

중도·청산도·유치·창평  
슬로시티로의 초대

# 전통방식 그대로... 구수한 '어머니표' 슬로푸드



지난 22일 가시산 전통마을을 청국장 체험장을 찾은 장흥 유치원 어린이들이 김인숙 총무로부터 청국장 제조과정을 듣고 있다. /위지량기자 jrwi@kwangju.co.kr

## 10 장흥 '가시산 전통마을' 청국장 체험장

무농약 콩 8시간 삶고 28시간 발효

日 NHK 방송 방영 세계적 유명세

장흥군 유치원 봉덕리 봉덕계곡에 들어앉은 영농조합법인 '가시산 전통마을'은 온통 구수한 청국장 냄새로 가득했다. 50여 평 규모의 이곳 '청국장 체험장' 한쪽에 자리잡은 3개의 무쇠가마솥에서는 8시간째 서리태콩이 삶아지고 있었고, 섭씨 45도에 이르는 황토온돌방에서는 대바구니에 담겨 발효되는 청국장 냄새가 진동했다.

아이들은 처음 맡는 냄새가 어색한 듯 이마를 찡그리고 코를 감싸쥐었지만, 40~50대 중·장년층들은 "옛날 어머니가 만들어주셨던 바로 그 청국장"이라며 "마치 어린 시절로 돌아간 것 같다"며 즐거워 했다. 60~70대 아줌마, 할머니들도 청국장을 손가락으로 만져보며 "우리가 젊었을 때 청국장을 만들었던 방법 그대로 만드는 것 같다"며 놀라워 했다.

실제로 이곳 청국장 체험장에서 시간이 다소 걸리더라도 전통적인 청국장 제조법을 그대로 따른다.

우선 청국장의 재료인 콩을 삶는데만 최소 8시간을 들인다. 그래야 발효가 제대로 되기 때문이다. 지금은 기계를 사용해 한꺼번에 많은 양의 콩을 삶아내지만, 이곳에선 그때그때 필요한 만큼만 만들어낸다.

청국장 제조에서 가장 중요한 공정은 '발효( 띄우기 )' 역시 전통의 방법을 그대로 사용한다. 섭씨 40~45도가 유지되는 황토온돌방에 삶은 콩이 담긴 대나무바구니를 넣은 뒤 탑오와 이불로 꼭 감싸준다. 온돌방 바닥에는 벼짚을 깔고, 바구니의 콩 사이사이에 벼짚을 꽂아준다. 발효균인 바실라루스균이 벼짚에 많이 들어있기 때문이다. 24~28시간이 지나 바구니를 열면, 구수한 냄새가 풍기는 청국장이 완성된다. 청국장

재료로는 인근 장흥댐 상류 수변보호구역에서 무농약으로 재배한 서리태콩을 사용한다. 이곳 봉덕계곡에 사는 50~60대 아주머니들이 직접 1년에 한 번씩 서리태콩을 수확하고, 손수 청국장을 만들어낸다. 그야말로 오염되지 않은 자연 그대로의 재료를 사용해, 전통의 방법대로 청국장을 만드는 셈이다. 한 번에 대량으로 만들어내지 않는 것도 그때그때 온전히 청국장 맛을 볼 수 있는 비결이다. 최근엔 가시산 청국장의 맛이 알음알음으로 알려지고 일본 NHK방송에서도 찾아오는 등 전국적인 유명세를 타면서 장흥 외진 곳에 위치한 이곳 체험장까지 직접 찾아오는 사람들도 꾸준히 늘고 있다.

김인숙 가시산전통마을 총무는 "요즘에는 콩에 직접 발효균을 넣은 뒤 전기로 보온해 대량으로 청국장을 만들어내지만, 이곳 체험장에서선 전통의 방법을 고수하고 있다"며 "청국장은 재료를 준비하는데도 많은 시간이 들지만, 만드는데도 워낙 손이 많이 가는 음식이어서 슬로푸드라는 이름에 딱 맞는다"고 말했다. /홍행기자 redplane@

◇청국장=원장, 간장과 더불어 콩을 발효시켜 담근 대표적인 발효식품 가운데 하나다. 콩을 삶아서 벼짚을 군데군데 꽂은 뒤 따뜻한 아랫목에 놓아두고 이불 등으로 덮어두면 하룻밤 사이에 표면이 회백색으로 변하고 끈적끈적한 실이 나게 튀워진다. 여기에 소금이나 마늘, 고춧가루 등을 섞은 뒤 절구통에 찧어 단지에 다져 넣어 두고 찌개의 재료로 사용한다. 우리의 전통 장류 가운데 유일하게 소금을 첨가하지 않은 식품이다. 청국장은 원료인 콩과 비교해 보면 필수아미노산, 비타민B1 B2, 나이아신, 판토텐산 등을 많이 함유하고 있으며, 각종 효소가 풍부하게 들어있다.

### 슬로시티(Slow City)란

고유한 자연환경과 생활방식, 전통음식을 보전하고 이를 토대로 '살의 질'을 높여가는 마을. 한국에선 신안군 중도와 완도군 청산도, 장흥군 유치·창평, 담양군의 창평이 아시아 최초의 슬로시티로 지정됐다. 현재 전 세계적으로 12개 국가에서 101개 도시가 '슬로시티'로 지정되어 있다.



### ■ 여행노트

### 장흥 우산마을

광주 광천 버스터미널에서 1시간 30여 분 만에 도착한 장평. 처음 오는 곳이었지만, 할머니 덕에 온 것처럼 푸근하고 낯설지가 않았다. 우산마을로 가기 위해 표를 끊으러 장평 시외버스 정류소에 들어섰다. 눈에 띈 것은 낡은 칠판에 하얀 분필로 적힌 시간표였다. 우산 마을로 향하는 버스는 하루에 모두 6대로 한참을 기다려야 했다.

