

박상현의 '맛있는 이야기'



토렴과 한국 음식의 전통

부산에서 유동 인구가 가장 많은 서면에는 돼지국밥 골목이 있다. 이 골목엔 40년 이상 된 돼지국밥집이 서로 어깨를 맞대고 있다. 작년 5월 이 거리에서 하나의 사건이 발생했다. 대만 여행객이 촬영한 돼지국밥의 토렴 영상이 외국인들 사이에서 화제가 된 것이다. 밥이 담긴 뚝배기를 들고 뜨거운 국물을 담았다 빼는 동작을 반복하는 장면이었다. 토렴에 대한 이해가 부족한 그들의 눈에는 매우 불편해 보였을 것이다.

급기야 몇몇 외국인이 관할 구청과 부산관광공사 등에 민원을 제기했다. 국밥의 조리법이 비위생적이라 개선이 필요하다는 내용이였다. 외국인이 제기한 민원의 반향은 의외로 컸다. 관할 구청은 공개적으로 개선책을 마련하겠노라 발표했고 언론은 앞다투어 이 문제를 다뤘다. 당시 나도 방송과 인터뷰를 했던 기억이 있다.

사건 발생 후 돼지국밥 골목의 풍경은 어떻게 바뀌었는지 궁금해 직접 찾아가 봤다. 어떤 국밥집은 면장갑에 위생장갑까지 끼고 여전히 토렴을 고수하고 있었고, 어떤 국밥집은 쇠로 된 집게로 뚝배기를 들고 토렴을 하고 있었다. 그런데 일부 국밥집은 토렴을 아예 없애고 따로 국밥을 제공하고 있었다. 문제의 근원적

인 해결책이라기보다는 임시방편에 불과해 보였고 그런 변곡점 속에서 우리네 소중한 식문화가 하나둘 사라지는 것 같아 아쉬웠다.

사실 외국인의 민원이 아니라도 토렴은 결국 사라질 운명이었다. 보온밥솥이 보편화된 시대에 굳이 뜨거운 국물로 식은 밥을 데울 필요가 없어진 것이 첫 번째 이유다. 두 번째 이유는 인건비 때문이다. 밥이 든 뚝배기를 손에 들고 뿔뿔 끊는 국물을 재빨리 끼얹어 적정한 온도로 맞추는 일은 경험자의 몫이다. 속도와 타이밍이 관건이다. 그래서 어느 국밥집이건 토렴은 그 집에서 연륜이 가장 오래된 사람이 한다. 비싼 인건비를 써 가며 토렴을 하느니 차라리 국과 밥을 따로 내는 편이 효율적이다. 하지만 과연 그럴까?

산업이 발달하지 않았던 조선시대에 저장거리나 교통의 요충지에 있던 주막은 돈을 내고 끼니를 해결할 수 있는 거의 유일한 공간이었다. 주막의 메뉴는 예외 없이 국밥이었다. 국은 아궁이에 가마솥을 걸고 언제나 일정한 온도를 유지할 수 있었다. 하지만 밥은 그럴 수 없었다. 결국 손님상에 내기 전에 국물로 밥을 데우는 방식을 고안했으니 그것이 토렴이다.

토렴이 가능했던 것은 우리가 먹는 쌀의 특징에서 기인한다. 딱딱한 쌀이 말랑 말랑한 밥이 되는 과정을 호화(糊化)라고 한다. 쌀이 가진 아밀로스라는 분자는 단단하게 결합된 조직인데 열과 수분이 침투하면 서로 분리되고 부풀어 올라 먹기 좋은 상태가 된다. 갓 지은 밥을 상온에 두면 수분이 빠져나가면서 아밀로스 분자는 다시 원래대로 단단하게 결합하게 되는데 이를 노화(老)라 한다. 즉 토렴은 노화된 밥에 뜨거운 국물을 끼얹음으로써 다시금 호화를 촉진하는 과정이다. 그런데 식어 버린 밥을 토렴을 통해 먹기 좋은 상태로 만드는 건 아밀로스 함량이 적은 단립종만 가능하다. 안남미처럼 아밀로스 함량이 높은 장립종은 일단 노화가 진행된 후에는 아무리 뜨거운 국물을 끼얹어도 말랑말랑한 상태로 돌아가지 않는다. 과학적 지식 없이 오로지 경험으로 토렴을 발명한 우리 조상의 지혜가 놀라울 따름이다.

