

맛 집

담백한 핑떡국의 참맛 볼 수 있는 집

**장성군 향동면 이곡리 '산골짜기'** 담백한 핑떡국의 참 맛을 느낄 수 있는 집. 다양한 코스 요리를 통해 경요리의 진수를 맛볼 수 있다. 코스 요리는 평 만두, 완자, 사브사브, 전골, 떡국 등으로 짜여 있다. 탱탱한 켈고기를 다진 소가 들어 있는 평만두는 입맛을 살려주고, 켈베로 우려낸 담백한 육수에 쉽게 포를 뜯 켈 고기를 살짝 데쳐 먹는 맛도 일품이다. 켈고기와 켈베를 함께 갈아 만든 완자도 육수에 담갔다 갈아 먹는 데, 뼈와 고기를 오도록 씹는 미감은 마치 아생경을 먹는 것 같은 착각이 들 정도. 떡국은 사브사브와 완자를 데치낸 육수에다 켈고기를 넣어 만든다. 3만5천원(2인분), 5만원(3인분)이다. 설날만 휴무, 문의 061-3830955.



짚불 향기 그윽 "돼지고기 참 고소하네"

**무안 사창리 '두암 돼지 짚불구이'** 짚불 향기 그윽한 돼지고기는 씹는 맛부터 다르다. 숯불이나 연탄불은 달리 지어 그대로의 짚은 열에 해로운 성분이 거의 없다. 식당주인 정소래(50)씨가 저렴한 참고에 쌓이듯 볶다 인 절을 붙여 석쇠에 삼겹살을 넣고 납작하게 고기를 구워준다. 가벼우며 고기를 굽는 솜씨가 시어머니에게 물려받은 60년 묵은 손길을 느끼게 한다. 사방에 춤추는 불길에 기름기가 빠지면서 짚은 벗겨 냄새가 고기에 깊숙이 배어든다. 또 바닷물을 갈아 만든 알맹이 소스를 고기에 바른 뒤 양파김치를 얹어 삼추살에 싸먹는 맛이 독특하다. 짚불돼지 구이 1인분 가격은 9천원, 식사를 원할 경우 개장 소스가 곁들여진 비빔밥(3천원)을 주문하면 된다. 문의 0614523775.



철관서 뷰아낸 닭요리 매운 맛의 진수

**광주시 충장동 '증심사 증양식당'** 매운 양념이 입맛을 돋우는 철관 닭볶음탕이 주 요리다. 대어섯 가지 고춧가루가 들어간 양념은 지나치게 맵지도 않고, 달지도 않다. 팔고무 양념이 매도 딱 30분 이상 닭을 재워두고, 초벌구이를 한 뒤 한번 더 볶는다. 술취양처럼 두꺼운 철관에 닭과 감자를 먹기 좋게 도막 내 양념이 바짝하게 끓여 낸다. 쌀이 없고 통째로 넣는 것일도 별미다. 강력한 가슴살을 썰어내 써서 먹으면 달다 리 뜻지 않는 맛이 난다. 맛은 매운맛, 보통, 덜 매운맛이 있고 함께 나오는 오이냉국을 곁들이면 매운맛도 먹을 만하다. 사과식초로 맛을 낸 오이냉국은 살얼음이 살짝 떠있어 입안엔 매운맛을 가시게 해준다. 2-3명이 먹을 수 있는 철관 닭볶음탕은 2만 3천원, 설날 오전은 휴무, 문의 0622281834.



