

新 豐

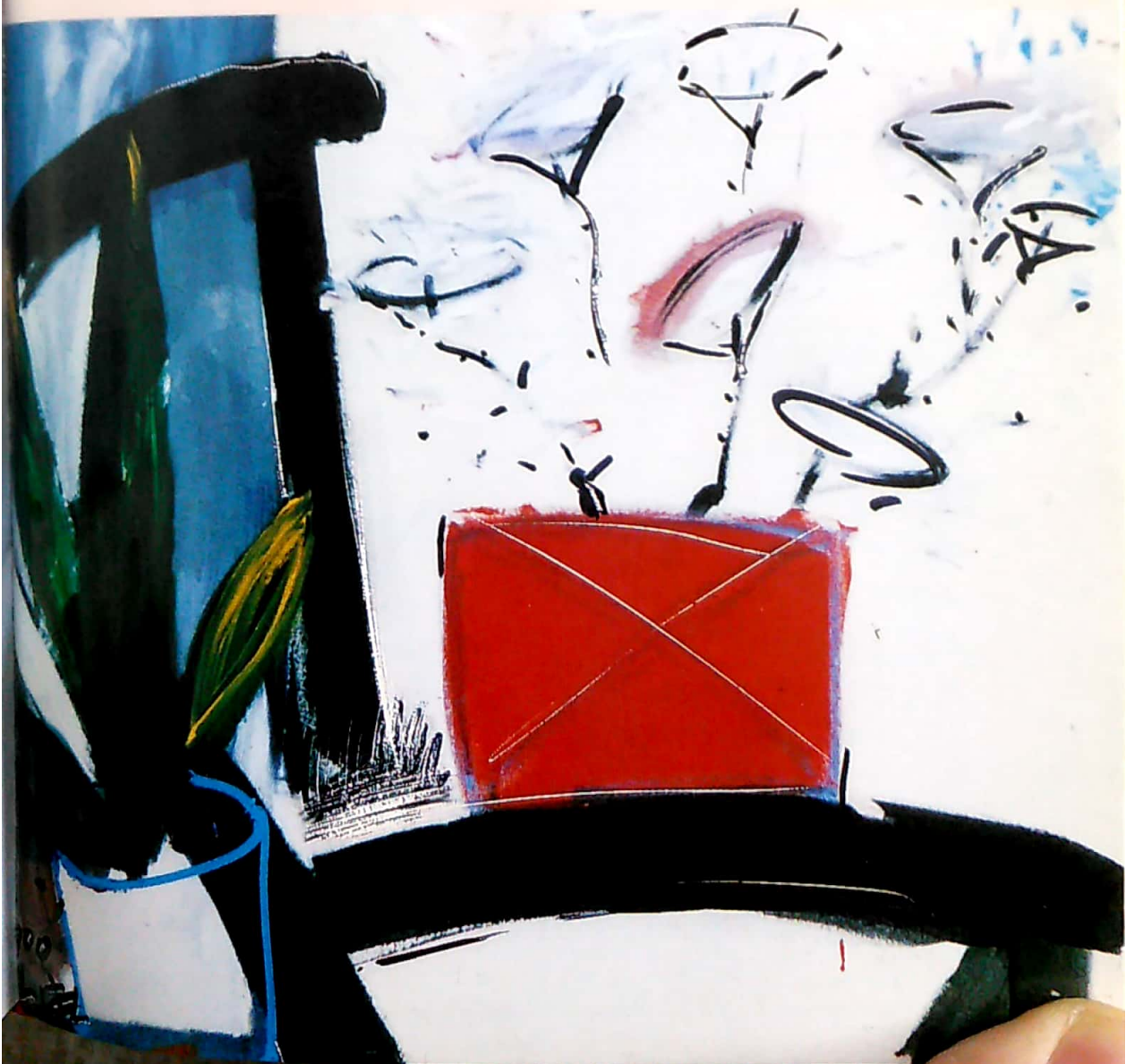
제 89-96 호
1999-2000

全州文化院

螢嶺

96 2000
겨울호
전주문화원

• 기획특집 • 전주음식 이대로 좋은가 •



네가 네 하나님 여호와의 말씀을 삼가 듣고
내가 오늘날 네게 명하는 그 모든 명령을 지켜 행하면
네 하나님 여호와께서 너를 세계 모든 민족 위에 뛰어나게 하실 것이다.
네가 네 하나님 여호와의 말씀을 순종하면 이 모든 복이 네게 임하며 네게 미치리니
- 신명기 28장 1~2절 -

편 / 집 / 후 / 기

○... 새 천년의 찬란한 태양이 밝은 게 엿그제 같은데 벌써 초겨울이다.
○... 작년 이맘때쯤 전주문화원에 첫발을 내디딘 후 벌써 1년이라는 시간이 흘렀다.
○... 새 천년 문화원 업무가 많았던 것일까? 한 해가 정말 빠르게 흘러가 버린 느낌이다. 전주 시민들에게 우리 문화유산을 한눈에 알아볼 수 있게 하기 위한 「문화유산 사진전」을 시작으로, 심포지엄 「전주 정신을 찾읍시다」, 「어린이와 엄마가 함께 글짓기」와 입상작품집 「우리모두 다함께」 발간, 「고전연구회 강독회」, 「새전주 시민 가훈 무료로 써주기」, 설화집 「우리 전주·전주설화」 발간 등 여러 가지 사업과 행사를 실시하였다.
○... 96호에는 기획특집으로 「전주음식·이대로 좋은가」라는 주제를 다뤘다. 예로부터 평양·개성·전주는 3대 음식향으로 미식가들의 입맛을 돋워준 바 있다. 그런데 전국이 1일 생활권으로 개발되는 과정에서 전주사람은 물론이고 전주를 찾아오는 관광객들조차 전주음식맛의 변질을 우려하고 있다.
전주만이 가지고 있는 전주전통음식맛을 고증에 의해 발굴하여 고집스럽게 보존해야 할 것인가 아니면 지금부터 새로운 전주음식문화를 개발해야 할 것인가의 고전을 듣는다.
문화관광의 도시로 새롭게 발돋움하고 있는 전주의 음식에 관하여 각계각층의 제안들이 21세기 새전주의 음식문화에 조금이나마 기여가 되기를 바란다.

〈신지훈〉

- 본지는 한국도서잡지 윤리위원회 실천요강을 준수합니다.

靈 讀

발 행 / 全州文化院

비매품 · 2000년 겨울호(제96호)

인쇄/2000년 11월 21일 · 발행/2000년 11월 23일

발행인/金光鎬

편집인/宋榮相

인쇄인/徐錠歡

사무팀장/신지훈, 편집디자인/정계자, 교열/성남선
문화관광부 등록 마-962호 · 등록일/1981년 8월 10일

561-812 전주시 덕진구 서노송동 568-136 한안과 빌딩 5층 / ☎ (063) 288-7500 / 인쇄처 / 新亞出版社 ☎ (063) 275-4000

靈嶺



나무들도

우리들이 만나면
서로 이야기하듯

나무들도
저렇게 모여 서선
이야기하나 봅니다

봄엔
봄의 이야기

여름엔
여름 이야기



● 地域文化 · 地域人情 · 地域情報 ●

- 8 권두제언 맛과 멋이 어우러진 새로운 전주음식 | 김광호
10 백낙천 칼럼 우리말 바로 써야 | 백낙천

특별기획 전주음식 이대로 좋은가

- 14 콩나물 육회 비빔밥이 원형 | 주종재
27 비빔밥의 도시락화 개발 | 김홍철
33 거듭나야 할 전주음식 | 정교관
39 맛깔스럽고 신선한 전주음식 | 박영자
46 계장 담그는 정성스런 솜씨 맛 | 소병일
51 전주비빔밥은 예술품이다 | 김흥기
57 전주비빔밥의 새 음식 문화 창조 | 김희수
63 전통음식솜씨 살리는 특성을 | 이석환
68 새로운 비빔밥 상품화를 제안 | 이기반
73 자연맛이 입맛 돋운 옛날 비빔밥 | 최근무
79 바꾸지 않고 오히려 복원하는 뜻은 | 안홍엽
85 전주특성음식을 관광상품으로 개발 | 박만기
90 음식별 다섯 종류의 상차림 개발 | 소재호
95 “아! 바로 이 맛이다”의 전주 맛을 | 임정순
- 102 이호선칼럼 89
저 감나무 따 잡썰요 | 이호선

題字/友山 宋河璟 表紙畫/선기현

- 104 긴급분석 / 전주개발 무엇이 문제인가
전통문화특구 문화시설 운영 | 조법중
- 133 아버지의 일기 ①
청솔가지에 앉은 학의 소리 | 이충우
- 141 명사칼럼
미국여행 단상 | 전충환

3대 기획 연재

- 148 전북언론 30년 ⑤
한양길 3시간의 호남고속도로 개통 | 문치상
- 164 전북 지사열전 ⑤
5대 이요한 지사 | 양재숙
- 171 전주 100년을 벗긴다 ⑤
궁합이 맞아야 혼담은 이뤄져 | 송영상
- 163 표지화 초대석 | 선기현
- 177 건강한 생활의 한방요법 ⑪
동맥경화와 직장암 | 정현국
- 180 이해를 돕는 시 감상법 ⑬
내재된 뜨거운 예술적 정열의 삶과 변천의 양상에 대하여 ①
권진희 시인의 시집 『회문산 바람』을 중심으로 | 정희수
- 187 권말부록 / 조상의 빛난얼
백성과 나라를 먼저 생각한 학자 ①회 | 김종명
- 210 편집후기



가을엔
가을 이야길 하다가도

겨울이 오면
입을 꼭 다물고 헐벗은
채

오는 봄을 기다리며
나무들도
살아가나 봅니다

- 신석정의 시



맛과 멋이 어우러진 새로운 전주음식

예스런 솜씨맛을 현대의 입맛에 맞춰야

조선조 시대의 전주는 평양, 개성과 더불어 전국 3대 음식향(飮食鄕)이었다. 물론 당시에는 전라남북도와 제주도까지 관할한 전라감영이 전주에 있었으며 전라관찰사가 상주하였기 때문에 많은 사람들이 찾아와 맛본 전주 음식맛을 으뜸으로 내세우지 않을 수 없었을 게다.

이와 같은 맛의 고장으로서의 명성은 결코 전라감영이 있었다 해서 이루어진 것은 아니다. 광활한 호남 들녘의 옥토에서 생산되는 식량은 전국 제1의 식량공급 기지로서 먹고 사는데 큰 부족함이 없었고 생활의 여유가 있었다.

뿐만 아니라 음식을 즐겨 먹기 위한 주부들의 음식 솜씨는 날이면 날마다 새롭게 개발되었으며 찾아오는 손님맛이를 위한 상차림은 깔끔해질 수밖에 없었다.

그러나 요즘처럼 교통 수단이 원활하지 않아 물류의 유통이 제한된 시대라서 자급자족한 주변의 음식 재료에 의해서만 조리하는 주부들의 고충은 마침내 음식맛을 개발하는 연유가 되었던 게다. 소위 경쟁력 강화였다고 하겠다.

이러한 음식 솜씨는 전주의 십미(十味)로까지 이끌어 올려놓은 가장 기본적인 일이었다. 오랫동안 숙성시킨 장(醬) 맛이며 아침 이슬이 맺힌 각종 재료의 신선한 맛이 어우러진 천연의 맛으로 입맛을 돋우었을 것

김 광 호

본지 발행인 · 전주문화원장



이며 이를 조화시키는 주부들의 손맛이 가미되었으리라고 본다.

그렇다고 하여 옛날의 맛만을 고집스럽게 지켜가자는 것은 아니다. 현대인의 입맛을 당기게 하는 새로운 조리의 전주음식을 창조하고 개발함으로써 전주의 음식맛을 재현할 수 있으리라고 본다.

“전주음식 이대로 좋은가”의 기획은 바로 이와 같은 주제를 놓고 식품 영양학적인 전문성과 남녀노소별, 다시 말해서 세대별 그리고 관광객과 일반인을 겨냥한 지역 출신별로 충족시킬 대중화된 특징의 전주음식을 개발하고 보존하자는 데 있다.

오랫동안 산간오지의 대명사로 불리운 무주 구천동만 하더라도 세계인의 주목을 받는 관광명소로 등장하리라고 누가 예견하였겠는가. 이에 비한다면 전주는 예부터 예향 전주로서의 면모와 자긍심이 대단했던 고장이다.

먹고살기에 걱정이 없었던 인심 좋은 전주 사람들은 생활의 여유와 함께 음식맛을 즐겼으며 풍류와 예술을 사랑함으로써 서예의 고장, 한지의 고장, 판소리의 고장, 예향전주로 일컬어왔다.

전주의 정취와 풍류가 담백 담긴 전주음식을 보존하고 개발하여 옛 명성을 되찾는 새로운 관광전주를 자랑할 수 있도록 무엇보다도 먼저 전주음식에 대한 개발을 서둘러야 되겠다. **靈寧**

공나물 육회 비빔밥이 원형

향토음식 전문업소와 단지조성을

서론



주종애

군산대학교 식품영양학과 교수

전라북도에는 천혜의 지리적 조건으로 풍부하고 다양한 음식재료를 바탕으로 음식 문화가 상당히 발달하여 예로부터 맛의 고장으로 알려져 왔으며 우리 나라 음식 문화를 선도하여 왔다. 특히 전주는 전라북도 음식문화의 중심적 역할을 해왔는데 전주비빔밥은 조선시대부터 명실공히 우리 나라를 대표하는 음식으로 자리잡아 왔으며 전주한정식의 경우에는 질 좋은 쌀과 음식 재료가 사용되고 각각의 음식에 적절한 재료의 조합과 조리법이 적용되어 우리 나라 전통 음식의 참맛을 총체적으

◆ 학력

- 동국대학교 식품공학과 (공학사)
- 런던대학교 식품영양학과 (이학석사)
- 런던대학교 식품영양학과 (이학박사)
- 맨체스터의과대학 생리과학과 연구원
- 한국인삼연구초연구원 인삼효능부 선임연구원

◆ 경력

- 농촌진흥청 검임연구관

· 전북향토전통음식 심의위원

- 한국식생활문화학회 상임이사

- 전북음식문화연구회 상임이사

- 전주풍납제전위원회 연구위원

◆ 저서

- 공저 『전주의 문화와 역사』 『순창문화유산 탐구』

로 느낄 수 있는 맛의 집결체로 인정받아 왔다.

그러나 요즘 전주음식의 명성이 옛날 같지가 않다. 심한 경우에는 전주에서 판매하는 전주비빔밥이 서울의 음식점에서 판매하는 전주비빔밥보다 못하다고 하는가 하면 단풍철 관광객이 귀경길에 전주에 들러 음식을 먹기보다는 고속도로 휴게실에서 음식을 먹는 것이 낫다고 할 정도라고 한다. 정말로 안타까운 일이 아닐 수 없다. 전주음식은 단지 허기를 채우기 위한 먹을 것이라는 차원에서 생각되어져서는 안된다. 전주음식은 우리 조상의 얼과 지혜가 담겨 있는 소중한 문화유산인 것이다. 지금이라도 전주음식의 명성을 되찾기 위한 노력을 경주해야 할 때이다. 이러한 의미에서 전주의 대표적인 음식인 전주비빔밥과 전주한정식의 특징과 전통성을 살펴보고 이 음식들을 보다 대중화하기 위한 발전 방안들을 제시하고자 한다.

전주비빔밥의 특징

비빔밥이 전주에서 유래되어 조선시대 때 궁중에까지 알려져 궁중음식으로 발전되었다고 믿는 사람들이 많이 있는데 사실 비빔밥이 언제 · 어느 때 · 어디에서부터 유래되었는지에 대해서는 명확히 밝혀지지 않았다. 단지 문헌에는 비빔밥이란 “지어 놓은 밥에 여러 가지 나물을 넣어 비벼 먹는 것”이라고 기록되어 있을 뿐이다. 그런데 밥과 나물은 어느 지역이나 다 있는 것이므로 비빔밥은 어느 특정지역의 음식이라기보다는 전국적으로 애용되었던 음식으로 보는 것이 타당하다. 지역별 향토음식을 수록한 문헌에 비빔밥이 전주 외에도 진주와 해주의 향토음식으로 기록되어 있는 것에서 이를 엿볼 수 있다. 그런데도 전주비빔밥이 최고라는 데 이의를 제기하는 사람은 아무도 없다. 결국 비빔밥이 어디에서 시작되었건 결국 전주에서 꽃을

피웠다는 것이다.

그렇다면 전주비빔밥의 맛의 비결은 어디에 있는 것일까? 깊고 오묘한 전주비빔밥의 맛은 바로 천혜의 지리적 조건에서 생산되는 질 좋은 농산물, 장맛, 뛰어난 음식솜씨 그리고 음식에 들인 깊은 정성 등이 복합적으로 조화를 이루기 때문이다. 그 중에서도 가장 중요한 요소는 역시 지역 특산물의 질적 우수성과 이의 효율적인 사용을 들 수 있다.

전주비빔밥에 사용되는 가장 중요한 재료 중의 하나가 콩나물이다. 전주는 예로부터 물이 맑고 기후가 콩나물을 기르는 데 적합하며 또한 가까운 임실에서 생산되는 질 좋은 서목태가 풍부히 공급되어 질 좋은 콩나물을 생산하여 왔는데 지금도 전국 제일의 맛을 자랑한다. 자연히 전주에서는 콩나물을 이용한 음식이 발달하게 되었고 각색나물을 사용하는 비빔밥에서도 콩나물이 중요한 위치를 차지하면서 전주비빔밥은 전주콩나물비빔밥이라고 불리게 된 것이다. 전주비빔밥에 콩나물의 사용을 살펴보면 우선 밥을 지을 때 콩나물을 넣어 콩나물밥을 만들고 여기에 넣어 비벼먹는 나물도 콩나물이 어느 나물보다 양이 많으며 또한 비빔밥과 함께 내는 국도 콩나물국일 정도이다. 조리법 측면에서 전주비빔밥의 다른 특징을 살펴보면 밥을 지을 때 쇠머리 고은 물로 밥을 지으며, 밥이 뜸들 때 콩나물을 넣고 콩나물밥을 만든다는 것과 쇠고기는 육회로 쓴다는 것이다.

전주 사람들은 예부터 육회를 즐겨 먹었는데 문헌에 의하면 전주에서는 흉년으로 식량 사정이 어려울 때에도 매일 육회용으로 소 한 마리를 도살하였다고 한다. 이렇듯 육회를 즐겨 먹으므로 육회가 비빔밥의 맛을 좋게 하는 재료로 그리고 단백질 공급원의 재료로 사용된 것은 매우 자연스러운 일이라 하겠다. 이렇듯 콩나물과 육회가 전주

비빔밥에서 중요한 위치를 차지하기 때문에 원래는 전주비빔밥을 “전주콩나물육회비빔밥”이라고 불렀던 것이다.

비빔밥을 담는 용기로는 많은 사람들이 꼭 놋그릇이어야 하는 것으로 인식하고 있는데 이는 잘못된 것이다. 놋그릇은 보기에 좋고 약간의 보온 효과도 있지만 가격이 다소 높은 편이라서, 옛날에는 주로 상류층에서 사용하던 음식 용기였는데 비빔밥이 지위고하를 막론하고 즐겨 먹었던 대중적인 음식이었다면 비빔밥 용기가 놋그릇이었다는 것은 타당성이 없는 말이다.

우리 국민들은 따뜻한 음식을 먹으므로 요즈음 많은 음식점에서 비빔밥을 담는 용기로 달군 곱돌솥을 쓰는데 이때 곱돌솥은 단지 음식을 담는 용기의 역할 이상을 하면서 음식의 형태를 바꾼다. 위에서 언급한 전통전주비빔밥의 조리법을 살펴보면 음식재료 중에서 무, 당근, 오이 등은 생것을 쓰며 육회와 계란 노른자를 사용하는 것으로 되어 있다.

그런데 이런 재료들을 달군 곱돌솥에 넣게 되면 익혀지게 되어 다른 맛의 비빔밥으로 변형되게 된다. 다시 말해서 비빔밥은 달군 곱돌솥에서 2차 조리과정을 거치면서 판이하게 다른 새로운 음식으로 탄생하게 되는 것이다. 그런데 이러한 비빔밥은 비록 전통전주비빔밥은 아니지만 그 나름대로 독특한 맛을 지니고 있고 비빔밥을 곱돌솥에 넣는 방법이 전주에서 시작되었으므로 전통전주비빔밥과 더불어 “전주돌솥비빔밥”이란 명칭으로 육성·발전시켜 나가는 것이 바람직하다고 생각한다.

전주한정식의 특징

우리나라 음식용어사전에 백반이란 “흰쌀로 지은 밥, 일명 흰밥”이

라 쓰여 있고 한정식이란 용어는 고요리서뿐만 아니라 현대 요리서에서도조차 찾아볼 수가 없다. 그런데 언제부터인가 백반과 한정식이란 용어는 밥에 여러 가지 찬을 놓고 먹는 음식이라는 의미로 전주의 요식업소를 중심으로 널리 사용되어 왔다.

한국인은 오래 전부터 밥과 찬으로 구성되는 형태를 일상식으로 취하여 왔으며 이러한 형식의 식사를 반상이라고 한다. 그러나 우리는 일상적으로 반상이라는 말은 거의 쓰지 않고 그저 “밥 먹자” 하면 이것이 곧 밥과 찬으로 구성된 식사를 하자는 의미로 받아들여지고 있다. 그런데 급격한 경제성장과 산업발전, 가치관과 의식의 변화 등으로 인하여 외식이 우리 식생활에서 중요한 위치를 차지하게 되면서 외식문화도 발달하여 이제는 외식산업이란 산업구조까지 형성되었다.

우리가 접하는 각종 음식들에 대한 전문업소들이 등장하게 되었고 손님을 끌기 위해 앞다투어 새로운 음식을 개발하기에 이르렀고 밥과 찬으로 구성된 우리의 일상식도 하나의 메뉴로 자리잡게 되었다. 밥과 찬으로 구성된 식사가 언제부터 상업적으로 백반이란 명칭으로 사용되었는지는 알 수 없으나 한정식이란 명칭보다 훨씬 이전부터 사용되어진 것은 명확하다. 한정식이란 명칭은 외식문화의 발달에 따라 밥과 찬으로 구성된 식사를 백반보다 한 차원 높은 형태로 전주에서 상업화하기 위해 만들어진 용어로 추정된다.

