



변산반도의 백합요리와 새만금



■ 변산·담양으로 떠나는 여름 별미여행

기찬 향토음식으로 氣 채우고 무더위 썩~

한낮 열기가 더해져 가고 있다. 자연의 푸르름이 더해가지만 더위에 지친 몸은 한 없이 무거워지는 계절이다. 한국관광공사가 7월 눈과 입이 즐거운 별미 여행지를 추천했다. 생동하는 바다와 실록의 숲이 기다리는 부안과 담양으로의 '맛여행'을 떠나보자.

'싱싱한' 바다의 맛 백합요리

입맛을 즐겁게 하는 보양식이 간절해지는 때다. 한 여름 입맛을 살리는 여름철 별미가 있다. 그 주인공은 전북 부안의 백합이다.

백합이란, 대합 또는 생합이라고 하며 부안의 연안에서 생산된다. 향토사자인 <부안지>에 백합탕에 관한 기록이 있을 정도로 백합요리는 부안에서 맛볼 수 있는 향토음식 중 하나다. 쌀과 백합의 조갯살을 썬 죽이 백합죽이다.

백합은 변산반도의 서북부 연안바다에 많이 서식하고 있는 조개인데 흔히 생합이라 부르며 어른의 주먹만큼 큰 백합을 대합이라 한다. 백합죽은 4.5년생의 백합 조갯살을 잘게 썰어 넣어 죽을 쑀는데 참기름을 약간 넣고 깨소금과 김으로 고명을 쓰기도 한다. 맛이 담백하고 부드러운데 철분과 핵산이 많아서 담석증과 간에도 좋다고 한다.

백합의 원조는 부안군 계화도다. 간척지가 만들어지기 전 갯벌이 좋아 계화도 일대에는 조개가 많았다고 한다. 계화도에서 백합을 '생합'이라고 부르는데 물 밖으로 나와도 한 달 넘게 죽지 않고 살아 있다고 해서 붙은 이름이다. 덕분에 낚시꾼이 없던 시절에도 백합을 오래도록 보관할 수 있었고 바지락과 더불어 여름에 더 인기가 많은 조개였다.

새만금 방조제 때문에 물길이 바뀌고 갯벌이 오염되면서 계화도 일대에서 나던 백합은 변산반도 갯벌 쪽에서 더 많이 잡힌다고 한다. 실제로 새만금 방조제 바깥쪽에 위치한 대항리와 변산, 모항 일대의 갯벌이 다시 살아나고 있다고 한다. 백합요리 전문점이 변산면 대항리와 격포항 일대에 몰려 있는 것도 이런 이유다.

부안군은 세계 최장 33km의 새만금간척사업으로 세계의 주목을 받고 있다. 지난 4월 27일 방조제 최종 물막이 공사를 끝내고 33km의 아우토반이 완성되었다. 그래서 부안과 변산으로 가는 길도 빨라졌다. 동군산(0)에서 나와 새만금 방조제를 넘으면 새만금 전시관을 지나면 바로 변산해수욕장이 나온다.

대항리와 새만금방조제 사이에 위치한 부안 곤충생태공원은 아이들과 함께 가기 좋은 곳이다. 각종 곤충의 성장과정을 볼 수 있고, 곤충과 관련된 만들기, 체험교실을 운영하고 있다. 모항갯벌체험장도 아이들과 함께 가면 좋다. 또한 누에타운은 지난 4월 27일 새롭게 개관했다. 변산 일대는 여름방학을 이용해 가족단위, 특히 아이들과 함께 여행할 수 있는 체험하기 좋은 코스가 많다.

'사각사각' 대나무골 죽순요리

대나무골 담양의 7월은 무척이나 분주하다. 우후 죽순, 바로 죽순 때문이다. 비 개인 날, 방문을 열고 앉아 귀 기울이면 사라락 사라락 죽순 자라는 소리를 들을 수 있을 정도다. 하루 최대 150cm가 자라는 죽순이 땅 위에 쌓인 햇빛을 밀쳐내기 시작하면 아이들의 대밭출입이 급해진다. 행여 실수로라도 죽순을 밟아 다치게 할까 싶어서다.

