섭산삼은 불교 소선(素膳)의 하나일 가능성이 있다. 원래는 섭산삼이었으나, 세월이 흐르면서 「사삼병」이 되었을 것이다. 6) 섭화(攝化) : 중생을 거두고 보호하여 가르치고 인도함.



등장문헌 : 수문사설

연백당(軟白糖)



사진 출처 : 위키백과

그림 출처 : 엿만들기-김준근



· 재료 및 분량

쌀가루, 엿기름



· 조리 방법

-미상

· 맛을 거리

쌀가루에 엿기름과 물을 섞어 고아 만든 엿을 미쳐 굽기 전에 두사람이 여러차례 잡아 당기고 합하고를 반복하면 획엇이 되는데 이것을 항아리에 넣어 3~4년 동안 물었다가 꺼내 먹으면 약이 되어 질병을 다스린다는 이야기이다. 심양(瀋陽)은 중국 요동성(遼東省)의 성도(省都)이다. 동평도위(東平都尉)는 정재룡(鄭載龍, 1648~1723)으로 숙종조 때 사람이다. 영의정을 지낸 정태화(鄭太和)의 아들로, 효종 7년(1656)에 효종의 딸인 숙정공주(淑靜公主)와 결혼하여 동평위(東平尉)로 봉해졌다. 세차례에 걸쳐 사운사(謝恩使)로 명을 받아 청나라에 다녀왔다. 도위(都尉)란 부마도위(駙馬都尉)로 곧 임금의 사위를 말한다. 『수문사설』이 쓰여질 당시, 엿은 잔치상에 올라가는 찬품의 하나였다.



등장문헌 : 수문사설

백라식(白茶食)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

上末 3升 2合 4夕 / 清 2合 6夕 5分 / 造清 3合 9夕 7分 5里

밀가루 1,944cc / 꿀 158cc / 조청[白糖] 237cc

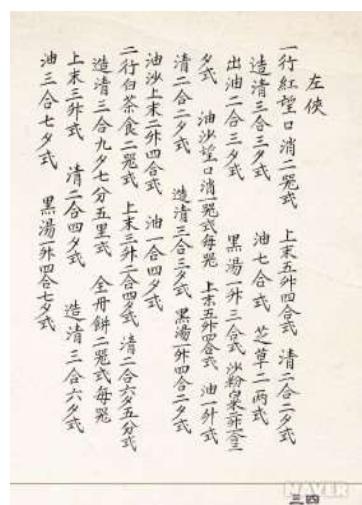
* 중력분 220g($\frac{1}{3}$ 컵) * 꿀 30g(2큰술) / 조청(백당) 95g($\frac{1}{3}$ 큰술) / 물 15g(1큰술)

· 조리방법

1. 중력분 $\frac{1}{3}$ 컵을 번철에 담아 아주 낮은 온도에서 익을 정도로만 하얗게 끓는다. 2. 꿀 2큰술, 조청 $\frac{1}{3}$ 큰술, 물 1큰술을 합하여 끓여서 차게 식힌다. 3. (1)이 완전히 식으면 (2)의 꿀물을 합하여 반죽한다. 4. 다식판에 (3)을 박아낸다. 12) 『飲食知味方』, 1670년경.

· 읽을 거리

이 익은 『성호사설』 「다식」에서 다음과 같이 기술하였다.¹³⁾ ‘쌀가루를 꿀과 합하여 둥쳐서 나무통 속에 넣고 짓이겨 동그란 떡을 만드는데 ... 이 다식은 송(宋)나라 때 대룡단(大龍團)과 소룡단(小龍團)이란 떡이 잘못 전해진 것이다’라고 생각한다. 어떤 집은 밤을 가루로 만들어서 다식을 박아 쓰기도 한다. 혹은 물고기·새·꽃·잎처럼 예쁘게 만들기도 하나 용단(龍團)에 비하면 점점 잘못된 것이다’ 다식이 승나라 때 용단에서 비롯되었다는 것과 쌀가루가 당시 다식의 주재료이었음을 밝히고 있다. 한편, 밀가루를 재료로 한 다식법이 김수가 지은 『수운잡방』 「다식법」에서 기록되어 있다.¹⁴⁾ ‘밀가루 1말·꿀 1되·참기름 3홉·청주 3잔을 고르게 섞어 뭉치듯이 반죽하여 여러 모양의 틀에 찍어낸 다음 노구[]에 펴 담고 뚜껑을 덮어서 밑에 숯불을 피워 굽는다.’ 이 밀가루를 재료로 한 다식법은 고려 때 만들어 먹던 다식문화의 잔재인지도 모르겠다. 재료를 익혀 반죽하여 다식판에 찍어내는 다식법의 전 단계가 『수운잡방』 의 「다식법」 이 아닐까 한다. 13) 李漢(1681~1763), 『星湖僊說』 「茶食」. 14) 金綏(1481~1552), 『需雲雜方』 「茶食法」.



등장문헌 : 영접도감의궤
하마연과 상마연 찬풀

백미자아(白味子兒)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

재료 및 분량

上末 1升 2合 / 清 8夕 5分 2里 / 造清 1合 2夕 7分 8里 / 油 1合 7夕 3里 / 清 1夕 5分 3里 / 造湯 2夕 2分 9里

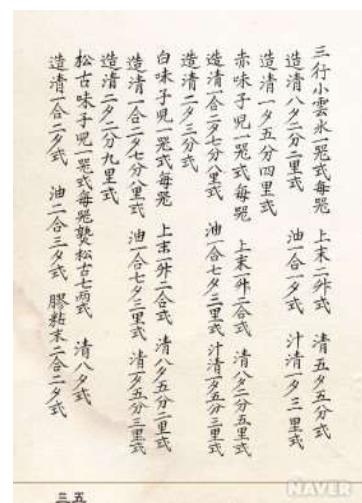
밀가루 720cc / 꿀 50cc / 조청[白糖] 74.8cc / 참기름 102cc / 청 8cc / 조청[白糖] 12.8cc

* 중력분 165g($1\frac{1}{2}$ 컵) / 꿀 25g($1\frac{1}{3}$ 큰술) / 조청(백당) 76g($2\frac{2}{3}$ 큰술) / 참기름 33g($3\frac{1}{3}$ 큰술) / 물 45g(3큰술) * 즙청용 꿀 8g(1작은술) / 조청(백당) 19g(2작은술) / 물 5g(1작은술) * 식용유(튀김용)



조리방법

1. 물 3큰술, 조청 $2\frac{2}{3}$ 큰술, 꿀 $1\frac{1}{3}$ 큰술을 합하여 끓여서 차게 식힌다. 2. 중력분 $1\frac{1}{2}$ 컵과 참기름 $3\frac{1}{3}$ 큰술을 합하여 손바닥으로 잘 비빈 다음 굽은 체로 내린다. 여기에 (1)의 꿀물을 넣고 잘 섞어 손으로 뭉치듯이 반죽한다. 3. (2)의 반죽을 작은 도토리 모양으로 빚는다. 4. 즙청용 꿀 1작은술, 조청 2작은술, 물 1작은술을 합하여 약한 불에 올려놓아 끓인다. 완전히 섞이면 불에서 내린다(조청 만드는 법은 중박계 참조). 5. 튀김용 식용유를 불에 올려놓고 낮은 온도에서 (3)의 과자를 서서히 하얀 빛깔이 유지되도록 튀겨내어 기름을 뺀다. 6. (5) 가 식기 전에 (4)의 꿀물을 담갔다가 건져 꿀물이 완전히 빠지도록 한다. 19) 河生員, 『酒方文』, 1600년대 말경. ; 『飲食知味方』, 1670년경.



등장문헌 : 영접도감의궤
하마연과 상마연 찬품

백산자(白散子)

사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤
(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

中末 1升 5合 / 油 7夕 5里 / 乾飯 3合 7夕 5里 / 煮油 7夕 5里 / 黑湯 5合 4里

밀가루 900cc / 참기름 42cc / 건반 222cc / 자유 42cc / 흑당 [黑糖] 300cc

* 중력분 165g($1\frac{1}{2}$ 컵) / 출유(참기름) 12g($1\frac{1}{3}$ 큰술) / 물 90g(6큰술) * 흑당 228g($1\frac{1}{2}$ 컵) / 조청(백당) 608g(1컵) / 물 20g($1\frac{1}{3}$ 큰술) * 건반 90cc(6큰술) / 참쌀 50g(6큰술) / 지짐기름(자유) 15g($1\frac{1}{3}$ 큰술) * 식용유(튀김용)

· 조리방법

만드는 법 1 반죽 만들기 1. 중력분 $1\frac{1}{2}$ 컵과 참기름 $1\frac{1}{3}$ 큰술을 합하여 손바닥으로 잘 비빈 다음 굽은 채로 내린다. 여기에 분량의 물을 넣고 반죽한다. 2. (1)의 반죽을 밀방망이로 0.2cm 두께로 밀어서 가로 4cm, 세로 5cm가 되게 직사각형으로 썬다. 건반 만들기 3. 참쌀 6큰술을 3시간 이상 물에 불려서 찜통에 넣고 무르도록 짜내어 찬물로 한 번 행군 후 물기를 빼고 채반에 담아 햇볕에서 바싹 말려 건반(乾飯)을 만든다. 바닥이 두꺼운 냄비에 자유 $1\frac{1}{3}$ 큰술을 담아 온도를 올린 후 건반을 넣고 확 일어나면 흰색이 유지되게끔 재빨리 건져내어 기름을 뺀다. 접시에 펼쳐 담아 식힌다. 백산자 만들기 4. 튀김용 식용유를 튀김냄비에 담아 약한 불에 올려놓고 낮은 온도에서 (2)의 과자를 연한 갈색이 되게 튀겨내어 기름을 뺀다. 5. 냄비를 불에 올려놓고 조청 1컵을 담아 갈색이 될 때까지 끓여 식혀서 $1\frac{1}{2}$ 컵을 준비한다. 이것을 흑당(黑糖, 黑湯)이라고 한다. 이 흑당에 물 $1\frac{1}{3}$ 큰술을 합하여 약한 불에 올려놓아 끓인다. 완전히 섞이면 불에서 내린다(조청 만드는 법은 중박제 참조). 6. (4)가 식기 전에 (5)의 흑당물을 담갔다 건져 흑당물이 완전히 빠진 후 (3)의 사분말을 끓인다. 백산자 만들기 4. 튀김용 식용유를 튀김냄비에 담아 약한 불에 올려놓고 낮은 온도에서 (2)의 과자를 연한 갈색이 되게 튀겨내어 기름을 뺀다. 5. 냄비를 불에 올려놓고 조청 1컵을 담아 갈색이 될 때까지 끓여 식혀서 흑당(黑糖, 黑湯)을 만들어 $1\frac{1}{2}$ 컵을 준비한다. 이 흑당에 물 $1\frac{1}{3}$ 큰술을 합하여 약한 불에 올려놓아 끓인다. 완전히 섞이면 불에서 내린다(조청 만드는 법은 중박제 참조). 6. (4)가 식기 전에 (5)의 흑당물을 담갔다 건져 흑당물이 완전히 빠진 후 (3)의 사분말에 굽린다.

· 읽을 거리

과자이름을 산자(散子)라 한 것은 뷔은 벼를 뜻하는 산자(子)에서 유래하였다. 찰벼[]를 껌질 그대로 솔에 넣어 뷔으면 속에 들어 있는 쌀이 튀어 흩어지는 까닭에 산자라고 하였다는 것이다.³⁶⁾ 그러나 이익이 살던 시기에는 찰벼를 껌질 그대로 솔에 넣어 뷔는 대신에 쪘서 바싹 말린 참쌀밥을 기름으로 튀져 썼던 것 같다. 이에 대하여 이익은 ‘지금 풍속에 기름으로 튀진 참쌀을 통칭 산자라고 하는데, 이는 제대로 되지 않은 말이다’라고 하였다. 덧붙여 그는 말하기를 ‘별도로 떡을 네모나게 얇게 만들어 기름에 튀기고 옛을 발라서 튀밥을 불여 이를 산자라 한 것은 의의가 튀밥에 있는 것이지 떡에 있는 것이 아니다.’라고 하였다. 튀밥을 불였기 때문에 과자이름을 산자라고 한 이 튀밥은 쪘서 익혀 바싹 말린 참쌀밥[乾飯]을 기름에 튀진 것이므로 소위 건반(乾飯)에 해당된다. 이것의 전 단계가 찰벼를 껌질 그대로 솔에 넣어 뷔는 형태가 될 것이다. 이익이 살던 시절 훨씬 전인 1643년 궁중에서는 이미 건반을 기름에 튀져 백산자 고물로 쓰고 있었다. 사진촬영은 「만드는 방법 1」을 택하여 하였음을 밝힌다. 36) 李瀨(1681~1763), 『星湖集說』 「子」.



床花匠婢愛丹	一分子內瞻寺所掌
小朴桂冕或每器	頭目九人對客云賓六慶宴及便殿
油合五夕武	白散子冕每器
乾飯三合七夕五里武	中末升五合武
紅散子冕每器	煮油七夕五里武
乾飯三合七夕五里武	黑湯五合武
沙粉末三夕武	油七夕五里武
出油二夕三里武	黑湯五合武
皮捲子二合九武	造清五合二夕五里武
大召云合九武	芝草二錢或武

등장문현 : 영접도감의궤
등록의연상 작품

봉접과(蜂蝶果)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

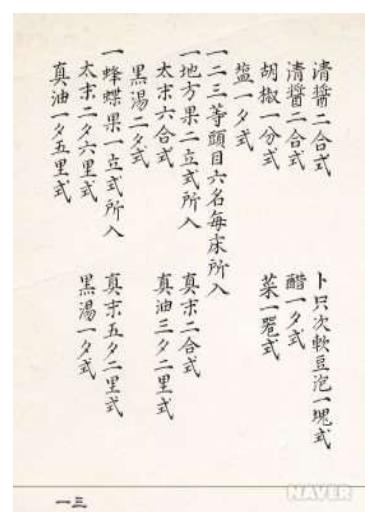
眞末 5夕 2里 / 太末 2夕 6里 / 黑湯 1夕 / 真油 1夕 5里
밀가루 30cc / 콩가루 12cc / 흑당 [黑湯] 6cc / 참기름 6cc
* 중력분 132g(1컵) / 콩가루 52g(6½큰술) / 참기름 33g(3½큰술) / 물 45g(3큰술) * 조
청(백당) 100g(5큰술) / 흑당 95g(3½큰술) / 물 10g(2작은술) * 식용유(튀김용)

· 조리방법

반죽하기 1. 중력분 1컵, 콩가루 6½큰술, 참기름 3½큰술을 합하여 손바닥으로 잘 비빈 다음 굽은 체로 내린다. 여기에 분량의 물을 넣고 잘 섞어 손으로 뭉치듯이 반죽한다. 2. (1)의 반죽을 손으로 굴려가면서 지름이 1cm 정도 되는 원통형으로 길게 만들어 8개로 잘라 놓는다. 흑당 만들기 3. 냄비를 불에 올려놓고 조청 5큰술을 담아 끓이는데, 갈색이 되면 불에서 내려 식혀 흑당(黑糖, 黑湯)을 만들어 3½큰술을 취해 놓는다. 이 흑당에 물 2작은술을 합하여 약한 불에 올려놓아 끓인다. 완전히 섞이면 불에서 내린다(조청 만드는 법은 중박체 참조). 봉접과 만들기 4. 튀김용 식용유를 불에 올려놓고 낮은 온도에서 (2)의 과자를 서서히 연한 갈색이 나도록 튀겨내어 기름을 뺀다. 5. (4)가 식기 전에 (3)의 흑당물에 담갔다 건져 꿀물이 완전히 빠지도록 한다.

· 읽을 거리

봉접과(蝶果)의 은 ‘벌 봉’, 蝶은 ‘나비 접’이다. 그러니까 봉접과는 벌과 나비들이 먹는 맛있는 과자란 뜻일 것이다. 원전에는 봉접과 1개[立]당 밀가루 30cc, 콩가루 12cc, 흑당 6cc, 참기름 6cc의 재료가 들어간다고 되어 있으므로, 밀가루 240cc, 콩가루 96cc, 흑당 48cc, 참기름 48cc가 재료가 된다면 봉접과 8개가 만들어지게 된다.



등장문현 : 영접도감의궤
2.3등두목의 연상 찬풀

상약과(常藥果)

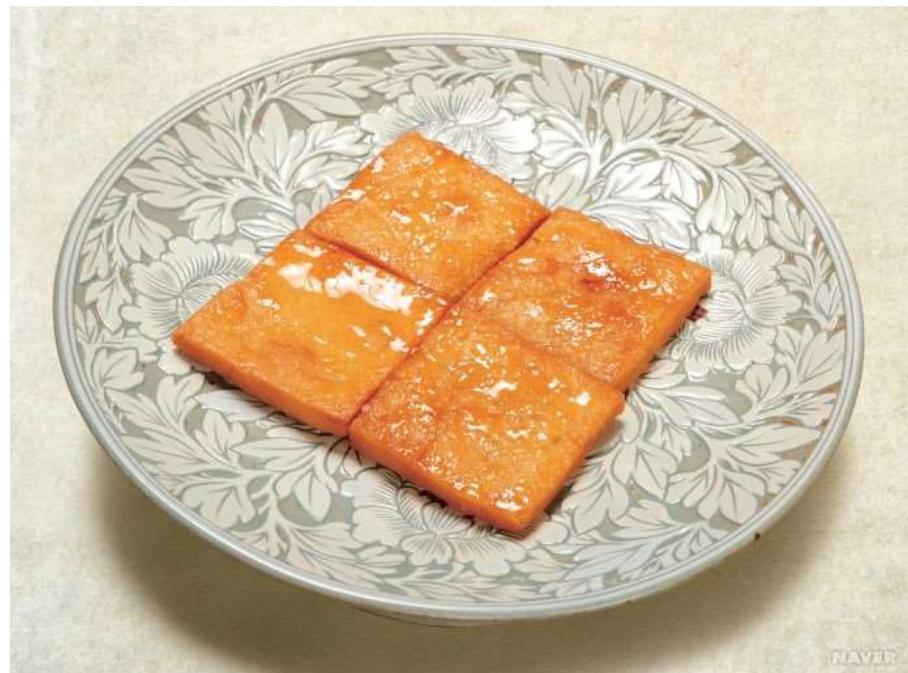


사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

眞末 1合 / 造清 2夕 / 清酒 2里 / 真油 1夕

밀가루 60cc / 조청 [白糖] 12cc / 청주 약간 / 참기름 6cc

* 중력분 110g(1컵) / 조청(백당) 95g($\frac{3}{5}$ 큰술) / 참기름 16g($\frac{1}{3}$ 큰술) / 청주 14g(2작은술) / 물 15g(1큰술) * 식용유(튀김용)

· 조리방법

- 물 1큰술과 조청 $\frac{3}{5}$ 큰술을 합하여 끓여서 차게 식힌다(조청 만드는 법은 종박제 참조).
- 중력분 1컵, 참기름 $\frac{1}{3}$ 큰술, 청주 2작은술을 합하여 손바닥으로 잘 비빈 다음 굵은 채로 내린다. 여기에 (1)의 조청물을 넣고 잘 섞어 손으로 웅치듯이 반죽한다. 3. (2)의 반죽을 밀방망이로 두께 0.5cm, 가로와 세로가 8cm가 되게 네모 반듯하게 한다. 4. 튀김용 식용유를 불에 올려놓고 낮은 온도에서 (3)의 과자를 서서히 연한 갈색이 나도록 튀겨내어 기름을 뺀다. 60) 河生員, 『酒方文』 「藥果」, 1600년대 말경.

· 읽을 거리

밀가루 : 조청 : 참기름의 비율을 10 : 2 : 1로 하여 상약과 재료를 삼고 있다. 1개[立]에 밀가루 60cc, 조청 12cc, 참기름 6cc의 재료가 들어가므로 밀가루 240cc, 조청 48cc, 참기름 24cc가 재료가 된다면 상약과 4개가 만들어진다. 이럴 경우 상약과의 크기는 사방 8cm의 대상약과(大常藥果)가 된다. 상약과(常藥果)란 명칭이 생긴 것은 꿀 대신에 조청을 넣었기 때문으로 절이 낮은 일반적인 약과란 뜻을 함축하고 있다.