1시간 20분, 어쩌면 지루하고 따분한 기다림이 될 수도 있었지만 슬로시티에 온 만큼 기다림을 즐겨 보기로 했다. 근처 초등학교를 둘러 보기도 하고, 정류소에 앉아 동네 어르신들과 이런저런 이야기도 나누었다.

"어디서 왔는가?" "학생인가? 방학은 했고?" "광주서 여까지 뭘 잠시 왔어?" 처음 보는 낯선 얼굴에 할머니들은 나에게 이것저것 물어보셨다. 어르신들은 행여나 광주에서 온 학생이 버스라도 놓칠까 걱정하시며 자세히 차편까지 알려주셨다.

시간이 되자 사람들이 하나 둘씩 정류소에



슬로시티로 지정된 장흥군 장평마을 입구에 세워져 있는 장승. 환히 웃는 모습이 느린 세상에 들어온 것을 환영하는 듯하다.

### 이름모를 들꽃

### 정겨운 마을 고샅

### 느린세상 행복한 시골

모여들었고, 드디어 기다리던 버스가 도착했다. 버스를 타자마자 창문을 열고 시원한 바람을 맞으며 자연을 느꼈다. 이 허름한 시골버스에는 안내방송도 나오지 않고 버스 노선도조차 보이지 않는다. 어디서 내려야 할지 막막해지기 시작했다. 나는 창 밖을 훑어보려 바라보며 표지판 찾기에 여념이 없었다. 그러던 중 '우산'이라고 써진 버스 정류장을 발견하고 부리나케 일어나 뿔을 눌렀다. 버스에서 내린 후, 표지판을 따라 우산마을로 발걸음을 옮겼다.

'느린 세상, 행복한 마을'이라고 써진 문구와 함께 마을의 입구에서부터 양 옆으로 예쁘게 피어 있는 들꽃 길을 따라 '느린의 세계'로 빠져들었다. 우산은 친환경 농업지구로 선정되어 표고, 느타리버섯과 같은 무공해 채소와 친환경 쌀을 재배하고 있다. 버스정류장마다 표지판이 버섯 모양으로 되어 있던 것도 이 때문인 것 같다. 들꽃 너머로 자로 잔 듯 반듯하게 펼쳐진 논과 이를 모를 농작물들이 보였다. 한적한 곳이라, 사람이 없어서 이름이 무엇인지 물어볼 길이 없었다. 그렇게 천천히 한걸음, 한걸음을 내디디며 이것저것에 내 나름대로 의미를 부여했다. 어느새 마을 어귀에 다다랐다. 한옥들이 하나

둘씩 보였다. 우산은 한옥마을로 지정되어서 마을 곳곳에서 한옥을 볼 수 있었다. 파란 하늘과 맞닿아 활처럼 휘어진 기와지붕의 곡선은 아름답고 기품 있었다. 그렇게 또 한참을 걸으며, 정경고도 친근한 마을 고샅을 둘러보았다. 다시 길을 내려와 지렁이 생태학습장을 찾았다. 폐교를 개조해 만든 이곳은 아쉽게도 문이 닫혀 있었다. 그리고 문 앞에는 안내문 한 장이 붙어 있었다.

"지렁이 생태학습장은 개인이 운영하는 곳으로, 사람들이 허락 없이 무단침입을 해서 많은 곤충과 지렁이가 죽었습니다. 오시기 전에 미리 예약을 해주십시오. 양해 부탁드립니다."

지렁이 생태학습장에서 체험을 하지 못한 아쉬움보다, 사람들로 인해 아름다운 자연이 훼손되는 것은 아닌지 걱정이 앞섰다. 집으로 향하는 길, 반복되는 일상 속에 무심히 지나쳤던 것들에 대해 고개를 돌려 보았다. 학교생활, 과제, 아르바이트로 바쁘게만 보내왔던 나날들. 시간에 쫓겨 주위에 있는 것들에 신경 쓸 틈조차 없었던 나에게 슬로시티 여행은 여유와 행복을 느끼게 해 주었던 시간이었다. /박선영(조선대 신문방송학과 3학년)

**YAMASAKI KOREA, 국내 최저가 시판!**  
**月56,600원이면 고급스쿠터가 내게!**  
 상용차 무료 36만원 중점  
 판매를 추구하는 혁신적인 판매! 고급차의 차분 유로확장 스타일!  
**300대 한정판매**  
**月58,600원**  
**하루1,880원**  
 딱딱하고 거북한 판매! 저렴한 가격 판매! 저렴한 가격!  
 최신 스타일과 첨단 기술로 탄생한 고급형 정년 스쿠터! 무치기, 무치기, 무치기! 무치기! 무치기! 무치기!  
 전국상담 무료전화 080-900-3652 공급원 02-784-7273

**YAMASAKI 첩보원! 동시 촬영, 녹음.**  
**25시간 연속촬영, 연속녹음 / 손목시계 초소형 캠코더**  
**감쪽같이 당신의 손목에서 펼쳐지는 멀티미디어 세상**  
 8mm  
 103,000원  
 다양한 비즈니스 관련, 계약, 상담 지문, 학교에서의 강의녹음, 출근 회보, 일상생활에서의 녹음, 영상 기록 등  
 ▶내리고 더욱 확실한 대형형 8cm  
 ▶용량할 수 있는 초소형 카메라!  
 ▶연속이 가능한 세련된 디자인!  
 ▶고화질 촬영상 최대30시간!  
 [1년 1/3 무상, 평생정신원정액 영구]  
**40% 大 할인판매**  
 전국상담 무료전화 080-900-3652  
 제품구입문의: 080-795-0000