이렇게 국밥을 패스트푸드화 시킨 토렴은 산업화 시대에 그 역할을 톡톡히 한다. 일단 국과 밥만 있으면 일 분도 안 돼 국밥 한 그릇이 뚝딱 만들어 쪼고, 수백 명을 동시에 먹일 수 있었다. 밥 먹는 시간조차 아껴 현장에서 가야 했던 산업역군에게 국밥은 더할 나위 없는 끼니였

다. 75-80대쯤 정도 적당히 데워진 국밥은 후후 불어 가며 먹을 필요가 없었다. 여차하면 뚝배기를 들고 후루룩 마실 수도 있었다. 토렴은 그렇게 대한민국의 한 시대를 견인했다.

전기 에너지를 이용해 자동으로 밥을 짓는 전기밥솥이 처음 상용화된 것은 1952년이다. 보온밥솥이 상용화된 것은 1965년의 일이다. 심지어 지금은 전자레인지로 2분만 대우면 갓 지은 것과 다를 없는 따뜻한 쌀밥을 먹을 수 있다. 그럼에도 부산의 돼지국밥을 비롯해 서울 청진동의 해장국밥, 나주의 곱창, 전주의 콩나물국밥, 심지어 익산의 황등비빔밥까지도 몇몇 노포(老舖)에서는 토렴을 고집한다.

인간 관능의 총체인 '맛'은 그리 단순하지 않다. 오랜 세월 축적되고 정서 스미듯 때 비로소 깨닫는 것이다. 그냥 따뜻한 밥과 뜨거운 국물을 퐁퐁으로써 새로운 생명을 갖게 된 밥의 차이는 경험을 통해서만 분별이 가능하다. 토렴은 미호울적기기에 오히려 효율적이며, 그 비효율이 한때는 가장 효율적인 방식이기도 했다. 손도 대지 못할 뜨거운 뚝배기를 앞에 놓고 한국음식의 전통 운운하는 건 참모도 부질없어 보인다.

<맛 칼럼니스트>

의료칼럼

교정 치료의 적기



이경민 전남대치과병원 교정과 교수

도 있다. 그러나 그것은 부정 교합이 단순한 치아에 국한된 경우이며, 대부분의 경우는 해당하지 않는다.

그렇다면 교정 치료 시기는 어떻게 알 수 있을까? 가장 먼저 치과 의사에게 검진받는 것이 좋다. 요새는 초등학교에서 구강 검진을 정기적으로 실시하기 때문에 치아의 전반적인 상황을 알 수 있는 기회가 많다. 또는 걸음로 보기에 차이가 가시지만 아무 이상없어 보여도 혹시나 '내가 모르는 부정 교합이 생기는 않았을까'라는 생각이 든다면 바로 교정 치료를 찾는 것이 확실한 방법이다.

그럼 생애 첫 번째 교정 검진은 언제가 좋을까? 영구 대구치 즉 어금니는 대개 6세부터 맹출하기 시작해 7세가 되면 어느 정도 위아래 치아의 관계가 형성되기 때문에 아이의 생애 첫 번째 교정 검진은 6-7세가 적당하다. 첫 번째 교정 검진 이후 꾸준한 관찰과 관리를 받다 보면 가장 적절한 시기에 교정 치료를 시작할 수 있고, 앞으로의 성장기 동안 정상적인 턱 성장을 유도할 수 있다.

턱 성장과 관련해 조금 더 알아보자. 얼굴뼈는 상악이라고 부르는 위턱과 하

악이라고 부르는 아래턱으로 나뉜다. 상악은 머리뼈와 결합돼 있어 일찍 성장을 마치지만, 하악은 좀 더 늦게까지 성장한다. 키와 같은 일반적인 신체 성장은 여자의 경우 초경 후 1년 이내에 끝나고, 남자는 여자보다 2-3년 더 늦게 성장을 하는데 이러한 신체 성장 시기에 얼굴뼈도 같이 성장한다. 이때 위턱의 성장이 아래턱보다 많으면 입 주변이 돌출돼 보이는 외모, 즉 2급 부정 교합이라고 부른다.