一常藥果一立式所入	真油二夕式	造清二夕式
一銀丁果一立式所入	真油一夕式	造清一夕三里式
一厚角果一立式所入	真油三夕式	造清一夕三里式
一常方味子四介式所入	真油五里式	造清二夕九里式
一茶食一立式所入	真油二夕九里式	造清一夕九里式
一常藥果一立式所入	真末三夕九里式	真末三夕九里式
一造清二夕九里式	真油一里式	造清一夕九里式
一立式所入	真末七夕式	真末七夕式

등장문현 : 영접도감의궤
2.3등두목의 연상 찬품

소운빙(小雲冰)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

上末 2升 / 清 5夕 5分 / 造清 8夕 2分 2里 / 油 1合 1夕 / 汁清 1夕 3里 / 造湯 1夕 5分 4里

밀가루 1,200cc / 꿀 32cc / 조청[白糖] 48.8cc / 참기름 66cc / 즙청 6cc / 조청[白糖] 8cc

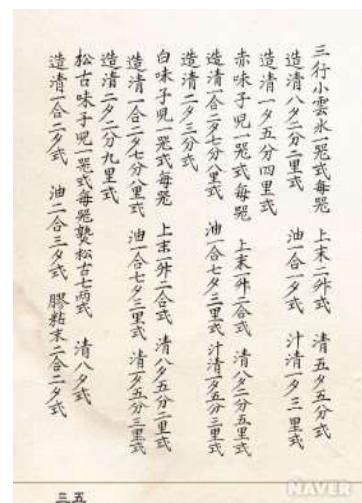
* 중력분 110g(1컵) / 꿀 8g(1작은술) / 조청(백당) 19g(2작은술) / 참기름 10g(1큰술) / 물 50g(3½큰술) * 즙청용 꿀 8g(1작은술) / 조청(백당) 10g(1작은술) * 식용유(튀김용)

· 조리방법

1. 물 3½큰술, 조청 2작은술, 꿀 1작은술을 합하여 끓여서 차게 식힌다. 2. 중력분 1컵과 참기름 1큰술을 합하여 손바닥으로 잘 비빈 다음 굽은 제로 내린다. 여기에 (1)의 꿀물을 넣고 잘 섞어 손으로 뭉치듯이 반죽한다. 3. (2)의 반죽을 밀방망이로 0.1cm 두께로 밀어 가로와 세로를 각각 8cm되게 썬다. 4. 튀김용 식용유를 불에 올려놓고 높은 온도에서 (3)의 과자를 재빨리 튀겨내는데, 하얀 빛깔이 유지되도록 튀겨내어 기름을 뺀다. 5. 즙청용 꿀 1작은술과 조청 1작은술을 합해 끓는다(조청 만드는 법은 중박제 참조). 6. (4)가 식기 전에 붓으로 (5)를 얇게 바른다. 17) 河生員, 『酒方文』, 1600년대 말경.

· 읽을거리

작은 구름 위에 있는 얼음 형태의 과자는 뜻을 지닌 것이 소운빙(小雲冰)이다. 주재료에서 밀가루 : 청(淸, 꿀 + 조청) : 참기름의 비율을 15 : 1 : 1 정도가 되게 하여 얇게 밀어 튀겨냈으므로, 질감은 파삭하면서도 부드럽다. 단맛 또한 약과보다 덜 하여서 부담감이 없는 과자이다.



등장문헌 : 영접도감의궤
하마연과 상마연 찬품

송고마조



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

熟松古 1斤 5兩 / 清 2合 / 造清 3合 / 油 3合 / 膠粘米 5合 / 沙粉白米 1升 8合 3夕
숙송기 840g / 끓 120cc / 조청[白糖] 180cc / 참기름 180cc / 고점미 300cc / 사분백미 1,098cc
* 숙송기 170g * 끓 25g(1½큰술) * 조청(백당) 76g(2½큰술) / 물 5g(1작은술) * 참쌀(교점미) 50g(4큰술) * 사분백미 200g(1컵) / 참쌀 200g(1컵) * 식용유(튀김용) 36g(2½큰술)

· 조리방법

반죽 만들기 1. 소나무 속껍질을 벗겨 물을 충분히 넣고 둥근한 불에서 오랫동안 삶아 연하게 만든다. 손으로 잡아당겼을 때 쉽게 끊어질 정도로 삶아 물기를 짜서 곱게 다져 숙송기[熟松古]를 만들어 168g을 취한다. 2. 참쌀(교점미)을 3시간 이상 물에 충분히 불렸다가 소우리에 건져 물기를 뺀다. 찜통에 베보자기를 알고 물기를 뺀 참쌀을 넣고는 도중에 물을 고루 뿌려 위아래를 섞어 가면서 1시간 정도 무르도록 쪄낸다. 사분백미 만들기 3. 참쌀을 3시간 이상 물에 담갔다가 찜통에서 익도록 쪄낸 후 찬물에 한 번 행구어 물기를 빼고 채반에 담아 햇볕에서 바싹 말려 건반(乾飯)을 만든다. 바닥이 두꺼운 냄비에 식용유를 담아 온도를 올린 후 건반을 넣고 확 일어나면 흰색이 유지되게끔 쟈빨리 건져내어 기름을 뺀다. 완전히 식으면 블렌더로 갈아서 체에 내려 접시에 펼쳐 담아 사분백미(沙粉白米)를 만들어 놓는다.

송고마조 만들기 4. (2)의 참쌀밥을 안반에 쏟아 (1)의 숙송기와 합하여 쌀알이 없어질 때까지 친다. 5. 조청과 물을 합하여 약한 불에 올려놓아 끓인다. 완전히 섞이면 불에서 내린다 (조청 만드는 법은 중박계 참조). 6. 넓은 쟁반에 끓을 말라 놓고 (4)의 친 떡을 두께 1cm, 가로 1.5cm, 세로 10cm의 막대 형태로 잘라 지짐팬에 기름을 두르고 지지듯이 튀겨내어 기름을 뺀다. 7. (6)의 떡이 식기 전에 끓으로 (5)의 조청물을 발라 (3)의 사분백미에 굽린다.

· 읽을 거리

막대 모양으로 만들어 [條] 사분백미를 묻히되, 그 재료에 송기[松古]를 넣었다 해서 과자 명칭을 송고마조(松古條)라 하였다.²⁵⁾ 25) 김상보, 『조선왕조 혼례 영향음식문화』, 신광출판사, 2006, 260쪽.



沙粉白米七合式	汁清二夕式	造清三夕式
右俠	一束	二束
一束紅竹條二尾式無懶	五分四合式	清三合八分五分式
造清五合七分五里式	油八夕式	汁清一合九多式
造清二合八夕五分式	沙粉白米九合四夕式	芝草二兩式
出油二合三夕式	油沙半条一塊式每塊	上末五味四食式
油沙半条一塊式每塊	造清五合七分五里式	清三合八分五分式
造清五合七分五里式	油三合七夕式	油沙上末齊合五味
二符松古半条二尾式	造清一合六分七分五里式	油八夕式
造清三合式	膠粘米五合式	芝草二兩式
油三合式	熟松古半五兩式	清二合式
膠粘米五合式	清二合式	五味

영접도감의궤
등장문현 : 하마연과 상마연 친풀

송고미자아(松古味子兒)

사진 출처 : 네이버 지식백과.

현대식으로 다시 보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)



· 재료 및 분량

熟松古 7兩 / 清 8夕 / 造清 1合 2夕 / 油 2合 3夕 / 膠粘末 2合 2夕 / 沙粉白米 7合 / 汁清 2夕 / 造清 3夕

숙송기 280g / 꿀 48cc / 조청[白糖] 72cc / 참기름 138cc / 교첨말 132cc / 사분백미 420cc / 즙청 12cc / 조청[白糖] 18cc

* 숙송기 280g / 꿀 50g($\frac{3}{4}$ 큰술) / 조청(백당) 133g($\frac{4}{3}$ 큰술) / 물 / 참쌀가루[교첨말] 65g(1/2컵 1큰술) * 즙청용 꿀 15g(1큰술) / 조청(백당) 38g($\frac{1}{3}$ 큰술) / 물 5g(1작은술) * 사분백미 350g($1\frac{3}{4}$ 컵) / 참쌀 400g(2컵) * 식용유(튀김용) 105g(1/2컵 $1\frac{1}{3}$ 큰술)

· 조리방법

반죽 만들기 1. 소나무 속껍질을 벗겨 물을 충분히 넣고 끓운 불에서 오랫동안 삶아 연하게 만든다. 손으로 잡아당겼을 때 쉽게 끊어질 정도로 삶아 물기를 짜서 곱게 다져 숙송기 [熟松古]를 만들어 280g을 취한다. 2. 물, 조청 $\frac{4}{3}$ 큰술, 꿀 $\frac{3}{4}$ 큰술을 합하여 끓여서 차게 식힌다. 3. (1)의 숙송기에 참쌀가루 1/2컵 1큰술을 넣고 (2)의 꿀물을 합하여 반죽한다. 물의 양은 참쌀가루의 건조상태 및 송기의 수분상태에 따라 가감한다. 4. (3)을 작은 도토리 크기로 빚는다. 사분백미 만들기 5. 참쌀 2컵을 3시간 이상 물에 담갔다가 찜통에서 익도록 쪄내어 찬물에 한 번 행구어서 물기를 빼고 채반에 담아 햇볕에서 바싹 말려 건반(乾飯)을 만든다. 바닥이 두꺼운 냄비에 식용유를 담아 온도를 올린 후 건반을 넣고 확 일어나면 흰색이 유지되며 끈 재빨리 건져내어 기름을 뺀다. 완전히 식으면 블렌더로 갈아서 채에 내려 접시에 펼쳐 담아 사분백미(沙粉白米)를 만든다. 송고미자아 만들기 6. 튀김용 식용유를 불에 올려놓고 낮은 온도에서 (4)의 과자를 서서히 연한 갈색이 나도록 튀겨내어 기름을 뺀다. 7. 즙청용 꿀 1큰술, 조청 $\frac{1}{3}$ 큰술, 물 1작은술을 합하여 약한 불에 올려놓아 끓인다. 완전히 섞이면 불에서 내린다(조청 만드는 법은 종박계 참조). 8. (6)의 과자가 식기 전에 (7)의 꿀물에 담갔다가 건져 꿀물이 완전히 빠진 다음 (5)의 사분백미에 굽린다. 20) 河生員, 『酒方文』, 1600년대 말경. ; 『飲食知味方』, 1670년경.

· 맛을 거리

작고 조그마하게 만들되, 재료에 송기[松古]를 넣었다 하여 송고미자아(松古味子兒)라고 하였다. 송기에는 참쌀가루를 고첨말(膠粘末)이라고 한 까닭은 참쌀가루가 송기의 접착제로서 사용되었기 때문이다. 송기는 松肌라고 쓰이기도 하는 송피(松皮), 즉 소나무의 속껍질이다. 조선시대 민가에서는 송기를 빨리 무르게 하기 위하여 쟈물에 삶아 우려내어 쌀가루와 섞어 절구에 짹어서 익반죽한 다음 찜통에서 쪄내고는 다시 한번 떡메로 쳐서 여러 형태의 떡을 만들었다. 이 떡을 송기병(松肌餅) 또는 송지병(松脂餅)이라고 하였다. 송기는 구황식(救荒食; 기근 때에 곤궁을 구하여 드는 음식) 식재료의 하나이기도 하였다. 송고병은 고려 시대에도 크게 유행했던 떡 중의 하나였다. 이익은 『성호사설』 「청호 송고」에서 21)

『고려사』 「조이전(趙彝傳)」에 상고하니 원(元)나라 승상(丞相) 안동(安童)은 김유(金裕) 22)가 속이는 말을 옮겨 듣고 송고병(松古餅) 30근을 구하려고 사람을 보내 왔었다. 김유는 송고병이 소나무 위에서 저절로 생긴다고 했으나 실은 소나무 흰 껍질을 벗겨서 삶아 익힌 다음 절구에다 여러 차례 짹은 뒤에 꿀도 넣고 쌀가루도 섞어서 떡을 만든 것이었다 한다. 지금 시장에서 파는 떡 중에 송고병이 가장 많으니 전해온 풍속이 오래되어도 없어지지 않는 것이 이와 같다'는 것이다. 이로 미루어 고려시대에도 널리 먹었지만 이익(1681~1763)의 시대에 송고병은 시장에서 가장 많이 파는 떡이었음을 알 수 있다. 21) 李漢(1681~1763), 『星湖僕說』 「菁蒿松膏」. 22) 김유(金裕) : 고려 고종 때 영녕공(永寧公) 증(?)이 원나라에 인질로 잡혀 살 때 따라간 사람이다. 「조이전」에 의하면 김유가 중국에 들어간 뒤에 본국(고려)을 배반하고, 자신으로 본국에 나와서 욕심을 부려 보려고 항시 생각하던 끝에 해동 삼산(三山)에 약물(藥物)이 있으니 만약 나를 사신으로 보내 주면 구해 오겠다고 안동을 속였다. 그 말에 넘어간 안동은 그를 고려로 보내 주었다. 그러나 김유가 안동에게 바친 송고병이란 소나무 위에서 저절로 생긴 것이 아니고 사람이 만든 송기떡이었다 한다.



沙粉白米一升八合三多式	染紅半條二冕式每冕	上末四外式
造清六合式	油三合七夕式	芝草二兩式
三行栗味子一卷或每冕	造清合四多式	清四合式
沙粉白米八合四多式	汁清二多五分式	油一合式
清八夕式	造清合五夕式	膠粘米合五多式
造清一合二夕式	油二合三多式	清多分五多式
沙粉白米七合式	造清三多式	清一合式
汁清二夕式	造清三多式	清多分五多式
赤味子兒裹或每冕	上末升式	清一合式
上末升式	清一合式	NAVER

등장문헌 : 영접도감의궤
하마연과 상마연 찬풀

약과(藥果)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

眞末 4升 8合 / 清蜜 1升 4合 / 清酒 2合 / 真油 9合

밀가루 2,880cc / 꿀 840cc / 청주 120cc / 참기름 540cc

* 중력분 260g(1컵 3½큰술) / 꿀 30g(2큰술) / 청주 14g(2작은술) / 참기름 37g(3½큰술)

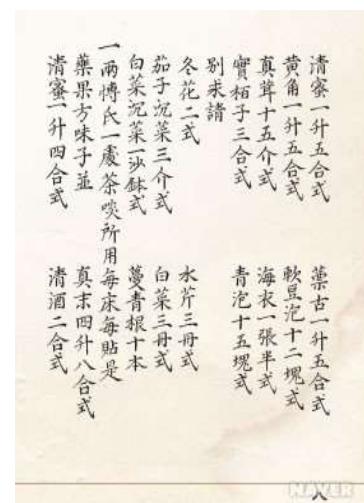
/ 물 30g(2큰술) * 꿀 55g(3½큰술) / 물 10g(2작은술) * 식용유(튀김용)

· 조리 방법

반죽하기 1. 물 2큰술과 꿀 2큰술을 합하여 끓여서 차게 식힌다. 2. 중력분 1컵 3½큰술에 청주 2작은술과 참기름 3½큰술을 합하여 손바닥으로 잘 비빈 다음 굽은 채로 내린다. 여기에 (1)의 꿀물을 넣고 잘 섞어 손으로 뭉치듯이 반죽한다. 3. (2)의 반죽을 밀방망이로 두께 0.5cm, 가로·세로 3cm가 되게 네모 반듯하게 썬다. 약과 만들기 4. 튀김용 식용유를 불에 올려놓고 낮은 온도 조건에서 (3)의 과자를 서서히 연한 갈색이 나도록 튀겨내어 기름을 뺀다. 5. 꿀 3½큰술과 물 2작은술을 합하여 약한 불에 올려놓아 끓인다. 완전히 섞이면 불에서 내린다. 6. (4)의 과자가 식기 전에 (5)의 꿀물에 담았다가 건져 꿀물이 완전히 빠지도록 한다. 55) 河生員, 『酒方文』 「藥果」, 1600년대 말경.

· 맥을 가리

100%의 꿀을 넣고서 만들었다 하여 「약과」라고 하였다. 밀가루에 청주를 넣고 반죽하는 형태는 『주방문』에서도 등장한다.⁵⁶⁾ 여기에서는 밀가루 1말에 꿀 1되, 청주 5홉을 넣고 있으니까 밀가루 : 꿀 : 청주의 비율은 20 : 2 : 1이 되는 셈이다. 원전의 경우 24 : 2 : 1 정도가 되므로 청주의 양은 『주방문』에서 보다 약간 덜 들어갔다고 볼 수 있다. 약과를 만들 때 청주를 넣는 것은 적어도 1600년대 말경에는 보급되어 있었다. 방미자(方味子)란 네모나면서도 작게 만든 과자를 지칭하는데, 약과를 이 방미자와 함께 한 그릇에 담아 올렸다고 원전에 기록되어 있으므로,⁵⁷⁾ 약과의 모양도 작고 네모지게 만들었음을 밝힌다. 56) 河生員, 『酒方文』 「藥果」, 1600년대 말경. 57) 『迎接都監雜物色儀軌』, 1643.



등장문헌 : 영접도감의궤 다담 찬품

유사마조



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영어전통도구의 세계(농축산업과 과학원)

• 재료 및 부량

上末 5升 4合 / 清 3合 8夕 5分 / 造清 5合 7夕 7分 5里 / 油 3合 7夕 / 油沙上末 1升 3合 3夕 / 汁清 1合 1夕 5分 / 造清 1合 6夕 7分 5里 / 油 8合

밀가루 3,240cc / 쫄 230cc / 조청[白糖] 344.8cc / 참기름 222cc / 유사상말 798cc /
줄청 68cc / 조청[白糖] 98.8cc / 참기를 480cc

* 중력분 150g(1컵 6큰술) / 꿀 25g(1½큰술) / 조청(백당) 67g(2½큰술) / 출유(참기름) 15g(1½큰술) / 물 45g(3큰술) * 즙청용 꿀 10g(2작은술) / 조청(백당) 19g(2작은술) / 물 5g(1작은술) * 유사상말 36g(5½큰술) / 밀가루 45g(5½큰술) / 출유(참기름) 3g(1작은술) * 산 8g(티백 8g, 45g~75g 쿠스)

• 주립박물

반죽 만들기 1. 물 3큰술, 조청 2½큰술, 꿀 1½큰술을 합하여 끓여서 차게 식힌다. 2. 중력
분 1컵 6큰술과 참기름 1½큰술을 합하여 손바닥으로 잘 비빈 다음 굽은채로 내린다. 여기
에 (1)의 꿀물을 넣고 잘 섞어 손으로 풍치듯이 반죽한다. 3. (2)의 반죽은 밀방망이로
0.5cm 두께로 밀어 가로 1.5cm, 세로 10cm가 되게 반듯하게 썬다. 4. 즙청용 꿀 2작은술,
조청 2작은술, 물 1작은술을 합하여 약한 불에 올려놓아 끓인다. 완전히 섞이면 불에서 내린
다(조청 만드는 법은 중박계 참조). 유사상말 만들기 5. 밀가루 5½큰술과 참기름 1작은술
을 합하여 손바닥으로 잘 비벼 굽은 채로 내린다. 이것을 팬에 담아 낮은 온도에서 나무주걱
으로 저어 주면서 연한 갈색이 될 때까지 볶는다. 접시에 펼쳐 담아 식혀 유사상말(油沙上
末)을 만든다. 유사마조 만들기 6. 튀김용 식용유를 불에 올려놓고 낮은 온도에서 (3)의 과
자를 서서히 연한 갈색이 나도록 튀겨내어 기름을 뺀다. 7. (6)의 과자가 식기 전에 (4)의
꿀물에 담았다가 건져 꿀물을이 완전히 빠진 다음 (5)의 유사상말에 굽린다. 24) 河生員,

• 월을 거리

유사마조의 재료 비율은 밀가루 : 청(淸, 꿀 + 조청) : 참기름이 15 : 3 : 1 정도가 된다. 이 비율로 과자를 만들 경우 홍마조보다 부드러울지 모르지만 중박제보다는 딱딱한 질감의 과자가 된다. 홍마조보다 유사마조가 참기름 양이 많은 것은 홍마조 쪽이 지초물을 들이기 위하여 출유를 많이 쓰게 되면서 기름 양이 많아졌기 때문에 원재료의 기름 양을 줄인 것이라 고 해석할 수 있다.



