

오광록 기자의 '광주 5미' 요리 도전기 <2> 오리탕

# 칼질 먼저 할까, 재료 씻을까

씻고 다듬고 썰기로 진행  
마늘은 칼등으로 다지기  
'큰술'·'작은술'은 스푼 크기

데친 오리 폭 익는 동안  
머위대 밀간해야 깊은 맛  
국물 우려나면 들깨가루 풀기



지난 15일 광주문화재단 전통문화관에서 열린 제6기엑티비시니어 전통음식 특별강좌에 참가한 남성들이 앞치마를 두르고 재료를 손질하고 있다.

교한 손질에 쓰면 된다. 칼 손잡이 쪽은 힘이 많이 들어가는 두꺼운 재료를 써는데 좋고, 흔히 칼 중간 부분을 가장 많이 쓴다. 칼질이 서투르면 부위별로 잘린 오리탕을 사는 게 정답.

그레도 마늘 정도는 다져보자. 서양식과 달리 한식에 쓰는 마늘은 자르는 게 아니라 재료나 국물에 잘 스며들도록 짓이겨야 한다. 과거 칼 손잡이로 방아를 찧었지만 요즘 같은 마늘 다지는 부분이 없는 게 많다.

꼭지를 자른 마늘을 엄지와 집게손가락으로 잡은 뒤 칼등으로 잘게 썰면 된다. 날카로운 칼날에 비해 칼등으로 썰면 자연스럽게 마늘이 짓이겨진다. 생강은 칼이나 수저로 껍질을 벗겨 씻으면 된다.

남자들이 모르는 부엌의 비밀 한가지 더. 인터넷에 떠도는 레시피만 잘 봐도 웬만한 요리는 다 할 수 있다.

'몇 큰술 넣고, 몇 cm로 자른다'

우선, 압호 같은 레시피에 '쫄지 말자'. 큰술, 작은술은 계량티스푼을 말한다. 양념 등의 양을 조절해 넣기 위해 1/4, 1/2, 1T, 1t 등의 크고 작은 스푼이 따로 있을 뿐이다.

줄자를 가져오지 말고, 야채를 자르는 길이도 손톱과 손가락을 기준으로 잡으면 된다. 손톱

길이가 1cm, 손가락 2마디는 4~5cm가량 잡으면 된다.

양념에 쓸 마늘을 다졌다면 냄비에 물, 생강, 후추, 청주, 대파 등을 함께 넣고 끓으면 오리를 넣는다. 나무주걱으로 뒤집으며 끓여주면 핏물이 빠지고 잡내도 없애준다.

1차로 삶는 것이니 오래 끓이지 말고 같이 살짝 익었을 때 오리를 꺼내 찬물로 씻어준다.

오리탕에 들어가는 물의 양은 1인분에 종이컵 2컵반~3컵가량 생각하면 된다. 이때 중요한 게 2번째 끓일 때는 오리를 처음부터 넣는다는 것. 고기가 폭 익을 때까지 삶고, 기다리는 동안 준비된 머위대에 다진양념 절반을 넣어 밀간을 하는 게 맛의 비밀이다. 머위대에 양념이 잘 스며들어야 깊은맛이 난다.

오리는 덜 익으면 절기 때문에 폭 삶아야 하고, 밀간을 한 머위대를 넣은 뒤 한소끔 더 끓이면서 남은 다진양념을 넣으면서 간을 맞춘다.

오리의 생명인 간 맞추기 과정도 어렵지 않다. 정해진 답은 없고, 가족의 입맛과 건강을 고려해 간을 내면 된다.

국물이 우리나라면 광주 오리탕의 특징 중 하나인 들깨가루를 적당히 풀고, 마지막으로 미나리와 파를 넣으면 된다. [kroh@kwangju.co.kr](http://kroh@kwangju.co.kr)

하필 남자들은 냄비 뚜껑을 맨손으로 잡을까. 라면을 끓이면서도 뻔히 눈에 보이는 냄비를 찾지 못해 낮잠 자는 마누라를 부르고, 바짝 달아오른 양은 냄비 뚜껑에 흔들이 난 뒤 애꿎은 컵받침 만질까. '광주5미' 중 하나인 오리탕을 만들겠다고 지난 15일 광주문화재단 전통문화관에 모인 남자들의 꼴이 꼭 이랬다.

남성 대상 요리 강습 프로그램인 제6기엑티비시니어 전통음식 특별강좌 첫 요리는 몸에도 좋아 가족이 함께 먹을 수 있는 오리탕이었지만 참가자들은 뭘 먼저 해야 할지 답답해 했다. 광주시지정무형문화재 제17호 남도의례음식장 최영자 선생의 답은 단호했다. 모르면 물어봐야 한다는 것. 물어볼 줄 알면, 충분히 요리를 할 수 있다는 것.