밥과 찬을 차리는 법을 반상차림이라고 하는데 찬의 가짓수에 따라 3첩반상, 5첩반상, 7첩반상, 9첩반상 그리고 12첩반상으로 나뉜다. 그러나 과거에 12첩반상은 궁중에서만 차릴 수 있었고 민가에서는 9첩까지로 제한하였다. 이러한 반상차림의 형식으로 미루어 볼 때 백반이란 명칭은 가장 서민적인 수준의 상차림이 상업화된 것이고 한정식

이란 옛 대갓집들의 반상차림이 전주에서 상업화된 것이라고 본다.

그러나 요즈음은 백반에서 제공되는 찬의 가짓수나 질을 보면 옛 9첩반상의 상차림을 훨씬 능가하고 한정식은 12첩반상의 궁중 반상차림보다 호화로우므로 어떤 한계를 긋기가 매우 어렵다.

정식이란 “일정하게 정해진 차례에 따라 음식을 차려 내는 식사”를 의미하는데 서양식, 특히 만찬식에서 유래된 용어로서 한때 서구 것을 선호하는 우리 나라 젊은 층들을 겨냥하여 양식 요식업소에서 메뉴화하였다. 음식을 하나씩하나씩 차례로 내는 이색적인 형태의 유행과 이러한 방식의 식사 형태를 우리 음식에 도입하면 음식을 계속해서 따뜻하게 먹을 수 있다는 점에서 요식업소에서는 우리 음식에 정식의 개념을 도입하여 한정식이라 부르게 되었다.

이러한 방식의 식사 형태는 한동안 관심을 끌었지만 우리의 식사 방식과는 맞지 않아 이제는 과거처럼 거의 대부분의 음식이 동시에 제공되는 형식을 취하고 있다. 이러한 의미에서 한정식이란 용어에 대한 재정립이 필요하다고 생각한다. 그러나 오랫동안 써온 용어를 의미의 부정확을 이유로 바꾸기란 쉽지 않다고 생각한다.

현재의 기준으로 백반은 밥과 찬의 일상적인 반상차림을, 한정식은 지역의 특산물을 최대한 활용하여 지역의 음식문화를 한 상에 담은 반상차림으로 분류하는 것이 타당하다고 생각한다.

전주백반과 한정식의 반상차림에 오르는 찬들은 주로 전주의 특산물과 전주에서 쉽게 구할 수 있는 음식 재료를 이용한 것들로 구성되므로 백반과 한정식에 차려지는 찬의 종류로부터 우리는 전주음식문화의 특징을 엿볼 수 있다. 그러나 백반과 한정식에 주로 지역의 산물을 이용한 찬들이 내어진다고 해서 아무 음식이나 마구잡이식으로 상에 올리는 것은 아니다. 반상차림에 있어서 한 상 위에는 같은

식품과 같은 조리법이 중복되지 않도록 하여야 한다. 가장 간단한 3첩반상의 상차림을 살펴보면 국, 김치 외에 찬으로 나물류와 생채, 조림이나 구이 등이 나오는데, 이러한 구성을 사용된 식품의 종류와 조리법으로 살펴보면 곡물음식, 생채음식, 숙채음식, 발효음식, 육류, 어패류 등이 잘 조화를 이루고 있는 것을 볼 수 있다. 이를 현대 영양학적인 측면에서 살펴보면 예부터 우리 조상은 매끼 식사를 균형있는 영양소 섭취를 기본으로 구성하게끔 하여 영양 불균형으로 야기되는 질병을 사전에 예방하는데 부단한 노력을 기울였다는 것을 알 수 있다. 이렇듯 우리 조상들은 음식을 단지 먹을거리라는 차원을 넘어 식약동원이라는 개념하에 음식문화를 발전시켜 왔다.

가장 전주적인 백반과 한정식의 상차림은 어떤 형태여야 할까? 무엇보다도 전주십미(全州十味)에 해당되는 음식재료가 최대한 활용되어야 한다. 전주에서는 오래 전부터 대표적인 지역의 특산물인 콩나물, 미나리, 황포묵, 호박, 열무, 모래무지, 게, 무, 파라시, 담배 등 10가지를 전주십미로 지정하여 집중 육성하고 있다. 이들 중 특히 콩나물, 미나리는 맛과 영양가에서 전국 제일로 치며 황포묵은 전주 이외에서는 거의 찾아볼 수 없는 전주의 특산물로 자리잡고 있다.

전주의 백반과 한정식이 전국적인 명성을 얻고 있음에도 아직까지 전주식 반상차림의 표준 형태에 대해 정립된 것이 없는 것은 매우 안타까운 일이다. 그 동안 우리 도민이나 외지인들은 요식업소에서 상업적으로 내어놓는 반상차림을 전주식 반상차림으로 받아들여 나름대로 평하여 왔다.

요즈음 우리 전주 백반과 한정식에 대한 일반적인 반응은 어떠한가? 물론 전주음식이 맛이 있다는 이야기는 하지만 우선적으로 나오는 말이 “찬의 가짓수가 많다”, “상다리가 부러질 정도로 찬이 많이

나온다", "꾸집하게 준다" 등이다. 전주음식은 양보다는 질이 우선되어야 한다.

그것이 전주음식의 명성을 이어온 뿌리인 것이다. 또한 찬의 종류나 조리법에서도 전주의 특색이 나타나지 않고 있다. 타 지방의 음식이 올려지는가 하면 심한 경우에는 서구 음식이 올려지기도 한다. 그러므로 전통적인 전주식 반상차림을 복원하여 이를 대중에게 알리고 요식업소의 업주 및 조리 담당자를 교육하여 전주 백반과 한정식의 틀을 잡는 것은 매우 시급한 일이라 하겠다.

전주음식의 발전 방안

향토음식의 발굴

전주에는 알려지지 않은 훌륭한 향토음식들이 많이 있다. 이들을 지속적으로 발굴하고 대중적 호응도를 평가하여 가치가 인정되면 상품화하는 것이 필요하다.

새로운 향토음식의 개발

농업, 수산업, 임업 등 음식 재료를 제공하는 분야의 특성이 여러 가지 요인들로 인하여 새롭게 형성되면서 전주지역 특산물의 종류와 양은 예전과는 다른 양상을 띠고 있다. 원래 전주심미라 함은 콩나물, 미나리, 황포묵, 호박, 열무, 모래무지, 게, 무, 파라시, 담배 등을 일컫는데 이 중에서 파라시와 담배는 음식의 재료로 사용되지는 않으며 모래무지나 게 등은 포획량이 적고 가격이 비싸 대중화하기에는 적당치 않다. 또한 고들빼기는 전주심미에는 포함되어 있지 않지만 매우 전주적인 음식재료로서 이를 이용한 음식, 특히 고들빼기

김치는 최근에 전국적인 명성을 얻고 있다. 아울러 교통 수단의 발달로 인하여 국내 및 국제간 교류가 활성화되면서 각종 외지 음식들이 소개되고, 식품가공 기술이 발달하면서 소비자들은 다양한 음식을 접하게 되어 소비자들의 입맛이 변화하고 있다. 그러므로 전주의 특산물을 재설정하고 이를 최대한 이용하면서 여기에 현대적 감각에 맞는 조리법을 적용한 새로운 향토음식의 개발 및 보급이 필요하다.

향토음식 조리법의 표준화

외지인들이 전주의 향토음식을 맛 보려고 찾는 곳은 가정집이 아닌 향토음식 전문업소이다. 그런데 같은 향토음식임에도 업소별로 사용하는 재료와 적용하는 조리법은 천차만별이며 아직도 주먹구구식 방법에 의해 조리하는 업소가 대부분인 것이 현실이다. 그러므로 향토음식에 대한 조리법을 표준화하고 표준화된 조리법을 향토음식 전문업소의 업주 및 조리자에게 교육하는 것은 향토음식의 발전과 상품화를 위해 절실히 요구되는 과제이다.

향토음식의 질적 우수성 확보

전주향토음식의 가치는 음식의 독창성에도 있지만 더욱 중요한 것은 전주의 특산물을 이용한다는 데 있다. 전주의 특산물이라 함은 전주에서만 특별히 생산되거나 혹은 전주의 산물이 다른 지역의 것에 비해 질이 좋은 것을 의미한다. 그런데 요즈음은 운반 수단이 발달하여 지역적 제한이 사라져 원하기만 하면 전국 어디에서나 생산된 재료를 쉽게 구할 수 있고 또한 재배 및 양식 방법이 발달하여 질적인 면에서 재료의 지역적인 차이가 별로 없다. 그럴수록 전주를 대표하는 향토음식에 쓰이는 재료는 최상품을 사용하여 전주향토음

식의 질적 우수성을 확보하여야 한다.

향토음식의 현대화

우리 나라 음식은 보통 짜고 동물성 단백질 함량이 다소 낮으며 또한 조리과정이 길고 개개인의 차이가 있기는 하지만 맵다는 것들이 단점으로 지적되고 있다. 고유의 것이라 해서 꼭 원형을 고집할 필요는 없다. 원형을 고집할 때 자칫하면 소멸을 초래할 수 있기 때문이다. 오히려 보다 나은 발전을 위해 현실에 맞게 변형하는 것이 바람직하다. 그러나 가능한 한 변형의 폭과 가짓수는 최소화하여야 한다.

향토음식의 편의식품화

가족에게 제공할 세 끼의 식사를 준비하는데 주부가 하루를 모두 보내야 할 만큼 우리 고유의 음식은 조리과정이 길다. 요즈음은 핵가족화와 주부의 사회 진출 등으로 인하여 소비자들은 간편하게 조리하거나 즉석에서 먹을 수 있는 식생활의 편의주의를 지향하고 있는 것이 현실이다. 그러므로 전주향토음식도 편의식품 형태로 개발하여 산업화하는 것이 필요하다.

향토음식과 관련된 문화적 행사 개최

예전에 음식은 주로 가정에서 시어머니가 며느리에게, 어머니가 딸에게 전해주는 형태로 지속되어 왔으나 근래에는 핵가족화, 맞벌이 부부의 증가, 사회의 근대화 현상으로 이러한 대물림의 유형이 점차 사라지고 있으며 이로 인하여 향토음식뿐만 아니라 전반적으로 우리 고유음식의 조리법에 대한 인지도가 낮아지고 있다.

따라서 전주향토음식에 대한 강습회, 경연대회, 강좌, 전시회 등과 같이 문화행사를 개최하는 것은 전통적인 조리법을 교육하고 향토음식을 활성화하는 좋은 방법이라 하겠다.

향토음식 판매 전문업소 육성

지금 전주에는 규모나 시설 그리고 서비스 차원에서 선뜻 추천할 만한 업소가 거의 없으며 게다가 향토음식만을 전문적으로 판매하는 업소는 찾아보기 힘든 것이 현실이다. 그러나 전주의 경제 수준을 감안할 때 많은 돈을 투자하여 기업형 업소를 설립한다는 것은 큰 모험이고 향토음식만을 취급할 경우 수익 타산이 맞지 않기 때문에 무작정 향토음식만을 취급하는 대형 업소를 요구하는 것은 무리이다. 그렇다고 전주의 향토음식점이 지금처럼 생계형 업소로 지속되어서는 안된다고 생각한다.

전주시의 적극적인 지원이 절실히 요구되어진다. 전주시는 향토음식을 전문으로 판매하는 업소에게 향토음식만을 판매하게 하고 당분간 적자분을 보상하며 나아가 시설자금지원, 운영자금지원, 세제감면 등 다양한 재정적 지원 및 혜택을 부여하고 또한 향토음식의 중요성 및 우수성을 교육하여 향토음식 취급에 대한 긍지를 느끼게 함으로써 일반업소와 차별성을 가지게 하는 것이 필요하다.

향토음식점 단지 조성

전주특산물을 취급하는 판매점과 전주향토음식 전시관 그리고 각종 전주향토음식 전문업소들이 모인 단지를 조성하여 전주향토음식에 사용되는 지역 특산물도 구입할 수 있고 음식도 각자 원하는 것을 골라 먹을 수 있는 장소가 되게 한다.

향토음식에 대한 영양학적 연구의 활성화
최근 소비자들은 음식의 선택 기준으로 음식의 맛뿐만 아니라 음식의 영양학적 가치도 중요시하는 경향이 있다. 또한 과학이라는 단어로 무장되어 있는 외국인들에게 우리 향토음식을 소개하는데 과학적인 자료는 필수적이다. 그러므로 전주향토음식의 우수성에 대한 영양학적 연구가 심도 있게 이루어져야 한다.

학교 급식을 통한 향토음식의 보급 확대
청소년기는 식습관의 형성기로 이때 어떤 음식을 접하고 어떤 음식을 먹는다는 훗날의 식습관 형성에 결정적인 요소로 작용한다. 이 시기에 정착된 식습관은 성인이 된 후에도 일반적인 형태로 고정되어 버린다. 그러므로 청소년들에게 향토음식을 자주 접하게 하여 향토음식을 즐겨먹고 친숙하게 하는 것은 향토음식의 계승을 위해 매우 중요하다고 하겠다. 이러한 의미에서 향토음식을 학교급식 메뉴에 포함시켜 학생들이 자주 접하게 하는 것은 매우 바람직하다고 하겠다.

맺음말

우리는 그 동안 서구식 식문화를 무분별하게 받아들이면서 서구병으로만 여겨왔던 각종 성인병과 비만 등의 발생이 심각한 사회 문제로까지 대두되고 있다. 특히 청소년들이 햄버거, 피자 등 서구음식을 선호하는 경향이 날이 갈수록 심각해져 영양 불균형으로 인한 질병의 발생뿐만 아니라 우리 음식의 존속조차 우려되는 실정이다. 그러므로 우리는 이제라도 그릇된 식생활을 바로잡아 나가야 하는데 그

것은 다름아닌 우리 고유의 음식을 기본으로 하는 식생활의 재정립
으로부터 이루어지는 것이라고 생각한다. 우리 음식 하면 떠오르는
 곳이 어디인가? 바로 전주이다. 그러므로 전주음식을 지키고 발전시
키는 것은 곧 우리 나라 식생활의 발전을 뜻하는 것이다. 이러한 의
미에서 전주음식이 제자리를 잡지 못하고 있는 것은 매우 안타까운
 일이라 하겠다. 그렇다고 너무 비관적으로만 볼 것은 아니다. 전라북
 도와 전주시 그리고 전북음식문화연구회에서는 전주향토음식의 발
 전을 위해 각종 사업을 추진하고 있다. 전라북도에서는 1997년부터
 1999년까지 3년에 걸쳐 전라북도향토전통음식으로 지정된 음식에 대
 한 조리법 표준화와 영양성분 분석작업을 마쳤으며 전주시와 전북음
 식문화연구회는 1999년부터 표준화된 조리법을 음식점소 업주와 조
 리사를 대상으로 매년 100여명씩 교육하여 향토음식전문 조리사를
 양성하고 있다. 또한 각종 조리경진대회를 통하여 향토음식을 발굴
 하고 있으며 음식문화센터의 건립을 추진하고 있다.

그렇지만 전주향토음식의 발전에 있어서 가장 중요한 것은 전주시
 민의 관심이다. 그 동안 전주음식이 발전되기는커녕 현상유지조차 제
 대로 하지 못한 것은 사실은 전주향토음식에 대한 전주시민의 무관
 심에 의한 것이다. 전주시민으로부터 사랑받지 못하는 전주향토음식
 이 어찌 다른 사람으로부터 사랑받을 수 있겠는가? 전주음식은 맛으
 로만 먹는 것이 아니다. 전주의 조상들은 음식에 맛뿐만 아니라 멋의
 의미를 부여하였다. 멋이란 단지 음식의 모양을 내는 고명만을 말하
 는 것이 아니다. 도예, 음악, 미술, 실내장식, 식탁 꾸미기 등의 분야가
 함께 어우러진 문화의 집결체로 음식을 취급하였던 것이다. 지금은
 전주향토음식에 대한 전주시민의 자부심과 긍지 그리고 적극적인 관
 심과 협조가 어느 때보다도 필요한 시기라고 생각한다. **靈嶺**

비빔밥의 도시락화 개발

세계인의 입맛 돋우는 기내식 눈길



김 홍 철

원광보건대학 관광산업과 교수

얼마전의 일이지만 비빔밥 메뉴가 항공사 기내식에 제공되어 호평을 받고 있다는 소식을 접한 적이 있다. 항상 여행 기간 중 특히 이동간에 우리는 양식 메뉴의 선입견을 가지고 있던 차에 비빔밥의 기내식 메뉴화는 나에게 비빔밥상품화 가능성에 대해 많은 것을 시사해주는 사건이었다.

어쨌든 국내적으로나 전북도내에서는 크고작은 행사와 이벤트가 개최되고 있으며 특히 2002년 전주월드컵을 계기로 행사를 대비한 세계화 준비에 박차를 가하고 있는 실정이다. 이 중 우리가 늘 지적했던 것이 먹거리의 대응이다.

먹거리는 외래 관광객에게 필수적인 요소이며 나아가서는 유인요소도 된다. 이것이 전통적인 성격의 음식일 때 그 효과

◆ 학력

- 한양대학교 관광학과
- 한양대학교 대학원 관광학과(문학박사)

◆ 경력

- 교통개발연구원 관광연구실 근무
- 현 원광대 문화관광연구소장
- 현 문화관광축제 평가위원

는 더욱 강한 것이다. 예를 들어 한국의 김치는 이제 세계화된 음식으로 얼마전 통쾌하게 맛과 조리면에서 일본의 기무치를 능가하는 평가를 받은 적이 있지 않은가. 또한 광주에서는 매년 김치를 소재로 한 축제를 열어 국내인은 물론 일본 관광객 유치에 커다란 성과를 올리고 있지 않은가.

요즘 세간에 전주지방의 전통음식인 전주비빔밥에 대한 우려와 걱정의 목소리가 있는 것으로 안다. 재료와 요리법이 천차만별이어서 전통음식의 장래가 걱정이 된다는 의미일 것이다. 또한 세계화식품으로서 상품화에 따른 대응 문제와 외래객을 맞이하는 음식점의 수용력 등에 대해서도 아울러 걱정의 소리가 높다.

세계화·지방화가 동시에 요구되는 즉 세방화(世方化:Glocalization) 시대에 한국의 대표적인 전통음식으로 자리매김해 온 전주비빔밥의 문제점에 대한 지적은 그 해결 방안 모색에 있어서 우리에게 발상의 전환을 요구한다.

원래 비빔밥은 한자어로 골동반(汨董飯)으로서, 여러 가지 반찬을 섞어 다스린 밥이란 의미다. 1800년대 말 발간된 『시의전서(是議全書)』에 처음으로 비빔밥에 대한 기록이 나오지만 그 유래는 우리민족의 생활양식 속에 묻어서 반영된 것으로 훨씬 오래 전으로 거슬러 올라간다.

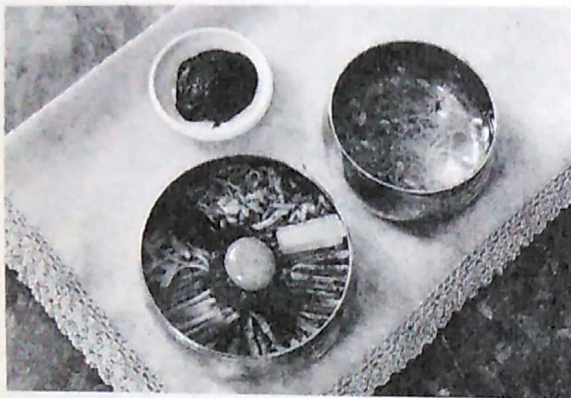
우선 선달 그믐날에는 음식이 해를 넘기지 않게 남은 밥과 반찬을 그릇에 모두 얹어서 밤참으로 먹었다 하여 12월 절식으로 유래를 찾는 묵은음식 처리설이 유력하며, 산신제나 동제와 같은 제사 후에 부족한 식기를 해결하기 위해 그릇에 제물을 한데 섞어 먹은 음복설도 있으며, 농경문화 속에서 밭에 나가 농사일을 하다가 그릇도 많이 필요 없고 짧은 시간에 간편하게 먹던 농번기음식설도 있다. 이

밖에 궁중음식설과 동학혁명설, 임금몽진음식설도 유래하는 것으로 전해진다.

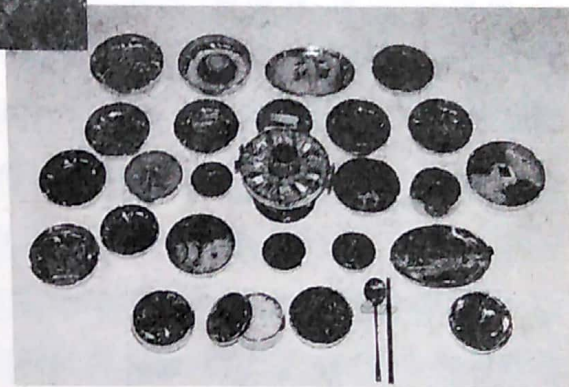
어쨌든 이러한 비빔밥은 우리 민족의 정서를 잘 반영하는 음식으로 현재까지 전국적으로 사랑을 받고 있는 것이 사실이다. 비빔밥이 우리의 정서를 잘 대변하는 이유는 첫째, 비빔밥은 사람 사이의 연을 확인하는 한 술밥의 문화인 공식(共食)의 대표적인 음식으로 큰 바가지에 비벼 온 식구가 함께 나누어 먹으며 정을 나눈 음식인 것이다. 둘째, ‘빨리빨리’를 좋아하는 민족의 음식답게 밥에 찬을 톳 얹어 썉썉 비벼먹으면 눈 깜짝 할 새에 빈 그릇이 된다. 셋째, 배부르게 먹기를 좋아하는 우리 식욕을 충족시켜 포만감을 주는 음식이다. 마지막으로 우리의 멋과 맛이 흐르는 음식인 것이다. 어찌 보면 음양오행의 각종 색깔과 재료를 섞어 만든 음식이기에 우리의 멋과 맛을 잘 대변해주는 음식이라 할 수 있다.

비빔밥은 전국 어디에서나 흔히 볼 수 있는 음식이지만 전주비빔밥은 평양의 냉면과 개성의 탕반(장국밥)과 더불어 조선시대 3대 음식의 하나로 꼽힐 만큼 뛰어난 전통음식인 것이다. 진돌곱술과 늦그릇에 담겨 나오는 전주비빔밥은 30여 가지의 재료로 만들어 조리법에서 특이한데 밥을 안칠 때 쇠머리를 곤 물을 사용하는 것이 비결이며 주재료인 콩나물은 임실지방의 쥐눈콩으로 잔뿌리가 없고 연한 것이 특징이다. 여기에 전주 10미 중의 하나인 청포묵과 미나리를 넣고 순창에서 나는 참쌀고추장을 사용한다.

현재 이러한 비빔밥은 일반인에게 널리 알려지고 보편화되어 있는 전주비빔밥과 전통음식의 ‘맛과 멋’을 한층 더 느낄 수 있는 전주전통비빔밥정식으로 나누어 상차림에 내놓아진다.