沙粉白米七合式 汁清二夕式 造清三夕式
右俠
一行紅糸条二兜式每兜 上末五件四合式 清三合八五分式
造清五合七七分五里式 油八多式 汁清二合九多式
造清二合八夕五分式 沙粉白米九合四多式 芝草二兩式
出油二合三夕式
油沙糸条一號式每兜 上末五件四合式 清三合八五分式
造清五金七合分五里式 油三合七夕式 油沙上末三合七合式
汁清二合八五分式 造清合六合七分五里式 油八合式
二行松古竹条二兜式每兜 韶葛古竹五里式 清二合式
造清三合式 油三合式 膠粘米五合式

등장문헌 : 영접도감의궤
하마연과 상마연 찬풀

유사망구소(油沙望口消)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

上末 5升 4合 / 油 1升 / 清 2合 2夕 / 造清 3合 3夕 / 黑湯 1升 4合 2夕 / 油沙上末 2升 4合 / 油 1合 4夕

밀가루 3,240cc / 참기름 600cc / 꿀 132cc / 조청[白糖] 198cc / 흑당(黑糖) 852cc / 유사상말 1,440cc / 참기름 84cc

* 중력분 358g(2½컵) / 조청(백당) 76g(2½큰술) / 참기름 10g(5½큰술) / 물 45g(3큰술)

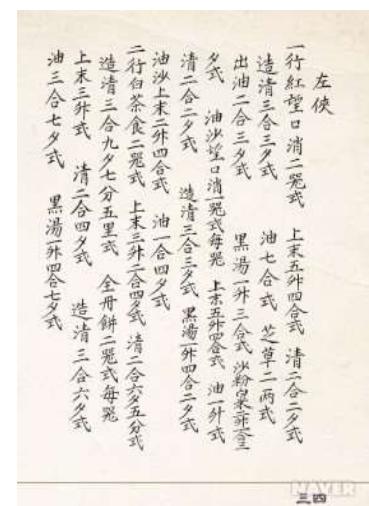
* 조청(백당) 608g(1컵) / 흑당 304g(1/2컵 3½큰술) / 꿀 30g(2큰술) / 물 30g(2큰술) * 유사상말 135g(1¼컵) / 출유(참기름) 12g(1½큰술) / 밀가루 160g(1¼컵) * 식용유(튀김용)

· 조리방법

반죽 만들기 1. 물 3큰술과 조청 2½큰술을 합하여 끓여서 차게 식힌다. 2. 중력분 2½컵과 참기름 5½큰술을 합하여 손바닥으로 잘 비빈 다음 굽은 채로 내린다. 여기에 (1)의 조청물을 넣고 잘 섞어 손으로 뭉치듯이 반죽한다. 3. (2)의 반죽을 밀방망이로 0.2cm 두께로 밀어서 지름 4cm의 원형 틀로 찍어낸다. 유사상말 만들기 4. 밀가루 1¼컵과 참기름 1½큰술을 합하여 손바닥으로 잘 비벼 굽은 채로 내린다. 이것을 팬에 담아 낮은 온도에서 나무주걱으로 저어 주면서 연한 갈색이 될 때까지 볶아 유사상말(油沙上末)을 만들어 접시에 펼쳐 담는다. 흑당 만들기 5. 냄비를 불에 올려놓고 조청 1컵을 담아 끓이는데, 갈색이 되면 불에서 내려 식혀 1/2컵 3½큰술을 취하여 놓는다. 이것을 흑당(黑糖, 黑湯)이라 한다. 이 흑당에 꿀 2큰술과 물 2큰술을 합하여 약한 불에 올려놓아 끓인다. 완전히 섞이면 불에서 내린다(조청 만드는 법은 중박계 참조). 유사망구소 만들기 6. 튀김용 식용유를 불에 올려놓고 낮은 온도 조건에서 (3)의 과자를 서서히 연한 갈색이 되도록 튀겨내어 기름을 뺀다. 7. (6)이 식기 전에 (5)의 꿀물에 담갔다가 건져 꿀물이 완전히 빠진 다음 (4)의 유사상말에 굽린다. 11) 河生員, 『酒方文』, 1600년대 말경.

· 맛을 거리

홍망구소와 마찬가지로 밀가루 : 조청 : 참기름의 비율을 16 : 1 : 2로 하여 만든 유사망구소는 유사상말을 고물로 입힌 것에서 과자 명칭도 유사망구소라 하였다. 유사상말(油沙上末)이란 밀가루를 기름에 볶아 모래와 같이 만든 것이다. 보름달 형태로 만든 과자에 고물로 유사상말을 입힌 것이 유사망구소이다.



등장문헌 : 영접도감의궤
하마연과 상마연 친풀

유사미자아(油沙味子兒)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

上末 1升 / 清 1合 / 造清 1合 5夕 / 油 1合 / 汁清 2夕 5分 / 造清 3夕 2分 5里

밀가루 600cc / 꿀 60cc / 조청[白糖] 90cc / 참기름 60cc / 즙청 14cc / 조청[白糖]

18.8cc

* 중력분 265g(1¼컵) / 꿀 30g(2큰술) * 조청(백당) 60g(3큰술) / 출유(참기름) 20g(2큰술)

/ 물 30g(2큰술) * 즙청용 꿀 10g(2작은술) / 조청(백당) 19g(2작은술) / 물 5g(1작은술) *

유사상말 55g(1/2컵) / 출유(참기름) 6g(2작은술) / 밀가루 85g(3/4컵) * 식용유(튀김용)

· 조리방법

만드는 법 128) 반죽 만들기 1. 중력분 1¼컵과 참기름 2큰술을 합하여 손바닥으로 잘 비빈 다음 굽은 채로 내린다. 이것을 팬에 담아 낮은 온도에서 나무주걱으로 저어 주면서 연한 갈색이 될 때까지 볶는다. 2. (1)에 꿀 2큰술과 조청 3큰술을 합하여 끓치듯이 반죽한다. 3. (2)를 작은 도토리 크기로 빚는다. 유사미자아 만들기 4. 즙청용 꿀 2작은술, 조청 2작은술, 물 1작은술을 합하여 약한 불에 올려놓아 끓인다. 완전히 섞이면 불에서 내린다(조청 만드는 법은 중박재 참조). 5. (3)의 과자가 식기 전에 (4)의 꿀물에 담갔다가 건져 꿀물을 완전히 뺀다. 만드는 법 229) 반죽 만들기 1. 물 2큰술, 조청 3큰술, 꿀 2큰술을 합하여 끓여서 차게 식힌다. 2. 중력분 1¼컵과 참기름 2큰술을 합하여 손바닥으로 잘 비빈 다음 굽은 채로 내린다. 여기에 (1)의 꿀물을 넣고 끓치듯이 반죽한다. 3. (2)의 반죽을 작은 도토리 모양으로 빚는다. 유사상말 만들기 4. 밀가루 3/4컵과 참기름 2작은술을 합하여 손바닥으로 잘 비벼서 굽은 채로 내린다. 이것을 팬에 담아 낮은 온도에서 나무주걱으로 저어 주면서 연한 갈색이 될 때까지 볶아 유사상말(油沙上末)을 만들어 접시에 펼쳐 담는다. 유사미자아 만들기 5. 즙청용 꿀 2작은술, 조청 2작은술, 물 1작은술을 합하여 약한 불에 올려놓아 끓인다. 완전히 섞이면 불에서 내린다. 6. 튀김용 식용유를 불에 올려놓고 낮은 온도에서 (3)의 과자를 서서히 갈색이 나도록 튀겨내어 기름을 뺀다. 7. (6)의 과자가 식기 전에 (5)의 꿀물을 담갔다가 건져 꿀물을 완전히 빼진 후 (4)의 유사상말에 굽린다. 28) 河生員, 『酒方文』, 1600년대 말경. : 『飲食知味方』, 1670년경. 29) 河生員, 『酒方文』, 1600년대 말경. : 『飲食知味方』, 1670년경.

· 읽을거리

<원전> 재료에는 유사상말(油沙上末)을 나라내는 어떠한 것도 없으므로, 「만드는 방법 1」은 <원전>을 충실히 참작하여 제시하였다. 미자아(味子兒) 모양으로 만들어 유사상말 고물을 물친 것이 유사미자아라고 해석한다면, 「만드는 방법 2」가 유사미자아의 조리방법이 될 것이다. 실제로 1906년에 나온 『가례도감의궤』에서는 유사미자아의 재료와 분량을 다음과 같이 기술하고 있다. 30) 상말(上末) 3말[斗] 꿀[清] 2말 참기름[眞油] 2말 백당(白糖) 15근[斤] 유사상말(油沙上末) 3회[升] 사진촬영은 「만드는 방법 2」를 택하여 하였음을 밝힌다. 30) 『嘉禮部監儀軌』, 1906.



一 行魚肉四塊式每塊	中全鱗四串式	造清一合五夕式	油一合式	汁清二多五分式
二 行魚肉四塊式每塊	片脯三串式	造清二分五里式	油合式	汁清三分五里式
三 行魚肉五塊式每塊	鵝頭八介式	造清三夕二分五里式	油合式	汁清二多五分式
軟鵝一首式	煎魚中生鮮一尾式	面便席	油合式	汁清二多五分式
海參十介式				

등장문현 : 영접도감의궤
하마연과 상마연 찬풀

율미자(栗味子)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

黃栗 1升 3合 / 油 1合 / 清 1合 / 造清 1合 5夕 / 膠粘米 1合 5夕 / 沙粉白米 8合 4夕 / 汗
清 2夕 5分 / 造湯 3夕 2分 5里
황율 780cc / 참기름 60cc / 꿀 60cc / 조청[白糖] 90cc / 교점미 90cc / 사분백미
504cc / 즙청 14cc / 조청[白糖] 18.8cc
* 황율 225g(1½컵) / 꿀 30g(2큰술) / 조청(백당) 86g(3큰술) / 참쌀(교점미) 35g(3큰술)
/ 참기름 20g(2큰술) * 즙청용 꿀 10g(2작은술) / 조청(백당) 19g(2작은술) / 물 5g(1작은
술) * 사분백미 210g(1컵 1큰술) / 참쌀 250g(1¼컵) * 식용유(튀김용)

· 조리방법

반죽 만들기 1. 황율을 물에 충분히 불렸다가 짬통에서 무르도록 쪘낸다. 2. 참쌀 3큰술을 3시간 이상 물에 충분히 불렸다가 소쿠리에 진져 물기를 뺀다. 짬통에 베보자기를 깔고 물기
뺀 참쌀을 넣은 후 도중에 물을 고루 뿌려 위아래를 섞어 가면서 1시간 정도 무르도록 쪘낸
다. 3. (1)과 (2)를 합하여 꿀, 조청, 참기름을 넣고 절구에서 참쌀 밥알이 없어지도록 친다.
이것을 작은 도토리 크기로 빚는다(조청 만드는 법은 중박계 참조). 사분백미 만들기 4. 참
쌀 1 ¼컵을 3시간 이상 물에 담갔다가 짬통에서 익도록 쪘낸 다음 찬물에 한 번 행구어 물
기를 빼고 채반에 담아 햇볕에서 바싹 말려 전반(乾飯)을 만든다. 바닥이 두꺼운 냄비에 식
용유를 담아 온도를 올린 후 전반을 넣고 확 일어나면 흰색이 유지되게끔 재빨리 전져내어
기름을 뺀다. 완전히 식으면 블렌더로 갈아서 채에 내려 접시에 펼쳐 담아 사분백미(沙粉白
米)를 준비한다. 율미자 만들기 5. 즙청용 꿀 2작은술, 조청 2작은술, 물 1작은술을 합하여
약한 불에 올려놓아 끓인다. 완전히 섞이면 불에서 내린다. 6. (3)의 과자를 (5)의 꿀물에 담
갔다가 진져 꿀물이 완전히 빠진 다음 (4)의 사분백미에 굽린다. 26) 河生員, 『酒方文』,
1600년대 말경. ; 『飲食知味方』, 1670년경.

· 읽을 거리

『조선왕조 궁중연향식의궤』에 1795년부터 등장하는 율란(栗卵)27)의 전신이 율미자일 것
이다. 율미자는 율미자아(栗味子兒)라고도 하였으므로 유사미자아, 적미자아, 백미자아, 송고
미자아, 율미자아는 같은 모양의 과자이다. 27) 『園幸乙卯整理儀軌』, 1795.



沙粉白米一升八合三夕式	造清六合式	出油三合式	染紅乍条二匙式每匙
清合式	造清合五夕式	油三合七夕式	上末四卦式
冰粉白米八合四夕式	汁清二多五分式	黃蜜二錢五分式	芝草二兩式
松古味子兒或無蜜	熟松古八兩式	膠粘米半合五夕式	清四合式
沙粉白米七合式	造清一合二夕式	油二合三夕式	油合式
赤味子兒一匙或每匙	汁清二夕式	造清三夕式	造清三夕式
上末一升式	清合式	清合式	清合式

등장문헌 : 영접도감의궤
하마연과 상마연 찬풀

적미자아(赤味子兒)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

• 재료 및 부탁

上末 1升 2合 / 清 8夕 2分 5里 / 造清 1合 2夕 7分 8里 / 油 1合 7夕 3里 / 汁清 1夕 5分

3里 / 造清 2夕 3分

밀가루 720cc / 꿀 48.8cc / 조청[白糖] 74.8cc / 참기름 102cc / 즙청 8cc / 조청[白糖]

13.2cc

* 중력 분 165g(1½컵) / 꿀 25g(1½큰술) / 조청(백당) 76g(2½큰술) / 참기름 33g(3½큰술) / 물 45g(3큰술) * 즙청용 꿀 8g(1작은술) / 조청(백당) 19g(2작은술) / 물 5g(1작은술) * 식용유(튀김용)

• 조리방법

1. 물 3큰술, 조청 2/3큰술, 꿀 1/3큰술을 합하여 끓여서 차게 식힌다. 2. 중력분 1/2컵과 참기름 3/5큰술을 합하여 손바닥으로 잘 비빈 다음 굽은 채로 내린다. 여기에 (1)의 꿀물을 넣고 잘 섞어 손으로 둥치듯이 반죽한다. 3. (2)의 반죽을 작은 도토리 모양으로 빚는다. 4. 즙청용 꿀 1작은술, 조청 2작은술, 물 1작은술을 합하여 약한 불에 올려놓아 끓인다. 완전히 섞이면 불에서 내린다(조청 만드는 법은 중박계 참조). 5. 튀김용 식용유를 불에 올려놓고 낮은 온도에서 (3)의 과자를 서서히 갈색이 나도록 튀겨내어 기름을 뺀다. 6. (5)가 식기 전에 (4)의 꿀물에 담갔다가 건져 꿀물이 완전히 빠지도록 한다. 18) 河生員, 『酒方文』, 1600년대 말경.; 『飲食知味方』, 1670년경.

• 읽을거리

적미자아(赤味子兒)의 兒는 ‘아이 아’로 작고 조그마한 것을 뜻하기 때문에 현재 알려진 울란(栗卵)에서의 卵과 兒는 같은 계열로서 형태도 비슷할 것이다. 밀가루 : 청(淸, 꿀 + 조청) : 참기름의 비율을 10 : 2 : 1 정도가 되게 하여 만든 과자이므로 그 질감과 단맛은 약과보다 훨씬 부드럽고 달다.



沙粉白米一升八合三勺武
染紅黃各二匙武每匙 上末四外武 清四合式
造清六合式 油三合七勺式 芝草二兩式
出油三合式 黃蜜二錢五分式
三行栗味子一匙武每匙 黃栗熟三分合式 油一合式
清六合式 造清一合五勺式 膜粘米合五勺武
沙粉白米一合四勺式 汁清二勺五分式 造清三分五勺武
松古味子兒頭武每匙 熟松古八兩式 膜粘米合五勺武
清八勺式 造清一合二勺式 油二合三勺武
沙粉白米七合式 汁清二勺式 造清三勺式
赤味子兒一匙或每匙 上末一升式 清一合式

등장문현 : 영접 도감의궤
하마연과 상마연 친풀

전단병(全丹餅)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

上末 3升 / 清 2合 4夕 / 造清 3合 6夕 / 油 3合 7夕 / 黑湯 1升 4合 7夕

밀가루 1,800cc / 끓 144cc / 조청[白糖] 216cc / 참기름 222cc / 흑당(黑糖) 882cc

* 중력분 165g(1½컵) / 참기름 30g(3큰술) * 조청(백당) 608g(1컵) / 흑당 456g(3/4컵) / 물 30g(2큰술) * 끓 30g(2큰술) / 조청(백당) 60g(3큰술) / 물 10g(2작은술)

· 조리방법

1. 중력분 1½컵과 참기름 3큰술을 합하여 손바닥으로 잘 비빈 다음 굽은 채로 내린다. 이것을 팬에 담아 낮은 온도에서 나무주걱으로 저어 주면서 갈색이 될 때까지 볶는다. 2. 끓 2큰술, 조청 3큰술, 물 2작은술을 합하여 끓여 석힌다. 3. (1)이 완전히 석으면 (2)의 끓물을 합하여 반죽한다. 4. 냄비를 불에 올려놓고 조청 1컵을 담아 끓여는데, 갈색이 되면 불에서 내려 석혀 3/4컵을 취해 놓는다. 이것을 흑당(黑糖, 黑湯)이라 한다(조청 만드는 법은 중략재 참조). 5. (4)의 흑당과 물 2큰술을 합하여 약한 불에 올려 놓고 끓인다. 완전히 섞이면 불에서 내린다. 6. 다식판에서 (3)의 반죽을 박아내어 (5)의 끓물을 담갔다가 건져 끓물을 완전히 뺀다. 15) 『飲食知味方』, 1670년경.

· 맛을 거리

전단병(全丹餅)의 단은 ‘붉은 단’이니까 완전히 붉게 만든 병(餅, 饵)이라는 의미를 지닌다. 앞의 백다식과 대응하여 밀가루를 볶아 갈색이 나게 하면서도 여기에 만족하지 않고 흑당을 절게 발라 전단(全丹)의 색깔을 내게 하였다. 이익은 『성호사설』 「봉밀」에서 ‘음(陰)과 양(陽)의 물건이 모두 갖추어져 있는 벌에서 생산된 끓은 달기가 끓만한 것이 없기 때문에 모든 떡과 약과 등에 끓을 넣지 않으면 아름답지 않다’ 하였다. 그래서 ‘조상께서 살아 계실 때 이 끓을 즐기고 좋아했다면 돌아가신 후에도 이 끓을 제사에 쓰지 않을 수 없다’고 기술하고 있다.¹⁶⁾ 끓이란 음도 아니고 양도 아닌 음과 양을 전부 갖고 있는 평(平)한 식품으로 어떤 사람이 먹어도 해를 주지 않는 약(藥) 중의 약이란 의미이다. 밀가루 속에 끓을 넣고 만든 과자를 그래서 약과(藥果)라 하였다. 16) 李漢(1681~1763), 『星湖集說』 「蜂蜜」.