오리탕이라고 해서, 오리부터 만질 수 있는 건 아니다. 모든 요리는 재료 씻기, 다듬기, 썰기 순으로 한다. 손서를 잘 맞춰 요리를 하면 부엌이 정리되고, 손을 데지 않고도 음식을 밥상에 올릴 수 있다.

오리를 하면서 틈틈이 설거지 하는 것도 요령. 눈에 띄는 큰 그릇부터 씻어야 조리대가 빨리 정돈된다. 요리한답시고 부엌만 더럽혀지 말자. 요리를 하면서 생긴 설거지까지 함께 마치면 뒤따를 아내의 감동은 덤이다.

조리 전에 재료를 모두 씻거나 다듬어야 정해진 시간에 영양과 맛이 변하지 않게 요리를 할 수 있다.

또 칼을 잡기 전, 칼을 먼저 알아야 한다. 칼을 크게 3등분 해 칼끝은 생선 회를 뜨거나 하는 정



## 오리탕 만드는 법

◇재료(4인 기준)

- ▲주재료=오리 반 마리, 생강·청주·후추·통후추 약간, 무 1쪽, 삶은 머위대 300g, 대파 1개, 깻잎·미나리 약간, 청양고추, 들깨가루
- ▲다진 양념=마른고추 100g, 양파 1개, 마늘 1통, 생강 1쪽, 무 1쪽, 청양고추 3개, 된장 2큰술, 국간장, 청주, 후추

◇만드는 법

1. 냄비에 물을 끓인 뒤 생강, 후추, 청주를 넣

고 토막낸 오리를 넣는다. 살짝 데친 오리를 찬물로 씻는다.

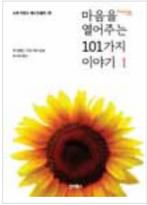
2. 냄비에 다시 물(1인분 500ml)을 붓고 후추를 뿌린 뒤 고기가 폭 익도록 20~30분간 삶는다.

3. 삶은 오리고기를 건지고 머위대와 함께 다진 양념을 무쳐 밀간한다.

4. 육수는 면보에 받힌다.

5. 육수에 다진 양념과 국간장으로 간을 맞춘 뒤 밀간한 오리고기와 머위대를 넣고 끓인다.

6. 들깨가루를 넣고 한소끔 끓인 뒤 대파, 청양고추, 깻잎, 미나리를 넣는다.



## 90년대 책 베스트셀러는

### 책 캔필드 '마음을 열어주는 ...'

MBC 예능 프로그램 '무한도전'의 '토요일 토요일은 가수다' 특집 방송 이후 1990년대 복고 열풍이 뜨겁다. 책으로 돌아본 90년대 추억의 문화풍경은 어땠을까? 20일 교보문고가 1990년 1월 1일부터 1999년 11월 30일(매장 보수기간인 91년 6월~92년 5월 제외)까지 단행본 판매를 집계한 결과, 베스트셀러 1위는 책 캔필드의 '마음을 열어주는 101가지 이야기'(이레)번역서다.

국제통화기금(IMF) 구제금융 체제의 어려움 속에서 사람들에게 희망과 용기를 불어넣어주는 따뜻한 내용을 담았던 점이 주요했다는 진단이다. 가격도 현재 기준으로 매우 '착한' 수준인 '6000원'이다.

2위는 김정현의 소설 '아버지'다. 시한부 인생을 사는 40대 후반 중년 가정의 애절한 가족 사랑을 담은 내용으로이다.

유홍준 전 문화재청장이 1993년 5월 출간한 '나의 문화유산답사기' 1권이 3위였다. 또 소설가 김진명씨의 '무궁화 꽃이 피었습니다'와 전여욱 전 국회의원이 언론인 시절 쓴 '일본은 없다' 등이 화제의 베스트셀러 반열에 올랐다.

1995년은 '성공하는 사람들의 7가지 습관', '컴퓨터 길라잡이', '꼬리에 꼬리를 무는 영어' 등 실용서가 인기였다.

1990년대에 인기를 끈 도서들 상당수는 현재에도 독자들의 사랑을 받고 있다. 이들의 지난 18일까지 5년간 판매량 집계 결과 1위는 무라카미 하루키의 '상실의 시대'(문학사상사), 2위는 류시화 시인의 '지금 알고 있는 걸 그때도 알았더라면'(열린원), 3위는 '한 권으로 읽는 조선왕조실록'(웅진닷컴)이다. /연휴뉴스



## 절망 딛고 화폭에 희망으로

### 여수 GS칼텍스 예술마루 장창익전

너무나도 젊은 나이에 시련을 겪었다. 군입대 넉 달 만에 지뢰를 밟았고, 한쪽 눈과 발을 잃었다. 그리고 고향 여수로 돌아왔다. 젊은 나이에 겪은 세상은 참혹하기만 했다. 그때 그림을 만났다. 남부 허건 선생을 사사하고 30여 년간 여수에서 그림을 그렸다. 여수의 푸른 바다로 하얀 화폭을 채웠고, 그 바다 위에 꽃들을 수놓았다.