반대로 아래턱이 위턱보다 많이 성장하면 주걱턱 외모의 3급 부정 교합이 된다. 더불어 이러한 얼굴뼈의 성장이 좌우 축 다른 비율로 일어나면 안면 비대칭이라고 하는 부정 교합이 생긴다. 이외에 1급 부정 교합은 얼굴뼈 성장이 정상이 되, 치아가 삐뚤빼뚤하거나 치아 사이 공간이 있는 등 부정 교합이 치아에 국한된 경우를 말한다. 1급 부정 교합인 경우에는 부정 교합의 양상이 비교적 간단해 모든 영구치가 맹출하고 나서 교정 치료를 시작하는 경우가 많다. 2급 부정 교합 즉, 위턱의 성장이 과도한 경우에는 환자 상태에 따라 다르지만 대부분 아래턱 성장이 일어날 때까지 지켜본다.

하지만 아래턱 성장이 많이 일어나는 3급 부정 교합의 경우는 다르다. 아래턱은 비교적 늦게까지 자라기 때문에 발견 즉시 아래턱 성장을 조절하고, 위턱 성장을 촉진하는 치료를 적극적으로 한다. 물론 환자에 따라 이러한 성장 치료가 실패할 수 있다. 그 이유는 교정 치료가 턱 성장을 100% 억제하거나 조절하는 것이 불가능하기 때문이다. 하지만 성장기의 교정 치료는 성인이 된 후에 하는 교정 치료의 범위를 줄여주는 이점이 있다.

교정 치료는 한 달이나 두 달에 한 번 꼴로 치료를 받으며, 2년 정도 지속된다. 따라서 정기적인 치료를 받아야 하는데, 치료가 계획된 대로 이뤄지지 않으면 부작용이 생길 수 있다.

학업 과정 등을 감안해 치료를 꾸준히 받을 수 없는 경우에는 치료를 연기하는 것이 좋고, 치료 초기 병원 방문이 잦은 점을 감안해 학생들은 방학이나 여름 휴가로 치료를 시작하는 것이 좋다.

부정 교합의 종류 및 양상 그리고 교정 치료의 과정·기간에 따라 교정 치료의 시기는 유동적인 만큼 개인에 맞는 최적의 시기를 찾는 것이 중요하다.

기고

상호 금융과 위기 극복의 정신



강국진 농협전남본부 상호금융 업무지원단장

아는 우리의 '공동체 정신'이 유감없이 지금 발휘되고 있는 것이다.

이러한 성숙한 공동체의 모습은 우리 역사 곳곳에서 발견된다. 특히 50년의 역사를 지닌 상호 금융 분야에서 '공동체 정신'이 두드러지게 나타난다. 상호(相互)라는 단어 자체가 '모두, 함께'의 의미를 담고 있듯이 상호 금융은 호혜적 특성을 지닌다. 즉 경제적으로 힘이 약한 사람들이 모여 조합을 결성해 각 조합원의 영세한 자금을 받아 조합원에게 융자하고 조합원 상호간의 원활한 자금 유통을 꾀하는 금융을 말한다.

현재 상호 금융업권으로는 농협, 신협, 수협, 산림조합, 새마을금고 등이 있다. 신용협동조합이 종교계와 직장 중심으로 결성돼 발전했다면, 마을금고는 재건 국민운동의 일환으로 발전했고 농업협동조합은 농협운동과 연계해 발전했다.