菜一罋或每器	山參一兩或	豬肉每器十兩或
杏子二合或	白茶食二器或	都費油一杯或
古物棗豆末二合或	良醫六合或	醋二合或
生半三錢或	胡椒錢或	黑脯橘桂紙十四枚或
全丹餅二器或每器	上末三合或	上末九升或
造清餅合六分五厘或	油七合五夕或	清九合或
一行中朴桂器或每器	清七合五分或	造清殊香茶葉或
造清餅合六分五厘或	上末九升或	清七合七分或
赤味子兒一器或每器	油四合五夕或	清七合五分或
上末三外或	清云合五夕或	黑脯橘桂紙十四枚或

三九

등장문헌 : 영접도감의궤
하마연과 상마연 친풀

중박계(中朴桂)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

上末 9升 / 清 6合 7夕 5分 / 造清 1升 1合 1夕 5里 / 油 6合 3夕

밀가루 5,400cc / 꿀 404cc / 조청[白糖] 666cc / 참기름 378cc ※ <원전>의 유(油)는 참기름인 진유(眞油)를 뜻한다.

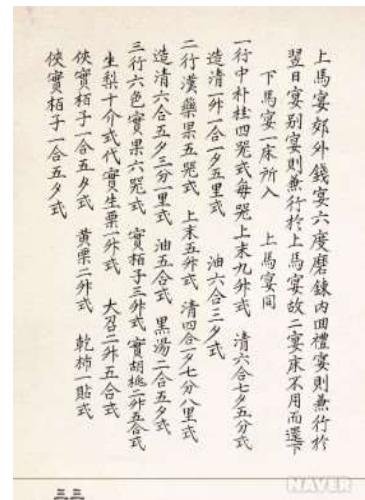
중력분 310g(2½컵) / 꿀 40g(2½큰술) / 조청(백당) 130g(4½큰술) / 참기름 24g(2½큰술) / 물 6½큰술 / 식용유(튀김용) ※ 조청 만들기 : 찹쌀 1말, 엷기름 2되, 냉수 10되

· 조리방법

1. 물 6½큰술, 꿀 2½큰술, 조청 4½큰술을 합하여 끓여서 차게 식힌다. 2. 중력분 2½컵과 참기름 2½큰술을 합하여 손바닥으로 잘 비빈 다음 굵은 채로 내린다. 여기에 (1)의 꿀물을 넣고 잘 섞어 손으로 뭉치듯이 반죽한다. 3. (2)의 반죽을 밀방망이로 두께 1cm가 되게 밀어 가로 2.5cm, 세로 8.5cm가 되게 네모 반듯하게 썬다. 4. 식용유를 불에 올려놓고 낮은 온도에서 (3)의 과자를 서서히 연한 갈색이 나도록 튀겨낸 후 기름을 뺀다. 조청 만드는 법 2) 1. 찹쌀 1말을 깨끗이 씻어 가루로 만든다. 2. 엷기름 2되를 가루로 만든다. 여기에 냉수 3되를 부어 잘 풀어 놓는다. 3. 커다란 양푼에 (1)을 담아 끓인 물 7되를 넣고 잘 간 다음 (2)의 엷기름물을 부어 깊이 새나가지 않도록 뚜껑을 덙는다. 4. (3)이 묽어지면 배자루에 담아 거른다. 5. (4)를 솔에 담아 불을 들여 달이는데, 흰색이 유지되도록 달인다. 1) 河生員, 『酒方文』 「中朴桂」, 1600년대 말경. 2) 河生員, 『酒方文』 「中朴桂」, 1600년대 말경. ; 1800년대 중엽경에 나온 『주찬(酒饌)』 조청법(造清法)에는 색 다르게 만드는 방법을 다음과 같이 제시하고 있다. ‘찰기장밥이 따뜻할 때 엷기름가루 1되, 정화수 6되를 섞어 사기 항아리에 담아 따뜻한 방에 밤새 둔다. 날이 밝으면 거내어 배자루로 걸러서 대추 5홉과 함께 사기병에 담는다. 이것을 솔에 담아 대추가 무를 때까지 중탕한 다음 기름종이로 아가리를 단단히 싸서 땅에 물어둔다. 30일이 지나면 꿀이 된다.’

· 익을 거리

주재료인 밀가루 : 청(淸, 꿀+조청)의 비율을 5 : 1로 하여 만든 이 비율은 1600년대 말 하생원(河生員)이 지은 『주방문(酒方文)』 「중박계」의 비율과 같다. 박계(朴桂)에는 대박계 · 중박계 · 소박계가 있었다. 이 중 중박계와 소박계는 조선왕조에서 다음과 같은 크기로 만들어 제사상에 올렸다. ● 중박계 : 길이 약 8.5cm, 너비 약 2.7cm, 두께 약 1.8cm ● 소박계 : 길이 약 7.5cm, 너비 약 2.4cm, 두께 약 1.5cm 과자의 크기를 가로 2.5cm, 세로 8.5cm, 두께 1cm로 한 것은 튀긴 후의 크기를 감안하였기 때문이다. 박계란 계수나무 껌질을 말한다. 과자 이름이 박계인 것은 완성된 모양이 계수나무 껌질과 같고 약과에 비하여 재료 속에 참기름이 소량 들어갔으므로(밀가루 : 참기름 = 10 : 0.7) 약과보다는 단단한 질감의 과자가 되는데, 그 단단함 또한 계수나무 껌질과 같다는 데에서 유래된 것으로 보인다. 이익은 『성호사설』 「거여밀이」에서 ‘밀면으로 만든 떡을 기름에 튀겨서 말린 것이 지금의 박계(朴桂)가 아니고 무엇이며, 조금 윤기가 있다는 것은 엷과 꿀을 겉에 바른 때문이니 지금의 약과(藥果)가 아니고 무엇이겠는가’ 3)하였다. 이익은 약과와 중박계의 차이를 짐청 여부에 두고 있다. 짐청[汁淸]이란 꿀물에 담근다는 뜻이다. 『주방문』 「약과」에는 ‘꿀물에 담가 짐청하는데, 짐청[汁淸]이란 꿀물에 담근다는 말이다’라고 하고 있다. 4) 1670년경에 나온 『음식지미방』 「약과법」에서는 ‘짐청 1되에 물 1홉 반만 타서 물힌다’ 하였다. 5) 즉, 꿀과 물의 비율이 10 : 1.5이다. 따라서 필자는 약과를 비롯한 짐청 대상에 포함되는 조과류는 『음식지미방』 식의 비율로 물을 타서 짐청하는 방법을 채택하였다. 3) 李瀨(1681~1763), 『星湖僕說』 「蜜餌」. 4) 河生員, 『酒方文』 「藥果」, 1600년대 말경. 5) 『飲食知味方』 「약과법」, 1670년경.



三三

등장문헌 : 영접도감의궤
하마연과 상마연 찬품

지방과(地方果)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

眞末 2合 / 太末 6合 / 真油 3夕 2里 / 黑湯 2夕

밀가루 120cc / 콩가루 360cc / 참기름 18cc / 흑당[黑糖] 12cc

* 중력분 110g(1컵) / 참기름 23g(2½큰술) * 조청(백당) 60g(3큰술) / 흑당33g(1½큰술)

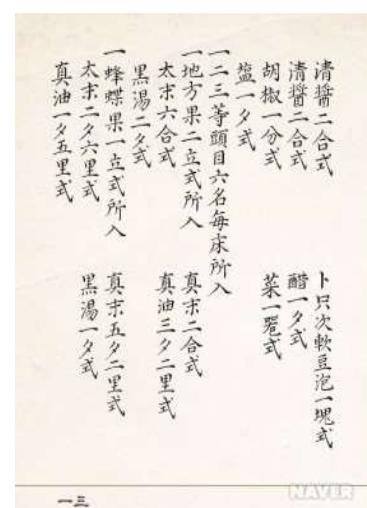
* 대두콩 6컵 / 콩가루 330g(3컵) * 물 150g(10큰술)

· 조리 방법

콩가루 만들기 1. 대두콩을 씻어 뷔는다. 이것을 절구에 담아 살짝 찧어서 키로 까불려 콩껍질을 없앤 다음 블렌더에 담아 곱게 간다. 고운체로 내려서 콩가루를 만들어 3컵을 취해 놓는다. 밀가루 뷔기 2. 중력분 1컵에 참기름 2½큰술을 합하여 손바닥으로 잘 비빈 다음 굽은 채로 내린다. 이것을 팬에 담아 주걱으로 저어주면서 뷔아 익힌다. 흑당을 만들기 3. 냄비를 불에 올려놓고 조청 3큰술을 담아 끓이는데, 갈색이 되면 불에서 내려 식혀 흑당(黑糖, 黑湯)을 만들어 1½큰술을 취해 놓는다(조청 만드는 법은 종박재 참조). 4. (3)의 흑당에 물 10큰술을 합하여 약한 불에 올려 놓아 끓인다. 완전히 섞이면 불에서 내려 식힌다. 지방과 만들기 5. (1)의 콩가루에 (2)의 뷔은 밀가루, (4)의 흑당물을 합하여 뭉치듯이 반죽한다. 6. (5)의 반죽을 틀에서 박아낸다. 58) 河生員, 『酒方文』 「藥果」, 1600년대 말경.

· 맛을 거리

『주방문』에서는 뷔은 콩가루를 넣고 조과를 만들 경우 다음과 같이 설명하고 있다. 59)
‘볶은 콩가루로 만드는 조과는 꿀만으로 반죽하여 모양을 만들어 지지지 말고 그냥 집청하면 된다.’ 59) 河生員, 『酒方文』 「藥果」, 1600년대 말경.



등장문헌 : 영접도감의궤

2.3등두목의 연상 찬풀

첨수(添水)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

上末 5升 / 清 2合 / 造清 3合 / 油 3合 / 汁清 9夕 / 造清 1合 3夕 5分

밀가루 3,000cc / 꿀 120cc / 조청[白糖] 180cc / 참기름 180cc / 즙청 54cc / 조청[白糖] 80cc

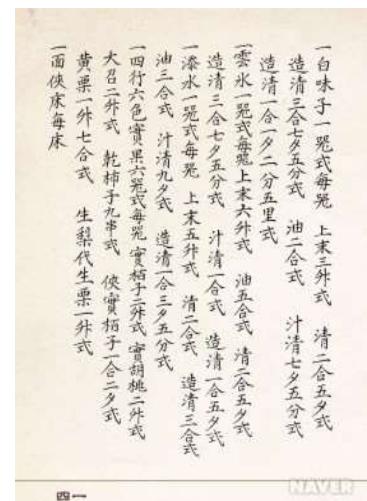
* 중력분 265g(1¼컵) / 꿀 10g(2작은술) / 조청(백당) 38g(1½큰술) / 참기름 12g(1½큰술) / 물 50g(3½큰술) * 즙청용 꿀 5g(1작은술) / 조청(백당) 19g(2작은술) / 물 5g(1작은술) * 식용유(튀김용) * 물

· 조리방법

반죽 만들기 1. 물 3½큰술, 조청 1½큰술, 꿀 2작은술을 합하여 끓여서 차게 식힌다. 2. 중력분 1¼컵과 참기름 1½큰술을 합하여 손바닥으로 잘 비빈 다음 굽은 채로 내린다. 여기에 (1)의 꿀물을 넣고 뭉치듯이 반죽한다. 3. (2)의 반죽을 밀방망이로 0.1cm 두께로 밀어서 가로·세로 각각 10cm가 되게 썬다. 첨수 만들기 4. 튀김용 식용유를 불에 올려놓고 낮은 온도에서 (3)의 과자를 서서히 연한 갈색이 나도록 튀겨내어 찬물에 담갔다가 즉시 건져서 물기를 뺀다. 5. 즙청용 꿀 1작은술, 조청 2작은술, 물 1작은술을 합하여 약한 불에 올려놓아 끓인다. 완전히 섞이면 불에서 내린다(조청 만드는 법은 중박계 참조). 6. (4)의 과자에 붓으로 (5)의 꿀물을 얇게 바른다. 31) 河生員, 『酒方文』, 1600년대 말경.

· 읽을거리

밀가루 : 청(清, 꿀+조청) : 참기름의 비율을 20 : 2 : 1로 하여 만든 과자이다. 과자 명칭이 대포하는 첨수(添水)란 물을 더한다는 뜻이 있기 때문에 소운빙과 같이 만들되 튀겨낸 과자를 찬물에 담갔다가 즉시 건져내어 꿀물로 즙청하는 방법을 택하였다. 이렇게 만들면 독특한 질감의 과자가 된다.



등장문헌 : 영접도감의궤
익일연 찬품

한약과(漢藥果)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

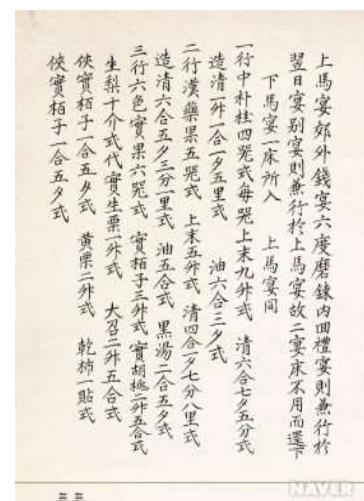
上末 5升 / 清 4合 1夕 7分 8里 / 造清 6合 5夕 3分 1里 / 油 5合 / 黑湯 2合 5夕
밀가루 3,000cc / 꿀 248.8cc / 조청[白糖] 391.2cc / 참기름 300cc / 흑당(黑糖) 150cc
* 중력분 330g($2\frac{1}{2}$ 컵) / 조청(백당) 152g($5\frac{1}{3}$ 큰술) / 참기름 40g(4큰술) / 물 2 $\frac{1}{2}$ 큰술 * 조청(백당) 60g(3큰술) / 흑당 40g(2큰술) / 꿀 50g($3\frac{1}{3}$ 큰술) / 물 12g($2\frac{1}{2}$ 작은술) * 식용유(튀김용)

· 조리방법

1. 물 2 $\frac{1}{2}$ 큰술과 조청 5 $\frac{1}{3}$ 큰술을 합하여 끓여서 차게 식힌다. 2. 중력분 2 $\frac{1}{2}$ 컵과 참기름 4큰술을 합하여 손바닥으로 잘 비빈 다음 굽은 채로 내린다. 여기에 (1)의 조청물을 넣고 잘 섞어 손으로 뭉치듯이 반죽한다. 3. (2)의 반죽을 밀방망이로 두께 0.5cm가 되게 밀어 가로와 세로의 길이를 6cm가 되게 내고 반듯하게 썬다. 4. 식용유를 불에 올려놓고 낮은 온도의 조건에서 (3)의 과자를 서서히 연한 갈색이 나도록 튀겨낸 후 기름을 뺀다. 흑당 만드기 5. 냄비를 불에 올려놓고 조청(백당) 3큰술을 담아 끓이는데, 갈색이 되면 불에서 내려 식혀 2큰술을 취해 놓는다. 이것을 흑당(黑糖, 黑湯)이라 한다. 이 흑당에 꿀 3 $\frac{1}{3}$ 큰술과 물 2 $\frac{1}{2}$ 작은술을 합하여 약한 불에 올려놓아 끓인다. 완전히 섞이면 불에서 내린다(조청 만드는 법은 중박계 참조). 6. (4)가 식기 전에 (5)의 꿀물(흑당)에 담갔다 건져 꿀물이 완전히 빠지도록 한다. 6) 河生員, 『酒方文』 「藥果」, 1600년대 말경.

· 읽을거리

주재료인 밀가루 : 조청 : 참기름의 비율을 10 : 1 : 1로 하여 만든 한약과의 한자어는 漢藥果이다. 꿀 대신에 조청을 넣었으므로 약과보다는 질이 낮은 과자를 한약과라 한 듯하다. 당시 조청은 백당(白糖)을 뜻하여서 청(淸, 꿀)은 청이되, 벌꿀로 만든 것이 아니라 사람이 만든 꿀[造清]이지만 하얗게 만들어 조청이라 하였다. 흰 조청에 불을 가하여 갈색이 되게 만든 것을 흑당(黑糖)이라 하였고⁷⁾ 이 흑당의 전신이 곧 흑탕(黑湯)이다. 7) 『嘉禮都監儀軌』, 1866.



등장문헌 : 영접도감의궤
하마연과 상마연 찬풀

홍마조



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

재료 및 분량

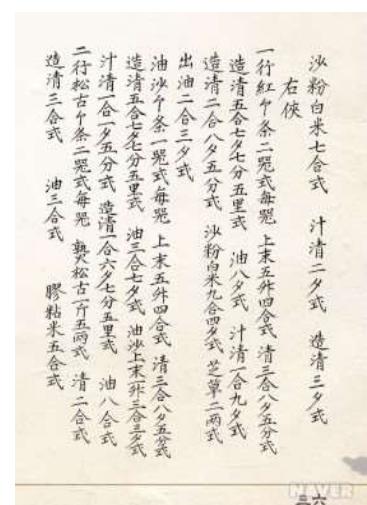
上末 5升 4合 / 清 3合 8夕 5分 / 造清 5合 7夕 7分 5里 / 油 8夕 / 汁清 1合 9夕 / 造清 2合 8夕 5分 / 沙粉白米 9合 4夕 / 芝草 2兩 / 出油 2合 3夕
밀가루 3,240cc / 꿀 230cc / 조청[白糖] 344.8cc / 참기름 48cc / 즙청 114cc / 조청[白糖] 170cc / 사분백미 564cc / 지초 80g / 출유 138cc
* 중력분 150g(1컵 6큰술) / 꿀 25g(1½큰술) / 조청(백당) 67g(2½큰술) / 참기름 3g(1작은술) / 물 45g(3큰술) * 즙청용 꿀 15g(1큰술) / 조청(백당) 38g(1½큰술) / 물 5g(1작은술) * 사분백미 50g(4큰술) / 참쌀 50g(1/4컵) / 지초 8g / 출유(참기름) 10g(1큰술) * 식용유(튀김용)

조리방법

반죽 만들기 1. 물 3큰술, 조청 2½큰술, 꿀 1½큰술을 합하여 끓여서 차게 식힌다. 2. 중력분 1컵 6큰술과 참기름 1작은술을 합하여 손바닥으로 잘 비빈 다음 굽은체로 내린다. 여기에 (1)의 꿀물을 넣고 잘 섞어 손으로 뭉치듯이 반죽한다. 사분백미 만들기 3. 지초 8g을 가위로 잘게 자른다. 냄비에 출유(참기름) 1큰술을 담아 불에 올려놓고 뜨겁게 달군다. 여기에 앞서 자른 지초를 넣어 붉은색이 우러나오도록 한다. 색이 우러나오면 기름만을 고운체로 발쳐 식힌다. 4. 참쌀 1/4컵을 3시간 이상 물에 담갔다가 짐통에서 익도록 찐내어 찬물에 한번 행구어서 물기를 빼고 채반에 담아 햇볕에서 바싹 말려 건반(乾飯)을 만든다. 바닥이 두꺼운 냄비에 식용유를 담아 온도를 올린 후 건반을 넣고 확 일어나면 흰색이 유지되며 끈적 빨리 건져 내어 기름을 뺀다. 완전히 식으면 (3)의 지초기름을 뿌려 붉은 물이 골고루 들게 한다. 이것을 말려 블렌더로 갈아서 체에 내려 접시에 펼쳐 담아 사분백미(沙粉白米)를 만든다. 홍마조 만들기 5. 즙청용 꿀 1큰술, 물 1작은술, 조청 1½큰술을 합하여 약한 불에 올려놓아 끓인다. 완전히 섞이면 불에서 내린다(조청 만드는 법은 중박계 참조). 6. (2)의 반죽을 밀방망이로 0.5cm 두께로 밀어 가로 1.5cm, 세로 10cm 되게 반듯하게 썬다. 7. 튀김용 식용유를 불에 올려놓고 낮은 온도에서 (6)의 과자를 서서히 연한 갈색이 나오도록 튀겨내어 기름을 뺀다. 8. (7)의 과자가 식기 전에 (5)의 꿀물에 담갔다가 건져 꿀물이 완전히 빠진 다음(4)의 사분백미에 굴린다. 23) 河生員, 『酒方文』, 1600년대 말경. ; 『飲食知味方』, 1670년경.