◀ 전주비빔밥



전주전통비빔밥정식 ▶

현재 전라북도 전주시에서는 향토전통음식으로 비빔밥과 더불어 한정식, 콩나물밥, 돌솥밥 등 4가지를 지정하여 행정지도하고 있는데, 이 중 비빔밥에 대한 지정업체는 6개소로 부족한 실정이다. 이밖에 전문관광식당과 중저가 음식점도 각 1개 업체와 2개 업체를 지정하고 있다. 그러나 현실적으로 많은 비지정업소에서 비빔밥을 판매하고 있는 실정이어서 이곳을 찾는 관광객이 지정업체에서 식사를 하지 않게 된다면 어떤 맛이 전주비빔밥의 참맛이요, 멋인지 구분하기 어려울 것이다. 여느 지방에서 먹는 비빔밥과 다를 게 없다는 것이 그들의 평이다.

그러나 전주시에서는 2002년 월드컵과 세계소리축제 등을 계기로 전주비빔밥을 세계화한다는 계획하에 전주비빔밥을 상징하는 로고를 공모, 선정해 놓고 있으며 재료와 조리방법의 표준화를 통해 특



전주비빔밥

전주비빔밥의 로고

허청에서 특허를 받아 향후 일본과 미국 등지에서 출원 예정인 것으로 알고 있다. 또한 전주시청 홈페이지에 전주비빔밥 코너를 별도로 마련하여 전주비빔밥의 유래와 재료, 조리방법, 영양 등에 관한 상세한 정보를 제공하고 있다.

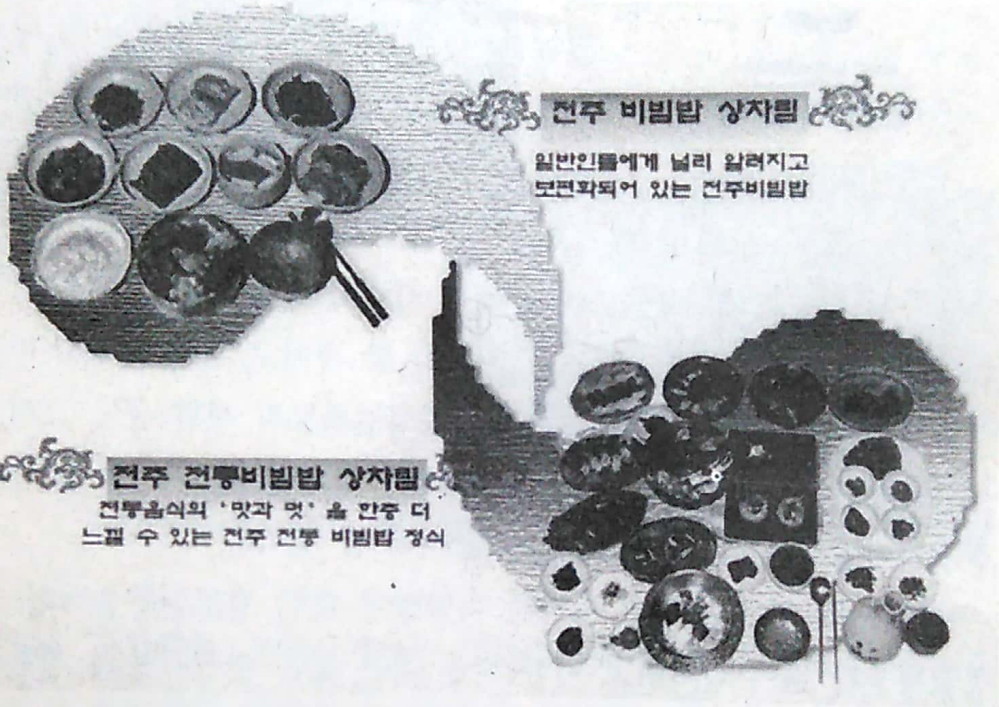
이제 각 향토전통음식업 지정업체는 각 재료와 조리 방법의 표준화에 정성을 기울여 전통성을 살리고 품격을 유지하는 노력을 지속적으로 가져야 할 것이고, 행정당국도 비지정업체에 대한 계속적인 행정지도와 지정업체로의 전환 유도 그리고 지정입간판의 설치 및 로고 사용에 대한 철저한 지도 감독을 통해 전주비빔밥의 품격 유지에 힘을 기울여야 할 것이다.

이를 통해 앞으로 전주 지역에 비빔밥에 대한 향토전통음식업 지정업체수가 많이 늘어나고 이 지역을 찾는 많은 관광객들의 전주비빔밥에 대한 이미지가 향상되기를 바란다.

또한 비빔밥의 마케팅 차원에서 상품화계획도 여러 가지 측면에서 다양화되었으면 한다. 1998년 대한항공의 기내식으로서 비빔밥이 세계 최고상을 수상한 바가 있다. 가능성은 항상 열려 있다. 우리의 발상을 전환할 때 비빔밥은 도시락으로도 얼마든지 가능한 것이다.

또한 뷔페식 비빔밥에 대한 제언도 있다. 고객의 요구와 취향에 맞춰 비빔밥의 재료를 골라 식사를 하게 한다면 이는 외국인 관광객에게는 또 다른 체험이며 큰 소구력을 가지게 될 것으로 본다. 여기에 비빔밥의 유래를 반영하여 종업원의 복장을 일치시킨다면 궁중비빔밥, 농번기철비빔밥, 동학혁명비빔밥, 일명 패스트푸드식의 빨리빨리 비빔밥 등이 왜 불가능하겠는가.

이제 비빔밥은 국제적이고 세계적인 음식으로 발돋움하고 있으며 여기에 대응하는 품질유지문제, 단체 외래관광객 수용력을 위한 대



형식당화 추진 문제, 각종 아이디어를 통한 비빔밥의 상품화 계획 문제, 이를 이벤트화하는 프로모션 문제(예를 들어 김치축제와 같은 전주비빔밥축제 개최), 전주전통비빔밥 상표 및 로고의 배타적 사용 문제 등을 본격적으로 논의해야 할 때가 왔다고 본다. 雲嶺

거듭나야 할 전주음식

속빈 강정의 어수선했던 상처림



정 교 관
다림원 원장
교보생명 상임고문

전국 어디를 가나(아니 미국 LA나 한국인이 많이 가는 외국 관광지까지도) “전주집” 혹은 “전주한정식집” 간판 하나 짚은 있게 마련이다. 그러나 안타깝게도 붕어빵에 붕어가 없듯이 전주집에 전주 음식 고유의 풍미가 없다.

이번 『노령』 96호 특별기획으로 전주음식에 대하여 새롭게 조명해 본다는 뜻으로 의견을 청하기에 그야말로 애항심을 발휘하여 문제 의식을 가지고 일부러 서울에 있는 한정식집 몇 군데를 찾아 음식 맛을 보면서 그 실상을 관찰해 보았다.

먼저 전라도 전통음식 30년의 대가를 초빙하여 전주한정식만의 독특한 향을 맛볼 수 있다는 선전 문구와 천연색 상처림(31종의 음식 진열) 사진까지 곁들인 신문 전단을 보고 그 집을 찾아가 보았다. 2인

◆ 경력
· 새마을지도자연수원 원장
· 교보계성원 원장

◆ 상훈
· 새마을 훈장 협동장

이상에게만 한정식이 제공된다기에 아내와 둘이서 갔다. 「특전주한정식」은 1인당 1만3천원, 보통은 8천원 받는다 하여 특으로 주문했다.

찬물 한 공기와 물수건을 갖다 놓고 한참을 기다리게 하더니 부침개 한 접시를 (썰지도 않고) 통째로 덜렁 갖다 놓고 간다. 우선 시각적으로 내키지 않아 빈대떡도 아니고 파전도 아니고 이게 뭐냐고 물어 보았더니 장떡이라고 했다. 둘이서 젓가락으로 대강 갈라서 먹고 있는데 계란찜(뚝배기), 불고기(수입육) 낫쇠판, 호박전과 생두부, 홍어회무침, 무청김치, 파김치, 배추김치, 풋고추나물, 배추나물, 버섯나물(표고와 양파), 머위대나물, 토란대나물, 숙주나물, 마늘쫑, 콩장, 새우볶음, 꼬막, 메추리알 장조림, 감자조림, 비듬나물, 콩나물짬지, 데친 양배추, 오징어젓, 들깨우거짓국, 두부된장찌개, 굴비(부서)구이, 영양돌솥밥(밤·대추·은행·잣·검정콩·흑미·백미)이 나오고 후식으로 수정과 물 한 컵을 내놓았다.

30여 가지 음식을 너절하게 벌려만 놓았지 ‘그래 바로 이거야’ 하는 맛깔스런 음식이 없었다. 지나치는 역전식당에도 흔하게 있는 그러한 것들이다. 「보통한정식」(8천원짜리) 차림에는 돌솥밥 대신 일반밥 한 공기를 주고 홍어회 무침이 빠진다.

그냥 가짓수만 많은 것이 전주한정식이란 말인가 혹시나 하고 기대했던 홍어찜, 갈치조림, 민물게장, 육회 등은 별도로 만여원씩을 주고 주문하란다. 하기사 ‘1만3천원짜리 한정식이 그렇지.’ 하고 나오면서도 무엇인가 속은 기분이고 다시 가고픈 생각도 물론 없었다.

그렇다. 이것이 도처에 있는 이른바 전주한정식집 현상이다. 광화문 먹자골목의 TH관 한식집은 점심에 1인당 1만5천원 받는데 수입물홍어일망정 홍어찜에 푸짐한 해물탕이 나오고 낚지볶음, 파전, 갓김치, 창란젓은 제법 맛깔스럽다.

다음 아직도 제법 단골손님을 확보하고 이름이 알려진 S정과 H원을 보자. 처음 삼삼한 무청김치와 밤고구마 금방 찢 것을 내놓는다. 무료하게 기다리느니 우선 구미를 돋우라고 쏘인절미에 청을 내오고 반주 한 잔씩 하는 동안 팔보채쌈, 육회, 산낙지, 호박전, 파전, 3합(묵은김치, 제육, 홍어회 1인당 2쪽)이 나오고 식사는 흰밥, 보리비빔밥, 누룽지 중 입맛대로 주문하는데 젓갈판(갈치속젓, 아가미젓, 꼴뚜기젓, 석화젓, 토하젓, 밤젓, 명란젓)이 갈치조림과 시래기 된장찌개와 같이 나오고 잘익은 갓김치, 파김치에 홍어 애찌개가 일품이다(1인당 가격은 2만5천원).

대형화된 한정식집 H미리는 식단이 표준화되어 있었다. 1인당 5만5천원짜리 수라정식은 죽, 물김치, 청포묵, 냉채, 모듬야채, 마른안주, 구절판, 해물숙회, 육회, 전, 쇠고기찜살구이, 수삼채, 자연송이, 신선로, 대하, 전복, 갈비찜, 식사, 누룽지탕, 후식(수정과, 떡, 과일) 등 20가지. 1인당 4만5천원짜리 궁중정식은 마른안주와 전복이 빠진다. 다음으로 특한정식 1인당 3만8천원짜리는 죽, 물김치, 청포묵, 냉채, 잡채, 모듬야채, 구절판, 해물산적, 연어쌈, 북어찜, 전, 쇠고기찜살구이, 버섯신선로, 갈비찜, 오이선, 식사, 누룽지탕, 후식이 나오고 1인당 2만9천원짜리 보통한정식은 쇠고기찜살구이와 구절판이 빠져 17종이다.

제일 값이 싼 리정식은 1인당 1만8천원을 받는데 특한정식 메뉴에서 해물, 북어찜, 갈비찜, 오이선이 빠진다. 이 집의 특징은 종업원이 모두 개량한복을 입고 큰접시에 표준식단대로 음식을 날라와 알맞게 덜어주어 남아서 버리는 게 적으며 손님은 늘 붐비는 편이다.

한정식은 아니라도 H곰탕집은 점심때 줄을 서서 식권 사가지고 기다려야 하는데 그 늦그릇부터가 전통성을 자랑하고 독특한 곰국물 맛과 항상 알맞게 익은 깍두기와 깍두기 국물맛이 사람들을 모여들

게 한다. 며칠 전 TV 세계 명물 음식 중 중국의 8대 진미가 소개되었는데 그 중 1위가 불도장(상어지느러미, 잉어부레, 사슴힘줄, 원숭이골, 전복)이란단.

요즘 성업중인 퓨전식당 마르쉐는 어떤 곳인가? 음식·구경 장터처럼 꾸며놓고 노인·장년·중년·386세대 1318세대가 같이 음식을 시켜 먹을 수 있도록 한식, 일식, 그릴, 멕시칸, 파스타, 월드, 퀵메뉴, 샐러드와 에피타이저, 베이커리, 과일음료마켓, 어린이 메뉴 코너가 설치되어 죽 둘러보면서 선택하는데 양을 많게, 적게, 짜게, 싱겁게, 달게, 담백하게, 이것은 많이 넣고, 저것은 조금 넣고... 눈으로 보며 본인이 재료를 골라 주문하면 즉석에서 요리를 해준다. 온 가족이 취향에 맞게, 입맛당기게 다양한 음식을 싼값에 즐기게 하는 것이다.

지방 출장을 다녀온 서울 사람들은 이렇게 말한다. 전주음식은 김이 빠진 것 같고 광주음식이 좋더라고.

전주음식 이대로 좋은가? 왜 김이 빠지고 명성이 사라지고 있는가?

지금까지 살펴본 단견으로 다음 몇 가지 점을 제언한다.

첫째, 전주음식 특유의 맛과 향취를 찾아 특화해 나아가야 한다. 가짓수만 많게 해봐야 옛날 배고플 때 애기고 지금은 바루공양(절에서 스님들이 밥 한 공기, 국 한 그릇, 반찬 3가지로 공양 후 물로 헹귀마시고 깨끗하게 그릇을 씻어놓는 식사법)을 대대적으로 권장하는 환경보전 시민운동 단체가 날로 번창해 가고 있는 판에 상다리 부러지게 차려놓고 남아서 버리는 식사문화는 고쳐져야 한다.

맛깔스러운 찜, 전, 젓갈, 구이, 김치, 회(흑산도 홍어가 귀하니 막걸리에 빨아 내놓은 가물치회는 어떤가) 등을 건강식으로 맛보이면 좋을 것이다. 표준식단으로 특화하기 위하여 둘째로 소비자들의 취향

전주음식 특유의 맛과 향취를 찾아
특화해 나아가야 한다.

가지수만 많게 해봐야 옛날 배고플 때 애기고
지금은 바루공양(절에서 스님들이 밥한공기
국한그릇 반찬 3가지로 공양후 물로 행궤마시고
깨끗하게 그릇을 씻어놓는 식사법)을
대대적으로 권장하는 환경보전 시민운동 단체가
날로 번창해 가고 있는 판에
상다리 부러지게 차려놓고 남아서 버리는
식사문화는 고쳐져야 한다.

을 분석하고 거기에
맞춰 음식을 개
발해 나아가야
한다. 우선
한정식집 분
위기를 조성
하는 것이 중
요하다. 은은한
국악 선율에 산수
화 몇 폭이 손님을 편
안하게 맞아들이도록 한다.

은은한 분위기에 깔끔한 음식, 정성이 담긴 음식, 그릇과 색깔에서
우선 마음을 끌게 해야 한다.

좋은 재료를 선택하고 정성으로 조리하되 간이 딱 맞게 해야 한다.
S정 주인은 직접 음식의 간을 보고 방마다 돌아다니며 맛이 어떠냐
고 물어보며 어느 음식에 젓가락이 많이 가는지 항상 관찰하고 국내
외 유명한 집, 이름난 집에 직접 가서 조사하며 끊임없이 개발노력
한다. 전통을 지키되 늘 거듭나려는 노력과 부단한 연구를 계속하고
있었다.

H곰탕집은 깍두기만 전담하는 찬모가 언제라도 평균 고객이 먹을
수 있도록 알맞게 익은 깍두기를 준비하고 있다.

셋째, 지금은 주문생산 시대다. 식탁도 남·여·노·소·정치인·
실업인·친목모임·잔치모임에 따라 특색을 살리면서도 사전에 음
식 종류와 가격에 대하여 주관자측과 상의하는 절차가 필요하다. 금
액은 관계없이 흑산도 홍어나 애저를 준비하라는 식도락가가 있는가

하면 푸짐하면서 적절한 가격을 선호하는 층이 있게 마련이다. 여기에 맞게 '오더메이드식단'으로 주문식단과 표준식단을 개발·정착시켜 나가야 한다.

넷째, 원조 '전주한정식'이 정착되면 전국을 체인화할 필요가 있다. 분위기와 맛을 제대로 살려나가고 전주한정식의 진면모를 유감없이 발휘하는 것이다. 특유의 장맛, 된장맛, 집장맛, 젓갈맛, 은근한 풍미는 기능보유자가 전주에서 일괄 숙성시켜 전국 고유 브랜드 체인에 보급하는 것이다.

다섯째, 전주에서부터 관민 일체로 사이비 "전주한정식" 집 간판을 단속해야 한다. 일면 단속하고 일면 기능보유자를 선정, 교육을 시켜서 전주한정식 조리 기능보유자를 양성해 나가야 한다.

아무리 퓨전식당이 한식문화를 잠식한다 해도 우리 고유의 풍미는 따를 수 없는 것이다. 전통음식 "전주한정식"은 그 명성이 쉽게 이루어진 것이 아니고 우리 조상들의 손맛의 결정체로 오랜 세월 동안 이뤄진 것이다.

그러나 세대의 변천과 기호의 변화 추세에 따라 새로운 변화를 수용하고 끊임없는 줄기찬 노력 없이는 그 명성은 서서히 사라질 것이다.

모든 존재는 변화한다. 우리의 번뇌는 변화한다는 사실을 모르는 데서 생긴다. "전주한정식"의 풍미가 거듭나는 노력으로 되살아나기를 간절히 바란다. **螢 嶺**

전주정신찾기특별기획

전주음식 이대로 좋은가

맛깔스럽고 신선한 전주음식

반찬 가짓수 줄인 음식솜씨 자랑



박 영 자
전주시의회 의원

맛의 고향 전주

많은 사람들이 전주를 맛과 멋의 고향이라 불러왔고 오늘도 그렇게 부르고 있다. 전주는 1,200년의 역사가 깊은 곳이다. 또한 조선시대의 전주 읍내장은 남원 읍내장과 함께 최대 규모를 자랑했으며 호남지방의 농업이 발전하고 농산물의 유통이 원활해 고향이 될 수 있는 뒷받침이 되었다.

오염되기 이전의 전주천은 수질이 뛰어나 근교에 기름진 평야를 만들었고 여기서 생산되는 곡류나 채소류는 모두 영양이 풍부하고 신선한 상품이었다고 한다. 이러한 환경 속에서 전주지방의 부녀자들은 자연스럽게 음식 솜씨를 가꾸어 갖고 음식을 만드는 정성 또한 지극하였다. 뛰

◆ 학력

- 이화여대 국문과
- 미국 미네소타대 ESL 과정 수료

◆ 경력

- 전주중앙여고 교사
- 전북도민일보 기자
- 전북여성단체협의회 사무국장·정책위원

전주음식 이대로 좋은가



어난 음식 솥씨 중 특히 게젓, 새우젓, 명란젓, 오징어젓 등의 젓갈류와 그 젓갈을 넣어 만든 김치가 맛과 영양면에 있어 일품이었다.

조선시대 3대 음식 중의 하나인 비빔밥은 전주음식의 대표로 자리 잡아 개성의 탕반, 평양의 냉면과 함께 사람들로부터 많은 사랑을 받아왔다. 전주비빔밥과 함께 콩나물국밥도 전주의 대표음식으로 널리 알려져 있으며 전주의 맛깔스러움을 발휘할 수 있는 한정식과 배와 생강을 재료로 만든 이강주 또한 전주만의 독특한 맛으로 인정받고 있다.

지난 역사 속에서 전주의 맛을 기행해보면 '맛의 고향 전주'는 부인할 수 없는 우리의 이름이다. 그러나 80년대, 90년대를 지나오면서 전주음식은 제맛을 잃어왔다. 전주음식맛이 옛맛을 잃게 된 원인을 진단해보고 어떠한 노력을 통해 옛맛을 찾아갈 것인가에 대해 많은 논의를 해야 할 것이다.

전주의 별미 (10味)

전주의 맛을 찾으려는 노력 이전에 지난 시간 동안 전주의 별미로 전해져 내려오고 있는 전주 10미인 파라시, 서초, 열무, 녹두묵, 게, 모래무지, 무, 애호박, 콩나물, 미나리에 대해 알아보고 이 가운데서 자연스레 형성되어 온 전주의 맛을 음미해 보자.

예부터 전주의 감은 맛이 좋기로 유명했다. 특히 파라시(8월에 나오는 감)는 씨가 적고 물이 많으며 당도가 높아 전국에서 손꼽히는 감이었다.

파라시는 서낭골(성황사와 기린봉 밑)과 산성골(남고산 주변), 대

성골(완주 대성리)에서 많이 생산되었으며 지금은 기린봉과 승암산 밑, 남고산, 상관동 등에서 나오고 있다.

서초는 조선시대 때 서양에서 들어온 풍이라 하여 붙여진 이름으로 담배를 말한다. 전주의 담배 맛은 예부터 유명하였다 하나 담배가 관 주도로 제조, 판매되면서 옛날의 고유한 맛을 잃게 되었다.

열무는 한더위에 김치를 담는 재료로 사용되어 왔으며 응달에서 자란 것일수록 잎이 연하고 사각사각한 맛이 일품이다. 고추, 마늘, 생강 등을 넣어 갈아 씻어논 열무를 적당히 손으로 잡아 버무려 담근 열무김치는 한여름 구미를 당기는 식품으로 빼놓을 수 없는 것이었다. 전주 동쪽 기린봉 기슭과 효간재에서 주로 생산되었다.

오목대에서 흘러나오는 녹두포 샘물을 이용하여 만든 녹두묵은 치자로 물을 들이면 황포묵이 되고, 물을 들이지 않으면 청포묵이라 불렀다. 녹두묵을 가늘게 채를 쳐서 무쳐 먹거나 육회를 넣어 만든 양념을 곁들여 먹으면 맛이 더욱 뛰어나다. 전주비빔밥에 빼놓을 수 없는 재료로 쓰이는 녹두묵은 예전에는 교동 일대에서 많이 생산되었으나 최근엔 기린봉 주변 마을 등에서 생산되고 있다.