농협은 악성 고리 사채에 시달리는 농가를 돕고자 1969년 7월 상호 금융을 도입하면서 1971년 69%였던 농업인의 사채 의존도를 1995년 8%대까지 낮추는데 이바지했다. 비과세 예탁금(73년), 농어가 목돈 마련 저축(76년) 등 저축운동과 저리 융자를 통해 농업인의 재산형

성에 든든한 버팀목이 됐다. 이후 지속적인 금융 업무확대와 제도 개선으로 농업인의 자립 기반 마련, 금융 편의성 제공 등 지역에서 중추적인 금융기관으로서 단단하게 입지를 굳혔다. 2000년대는 금융권 변화에 발맞춰 인터넷·모바일 뱅킹, NH포뱅크를 선도적으로 도입해 쉽고 편한 디지털 금융을 확대했으며 외환·펀드 등 신사업 도입으로 비이자 수익 부분을 강화하며 그 수익의 일부를 농촌 사회 환원 사업에 쓰고 있다.

외국에서는 상호 금융의 효시를 1849년에 독일의 라이프라이젠 설립한 농촌 신용협동조합으로 여기고 있고, 우리나라에서는 메리 가브리엘라 수녀가 1960년 부산에서 도입한 성가신용협동조합으로 보고 있다. 170년이 넘는 역사에서 상호 금융이 여전히 견재한 이유는 그 태생 목적이 어려운 사람들을 도우려는 선한 마음에서 출발했기 때문이 아닐까? 그리고 그 선한 마음이 아무리 오랜 세월이 지나도 우리를 마음에 유전자처럼 남아 있기 때문은 아닌가 생각해 본다. 상호 금융의 역사가 사회적 약자를 향한 따뜻한 시선, 협동의 정신으로 악순환의 고리를 끊어내려는 의지, 서로 도우며

자립기반을 마련하고자 하는 공동선에서 시작돼 지금까지 성장했듯이 우리 사회 또한 이와 같은 정신으로 함께 힘을 합친다면 코로나 19는 물론 그보다 더한 위기가 찾아와도 극복해 나갈 수 있을 것이라 확신한다.

사회적으로 '따로 또 같이'라는 운동이 전개되고 있다. 이번 코로나19 사태로 사회적 거리 두기와 같이 타인과 '따로' 지내야 할 기간이 생각보다 길어질 수 있다. 그러나 우리는 또 '같이' 머리를 맞대고 위기를 극복할 지혜를 모아야 한다.

예전에 힘든 시기에 직장 선배가 추천해 준 '하이 파이브' (켄 블랜차드 의 지음)라는 책이 있다. 거기엔 나오는 "우리 모두를 합친 것만큼 현명한 사람이 없다"는 글귀가 요즘 들어 마음에 잔잔한 파장을 일으킨다.

우리가 상호 연대의 의식을 찬란하게 꽃피우고, 각자의 자리에서 성숙한 모습으로 소임을 다한다면 이 위기 또한 우리의 감격 어린 승리로 마무리될 것임을 믿는다. 그날이 오면 선배가 추천해 준 책의 제목대로 우리 모두 서로의 노고와 따뜻한 마음을 축하하며 기쁘게 손바닥을 마주쳐 보자. '하이 파이브!'

社說

'깜깜이 선거' 선거공보물 꼼꼼히 살피자

4·15 총선이 엿새 앞으로 다가온 가운데 우려했던 '깜깜이 선거'가 현실화되고 있다. 국가적 재난 상태인 코로나19로 인한 '사회적 거리 두기'로 후보자들의 대면 선거운동이 제약을 받으면서 출마자들의 얼굴과 공약도 모르고 투표를 해야 하는 상황에 처했기 때문이다. 실제로 예년에 비해 후보자들은 유권자와 악수를 나누거나 대중 앞에서 선거 유세를 하기 여의치 않은 실정이다. 더군다나 최근 '사회적 거리 두기' 기간이 또다시 연장됨으로써 '깜깜이 선거' 가능성은 더욱 높아진 상태다.

문제는 선거가 코앞으로 다가왔지만 코로나19 외에는 다른 이슈가 전혀 관심을 끌지 못하고 있다는 점이다. 물론 유권자들로서는 코로나19 사태가 워낙 위중한 사안인 만큼 후보자들의 선거 캠페인에 눈을 돌릴 마음의 여유가 없을 수 있다. 하지만 투표는 민주주의의 꽃이자 유권

자들의 의무다. 향후 4년간 국정을 감시하고 국민의 민의를 대변할 대표자를 뽑는 것은 매우 중요한 일이다. 소중한 한 표를 의미 있게 행사하기 위해서는 지역에 출마하는 후보자들의 면면과 각 정당들의 강령이나 공약 등을 세밀하게 살피는 게 절대적으로 필요하다.