읽을거리

지초물을 들인 사분백미고물을 입힌 홍마조(紅條)의 은 ‘망치 마’ 이고 条는 ‘질 조’ 이므로 그 형태는 망치와 비슷한 긴 막대 모양으로 만든 과자일 것이다. 밀가루 : 청(淸, 꿀 + 조청) : 참기름의 비율이 65 : 11 : 1 정도가 되므로 참기름 분량은 무시해도 될 정도이지만, 대신에 꿀 분량을 많이 넣은 지극히 달게 만든 과자이다. 썹는 질감은 중박계보다도 훨씬 딱딱한 질감의 과자 형태가 되는 반면에 보존성을 높인 과자이다.



등장문헌 : 영접도감의궤
하마연과 상마연 찬품

홍망구소(紅望口消)

사진 출처 : 네이버 지식백과,
현대식으로 다시 보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)



재료 및 분량

上末 5升 / 清 2合 / 造清 3合 / 油 7合 / 芝草 2兩 / 出油 2合 3夕 / 黑湯 1升 3合 / 沙粉白米 2升 1合 3夕

밀가루 3,240cc / 꿀 132cc / 조청[白糖] 198cc / 참기름 420cc / 지초 80g / 출유 138cc / 흑당(黑糖) 780cc / 사분백미 1,278cc

* 중력분 360g(2½컵) / 조청(백당) 76g(2½큰술) / 참기름 50g(5½큰술) / 물 45g(3큰술)

* 조청(백당) 608g(1컵) / 흑당 304g(1/2컵 2½큰술) / 꿀 30g(2큰술) / 물 30g(2큰술) *

사분백미 250g(1컵 1½큰술) / 참쌀 200g(1컵) / 지초 16g / 출유(참기름) 20g(2큰술) *

식용유(튀김용)

조리방법

반죽 만들기 1. 물 3큰술과 조청 2½큰술을 합하여 끓여서 차게 식힌다. 2. 중력분 2½컵과 참기름 5½큰술을 합하여 손바닥으로 잘 비빈 다음 굵은 채로 내린다. 여기에 (1)의 조청물을 넣고 잘 섞어 손으로 뭉치듯이 반죽한다. 3. (2)의 반죽을 밀방망이로 0.2cm 두께로 밀어 지름 4cm의 원형 틀로 찍어낸다. 사분백미 만들기 4. 지초 16g을 가위로 잘게 자른다. 냄비에 출유(참기름) 2큰술을 담아 불에 올려놓고 뜨겁게 달군다. 여기에 앞서 자른 지초를 넣어 붉은색이 우러나오도록 한다. 색이 우러나오면 기름만을 고운채로 말쳐 식힌다. 5. 참쌀 1컵을 3시간 이상 물에 담갔다가 찜통에서 익도록 끼내어 물에 한 번 행구어서 물기를 빼고 채반에 담아 햇볕에 바싹 말려 전반(乾飯)을 만든다. 6. 바닥이 두꺼운 냄비에 식용유를 담아 온도를 올린 후 (5)의 건반을 넣고 확 일어나면 흰색이 유지되며 끈적거림이 없어 진짜 내어 기름을 뺀다. 7. 완전히 식으면 (4)의 지초기름을 뿌려 붉은 물이 골고루 들게 한다. 이것을 말려 블렌더로 갈아서 채에 내려 접시에 펼쳐 담는다. 이것이 사분백미(沙粉白米)이다. 흑당 만들기 8. 냄비를 불에 올려놓고 조청 1컵을 담아 끓이는데, 갈색이 되면 불에서 내려 식혀 1/2컵 2½큰술을 취하여 끓는다. 이것을 흑당(黑糖, 黑湯)이라 한다. 이 흑당에 꿀 2큰술과 물 2큰술을 합하여 약한 불에 올려놓아 끓인다. 완전히 섞이면 불에서 내린다(조청 만드는 법은 중박재 참조). 홍망구소 만들기 9. 튀김용 식용유를 불에 올려놓고 낮은 온도의 조건에서 (3)의 과자를 서서히 연한 갈색이 되도록 튀겨내어 기름을 뺀다. 10. (9)가 식기 전에 (8)의 꿀물에 담갔다가 건져 끌물이 완전히 빠진 다음 (7)의 사분백미에 굴린다. 8) 河生員, 『酒方文』, 1600년대 말경.; 『飲食知味方』, 1670년경.

끓을 거리

이익은 『성호사설』 「산자」에서 ‘튀밥에 붉은 물을 들여서 비너 모양으로 만든 떡에다 엷을 발라 물히는 것을 요화병이라 한다’ 하였고, 앞서 언급한 바 있는 「거여밀이」에서는 ‘조금 유풍이 있는 것은 엷과 꿀을 절에 바른 것 때문이니 지금의 약과가 아니고 무엇이겠는가’라 하였다. 9) 과자 표면에 꿀과 조청을 합하여 집청하는 일은 궁중뿐만 아니라 사대부가에서도 보편적이었던 것 같다. 또한 지초기름은 튀김 용도가 아니라 색깔을 입히는 데 사용되었음을 알게 해준다. 말린 지초(芝草) 뿌리는 성(性)이 한(寒)하며 오달(五疸, 황달黃疸·곡당穀疸·주달酒疸·황한黃汗·여로달女勞疸)을 다스리고 수도(水道)를 통하게 할 뿐만 아니라 복종(腹腫, 배 안의 종기)의 창만(脹滿, 배가 잔뜩 부어오름)과 악창(惡瘡, 고치기 힘든 모진 부스럼)을 주치하는 주요 한약재인데, 10) <원전>에서의 지초는 바로 지초 뿌리 말린 것을 말한다. 지초 뿌리는 지용성 색소인 적색를 함유하고 있고, 이 적색은 붉은색의 과자를 만드는 데 더없이 중요한 재료로서 활용되고 있다. 과자 모양을 둥글게 한 것은 망구소(望口消)의 望이 ‘보름달 망’이기 때문이다. 지초물을 들인 사분백미(沙粉白米)로 고물을 입힌 홍망구소는 밀가루 : 조청 : 참기름의 비율을 16 : 1 : 2로 하여 만들었으므로 약과보다는 참기름을 더 넣고 조청을 적게 넣었다고 볼 수 있다. 그러므로 완성된 과자의 맛은 약과보다 씹히는 질감이 훨씬 부드럽지만 단맛은 덜한 과자가 된다. 사분백미란 모래와 같이 만든 참쌀가루란 뜻이다. 찐 참쌀을 바싹 말려 튀긴 다음 으깨어 가루로 만든 것이다. 9) 李灝(1681~1763), 『星湖集說』 「子」, 10) 許俊, 『東醫寶鑑』 「湯液」.



左 俠	行 紅望口消二冕式	上末五升四合式 清三合二多式
	造清三合三多式	出油二合三多式
	油沙望口消二冕式每冕	黑湯一升三合式 沙粉泉薪堂
	多式	多式
	清二合二多式	油沙上末二四式
	造清三合二多式	黑湯一升四合式
	油三合七夕式	油一合四式
	造清三合四多式	黑湯外四合二多式
	黑湯外四多式	油二合四式
	造清三合六多式	黑湯外四合二多式
		上末三升二合式
		金舟餅二多式每冕
		造清三合五多式
		上末九合七分五里式
		上末三升二合式
		二行白茶食二多式
		造清三合九夕七分五里式
		上末三升二合式
		金舟餅二多式每冕
		造清三合六多式

등장문현 : 영접도감의궤 하마연과
상마연 친풀

홍산자(紅散子)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

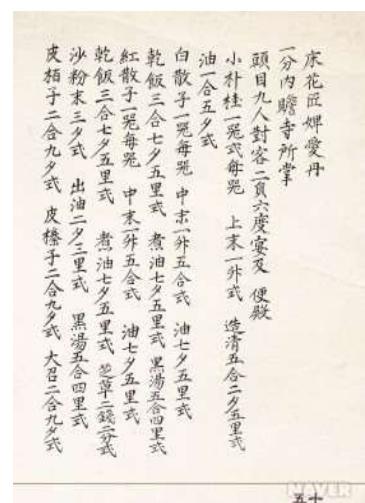
中末 1升 5合 / 油 7夕 5里 / 乾飯 3合 7夕 5里 / 煮油 7夕 5里 / 芝草 2錢 2分 / 沙粉末 3
夕 / 出油 2夕 3里 / 黑湯 5合 4里

밀가루 900cc / 참기름 42cc / 건반 222cc / 자유 42cc / 지초 8.8g / 사분말 18cc / 출
유 12cc / 흑당 [黑糖] 300cc

* 중력분 165g($1\frac{1}{2}$ 컵) / 참기름 12g($1\frac{1}{3}$ 큰술) / 물 90g(6큰술) * 흑당 304g($1\frac{1}{2}$ 컵) / 조청
(백당) 608g(1컵) / 물 20g($1\frac{1}{3}$ 큰술) * 건반 90cc(6큰술) / 참쌀 42g(5큰술) / 지침기름(자
유) 15g($1\frac{1}{3}$ 큰술) * 사분말(사분백미) 8g(2작은술) / 출유(참기름) 3g(1작은술) / 지초 4g
* 식용유(튀김용)

· 조리방법

반죽 만들기 1. 중력분 $1\frac{1}{2}$ 컵과 참기름 $1\frac{1}{3}$ 큰술을 합하여 손바닥으로 잘 비빈 다음 굽은 채
로 내린다. 여기에 분량의 물을 넣고 반죽한다. 2. (1)의 반죽을 밀방망이로 0.2cm 두께로
밀어서 가로 4cm, 세로 5cm가 되게 직사각형으로 썬다. 건반 만들기 3. 참쌀 5큰술을 3시
간 이상 물에 불린 다음 찜통에서 무르도록 쪄내어 찬물로 한 번 행구어서 물기를 빼고 채반
에 담아 햇볕에서 바싹 말려 건반(乾飯)을 만든다. 바닥이 두꺼운 냄비에 자유 $1\frac{1}{3}$ 큰술을 담
아 온도를 올린 후 건반을 넣고 확 일어나면 흰색이 유지되게 끔 재빨리 건져내어 기름을 뺀
다. 접시에 펼쳐 담아 식힌다. 사분말, 사분백미 만들기 4. 지초를 가위로 잘게 자른다. 냄
비에 출유(참기름) 1작은술을 담아 불에 올려놓고 뜨겁게 달군다. 여기에 앞서 자른 지초를
넣어 붉은색이 우러나오도록 한다. 색이 우러나오면 기름만을 고운체로 펼쳐 식힌다(지초기
름). (3)의 건반에서 1큰술을 취하여 지초 기름을 뿌린다. 붉은 물이 골고루 들면 말려서 불
렌더로 갈아 체에 내려 접시에 담아 사분말을 준비한다(사분말, 사분백미). 홍산자 만들기
5. 냄비를 불에 올려놓고 조청 1컵을 담아 갈색이 될 때까지 끓여 식혀서 흑당(黑糖, 黑湯)
을 만들어 $1\frac{1}{2}$ 컵을 준비한다. 이 흑당에 물 $1\frac{1}{3}$ 큰술을 합하여 약한 불에 올려놓아 끓인다.
완전히 섞이면 불에서 내린다(조청 만드는 법은 종박제 참조). 6. 튀김용 식용유를 튀김냄비
에 담아 약한 불에 올려놓고 낮은 온도에서 (2)의 과자를 연한 갈색이 되게 튀겨내어 기름을
뺀다. 7. (6)이 식기 전에 (5)의 흑당물을 담갔다가 건져 흑당물이 완전히 빠진 후 (3)의 건
반을 물힌다. 8. (7)의 과자에 (4)의 사분말을 뿌려 붉은색이 들도록 한다.



등장문헌 : 영접도감의궤
두목의 연상 찬쯤

무정과



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사진)

· 재료 및 분량

① 무 1kg ② 꿀 1 1/2컵, 후춧가루 1/4작은술 ③ 참기름

· 조리 방법

① 무를 잘게 썰어 절구에 담아 짓찧는다. ② 남비에 ①을 담아 센불에 올린다. 끓기 시작하면 불을 약하게 하여 무가 물러지도록 뚝 끓인다. ③ ②를 채에 내려 2컵을 취한다. ④ 바닥이 두꺼운 남비에 ③을 담고 ⑤의 꿀과 후춧가루를 합하여 센불에 올린다. 끓기 시작하면 불을 약하게 하여 서서히 뚜껑을 열어 놓은 채 조린다. 끓이는 도중에 위에 떠오르는 거품을 깨끗이 걷어낸다. ⑥ ④가 엉기면 참기름을 바른 사각틀에 담아 식혀서 썬다. 접시에 담아낸다.



무정과
무속을 떠아다시 달려 죄세 빛 태훈 사람의 살갗
끓이고 흐흐 가로니 허석히 거둔 점여 쓰되 무표을 제
쓰미즈네 하포트 명빛 흐름고 맛시더잇는 이라

등장문현 : 음식방문

생강회



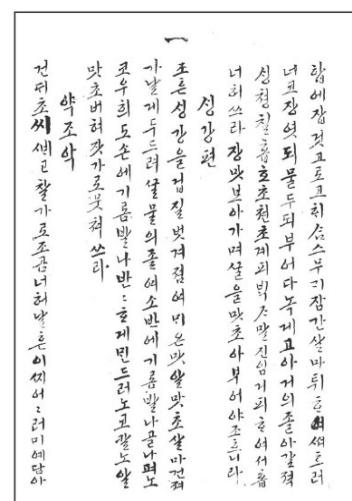
사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사진)

· 재료 및 분량

① 껌질 벗긴 생강 200g ② 꿀 1컵 ③ 잣가루 1/2컵 ④ 참기름

· 조리 방법

① ⑦의 생강을 얇게 저민다. ② 남비에 물을 담아 ①을 넣고 무르게 삶아 건진다. ③ 절구에 ②를 담아 곱게 짓찧는다. ④ 바닥이 두꺼운 남비에 ③과 ⑤의 꿀을 담아 센불에 올린다. 끓기 시작하면 불을 약하게 하여 서서히 뚜껑을 열어 놓은 채 조린다. 끓이는 도중에 위에 떠오르는 거품을 깨끗이 걷어낸다. ⑤ ⑥가 엉기면 참기름을 바른 사각틀에 담아 반반하게 만든다. ⑥ ⑦가 완전히 식으면 먹기 좋은 크기로 잘라 ⑧의 잣가루를 고물로 묻힌다.



등장문현 : 음식방문

석이주악



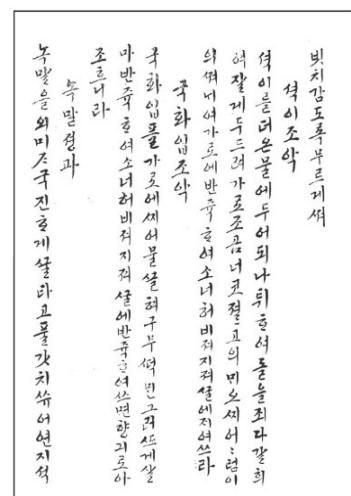
사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사전)

· 재료 및 분량

- ① 찹쌀가루 5컵, 석이가루 10큰술, 끓는 물 1컵, 소금 1작은술 ② 참깨 2컵, 꿀 1/2컵 ③ 참기름 ④ 꿀

· 조리방법

- 석이버섯을 끓는 물에 투하여 돌을 깨끗이 제거한다. 이것을 잘게 썰어서 블렌더에서 갈아 10큰술을 취해 놓는다.
- 찹쌀가루에 ①의 소금을 합하여 체에 내린 다음 ①의 석이가루를 합하여 분량의 끓는물을 넣고 익반죽한다.
- ③의 깨를 충분히 물에 불려서 손으로 비벼 엉질이 없어지도록 여러번 씻어 인다. 팬에 담아 낮은 온도에서 볶아 익힌다. 식으면 블렌더에 갈아서 ④의 꿀을 합하여 버물려서 작은 대추알 크기로 빚는다.
- ②의 반죽을 작은 밤알 만큼씩 떼어 둥글려 송편 빛듯이 우물을 파고는 ③의 소를 넣고 꼭꼭 잘 아물려 빚는다.
- 팬에 참기름을 두르고 낮은 온도에서 ④를 지져낸다.
- ⑤ ⑥의 주인이 뜨거울 때에 꿀에 재었다 꺼내어 쇠그물망에 올려놓고 꿀을 뻘다.



등장문현 : 음식방문

도전복



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

반건전복, 잣가루

반건전복 8개, 잣가루 8큰술

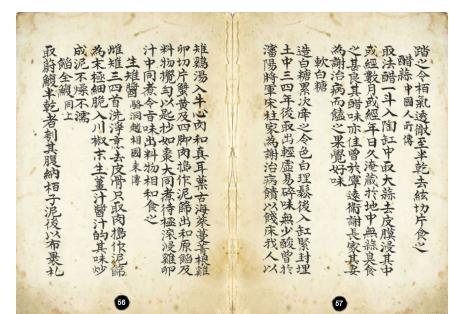
· 조리방법

1 반건(半乾)한 전복의 배를 일자로 갈라 놓는다. 2 (1)에 잣가루를 채워 넣는다. 3 (2)를 배보자기로 쌔서 돌로 눌러 놓는다. 4 (3)을 손가락 긁기의 편으로 썰어 접시에 담는다.



· 읽을 거리

지은이가 울산 산 건전복을 사다 쓰도록 강조한 것으로 보아『수문사설』이 쓰여질 당시 울산에서 건조시킨 전복이 가장 상등품이었던 것으로 생각된다.



등장문헌 : 수문사설

두부피(豆腐皮)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

두부

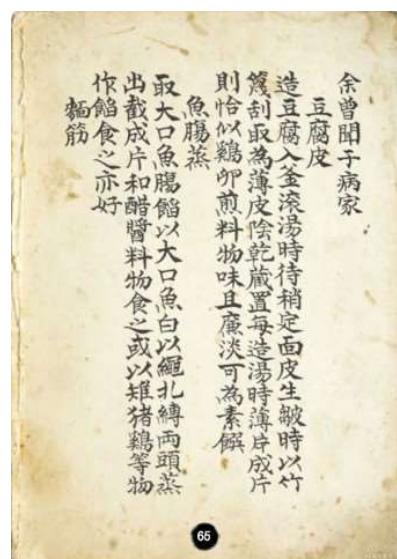
두부 4모

· 조리방법

1 냄비에 두부를 넣어 불을 천다. 그러면 두부에서 물이 나와 끓는다. 2 표면이 수축하여 쭈글쭈글해지면 대나무꽃이로 두부 껌질을 벗겨 그늘에서 말린다. 여러가지 찬음을 만들 때 식재료로 한다.

· 읽을거리

일종의 유부로서, 유부가 기름에 튀겨낸 것이라면 두부피는 두부 자체 내에 함유된 수분을 없애서 얄어진 것이다. 그늘에서 말렸다가 여러 음식을 만들 때 넣는 식재료가 되고 있는 점에서, 당시에 활용되던 두부로 만든 가공식품의 하나를 알게 해주는 중요한 자료이다.



등장문헌 : 수문사설

분유(酪屑)



사진 출처 : <http://www.lampcook.com/>(램프쿡, 전통식품백과사진), 위키백과

· 재료 및 분량

우유, 획당

· 조리방법

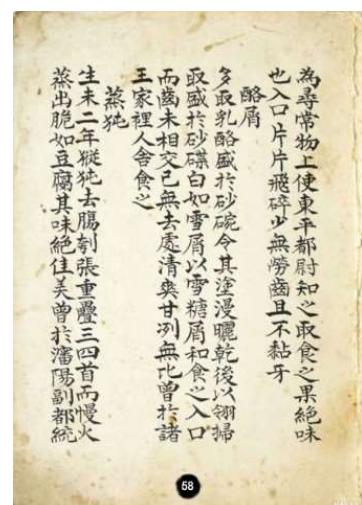
많은 우유를 사기 사발에 절편하게 담아 햇빛에 말린 후에 것으로 사기접시에 쓸어 담는다. 놀가루 같은 획가루이다. 획당가루를 화합해서 먹는다. 입안에 들어가 치아 끝에서 서로 만나는데 들러붙지 않는다. 맑고 상쾌하고 감열한 맛은 비활 바가 없다. 일찍이 왕가 안에 살던 사람들이 그것을 먹었다.