담양 노천 온천(위)과 강천산 가로수 길

푸근한 고향의 멋·맛 한가득 담아 가세요

담양, 노천 온천·산림욕을 동시에

순창 강천산, 40m 병풍폭포 장관

순천, 곤충·야생동물 등 생태체험

함유량이 많은 스트론튬은 스트레스 해소와 외상후유증, 관절염, 신경쇠약 등에 효과가 있다. 문의: 담양리조트 061-380-5111

가족과 함께하는 산행

◇구례 노고단=가을에 오르는 산이 일출이지만 하얀 눈꽃이 핀 산의 모습도 절경이다. 호남고속도로 전주J.C에서 입실~남원시내를 거쳐 구례방면 19번 국도를 따라가면 지리산국립공원 생태사슴의 관광지에 찾아갈 수 있다. 특히 산을 둘러싼 구름을 헤치고 굽이 굽이 올라가 만나는 노고단과 정상재의 모습도 장관이다. 가는 길 곳곳에 모습을 드러낸 지리산의 눈 쌓인 모습은 눈이 부실 정도다. 하지만 노고단의 절경을 감상하는 게 쉽지않은 않다. 가파른 경사 길인만큼 초보여행자들에게는 어려운 길이기도 하다. 매표소에서 지리산 횡단도로를 따라 정상재를 거쳐 화암사를 찾아가길 수 있다. 겨울 산사와 고즈넉함을 만날 수 있다. (호남고속도로 전주-남원-구례)

◇순창 강천산=가파르게 오르는 산행이 힘든 이들에게 추천하고 싶은 곳은 전북 순창의 강천산이다. 산책하듯 이야기 하며 걸기 위해 만들어진 강천산은 지난 1981년 전국 최초로 국립공원으로 지정

됐다. 용천산(龍天山)으로도 일컫는 강천산(588m)은 '호남의 소금강'으로 불릴 정도로 뛰어난 경관을 지니고 있다.

특히 병풍바위를 휘감고 떨어지는 병풍폭포는 그대로 얼어 장관을 연출한다. 높이는 40m, 폭 15m의 병풍폭포가 한양계 앞어 있는 모습을 보노라면 시공간이 멈춰 다른 세상에 와 있는 듯한 착각을 불러일으키기도 한다.

크고 작은 계곡이 산을 끼고 흐르고 있는 이곳에는 병풍바위, 어머니바위, 범바위 등 이름 난 곳이 많다. 한 폭이 되어 부둥켜 안고 있는 연리폭과 300년 넘게 강천산을 지키고 있는 모과나무 등 볼거리도 풍성하다. (호남고속도로 순창-88울림리고속도로 합양-강천산)

농촌 체험마을

◇순천 생태체험마을=지난 2006년 녹색농촌체험마을로 지정된 마을에는 자연이 그대로 살아있다. 장수종영이와 사슴벌레, 말뚝구리 2급 곤충이 예기불소봉구리가 서식하고 있으며 장활소풍구리, 대벌레, 딱따구리 등 각종 희귀곤충도 공존한다. 야생동물과 철새, 뒷새들의 보금자리인 산과 웅덩이, 습지가 어우러져 다양한 생태를 관찰할 수 있는 생태관광지다. 마을 인근에는 숲길 아름다운 송광사와 선암사가 위치해 있다.

◇회산 들국화 마을=무등산 자락 안암산 중턱 해발 400m에 위치한 들국화 마을은 넓은 초지가 펼쳐진 산촌마을이다. 자연 그대로의 전통적인 농촌의 모습을 간직하고 있는 이곳에서 약초제와 재배의 일상을 살아가는 산촌 마을의 풍경을 엿볼 수 있다.

화순읍에서 큰 재를 넘어오는 도로는 드라이브 코스로도 손색없다. 화순군 생태공원과 안암산 휴양림과도 인접해 자연을 가까이에서 보고 느낄 수 있다. /오광복기자 kroh@kwangju.co.kr /김필성기자 kps@kwangju.co.kr