따라서 앞으로 남은 기간 후보자들의 자질과 능력·공약을 알기 위해서는 먼저 선거공보물을 꼼꼼히 챙길 필요가 있다. 광주시선거관리위원회는 지난 4·5일 각 선거구별로 선거공보물을 발송했다. 아마 지난 주말을 전후로 각 가정에 도착했을 선거공보물에는 후보자의 정권·공약·재산·병역사항·세금납부·채납사항·전과 기록 등이 모두 들어 있다.

코로나19로 인해 후보자들과의 대면접촉이 어려운 만큼 유권자들은 선거공보물을 자세히 살펴보고 현명한 판단을 해야 할 것이다.

광주 코로나 한 달간 철벽 방어 이대로 꼭~

대도시인 광주에서 지난 한 달 동안 코로나19 지역 내 감염이 단 한 건도 발생하지 않은 것으로 집계됐다. 이는 전국 17개 시도 중 섬 지역인 제주도를 제외하고 유일한 사례여서 그 배경에 관심이 쏠리고 있다.

방역 당국에 따르면 광주에선 지난달 코로나19에 감염된 신천지 전도사와 접촉한 신도 A(25)씨가 15번째 확진 판정을 받은 이후 현재까지 지역 내 감염 사례는 없었다. 다만 이 기간 해외에서 입국했거나 그 사람과 접촉한 12명이 추가 확진 판정을 받았을 뿐이다. 방역 전문가들은 국내외에서 코로나 확산세가 이어지고 있는 상황에서 한 달 동안 지역 내 감염이 없는 것은 극히 이례적인 일로 보고 있다. 인구 150만 명에 육박하는 광주에서 수도권 등 전국을 오가는 사람이 하루 평균 10만 명을 웃돈다는 점을 감안하면 더욱 그렇다.

어떻게 이런 일이 가능했을까. 우선 광주시의 선제적인 방역 시스템 덕분일 것이다. 시는 지난달 전국 자치단체 중

유일하게 전문 의료진이 시장과 대등한 위치에서 참여하는 민간공동대책위원회를 구성해 정부 대응보다 한 단계 높은 방역 시스템을 가동했다. 이를 통해 정부 지침상으로는 농칠 뻔했던 14·15번째 확진자를 사전 격리하는 성과를 내 정부로부터 호평을 받았다.

위기 때마다 나뉘고 연대의 '주먹발 정신'을 발휘해 온 광주 시민들의 성숙한 시민의식도 감염을 최소화하는 동력이 되고 있다. '사회적 거리 두기'에 적극 동참하면서도 마스크를 이웃과 나누고 상인들을 돕기 위해 착한 소비 운동에 적극 나서고 있는 것이 대표적이다.

하지만 전염성이 강한 코로나 특성을 감안하면 언제 어디서든 집단 감염이 발생할 가능성은 충분하다. 따라서 지금까지 해왔던 것처럼 시민 위생 수칙과 종교·실내체육·유흥 시설 운영 중단 등 방역 지침을 철저히 지키는 게 중요하다. 그렇게 함으로써 지역 내 감염 철벽 방어로 코로나 청정 지역 광주의 이미지를 이어 나가야 할 것이다.

無等鼓

"안녕하세요?" 어제 아침 출근길, 집 근처에서 한 소녀의 인사를 받았다. 빗꽃 아래를 걸어오는데 초등학교 저학년 정도 보였었다. 아파트 엘리베이터 안에서 인사를 주고받는 일은 많지만, 아파트 안도 아니고 길거리에서 인사를 받으니, 처음엔 아는 집 아이인가 싶었다. "나를 아냐?" 하고 물었더니 그건 아니라며 환하게 웃는다. "그래 너도 오늘 잘 지내라." 한마디 건네고 전철역까지 가는데, 계속 기분 좋은 웃음이 나왔다.