[네이버 지식백과] 분유(酪屑) (현대식으로 다시보는 수문사설, 2012. 04. 20.)



· 읽을 거리

낙설(酪屑)은 우유 '락' 가루 '설' 이므로 현재의 분유에 해당된다. 당시의 분유 제조 방법을 잘 설명해 주고 있다.



등장문헌 : 수문사설

콩깍지불콩을 부드럽게 하는 법(扁豆莢作茹法)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 수문사설(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

어린 콩깍지 불콩, 된장

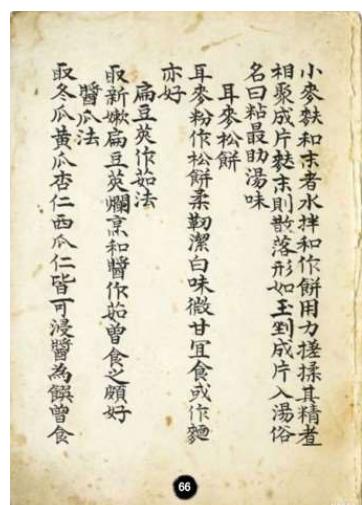
어린 콩깍지불콩 2개(300g), 물 양념 된장 거른 것 1 ½큰술, 마늘 다진 것 1큰술, 파 다진 것 ½큰술, 참기름 1큰술

· 조리방법

1 어린 콩깍지가 불어있는 불콩을 냄비에 담아 물을 험하여 완전히 물러질때 까지 삶아, 건져 내어 물기를 뺀다. 2 (1)을 먹기 좋은 크기로 썰어서 양념을 섞어 버무린다.

· 읽을 거리

편두를 화태(火太, 불콩) 혹은 총알콩이라고도 부른다.



등장문헌 : 수문사설

한증(片蒸)



사진 출처 : 네이버 지식백과, 현대식으로 다시보는 영접도감의궤(농촌진흥청 국립농업과학원)

· 재료 및 분량

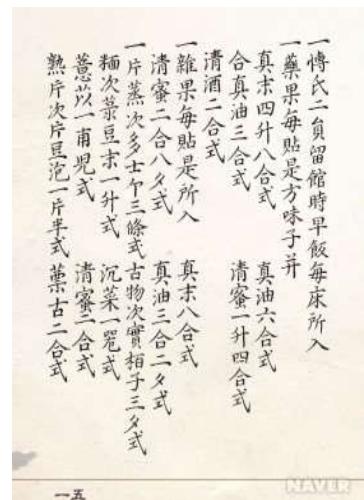
다시마 3条约 / 古物次實柏子 3夕

다시마 3조 / 章 18cc

* 다시마 60cm / 물 2컵 * 잣가루 1/2컵

· 조리방법

1. 두껍고 질 좋은 다시마를 선택하여 물에 불려 가로 3cm, 세로 4cm가 되게 썬다. 이것을 냄비에 담아 물 2컵을 넣고 끓여 끓인다. 2. (1)이 완성되면 완전히 식혀 잣가루를 묻혀 접시에 담아낸다.



등장문헌 : 영접도감의궤
조반상의 소선 찬풀

부 록

-기타 음식 출전

燒餅

好真末用細節之調勑於鹽水作薄餅又以各種果若饅頭素燙搗充具中塗真油於其上熾炭上安鐵上盛沙炙於沙上出用

○立冬日燒餅
好真末用細節之調勑於鹽水作薄餅又以各種果若饅頭素燙搗充具中塗真油於其上熾炭上安鐵上盛沙炙於沙上出用
立冬日

立冬日



비 빙 밥

(ま ゼ ご 飯)

재료 (材 料)

흰밥	250그램	ご飯	250グラム
소고기	50그램	焼肉	50グラム
콩나물	50그램	緑豆	30グラム
록두나물	30그램	大豆もやし	50グラム
고사리	30그램 (불은것)	わらび	30グラム
느타리버섯	10그램 (불은것)	しょう油	少々
파	30그램	ごま油	少々
간장	30그램	しいたけ	10グラム
참기름	20그램	ごま	少々
깨소금	1그램	にんにくのみじん切り	
마늘	0.5그램	切り	少々
실고추	3그램	糸とうがらし	少々
김	술장	海苔	一枚
사탕가루	약간	砂糖	少々
고추장	20그램	とうがらし味噌	大さじ1
시금치	30그램	ほうれん草	30グラム

③ 시금치는 삶아서 소고기를 다져 갖은 양념을 하고 볶아서 넣고 무친다.

④ 고사리와 느타리버섯은 간장, 사탕가루, 참기름, 깨소금으로 간을 맞추어 볶아서 식힌다.

⑤ 밥을 그릇에 담고 준비한 가지각색 나물을 조금 남기고 고추장을 넣고 비빈다.

⑥ 비빔밥을 다른 그릇에 옮겨 담고 남겨둔 여러가지 나물들을 그우에 색깔좋게 얹고 김을 구워서 으스러뜨려서 김치, 탕국과 같이 상에 올린다.

※ 흰밥을 대접에 담고 참기름을 약간 쳐서 갖은 나물들을 색깔좋게 담아 상에 올려서 고추장을 넣고 비벼 먹기도 한다.

※ 소고기는 채쳐 볶아서 쓰기도 한다.
비빔밥에 달알고명을 얹기도 한다.

① 烧肉はせん切りにし、ほうれん草、大豆もやしは塩ゆでにして、ごま、ごま油、にんにくであえそれぞれナマル（おひたし）にする。

② わらびとしいたけはせん切りにし、しょう油、ごま、ごま油でそれぞれ味をつけておく。

③ ご飯をどんぶりに盛り、準備したいろいろな野菜をすくい入れて、とうがらし味噌を入れてよくご飯をませる。

④ ③のまぜご飯を他の茶わんに盛り、野菜と焼肉しいたけを色どりよく盛りあわせ、海苔はもみのりにしてふりかけ、とうがらし味噌、キムチ、あたたかいスープをいっしょにそえてすすめる。

※ どんぶりにあたたかいご飯を盛り、ごま油を大きじ1ぐらいふりかけ、準備した材料を色どりよく盛りつけて、食べる時にスープ大さじ1、とうがらし味噌を少々を加え、まぜながら食べる。

焼肉は牛挽肉や中小間切りをいため煮にして錦糸卵をあしらってもよい。

■ 만드는 법 (作 り 方)

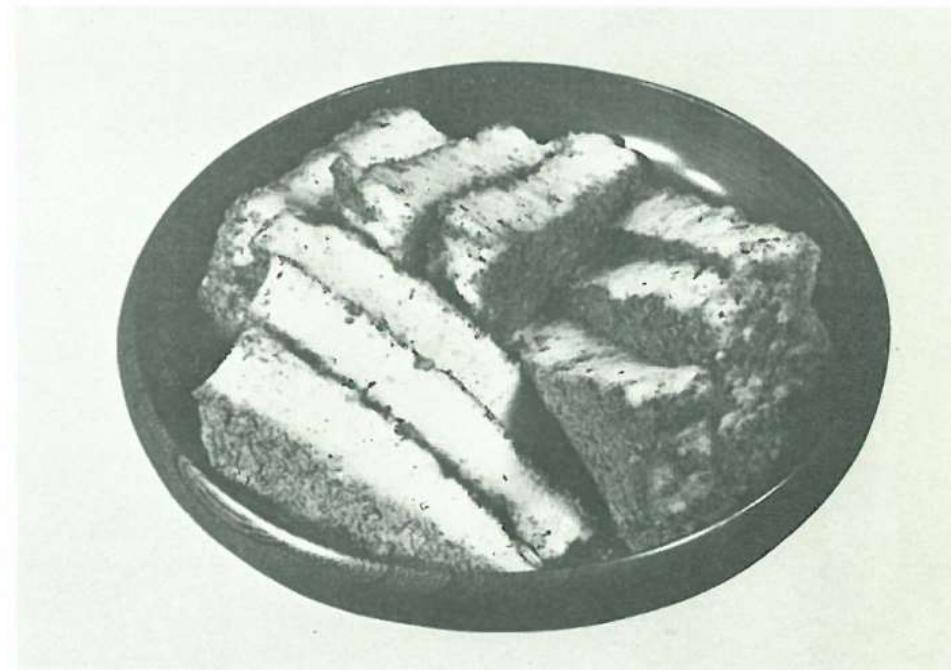
- ① 소고기는 간장, 사탕가루, 마늘, 후추가루, 고추장, 참기름, 깨소금을 넣고 무치고 적쇠에 구워서 채친다.
- ② 콩나물, 록두나물은 각각 소금을 넣고 삶아내여 참기름, 깨소금, 후추가루를 쳐서 무친다.

시루떡 (シリトック)

재료 (材料)

멥쌀 2도
찹쌀 2홉
팥 2홉
록두 2홉
소금 약간
사탕 약간

うるち米 2升
もち米 2合
あずき 2合
緑豆 2合
塩 少々
砂糖 少々



만드는 법 (作り方)

① 멥쌀과 찹쌀을 깨끗이 씻어 하루밤 물에 담가 불려서 물기를 빼서 절구에 찧어 고운 가루로 만들어 사탕가루, 소금을 약간 뿌려 골고루 섞어둔다. (가루로 할 때 멥쌀 한 되에 찹쌀 한 흡 넣으면 찢기 좋고 맞도 좋다)
 ② 록두를 매돌에 타서 물에 하루밤 담가 불려서 손으로 잘 문질러 씻고 여러 번 헤워서 껌질이 없어지면 시루에 얹고 소금을 훌훌 뿌려서 써낸다. 이것을 주걱으로 약간 으깨여 거피고물로 만든다. 팥은 삶아서 물기를 짜워서 소금으로 간을 맞추어 고물을 만든다.
 ③ 시루에 고물을 펴서 쌀가루 2~3센치메터 두더이로 펴고 또 고물을 펴서 이렇게 켜안쳐 김이 나가기 시작해서 40~45분 찬다.
 (떡을 안친 후 깨끗한 행주를 덮어서 뚜껑을 한다.)
 주의... 찰때 김이 세지 않게 하기 위해 시루봉을 하고 불은 김이 잘 오르도록 세게하지만 시루주위에 불김이 가지 않도록 해야 한다. (불김이 시루주위에 가면 시루가 뜨겁게 되여 떡이 익기도 전에 가루가 먼저 말라서 떡이 살고 불떨 때 고루 때지 않으면 한꺼번에 김이 오르지 않아서 떡이 살게 된다.)

- ① うるち米、もち米はきれいに洗って一晩水につけてふやかし、ざるに上げてうすでつき、きめの細かいふるいにかけながら何度もついて、きれいな粉を作る。
- ② しつとと仕上がりのもち米、うるち米粉に、砂糖、塩でうす味をつけよくませ合わせておく。
- ③ 緑豆はミキサーで半割りぐらいにひき一晩水につけてふやかし、手の平でよくこすると皮がむける。皮は水に浮くので洗い流しながらきれいに取り除き、セイロで2~3度うち水しながら蒸して、塩で味をつけて木しゃもじでこねる。(あまりやわらかくべとべとにならぬよう注意すること)
- ④ あずきはゆでて水を切り、塩味をつけうすでついであんを作る。(バサバサになるように)
- ⑤ セイロにあずきのあんを敷き、また②の粉というふうに重ねて一番上にあんがくるようにする。きれいなふきんをかけてふたをする。
- ⑥ 小麦粉を耳たぶぐらいにこねて細長くのばし、セイロと鍋の間に帯のように巻きながら蒸気がもれないようしっかりとつけける。
- ⑦ 強火で1時間ぐらい蒸す。竹串にさしてみて串に粉がつかなくなったら出来上がり。蒸気が上がらないうちにセイロの外側に熱がまわると、粉がかわいでシリトックに蒸し上がらず失敗する。あまり強過ぎず弱過ぎず火かげんに気をつけること。

橡宗餅

取大橡宗確搗去皮略碎入釀灰汁爛

煮數三滌出沈於水中一日三換水經四五日試

嘗其味无苦洪取出晒乾擣篩細末糲小豆烹泥

如米餅蒸出如鬆碎和粳米粉作餅為可始春

夏拌黃榆葉或棘榆桑俗所謂櫬木葉升木葉也

為餅則尤好亦鄉野淳味也

此外甘薯餅土蓮餅薏苡餅玉薑黍餅雜餅隨時造

食

賽藥飯取糯米作

飯和凍南瓜凍橡宗凍黃菽作飯食皆拌香油極
子其味宛如藥飯若灌以造清尤美若先凍南瓜
橡菽米粉和拌乾老南瓜條作餅甘如乾柿餅有
乾柿皮和米粉作餅飯亦好

5. 현 미 밥

재료(일곱사발) 현미 한되 물 한되두홉

1. 현미를 모래 없이 일어서 여섯시간 동안쯤 물에 담겼다가,

2. 펄펄 끓는 물에(정량의 물) 찰을 넣고 밥을 지으라.

3. 밥이 다 된후에는 솔밀을 더웁게 해서 이십분 동안은 뜸을 잘 들개하라.

栗糕法乾粟作本三分之二加糯米粉拌潤內

蒸熟食之

雜黑粘餅法好粘米精鑿一斗許浸水經宿另用
去核大棗去皮熟栗乾柿切碎與潤透粘米相合
和勻納甌爛蒸出打本板上令無半粒黍搗爛署
然後切方一寸許以芝麻屑作衣食之

藥飯味上入日 好糯米一斗精鑿水浸一宿易用大
棗去核熟栗去皮細切切不可太細各二升許乾柿細
切一升許味多好蜜一升許香油八九合許甘清
醬煉過者一錢子許先將糯米瀝取液內蒸之令
七八分熟即取出待溫和前物料須十分調勻不
許有小塊復入甌中再蒸通熟取用
味根本取其味

16. 떡 고추장 (정, 이월)

재료	메주가루(고추장) 메주	한되	찹쌀	석회
고추가루	한되	엿기름가루	오홉	소금
1. 고추장 메주가루를 곱게 쳐서놓고,				
2. 찹쌀을 절게 밥을 지어서 메주가루를 넣어서 잘 섞고 또 엿기름 가루를 넣어서 충분히 섞어놓고,				
3. 하루를 지낸후에 고추가루와 소금을 빚과 간을 잘맞추어 섞어서 향아리에 담고 꾹꾹 누르고 소금을 네넉히 뿌려서 봉해 두라.				

【비고】 엿기름가루는 아주 고운재로 쳐서 고운가루를 만들어서 섞을것이다.

炊藥飯法糯米一斗精鑿水浸一宿用大棗赤核烹栗餈切各二

升許乾柿細切一升許味_{柿多好蜜}一升許甘清醬煉者一種子許先

將淹糯米取甌內蒸之令人八分熟即取出待溫和前物料湏

十分調均不許有小塊復入甌再蒸通熟取用棗核水取

汁和蒸色亦佳

炊雜穀飯法粟稷米青粱黑豆赤豆相和相雜作飯甚甘香

熟水亦佳天落水煮飯白米變紅米變白

屬餽打勻以油麥米於火上加炒之亦好

○餅法師下味好甘露和點茶末及物料油水打
作餅日暮蒸出方寸許切而食之

將醬餅法篩下甘清醬和粘米末及物料油水打成餅鼎蓋羹出
方寸許劫而食之

餛飩吐早餅法木麥米細作末調蜜水調粥了淘工
中堅封口埋糠火待察水自乾然後取出味甚甘美
或以匙刲出如松餅樣以炒磨屑為衣食之甚佳

栗糕阿法把油水三分二加糯米粉拌同籠內蒸熟食之

• 약밥리라 • 침窖을 살리에 찔 티를 듣고 이치고 터초와 꼭
• 밥을 떠나니 그 차운 헌마루로 화진에 버려온 이자

木米煨餅不如鄉人所傳

精木末細粉拌水團作西瓜形濕紙裹慢火煨
爛切成片乘溫和生清食

▲ 송이밥 [松實飯]

순이를 정하게 써서서 파이장재 생지말고 대
강물처럼 써렷다가 혼밥이 끄려날제 써렷든 중
이 물 밥에 삼분일쯤 넣고 석젓다가 둘드려 퍼내어
먹으면 맛은 매우 향기를고 조호니 밥에 소끔을 조
끌어서 끄려는것이 조호니라

▲ 혼 밥 [混饭 白飯 玉食]

먼저 우분이나 양지버리를 우로도록 살마셔

고기는 전서 다른데 쓰고 국풀은 괴서 고온채에 빗
치고 국풀우에 빠지듯 려쳤다가 꿈설내면 우에
썩오르는 기름이다 무미날것이니 기름한정도 엄

시락제하야 석키고 솟을가시고 조흔백미을 여러
번께서 안치고 고기풀을 밥풀로파가리붓고 석성보
아되개짓든지 축축하게 것은지 배가 부르게지여
서 장간풀트리 퍼먹으면 다른밥보당 마시극상풍

이니라

▲ 조 밥 [椿芽 粟飯 黃梁飯]

조밥은 차조나 저장조는 조밥이 차지고 조호나
정제도 안되고 오래먹지도 못하매 배조는 참다
반경재도 나어먹고 씬조는 마사구수하고 정제는
제일이나니 셀조를 찬에 하트밥 담갓다가 두워야
纰내가 업나니라

▲ 팽 밥 [赤豆飯]

아가위처럼 불로중근맛을 싸불리 끌파죽재이
를 어시하고 배에 두둑만 나게라서 씨서이리노코
솟바닥에 꾀고 밭을오래 드렷다가 먹나니 여러가지 두는
중에 팽밥이 상동이요 밥도제일 느나니라 쓰 반
되듯시 마수말고 조호니라

▲ 보리밥 [麥飯]

부뜻보리밥 짓는법은 보리를 먼저 물에 담근지 하루밤만에 그물과가리 살마의해서 조리에 전재 징을 다 뺀 후에 맹발을 넣고 물을 떼어 밥을 만들지 니라

또는 보리가 열매가 되어 쓸모제의기전에 맹발 떠 떠서 밭에서 맹발과가리 밥을 짓으면 쉬풀하고 맛 이조호니라

보리가 만한한걸 밥을 짓으면 쉬풀오지 아니하니 하루를 전기하야 물에 담가 보리알이 안잣세 흡신 저전후에 다시 세서서 밥을 짓으면 밥도 현하고 맛도잇고 또나무도 일드나니라

▲ 콩밥 [豆飯]

김제콩을 오래 불리지 않고 물과죽재이를 엄시 하고 쟁이이려져 솟바닥에 살고 맛을두어도 조호니 학비이조코 밥맛도매우조호나 밥이 늘지 안는다 하는것은 콩껍데기 쪼든양이 줄찌지는고 그려하니라

호콩은 씩줄근것을 두는것은 맛이 밥맛갓호나 찬콩은 맛도입고 거운콩보단보기도 조치못하니라

▲ 시루식 [蒸飯 烹飯 烹飴]

시루식이라하는것은 부순짜이든지 빼풀지에 즉 전재도하고 얕게도하야 세서네여색한제 시루미에 길이나가겠제야노로 라 식은것에 큰시루면 물이마주풀고 암반이나도마에 끔제아후쓰라서 백갈로 면수과도 할경에 내린하고 헤케이미네이 베레쓰는것을 시루식이라하나니 이라며 불지니라

▲ 굳밥 [石乾飯]

송이잔풀을물에한히 불리지말고 절을설하개풀 오고세서 콧대였다가 밥에 절려남자 드려온고 위자에 올한후에 빼내어 손풀풀 조급해서 끌어오면 백을한맛이 매우 좋니라

▲ 감자밥

복감자를 염질벗것다가 밥자을제냈고 한예쓰 려서 괴내여 웃개든지 마음대로 먹나니 이것이 빨비행으로 쓰나니라

▲ 신감초떡 [辛甘草餅 當歸草餅]

썩가루가 한과가량이면 신감초가루는 한보시기
음식재료로서 백선기 하는법과 갖치하되 썩가
루에 설탕을 네넉히 석거 가지고 계를 차서 나니다
으사이 신감초가루라고 시끌서 오는것이 순전이
당꺼임사귀만 하여오는것이 아니라 다른상업을
만히석거 가루를 만들기로 창취가 암스니 벌로이
구하야 쓰는것이 매우조호니와 이색이 다른색보
당맛이기이하고 증기로우며 봄에도 대한히유익
하고 뜰중에 상승이니다

▲ 파스떡 [小豆餅]

팥이 두처면 끈은뜻한과음 하는것연대 팥을 밥
짓듯이 물불붓고 한속끓은후에 좀두엇다가 팥
알이다과진후에 다시물굽하게 불을떼어 부둣미
렛다 뼈내에서 소끔치고 주걱으로 속개여노로 방
아연에쌀가루에 찹쌀가루를조끔느크 물을내려야
조코 뜻는것은 이아래에 말하았노라

시루를안길제 소여다가물을붓고 사정시한개를
느린 물불을때 잡시가 더그락더그락하고 만일물
이랑으면 정시소리가 아니날것이니 꿋 물을여부
울지나타 물속에만일 핵풀이들면 물이남우나오
니 소용서습재조심하마 끈은뜻적운 풍속으로 고
사에쓰는것이 위주를하나니라

아모색이쁜지 대초를만히느울스득 조호며 팥
을소공풀을느오나 지금은 그냥써서 경을놓을제
소공풀을썩리쳐 가당밭이한없이연 물을한사발반
에 소공을해서 가다안처 떡기는버리고 시루에뿌
리한색이차지고 김이아니오르는 성내가아니나마

【파 빠】 (赤豆飯)

재료

멥미(白米) 1 떅풀·팥 0.5 떅풀·물 1.2 떅풀.

