

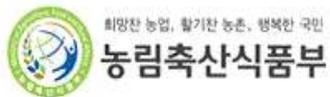
발간등록번호

11-1543000-000102-01

한국 근대 한식문헌 아카이브 구축

한국 근대 한식문헌 아카이브 구축 결과보고서 2
근대문헌해제 (근대요리서)

2013. 7.



II. 근대문헌 해제

1. 근대요리서들

목 차

Ⅱ. 근대문헌 해제(1)	1
1. 근대 요리서들	1
요리제법(조선요리제법, 우리나라음식 만드는법)	2
반찬등속	127
부인필지	139
조선무쌍신식요리제법	155
선영대조 서양요리법	233
Oriental Culinary Art(한국/중국/일본/필리핀)	236
간편조선요리제법	242
사계의 요리	293
일일활용신영양요리법	324
할팽연구	370
서양요리제법	382
가정주부필독	403
조선요리법	413
조선요리학	486
Korean Recipes	530
우리음식	535

■ 근대 요리서 목록

연번	서지명	출판연도	최초출판연도	저자	출판사	비고
1	요리제법 (조선요리제법, 우리나라 음식만드는법)	1939	1913	방신영	한성도서	한식
2	반찬등속	1913	1913	밀양손씨	필사본	한식
3	부인필지	1915	1915	빙허각이씨	필사본	한식
4	조선무쌍신식요리제법	1943	1936	이용기	영창서관	한식, 양식, 일식
5	선영대조 서양요리법	1930	1930	경성서양부인회	-	양식
6	Oriental Culinary Art(한국/중국/일본/필리핀)	1933	1933	George I. Kwon, Pacifico Magpiong	Wetzel Publishing Co.	한식, 중식, 일식, 필리핀식
7	간편조선요리제법	1934	1934	이석만	삼문사	한식
8	사계의 조선요리	1935	1934	영목상점	영목상점내외요리출판부	한식, 양식
9	일일활용신영양요리법	1935	1935	이석만	신구서림	한식
10	할팽연구	1939	1937	경성여자사범학교	한성도서	일식, 한식
11	서양요리제법	1937	1937	해리엣 모리스	이화여자대학교출판부	양식
12	가정주부필독(서양식/일식/한식)	1939	1939	이정규	경성명저보급회	양식, 일식, 한식
13	조선요리법	1943	1939	조자호	경성가정여숙	한식
14	조선요리학	1940	1940	홍선표	일한서방	한식
15	Korean Recipes(조선 요리법)	1945	1945	해리엣 모리스	Wichita, Kan	한식
16	조선요리/우리음식	1948	1948	손정규	삼중당	한식

【자료명】

『조선요리제법』

【정의】

1917년 『조선요리제법 朝鮮料理製法』(신문관 新文館 발행), 1939년 『조선요리제법』(한성도서주식회사 漢城圖書株式會社발행), 1952년 『우리나라 음식 만드는 법』(청구문화사 靑丘文化社 발행), 1958년에 『우리나라 음식 만드는 법』(장충도서출판사 獎忠圖書出版社 발행) 등으로 증보, 개정하였다.

이 책을 최초로 쓴 당시는 방신영 선생이 17세에 어머니의 조리법을 전수받아, 재료와 분량, 만드는 법을 우리말로 정리하였고, 23세가 되던 해에 출간하게 되었다.

이 책의 저술 동기에 대하여 필자 자신은 1939년판의 서문에서 “……그런고로 과학이 발달되고 위생이 보급된 각국에서는 음식물에 대한 연구와 음식 만드는 법에 대하여 크게 노력합니다. 그러나 우리 조선에는 이에 대한 책자도 없는 것을 유감으로 여겨서 천견을 불구하고 책을 저술 하였습니다”라 밝히고 있다.