학년 남자 아이도 인상적이었다. 아이는 '저녁 시간인데도 손님 하나 없는 식당에서 할머니가 혼자 식탁 닦는 모습'이나 '손님도 없는데 볼거 놓고 전기세만 나가는데 가게'를 보여 슬픔을 느낀다고 했다.

코로나19로 일상이 멈춰 버린 요즘, 이 기적인 어른들을 뜨겁게 하는 아이들의 감동 사연이 이어지고 있다. "2011년생이어서 오늘 약국에서 마스크를 샀어요. 아픈 사람을 위해 써주세요"라고 쓴 손편지와 함께 마스크 두 장을 보낸 경기도 남양주시 초등학교생이나 "뉴

스를 보다가 약국에 줄서 있는 할머니·할아버지가 안타까워 뭉치 꽃이 야기를 한창이었다. 빗꽃과 개나리, 난생 처음 들어 본 봄꽃까지 다양한 꽃이 야기가 오갔다. 그중 인상적이었던 건 "집에 늘 꽃을 꽂아 두는데 식물에서 꽃이나 꽃봉오리를 잘라 낸 '절화'(切花)를 사 오면 초등학교생 아들이 울어서 카라 등 구경을 사 온 후 키워 꽃을 본다"는 대목이었다. 순간, "저런 마음은 어디서 오는 걸까?" 가슴이 저릿했었다.

좋아하는 작가 정혜윤의 '살을 바꾸는 책 읽기'에서 만난 '호수'라는 초등학교 5

학년 아이도 인상적이었다. 아이는 '저녁 시간인데도 손님 하나 없는 식당에서 할머니가 혼자 식탁 닦는 모습'이나 '손님도 없는데 볼거 놓고 전기세만 나가는데 가게'를 보여 슬픔을 느낀다고 했다. 코로나19로 일상이 멈춰 버린 요즘, 이 기적인 어른들을 뜨겁게 하는 아이들의 감동 사연이 이어지고 있다. "2011년생이어서 오늘 약국에서 마스크를 샀어요. 아픈 사람을 위해 써주세요"라고 쓴 손편지와 함께 마스크 두 장을 보낸 경기도 남양주시 초등학교생이나 "뉴스를 보다가 약국에 줄서 있는 할머니·할아버지가 안타까워 뭉치 꽃이 야기를 한창이었다. 빗꽃과 개나리, 난생 처음 들어 본 봄꽃까지 다양한 꽃이 야기가 오갔다. 그중 인상적이었던 건 "집에 늘 꽃을 꽂아 두는데 식물에서 꽃이나 꽃봉오리를 잘라 낸 '절화'(切花)를 사 오면 초등학교생 아들이 울어서 카라 등 구경을 사 온 후 키워 꽃을 본다"는 대목이었다. 순간, "저런 마음은 어디서 오는 걸까?" 가슴이 저릿했었다.

좋아하는 작가 정혜윤의 '살을 바꾸는 책 읽기'에서 만난 '호수'라는 초등학교 5

光州日報 The Kwangju Ilbo
시장·발행·편집·인쇄인 김汝松 주필 李洪載 편집국장 崔宰豪
1952년 4월 20일 創刊 1980년 11월 29일 등록번호 광주기 1(일간) 우)61482 광주광역시 동구 금남로 224
대표전화 222-8111 / 220-0551(지사 지국) (국문 신청 배달 안내) 광고문의 062-227-9600
편집국안내 <대표 FAX 222-4918>
경 영 지 원 국 220-0515 문화사업국 220-0541
(FAX 222-8005) (FAX 222-0195)
편 집 부 220-0649 문 화 부 220-0661
정 치 부 220-0632 예 향 부 220-0692
기획관리국 227-9600 업무국 220-0551
(FAX 222-0195) (FAX 222-0195)
경 제 부 220-0663 사 진 부 220-0694
사회 부 220-0652 체 육 부 220-0621
(FAX 222-0195) (FAX 222-0195)
다 자 인 실 220-0536 서 울 지 사 02-773-9331
(FAX 02-773-9335)
\*구독료 월정 10,000원 1부 500원
본지는 신문윤리강령 및 실천요강을 준수합니다