팥과 팥 한 컷을 짬밥과 죽 같이 쳐는다. 창운
햇풀로 잘아 쓴다.

【콩나물밥】 (豆芽飯)

재료

쌀 2 떅풀·돼지고기 300 그램·콩나물 300 그램.

장 기라는 김치밥과 겉을.

쌀을 뺏고 콩나물을다듬어서 솔 떨에 찬 위에디
쌀을 뺏고 그 위에다가 돼지고기를 세단히 놀어서 놓
고 장판 부어서 쳐는다.

나중에 파장을 안풀어서 얹어 먹는 것은 김치밥과
같다.

◆ 十 月 号 (臺灣骨董)

한국에서 고려시대에 걸친
한국의 문학과 예술, 철학 등
한국의 전통 문화를 살펴보는
한국학 전문 웹사이트입니다.

법제부장관이 주관하는 법제부법제과에서 제작되는 법령집은 『국회법령집』과 함께 국회의원과 법무부, 행정부, 검찰, 대법원 등 법조계에서 주로 활용되는 법령집으로, 1990년 1월에 첫 출판되었으며, 현재는 매년 1회로 출판되고 있다.

【同首皆】(骨董饭)

三

督察 2 떡풀, 쇠고기 250 그램, 풀나물 120 그램,
숙주 120그램, 고사리 120그램, 오이 또는 미나리 120그램
장 0.1 떡풀, 찹기름 3 숟가락, 대소금 1 숟가락,
후추가루 반 숟가락, 설탕 조금, 다진 파와 마늘
1 숟가락, 고추가루 약간.

의 고기를 이기고 이상의 조미료에서 고추가루만 빼고 다른 것은 모두 조금씩 넣어서 봄아 끓다. 다른 재료는 각각 따로서 물기를 뺀 후 조미료를 섞어서 끓여 끓는다. 고사리만은 미침 것을 조미료로 함께 한 번 끓는 것이 좋다. 으이는 얇게 저며 소금에 절였다가 다시 거름에 살짝 냉으면 좋다. 냉은 좀 고슬고술하게 되는 것아 좋으며, 아무드루 생양이 끓는다. 끓는지 않게 살을 피어 가며, 이상의 이

더 가지 고집을 하는데, 고수가 주는 이 데 믿으며 아
울 보아서 살피우면 다른 고집을 더 받는다. 다시
마 휘진 것을 넣으면 더 좋으나, 일부러 안들 것
은 알고, 휘진 것이 있으면 넣어도 좋다.

그릇에 밥을 떠는 위에다 고기와 채소를 묽기 좋지 한이 나는 것도 좋고, 국물을 얹어 부리지 않고 죄선에 놓는 것도 좋다. 그러나 보통 접시에서 밥을 떠는, 위에 놓는 고열이 없이도 누에 충분히 끓어야 있으니까 제작다.

【考】《沈氏集解》

鸡 品

판 2 떡풀, 라지고기 250 그램, 장 0.1 떡풀,
통김치 2 쪽, 파 3 푸른, 마늘 2 떡.
고추가루 약간, 후추가루 약간, 참기름 3 숟가락
깻소금 1 숟가락.

(너무 빠거나 매우 멀리 떨어져 있어서 땅에 떨어져 있다).
피치고기는 절개 치어서 잘 과 바늘을 다친 것, 제
소금 같은 조미료하고 함께 해어서 고기에 약념 맛
이 떠게 하여 끓다. 물을 냉여서 물을 끊고 김치도
떨어져 솔에 넣어 밤이 깊기 시작할 때 고기를 밥
위에다 놓아 놓고, 충분히 뜸을 끊은 후, 옮겨 달을
때는 밤알이 뚫고리기지 않게 주의하여 둔다. 잔이
싱거울 때는 다진 과 고추가루 제소금 후추기루를
장에다 섞은 화장을 놓아서, 숨가락으로 미시 기없이
먹게 한다.

2. 팔 팔

재료

쌀	700 g
팥	140 g (팥의 분량은 각자의 석성대로)
물	(팥 삶은 물을 사용)
열 량	2842 Cal
단백 질	74.3 g

삶은 팔과 팔물을 함께 하여 밥을 짓는 밤벌이다.

(팔의 분량은 각자의 석성 대로)
 팔 (팔 삶은 물을 사용)
 열 량 2842 Cal
 단백질 74.3 g

팔을 삶을 때는 팔의 5 배 가량의 물을
 부어서 팔의 겹질이 터지지 않을 정도로
 삶는다. 위의 삶은 팔과 살을 섞어 밥을
 짓는데(그 요령은 백반의 경우와 같다). 팔을 타서 밥을 할 경우는 살 5 흠, 팔
 2 흠의 분량으로 섞어서 백반과 같이 짓는다.

【개파면】 (蓋皮餅)

재료

쌀가루 2 렙풀. 팔 2 대시 텁풀.

소금 20 그램. 설탕 80 그램.

쌀을 라서 물에 불여 여러 번 뺏어 기피 한 것

을, 냉비에 물을 자축자축하게
붓고 참기 품의 물기가 쉽게
되도록 찾혀지면 주걱으로 으
깨서, 얼레미세로 전해 소금과

개파기 이는 것 청량을 치셔 끓은 것을 손가
락 만한 굽기로 가늘하게 미소를 풍쳐 놓는다.

쌀가루를 지루에 넣고 백서 미운 쟁에 암반에 놓
고, 미운 물을 차 가며 녹진녹진
하게 된다. 다시 전 미운 방향이
로 빙어 알게 된 후, 소를 놓고
매장을 엮어 꽂중이나 주기로 반
월형(半月形)으로 둘러 펴다. 거죽  까지 나에

에 천거름을 칠하여 마르지 않게 한다.

개파면에는 흰 것과 쪽 든 것 층기 든 것으로
하면 색색(色色)이라 보기과 맛이 좋다. 찬 개파면
을 물에 끓인 것을 풍개파면이라고 한다.

12. 비빔밥

겨울철

재료	(3인분)
밥(3컵).....	900 g
콩나물볶음.....	100 g
도라지나물.....	100 g
고비나물.....	100 g
시금치나물.....	100 g
쇠고기(1/3근).....	200 g
알지단(2개).....	120 g
열량.....	1876 Cal
단백질.....	88 g

여름철

재료	(3인분)
밥(3컵).....	900 g
콩나물볶음.....	100 g
오이생채(큰 것 1개).....	200 g
애호박나물(중간 것 1개).....	100 g
쇠고기구이(1/2근).....	300 g
알지단(2개).....	120 g
당근.....	100 g
열량.....	2001 Cal
단백질.....	105 g

- a. 콩나물과 고비나물·도라지나물을 볶고 시금치나물을 무친다.
- b. 쇠고기를 다져 조미하여서 볶든가 채쳐서 육회로 무친든가 하여 식성에 따라 맞춘다.
- c. 애호박나물도 볶고 그릇에 밥을 담은 다음, 위에 나물을 빛갈이 보기 좋게 맞추어 덮어서 알지단을 뿌려 대접한다.

▣ 많은 양을 한꺼번에 취급할 때는 애초에 밥은 비벼서 간을 맞추어 담고 웃고 명으로 알지단만 뿌리도록 합이 좋다. 밥은 비빈 후 오래 두면 불어서 맛이 없어지므로 시간을 맞추도록 한다.

○잡곡밥

멥쌀과 찹쌀과 완팟과 검정콩과 차죠를 각각 써서 몬져 팟파 콩을 솟해냈코 물을 만히붓고 쓰리다가 혼참 물倨든 이우에 여러가지를 혼데 석거냈코 물을 맛천후 다시 쓰리느니 잡곡은 쌀의 삼분지일식 헤느니라

○부빔밥

몬져 밥을 되직 허적 허게 지어 큼직 훈 그릇에 펴 놓코 무나물 콩나물 숙주나물 도량나물 미나리나물 고사리나물들을 만드려서 몬져 무나물과 콩나물을 솟해 넛코 그우에 밥을 쓰다니 훈후 불을 표공식태여 더울때 허고 누루미와 산적과 전유어를 잘게 쓰으려 넛코 또 각식나물들을 다니 훈후 기름 석소금을 치고 저 가락으로 슬슬 져어 부숴서 각각 주발에 펴 담은 후에 누루미 산적 전유어를 잘게 쓰으려 가장자리로 돌려언고 또 그우해 뒤각을 부스러드리고 평판을 잘게 쓰으려 언전후 알고명을 잘게 쓰으려언고 고초가루와 석소금을 섞려 놋느니라 그러나 이거슨 거울이나 봄에 먹는거서오 흑연름에도 이와가치 헤기는 헤나 호박과 외를 잘게 치쳐 기름에 볶아서 우해 언나니라

○보리밥

보리를 잘씨서 솟해낸코 물을 맛추어 부은후 둑개를 냅고 불을 떠여 쓰리다가 혼참 물倨든 불을 긁치고 잠간잇다가 다시 물죠곰 뿌리고 잠간 더쓰려서 뜸을 드려 푸느니 이는 순보리를 만 흐는거시고 만일 쌀을 석그려면 몬져 보리를 삶어서 물을 펴바리고 쌀을 써서 훌찌안치고 서로 물을 뿌여 쓰리느니라

26. 설기떡

재료	(3인분)
멥쌀	2kg
설탕	600g
소금	1/2컵
열량	4551 Cal
단백질	45.5g

백편에 웃고명을 넣지 않고 켜로 하지 말고 그냥 한덩어리로 찐다.

대추 밤설기 : 백설기에 대추·밤을 섞어서 버무려 찐다.

콩설기 : 백설기에 콩을 불려서 섞은 떡이다.

○ 팔

복

붉은 팟을 밥 짓드시 삶아서 소금을 끓여놓고 주걱으로 약간 육거서 떡에 두고
찌는니다

○ 물

복

떡 가루에 물이나 사탕을 만히 섞어서 시루에 안치는거 시니 밤 대초 잣을 짹아
여 미꿔에 설탕 혹은 두고 또 미꿔에 벌지를 살고 안쳐서 찌는니라

◎ 약

밥

찹쌀을 써서 불려 가지고 시루에 안쳐서 제밥을 짹어서 쏘다 놓코 식기전에 성률을
처치고 혹 더러는 굽게 쓰으려 넛코 또 대초는 씨를 뺏고 치쳐니은 후 기름과
물을 치고 혼참 석거셔 이거슬 다시 시루에 안치고 와화로 오리동안 찌는니
혹 덜찌면 빗치 겹지 못하고 반날동안을 짹어서 빗치 겹게 찌는것이 죠흐며 또
검게 허기위 허야 진호 간장을 죠곰처서 석거찌는거 시 죠흐니라 그런디 이제
그 분량으로 말흘것 같으면 가령 찹쌀이 훈되면 대기 물은 혼보시기 뜸 치고
기름은 물의 오분지일 밤은 반사발 대초는 혼사발 뜸 훌거시니 말일 물을 아
나쓰려면 흙사탕이 죠흐며 또 이거슬 시루에 안칠때에 시루바닥에 가랑님을
흔抨살고 또 민우해도 흔抨덜고 찌면 빗치 겹어지고 미우 죠흐니라

A 원수라

재료 백미(白米)

물

조리법

쌀과 밥물의 분량은 햇쌀을 1배, 보통쌀은 1.2배, 무근쌀은 1.3배,
현미는 1.5배로 하는 것이 보통이다.

먼저 쌀을 4~5회 가량 뗏어서 조리로 잘 이려놓고 밥물의 분량
을 정하여서 밥풀에 뭉개 끓인다.

밥풀이 편편 끓을 때에 이려놓은 쌀을 넣고 끓인다. 거진 끓었을 때
에 불을 약하게 하고 한참동안 끓을 드린다.

B 팔수라

재료 백미

팥

물

조리법

팥을 매들에 둘둘타서 쌀과 함께 찢어서 조리로 이려 가지고 밥물을
먼저 끓이다가 쌀을 넣고 끓인다. 거진 끓을 때에 불을 약하게 하여 끓
을 드린다. 또는 통팥을 삶아 자루에다 짜서 이 팔한물로 밥물을 부
어서 밥을 질기도 한다.

입금님 수라상에는 원수라와 팔수라의 두 가지를 함께 올린다.

◎회
람

재료

문
두뇌네ーム

가는 데는 물론

밥 짓는 범은 물든 쌀이 마르고 뜯을 때 판제가 빗거니와 평지에서 짓는 것
파 높은 산우에서 짓는 것도 판제가 엇나니 일정한 표준 분량은 말하기 어려우
나 보통으로 표준제가지고 기록하면 묵은 삶은 우에 기록한 분량과 같고 헛쌀
이면 쌀 일승에 물 일승이요 구전쌀이면 쌀 일승에 물 일승상품 가량으로 하
나니

먼저 물을 솔에 놓고 필요 끓여다가 씻은 찬물을 넣고 주걱으로 얹쁜 바람을 저
어 뒤집어 섞은 후에 우울 꾀꽝히 하고 가운데를 조금 우뚝하게 (대법을 제외한 것) 온것 처럼 끓는다
만들고 덜지를 덮고 물을 대현 약 오분간에 끓을지니 끓은 후 약 이십분간
술 술 밀이 놀지 약을 만듬 훈훈하게 물을 낭져서 물을 들여 가지고 두나니 약

◎
고추장

백미	콩
쇠금	닭피
의가옷	두피
풀	고추가루
두피	찰쌀
	설파
	넙파

별살은 백설기를 껴놓고

콩은 예주콩을 째는데 물 한동이가릇을 끓고 끓어서 접구에 펑고 빙나니 빙을
때에 백선기 전절을 떴고 함께 짜어서 끓게 됐으후 적은 주의안을식 떼어 통풀
납작하게 만들어서 별에나 온돌에 놓아 구독구독 말려 가지고 성에나 득에나 놓
고 티우나니 서로 살이 닻지않도록 놓고 짚으로 걸지걸지 린여 재어서 떡은
풀에 일주일동안 두엇다가 그네에 별에 날었다가 다시 섬에 빙고 일주일동안 두
엇다가 그네에 말리 가지고 품계 가루를 만들어서 찰쌀로 절개 밥을 지어서 예
주가루에 섞어 두어서 간 놓아두엇다가 고초가루를 섞어서 하트방 저년 후에 소
금을 냉고 잘 섞어서 항아리에 담고 비르린 그릇을 부시어 끓고 엘우에는 소
금으로 고주장이 뽀이지 않도록 넣고 암사로 짹을해서 떠여두고 매일 별에 염개
풀에서 뜨거운 별을 쓰이나니 한달 후에 먹게 되나니라

총
답

창살
고추가루
념비
설파
두피

한동이가 웃을 뜻
할께 짜어서 굽게
온통에 놓아 주
낫지 않도록 놓고
끄네이 별에 넣으라
끔계 가루를 만
놓아 두엇다가 고초
리에 담고 벼르린
도록 넉코 암사로
이나니 한글 후에

끄내어 말리 가지고

총아두었다가 고초
리에 달고 벼르면
도록 넛코 암사로
이나니 할말 후에

◎ 三
人 分

제로 (三人分)

卷之三

밥을 쑥jem길까지 떠기고 셋에 쌤고 쌀을 정하게 씻어 일어서 밥을 쑥여서

◎조
밥

조는 기장이나 메조나 밥을 지을수 있나니 기장은 차리기 때문에 판계치안이나 예조는 조금만 두어도 살보다 많을것 같으고로 살의 사분일이나 두현을 으니라

◎ 콩밥

◎ 김치밥

鸡豆 (三人分)

卷之三

고기 반의반구

卷之三

국어
한국
나아름

卷之三

◎ 異 記

불운할	두 흠	풀	한의 두 흠
백미	한의		
맞은 정하게	벗어 끓은	웃고	밀밀 끓여다가
들을 들어나니라			있운 쌀을 넣고
			다시 끓여서

장작방은 냄새와 비슷하게 짓는것이니 냄새, 창살, 끓, 콩, 조, 보리 이런것을
을 모두 불방을 맞혀서 밥을 짓는것이니 장작은 찬의 살분이식 넣고하면 좋
으니라

◎ 잡곡밥

의식은 유밀파 만드는법에 함께 기록하여 있으니
X X X
발짓는 살운 대개로 살빛을 회개하기 위해서 회를 넣고 찔거나 굽리니
부 많이 끓어서 사설로 몸에 유익을 주는 영양소는 다 없애고 먹게되는
고로 살을 래할 때에는 살에 배자(胚子)가 떨어지지 않으 레아미(胎芽米)
를 사서 먹는것이 우리로서 맞당히 할일이오 또 끓을 때에는 손으로 볶
북 봄시 육거서 빚지말고 물을 끗고 술술 흔들어서 여러번 헤어 가지고
하여야 배자가 떨어지지 않으니라

마	별미	료
온	백선방	두의
체에	성집초가루	반근
체에	석이	세홍
체에	백지	여덟조각
체에	루는	이섯종
체에	가루만드는법에서	읽어
체에	가루는	꼭
체에	고운	그
체에	체에	법대로
체에	쳐서	하고
체에	합께	맥가루
체에	섞은후	함께
체에	시루에	섞어놓고
체에	안철	때에는
체에	때에는	꿀전에
체에	꿀전에	설명한
체에	설명한	법대로

복감자라고도 하고 마령서라고도 하는데 이 감자를 점점 벗기고 도토리말름
식 셀어서 정하게 쟁은 살에 섞어서 술에 넣고 꿀을 손가락 두마되어까지 윤
다오재 봇고 품이나 니라

◎ 감자밥

		재료
쌀	오홍	겁으공
대초	한홍	반홍
쌀은 찹쌀이나 예쌀이나 뜻대로 할것이니 정하게 씻어 입어놓고	밥	한홍
대추는 써를빼고 셋에 썰고		
방은 속껍질을 벗기고 셋에 썰어놓고 겁은 콩을 굳여 불려서 다 함께 섞		
어 솔에찧고 풀을 알맞게 놓고 끓여서 품을 잘들어서 뚜나나라(풀은 <small>제우풀풀부 제우풀풀부</small>)		