○ 『조선요리제법 朝鮮料理製法』의 증보 발행 현황

방신영은 한국음식 조리법을 과학적으로 계량화하여 정리함으로써 한식의 조리과학적인 발전과 대중화에 기여하였다고 볼 수 있다. 각 음식 재료의 계량단위는 숟가락, 종자, 보시기, 홉, 되, 근, 개, 마리 등으로 표기하고, 인분에 따른 재료의 양을 표시하였다.

『료리제법』(1913년) 1913년 신문관에서 발행하였다고 하나 현재 인쇄본이 전하지 않고 있으나 한국음식 수 백 종을 최초로 계량화한 조리법의 준비단계라고 본다.

『조선요리제법』(1917년) 1913년 신문관에서 발행하였고 만가필비의 보감으로 불리며 당시 각 가정의 필독서로 여겨진다.

『조선요리제법』 3판(1921년) 1921년 광익서관에서 발행된 이 책은 위관 이용기의 서문이 있고, 저자 서문은 없고, 한국음식 만드는 법이 소개되고 뒷부분에 일본과 서양, 중국요리가 약간 나오고 있다. 목록을 보면 전체를 29장으로 나누어 1장 ‘국 만드는 법’부터 ‘25장 장·초 만드는 법’까지는 조선음식 238종을 조리법별로 구분되어 있다. 주식류는 밥 8종, 죽 11종, 미음 5종, 압죽 3종의 계 27종이고, 찬물류는 국 32종, 찌개 11종, 지짐이 5종, 나물 17종, 무침 4종, 포 8종, 전유어 6종, 산적 4종, 찜 5종, 회 2종, 잡종 30종, 어채 1종, 침채 12종, 젓 4종, 장·초 9 종으로 계 110종이고, 병과류는 떡 46종, 다식 9종, 정과 17종, 유밀과 9종, 강정 6종, 차 4종, 화채 10 종으로 계101종이 있다.

외국요리는 일본요리 19종, 서양요리 26종, 지나(중국)요리 12종이 나오고, 끝장에 접빈하는 법과 상 차리는 법, 음식을 먹을 제 주의할 일 12가지, 상극류와 우유 먹이는 법이 나온다. 『조선요리제법』 증보 7판(1936년) 1936년 한성도서에서 발행한 것으로 주부의

동무라는 부제가 붙는다.

『일일활용조선요리제법』 증보 9판(1939년) 1936년 한성도서에서 발행한 것으로 김활란, 정인보의 서문이 실린다.

『조선요리제법』 개정증보판(1942년) 전체를 60장으로 나누어 전반부에는 요리의 기초와 식품의 일반지식을 다루고, 기본의 양념과 장류와 초, 김치 등을 다루었다. 1장은 요리 용어의 해석으로 기명(器皿)과 식품에 대한 명칭과 생산지를 적었고, 2장 중량, 3장 주의할 사항은 음식저장법, 남은 음식, 상한 음식, 해독에 대해 적혀있다. 그리고 양념법, 분말 만들기, 소금, 기름, 당류가 나온다. 이어서 저장발효음식인 장 만드는 법에는 메주 쑤는 법과 장 17종, 초 7종, 젓 5종, 포 5종, 김치 29종, 장아찌 18종, 자반 9종, 마른 것 13종이 있다.

주식류는 밥 12종, 떡국 5종, 만두 4종, 국수 5종과 유동식으로 죽 16종, 의이¹⁾ 3종, 미음 4종 암죽 4종이 있다. 찬물은 국 41종, 찬국 3종, 즙 3종, 나물 23종, 전유어 15종, 찌개 13종, 지짐이 6종, 찜 10종, 찜 8종, 적 10종, 구이 9종, 조림 8종, 무침 7종, 어채 2종, 편육 5종, 회 5종, 묵 4종·두부·족편, 볶음 10종과 잡록에 16종이 있다. 잡록에는 계장·마늘선·장떡·강회가 나오고, 계란음식으로 완숙으로 삶은 계란인 팽란과 반숙인 수란, 알쌈이 있다. 밑반찬이 되는 김자반·매듭자반·튀각·콩자반·전복쌈·해삼초·전복초·홍합초·명란 등이 있다.