'대나무밭 세 마지기면 부럽지 않은 부자다'라는 말이 있었을 만큼 대나무는 담양사람들의 중요한 농산물이었지만 모두 죽물시장이 한창이던 옛 이야기이다. 이제는 그 귀한 죽순이 죽순나물, 죽순회, 죽순된장국, 죽순전 등 다양한 음식으로 변신하여 담양 대나무의 명성을 이어가고 있다.

죽순을 썰어 들깨와 참쌀가루를 넣어 만든 죽순나물, 고추장의 매콤한 맛과 우렁이의 쫄깃한 식감이 죽순과 어우러지는 죽순회, 얇게 저민 죽순에 가루를 입혀 부쳐내는 죽순전, 된장국의 구수함을 더해주는 죽순된장찌개, 투명하고 쫄깃하게 조리된 죽순정과 등이 그것. 임금님만 드셨다는 죽순요리를 담양에서 늘 먹을 수 있게 된 건 담양의 죽물시장이 문을 닫고, 죽세공품이 중국산에 밀려 더 이상 만들어지지 않게 된 10여 년 전부터이다. 최근엔 혈압을 낮추는 효과와 섬유질이 풍부해 다이어트식품으로 제격이라는 평가를 받으면서 죽순은 담양 대나무의 명성을 잇는 새로운 상품으로 떠오르고 있다.

관방제림, 메타세쿼이아 길 등 운치 있고, 내력 깊은 숲도 초록이 한창이다. 담양 대숲의 대표장소인 죽녹원은 2003년 5월, 담양군청이 담양천과 맞닿은 성인산 자락의 오래된 대숲을 사들여 만든 장소로 약 16만㎡(약 5만평)나 된다. 숲이 크니 대나무 사이로 이어지는 산책로의 길이도 길다. 운수대통 길, 사랑이 변치 않는 길, 죽마고우길, 추억의 셋길 등 주제를 가진 길이 2.2km나 이어지고 있다.

오랜 전통이 담긴 아름다운 숲도 있다. 담양천 남쪽 독을 따라 1.5km 가량 이어지는 관방제림이다. 이 숲은 원래 조선 인조 때인 1648년 담양부사 성이성이 수해를 막기 위해 처음 만들었다고 전해지고 있다. 지금처럼 숲이 무성한 독을 만든 것은 철종 때인 1854년이다. 담양부사 황종필이 관비를 들여 연인원 3만의 인력을 동원해 지금 같은 독을 쌓고 나무도 심었다. '관방제'라는 이름도 그때 붙여졌다.

/김여울기자 wool@kwangju.co.kr



담양의 죽순요리와 죽녹원



"아버님, 어머님 사랑합니다!"

사랑은 작은 관심의 실천입니다. 부모님께 사랑한다는 말을 해보십시오.

아버님, 어머님 사랑합니다. 마음 속여서만 표현한 사랑이라는 말, 평생이론 흔합니다. **사랑은 작은 관심의 실천입니다.** 삶의 즐거움은 누군가의 억지대로 진할 수 있는 것이 아닙니다. 자기 스스로가 직접 느끼고 경험해야 하는 것입니다. **사랑의 마음은 혼자 마음에 갇혀 있다가 결코 이루어지지 않습니다. 국제약품은 그 사랑의 힘을 믿습니다.**

가장 좋은 약은 사랑입니다.

가장 좋은 약은 사랑입니다
국제약품
www.kukje-pharm.com

코엔자임 Q10 함유 항산화영양제

비타민 A, C, E의 보급

- 피로회복, 항산화, 면역력 증진, 피부 미용
- 폐, 심장, 눈 건강
- 눈의 건조함과 안과 질환
- 심장-폐질환 등에 의한 색소침착(기미, 주근깨)의 완화, 오장육부(비위) 건강
- 알코올성 질환, 담낭질환, 담석증, 당뇨병, 고혈압, 고지혈증, 수지침전-수족냉증

이연의 보급

국제-에이스
큐텐 인질 캡슐

광고문의: 1036-0600