예부터 전주천에서 잡히는 게가 털이 없고 맛이 특출하여 진상품으로 들어갔다 한다. 게찜, 게장조림 등은 전주사람만이 제맛을 낼 수 있었다고 하는데 지금은 전주천에서 게를 발견할 수 없게 되어 아쉽기만 하다.

모래 속을 파헤치며 사는 모래무지는 고기가 깨끗하고 맛이 담백하여 모래무지 지짐과 탕이 미식가들로부터 사랑을 받아왔다. 지금은 한벽당 아래 천변의 오모가리탕이 유명하여 계절에 상관없이 많은 사람들이 찾아와 그 맛을 즐기고 있다.

삼례와 봉동 부근 일대의 황토밭에서 나는 무는 단단하고 둥글면

서 커서 맛이 좋기로 유명했다. 이 무에 새우젓, 갈치속젓 등 젓갈류를 넣어 정성스레 담근 깍두기는 전주의 맛으로 자랑할 만하였다.

여름 반찬으로 인기를 얻었던 애호박은 전주의 북쪽 신평리에서 주로 생산되었다. 초가을에 딴 호박은 썰어서 말린 후 겨울에서 이른 봄까지 나물로 무쳐 먹기도 하였다.

콩나물은 전주시내 전역에서 나오지만 특히 사정골과 자만동(교동 일대)의 녹두포 샘물로 거른 콩나물이 손꼽혔다. 콩나물은 전주비빔밥과 콩나물국밥의 주재료로뿐만 아니라 그 자체로 소금간을 맞춰 끓이면 나긋나긋한 맛이 일품이다. 전주사람들이 콩나물을 많이 먹는 것은 기후와 풍토 탓이라고도 한다.

특히 간장에 좋다 하여 사람들이 많이 찾는 미나리는 화산동 고개 너머 일대에서 많이 생산되었다. 전주 미나리는 줄기가 연하고 그 맛이 독특해 전주의 10미 가운데 하나로 인정받아왔다.

맛을 되찾으려는 노력

전주라는 도시의 역사성과 전주음식의 독특한 맛을 되돌아보면서 오늘 전주에 살고 있는 나는 전주의 맛과 어떤 관계가 있는지 각자 물어보자.

전주의 소중한 옛맛이 사라져가고 있고 전주에서 정성이 담긴 음식을 찾기가 그리 쉽지 않다고 하는데 그 책임은 누구에게 있는 것일까?

전주에 살고 있는 사람으로 전주음식의 맛이 다른 지역보다 앞선다고 믿고 맛깔스러운 음식을 찾아다녔던 사람이라면 모두 이것은

우리의 책임이라고 공감할 수 있으리라 생각한다.

앞에서 살펴본 것처럼 음식의 맛은 우선 그 재료에 의존하게 되며 거기에 정성과 문화가 곁들여져 정제된 맛을 내게 되는 것이다.

식품 재료들의 유통이 신속하게 이루어지지 못했던 때에는 좋은 재료가 생산되는 지역의 음식맛이 뛰어날 수밖에 없었다. 전주는 이러한 여건 속에서 음식맛을 자랑하는 도시로 자리잡아오게 된 것이다.

그러나 요즈음엔 각종 음식 재료들이 여러 교통 수단을 통해 전국적으로 아니 세계적으로 교류되고 있다. 지난 '96, '97년 미국에 머물렀던 시절에 동양마켓에서 한국산 파래를 사서 무쳐먹었던 기억이 있다. 비행기를 통해 우송되어온 파래는 한국에서 먹었던 것만큼 싱싱한 맛 그대로였다. 이미 음식의 재료를 통해 음식맛을 경쟁할 수 없는 시대에 살고 있으면서도 우리는 전주가 맛의 고향이라는 자부심 하나로 버텼다 해도 과언이 아니다. 전주와 음식맛으로 경쟁해 보겠다는 다른 지역에서는 전주의 맛을 모방하는 것에서 출발하여 이제는 그 정성과 문화가 앞서 가고 있는 것이 사실이다.

7년 전 프랑스를 여행하면서 스트라스부르크라는 도시의 한국 레스토랑에서 받았던 감동을 잊을 수 없다. 스트라스부르크의 명소로 자리잡고 있었던 그 레스토랑은 한국의 전통음식을 에피타이저, 메인디쉬, 디저트로 나누어 메뉴를 정해 놓고 손님이 주문한 음식을 순서대로 내왔다. 만두 몇 개나 전 몇 조각 또는 잡채 등 간단한 에피타이저로 입맛을 돋우고, 불고기, 갈비찜, 김밥, 비빔밥, 찌개 등 메인디쉬로 양껏 먹은 다음 한과나 수정과, 식혜 등으로 마무리를 할 수 있는 식단이였다. 한국이 아닌데 그런 음식을 접할 수 있다는 것도 반가웠지만 무엇보다도 한국음식을 이렇게 정돈된 맛깔스러운 형태로 포장해 내놓은 그 기술에 더욱 찬사를 보냈었다. 음식맛도 홀

를했지만 그 음식을 손님들이 제대로 접할 수 있는 방법을 제시해주고 그 음식과 어울리는 용기에 음식을 담아 정성스레 내오는 그 레스토랑만의 문화가 두고두고 머릿속에 남아 있다.

또한 일본에 한 번쯤 다녀온 사람이라면 누구나 우리와는 너무도 다른 음식 문화에 놀랐던 기억을 가지고 있을 것이다. 고기를 구워서 먹을 때 함께 나오는 재료는 가지 2쪽, 피망 1쪽, 상추 몇 개 정도이다. 우동을 먹을 때도 단무지 3조각 정도가 곁들여 나오고 김치를 한 접시 추가하려면 4천원 정도를 더 지불해야 한다.

일본의 이러한 음식문화를 접하면서 개인적으로 각기 다른 평가를 하는 것을 보았다. 음식은 일단 푸짐해야 하는데 너무 인색하면 밥 맛이 떨어진다는 사람에서부터 각양각색이다. 그러나 나는 일본의 음식문화를 통해 우리가 배울 점이 많다는 생각을 일본에 갈 때마다 갖게 된다.

그 지역을 대표할 수 있는 훌륭한 음식맛은 그 지역의 음식문화가 만들어가는 것이다. 가정 내의 음식문화는 최근 10여년 동안 많이 바뀐 것이 사실이다. 음식을 준비하는데 소요되는 시간이 점차적으로 줄어들고 있으며 반찬 가짓수는 줄이면서 꼭 먹을 반찬만 맛깔스럽게 만들어 먹는 추세이다.

가정 내에서는 이러하면서도 음식점에만 들어서면 일단 서비스로 나오는 것들의 가짓수를 세는 것이 습관처럼 되어 있다. 만족할만한 가짓수의 반찬에 정성을 깃들인 최상의 맛, 거기에 적당한 가격을 기대하는 것은 현실적으로 불가능한 일이다. 그렇다면 전주의 옛맛을 찾겠다는 입장에서 우리는 무엇부터 양보할 수 있을까?

우선 음식점을 찾았을 때 그 식탁에서 먹을 수 있을 만큼만 기대하자.

때로는 음식점 주인에게 반찬 가짓수를 줄여달라는 간곡한 부탁도 아끼지 않았으면 좋겠다. 그리고 음식점 주인들은 남은 음식들을 정성스레 포장해 돌아가는 손님들에게 주어 보내자.

나는 6대 전주시의회에 들어와서 '98년부터 남은 음식을 포장해주기를 제안하고 담당부서에서 포장용기를 나누어주면서 추진하도록 계속 관심을 갖고 있지만 음식점 주인들은 한국음식의 특성상 포장에 어렵다는 이유만을 되풀이하고 있고 음식점을 찾는 손님들도 대다수 관심 밖의 일로 남아 있는 실정이다.

음식문화가 바뀌지 않으면 음식맛을 끌어올릴 수 없다. 음식점을 찾는 한 사람 한 사람의 사고가 곧 음식맛으로 직결되는 것이다. 손님들의 요구수준에 따라 그 음식맛이 결정되며 정성을 다하려는 자세도 우러나올 수 있을 것이다.

음식을 담아내는 용기, 음식을 내오는 사람의 태도, 냅킨이나 이쭝시개 등 음식점에 부수적으로 갖추어져 있는 것들의 형태 등도 모두 우리의 음식문화를 결정하는 요인으로 작용한다. 가정 밖의 식탁에서 정성스럽고 맛깔스러운 음식을 최적의 가격으로 접하길 원한다면, 음식을 먹고 다루는 나의 행동 하나하나가 곧 그러한 바람을 만들어가는 지름길임을 잊지 말아야 할 것이다.

전주의 음식문화를 바르게 형성해가려는 노력의 결실로 전주만의 독특한 맛을 부흥시킬 수 있으리라 믿는다. **靈賓**

전주정신찾기특별기획

전주음식 이대로 좋은가

게장 담그는 정성스런 송씨 맛

전주음식은 전주에서 맛보아야



소 병 일

한국전력기술 상임감사

음식에도 아련한 향수가 있게 마련이다. 음식은 사람이 먹고 사는 필수불가결의 생존요소이고, 바로 인체의 에너지원이기도 하다. 그러기에 좋은 음식은 좋은 건강과 좋은 생각을 보장한다.

음식은 그 고장과 밀접한 관계를 가지고 있다. 그 지방의 산물과 관계하면서 음식은 생성되기도 하고 또 소멸되기도 한다. 전래대로 전라도 음식은 나라에서도 이름이 나 있고 대개 으뜸으로 쳐주었다. 더러 개성음식을 왕도 음식으로 입에 올리는 사람도 있지만 대체로 전라도 음식보다 한 수 아래라고 여겼다.

전라도 음식문화가 일찍이 발달한 것은 그만큼 전라도에는 물산이 풍부하여 음식 재료가 비교적 많았기 때문이었다. 우선 전라도 음식 하면 그 다양성과 때깔과 감칠맛이 자랑이 아닌가 싶다. 고장마다 음

◆ 학력

- 서울대학교 행정대학원 국가정책과정
- 전국경제인연합회 최고경영자 과정 수료

◆ 경력

- 전주·광주지검 사무국장/검찰이사관

노령2000년 겨울호

식이 다르고 특색이 있듯이 같은 고을에도 집안마다 전해 내려오는 음식 솜씨와 유별난 맛이 있게 마련이다.

우리고장 집안 또는 가정마다 가지고 있는 음식맛과 솜씨의 공통점과 최소한의 기본 조건을 뽑아 간추려서 근래까지 지켜오는 음식을 전라도 전래음식이라고 이름지어 부르는 것이겠고 전라도 음식의 기초가 되겠다.

나도 전주에서 반세기 가까이 살아왔으니 우리가 먹고 자란 음식이고 우리 지방 전주음식에 입맛을 들였기 때문에 나라에서 제일로 치는 전주음식을 예찬하지 않을 수 없고 또한 전주음식에 대한 애착도 남다르기 때문에 세대에 따라 덧없이 사라지고 턱도 없이 변질되어 가는 전주음식에 속도 상하고 아쉽기도 하여 애절한 생각이 한 두 가지가 아니다.

값어치 있는 것은 쉽게 사라지고, 없어진 것은 생각나게 마련이라 그런지 지금은 그 맛을 찾아 볼 수 없는 음식맛 생각이 간절하고 맛에 대한 향수가 깊다.

우리고장 음식이 변질된 것은 모르긴 몰라도 '아지노모도'로 대표되는 조미료가 생기고 그것이 보편화되면서부터가 아닐까 생각한다. 전주음식은 인심처럼 넉넉하고 풍성하게 듬뿍듬뿍 아끼지 않고 쓰는 양념이 맛을 좌우하는 것이었는데 어느 때부터인가 그놈의 괴물 같은 조미료로 간을 맞추면서 전통음식 맛이 변질되어 버렸고 지금은 그냥 그런 음식에 만성이 되어가고 있는 것이 아닌가 싶다.

전주에는 "그 집 장맛을 본 사람"이라는 말이 있다. 그 말은 어느 가정에 초대받아 그 집 음식을 맛보았거나, 그 집과 세교가 있어 그 집안을 잘 안다는 뜻이며, "우리 집 장맛이나 보고 가라."고 하면 작별이 서운해서 손님을 가지 못하게 잡고 만류하는 말이었다.

때깎 자르르 흐르는 장독대 장항아리에 몇 년씩 묵은 간장을 아직까지 간직하고 있는 집이 그리 많지 않을 것이고, “장독대를 보면 그 집 음식맛을 짐작할 수 있다.”는 말도 이제는 옛말이 되었다. 음식은 정성이고 여인네의 손맛이고 그 손 끝에 달려 있다.

게장 하나를 놓고 보더라도 벼벤 그루에 나리는 살쥔 가을게를 골라 정갈히 씻고 또 씻어서 실한 항아리에 게 한 마리 넣고 간장 한 종제기 붓고 게 한 마리 또 넣고 간장 한 종제기 붓고 이렇게 게장을 안친 후 보름 동안 익혀 장을 따라내어 펄펄 끓여서 식히고 식힌 장을 다시 붓고 이러기를 아홉 번 해서 첫눈 내리는 날에 꺼내 밥상에 올리는 그만큼의 정성이 없다면 그것이 우리 조상들이 즐겨 만들어 드셨던 게장이 아닐 것이다. 그 정성이 바로 음식의 맛이고 또한 그 집안 식솔들의 건강을 지키는 비결이리라.

게가 간디스토마균의 중간 숙주라고 하지만, 혹시 있을지 모르는 디스토마병균을 간장을 아홉 번쯤 끓여붓는 정성으로 우리 조상님들은 정갈한 게장을 만든 것이다. 어릴 적 의료 시설도 없고, 회충 구충한다고 다시마나 끓여서 그것도 학교에서나 한 컵씩 얻어먹었던 어려웠던 시절에도 게장 먹고 간디스토마 걸리지 않고 건강하게 자란 것은 어머니 세대들의 음식에 대한 그런 정성 때문이라고 생각한다.

전주음식의 기본으로 삼는 접장(진간장)이 있었다. 햇메주에 간장을 부어 담는 삼삼하고 감칠맛 나는 장이다. 지금의 왜간장이 생기고 없어져 가지만 접장은 지금 ‘기꼬망’에 비할 바 아니다. 접장도 사라져가는 음식 중 하나이다.

햇메주와 참쌀밥을 비벼넣고, 오이, 가지, 무, 고추잎을 넣은 옹기단지를 포대기로 아기 싸듯 아랫목에서 정성들여 안쳐 익혀 먹었던 그 감칠맛나는 접장은 계절 음식이고 또 어머니 생각이 나게 해주는 전

지금 명맥을 유지하고 있는
자만동 황포묵, 메밀묵, 상수리묵은 있다 해도
비양만 낸 것들이 아니겠는가.
시중에 유통되는 것은 이름만 갖춘 밀가루가 더 많은
변질된 가짜에 가깝다.
어찌 상수리묵에 상수리 냄새와 맛이 없고
도토리묵에 도토리의
쫄쫄한 맛이 없는 것인가.

주토속음식이다.
지금 음식 사
치를 말하려
는 것은 결
코 아니다.
같은 재료를
쓰더라도 음식은
정성들이기 나름이고 음

식은 만드는 사람 정성이 맛이라는 것을 강조하고 싶은 것이다. 지금 명맥을 유지하고 있는 자만동 황포묵, 메밀묵, 상수리묵은 있다 해도 비양만 낸 것들이 아니겠는가. 시중에 유통되는 것은 이름만 갖춘 밀가루가 더 많은 변질된 가짜에 가깝다. 어찌 상수리묵에 상수리 냄새와 맛이 없고, 도토리묵에 도토리의 쫄쫄한 맛이 없는 것인가.

제대로 된 재료를 써서 묵을 끓이고 이름에 맞는 음식을 만들어 제값 받고 팔아야 한다. 그래야 전주음식이 살 길이 생길 것이고 이름값에 걸맞게 적게는 가정의 건강을 지켜낼 것이고, 크게는 고장의 전통음식을 보존하게 될 것이다. 차별화되어야 음식 영업도 될 것이다. 전주에 가야 제맛을 볼 수 있고 그 집에 가야 전라도 음식을 제격식대로 먹을 수 있다는 소문이 나야 전주 음식이 살고 명맥을 유지할 수 있을 것이다. 비빔밥이 언필칭 전주 간판음식이라고 하지만 지금처럼 조미료로 맛을 내려고 한다면 서울비빔밥이나 대구비빔밥이나 하등 다를 바 없다. 비빔밥은 이제 어디서나 찾아볼 수 있는 보편적 음식이 되었다.

전주비빔밥이 계속 연고권을 주장하려면 정말 정선된 재료로 황포

묵, 은행, 밤, 고추장, 간장, 참기름, 깨소금을 써서 다른 지방의 맛과 다르게 하여야 한다. 작춘 조병희 선생님의 「완산의 맥박」에는 비빔밥 재료에 대하여 소상히 정리되어 있다. 우리에게 문헌이 없는 게 아니고 우리 고장 음식을 지키려는 정신이 없는 건 아닌지 되짚어 생각해 볼 일이다. 전통음식보존협회는 언론에 언뜻언뜻 비치곤 하는데 전주음식에 어찌 조미료 시대가 아직까지 계속되고 있는지 모르겠다.

전주 한정식도 먹을 게 없다는 말을 자주 듣곤 한다.

전주에서 어느 집이 전통음식을 잘하냐고 물어오는 사람이 가끔 있다. 대답이 참으로 망설여진다. 그래도 그 집이라고 선뜻 천거할 집이 생각나지 않기 때문이기도 하고 전주 다녀온 후일담이 먹을 게 없고 맛도 별로라고 하는 말을 듣기 싫기 때문이다. 한정식은 밑반찬이 튼실해야 한다. 간장, 고추장, 깨소금, 참기름, 장아찌, 젓갈, 김치, 장조림 게장만이라도 자기 집에서 정성들여 만든 것을 상에 올려도 다른 집과 완전히 달라질 것이다.

상품화된 것을 사다 상에 올리고, 즉석에서 만들어 올리는 일회용 식품으로 차린 상으로 한정식이라고 한다면 전주한정식의 명예를 무시하고 욕되게 하는 행동거지가 아닐까 한번 생각해 볼 일이다.

사라지는 것에 대한 아쉬움 때문에 열외자가 음식 이야기를 좀 해도 그리 큰 흥은 되지 않으리라. 전북대 철로변에 있던 망태집같이 조출한 밥상을 차려주는 인정 있는 집이 있다면 이번 주말에라도 친구랑 당장 찾아가고 싶다. 靈寢

전주비빔밥은 예술품이다

행정지원 특별대책도 검토해야



김 홍 기
전라북도의회 의원
문화관광건설위원장

식생활 문화의 형성

어느 민족이나 그들의 의식주 생활의 기본 유형은 그 고장의 자연적 여건을 기본요인으로 형성되고 있음에 우리 나라도 예외일 수가 없다.

특히 춘하추동 4계절의 구분이 분명하고 여름에는 30℃를 넘는 더위가 있는 반면에 겨울이면 -20℃를 넘는 추위가 있는 우리 나라에서는 이같이 계절에 따르는 기온이나 습도의 변화에 대응할 수 있도록 의식주 생활의 모든 면이 개발되게 마련이지만 그 중 식생활에서는 자연적 여건이 더욱 크게 영향을 미치게 된 것이다.

이곳 전북을 형성하는 유역 평야는 토지가 비옥하며 농경에 적합하고 강우량과

◆ 경력

- 덕유관광 대표
- 한국중명주식회사 대표
- 무주문화원장
- 무주군 장학재단 이사

- 현 전북체육회이사
- 현 사회개발연구원 전북지부장
- 현 새천년 민주당 전북도지부 문화관광 특별위원장
- 현 세계 서예비엔날레조직위원회 위원
- 현 전주세계소리축제조직위원회 집행위원

일조량이 여름 한철에 집중되어 있어 벼농사를 짓는데 적합한 자연 여건 아래에서 농경을 주업으로 하는 생활이 정립되었다.

따라서 일상식(日常食)은 가장 비축량이 큰 곡물로 밥을 지어 주식으로 하고 기타 식품을 부식으로 하는 주부식 분리유형을 기본구조로 하게 되었다고 본다.

겨울철에는 맛있게 젓갈을 넣은 김치를 담가 엄동 3개월간의 채소 급원으로 비타민 C의 부족을 면할 수 있었고, 여름철에는 건어류(乾魚類)나 삼계탕 같은 농축식품을 많이 먹음으로써 위에 부담을 주지 않도록 적은 분량으로 열량을 충족시킬 수 있는 식습관(食習慣)을 형성하였다.

서해안의 어장에서 잡히는 어패류는 계절에 따라서 그 맛이 각기 다르므로 제철의 생선을 시식으로 삼아 미각을 충족시켜 왔다.

특히 산수가 청명한 까닭에 산채(山菜)가 향기로워 “쌈싸먹기”를 즐겼으며 수질이 좋아서 맛이 좋은 “술빚기”를 발달시켜 왔다.

이러한 식생활의 모습은 그 개발이나 변천 과정에서 정치적·문화적 영향을 받은 바가 있음은 물론이나 기본 요인은 자연풍토적 배경에 있는 것이다.

전라도의 음식

전라도는 개성(開城)만큼이나 음식솜씨가 사치스럽다고 한다.

남과 북으로 위치는 많이 떨어져 있으면서도 개성은 고려조(高麗朝)의 음식을 전통적으로 지키고 있어 아주 보수적인 데가 있고, 전라도는 조선조(朝鮮朝)의 양반풍(兩班風)을 멋있게 받아서 고유한

전국 어느 곳을 가도 전주식당,
전주비빔밥의 간판이 달려 있고
개성과 특색이 없이 전국적으로 음식 메뉴가
약속이나 한 듯 다들 보편화됨은 다 함께 아쉬운 일이
아닐 수 없다. 지역적 특색은 고사하더라도
비빔밥의 메카라고 자부하는 전주 내에서조차 그
특미(特味)를 찾아볼 수 없게 되었다.

음식법을 지키고 있다
고 할 수 있다.
서해와 남해의
보고(寶庫)를 끼고
기름진 호남평야를
안고 있어 쌀이 풍부
하고 해물(海物)을 곁들
이는 음식이 수없이 많이 있다.

심산유곡의 산에서 나는 많은 귀한 산채와 콩나물을 기르는 법이
특수하고 좋아서 특유의 맛을 계승하게 되었으며 부유한 토반(土班)
들이 대를 이어서 음식의 가짓수를 많이 올리는 것을 즐겨하는 음식
문화를 형성하고 있다고 하겠다.

전주비빔밥

이토록 다양하고 풍성한 음식 중에도 “비빔밥” 하면 전주를 떠오
르게 하고 외래객들이나 관광객들이 전주에 들르면 꼭 한 번씩 먹어
보기를 원하는 향토음식으로 인정받고 있다.