병과류와 음청류 차도 있는데, 떡은 시루편과 송편 등 27종과 기름에 지지는 떡은 전병과 화전을 포함하여 8종, 단자 9종과 경단과 구절판·빈대떡·밀쌈이 포함되어있다. 유밀과는 약과·중백기·만두과·약식 4종이 있다. 과편 4종, 정과 11종, 강정 11종, 옛 7종, 옛강정 7종, 숙실과 4종, 다식 9종, 유밀과 4종이 나오고, 화채는 15종과 차는 오미자차·국화차·매화차·포도차·삼차 등 5종이 나온다.

후반부에는 상 차리는 법에 교자상 식단의 음식명과 반배도가 실려 있다.

잔치는 봄·여름·가을·겨울에 계절별로 환갑차림·혼인차림·보통생일·돌차림을 구분하였다. 교자상 식단은 신선로, 과자, 시루편, 꿀, 경단, 수정과, 찜, 잡채, 전유어, 식혜, 누르미, 꿀, 편육, 초장, 잡탕, 김치, 과실, 떡볶이, 약식, 어채, 다식, 국수, 과줄, 수란, 정과 등을 차렸고, 보통 손님 식단으로 국수, 편, 삼색과일, 수정과(여름에는 화채), 식혜, 전유어, 누르미, 편육, 김치, 초장, 꿀, 약식으로 차렸다.

그리고 끝장에는 어린아이 젓 먹이는 법으로 우유 먹이는 법을 분유와 생유를 성장 시기에 농도를 달리하는 방법과 젓먹이는 시간이 쓰여 있다.

1) '의이(薏苡)'는 본래 울무를 가리킨다. 『성호사설』에서는 의이란 원래 곡물의 이름인데 죽 이름으로 잘못 사용하고 있다고 지적하였다. 『증보산림경제』, 『규합총서』, 『옹회잡지』 등에도 응이죽이 나오는데, “응이죽은 울무의 껍질을 벗기고 물에 담가 불린 다음 맷돌에 갈아서 앙금을 안치고 이 앙금을 말려 두었다가 죽을 쑤다. 그런데 언제부터인지 울무와는 아무 관계 없이 곡물을 갈아서 얻은 앙금으로 쑤 죽을 통틀어 응이라 부르게 되었다”고 하였다.

【음식 관련 정의】

책의 내용은 단순 요리서의 개념을 넘어 조리 과학서라 할 수 있을 정도로, 기초 조리 방법인 요리 용어의 해석, 중량 비교, 음식 저장법 등이 실려 있고, 이 기초법에 실린 요리 용어의 해석은 기명(器名)과 육류·생선류의 부분 명칭, 식물의 명칭 등 식품 사적 의미에서도 큰 의의가 있다. 또한 식품저장의 원리와 남은 음식, 상한 음식의 처리, 해독에 관한 기술은 우리 선조들의 지혜를 잘 이해하게 해준다. 주식류로 밥·죽·미음 등 40종, 부식류 28항목 300여 종이 실려 있다. 후식류로는 과점류²⁾와 화채류가 80여 종, 떡 만드는 법이 55종 소개되어 있다. 그리고 많지는 않으나 부분적으로 외국 요리가 소개되고 있어 이 시대의 사회상을 엿볼 수 있다.

교단에서 우리나라 요리를 강의하면서 쓴 최초의 책이며, 가장 많이 보급된 요리책으로 우리나라 전통요리의 방향을 제시해준 책으로 그 의미가 크다. 이는 전통에 바탕을 둔 요리 솜씨의 방향을 제시하였으며, 계속적인 수정본을 거듭하여 완성된 요리책의 시초로 겨레의 자랑거리라고 할 수 있다.

