

매생이탕·비닐하우스 굴구이 '맛있는 녀석들'

'정남진(正南津)' 장흥으로 떠나는 맛여행

전남

겨울은 역시 먹는 재미다. 제아무리 매서운 겨울 날씨가라도 맛있는 음식을 찾아가는 먹방 여행은 두 팔 벌려 환영이다. 팔도를 떠돌며 온갖 산해진미를 맛보는 미식가들도 인정한다는 전라도로 맛 여행을 떠나보자. 설 연휴를 앞두고 향한 곳은 '정남진(正南津)' 장흥이다.

◇겨울 보양식 매생이탕·매생이 떡국= 장흥의 맛을 보려면 '정남진 장흥토요시장'으로 가면 된다. 온갖 산해진미가 가득하기 때문이다. 장흥 읍내를 가로지르는 탐진강변 예양리에 자리한 장터에는 매주 토요일마다 시장이 선다. 먹거리와 볼거리, 즐길거리, 살거리가 가득한 주말 문화관광형 시장으로 호응을 얻으며 '2017-2018 한국관광 100선'에 뽑히기도 했다.



장흥 매생이탕.

관광객들이 꼽는 토요시장의 첫 번째 매력은 신선한 한우고기를 값싸게 먹을 수 있다는 점이다. 시장내에 20곳이 넘는 한우 판매점이 있는데 이곳에서 고기를 구입한 후 인근 고기구워먹는 집에서 키조개, 표고 버섯과 함께 '장흥 삼합'을 맛볼 수 있다.



장흥우드랜드 편백효소 스파 테라피.

겨울의 토요시장은 매생이가 매력을 더한다. 이맘때의 시장 가판대에는 짙은 초록빛깔의 해조류가 많다. 감태나 파래도 더러 눈에 띄지만 대부분은 매생이다. 오염되지 않은 맑은 바다에서만 자란다는 매생이는 장흥산을 최고로 친다. 대덕을 신리, 웅암, 내저마을과 회지면 죽도에서 주로 자란다. '실크 매생이'로 불리는 내저 매생이는 전국에서 품질이 가장 뛰어나다는 평가를 받는다.

'한국관광 100선' 장흥토요시장 질 좋고 값싼 한우 전국 최고 품질의 매생이로 만든 떡국·전·회무침 '우드랜드' 편백 톱밥효소 스파로 명절 스트레스 훌훌

뜨끈한 매생이탕 한 그릇을 먹고 싶어 둘러봐도 매생이 요리 전문점은 눈에 띄지 않는다. 시장 상인의 추천을 받아 상가 2층에 자리잡은 맛집을 찾아갔다. '불금탕' 전문점이라는 데 다행히 매생이 떡국과 매생이탕도 먹을 수 있었다.

매생이탕을 먹을 때는 조심해야 한다. 김이 잘 나지 않기 때문에 뜨거운지 모르고 먹다가 입 천장을 데이는 경우가 흔하다. 오죽하면 '미운 사위'에게 매생이탕을 끓여준다는 말이 나왔을까. 매생이는 탕이나 떡국 외에도 나물이나 매생이 회무침, 전을 부쳐먹어도 좋다. 장흥매생이는 12월 말에서 이듬해 2월까지 맛볼 수 있다.

곳은 드럼통 화롯대에 가스불을 켜고 구워 먹는다는.

인원수대로 장갑과 칼이 준비된다. 화롯대를 빙 둘러 키낮은 간이의자에 앉아 기다리니 잘 씻은 굴이 대야 가득 담겨 나온다. 어른 주먹보다 큰 굴도 많다. 달궈진 드럼통에 굴을 가득 올려놓고 입이 벌어질 때까지 기다리기만 하면 된다. 중간에 한번 정도 뒤집어 주는 게 좋는데 고루 잘 익기도 하고 한 방향에 그대로 두면 겹집이 타면서 터질 수도 있기 때문이다.

