

장성호 상류 협곡을 가로지르는 '엘로우 출렁다리'.



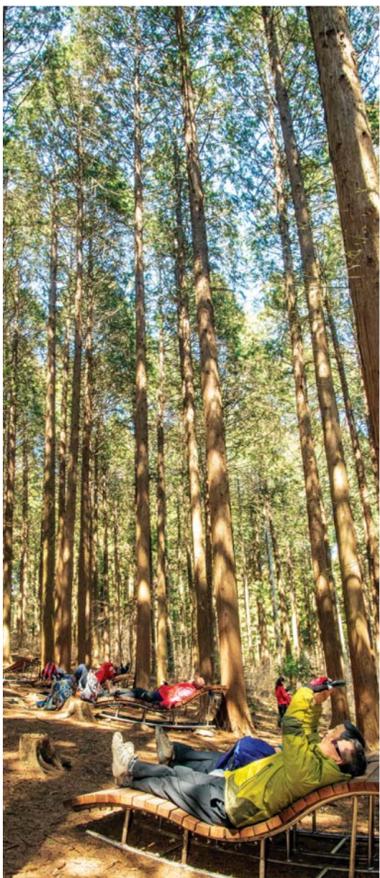
신남도택리지 '엘로우시티' **장성**

장성하면 '문불여장성' (女不如長城)을 떠올린다. '학문으로 는 장성한 곳이 없다'는 의미다. 장성은 또한 '노란 꽃의 도시'다. 봄·가을이면 황룡강 일대에서 꽃축제가 펼쳐진다. 축령산 편백나무 숲과 장성호 수변길 출렁다리는 장성의 핫 플레이스로 떠오르고 있다. 선비 문화·정신을 체험하고, 자연 속에서 힐링할 수 있는 '엘로우 시티' 장성의 초여름 매력 속으로 빠져보자.

장성호 수변길서 만난 '엘로우 출렁다리' 숲·호수 정취 동시에

삼채떡갈비 정식부터 '단풍두부' 삼합까지 건강한밥상 '황금밥상'

# 치유의 숲에서 힐링의 허기를 채우고



장성 축령산 편백숲을 찾은 등산객들이 산행 중간 휴식하고 있다.

◇숲과 호수의 정취 만끽  
'엘로우 시티' 장성에 또 하나의 명물이 탄생했다. 장성호 상류 협곡을 가로지르는 '엘로우 출렁다리'다. 엘로우 시티와 출렁거리는 다리를 더해 '엘로우 출렁다리'라는 이름이 붙었다. 길이는 154m. 다리 양쪽에 황룡을 형상화 한 21m 높이의 주탑을 세웠다.

출렁다리를 가기 위해서는 장성호 수변길과의 만남이 먼저다. 장성군은 앞서 지난 2017년 전국에서 가장 아름다운 트레킹길을 조성한다는 목표로 장성호 선착장과 북이면 수성리를 잇는 7.5km의 트레킹 코스인 '장성호 수변길'을 조성했다. 장성호 수변길은 산길과 호반 길을 함께 걸을 수 있도록 만들었다. 숲과 호수의 정취를 동시에 느낄 수 있는 그림같은 길로 여유있게 걸어도 2시간40분 정도면 완주할 수 있다.

이곳의 백미는 호숫가를 따라 설치된 1.23km의 나무데크길이다. 호수가 가파른 절벽을 따라 세운 나무데크 다리는 그 자체로도 한 폭의 그림처럼 아름답다. 덕분에 지난 2월 한국관광공사로부터 '대한민국 대표 걷길' 중 한 곳으로 선정되기도 했다. 호수를 끼고 한참을 걸으면 이번엔 숲길이 반겨준다. 트레킹 마니아가 아니라도 산속 오솔길을 걸으며 한가한 정취를 만끽할 수 있으니 도전해 볼 만하다.

