

# 특 쏘는 여수의 맛 덕분에

## 사목사목 남도한바퀴 여수 로컬푸드

‘해양관광휴양도시’ 여수에는 해상케이블카와 아쿠아플라넷, 예술랜드, 밤바다와 ‘남만포차’ 등 볼거리와 즐길거리가 다채롭다. 오동도와 ‘금오도 비렁길’ 같은 생태 여행 코스도 여행자의 발길을 이끈다. 갯장어(하보)와 돌산 갯김치, 방풍잎, 해풍숙 등 먹거리도 빠뜨릴 수 없는 ‘오감만족’ 여수로 떠나본다.



여수 돌산읍을 중심으로 재배되고 있는 돌산갯은 재래갯에 비해 특 쏘는 매운맛이 적고 섬유질이 거의 없어 부드럽다.

# 엄니, 집나간 입맛 돌아와 부렸소

### ◇여수의 자랑 알싸한 돌산갯김치

독특한 향과 특 쏘는 매운맛 덕에 그 자체가 브랜드가 된 ‘돌산갯김치’는 여수가 자랑하는 첫 번째 특산물이다. 먹거리로 꼽힌다. 갯 지은 따끈한 밥에 잘 익은 돌산 갯김치 한조각 올려 먹으면 집나간 입맛이 돌아오고, 라면 한 가닥에 갯김치를 함께 집어먹으면 어느새 한그릇이 딱딱 사라지고 만다.

배추와 이지만 일반 배추와 달리 특 쏘는 매운맛이 특징인 갯은 겨자와 식물이다. 우리가 잘 아는 겨자가 바로 갯의 씨앗이다. 여수돌산갯은 재래갯에 비해 특 쏘는 매운맛이 적고 섬유질이 거의 없어 부드럽다. 잎 이면과 줄기에 잔털가시가 적다는 점도 기존 재래갯과는 차별된다.

돌산갯의 유래는 60년 전으로 거슬러 올라간다. 지금은 관광지로 더 알려진 여수시 돌산읍은 일제시대부터 일본인들이 채소 주산단지로서 이용했다고 전해온다. 내륙지방보다 일조량이 많고 토질이 좋아 채소 재배에 적합했기 때문이다. 돌산갯 역시 이때부터 시작됐다고 알려졌다.

돌산갯은 해방 이후인 1954년 일본고체 품종인 ‘만생평경대엽고체’가 돌산읍 우두리 세구지 마을에 도입돼 재배되기 시작했다. 이후 재래갯과 형태나 맛의 차이가 뚜렷하고 지역환경과 토성에 적합해 ‘돌산갯’으로 명명됐다.

섬에서 재배되고 시장출하도 마땅치 않아 30여년간 우두리 중심으로만 재배돼 오던 돌산갯은 1984년 12월 돌산대교 준공 후 도시민의 왕래가 잦아지고 재래시장이 서시장으로 출하되면서 재배면적도 확대됐다.

1985년 당시 65ha(돌산갯 43.5ha, 재래갯 21.5ha)였던 재배면적은 10년 후인 1995년 103.5ha(돌산갯 92ha, 재래갯 11.5ha)로 늘었고 2020년 현재는 돌산읍에만 291ha(생산량 2만7243t, 생산액 250억원) 규모로 확대됐다.

1994년 화양면 창부지역에서도 갯이 생산되면서 지역명에 따라 ‘돌산갯’, ‘화양갯’으로 출하되다가 2010년 7월 지리적표시 제67호 ‘여수돌산갯’으로 등록된 후 지금은 ‘돌산갯’으로 통합돼 출하된다.

화양면 돌산갯 재배면적은 한때 100ha까지 확대됐으나 현재는 64ha(생산량 6012톤, 생산액 55억원)다.