【서지】

표제/책임표시사항: 조선요리제법
 저자: 방신영 (方信榮) 저(著)
 발행사항: 서울, 한성도서 (漢城圖書), 소화(昭和)14[1939]
 형태사항: 496p., 19cm
 분류기호: 한국십진분류표(박봉석편), 5361
 소장처: 국립중앙도서관 보존용 자료

2) 한국의 전통 과자로 양과(洋菓)와 구별하기 위해 붙여진 명칭이다. 곡식가루를 반죽하여 기름에 지지거나 튀기는 유밀과, 가루를 꿀이나 조청으로 반죽하여 다식판에 박아낸 다식, 익힌 과일이나 뿌리 등을 조청이나 꿀에 조려 만든 정과, 과일을 삶아 걸러 굳힌 과편, 과일을 익혀서 다른 재료와 섞거나 조려서 만드는 숙실과, 견과나 곡식을 중탕한 뒤 조청에 버무려 만든 엿강정 등 여러 종류가 있다. 떡과 마찬가지로 전통 제례와 혼례·연회 등에 빼놓을 수 없는 음식이다.

【목차와 구성】

- 一. 요리 용어의 해석…一一
 - 1. 기명에 대한 것
 - 2. 식품에 대한 것
 - ㄱ 수육에 대하여(명칭과 부분 외 이름 들)…一一
 - ㄴ 어육에 대한 것(물고기에 대한 것과 생산하는 곳을 말함)…一二
- 二. 중량 비교…一四
- 三. 주의할 사항…一五
 - 1. 음식 저장법에 대하여…一五
 - 2. 남은 음식에 대하여…一五
 - 3. 상한 음식에 대하여…一八
 - 4. 해독에 대하여…二一
- 四. 양념 만드는 법…二二
 - 1. 알고명(황미, 백미 계란)…二二
 - 2. 초대(파초대, 미나리초대)…二三
 - 3. 석이…二四
 - 4. 표고…二四
 - 5. 버섯…二四
 - 6. 목이…二四
 - 7. 황화채…二五
 - 8. 미나리…二五
 - 9. 파…二五
 - 10. 깨소금…二五
 - 11. 잣가루…二六
 - 12. 마늘…二六
 - 13. 생강…二六
 - 14. 고추…二六
 - 15. 고기(국수에 얹는 것과 떡국에 얹는 양념)…二七
- 16. 계자…二七
- 17. 초장…二七
- 18. 초고추장…二七
- 19. 초젓국…二八
- 20. 소쓰…二八
- 21. 후추…二九
- 五. 분말 제조법…二九
 - 1. 쌀가루…二九
 - 2. 녹말…二九
 - 3. 수수가루…三〇
 - 4. 밤가루…三〇
 - 5. 콩가루…三〇
 - 6. 생강가루…三一
 - 7. 옛기름가루…三一
 - 8. 미수가루…三二
 - 9. 물이 안치는법…三三
 - 10. 갈분…三三
 - 11. 팥가루…三三
 - 12. 감자가루…三三
 - 13. 감가루(생감으로 만드는 것)…三四
- 六. 소금에 대하여…三四
 - 1. 본럼…三四
 - 2. 호럼…三四
 - 3. 재럼…三四
 - 4. 식탁럼…三五
- 七. 기름에 대하여…三五
 - 1. 참기름…三五
 - 2. 콩기름…三五
 - 3. 들기름…三五

4. 낙화생기름…三六
5. 도야지기름…三六
6. 소기름…三六
 - ㄱ 살진 소고기에 섞여있는 기름
 - ㄴ 콩팥을 싸고 있는 기름과 허리에 있는 기름
7. 빼터…三六
8. 면화기름…三七
9. 씨를 섞어 짠 기름…三七
10. 감람기름…三七
11. 마즈린…三七

- 八. 당류(糖類)…三八
 1. 꿀…三八
 - ㄱ 야청…三八
 - ㄴ 석청…三八
 2. 조청…三八
 3. 설탕녹인 것…三八
 4. 당밀(糖蜜)…三八
 5. 흑설탕…三九
 6. 황설탕…三九
 7. 백설탕…三九
 8. 사탕…三九
 9. 채탕(采糖)…三九
 10. 모탕…三九