역경을 딛고 작품활동을 해온 한국화가 장창익(59)씨의 개인전이 오는 2월8일까지 여수 GS칼텍스 예술마루 전시장에서 '물꽃바다'를 주제로 열린다.

군대에서의 사고 이후 남부 선생 밑에서 사군자를 배운 장씨는 대학에서 동양화를 공부하며 본격적으로 화가의 길을 걸었고, 지난 30여 년간 5000여 점의 작품을 그렸다.

장씨 작품의 큰 특징은 소재의 형태를 굵고 두터운 점성으로 표현하는 데 있다. 두터운 윤곽선 안에 채색된 질은 물감들은 파도처럼 화폭을 오가며 진한 인상을 남긴다. 동일한 모양의 꽃과 잎사귀로 화면을 가득 채우는 구성도 장씨 작품의 특징이다.

초기부터 2000년 중반 이전 장씨 작품에서는 토속적이고 민족적인 소재들이 주를 이뤘다. 강렬한 색채를 가진 다양한 표정의 탈이 화면을 가득 채워 강렬한 인상을 주는 작품들로, 젊은 시절 작가의 절박함이 느껴진다.

한편 31일 오후 2시에는 '작가와의 대화' 행사가 진행된다. 입장료 2000원. 문의 061-808-7080. /김경민기자 kki@

## 광주읍성, 사이버에서 부활

### 지역문화교류재단 홈페이지 오픈

일제강점기 사라진 광주읍성이 '사이버 광주읍성'으로 부활했다.

지역문화교류재단(이사장 백수인)은 '사이버 광주읍성' 구축을 위한 '자료조사' 사업을 바탕으로 '사이버 광주읍성' 홈페이지(<http://gjeupseong.org>)를 오픈했다고 밝혔다.

홈페이지는 광주읍성과 관련한 역사, 인물, 자연, 공간, 제도, 지도, 유물, 스토리, 관련 기록 등 콘텐츠로 구성됐고, 각 세부 항목별로 이미지 등이 자세하게 아카이빙돼 있다.

책임연구원 김택진(광주교대 교수) 지역문화콘텐츠연구소장은 "광주의 설화, 인물, 민속 등의 자료를 통해 광주의 과거를 주제별로 보여주면서 콘텐츠의 확장이 가능할 수 있도록 했다"고 말했다.

지역문화교류재단은 올해 광주읍성 가이드북을 제작하고 스토리가 있는 광주읍성둘레길을 1차 광주플리와 결합해 모바일 어플리케이션으로 제작할 계획이다. /김경민기자 kki@kwangju.co.kr

모임이 있으신가요? 귀한 손님 대접하시는지요?

# 금수장관광호텔 아리랑하우스에서 정성껏 모시겠습니다.

건강한 한정식으로 즐거운 만남이 완성되는 곳!

- 부담없는 가격의 내 집 처럼 편안한 객실
- 30년 전통 광주읍성명가 한정식 아리랑하우스
- 각종 모임을 위한 대소 연회장
- 300가지 와인을 즐길 수 있는 카페 보네르
- 맞춤형 출장도시락

연회장   세미나   가족모임   상견례

금수장관광호텔 아리랑하우스   게임동 홀플러스 건너편   예약문의 (062)525-2111   www.geumsoojang.com   연말 송년모임은 전통있는 아리랑하우스

특허방수   특허 제10-1097784호   특허 제10-0562035호   특허 제10-0548189호

대한건축사협회   특허이슈머   우수건축자재 추천제품   단열복합시트

# 방수가 2~3년만 가면 된다고요? 20년은 가는데!!

## 트라이슈머® 단열복합시트방수

결로·곰팡이 단열까지 한번에~!   아트패션시트® 곰팡이 결로 단열시스템

완벽한 3중 단열로 결로·곰팡이 방지는 기본!  
겨울에는 따뜻~ 여름에는 시원~ 탁월한 냉·난방비 절감효과 (20~30%)  
새집증후군 예방효과, 명품디자인으로 바꿔주는 리모델링 효과까지!

이파엘지의 특허공법!!

시공전 / 단열베이스카펫시공   단열베이스카펫 / 트라이슈머시트시공   트라이슈머 타포팅 시공   옥상 시공 후

배란다   시공전   시공후

본사, 전속모델 밸런스 이영후

(주)이파엘지종합특수방수   친환경 건축(Green)환경 을 추구합니다.

# [주]이파엘지종합특수방수

IPALG   광주전남대리점   (062) 511-0444   H.P 010-6603-0405

목포대리점 T.(061) 284-0485   여수대리점 T.(061) 683-0485   순천대리점 T.(061) 726-0482   광양대리점 T.(061) 795-0485

www.IPALG.co.kr   또는 이파엘지.kr