## 돌산갯

1984년 돌산대교 생김 뒤 알려져 재래갯보다 매운맛 적고 부드러워 물김치·피클·장아찌 담가 먹기도 맛·품질 위해 年 두 차례 경작 권유

돌산갯은 일반적으로 고춧가루와 파, 마늘, 생강, 멸치액젓, 생새우 등을 함께 갈아 빨갛게 버무린 갯김치로 담가먹는다. 대부분 봄, 가을에 생산되는 갯으로 담근다. 봄동 갯은 잎이 거의 없으며 맛도 가장 좋다. 취향에 따라 갯김치를 좋아하는 사람도 있지만 맛있게 사해서 먹는 사람들이 많다. 부드러우면서도 아삭거리는 식감이 뛰어나다. 갯김치 외에도 물김치나 피클, 장아찌를 담가 먹기도 한다.

돌산갯은 맛 뿐만 아니라 효능도 뛰어나다. 돌산갯의 매운맛은 시니그린이라는 성분에서 비롯되는데 시니그린 속의 일부 성분이 갯김치내 젖산균 등에 대해 항균작용을 갖게 하면서 김치의 발효를 지연시키고 부패를 방지해 저장성을 높여준다. 무기질인 칼슘과 철, 비타민 A, B, C 함유량이 높다. 풍부한 단백질은 성장기 발육을 촉진해 어린이들에게 좋으며 비타민C는 면역기능을 강화시켜 감기 예방



## 방풍잎

풍·두통·어지럼증·해열 효과  
폴리페놀·플라보노이드 많아  
항산화·시력·손발 기능 향상  
차·양갱·김·초콜릿 등 제품화

에도 도움을 준다. 돌산갯은 연작이 가능하기 때문에 장마철을 제외하고는 사계절 재배되지만 맛 좋고 품질 좋은 갯을 위해 일년에 2회 경작을 권장한다.

여수농협 박현영 조합장은 “농협에서는 농민들에게 2년 정도 재배해서 생산하기를 추천하는데 바쁘게 밭어먹고 살아오셨던 시골 어르신들은 끊임없이 농사를 지으려고 하기 때문에 배어내기 바쁘게 다시 심는 경우가 많다”며 “요즘 같은 기온에는 45일 이면 성장을 하기 때문에 맑게는 4-5년까지 재배해서 수확하기도 한다. 하지만 밭을 자주 갈다보면 병충해 등 연작 피해가 발생할 수 있다”고 전했다.

◇금오도 방풍잎과 거문도 해풍숙  
방풍(防風)은 미나리과의 식물로 우리나라에서는 남서부 해안가의 산지나 바위틈에 자라는 다년초다. 잎은 나뭇잎이나 썩채소, 뿌리는 한약재로 쓰이는 방풍은 여수 금오도에서 주로 자란다. 현재 금오



## 해풍숙

살균·살충력 뛰어난 진한 향기  
1월 어린 썩은 나물·국거리로  
영양 풍부하고 향기 좋은 4월 썩  
떡·아이스크림·우유·빵·막걸리로

도 두포, 연도, 우학, 심포지역 500농가에서 130ha의 방풍을 재배하고 있는데 출하시기는 2월 중순부터 5월초까지 이어진다. 다해 해풍을 맛고 자란 덕에 향긋하고 씹새래한 맛이 특징이다.

이름에서부터 풍(風)을 막는다는 의미를 담고 있는 방풍은 한방에서는 감기, 진통, 발한 등에 좋고 해서 오래전부터 민간요법에 사용돼 왔다. 특히 풍과 두통, 편두통, 어지럼증에 효과가 좋아 감기에 걸렸을 때나 뼈마디가 아플 때, 전신에 통증이 느껴지는 근육통과 관절통에도 진통과 해열 효과가 나타난다.