흔히들 말하기를 비빔밥을 전주 고유의 음식인 것처럼 이야기하지
만 사실상 비빔밥은 전국적인 음식으로 되어버렸다.

현시점에서 전주비빔밥을 어떻게 보존하고 발전시켜 나아가야 할
것인가를 다 함께 걱정해 볼 단계라고 믿는다.

급속도로 성장한 산업화로 인한 국민 대이동과 교통의 발달은 지
역간의 공간개념을 단축시켜 놓고 지역 특색이란 점점 희석되고 말

왔다. 전국 어느 곳을 가도 전주식당, 전주비빔밥의 간판이 걸려 있고 개성과 특색이 없이 전국적으로 음식 메뉴가 약속이나 한듯 보편화됨은 다 함께 아쉬운 일이 아닐 수 없다.

지역적 특색은 고사하더라도 비빔밥의 메카라고 자부하는 전주 내에서조차 그 특미(特味)를 찾아볼 수 없게 되었다.

그 예로 도내 음식점 26,372개소 중 30.8%인 8,134개소가 전주시에 자리잡고 있으며 그 중 비빔밥을 판매하는 음식점만 해도 27개소로 나타나 있다.

이토록 많은 업소에서 전통의 맛을 찾아보려는 것은 스스로 어리석음을 인정하는 꼴이다.

일찍이 멋과 맛의 고장으로 알려진 우리 전주는 무엇이 주어진 당면과제라 할까?

우리의 맛은 비싸고 거창한 요리에 있는 것이 아니라 국밥 한 그릇, 두부 한 모에 살아 있고 앞치마 두르고 다니는 할머니의 욕설 섞인 전주의 사투리는 식탁에 앉은 이들로 하여금 훈훈한 인심과 그 맛을 돋우는데 일품이다.

전주비빔밥은 옛맛을 지닌 예술품이어야 한다

먼저 우리 전주비빔밥은 다른 곳에서 흉내내지 못하는 독특성을 지니고 양(量)보다 질(質)에 치중하여 보존되어야 할 것이다.

다른 곳에 가서 비빔밥을 주문하여 먹어보면 짹짹하고 칼칼한 맛만이 다를 뿐 그 재료와 내용물은 거의 대동소이하다.

이는 재료를 고질의 주재료와 계절마다 다른 양념과 산채와 과일

우리 전주비빔밥은 다른 곳에서
 흉내내지 못하는 독특성을 지니고
 양(量)보다 질(質)에 치중하여 보존되어야 할 것이다.
 다른 곳에 가서 비빔밥을 주문하여 먹어보면 짹짹하고 칼칼한
 맛만이 다를 뿐 그 재료와 내용물은 거의 대동소이하다.
 이는 재료를 고질의 주재료와 계절마다
 다른 양념과 산채와 과실과 버섯 등의 재료를 사용함에
 있어 특수재를 써야 한다.

과 버섯 등의 재료
 를 사용함에
 있어 특수
 재를 써
 야 한다.
 비빔 밥
 에서 주재
 료로 쓰이는
 콩나물은 잔 발이
 없고 연하게 자란 콩나물을

필수적으로 하고 참쌀로 빻는 고추장을 써서 고질의 비빔밥을 만들
 어내야 한다.

다음으로는 식당의 분위기를 특성 있게 꾸며야 한다.

하나의 사람이라 할지라도 옷차림에 따라 행동거지가 달라지듯이
 음식의 메뉴에 따라 식탁이 바뀌어져야 한다.

양식은 서 있는 식탁이 어울리듯 우리 비빔밥은 고색 전통의 한식
 을 재현하는 방식 위에 앉아 먹으며 식도락을 즐길 수 있도록 환경
 을 개선하여야 한다고 본다.

또한 이에 못지않게 종사자들의 봉사자세와 예절교육이 중요하다.

일찍이 외국 손님이 식사를 하고 나올 때 손님에게 음식자랑 겸
 소감을 물었더니 그 대답은 이러하였다.

“아주 훌륭한 비빔밥을 맛있게 먹었습니다. 내 기억에서 지워지지
 않을 것입니다.” 하여 내 어깨가 으쓱하였을 찰나 그는 고개를 가우
 뚱하더니만 “그런데…….” 하고 망설이더니 말을 이으며 “좀 궁금한
 것이 있습니다.” 무엇이냐고 다그쳐 물어본즉 “왜 그토록 맛있는 성

찬의 접시를 식탁에 집어던지느냐.”는 질문이었다.

반찬 접시를 딱딱 소리를 내며 차리는 태도가 그분의 눈에는 천대하여 던지는 것으로 보인 모양이었다.

황당한 나는 변명 섞인 해명을 하고 그 자리를 모면했지만 우리들에게는 커다란 경종이 아닐 수 없다.

좋은 음식은 어울리는 분위기에서 품격 높은 대우를 받을 때만이 그 진가를 느낄 수 있는 것이다.

끝으로 중요한 것은 재정적 지원이 선행되어야 한다.

이상에서 검토한 모든 과제는 수지계산을 따지지 않은 원천적인 내용들이다.

전통적인 전주의 비빔밥은 재료를 아껴서 영리를 목적으로 돈을 벌기 위해 만든 것이 아니고 오로지 맛만을 내기 위한 일념에서만 들어졌기 때문에 맛있는 고유의 전주비빔밥을 만들어냈다고 본다.

가게에서는 싸게 여러 그릇을 대량 판매하는 것이 상업술일진대 싸고 맛있는 비빔밥을 원한다는 것처럼 어리석음이 없다.

그러기 때문에 전주의 비빔밥을 상품이 아니고 하나의 예술품으로 보전하기 위해서는 상인들에게만 일임할 것이 아니라 지방자치단체에서, 공공의 사업 차원에서 손해부분을 보전(補填)해주는 특별대책(特別對策)이 선행되어야만 한다.

다시 말해서 열 그릇을 팔기보다 한 그릇을 고액으로 팔게 하지 않는 한 전주비빔밥은 머지 않아 전설의 이야기로 전락할 것이 뻔하다. **靈巖**

전주정신찾기특별기획

전주음식 이대로 좋은가

전주비빔밥의 새 음식 문화 창조

레토르트화로 도시락 시장도 개척



김희수

전라북도의회 의원
교육복지위원장

전주비빔밥 이대로 좋은가

넉넉한 칠산어장을 거쳐 코스모스 한들 거리는 황금색의 풍요로운 금만(金萬) 들녘의 맛을 가득 담아온 서풍이 노령의 아늑한 고장 온고을(全州)에서 그 발걸음을 쉬어가며, 계절나물의 음양오행의 원리를 인간 생활에 오묘히 승화시킨 선조들의 지혜가 함뿍 깃든 전주비빔밥과 함께 하면서 새로운 힘을 비축하여 눈부시게 화려한 봄을 열망한다.

백두 아래 대한반도 안에서 '음식' 하면 첫손꼽는 맛의 고장인 전주에서 가장 자랑으로 내세우는 음식이 바로 전주비빔밥이며, 전주 사람은 전주를 찾는 손님에게는 전주비빔밥을 대접하고 또 전주에

◆ 학력

· 전주북중 · 전주고등학교 · 전북대학교 경영학과 졸업

◆ 경력

· 1980년 전북대학교 총학생회장

· 5·18 광주상무대 투옥(6월 실행)

· 전고 48회 · 북중 45회 동창회장

· 국민회의 전주 덕진지구당 사무국장

· 새천년 민주당 전북도지부 대변인

· 현 새천년 민주당 전북도지부 정책실장

전주음식 이대로 좋은가



오는 외지 사람은 전주비빔밥을 찾는 일은 우리에게는 너무나 당연한 일이었다.

그래서 비빔밥 하면 전주비빔밥이고, 전주 하면 비빔밥으로 통하다 보니 전국 어디를 가나 특히 역과 버스터미널 주변에서는 전주비빔밥 식당이 제일 먼저 눈에 띄고 또 그 식당 주인의 본적과는 아무런 관련없이 전주인(全州人)으로서 전주비빔밥이라는 간판이 고향 까마귀를 본 것처럼 반갑기조차 한 것은 나만의 느낌은 아닐 것이다.

전국 각 지방마다 지역의 자연과 문화에 따른 비빔밥이 있어 향토를 대표하고 있다. 비빔밥이 언제 어디서 시작되었건 결국 여러 가지 나물을 밥에다 비벼 먹는 것으로서 지방마다의 천혜의 지리조건에서 생산되는 질 좋은 특산농산물을 사용하며, 맛과 함께 음식에 들이는 깊은 정성이 어우러진 예술적인 맛의 합작품으로 전주, 진주, 해주가 유명하며 전주비빔밥은 특별하다.

우리 전주 사람들은 대부분 알고 있는 일이지만 새삼스럽게 전주비빔밥을 만드는 방법을 보면,

1. 소의 머리카나 곤자뼈를 우려낸 국물로 고슬고슬하게 밥을 짓고,
2. 콩나물, 표고버섯, 미나리, 무생채, 도라지, 당근, 숙음배추, 고구마순, 애호박 등 계절에 맞는 이 지방에서 생산되는 품질좋은 20여 가지 각종 채소를 종류별로 잘게 채썰어 삼삼하게 간을 맞추어 볶아낸 후,
3. 준비된 밥 위에 준비한 20여 가지 각종 나물을 색스럽게 올려 담고 청포묵, 황포묵, 은행, 잣, 상추, 쇠고기, 깨소금 등 대여섯 가지의 고명을 얹어 모양을 낸 후 가운데에 육회를, 그 위에 계란 노른자를 얹은 다음 다시마를 잘게 부숴 넣고 직접 짜서 고소한 참기름을 두른 후,
4. 태양초 고춧가루에 엿기름을 끓이고 찹쌀을 썰 삭힌 후 메줏가

루와 섞어 10개월 정도 숙성시킨 비빔밥고추장을 따로 담아내어 식성에 맞추어 넣게 하고 콩나물국과 물김치를 곁들여 낸다.

이들 재료의 특성을 보면 임실산 쥐눈이콩(서목태, 鼠目太)을 잔뿌리 없이 키운 콩나물은 예로부터 전주 사람들이 각기병(脚氣病) 예방을 위하여 상식(常食)하였으며, 고춧가루는 임실과 순창지역의 태양초를 사용하였고, 녹두로 만든 청포묵과 이 청포묵에 치맛물을 더한 황포묵은 색의 조화로 비빔밥의 품격을 한층 높여 주었다. 계절에 맞는 최고의 좋은 재료와 만드는 이의 정성 그리고 숨씨가 있어야만 제맛이 나는 것이다.

그런데 언제부터인가 이 전주비빔밥이 예전의 그 맛이 아니라고들 한다. 또 전주가 아닌 전국 어디를 가도 전주비빔밥을 먹을 수 있다고 하며, 일부 잘 모르는 사람들은 전주비빔밥이 별거냐며 그저 여러 가지 나물에 비벼먹으면 비빔밥이 아니냐고도 한다. 맞는 얘기일 수 있다. 하나 그것은 단지 비빔밥일 뿐이지 전주비빔밥이 결코 아니며 비빔밥 앞에 전주라는 글자만 붙인다고 대한민국의 비빔밥 모두가 전주비빔밥이 되는 것은 아니라고 생각한다.

전주비빔밥의 전국화는 결국 전주식 비빔밥의 전국적인 현상으로 전주비빔밥의 전국 하향 평준화를 이룬 꼴이 되고 말았으며, 이제 전주비빔밥의 그 그윽한 맛과 품위는 전주의 전주비빔밥 전문 식당 일부와 반가(班家) 외에는 어디에서도 볼 수 없게 되었으니, 전주비빔밥을 무척이나 좋아하는 전주인으로서 참으로 애석한 마음뿐이다.

전주비빔밥을 아끼는 이들은 전주비빔밥이 옛맛과 멋을 잃어가는 몇 가지 이유가 있다고 한다.

그 첫번째는, 재료의 대부분이 수입 농산물이라는 것이며,

둘째는, 글루타민산나트륨 즉, 인공조미료의 사용이며,

셋째는, 전통전주비빔밥에 대한 열정과 교육이 미흡하다는 것이다. 먼저 재료를 살펴보면 중전의 전주비빔밥에 사용되는 20여 가지의 각종 채소와 10여 가지 부재료 모두가 전주 또는 전주 인근 지역의 질 좋은 농산물로 말 그대로 신토불이(身土不二)였으나, 지금은 국제무역의 결과 값싸고 양 많은 중국산을 비롯한 수입 농산물이 대부분을 차지하다 보니 토종의 맛은 아득한 추억 속에서나 찾게 되었으며, 이런 수입 농산물을 재료로 사용한 비빔밥은 그 맛이 예전의 전주비빔밥과 같을 수가 없음은 당연하다 하겠다.

다음은 인공조미료의 사용이다. 지난 60년대 말부터 사용되기 시작한 미원과 미풍으로 대표되는 인공조미료의 사용은 우리의 입맛을 완전히 변화시켜 버렸다. 과거의 전통조미료인 간장, 된장, 고추장과 소금에서 편리하면서 중독성이 있는 인공조미료의 사용은 부식비의 절감에는 도움이 되었는지는 몰라도 단순하면서 감칠맛 나는 전주비빔밥이 되기에는 부족함이 너무나 많아 안타깝기조차 하다.

거기다가 인스턴트시대에 살아가는 현대인의 일상생활에서의 편리함만을 추구하는 생활 패턴으로 전통에 대한 열정과 교육이 과거만 못함도 전주비빔밥이 맛을 잃어 가는 중요한 이유라 하겠다.

주부들이 가족의 건강을 위하여 전통 전주비빔밥을 내 손으로 직접 만들기보다는 사먹는 것이 편리하다는 이유로, 또 전통향토음식의 비법전수와 교육 등은 과거에 대한 집착이라 고루하다는 신세대의 기성세대에 대한 편견으로 인한 기회가 부족하다보니 전주비빔밥의 전통 잇기는 과거와는 멀어져 가는 문화의 단절현상 중의 하나라고 하겠다.

그렇다고 언제까지 예전의 전주비빔밥의 맛을 그리워만 할 것인가? 우리 전통문화 모두에는 선조들의 지혜와 자연의 섭리가 스며 있

거늘 아무리 최첨단 디지털시대에 살고 있다 하여도 전주비빔밥의 전통을 이어가기 위하여 우리 시대에 해야 할 일이 분명히 있을 것이다. 그 방법으로는,

- 첫째, 향토전통음식으로서의 전주비빔밥을 체계화하여야 하며,
- 둘째, 전주비빔밥 재료의 신도불이를 최대화하며,
- 셋째, 뜨거운 열정을 가진 전주비빔밥의 전통승계 교육과,
- 넷째, 이 세 가지를 전폭적으로 지원하는 행정력이 필수조건이라 하겠다.

먼저 전통적인 전주비빔밥의 체계화를 위해서는 전문식당과 반가의 숨겨진 전문가가 다수 참여하여 전국 하향 평준화된 전주비빔밥이 아니라 각종 문헌의 이론과 손끝의 경험이 충분히 축적된 기본모델을 확정하면, 이에 따라 시민 누구나 손수 전주비빔밥을 만들어 봄으로써 보다 나은 전주비빔밥 문화창조의 기회가 열릴 것으로 본다.

다음에는 주변에 그득한 수입 농산물을 쓰지 말고 우리 지방에서 나는 건강에 보탬이 되는 우리 농산물을 사용하여야 한다. 비록 그 양이 적고 값이 비쌀망정 선조로부터 내려온 음식문화를 후손만대에 길이 전하기 위해서는 지금 우리 시대가 투자하여야 할 당연한 몫이라고 본다.

또한 인스턴트와 패스트푸드에 길들여진 우리의 자녀들에게 우리 고유 음식을 먹게 함은 건강을 보장하는 또 다른 투자이기 때문이다.

또한 각 가정마다 법도와 예절이 있듯이 전주비빔밥을 다루는 방법 또한 가정교육에서 매우 중요하다 하겠으며, 체계화된 모델에다가 각자의 개성을 더함은 교육이 있어야만 가능하다 할 것이므로 학교교육의 실과과정과 가정실습 교육에 있어 암기 위주의 교육에서 벗어나 향토전통음식문화에 대한 뜨거운 열정이 더욱 요구되며, 이

러한 교육의 효과는 바로 전주비빔밥의 명성을 드높이는 다른 방법이 될 것이다.

마지막으로 전주지역 내에만 한정하지 않고 밖으로 널리 홍보하여 결과적으로 전주시민, 나아가 전북도민의 명예 현양과 소득 증대에 기여하기 위하여는 이를 뒷받침할 적극적인 행정지원이 필수적이다. 전주시에서는 '98년도에 전주비빔밥의 관광상품화를 위해 식품개발 연구원에 용역을 맡겨 로고와 표준조리책서 및 시설기준을 마련하여, '99년도에 특허청에 상표및서비스표 등록을 하였고 국제등록출원 중인 것으로 알고 있다.

또한 이러한 모든 절차들이 마무리되고 손님들로부터 좋은 평가가 이어지면 전주관소리박물관과 연계추진 중인 음식체험장에서의 전주비빔밥 조리과정에 시민이 직접 참여하는 기회의 확대 제공 및 전주비빔밥의 레토르트화로 도시락 시장에서의 영역을 점차 넓혀야 할 것이다.

전주비빔밥을 전주 지역내에 한정된 음식문화가 아닌 전국의 대표적인 비빔밥으로 육성하기 위하여는 옛 문서에 의한 고증과 축적된 손끝의 맛, 이 지역에서 생산되는 신토불이의 질 좋은 농산물, 여기에다가 이 전주비빔밥의 명성을 이어가고자 하는 따스한 전주시민의 구수한 마음씨가 함께 할 때만이 수입 농산물과 인공조미료로 추락한 전주비빔밥의 옛 명성을 되돌릴 수 있다고 보기 때문이다. **■**

전주정신찾기특별기획

전주음식 이대로 좋은가

전통음식솜씨 살리는 특성을

전주사람은 전주음식에 애정도



이 석 환

전주시의회 의원

들어가는 말

‘全州’ 하면 떠오르는 것이 무엇일까? 후백제의 도읍지, 조선왕조의 발상지, 교육도시, 전라북도청 소재지, 비빔밥과 콩나물국밥 같은 음식 등등이 있을 것이다. 그 중에서도 전주시민이 아닌, 다른 지역의 사람들에게 똑같은 질문을 던진다면, 뭐니뭐니 해도 전주는 음식을 잘하는 곳이라고 대답할 것이다.

예로부터 우리 전주는 대부분 평야지대로 이루어진 지리적 특성 때문에 다양하고 풍성한 음식재료를 바탕으로 많은 음식 문화가 발달하여 맛의 고장으로 널리 인정받아 왔다. 특히 전주비빔밥과 한정식, 콩나물국밥 등은 전주를 대표하는 음식

◆ 학력

- 원광대학 문리대 국문과
- 경희대학교 교육대학원
- 전북대학교 행정대학원

◆ 경력

- 한국기독교청년협의회 전국회장

- 6월항쟁 전북청장년 본부장

- 전주시의회 도시건설위원장(역임)

- 현 전북실업자 종합지원센터 이사

- 현 전주시 후백제문화사업회 위원

전주음식 이대로 좋은가

전주음식 이대로 좋은가

전주비빔밥은 명실공히 전주를 대표하는 음식으로서, 중앙회관, 가족회관, 성미당, 반야돌솥밥, 한국관 등을 대표적으로 꼽을 수 있으나 대부분 전통식 비빔밥과는 거리가 먼 돌솥비빔밥을 취급하고 있다. 전통식 비빔밥은 몇 군데 음식점에서 취급하고 있기는 하나 명성이 자자하지는 못한 듯하다.

식으로 부족함이 없다. 그러나 요즘은 전주 음식을 보면 몇 가지 개선해야 할 점이 드러나기에, 2002년 월드컵 축구대회를 앞둔 시점에서 나름대로 의견을 제시해 보고자 한다.

전주를 대표하는 음식들

첫째, 전주비빔밥은 명실공히 전주를 대표하는 음식으로서, 중앙회관, 가족회관, 성미당, 반야돌솥밥, 한국관 등을 대표적으로 꼽을 수 있으나 대부분 전통식 비빔밥과는 거리가 먼 돌솥비빔밥을 취급하고 있다. 전통식 비빔밥은 몇 군데 음식점에서 취급하고 있기는 하나 명성이 자자하지는 못한 듯하다.

그리고 각 업소마다 재료와 맛에 차이가 있어 어떤 것이 전주비빔밥의 원조인지 외지 사람들뿐만 아니라 전주 사람들에게도 혼란스러운 면이 있다. 최근 전북음식문화연구회에서 표준 조리법을 제시하였으나 이 조리법에 따르는 업소는 거의 없다.

둘째, 전주 한정식 역시 전주의 오랜 전통을 가진 음식으로서, 백번집, 가화, 만성회관, 백만회관, 수라청 등을 대표적으로 꼽을 수 있으나, 거의 대부분 전통음식과는 거리가 먼 듯하다. 반찬의 가짓수는 많으나, 특징이 없고 좀 심하게 말하면 젓가락 갈 데가 그리 많지 않

전주 한정식 역시 전주의

오래 전통을 가진 음식으로서, 백번집, 가화, 만성회관, 백만회관, 수라청 등을 대표적으로 꼽을 수 있으나, 거의 대부분 전통음식과는 거리가 먼 듯하다. 반찬의 가짓수는 많으나, 특징이 없고 좀 심하게 말하면 젓가락 갈 데가 그리 많지 않다.

다. 전주 한정식을 취급하는 업소들은 거의 대부분 여성 접대부(?)들이 음식 서비스를 제공하는데 이것이 불쌍사납기도 하다. 가격도 가지각색

이고 표준 식단도 마련되어 있지 않다.

셋째, 콩나물국밥은 전주의 질 좋은 콩나물로 만들어지는 대표적 음식으로서 한일관, 삼백집, 삼일관, 현대옥, 웅이콩나물집, 풍전콩나물국밥, 다래회관 등이 손꼽히는 업소들이다.

콩나물국밥은 서민들이 애용하는 음식이어서 그런지 업소들마다 맛과 재료에 큰 차이는 없으나 대부분 위생상태가 만족스럽지 못하다.

어떻게 하면 좋을까

첫째, 전주를 대표하는 모든 향토음식의 표준 식단 및 표준 조리법이 정해져야 한다. 최근 전북음식문화연구회에서 전주비빔밥과 콩나물국밥의 표준 조리법을 제시한 바 있으나, 널리 공인되어 있지 못한 형편이므로 관계 공무원과 학자 그리고 업소의 조리자들이 참여한 가운데 표준 조리법과 식단을 다시 마련하고, 이러한 표준 조리법과 식단을 정기적으로 업주 및 조리자들에게 교육을 통하여 가히 전주를 대표하는 전통향토음식점으로 육성해야겠다. 특히 비빔밥은 전통식 비빔밥과 돌솥비빔밥의 표준 조리법을 구별할 필요가 있다.