엘로우 출렁다리는 수변길 1.2km 지점과 2.7km 지점을 연결한다. 30여분 차분하게 호숫가를 따라 걷다가 발견한 출렁다리가 반갑게 느껴진다. 다리에 올라 몇 걸음 떼지 않았는데도 심장이 뛰기 시작한다. 분명, 움직임이 느껴진다. 눈에 띄게 출렁거리지 않지만 분명한 움직임이다. 조심스러운 마음으로 다리 간격을 붙잡으며 발걸음을 내딛는다. 반대편에서 오는 사람의 발걸음 때문인지 조금 더 흔들리는 느낌이다.

'엘로우 출렁다리'를 걷는 게 기대 이상으로 스릴 넘치는 이유는 '폭' 때문이다. 154m의 길이에 비해 폭은 고작 1.5m에 불과하다. 두 사람이 서면 몸이 닿을 정도다. 장성군은 "조강력 케이블로 교각을 지탱하기 때문에 초대형 태풍이 불어도, 한번에 1000명이 동시에 통과해도 끄떡없다"고 자신한다.

장성이 품고 있는 또 하나의 보물인 축령산 편백림. 산은 봄·가을에만 간다는 편견을 깨뜨려주는 곳이다. 전북 고창과 경계를 이룬 축령산에는 40~50년생 편백나무와 삼나무 등 사시사철 푸른 상록수림대가 1150ha에 걸쳐 울창하게 조성돼 있다. 하늘을 향해 뻗어있는 나무들을 보는 것만으로도 가슴이 시원해지는 기분이다. 나무에서 뿜어

나오는 피톤치드는 숲이 주는 가장 사랑스러운 내음이 아닐까 싶다.

숲 곳곳에 임도가 조성되어 있어 가볍게 산책할 수 있다. 안내도를 따라 오솔길로 들어서면 진한 피톤치드 향이 느껴진다. 탐방객들이 쉬어갈 수 있도록 조성된 데크에 누워 독서나 명상을 즐길 수도 있다. 산림청 산하 '장성편백 치유의 숲'에서는 숲 해설가들이 함께하는 다양한 산림치유프로그램이 진행된다. 청소년과 성인, 노인, 환우, 임산부들을 위한 프로그램이 마련돼 있어 알차고 유익하게 편백림을 즐길 수 있다. 문의 061-393-1777.

누리꾼들이 살았다는 전설을 갖고 있는 황룡강은 전남 장성군 북하면 신성리와 광주시 광산구 송대동 사이를 흐른다. 입암산과 백암산의 물줄기가 모여 일급수에 가까운 장성호를 이루고 황룡강으로 흘러든다. 황룡강 둔치 생태공원을 거니는 일상은 편안한 휴식을 안겨주기에 충분하다.

이곳 황룡강 일원과 흥길동 테마파크에서 지난 5월말 '홍(홍)길동무 꽃길 축제'가 열렸다. 장성군은 황룡강 일원 5만평 대지에 지난 겨울부터 붉은 꽃양귀비와 푸른 수레국화, 안개초, 백일홍 등을 심어 정성스레 꽃길을 조성하고 기존 '흥길동 축제'와 병합해 새로운 축제를 탄생시켰다. 꽃길 축제는 끝났지만 황룡강에 핀 꽃은 6월까지 만나 볼 수 있다.

◇자연으로 건강 채운 '황금밥상'  
장성군은 음식에도 노랑 이미지를 강조한다. 관내 음식점들과 함께 '건강한 밥상'을 컨셉트로 지난 3월부터 '황금밥상' 메뉴 개발에 들어갔다. 황금밥상 메뉴는 돼지, 닭, 오리류 이용한 황금알 정식과 다이어트에 효과적인 도토리 들깨탕, 계장 정식, 떡갈비 정식, 고등어 정식 등으로 구성된다. 축령산과 백암사에서 손두부 정식으로 새롭게 준비했다.