전북대 바이오식품소재개발 및 산업화 연구센터에서 실험한 결과에 따르면 금오도 방풍은 타지역 방풍에 비해 생리활성 물질인 폴리페놀화합물과 플라보노이드 함량이 풍부하게 함유돼 있다. 폴리페놀화합물은 항산화성, 항균성, 항암성 등의 생리활성을 갖는 것으로 확인된다. 플라보노이드는 효소

의 작용을 돕는 자연물질로, 모세혈관을 강화시켜 기억력 향상은 물론 눈을 맑게 해주며 손과 발의 기능을 향상 시켜준다고 기록돼 있다.

금오도 방풍을 이용한 다양한 제품도 개발되고 있다. 방풍잎을 띄워 구수하게 마실 수 있는 방풍차는 물론, 양갱, 방풍김, 방풍초콜릿도 개발해 판매 중이다. 방풍차를 맛있게 즐기 위해서는 정수기의 온수보다는 100℃로 팔팔 끓인 다음 70~80℃ 정도로 식힌 후 1~2g 넣어 2~3분 정도 우려마시는 게 좋다. 2~3회 재탕에서 마실 수도 있다.

육지에서부터 114km 떨어진 거문도 정정자연에서 자라는 ‘해풍숙’은 지리적표시 제85호로 등록된 여수의 대표 농특산물이다. 1985년부터 재배를 시작했다고 알려지는데 해풍을 맛고 자라사던 강인한 생명력과 진한 향을 갖고 있다. 이 향은 치내올이라는 정유성분으로 살균과 살충력이 뛰어나다.

특유의 맛과 향이 나는 썩은 건강 식재료로 널리 알려져 있는데 거문도에서 재배한 썩은 바닷바람을 맛고 자란다고 해서 ‘거문도 해풍숙’이라 이름 붙였다. 거문도 썩은 품종단일화를 위해 참삼만을 재배 생산하고 있다. 200여 농가에서 연간 425t의 썩을 생산하는데 향이 좋고 부드러운 것이 특징이다.

채취한 생숙은 1~4월중 유통이 된다. 거문도의 온화한 기후로 육지보다 40일 정도 수확이 빠르다. 1월에 수확한 어린 썩은 몸을 따뜻하게 하고 혈액순환에 좋아 나뭇잎이나 국거리용으로 즐겨 찾는다. 생숙은 전이나 떡요리에도 애용된다. 4월부터 수확된 썩은 향이 좋고 영양이 많아 떡을 만드는데 사용된다. 썩순편과 썩떡, 썩김치 등이 유명하다. 봄이 지나면 다양한 가공식품으로도 판매된다. 썩아이스크림, 썩우유, 썩막걸리, 썩빵도 맛볼 수 있다.

서도 장춘에 위치한 거문도해풍숙 힐링체험장에서는 훈증, 스파, 썩차체험 등 다양한 체험이 가능하다. 거문도 해풍숙만의 독특한 추출방식을 이용해 해풍숙 오일과 하이드로졸을 생산하는데 썩향을 머금은 수분을 증발시켜 안개식 사우나를 즐기는 것을 ‘거문도 해풍숙 아로마 훈증’이라고 한다. 몸에 좋지 않은 미세먼지와 곰팡이균 퇴치는 물론 피부의 탄력을 높여 건강한 피부유지에도 도움이 된다.

/이보람 기자 boram@kwangju.co.kr  
/사진·나명주 기자 mjna@여주시제공

SINCE 1982



각국 보청기 전문 A/S센터 상표등록 제2549335호

“인터넷 검색창에 **국제보청기** 를 보세요”

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



# 국제보청기

**Beltone**

2015~2019 대한민국소비자대상 소비자브랜드부문 [5년 연속] 수상

2016 미국 라스베이거스 CES 수상 혁신사다리 [혁신기술상] 수상

2017 미국 빅 이노베이션 어워드 (BIG Innovation Award) [혁신상품부문] 수상

- 본점** 서석동 남동성당 옆 062) 227-9940 062) 227-9970
- 서울점** 종로 5가역 1층 02) 765-9940
- 순천점** 중앙시장 앞 061) 752-9940