- 九. 초…四〇
 1. 단 것(一) 六〇(二 六一(三))…四〇
 2. 초산(醋酸)…四一
 3. 맥아초(麥芽醋)…四一
 4. 능금초(林擒醋)…四二
 5. 포도초(葡萄醋)…四二

- 一〇. 메주 쪄는 법…四二

- 一一. 장(醬)…四三
 1. 간장…四三
 2. 어육장…四四
 3. 청대장…四四
 4. 좁장…四五
 5. 급히 만드는 장…四五
 6. 무장…四五
 7. 밀장…四六
 8. 된장 一, …四六
 9. 된장 二, …四七
 10. 멍쌀고추장…四七
 11. 보리고추장…四八
 12. 찹쌀고추장…四八
 13. 수수고추장…四九
 14. 팔고추장…四九
 15. 무거리고추장…五〇
 16. 떡고추장…五〇
 17. 약고추장…五一
 18. 담복장…五一

- 一二. 젓 담그는 법…五二
 1. 새우젓…五二
 2. 청어젓…五二
 3. 계젓…五三
 4. 조기젓…五三
 5. 알젓…五四
 6. 조개젓…五四
 7. 명란젓…五四
 8. 메리치젓…五五

- 一三. 김치(김장김치)…五五
 1. 통김치…五五
 2. 배추 소 버무리는법…五六

- 3. 석박지…五七
- 4. 젓국지…六〇
- 5. 쌈김치…六〇
- 6. 짬지…六一
- 7. 몽침이…六二
- 8. 깍뚜기…六二
- 9. 지럼김치…六三
- 10. 채김치…六四

- 一四. 김치二(보통때 김치)…六四
 - 1. 풋김치…六四
 - 2. 나백김치…六五
 - 3. 장김치…六五
 - 4. 외김치…六七
 - 5. 외소김치…六七
 - 6. 외지…六八
 - 7. 깍뚜기…六八
 - 8. 외깍뚜기…六九
 - 9. 굴깍뚜기…六九
 - 10. 숙깍뚜기…七〇
 - 11. 닭깍뚜기…七〇
 - 12. 갓김치…七〇
 - 13. 박김치…七一
 - 14. 곤재이젓김치…七一
 - 15. 전복김치…七一
 - 16. 굴김치…七二
 - 17. 돌나물김치…七二
 - 18. 열무김치…七三
 - 19. 옛젓…七三

- 一五. 찬국…七四
 - 1. 외찬국…七四
 - 2. 메역찬국…七四
 - 3. 김찬국…七五

- 一六. 장앗지…七六
 - 1. 무장앗지…七六
 - 2. 전복장앗지…七七
 - 3. 토란장앗지…七七
 - 4. 열무장앗지…七八
 - 5. 무말랭이장앗지…七八
 - 6. 파장앗지…七九
 - 7. 감자장앗지…七九
 - 8. 고추닐장앗지…七九
 - 9. 홍합장앗지…八〇
 - 10. 풋고추장앗지…八〇
 - 11. 외장앗지…八一
 - 12. 숙장앗지…八一
 - 13. 두부장앗지…八二
 - 14. 달래장앗지…八二
 - 15. 미나리장앗지…八二
 - 16. 머우장앗지…八三
 - 17. 감자장앗지二, …八三
 - 18. 마늘장앗지(마늘선)…八四

- 一七. 졸임…八四
 - 1. 장졸임…八四
 - 2. 저육졸임…八五
 - 3. 닭졸임…八五
 - 4. 멩태졸임…八五
 - 5. 붕어졸임…八六
 - 6. 민어졸임…八六
 - 7. 생선졸임들…八六
 - 8. 풋고추졸임…八七