단풍나무 수액을 넣어 만든 수제 두부 전문점인 '단풍두부'도 황금밥상에 참여했다. 두부를 만드는 과정에 강황액을 넣어 색을 넣었다. 두부는 매일 만드는게 원칙이다. 그래서 이곳의 하루는 새벽 4시부터 시작된다. 기계의 도움없이 모든 과정이 수작업으로 진행되기 때문에 손님이 많이 찾는 날도 있다. 콩은 해평만 사용한다.

'황금밥상' 정식을 주문하면 두부보쌈과 두부전골을 맛볼 수 있다. 두부보쌈은 모두부와 돼지고기 수육, 강황을 넣어 조리한 황돈이 함께 나온다. 두부와 수육을 생김치에 함께 올려 삼합처럼 먹어도 맛있고 곁들여 나온 명이장아찌에 수육을

삼채먹기도 한다. 보쌈을 먹는 동안 전골이 끓기 시작한다. 전골 냄비가 넘치지 않을까 걱정이 될 정도로 냄비 안에 재료가 한가득이다. 목이버섯과 표고버섯, 팽이버섯, 느타리 버섯이 듬뿍 담겨 있고 산채나물을 넣어 메밀 피로 빛은 수제 만두, 먹음직스런 황금두부, 각종 야채까지 아낌이 없다. 도토리묵 무침, 숙주나물전, 아채샐러드, 계란찜까지 사이드 음식도 푸짐하다. 밑반찬 역시 명이장아찌와 삼채장아찌, 민들레 나물, 다래나물 등 건강식으로 채웠다. 문의 061-392-1515.

축령산 자락의 '추암관광농원'에서도 황금밥상은 이어진다. 이곳은 삼채 전문점이다. 삼채는 맵고 달고 쓴 세가지 맛을 가진 채소로 천연 식이 유효이 포함돼 있다.

삼채 전문점이라고 해서 삼채를 메인으로 먹는 게 아니라 다양한 음식에 삼채가 들어가 있다고 보는게 맞다. 일단 모든 메뉴가 '황금밥상'이다. 전체적인 상차림에 메인 요리만 바뀌어 삼채떡갈비 정식, 오리떡갈비 정식, 한우떡갈비 정식, 돼지 갈비 정식, 수육삼정식, 삼합정식, 삼채 닭백숙, 삼채 오리백숙, 삼채비빔밥 등을 주문할 수 있다.

삼합은 강황을 넣어 삶은 돼지고기와 알맞게 삭힌 홍어, 김치 대신 삼채무침으로 완성된다. 매콤하면서 달콤한 양념이 삼채의 맵고 달고 쓴 맛과 잘 어울린다. 닭백숙 특대기에도 삼채가 한 무더기 담겨 있다. 황금밥상에 걸맞게 노랑계 삶은 계란과 노랑 빛깔의 삼채, 노랑계 물들여진 백옥이 버섯이 닭백숙을 감싸고 있다.

삼채를 이용한 요리의 공통점은 모두 고기 요리라는 점이다. 삼채의 식이유효 성분이 콜레스테롤을 낮추는 역할을 하기 때문에 고기요리에 적합하다. 삼채를 잘게 썰어 고추장과 된장을 만들어 비빔밥에 넣어 먹거나 삼을 싸먹는 것도 방법이다. 문의 061-394-4601. /이보람 기자 boram@

/사진=최현배·김진수 기자 choi@



축령산 자락 '추암관광농원'서 선보이는 '황금밥상' 요리들.



백암사 입구 '단풍두부'에서 맛보는 '황금밥상'.

광주전남 기능장 **호**  
광주광역시 시장상 표창  
광주남구 청장상 표창

국무총리상 표창  
보건복지부 장관상 표창

# 大山 프리모 남녀 가발



특수가발 별매(원터치) 테잎 X 핀 X  
기능장이 직접 37년 시술 1만명 이상 내공

H.M사 동급제품 130만원 **59만원** ~

**062 673 5858 (모발모발)**

광주광역시 남구 주월동 라인가든아파트 상가2층(대광여고 옆)

매주 화요일 휴무  
일요일 정상 영업