둘째, 우수한 재료를 확보하고 수시로 영양분석을 실시하여 영양학적 가치를 극대화시켜야 한다. 전주의 향토음식에 쓰이는 재료는 최상품 재료를 유지할 때만이 전국의 음식문화를 선도할 수 있을 것이다. 전주음식이야말로 믿고 먹을 수 있으며, 게다가 영양마저 풍부하다면, 그러한 사실을 국·내외적으로 널리 홍보하여 전주는 가히 음식 문화의 메카가 될 것이다.

셋째, 가장 중요한 것은 내 고장 전주 시민들이 전주의 향토 음식에 대한 보다 많은 애정을 갖는 것이다. 전주시민 모두가 향토 음식을 사랑하고 자랑하며, 사이비 향토음식을 철저히 감시할 때 전주의 전통적인 향토음식이 제대로 자리를 잡아갈 수 있다.

넷째, 전주의 전통음식에 대한 홍보를 강화해야 한다.

전주가 아무리 음식을 잘하는 곳이라고 해도 전통음식점에 대한 정보는 미약할 수밖에 없다.

최소한 전통음식점으로 지정된 곳은 전주시의 인터넷 게시판을 활용하여 전국적으로 소개할 필요가 있다.

필자는 최근 한국통신에서 발간되고 있는 전주시의 업종편 전화번호부를 살펴본 적이 있다. 음식점 부분을 살펴보았는데, 한정식 전문은 몇 군데 업소를 모아서 소개해 놓았으나, 전주비빔밥 전문과 콩나물국밥 전문 음식점은 그냥 '한식'에 포함시켜 놓았으니 한국통신 관계자나 전주시 관계자나 그 무신경에 필자는 놀랄 따름이다.

심지어 우동전문집과 초밥전문집은 모아서 소개해 놓았어도, 비빔밥 전문음식점은 별도로 모아서 소개해 놓지 않았으니, 외지 사람들이 이 전화번호부를 보고 어떤 생각을 할지, 필자는 더 이상 할 말이 없어진다.

나오는 말

필자는 전주를 사랑하는 시민의 한 사람으로서, '전주'를 생각할 때 마음에 늘 걸리는 것이 있다. 그것은 우리 전주는 특별히 잘되는 것도 없고, 그렇다고 잘 안되는 것도 없다는 것이다. 이 말은 우리 전주가 갈수록 특색이 없어진다는 말이다. 문화예술도시라고 하나 뒤집어보면 그렇지 않은 것 같기도 하고, 교육도시라는 말은 이미 사라진 지가 오래이다.

전주를 대표하는 것이 부족한 현실에서 오래된 음식 문화의 전통만큼은 끝까지 지켜낼 필요가 있다. 더욱이 2002년 월드컵축구대회가 열리면 국내·외의 많은 사람들이 전주를 다녀갈 것이다. 그들이 전주에서 제대로 된 한 그릇의 전주비빔밥을 맛있게 먹고 돌아가서 '과연 전주비빔밥은 최고!'라고 이구동성으로 칭찬해 주기를 기대한다. **■ ■ ■**

전주음식 이대로 좋은가

새로운 비빔밥 상품화를 제안

자유경쟁을 통한 비빔밥 개발



이 기 반

시인 · 전 전북예총 회장

역사의 흐름에 따른 사회적 변천으로 음식문화도 평준화된 지 이미 오래다. 그러므로 전주가 아니더라도 '전주비빔밥' 보다 더 맛이 있는 비빔밥을 먹을 수 있게 되었다고 해도 과언이 아니다. 그만큼 전주비빔밥이 원조 그대로를 유지하는 데 멈추었거나, 아니면 퇴색한 것이 아닌가 싶다. 한편으로는 타 지역에서의 비빔밥 조리법이 향상 발전한 것이 아닌가 하는 생각도 든다.

이런 연유로 전주비빔밥은 이름만 있고 실속이 없다는 말도 나오고, 전주비빔밥은 옛 이름일 뿐이지 맛이 달라졌다는 등 여러 가지 말들이 나오게 되었다. 그러나 여기에도 문제는 있다. 현대인들의 입맛과 옛분의 입맛이 같을 까닭도 없고, 그

◆ 역임

- 한국문인협회 전북지부장
- 한국예총 전북지회장
- 전주대학교 교수 · 사범대학장

◆ 저서

- 시집 『학이여 날아라』 외 21권
- 수필집 『은하의 모래알』, 논저 『현대시론』 등 9권

◆ 상훈

- 전북문화상 · 모악문학상 등 13종

조리법이 옛맛을 내는 그대로일 수도 없다. 그러니까 시대에 따라서 변화가 있을 수밖에 없는 전주 비빔밥이 아니겠는가 싶다. 지금 살아있는 사람들이 언제 옛날 전주비빔밥을 먹어 보았을 것이며, 조리하는 사람들도 언제 정통적인 전주비빔밥의 조리법을 그대로 실현해 보았는지도 문제다. 거기에다가 옛날에야 먹거리가 그리 흔치 않았기에 별로 맛이 없는 것이라도 맛이 있게 먹어졌을 것이 아니겠는가도 싶다.

뿐만 아니라 현대인들의 식성이 변하고 기호가 바뀌어서 여간 맛이 있는 것이라도 별로 맛이 없다고 하는 이도 있을 것이다. 또한 화학 조미료로 입맛이 바뀐 현대인의 기호는 각양각색일 것이다.

이런 점에서 옛날(조선조말 이후)에 전주비빔밥과 평양냉면 그리고 개성탕반을 조선 3대 음식이라고 높이 평가하고 자랑하며 즐겨 찾던 시대와는 다를 수밖에 없다는 당위성과 만난다.

음식은 솥씨만 갖고도 안되고 재료만 갖고도 안된다. 재료와 솥씨와 그 밖의 여건(與件) 등 3박자가 잘 맞아야 한다. 속담에 “엄마 손은 맛손”이라지만 그것만 가지고는 안된다. 술맛과 장맛이 좋으려면 물맛이 뛰어나야 하듯, 음식맛이 좋으려면 장맛이 좋아야 한다는 것 짚은 상식이다.

굳이 비빔밥의 유래를 장황하게 설명할 필요가 없으나, 그 유래를 알아둘 필요가 있어 밝히면 다음과 같다.

흔히 비빔밥을 전주 고유의 음식인 것처럼 이야기하지만 사실은 비빔밥은 전국적인 음식이다. 또한 비빔밥이 당초 서민들의 가정에서 해먹던 음식으로 유래했다고도 하지만 문헌상으로 나와 있는 것을 보면 오히려 궁중 음식에서 전래한 것으로 보는 것이 타당하다

고 할 수 있다.

- (「향토전주사」:전주문화원, 1984 인용)

결과적으로 비빔밥은 양반이나 평민이 함께 먹는 음식이 되었다. 그러나 그 재료나 조리법에 따라 비빔밥의 등급은 지어질 것이다. 그러니까 어디다 그 수준이나 기준을 맞출 것인가 이것도 지나칠 수만은 없다. 이렇게 생각하면 요즈음 전주비빔밥은 시대감각에 맞추어진 궁중식 최고급의 전통 비빔밥이 아니라 중류 정도로 등급이 낮춰진 것이 아니겠는가. 이렇게 생각한다면 마음 편할 것이요, 맛이 변했느니, 퇴색했느니 이런 말조차 나오지 않아야 할 것이다.

그러나 여기서 말하는 전주비빔밥은 최고 수준의 정통적인 비빔밥을 말하는 것이라고 생각한다. 왜냐 하면 전주비빔밥은 고관(高官)이나 반가(班家)에서 식도락(食道樂)으로 즐긴 음식으로 추정되기 때문이다.

이 맛과 멋을 살리기 위해서 행정당국은 다각적으로 오랫동안 시도한 바 있는 것으로 안다. 잘 모르기는 하거니와 1970년대 중반에만 해도 전주비빔밥 전문업체인 향토민속음식점을 지정하고 운영자금 융자 지원을 하겠다고 행정당국이 나섰으나, 업자들은 수락하지 않았다. 그 이유로는 우선 장만 해도 최소한 5년 묵은 간장이 있어야 할 것인데 재료면에서 그것들을 충족시키지 못해서 할 수 없다는 것이고, 만약에 어느 수준까지 끌어올린 비빔밥을 만들 수 있다 해도 값을 월등하게 상향조정하지 않는 한 채산이 맞지 않아 영업이 되지 않는다는 것이었다.

누가 들어도 수궁이 가는 말이다. 전주비빔밥이 아무리 제맛을 내고 옛 모습으로 돌아가서 맛자랑을 한다 해도 먹어 줄 손님이 과연

몇이나 될 것인가를 생각지 않을 수 없다.

따라서 영업상의 채산을 맞추어야 하기 때문에 대중적인 비빔밥으로 전략이 되고 대중적인 밥값을 받을 수밖에 없게 된 것임에 틀림없다. 바꿔 말하면 전주 비빔밥의 맛도 중요하지만 돈벌이가 안되면 할 수 없다는 게 경영의 제일장 제일과가 아니겠는가. 이러니 행정당국인들 별다른 묘책이 없지 않을까.

우선 재료만 가지고 이야기한다 해도 30여 가지나 된다. 콩나물, 황포묵, 찹쌀고추장, 쇠고기 육회, (육회볶음), 미나리, 겉장, 참기름, 달걀 등의 기본 재료에다가 계절 따라 유동되는 깨소금, 후추, 마늘, 고사리, 시금치, 표고버섯, 송이버섯, 녹두나물, 무생채, 애호박볶음, 오이채, 파, 당근, 호도, 밤채, 잣, 취나물, 김, 배채, 상추, 쑥갓, 은행 등 실로 많은 재료들이다.

누가 이것을 다 챙겨 넣을 것이며 넣는다 해도 중국산이 판치는 이 세상에서 제맛을 낼 수 있겠는가 말이다.

조리법도 여간 힘드는 게 아니다. 먼저 밥을 잘 지어야 하는데 밥알들이 서로 붙지 않도록 닭과 쇠 등심고기 삶은 열은 물로 밥을 짓는다. 이 밖에 솔이 가마솔이어야 하고 불 때는 나무도 솔가루 아니면 솔방울이었던 것이다. 요즈음 누가 이 짓을 할 것인가. 가스를 연료로 최고속으로 제일 편리하고 편하게만 살려는 판인데 말이다.

전주비빔밥도 시대적·사회적 추세이니 이대로 대중성을 따라야 할 수밖에 없지 않을까. 그 대신 하나의 대안을 내놓고 싶다. 가칭 '전주 새 비빔밥'이라는 이름으로 재료와 조리법을 현실화하여 보다 실속 있고 맛있는 비빔밥을 개발해서 상품화한다면 어떨까 하는 생각이다.

이 세상의 모든 것이 개혁이라는 이름 아래 바뀌고 있는데 어찌

음식문화만 제자리 걸음을 하라고만 할 수 있을까. 쌀밥을 싫다 하고 빵을 먹고 라면을 먹는 입맛에 전주비빔밥만 옛맛을 내서 무엇 할 것인가. 우리들의 소박한 향수요, 희망사항일 뿐이다.

이상한 비유일는지 모르지만 두루마기에 갓 쓰고 택시에 앉아서 인력거처럼 사람에게 끌고가라 하면 되겠는가. 시시각각으로 변화하는 상황 속에 적응하는 일이 현명한 생활이라고 볼 때, 물질문명의 추이(推移)도 그런 것이 아니겠는가.

따라서 전주비빔밥의 옛맛 찾기와 그 맛 살리기는 이 시점(時點)에서 지극히 어려운 일이라고 생각한다. 그러나 그렇다고 해서 이것을 방치해 두면 지속적으로 질적인 저하가 오지 않을까 우려된다.

여기서 몇 가지 우견(愚見)을 말하자면,

첫째: 사업주의 경영을 돕는 의미에서 가격의 조정이 있어야 한다.

둘째: 조리사의 교양강좌를 통한 질적 향상을 도모한다.

셋째: 행정력을 동원하여 업체 관리를 성실하게 하여 업주의 상혼(商魂)을 선량하고 양심적이게 한다.

넷째: 자유 경쟁을 통한 전주 새 비빔밥의 개발을 유도하여 새 맛을 선전 홍보하여 이미지 쇄신을 한다.

특히 넷째 항목인 새 비빔밥의 개발은 기왕에 전주비빔밥의 옛모습을 찾아서 살리지 못할 바에야 이런 방법도 있지 않을까 하는 차선책(次善策)이다.

지금까지 말한 내용은 어디까지나 필자 자신의 가장 주관적인 편견(偏見)일 뿐이니, 그 점 너그러운 이해 있으시기를 바라마지 않는다. **◆◆◆**

전주정신찾기특별기획

전주음식 이대로 좋은가

자연맛이 입맛 돋운 옛날 비빔밥

역시 전주산 신토불이 재료여야 제맛



최근무

전북향토문화연구회 이사

비빔밥이라고 하면 주식인 밥과 부식을 비비면 일단 비빔밥 범주에 넣어서 생각할 수가 있다. 그러나 전주 비빔밥이라고 하면 무엇인가 다른 데가 있다고 생각해왔고 맛에 있어 다른 곳의 비빔밥과는 차별이 되어야 한다고 생각하는 것이 보통 우리들이 생각하는 사고방식이다.

그러기에 서울이나 광주에 가도 “전주 비빔밥” 부산에 가도 “전주비빔밥”이라 하여도 그 맛이 어딘가 다르게 느끼는 것이 우리들의 사고방식이라고 해도 좋을 것이다. 그러나 전주가 비빔밥의 원조랄 수는 없을 것이며 다만 전주비빔밥이 다른 지역의 비빔밥과는 맛을 달리하고 있기에 전주비빔밥을 찾는 이들의 미각을 충족시켜 주고 그러기에 비빔밥 맛을 취

전주음식 이대로 좋은가

◆ 학력

· 서울대학교 사범대학 사학과
· 건국대학교 대학원 사학과(문학석사)

◆ 경력

· 전주사범학교 교사·교감

· 전주교육대학교 교수

◆ 저서

· 항일 민족운동사
· 한국의 성곽과 봉수(공저)

전주음식 이대로 좋은가



택하는 사람들은 전주를 찾게 마련이고 전주에서도 어느 집에 가면 그 맛을 볼 수 있을까 전주인들에게서 정보를 얻으려 하고, 외지에서 온 분들은 택시 기사에게서 정보를 얻으며, 관광 여행사의 안내를 받고 전주에 들어서 음미하고는 말과는 다르다고 뒷말들을 하는 경우를 우리는 왕왕히 보아 왔다.

심지어는 모범식당으로 지정된 집의 음식이 선전 소개와는 판판이라는 소문을 듣기도 하였다. 외지에서 온 내객들은 배신당한 느낌을 갖고 섭섭하여 돌아가니 전주의 이미지가 상하는 수도 있을 것이다.

그러나 비빔밥의 맛에는 표준도 정설도 딱히 말하기가 어려운 것이다. 만드는 사람의 경험과 기법 그리고 먹는 사람이 지니는 개인적 특성, 기대치 등이 각각 다르기 때문에 일률적으로 말하기는 어려우나 많은 사람들이 먹고 맛이 있다고 할 때, 정서가 통할 때 비로소 “맛이 있다”고 하는 것이기에 그 구미에 맞게 음식을 차린다는 것은 이만 저만 어려운 것이 아니다. 그래서 거기에는 재료의 정선, 염장류의 숙성 정도, 요리인의 미각, 경험, 정성 등이 종합적으로 어우러져야만 종합적인 비빔밥의 맛을 낼 수가 있는 것이라고 본다.

그러기에 여기에서 비빔밥의 유래에 대해서 살펴보기로 한다. 그 하나는 궁중음식설이 있다. 호화롭게 발달한 궁중음식은 양반 계급이나 기타 여러 갈래의 길을 통해서 민간에 전래되었을 것으로 본다.

이것이 민간의 식생활에 여러 가지 자극으로 작용하였고 민간, 그 중에서도 특히 반가(班家)의 식생활을 풍성하게 하였을 것임은 말할 것도 없다. 또 중인계급을 통해서, 또 서민층에게까지도 연결 전달되었음도 사실일 것이다.

또 하나는 제사를 지내고 난 뒤에 제관들이 제물을 나누어 먹은 데서 유래한 것이라 한다. 우리네 제사 음식은 대체로 풍부하였다.

이상 두가지 유래는 음식의 고급성, 풍부성이 특색이라 할 수 있다.

다음 셋째 유래는 농민음식설이다. 파종과 김매기 등 밭 일이랄지 모내기 추수철 논 일의 경우 농촌은 바쁘기 한량없고 노동력이 총동원되는 때인지라 편리하게 식사를 하는 방법으로 모색된 것이 비빔밥이고 농촌에서 흔히 볼 수 있는 현상으로 여러 가지 음식을 따로 따로 담아서 운반하여 작업 현장에 가서 큰 그릇에 한데 부어 비벼가지고 한 그릇씩 담아 주면 곧장 먹을 수 있는 편리함이 있다.

넷째 유래는 찬밥 처리설이다. 성 내외 여염집 아낙네들간에 새참(사이참) 때마다 남아도는 찬과 찬밥(식은 밥)을 처리하는데 고심한 끝에 결국 비빔밥의 조리솜씨를 낳게 되었다고 전해내려오고 있다. 실제 농촌뿐만 아니라 도시에 있어서도 끼니때 먹고 남은 밥을 다음 끼닛거리로 남겨 놓았는데 먹기 어설플 때 김치, 나무새 등과 비벼서 식구대로 한 그릇씩 나누어 먹는 일은 다반사였고 편리하고도 간편한 식사법이였다.

위 두 가지 유래는 간편하게 식사를 마치는 방법으로 비교적 편리한 방법이다.

여기에서 꼭 집고 넘어갈 것이 하나 있다. 일본인 학자 마끼 히로시의 “향로들간의 풍담” 운운하는 절인음식(乞人飮食)설은 일고의 가치도 없으며 절인들이 밥을 얻어다 먹는 것은 밥과 부식이 뒤섞인 소위 “섞인 밥”, “섞은 밥”이지 비빔밥 범주에 넣어서 생각할 수는 없는 것이다.

앞에서 열거했듯이 음식을 맛있게 고급스럽게 먹기 위해서 비빔 것과 영양가 있는 음식을 먹기 간편하게 비벼서 먹은 두 종류로 분류할 수가 있다.

그렇다면 음식의 맛을 높이고 먹기 좋고 영양가 높은 비빔밥은 어

떻게 마련할 수 있는 것일까? 주재료와 부재료의 엄선과 조리법의 수월성으로 판가름할 수 있을 것이다.

전주에는 한 때 옴팡집(현 옴팡집과는 관계없음)이라는 옥호 아닌 나지막한 모양의 한옥이 고사동에 있었다. 한 가정집인데 한정식을 먹으려고 유명인사들이 이 집을 즐겨 찾았다. 손님이 당도하면 그제야 시장에 사람을 보내어 장보기를 해 온다.

그 지방의 기후와 토리(土利) 그리고 인심, 수준 높은 미각과 기호, 생활관습 등에 따라서 그 고장 특유의 음식이 발달되는 것일진대 전주의 비빔밥을 비롯한 음식은 역사 속에 찬연하게 자리를 차지하고 있다.

비빔밥의 주재료인 쌀은 곡창을 끼고 있는 만큼 단연 으뜸가는 것이요, 돌솥에 쌀을 부어 숯가루(소나무 가지, 솔잎 말린 것) 불 지펴 밥을 지으면 천하일미였단다. 난전 문정 지시골 수침쌀, 초포 한사월 초당골 배매실쌀을 주재료로 밥을 짓는데 건지산 숯가루, 상관 마치동 숯가루로 불을 때어 밥을 지으면 일품이었다.

둘째 주재료는 콩나물이다. 임실에서 생산되는 서목태(鼠目太)를 키가 큰 시루에 담아 물받침 위에 나무토막 가로 놓고 그 위에 안쳐서 하루에 1회(겨울) 또는 4회(여름)씩 전주 특유의 우물물을 길어다가 물을 주어 알맞은 길이로 길었을 때 솥아서 조리하는데 설지 않고 너무 데치는 일이 없어야 콩나물이 지닌 제맛이 난다.

그 다음으로는 황포묵이 꼽힌다. 교동 오목대 근처에서 황포묵이 생산되었으나 인후동으로 생산지가 바뀌었다. 또한 찹쌀 고추장과 겹장이 비빔밥의 맛을 좌우한다. 모든 지방, 모든 집안에서 고추장 담그는 것은 비슷한 것 같으나 비빔이 다양한 것이 또한 특색이어서

씻을 것 씻고

다듬을 것 다듬고, 버무릴 것은 버무리고
또 지질 것, 익힐 것, 끓일 것 등 제대로
음식상을 짜맞추어 놓으면 주인 마나님이
간이 맞는지, 제대로 익었는지, 제맛이 나는지
하나 하나 맛 점검을 해서 잘못된 것은
다시 손을 대서 전체가 합격이 된 후에야
손님방에 상을 들여 놓게 했다는 것이다.

오늘날 유명한 순창 고
추장이 순창지역의
지리, 기후, 고추
의 질, 수질, 양
조기술과 저장
법 등이 특이
하듯 전주지방
에서도 엄선된 재
료와 담그는 기법, 저장
의 장기성(長期性), 수질 등 때

문에 형용할 수 없는 신비한 맛을 간직하고 있으므로 이러한 주재료를 비롯해서 육회 볶음, 전주 특유의 맛을 지닌 미나리, 임실 참깨를 정선해서 짠 참기름이 맛을 좌우한다. 묵은 참기름은 맛을 훼손한다. 오늘날도 비빔밥의 맛을 내는 것은 참기름이 으뜸이란단다. 황동의 이름난 비빔밥집 할머니는 “비빔밥의 맛을 내는 것은 참기름을 손수 짜서 쓰기 때문”에 비빔밥의 맛은 예나 지금이나 변함이 없단다.

끝으로 영양과 시각적 효과를 높이기 위해 계란부침을 채썰어서 놓으면 미각을 더욱 돋운다.

부재료로는 깨소금, 마늘, 후추, 시금치, 고사리, 송이버섯, 표고버섯, 녹두나물, 무생채, 애호박 볶음, 오이채, 당근채, 파, 호도, 밤채, 잣, 김, 취나물, 배채, 쑥갓, 상추, 부추, 은행 등이 고루 들어가야 이들이 어우러져서 오묘한 맛이 난다. 또한 음식이라는 것은 신선도, 숙성도와 더불어 가열시간이 적정해야만 된다. 설익은 음식, 너무 익힌 음식은 제맛이 나질 않는다.