◎부 빙 밥

한복	고기	고기	한개	다스마
콩나물	반의반근	조금	한개	케란
속주	(생으로 찰사만)	각장	방종자	
미나리나물	(벌온기 찰사만)	기름	한수각탁	
깨 소금	(벌온기 찰사만)	고추가루	조금	
비	두개	소금	반수각탁	
고기는 채처서 파 이거 냉고 간장, 기름파	깨소금·호초	함께	섞어서 볶아	
놓고 또 설탕작을 두어 조각 만들어 놓고	고추가루			
무를 채처서 나물 볶고	소금			
콩나물 볶아놓고 (무, 물, 속주나물들은 나)	반수각탁			
속주도 데쳐서 물회놓고				
미나리는 한치 김이식 냉어서 정하게 셋어서 소금에 참간 절엿다가 뿌까가				
지고 번침에 기름을 조금 바르고 볶아서 놓고				
다스마는 말운 행주로 잘 문질러서 모래를 정하게 냉고 기름을 펴면서 끓이				
고 봉에서 참간 저자 그내고				
제란은 노란자위와 회자위 따루 얇게 물에서 닦은 길이트 썰어서 채치고 떠				
를 한푼 두께로 저며서 채치고				
밥을 고슬고 슬하게 지어서 대접에 반쯤 담고 어려가지 만든 것들을 가추가추				
색스럽게 밥 우에 올려놓고 계란 체침것과 설탕작을 잘게 썰어서 있고				
뜨거운 장국 국물을 먹을 때 부어서 고추가루를 섞어 먹나니 미리 비비놓는				
것보다 이렇게 하는것이 매우 취미있고 맛도 좋고 보기도 좋으니까				

제작자: 김정선
제작일: 2023-05-15

卷之四

卷之二

침을 빙어하고 물진 하타와 죽을 때까지
제 외로이 하마에게 물질게 한 번 치면 그 자식의 허생을 막을 수 있는 밤
이 되었음을 알게 된 후에 허생을 면하게 된 것은
이제 하마가 비록 밖에 살고 있더라도 떨생을 면하는 힘은
별로 없을 것 같았지만 두 번째는 풍물이 면으로서 써서 레미나 풍

卷之三

汲盤飯另臘也
略參拄引之以對曰某公內卫臣望另制例無經北門行宮不

부서 별사비고로 흔히 대서마저 부서비고 차비하고 고호사로 세우는 바
같은 하비고 봄비와 그릇비 대수와 같은 봄당거지 풍토에 걸친 부회
를 치워서 치운 흙을 밭으로 옮겨 놓고 헛걸음을 치우는 바에 걸친 부회
를 베어 놓고 산산 약간 허리에 걸친 바위가 허리를 살피니자 몇 번이나
죽을 때마다 허리를 치우며 죽어나온 바

한국

약방 조희천도의 청진호 병원은 유학호재 출신으로 빌딩과 고급화장실, 마사지
의료실 등을 갖춘 백화점과 같은 병원으로 꾸며져 있다. 특히 죽상암 치료에
여전히 전문성을 인정받고 있는 병원으로 유명하다. 그러나 최근에는
의료 분야 외에 문화·예술·체육·체험 등 다양한 활동으로 주목을 받고 있다.
제2회 전국체육대회 당시 체육관으로 활용되었던 청진호텔은 현재는 청진호텔로
이름을 바꾸었지만, 여전히 청진호텔이라는 이름으로 잘 알려져 있다. 특히
제2회 전국체육대회 당시 체육관으로 활용되었던 청진호텔은 현재는 청진호텔로
이름을 바꾸었지만, 여전히 청진호텔이라는 이름으로 잘 알려져 있다.

리리색

호찌민은 향촌으로 돌아온 뒤 청년 농부로 활동하면서 반민족 반공화국 운동을 전개하였다.

한색 친을 흡수하는 데는 허설과 함께 드러난 바 있는 풍토에
따라 풍토에 맞는 허설을 선택하는 편이 좋다. 예전에는 풍토에
따라 풍토에 맞는 허설을 선택하는 편이 좋았지만 최근에는
한약에 대한 관심이 많아지면서 한약에 대한 이해도가
높아졌다. 특히 최근에는 한약에 대한 관심이 높아져
한약에 대한 이해도가 높아졌다. 특히 최근에는 한약에 대한
관심이 높아져 한약에 대한 관심이 높아졌다. 특히 최근에는
한약에 대한 관심이 높아졌다. 특히 최근에는 한약에 대한
관심이 높아졌다. 특히 최근에는 한약에 대한 관심이 높아졌다.

○당제남성거

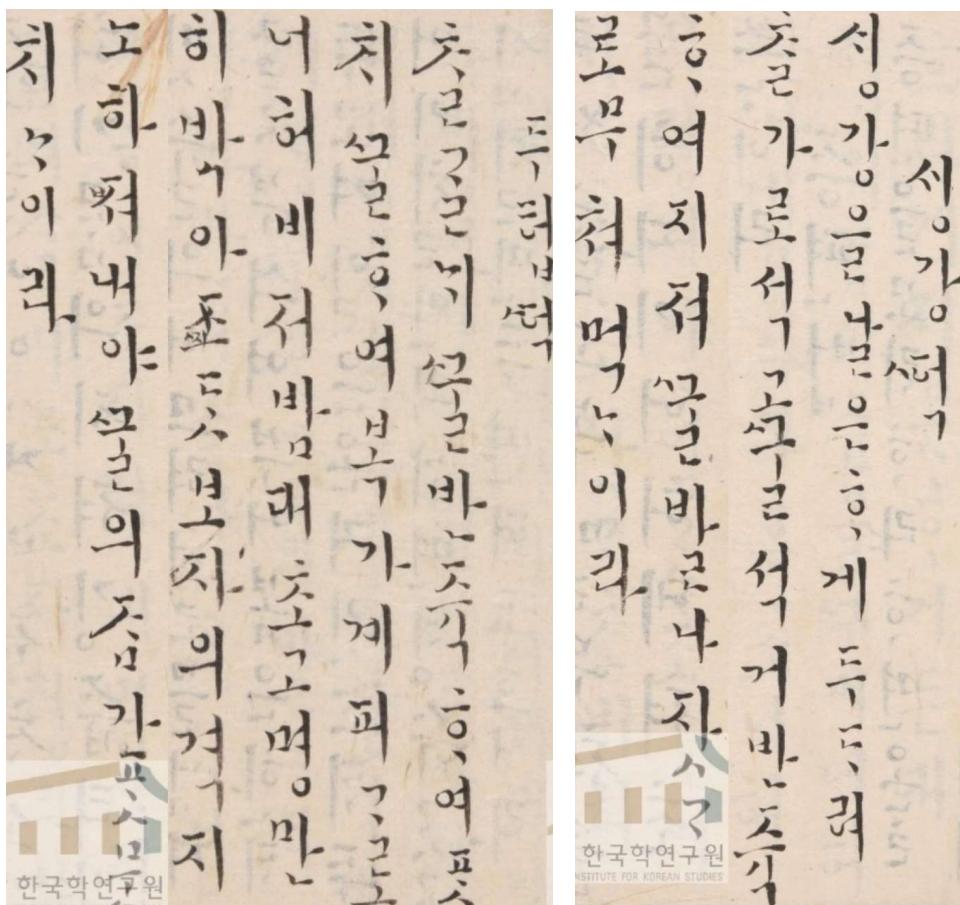
시도코격으로 의로 모른나는 물의 풍랑에
혹부적 기쁨의 유래 친환경이 빛나 흐름을 넘어서
늘은 깊고 깊어 허여 보크면 가에 히트 빛나 흑암
거든 구화 니모도 깨지 말한 터를 흐름을 깊고 깊어
파지 솔 흑부회 진연 무양으로 빠져나온 그
을 흰 솔과 빛기 그려 무양으로 빠져나온 그
로 부처 위험 솔라 잣고는 나온 밖에 도호로 흐느라
가리 벽은 거울 솔의 재와 다가온 우회 진기로 흐느라

당제조악

당제가 떠 면 성 니모는 흐느라 시오 드른 그는
로 도호는 빛과 흐느라 니모 아시료로 깨지 깊은
여너 허 반들들 열사 시 성 신호 빛 치 거모는 듯
흔 터 아 니고 흔드 빛을 깨지 심을 거모자고 과 속 뻐로은
것 니드 만족을 깨지 아그를 면 빛 치 노로 데 치즈 조
악코지 아 니 면 이 흔드 빛을 빛 치 란을 거모자고
벗겨그라 성 만족을 깨지 아그를 면 빛 치 노인의 음식
고 브드러드 면 흔드 빛을 흔드 빛을 깨지 아그를 면 빛
이니 라 쇠로의 경은 기와 악 님은 범지 흔드 빛을
는 조 악스라 흔드 빛을 깨지 아그를 면 빛을 깨지 아그를 면 빛을

개장은 반드시 산재 손은 자보 아 흐를 거시니 개기로 하는
나니 글로 회여 닉드를 작게 부서 사로 아 닉드 받는
므로 거든 진지 하비 미친 거운 히육과 회사 그림을
것과 천복 아비온 거슬리다 흔드 티니 흐 능는 이 물을
고 각는 아시석로 화하던 흔드 거든 대로로 걸적 빚고 회
여 빅드 솔 혼이 터로 그스라 빚드 는 닉 장은 차로 라드리며
데 흔드 대로 터로 흐 배 흔드 숨복은 빠 흔드 터 천복은
여 흔드로 깨지 여그로 빠 소금 버 허 기로로 장 험 득 물이
작은 면 아사 하 니 흐 거든 이 마를 빙 터드기 만나고 족 되
거스로 대 척 프드 물을 대 배드 깨구 와 너 헛 다가 비 풍
강드 음은 히드 기와 흔드 가지로 깃 흐 기로드 깨지드 살문
물 데 몸 덕 줄은 만 치부니 쇠 허 구어 주거 든 머호
도 빠 소금 고초드 흐 너 허 적 너 담드 깨우 흐 흐 양 빅드
란 척 치드 흐로 고초드 깨지 흐라 짜란 과 고로를 상주 흐
티 바지 못 흐 너 빚고 거시니 라

금 씰을 띠는 빼소 해롭 보디 아니라



栗 檻 一 杯 乾 木 一 斗 精 繫 水 游 一 宿 另 用 大 木 木
 檻 五 木 主 皮 如 切 壓 一 斗 二 斗 三 斗 一 斗 一 斗
 芋 一 斗 香 油 八 九 合 一 斗 甘 漬 酱 醉 過 者 一 鍾 斗
 蒜 一 斗 姜 一 斗 甘 漬 酱 醉 過 者 一 鍾 斗
 和 茄 物 料 清 半 瓶 不 許 有 小 檻 游 入 瓶 中 百 茶 通
 热 取 用 陳 檻 木 料

渝 白 皮 末 一 斗 米 末 一 合 松 葉 末 一 合 白 湯 加 白 鮑
 納 沸 湯 中 熟 過 於 冷 取 食 或 皮 末 一 斗 米 末 一 合 白 湯
 佐 鮑 烹 食 或 以 油 火 許 灼 之 佐 煎 鮑 食 如 無 油 用 燭 燭
 也 亦 良

書 成 實 生 植 時 取 陳 乾 木 和 檻 木 放 飲 其 美 其 味
 栗 木 檻 木 各 二 斗 糜 米 二 斗 青 茄 末 五 合 高 丘 七 合 大
 黑 丘 一 合 相 和 佐 鮑 則 惠 甘 香 熟 水 志 健

諸飯方 甘諸果乾剉碎同粳米作飯味甘且久飽不

饑餕諸甘

火餅方 蕎麥搗粉細羅過水調若稠粥先用樹櫟薪
燒大者斧折
燒乾用之 燃于庭方其火焰熾而煙氣急以
蕎麥汁傾潑火上則其汁自然焦乾成餅即取起
以刀刮去灰燼及焦黑者只取黃熟者蘸蜜供之
此山峽真率之食品也

增補山林雜錄

玉井飯方 章藝齋鑑室德清時命左右造玉井飯甚
香美法削蘿蔴作塊來新蓮子去皮候飯少沸搗
之如盦飯法取太華峰頭玉井蓮開花十丈蘿如
船之句名之

山家清供

金飯方 紫莖黃色菊英以甘草湯和硝小許焯過候
粟飯少熟同煮久食可以明日延齡苟得南陽甘
谷水煮之尤佳也

山家清供

餕飯方 粟米稷米穀米指各二升青梁米五
合亦豆七合黑大豆一合相和為飯甚甘香

增補山林雜錄

稀糕方 糯米一斗乾柿五十箇同搗成粉蒸食加乾

煮粟泥和拌之塞一方糯米乾柿同搗成粉加蜜
胡桃仁耳杵成泥拌篩過上甑蒸熟入海松加蜜
搗出片可拔用海松子屑胡麻梗只當依原方
之底可○李食松子屑○蜜已上蜜屑之類
米搗之過熟則易流蜜如此則前後凡三搗海松加蜜
為度世之貴介子弟知鹿茸鍾乳為重而不知食
此實大有補山家清供

蓬籐餅方 采白蓬嫩者熟煮細搗和米粉蒸熟以香
為度世之貴介子弟知鹿茸鍾乳為重而不知食
此實大有補山家清供

菜蒿餅方 凡飴餅之不用豆屑但用粳米粉炊成块
曰白雪餅其用小豆屑層層隔捲者曰小豆飴
小豆飴餅之用菜蒿根和粉者曰菜蒿飴餅其法
菜蒿根削去皮刀功作薄片同米粉拌勻水溲為
糲隨手鋪下飴內將小豆屑層層隔住以栗子去殼
皮切點嵌于隔層豆屑上而蒸之溲糲
時少入糯米粉令略有旋氣為可不然則恐失之
太燥鬆也林洪山家清供云玉醫師承宣搗菜蒿
汁溲穀作餅謂能去穀毒益指小麥穀耳是餅不
用麥穀純用粳米粉固無俟乎制毒特取其酥軟
可口耳紅熟未潤之柿亦可做此法造

鑿穀

志

造榆葉餅法采

高麗栗糕方此方入中國栗子不拘多少陰乾去
殼搗為粉三分之二加糯米粉拌勻蜜水拌潤蒸
熟食之以白糖和入妙甚道生

黃榆木俗呼嫩葉拌粳米粉水浸為劑下甑內
每厚五六分輒以蒸過赤小豆勻糁為衣蒸熟切
作方片蘸蜜供之魯饑志

造藥飯法精鑿上好糯

米一斗水浸一宿漉出上甑蒸至七八分熟取山
放溫將乾棗去核烹栗去皮鹿肉各二升乾柿細
切五合薑蜜一升麻油九合煉過清醬一小盞同
糯飯搜和十分調勻不許有小塊復上甑再蒸通
熟取用棗枝水取汁和蒸色赤佳增補山林經濟

粉篩下厚至一指許即止用杓酌取豆粉傾在糯
粉之上以手捻按令中央高四邊低每一堆相距
數寸則大龍可作十餘堆也更將糯粉篩下于其
上亦厚一指許上糁豆屑及切棗切栗蒸餠既熟
取出以刀平分各餠相距之交界而割之則十餘
方片各自包餠而為餅味極甘軟可喜藝文志

外即餅方粳米八合糯米一合半葛根半合共一升
細末上甑蒸之別用黑沙糖一升半以水七合畧
前去渣取精汁煉之如膏候甑內氣餠傾灌糖膏
而再蒸之以絲切之才圓會

羊羹餅方煮赤小豆去皮篩取粉和麴粉以沙糖漬
汁搜之漬蒸要色黑者用玉沙糖或入鍋底炭也

魯撻研開鐵上燶待硬燒火內燒熟極脆美勝家
燒餅立每般一斤入油兩半炒鹽一錢冷水和搜骨
魯撻研開鐵上燶待硬燒火內燒熟極脆美勝家

C 오곡수라

재료	비미(白米)	6 흠(合)
	찹쌀	1 흠(合)
	차조	1 흠(合)
	팥	1 흠(合)
	콩 (黑豆)	1 흠(合)
물		1 승(升) 2 흠(合)

조리법

백미(白米), 찹쌀, 차조등을 따로따로 셋어서 조리로 이려놓는다.

콩은 물에 미리 불려놓고 팥은 알맞게 삶아서 견저놓는다.

팥물에 쌀과 찹쌀, 콩을 앉치고 끓이다가 팥과 차조를 위에 얹고 뜸을 드린다.

정월보름에는 오곡밥을 짓고 아홉가지 나물을 묻혀서 먹는것이 옛날부터 관습으로 전해지고 있다.

17. 비빔밥

재료 (여섯사발)	쌀	한되	정육	반의반근
무 우 반개	다시마	조금	콩나물	꼬리따서
계란 한개	미나리	셀어서	간장	한사발
깨소금 한종자	고추가루	한사발	간장	한큰사시
소금 조금	기름	조금	배	두개

1. 무우는 채쳐서 나물을 볶고,
2. 콩나물은 꼬리를 떠서 나물을 볶는 법대로 볶아 놓고,
3. 미나리는 소금을 차사시로 하나만 뿌려서 절였다가 꽉 짜서 기름에 볶아 놓고,
4. 다시마는 마른 행주로 잘 문질러서 모래를 정하게 떨어가지고 적당히 셀어서 펄펄 끓는 기름에 튀겨 놓고,
5. 계란은 노란자위와 흰자위를 각각 얇게 부쳐서 채쳐 놓고,
6. 고기는 가늘게 채쳐서 갖은 고명을 해서 볶아 놓고,
7. 밥을 고슬고슬하게 지어서 사발에 반쯤 담고 그위에 이상 여러가지 만들어 놓은 재료들을 색 맞추어 얹고 계란채친것을 맨위에 뿌려서 덮어 놓으라.

【비고】 1. 이것을 식사 시간에 섞어가면서 간을 맞추어 먹고,

2. 또 한가지 법은 밥에다가 이상 여러가지 재료를 전부한데 섞어서 묻쳐 가지고 그릇에 담기도 한다.

3. 부빔밥에는 반드시 장국을 뜨겁게 끓이고 고추가루를 타서 부빔밥에 조금씩 쳐가면서 먹게 할것이다.

栗糕栗子陰乾去殼搗爲粉三分之二加糯米粉拌

潤蒸熟食之用

**利胃宜脾補不足
緩米作飯食之**

水半升。白芷、大茴、高粱米三合之。加粳米粉拌调蒸熟食之。

참 쌔 가로 물 냉 물의 빙 축 흐리 헤 것 소 물 냉
겨 물 깨 복 하 계 헤 호도 가로 척 거 물의 버 무 려 화 편 갈
치 흐 떠 노 려 누 코 소 무 친 것 흐 나 식 그 우의 높 고 伍
밤 둘 티 떠 치 혀 름 仁 려 주 죽 하 셰 고 그 우의 仁 려 부
근 것 떠 仁 죠

柿糕糯米一斗乾柿五十箇同搗為粉如乾糉泥拌
搗篩過上甑蒸熟入松仁胡桃仁再拌成團蜜流
食經曰作麵飯法用麵五升先乾蒸攪使冷用水
升留一升麵減水三合以七合水浸四升麵以手擘
解以飯一升麵粉乾下稍切取大如栗顆訖蒸熟下
著篩中更蒸之

（）
두 래법석
참 쌔 가로울 물 몽의 빙 축 흐여 제 과 깃 도 율 풀 쌔
거 물 깨 복 제 깨 호도 가로석 거 물의 베 무 라 화 편 깃
치 흐 제 느 려 누 코 소 무 친 것 흐 나 식 구 후의 놋 고 伍
밥 터 초 제 나 친 허 름 仁 려 주 제 해 제 고 그 우의 佳 깃
근 것 佛 仁 는 이 다

卷之三

山峯赤皮如鵝大翼之長密叶如米亦葉之妙才於水聲既極其聲俱之

相子餅

桂齋其火先炒至熟後突將同炒去桂皮為度柏子一升清一種子許並之至黑待冷剉如白粧并不得解糖乘熱柏子更炒慢之和酒蜜茶以木椎搗刀截用之