직화 굴구이는 속에서 물이 떨어지면서 튀는 위험이 많은데 구이판에 올려 구우니 그럴 위험은 줄어든다. 하지만 주의해서 나쁠 건 없다.

입이 살짝 벌어진 굴은 장갑을 끼고 칼로 겹집을 벌려 꺼내 먹으면 된다. 먹는 재미보다 '까먹는' 재미가 더하다. 덩어리 하나에 굴 서너 개가 붙어 있을 때는 이득을 본 기분이다. 비린 맛은 없지만 그래도 생굴이 싫다면 앞 뒤로 바삭 잘 구워서 먹으면 된다. 굴구이 만으로 부족하다 싶으면 굴전이나 굴 떡국, 회무침을 추가 주문해 먹기도 한다.

◇우드랜드 편백효소 스파 테라피=든든하게 배를 채웠으니 찬바람에 지친 몸에 휴식을 주는 시간이다. 장흥 관광의 첫 번째로 꼽히는 '우드랜드' 편백숲에 톱밥효소 스파 치료실이 생겼다는 소식에 찾아가 봤다.



드럼통 화롯대에 구워먹는 장흥 굴구이.

항균력과 면역력증강, 진정효과 등이 뛰어난 피톤치드를 가장 많이 함유한 편백나무의 톱밥과 쌀겨, 미생물(고초균) 등을 일정비율로 배합해 천연재료속의 미생물들이 유기물을 분해하면서 발효시킨다. 이 과정에서 발생하는 열인 대사열은 원적외선 형태인데 이 열을 이용한 방법이 '편백 효소 Spa Therapy(열 치료)'다.

직원의 안내를 받아 옷을 갈아 입고 스파실로 들어간다. 찜질에 앞서 탈수 방지를 위해 물을 넉넉하게 마셔야 한다. 편백효소 스파는 순수 자연 발생열로 70-80℃까지 발열이 가능하다. 인위적인 열을 사용하지 않고 자체 발생되는 원적외선 열을 이용하기 때문에 온도 조절은 불가능하다. 사우나실의 물 온도의 경우 40℃만 넘어서도 뜨겁다고 느끼기 때문에 70-80℃라는 직원

의 설명에 망설이지 않을 수 없다.

개별로 준비된 욕조에 들어가 놓자 얼굴을 제외한 몸 전체에 편백효소를 덮어준다. 걱정했던 것과는 다르게 버틸만하다. 폭신한 편백이 몸을 감싸면서 기분이 좋아진다. 시간이 지날수록 뜨거움이 느껴지면서 땀이 송골송골 맺힌다. 효소찜질은 20분으로 제한한다.

20분 효소찜질을 하는 동안 소모되는 열량은 달리기 1시간의 효과와 비슷하다는

설명이다. 효소찜질은 사용후 최소 30분 이상 효소의 정화작용을 통해 건강한 효소 상태로 돌아가는 시간이 필요하기 때문에 예약을 하고 와야 원하는 시간대에 이용할 수 있다. 문의 061-864-7388.

/한국지방신문협회 공동취재단=광주일보 이보람 기자 boram@kwangju.co.kr /사진=광주일보 김진수 기자 jeans@kwangju.co.kr

광주일보 江原日報 경남신문 경인일보 대진일보 泰日新聞 부산일보 釜山日報 제주일보

新韓報유람은 한국지방신문협회 9개 회원사가 공동 취재·보도합니다.



각국 보험기 전문 A/S센터 상표등록 제2549335호

“인터넷 검색창에 **국제보험기** 를 쳐보세요”

- 필요한 소리만 똑똑히 들립니다.
- 작은 사이즈로 착용시 거부감이 없습니다.
- 정직한 우수상품 가격부담이 없습니다.



본점 서석동 남동성당 옆 062) 227-9940 062) 227-9970 서울점 종로 5가역 1층 02) 765-9940