맛 집

정성으로 우려낸 곱탕, 국물맛이 끝내줘요

**광주시 산수동 '오복식당'** 지난 30여 년 동안 단 하루도 쉬지 않고 소머리·발목 등 잡뼈를 넣고 진한 곱탕 국물을 우려내는 집. 오랫동안 약을 달아둔 연탄불에 정성으로 우려내는 게 기질초콜릿 국물맛을 낸다. 이 집 국물은 마지막 한 방울까지도 계운하게 먹을 수 있어 밥상마다 송금각으로 꼭꼭 끓이는 소리 요란하다. 5시간을 삶아 국물에 알아 주는 머릿고기, 양지도 씹는 게미가 있다. 속을 달래야 하는 술꾼이라면 켈고추, 켈감, 마늘 등을 넣은 얼큰한 다진양념을 살짝 풀어 먹으면 된다. 곱탕에 빠질 수 없는 각두기도 맛을 더해준다. 이 집 각두기는 물을 전혀 넣지 않고 무에 새우 것으로 간해, 쓴맛은 없고 시원한 맛만 남았다. 곱탕 6천원, 수육 2만원, 포장 가능, 문의 062-2231570, 설날만 휴무.



13가지 잡곡 넣은 죽향 그윽한 대동밥

**담양군 백동리 '박물관 입점'** 대나무 향기가 살아있는 대동밥을 맛 볼 수 있는 맛깔스러운 집이다. 한국의 전통미와 세련된 분위기를 동시에 느낄 수 있는 가구와 인테리어는 정성스런 음식을 돋보이게 한다. 대나무는 2년 이상 된 굵은 것만을 골라 쓴다. 대나무 안에 쌀, 수수, 흑미, 찹쌀, 대추, 밤, 잣 등 13가지 잡곡과 죽은 우려낸 물을 넣은 후 한자로 덮어 입택속에 1시간 가량 쪄면 고소고슬하고 쫄쫄한 대동밥이 완성된다. 대동밥에는 교유의 향기가 있는데 이는 대나무 수액이 흘러나와 밥에 스며든 것이다. 묵은지, 죽순나물, 씩버물, 고사리, 구수한 전정국, 돼지고기와 새우탕 등 10여 가지의 밑반찬도 곁들임을 더한다. 대동밥 1인분 1만2천원, 문의0613811990.



숯불로 구운 1등급 한우 광양불고기 원조

**광양시 칠성리 '금목서'** 불고기는 전국 어디나 있는 흔한 음식이지만 광양불고기는 조선 시대부터 미식가들의 입맛을 사로잡고 있다. 마당에 건장과 평온을 상징하는 거대한 '금목서'가 그 자태를 뽐내고 있고, 고객들의 편의를 위한 인터리어도 돋보인다. 별나게 달콤한 참숯이 들어오면 광양과 순천에서 공수한 1등급 한우를 숯불에 맛나게 구워준다. 금목서 숯불구이 특장은 최고급 나무베로 즙을 내 재워기 때문에 육질이 연하고 단맛이 난다. 여기에 일반조미료를 섞지 않고 양파, 마늘, 들기름, 참기름 등을 넣어 맛을 낸 소스로 10여 분 재워 둔 뒤 식탁에 올린다. 밑반찬도 세심하게 다듬었다. 지금 치로 만든 영암경, 4년 묵힌 김치, 매실 장어찌 등이 담백하다. 숯불구이 1인분 2만천원, 문의 0617613300.



**광주 MBC 문화방송**

고객님들의 강력한 요청 - 영광삼일! 최고의 만족도를 자랑하는 광주 MBC 문화방송!

**무안** ←100km→ **장사직항**

★ 단 3회 한정 판매 3/13, 3/17, 3/20, ₩ 699,000~ 3/24, 3/27

구분	4회권 3/17, 3/20	3회권 3/13, 3/17, 3/20
판매가	₩ 699,000	₩ 145,000
내용	무안출발 방목전세기 상품 안내	무안출발 방목전세기 상품 안내

**광주 MBC 문화방송 특선**

- VIP 좌우진 지정, 특급호텔
- 특식 제공 (사모, 목탄, 김밥, 식과지, 쌀, 명탕, 사치)

**광주 MBC 문화방송 전세기 사무실** ☎02) 226-6070