전주에는 한 때 옴팡집(현 옴팡집과는 관계없음)이라는 옥호 아닌

나지막한 모양의 한옥이 고사동에 있었다. 한 가정집인데 한정식을 먹으려고 유명인사들이 이 집을 즐겨 찾았다. 손님이 당도하면 그제야 시장에 사람을 보내어 장보기를 해 온다. 씻을 것 씻고, 다듬을 것 다듬고, 버무리길 것은 버무리고 또 지질 것, 익힐 것, 끓일 것 등 제대로 음식상을 짜맞추어 놓으면 주인 마나님이 간이 맞는지, 제대로 익었는지, 제맛이 나는지 하나하나 맛 점검을 해서 잘못된 것은 다시 손을 대서 전체가 합격이 된 후에야 손님방에 상을 들여놓게 했다는 것이다.

또 이 댁에는 몇 년씩 묵은 간장, 고추장이 마련되어 있기에 음식 맛이 각별했다는 것이다. 또 이 댁 일하는 분들의 정성과 요리법엔 남이 추종할 수 없는 묘한 기법이 있었다는 것이다. 요컨대, 재료의 신선도와 선택, 연공이 누적된 숙성도 그리고 정성과 음식이 다 될 때까지의 느긋한 기다림 등이 어우러진 천하일품 예술이라 해야 할 것이다.

시대는 급속도로 바뀌고 사람도 바뀌어가는데 맛은 뒤따르지 못하고 있다. 화학조미료에 입맛이 개조된 오늘날, 또는 맛들여진 오늘날 전주의 비빔밥이 지녀야 할 위상은 어떻게 자리매김해야 하는지 깊은 고민에 빠지게 된다. 옛맛을 추구하려면 맛의 재현에 노력해야 할 것이고 만약 더 나은 맛을 추구한다면 최소한도 옛맛의 재현에 대한 연구 위에 새 것을 접목해야 할 것이다.

전주의 비빔밥 맛을 동경하는 빈객들에게 본질적인 더 많은 기회가 제공되도록 민·관·학 합동의 획기적인 연구개발이 절실하게 요망된다. **▲**

전주정신찾기특별기획

전주음식 이대로 좋은가

바꾸지 않고 오히려 복원하는 뜻은

전주는 평양·개성과 함께 3대 음식향



안 홍 엽

필애드 대표·원광대 겸임교수

맛과 멋의 고장 전주는 착각의 산물

“금강산도 식후경”이요, “수염이 댕자라도 먹어야 양반”이라고 했던가? 이런 재미 저런 재미 가운데 먹는 재미가 제일이라 하였다.

보라! 저 아프리카의 빈국을, 아니 지척에 있는 북한의 실정을 보자. 삶의 기본인의·식·주가 해결되지 않을 때 사실은 이념도 사상도 체제도 아무런 의미가 없다.

그래서 먹거리는 인간존중의 출발이요, 행복추구의 전제랄 수도 있다. 굶주린 민족에게서 고도의 문화를 기대할 수 없다면 반대로 충분한 먹거리는 수준 높은 문화를 만들어내는 데 예외가 없었다.

그렇다면 멋과 맛은 동의어일 수도 있다. 맛이 있어서 멋을 알기도 하였고 멋을

◆ 학력

- 중앙대학 법정대학
- 중앙대학 신문방송대학원

◆ 경력

- 전주문화방송 편성국장
- (주) 하림 전무이사

전주음식 이대로 좋은가

알아 맛을 즐길 수가 있었다. 예로부터 먹거리가 풍부하여 맛을 즐겼던 고장, 그리고 그 멋과 맛으로 명성을 날렸던 전주, 그러나 맛도 명성도 옛 추억거리로만 남게 되었다.

지금 전주에는 비빔밥도 전통 한식도 없다. 거리마다 비빔밥집이요, 골목마다 한식집인데 웬 말이나고 할 테지만 그러기에 이르는 말이다.

전주가 자랑하던 비빔밥과 한정식을 그 모습 그대로 서울에서 찾기가 쉽다면 전주에는 무엇이 있을까? 옛애깃거리만 있을 뿐 그저 비빔밥 같은 것, 한정식 같은 것이 있을 따름이다. 서울에서도, 부산에서도, 어디에서도 볼 수 있는 비빔밥과 한정식을 전주에서 먹는다면 그것은 그저 한끼 식사일 뿐이지 않겠는가.

흔히 하는 말로 “전주라면 어느 집 가더라도 먹을 만하다.”고 은근히 전주음식 자랑으로 자위를 하지만 세상 어떤 사람이 자기집 음식 못먹겠다는 경우가 있을 것이며 입맛에 맞지 않는다고 투정할까. 길들여진 입맛, 길들여진 숨씨를 다른 것과 비교하여 무슨 의미가 있는가? 우리는 지금까지 그런 착각 속에서 우리의 맛과 멋을 포장해 왔다. 온고을의 맛이 곧 한국의 맛이라고..., 맛과 멋과 예술의 고장 전주는 사실 그런 착각의 산물이었음을 솔직히 시인하지 않으면 안 된다.

그것만이 우리의 참다운 맛과 멋을 다시 찾을 수 있는 길이기 때문이다. 그리하여 그 명성만이라도 다시 누릴 수 있어야 한다.

전주시청도 관광명소가 될 수 있다

궁중에서마저도 수라라 하지 않고 비빔밥이라 할 만큼 비빔밥은 예

로부터 즐겨 먹던 메뉴다. 그래서 전국적으로 유명한 비빔밥이 많다. 밥 위에 나물이 화려한 해주비빔밥, 콩나물 대신 숙주나물을 쓴 서울 비빔밥, 화반이라고 할 만큼 색채를 중요시한 진주비빔밥, 제물로 올린 나물을 골고루 올린다는 대구헛제사밥 그리고 전주비빔밥이다.

전주비빔밥은 일찍이 평양냉면, 개성탕반과 함께 조선의 3대 음식의 하나로 손꼽히는 유명한 음식이다. 전주비빔밥의 주재료로 쓰이는 콩나물은 전주 10미(味)의 하나로 독특한 맛을 낸다고 되어 있다. 음식 전문가가 아닌 사람이 전주비빔밥의 재료와 요리법을 얘기하는 것은 옳지 않다고 생각하지만 전주비빔밥은 들어가는 재료가 계절마다 다르고 그 조리법이 특수하여 단연 조선천지에서도 유명했다고 전한다.

역대 대통령마다 전주를 방문하여 점심을 들게 되면 으레 비빔밥을 메뉴로 선택하였다는데 전 대통령 때인가 한 그릇에 1만 7천 원씩을 받는다 하여 사연을 물은 즉 재료를 제대로 쓰려면 그 값은 받아야 한다고 했더라. 한 그릇에 5천원이면 어느 집에 가서도 먹을 수 있는 비빔밥은 이미 전주비빔밥이 아니라는 사실을 입증해 주고 있다.

그럼에도 불구하고 전주를 찾는 외래 관광객은 으레 비빔밥집에 차를 대게 된다. 그리고 실망을 하게 된다. 단돈 5천원에 전통 전주 비빔밥을 먹겠다는 관광객의 욕심도 보통은 아니지만 이유도 모르고 실망을 안겨주는 사람들이 더욱 얄밟다. 5천원짜리는 이렇게 만드는 것이라 일반적인 음식이요, 전통 전주비빔밥은 이렇게 만들기 때문에 얼마라는 설명문과 함께 차별화된 음식을 선택할 수 있도록 해야 옳다. 그렇게 하기 위해서는 특별 지원을 하여서라도 대형화·전문화된 전통 전주비빔밥집을 운영해야 한다.

즉 전주비빔밥을 관광상품화하자는 말이다. 일반 업소라서 운영이 어려우면 행정도 이제 경영일 수밖에 없으니 자치단체가 직영을 할

수도 있을 것이다. 쫄면 3대에 들어간다는 시청건물을 개수한다거나 몇 사람 쓰지도 않는 거창한 의회 건물을 나누어서 널따란 시청 앞 주차장까지 활용한다면 전주시는 일석이조의 효과를 거둘 수 있을 것이다. 파격적이라서 싫다면 혁신 차원으로 추진한다면 못할 것도 없으리라고 본다.

화류의 명소를 전통의 요람으로

전주비빔밥의 옛 명성을 되찾아 관광상품화하기 위하여 감히 시청 건물까지도 활용해야 한다고 제안을 했다. 그런데 사실은 비빔밥보다는 전주한정식에 대해서 할 얘기가 더 많을 것으로 본다. 전주한정식은 바로 우리 고장만의 자부심이요, 전통이기 때문이다.

10여년 전 문화재관리국이 주관하여 전통 전주 한정식의 표본을 만들어 국립박물관에 전시한 일이 있었다. 이미 작고하신 김원태 내과의원 원장님의 부인께서 표본이 될 음식을 만들었기에 구경을 할 수 있었지만 그렇게 정성스럽고 그렇게 맛있어 보일 수가 없었다. 임금님이 드시던 수라가 바로 저런 정성으로 요리되겠구나 하는 생각을 하도록 했다.

전주한정식은 수라를 준비하는 그런 정성으로 상이 차려졌고 그리하여 어디에 가서도 느낄 수 없는 맛과 품위를 지니고 있었을 것이다. 기본 음식에 반찬을 곁들여 3첩, 5첩, 7첩, 9첩, 12첩까지의 차림이 있었다고 하는 전주한정식은 일반 서민들의 처지에서야 받아보기 어려운 상이었을 것이다.

전문가가 아니기에 비빔밥 정도도 그 차림이나 요리법을 얘기할

수 없었는데 한정식의 경우야 더욱 그러한 터라 반찬이 어떠하고 국은 어떠하며 나물은 무엇이라는 등 내용을 더듬을 수는 없다. 하지만 오늘날 우리가 흔히 마주하는 한정식은 전주가 아니더라도 어디에서나 쉽게 받을 수 있는 밥상임에 틀림이 없다.

오히려 대도시에서 가서 받아보는 한정식은 전주에서보다는 훨씬 값도 비싸려니와 고급스러워 보인다. 다만 전주에서는 그런 한정식집을 쉽게 만날 수 있을 뿐이다. 객지에서 온 손님을 양식집으로는 모실 수 없고 그래서 안내한 곳이 이른바 전주한정식집이다. 그러나 비빔밥의 경우와 마찬가지로 대부분은 내심 실망을 하게 된다. 왜냐하면 처음으로 받아본 밥상이 아니기 때문이다.

따라서 전주비빔밥을 관광상품화해야 한다면 전주한정식은 전통유지 차원에서 그 원형을 복원해야 한다고 생각한다. 많은 재료와 수준 높은 솜씨가 필요한 전통 전주한정식을 대중화하기란 많은 문제점이 있게 마련이다.

그렇다면 특정 가옥, 그것도 반드시 전통 한옥을 골라 음식과 함께 옛 정취를 그대로 느낄 수 있는 장소를 찾아 옛 그대로의 한정식 밥상을 차리도록 해야 한다. 물론 전문성과 정통성 보존을 위하여 많은 지원이 필요하다.

한때 호남 화류계의 대표명소에 대한 향수와 필요를 느끼는 사람들이 많다. 고풍스러운 집에서 맛깔스런 안주와 전통 가락에 흠뻑 취하여 밤새는 줄도 몰랐던 그 명소는 지금 보기 흉한 고가로 전락하여 있다. 그런 곳을 새로 단장하여 정통 전주한식집으로 다시 태어나게 할 수는 없을는지…….

고집스러움만이 전통을 지키는 법

먹거리가 풍부하여 맛을 즐길 수 있었고 즐기는 맛에서 예술이 싹트는 것은 극히 자연스러운 일이다. 전주를 예향이라 일컫지만 생각해 보면 예로부터 풍부한 먹거리 때문이었음을 쉽게 알 수 있다.

전주는 평양, 개성과 더불어 조선조 3대 음식향으로 알려져 있다. 그리고 모든 예술의 중심지였음도 물론이다. 그러나 그것은 이미 옛날의 영화요, 오늘의 추억일 뿐이다.

그러나 우리가 즐겨 이 땅을 예향이라 고집한다면 예술의 근저가 되었던 먹거리의 보존에 힘을 기울이지 않으면 안된다. 비빔밥은 그렇다 치고 전주한정식이야 누가 와서 먹는다고 많은 예산을 들여 복원하느냐 하겠지만 그렇게 수지타산만을 따지게 되면 전통 보존이란 영원히 불가능할 수밖에 없다. 고집스러운 시민이, 고집스러운 학자가, 고집스러운 관리가 있어야 한다. 그들이 전통을 복원하고 지켜나가게 된다.

전주약령시가 부활되고 후백제 정도 천백년을 기념하는 여러 가지의 행사를 치르려는 것은 다름아닌 전통 수호의 고집 때문이다. 이런 점에서 전주비빔밥은 수지타산을 따져 관광상품으로서의 가치가 없다면 모르되 한정식만큼은 전통수호의 고집으로 반드시 복원시켜 놓았으면 한다. 전주대사습놀이만 그러하듯 전주가 아니면 그 맛, 그 전통을 느낄 수 없는 한정식으로 다시 태어나기를 바란다. **靈讀**

전주특성음식을 관광상품으로 개발

얼큰한 콩나물국밥에 모주도 함께



박만기

시인 · 한국문협 전북지회장

인간은 먹지 않고는 삶을 이어나갈 수 없다. 따라서 인간 활동의 기본은 먹을 것을 찾고 확보하는 일로부터 출발한다. 인간은 먹을 것을 찾기 위해 끊임없이 자연에 도전하고 먹을 것을 더 많이 확보하기 위해 피비린내 나는 전쟁을 수없이 치러왔다.

인간의 욕망은 먹어서 배부른 것만을 택하는데 그치지 않고 멋과 맛을 곁들인 식품을 찾게 되었다. 식품은 인간이 건강한 생활을 영위하는데 필요한 것임은 물론이지만, 인간의 생활양식에도 상당한 영향을 미친다. 기호식품인 커피가 한국 시장에 본격적으로 상륙하고부터 우리 나라 사람이라면 누구나 식후에 거의 필수

전주음식
이대로
좋은가

◆ 경력

- 월간문학/신인상 당선
- 현대시학/시인 구상 시 추천 완료
- 한국현대시인협회 중앙위원
- 한국자유시인협회 이사
- 전북문협 시분과 위원장 · 부지부장 · 이사
- 김제문협 지부장

· 청록두시 동인회장

◆ 저서

- 시집/우리들의 기도

◆ 수상

- 1회 전북문학상
- 5회 백양촌 문학상

적으로 마셨던 숭늉을 우
리 식탁에서 밀어내
고 그 자리를
차지해 버리
고 사회가 발
전함에 따라
변화하는 국
민의 기호와
식성에 적응하는
식생활 습관이 변화
하고 있는 것이다.

얼음을 깨고 훌훌 마시는
동치미 국물, 톡 쏘고 개운한 고추장,
구수한 된장국, 상큼한 총각김치, 향긋한 산채 등
토속적인 미각의 향수를 지니고 있는 전주야말로
아직도 옛 음식문화를 계승하려 손끝에 정성을
다해 음식을 만드는 멋과 맛의 고장임에 틀림없다.
이를테면 전주 콩나물해장국이나 콩나물비빔밥과
백반차림은 전주 이외의 다른 곳에서는 흥내조차
낼 수 없는 빼어난 음식으로 손꼽히고 널리
알려져 있음은 다 아는 일이다.

얼음을 깨고 훌훌 마시는 동치미 국물, 톡 쏘고 개운한 고추장, 구
수한 된장국, 상큼한 총각김치, 향긋한 산채 등 토속적인 미각의 향
수를 지니고 있는 전주야말로 아직도 옛 음식문화를 계승하려 손끝
에 정성을 다해 음식을 만드는 멋과 맛의 고장임에 틀림없다. 이를
테면 전주 콩나물해장국이나 콩나물비빔밥과 백반차림은 전주이외
의 다른 곳에서는 흥내조차 낼 수 없는 빼어난 음식으로 손꼽히고
널리 알려져 있음은 다 아는 일이다.

전주에서 콩나물 음식이 발달한 사정은 흔히 물맛에 연유한 것이
며 그 맛이 빼어나다. 전주콩나물국밥은 다른 지역에 비해 좀더 일
상화된 특색을 지니고 있다. 가마솥의 콩나물국에서 피어오르는 김
이 방안을 가득 메우고 있고 장방형의 식탁에 긴 널판자의자에 앉으
면 주인 아주머니가 손잡이가 긴 낫쇠 국자로 식은 밥 덩어리를 으
깨고 난 다음에 국물을 퍼담아 주던 그 국밥의 맛은 기가 막혔다. 독
특한 절차의 하나로, 아주머니가 예외없이 국밥 그릇마다 마른 고추

전주비빔밥은 평양의 냉면,
개성의 탕반과 함께 조선시대 3대 음식의
하나로 꼽히는데 그 중에서도 으뜸이라 할 정도로
유명하다. 그 이유는 천혜의 지리적 조건하에서
생산되는 질 좋은 농산물의 사용, 맛 그리고
음식에 들어있는 깊은 정성이 어우러진
합작품이라 할 것이다.

를 부수어서 넣어 주었는
데, 그 고추는 꼭지를
따서 부뚜막 위에
수북이 올려놓은
것으로 손바닥 안
에 넣고 으깨면 그
만이였다. 고추는 이

미 부뚜막의 열기에 마를

대로 마른 썬이어서 손바닥에 넣고 살짝 쥐기만 해도 바삭 소리를
내며 알맞은 크기로 국그릇 위로 부셔서 내렸던 것이다. 거기에다
먹는 사람의 입맛에 따라 새우젓 국물을 치기도 하고 모주(母酒)를
몇 술갈 섞어 먹기도 했다.

그러나 지금의 전주콩나물국해장국은 내용이며 격식이 너무나 많
이 달라지고 그 맛도 옛것에 비하여 어렵었다. 콩나물국밥에 계란을
얹어 주는 것부터가 틀린 것이다. 기름 바른 김과 깨소금과 조미료
를 듬뿍 얹어먹는 해장국은 그래서 콩나물해장국의 가장 큰 특징인
담박한 맛을 잃고 말았다. 탁배기에 흑설탕을 넣어 끓인 모주도 큰
주전자로 용기가 바뀌었고 깍두기조차 조미료에서 묻어 나온 맛으로
변해 버렸다. “먹고 죽은 귀신은 때깔도 좋다.”고 해서 무조건 먹고
보자인가 아니면 전주사람들의 입맛이 달라진 것인가.

또 있다. 전주비빔밥은 평양의 냉면, 개성의 탕반과 함께 조선시대
3대 음식의 하나로 꼽히는데 그 중에서도 으뜸이라 할 정도로 유명
하다. 그 이유는 천혜의 지리적 조건하에서 생산되는 질 좋은 농산
물의 사용, 맛 그리고 음식에 들어있는 깊은 정성이 어우러진 합작
품이라 할 것이다. 전주의 콩나물은 전국 제일의 맛을 자랑하는데

전주의 남천(전주천)과 서천(삼천천)의 맛있는 물맛에서 연유한 콩나물을 사용한 전주콩나물비빔밥이라고까지 부르게 된 것이다. 특히 비빔밥의 유래는 여러 가지 설이 있다. 첫째, 궁중음식설, 둘째, 임금 몽진음식설, 셋째, 농번기음식설, 넷째, 동학혁명설, 다섯째, 제사음복설, 여섯째, 묵은음식처리설이 있으나 혹자는 궁중음식전래설을 택하여 주장을 펴기도 한다.

전주의 대표적인 음식, “전주”를 연상했을 때 제일 먼저 떠오르는 것이 비빔밥이다. 결국 비빔밥은 전주를 대표하는 음식이자 널리 알려진 상징적인 이미지로 부각되어 있다.

예로부터 고소하고 신선하고 부드러운 질감의 육회의 사용과 사각거리는 콩나물, 장맛과 어우러진 비빔밥을 유기 방자에 비벼먹는 맛은 가히 일품이다. 또한 비빔밥의 상차림에서 빼놓을 수 없는 것은 적당히 익혀 새콤한 맛이 나는 물김치와 식은 콩나물국이다.

그러나 지금 전주에서는 다행히 중앙회관, 한국관, 성미당 등 서너곳의 음식점에서만 전통 비빔밥을 계승하려 노력하고 있을 뿐 많은 음식점들이 전주비빔밥의 이름을 내걸고는 있으나 그 맛이 전통비빔밥과는 너무나도 차이가 있는 맛도 없고 질도 나쁜 비빔밥을 팔고 있다. 자그마한 동네 골목의 좁다란 분식점에서조차 어김없이 비빔밥을 팔고 있다. 품질 좋은 다양한 먹거리가 차려지지 않고 이름만 비빔밥일 뿐 전혀 낮은 음식을 먹게 되는 것이다.

전주비빔밥이 하도 유명하여 맛을 보려고 왔다가 타지 사람들이 전문점이 아닌 음식점에서 비빔밥을 먹고서 실망하는 모습을 볼 때 안타까운 생각이 들면서 화가 난다. 빨리 올바른 대책을 마련하여 명실공히 전주비빔밥의 전통을 되살려 옛맛을 살리고 서민들에게 최고의 영양식으로 자리잡아야 한다. 그렇다면 보다 나은 미각과 높은

영양을 고루 갖추고 모든 사람들이 상식(常食)할 수 있는 비빔밥은 무엇일까.

첫째는 옛맛을 살릴 수 있는 전통적인 재료의 사용으로 수십년 동안 조미료와 인스턴트 식품에 찌들은 현대인의 입맛을 바꾸는 일일 것이다. 결코 쉬운 일이 아니다.

둘째로 비빔밥 전문업소를 지정하여 운영케 하고 당국의 적극적인 지원으로 양질의 음식을 만들어 서민들에게 제공토록 하는 것이다.

전주는 전국 어느 지역보다 음식문화가 발달한 곳이고 입맛이 무척 까다로운 고장이다. 그러한 전주인과 전주를 찾는 타지인들이 마음놓고 맛있게 먹을 수 있는 높은 품질의 전주비빔밥이 더욱 발전하기 위해서는 전주와 인접도시를 묶는 관광벨트가 만들어져 볼거리와 먹거리를 제공하여야 전주비빔밥이 관광상품의 가치를 지니면서 모든 사람들이 공유하는 맛있고 질높은 음식, 지역을 대표하는 음식으로 자리매김될 것이다. **堂寧**

전주정신찾기특별기획

전주음식 이대로 좋은가

음식별 다섯 종류의 상차림 개발

정원 가꾸듯 음식문화를 음식예술로



소 새 호

시인 · 완산고등학교 교장

‘맛의 고장’ 전주의 자존심을 살리자

전라도 사람들은 대체로 과거에 다른 지역을 여행하면서 그 고장의 음식맛에 속내로 짜증을 냈던 경험이 가끔 있었다고 본다. 그만큼 이 고장에서 사는 사람들은 타 지역 사람들에 비해 먹거리에 대한 풍성함과 맛의 미각을 행복하게 누린 게 사실이다.

그런데 근자에 와서는 어느 고장에 가거나 음식의 수준이 상향으로 평준화가 되어 있음을 목도한다. 오히려 경상권, 충청권, 강원권 등은 특별히 별미를 개발하여 음식 문화에도 한껏 수준을 높여 풍부한 관광자원 홍보와 결들여서 외지인들을 유인하고 있으며, 이런 노력이 결실을 맺고 있음도 우리는 종종 확인한다.

이제 우리는 과거에 찬사만 들어왔던

약력

· 「현대시학」으로 시 데뷔

· 시집 『여명의 갈대』 등

노령2000년 겨울호

바, 그 습성에 안주하여 음식문화의 발전에 등한히 하고 있지 않나. 뼈아픈 반성이 따라야 할 것이다. 근래까지도 전국 타 지역에서 전주권 신부감을 선호하고 있는데 그것은 물론 전주권 규수들이 훌륭한 부덕과 품성을 지녔다는 데에서도 연유하지만 김치 담그기를 비롯한 음식맛 내는 솜씨가 유별나다는 데에서도 이유를 찾을 수 있을 것이다.

그러나 지금의 문제는 우리가 자부하고 자만하던 음식문화를 여일하게 자화자찬만 할 수 없다는 데 있다. 서울에만 가봐도 도처에 전주음식점이란 간판이 걸려 있는데 이웃집 음식과 별로 다를 게 없다는 점이다.

전주에서 자랑하는 음식이 무엇인가. 비빔밥, 한정식 백반, 콩나물 해장국 등 몇 가지 거명되는 명품들이 있지만 전통음식 고유의 맛을 제대로 내고 있는가도 의문이며 더욱 발전시켜 상품의 높은 가치를 빚어내고 있는가라는 물음에도 꽤히 긍정적인 대답이 망설여진다. 그렇다고 반찬의 가짓수만 늘린다고 해서 해소될 문제도 아닌 것 같다.

전해오는 '전주팔미'의 경우에도 그것이 전설적인 전대의 관념상 유물일 뿐이지 이를 개발하여 독특한 맛을 내는 특수조리법이 연구된 것도 아니어서 우리는 자괴감을 금할 수 없다.

청주에 가면 평요리를 다양한 메뉴로 개발하여 내놓은 것을 맛본 일이 있다. 그런데 그들은 요리를 내놓는 것으로만 그치지 않고 약간의 조리 방법, 음식의 효용성 그리고 먹는 요령 따위를 자랑 삼아 친절히 설명한다.

한편 외지 손님에게 전주비빔밥을 대접하면서 청주인들의 그런 것처럼 갖은 양념을 모두 설명하고 어떻게 혼합하여 어떻게 먹어야 하는지를 자세히 설명해 주니까 과연 전주비빔밥의 맛에 공감하고 찬

사를 아끼지 않는 것을 경험한 바 있다. 이와 같이 예절을 다한 손님 맞이, 음식에 대한 친절한 설명 그리고 음식의 독특한 점 등을 잘 안내해야 한다.

그러나 뭐니뭐니해도 좀더 발전된 음식을 빚어야 한다. 비빔밥의 경우만 보더라도 어떤 음식점에서는 비빔밥 재료도 제대로 갖추지 않고 손님 앞에 내놓는 일이 비일비재하다.

특히 필자가 주장하고 싶은 점은 한정식 음식에 대한 것이다. 상차림에 있어서 전주 고유의 몇 가지 음식은 필수적으로 올려 놓아야 할 것이다. 마치 제상 차림에 있어서 '조율이시(棗栗梨柿)'와 같은 것이 필수적 제물이라는 점과 같은 맥락이다. 어육 종류보다 토속적 나물종류가 다양해야겠지만 몇 가지 특색있는 음식이 요구된다.

'전주 팔미' 중 반찬류는 맛있게 하는 조리법을 개발해내야 한다. 갖가지 재료가 우러져 평양 빈대떡이 고유의 맛을 내듯이 말이다. 제상의 예를 들었지만 '홍동백서'라든지, '어육채 삼탕'이나 '삼색 숙지' 등과 같이 음식 색깔이나 놓는 위치, 또는 음식 나오는 순서, 후식의 격식 등 다양한 연구가 필요하다.

중국 음식이나 일본 음식, 서양 음식들도 격식과 나오는 차례가 특별하여 음식 전반의 품격을 높여 주고 있음을 간과해서는 안된다. 민물게장, 애호박 부침개, 파전, 냉이국(시래깃국) 젓갈류, 콩나물(녹두나물) 무침, 더덕(도라지) 무침, 조기탕, 갈치조림, 장아찌류, 적절한 쌈 종류, 어패류 종류, 찌개 종류 등이 서로 어울리면 얼마나 좋겠는가.

한정식에 양식이나 일식이 끼여들 필요는 없다고 본다. 기왕 다양해야 한다면 15가지 정도면 좋겠고, 접시도 운치있는 것을 사용하고 수저의 종류도 크고작은 몇 가지를 더 놓았으면 좋겠다. 일본 호텔 정식을 먹어 본 경험이 있는데, 수저, 포크, 나이프 등 먹는 기구가

만찬이라는 것은 하나의 문화행사이다.
 형식과 절차는 엄숙하고 좀 까다로워도 좋겠다.
 한꺼번에 차려놓은 것보다는 시차로 내놓을 것이다.
 이것을 먹고 나면 저것이 나오고
 시간의 흐름에 따라 바로바로 치워지고
 그러는 상차림 말이다.

한 줌 이상이나 되는 것
 을 보았다.

게를 삶아 내놓
 고 게의 속살을
 빼 먹는 특별한
 꼬챙이도 내놓았
 다. 손으로 직접 뜯어

잡아서 먹는 물먹인 질긴 종이도 따라나왔다. 물수건은 자주 갈아
 주었다. 빈 접시는 남아 있지 않고 바로 치웠다.

만찬이라는 것은 하나의 문화행사이다. 형식과 절차는 엄숙하고
 좀 까다로워도 좋겠다. 한꺼번에 차려놓는 것보다는 시차로 내놓으
 면 좋을 것이다. 이것을 먹고 나면 저것이 나오고, 시간의 흐름에 따
 라 바로바로 치워지는 그런 상차림 말이다.

더 첨언한다면 우리 고장 고유의 음식들을 내놓으면 좋을 것이다.
 음주가 곁들여지는 자리가 아닐지라도 복분자술 작은 한 잔쯤 내놓
 고, 다슬기 국물이 슬쩍 다녀가도 좋을 것이다.

고유한 청국장 맛이 상 위에 오른다면 좋겠고 청국장에는 우렁 몇
 마리이거나 민물 새우가 동동 뜨면 더 격이 맞을 것이다.

상차림은 예술이다. 정돈된 정원, 화려한 꽃밭에 들어간 기분이어
 야 한다. 국화 한 송이가 외연히 따라나와도 좋고 장다리 줄기 하나
 가 파란 꽃 한 송이 달고 나와 있어도 좋을 것이다.

댓잎 몇 개 부챗살 모양으로 깔고서 붉은빛 음식 한 줌이 성큼 나
 와 있다면 또 얼마나 좋겠는가. 붉은 사과 껍질이 장식용으로 꽃 무
 녀를 새겨서 접시 변두리를 꾸민다면 또 얼마나 좋겠는가. 멋있게

빛은 떡이 왕자같이 상 위에서 품을 잡는다면 얼마나 좋겠는가.

수정과가 빠알갛게 익어서 상대편 손님의 얼굴에 홍조를 띠게 한다면 얼마나 다행인가.

약밥이나 식혜나 늘은밥은 후식으로 어떨까. 밥은 기름지게 푸른 빛 콩 몇 개 얹어 나오면 또 어떨까. 밥 속에 은행알 몇 개가 도사려 앉아 있으면 금상첨화가 아닌가.

밥상의 종류도 5가지쯤 개발한다면 예컨대, 육류 종류냐, 어패류 종류냐, 순전히 채식 종류냐 아니면 죽순, 버섯, 연뿌리, 강정 종류인가, 젓갈류, 김치류 종류의 상인가를 나누면 어떨까. 하여간 김치는 최고 수준이어야 한다. 이것은 전주의 자존심을 내는 첫번째이다.

문화 중에서 복식문화, 음식문화가 그 나라 수준을 평가해 준다. 예쁜 여자가 예쁜 옷 입고 행주치마를 두르고 상을 차려 손님을 맞는다면, 정숙하게 맞는다면, 전주한정식은 이미 품위를 갖출 것이다. 정성, 예절, 위생, 맛 그리고 시각적 예술성이 두루 어우러진다면 전주 음식은 세계시장에서도 그 명성을 잃지 않을 것이다. **靈嶺**

전주정신찾기특별기획

전주음식 이대로 좋은가

“아! 바로 이 맛이다”의 전주 맛을

초대형 한옥 전통음식회관 건립 제안



임 정 순
수필가

첫째 : 전주비빔밥에 대하여

전주는 고전의 도시이다. 고전의 도시에서 고전적인 음식으로 우리의 비빔밥을 생각하였다. 비빔밥은 바로 전주의 맛깔스런 음식이었다. 한글 사전에 비빔밥은 밥에 나물, 고기 등을 섞고 양념하여서 비빈 음식이라 기록되었을 뿐이다. 거기에 들어가는 재료는 장소와 처지와 시기에 따라 다양하다.

비빔밥의 유래는 이렇게 상상해볼 수 있다.

옛날에는 임금님의 수라상을 위한 각 지방의 특산물이 한 달에 한 번씩 각 지방에서 올라왔다. 임금님 진상에 올릴 음식을 수라간에서 올리는데 전주음식에는 삼신

- ◆ 학력
 - 원광대학교 국문과
- ◆ 경력
 - 중등학교 교사 34년
 - 전북문협 회원
 - 한국문협 회원

- 전북여류문학 회장(역임)
- ◆ 저서
 - 수필집: 『내고향 보리밭』, 『영원한 땅끝마을』, 『구름은 안다』
 - 소설집: 『한국의 여인 이야기』(1, 2권)
 - 시조집: 『물레소리』

전주음식 이대로 좋은가

산의 하나인 지리산 나물과 순창 고추장이 특산물로 유난히 임금님의 입맛을 돋우었다. 어느날 임금님께서 입맛이 없다 하시므로 전주에서 올라온 나물을 골고루 넣고 참기름, 고추장을 넣고 맛깔스럽게 비빔밥을 만들어 수라상을 올리니 그 음식을 시식하시고 “앞으로 가끔 이 음식을 만들도록 하라.” 명령하시어 전주비빔밥이 전국적으로 유명해진 계기가 되었던 것이다. 그래서 전주에서는 비빔밥을 음식 중 으뜸으로 발전시킨 것이 아닌가 생각한다.

그리하여 현대에는 우리들이 먹는 콩나물 이외의 나물 몇 가지와 고추장에 양념간장으로 간을 맞추어 먹는 소탈한 음식, 간편한 음식으로 우리의 사랑을 받고 있는 것이다.

어느날 어떤 친지가 점심 때에 초대한다는 것이었다. 그 집에 가보니 음식을 소란스럽게 많이 만든 것이 아니라 콩나물, 미나리 삶은 것, 고사리 삶은 것을 정갈하게 큰 접시에 담아놓고 양념간장과 고추장을 듬뿍 놓았다. 그리고 밥 한 양푼에 주걱을 꽂아놓고 대접과 수저를 놓았다.

나는 햇빛 찬란한 정오에 뷔페식 비빔밥의 초대를 받은 것이다. 자기 구미에 맞는 비빔밥을 만들어 먹을 수 있으니, 이것은 진정 현대식 비빔밥으로 가장 간편한 식생활 개선임을 깨닫는다. 한정식의 열두 가지 반찬을 만들어 손대지 않은 반찬을 버리는 것보다 이 비빔밥은 경제적 사정을 생각한 것임에 틀림없다.

그 비빔밥 한 그릇을 얻어먹고 감동을 받으며 그 친지의 식생활 개선이 바로 우리 고유의 전주비빔밥의 시초가 아닌가 생각해 보았다. 나는 이 뷔페식 비빔밥의 손님 초대가 주는 정스러움을 널리 알려서 우리의 식생활 개선에 대한 지혜와 슬기를 배우며 비빔밥에 간을 맞추어 식품의 다섯 개군이 모여 맛과 영양에 조화를 이루어 건

강을 지키던 조상의 슬기와 지혜가 들어 있음을 깨닫는다. 전주비빔밥에 들어 있는 조화로운 양분을 섭취하고 온 국민이 더욱 건강하고 정신적 슬기를 얻어 조화로운 사회와 나라 그리고 세계에 이바지하는 동방예의지국이 되었으면 한다.

작년 이른봄 일본에 간 일이 있었다. 삼백오십여명의 관광객 속에 끼어서, 일본을 적대시했던 자신을 바꿔 배울 것은 배워야 한다는 정신이다. 여행중 재일교포 한인이 경영하는 어느 식당에서 중식을 하게 된 것이 한국 전통비빔밥이었다.

비빔밥상에는 많은 반찬이 필요 없고 김치국이나 콩나물국을 놓으면 그만이니 간편한 식생활로 만점이었다. 옛날엔 보리밥도 없어서 각자 자기 밥그릇을 각자 채기기 어려울 때 큰 양푼에 밥은 조금만 넣고 나물 종류를 푸짐하게 넣어 비빔밥을 만들어 수저 몇 개를 쫓아 놓으면 우르르 달려들어 배를 채우던 일이 생각한다. 우리 조상들은 그렇게 가난을 극복하였다.

보안중학교 교무실 점심 시간이었다. 교사들은 도시락 하나를 먹으며 근무를 했는데 교감 선생님이 학교 공터에 상추와 쪽갓을 손수 심어 가꿔 뜯어다가 주면 여선생들이 잘 씻어서 큰 양푼에 담고 도시락 밥을 비워 고추장을 듬뿍 넣고 비빈 밥은 어느 진수성찬보다도 일미였다. 비빔밥은 이토록 찬밥을 맛있게 먹을 수 있는 슬기가 들어 있었다.

비빔밥은 특히 명절 뒤끝에 음식이 상하기 쉬울 때 큰 양푼에 넣고 비벼서 서로 나누어 먹음으로써 음식을 버리지 않던 알뜰살뜰한 조상들의 지혜였다.

비빔밥으로 유명한 우리 전주는 뷔페식 비빔밥과 외국에서 관광온 여행단을 한꺼번에 삼사백명 정도 유치할 수 있는 시설을 갖춘

음식점이 있는가 생각해 볼 일이다. 적어도 국내외 관광객이 전주에 와서 이 고장 특산물이 무엇이나고 물을 때 과연 이것입니다라고 자신있게 말하며 여행단 일행의 숫자에 구애됨이 없이 대접할 수 있는 시설과 인적 수요공급에 차질이 없도록 준비가 되어 있는가?

미래에 '전주 전통음식회관'이 설립되면 동시에 사오백명 식당의 장이 이루어질 것이다. 그 전문점은 한옥으로 삼층 정도이며 날아갈 듯한 한국적인 기와지붕에 제비의 날개처럼 펼쳐진 한옥문 앞에는 전통 한복을 곱게 입은 남녀가 공손히 인사할 것이고 집 안의 장식은 지극히 한국적 음식맛처럼 고풍이 풍길 것이다.

또한 '전주 전통음식회관'은 각종 음식점이 한 군데로 집약되어 음식을 먹기 위해서는 그 건물에 가야 하는 시대상 변화를 타고 이제는 음식점에도 개혁의 바람이 불어닥칠 것이다.

노오란 장판방에 잘 단장된 장식에서 조상들의 냄새가 풍기고 식탁마다 양념간장에 고추장 그리고 지리산 산채, 넓은 호남평야에서 나온 들채, 가정에서 잘 가꾼 콩나물, 숙주나물 등등이 대접에 놓여 있고 양푼에는 밥이 있어 큰 대접에 적당히 음식을 가져다 배합하여 비비고, 간은 고추장, 양념간장, 참기름으로 맛과 멋을 내어 맛깔스런 전주비빔밥을 시식하는 곳, 여기에 주인 또한 정겨움을 풍기는 인간성이라면 더 산뜻한 느낌이 아닐까.

전주비빔밥은 전국적인 특산물이란 이름은 있지만 준비 없는 현재의 입장이다. 앞으로 국제적인 잔치를 치러야 하는데 각계각층의 여행단이 전주에서 비빔밥을 먹고 가는 명소가 되어 수시로 붐비고 그래서 날로 발전하지만 비빔밥 그 본체는 변하지 않아야겠다. 전주비빔밥의 특유의 맛을 보유하는 한국 전통 음식문화재 제1호의 칭호가 붙여졌으면 좋겠다.

전주비빔밥은 전국적인
특산물이란 이름은 있지만 준비 없는
현재의 입장이다. 앞으로 국제적인 잔치를
치러야 하는데 각계각층의 여행단이 전주에서
비빔밥을 먹고 가는 명소가 되어 수시로 붐비고
그래서 날로 발전하지만 비빔밥 그 본체는 변하지
않아야겠다. 전주비빔밥의 특유의 맛을 보유하는
한국 전통 음식문화재 제1호의
칭호가 붙여졌으면 좋겠다.

그리고 그 칭호를
보유하기 위해
유명 학원이
생겨 세계
의 젊은이
들에게 열
강하는 음
식문화 제1호
영양사들이 속출
하고 존경받는 시대가 가

까워지고 있는 것이다. 세계 각 나라마다 전주비빔밥 분점이 생겨
우리 영양사들이 파견되는 현상이 일어나 동방의 부국이 되었으면
하는 바람이다.

둘째 : 전주 한정식에 대하여

뉴욕 영빈관이었다. 입구에 들어서니 한국적인 냄새가 풍긴다. 마
치 한국의 어느 종갓집에 초대받아 온 듯 마음이 흐뭇하다. 주인은
한복을 예쁘게 입고 능숙한 한국어로 손님들에게 인사말을 한다. 너
무 고마워서 눈물이 날 것만 같다.

밥상이 정갈하게 차려졌는데 갓김치가 고풍스런 냄새를 풍긴다.
검푸른 색깔의 갓김치는 새콤하게 익어서 입에 넣고 씹으면 톡 쏘는
맛도 겸비하여 고유의 한국적 맛이 들어 있을 것만 같다. 옆에 앉은
어느 분이 급하게 말한다.

“우리 어머니의 솜씨이다.”

“어쩌면 이리 맛깔스럽게 보일까!”

보는 이마다 한마디씩 하므로 갓김치는 우리 한정식에 꼭 있어야 할 향토적 음식임을 알겠다. 연일 메케한 냄새에 시달리다가 담백한 음식을 만나니, 오랜만에 맛깔스런 음식이 반갑기 그지없다. 구미에 맞는 우리의 한국 음식이 이리 입맛을 자극하는 음식임을 새삼 느끼며 영빈관 주인에게 감사한 마음 금할 길이 없었다.

그때를 연상하며 과연 우리 고유의 한정식당을 쉽게 만날 수 있는가! 또한 토속적인 음식을 맛볼 수 있는 시설을 갖추고 있는가! 우리 조상들이 즐겨 먹었던 계장(갈게젓, 참게젓, 꽃게젓), 젓종류(토화젓, 황석어젓, 조개젓, 창란젓, 갈치젓, 명란젓, 오징어젓), 김치류(갓김치, 동치미, 깍두기, 총각김치, 배추김치), 장아찌류(감, 깻잎, 콩잎, 양하, 도라지, 무), 찌개류(된장찌개, 새우찌개, 무찌개, 생선찌개, 버섯찌개), 탕류(머우탕, 계란탕, 토란탕, 해물탕, 추어탕, 두부탕, 꽃게탕), 국종류(미역국, 콩나물국, 두부국, 시래깃국) 다섯 가지 영양균을 한 상에 차리는 지혜가 있었다.

그때 그 맛을 맛볼 수 있는지 생각해 보고 그 기분을 맛볼 수 있는 음식점이 생겨 많은 사람들이 성황을 이루고, 전국 각지에서 수시로 와서 저렴한 가격에 식사할 수 있는 서민식당으로 사랑을 받았으면 좋겠다.

금년에는 농장에 무, 배추, 갓, 파 등을 심어 가꾸고 있으니 갓과 파가 적당히 크면 뽑아다가 맛깔스런 김치를 담아 새콤하게 익으면 이웃과 더불어 나누어 먹는 그리고 옛 어른들이 그랬듯이 본인도 한식에서 특찬으로 오르는 한국적 냄새를 맛보고 싶다.

가장 한국적인 중류층 한정식이라면 산해진미를 한 상에서 즐기던

우리 조상들의 그 지혜로움을 생각할 수 있다. 굳이 돼지고기나 쇠고기가 빠지더라도 진수성찬이란 말은 할 수 있다. 영양사들이 말하기를 채소의 맛은 담백하나 건강을 돕는다 하였고, 육류는 맛은 있으나 성인병을 불러오는 경향이 많다고 한다.

우리 조상들은 역시 한국 땅에서 나온 각종 농수산물을 소중하게 먹어서 건강을 지켜왔다. 우리의 논밭에서 나온 오곡백과와 바다에서 나오는 해산물 가정에서 키운 육류 등 다섯 가지 영양군을 한 상에서 골고루 맛볼 수 있고, 거기에 구수한 숯불의 철학까지…….

우리 조상들이 명절이나 가정 행사에 전통적 한정식 차림으로 갖가지 음식을 장만해 놓고 일가 친척이 한곳에 모여 먹고 마시는 정을 나누던 그 정스러움은 우리 나라만이 지닌 미풍양속이다.

앞으로 큰 행사가 수시로 열릴 전주에 그 맛깔스런 한정식을 관광객들에게 대접할 수 있길 간절히 바란다. 고유의 전주 한정식을 맛보는 사람들은 '아, 바로 이 맛이다.' 할 수 있도록 맛사랑을 할 수 있는 날이 올 것이다.

뉴욕 관광시 영빈관에서 맛보았던 갓김치가 20년 후에도 생각나듯이 전주의 한정식도 우리 모두에게 토속적인 특유한 음식으로, 다시 먹고 싶은 전주의 음식으로 맛볼 수 있는 명소가 되었으면 한다. **靈巖**