- 一八. 찌개…八七
 - 1. 고추장찌개…八七
 - 2. 두부찌개…八七

- | | |
|----------------|---------------|
| 3. 방어찌개…八八 | 2. 우육볶음…一〇二 |
| 4. 붕어찌개…八八 | 3. 양볶음…一〇三 |
| 5. 북어찌개…八九 | 4. 천엽볶음…一〇四 |
| 6. 알찌개…八九 | 5. 송이볶음…一〇四 |
| 7. 우거지찌개…八九 | 6. 제육볶음…一〇四 |
| 8. 웅어찌개…九〇 | |
| 9. 된장찌개…九〇 | 二二. 무침…一〇五 |
| 10. 젓국찌개…九〇 | 1. 북어무침…一〇五 |
| 11. 조기찌개…九一 | 2. 메역무침…一〇六 |
| 12. 호박오가리찌개…九一 | 3. 김무침…一〇六 |
| 13. 명란젓찌개…九二 | 4. 대하무침…一〇六 |
| | 5. 김치무침…一〇七 |
| 一九. 지짐이…九二 | 6. 외지무침…一〇七 |
| 1. 무지짐이…九二 | 7. 짬지무침…一〇七 |
| 2. 우거지지짐이…九二 | |
| 3. 외지짐이…九三 | 二三. 나물…一〇八 |
| 4. 약적이…九三 | 1. 가지나물…一〇八 |
| 5. 호박지짐이…九三 | 2. 고비나물…一〇八 |
| 6. 암치지짐이…九四 | 3. 도라지나물…一〇九 |
| | 4. 무나물…一〇九 |
| 二〇. 찜…九四 | 5. 미나리나물…一一〇 |
| 1. 가리찜…九四 | 6. 숙주나물…一一一 |
| 2. 송어찜…九五 | 7. 썩갠나물…一一一 |
| 3. 붕어찜…九六 | 8. 콩나물…一一一 |
| 4. 게찜…九七 | 9. 물숙나물…一一二 |
| 5. 송이찜…九七 | 10. 풋나물…一一二 |
| 6. 외찜…九八 | 11. 시레기나물…一一三 |
| 7. 외찜…九九 | 12. 호박나물…一一三 |
| 8. 애호박찜…一〇〇 | 13. 외나물…一一六 |
| 9. 가지찜…一〇〇 | 14. 죽순채…一一六 |
| 10. 부레찜…一〇〇 | 15. 월과채…一一七 |
| | 16. 박나물…一一七 |
| 二一. 볶음…一〇一 | 17. 취나물…一一八 |
| 1. 닭볶음…一〇一 | 18. 파나물…一一八 |

- | | |
|-----------------|----------------|
| 19. 버섯나물...一一九 | 3. 꿩구이...一三五 |
| 20. 두릅나물...一一九 | 4. 염류구이...一三五 |
| 21. 고추넝나물...一一九 | 5. 생선구이...一三五 |
| 22. 잡누르미...一二〇 | 6. 제육구이...一三六 |
| 23. 잡채...一二〇 | 7. 우육구이...一三六 |
| | 8. 북어구이...一三六 |
| 二四. 생채...一二二 | 9. 방자구이...一三七 |
| 1. 무생채...一二二 | |
| 2. 도라지생채...一二三 | 二七. 적...一三七 |
| 3. 외생채...一二三 | 1. 누름적...一三七 |
| 4. 계자채...一二四 | 2. 사슬적...一三八 |
| 5. 숙주채...一二四 | 3. 산적...一三八 |
| 6. 탄평채...一二五 | 4. 파산적...一三九 |
| | 5. 송이산적...一三九 |
| 二五. 전유어...一二六 | 6. 닭산적...一三九 |
| 1. 등골전유어...一二六 | 7. 염통산적...一三九 |
| 2. 생선전유어...一二六 | 8. 잡산적...一四〇 |
| 3. 우육전유어...一二七 | 9. 섭산적...一四〇 |
| 4. 호박전유어...一二八 | 10. 장산적...一四〇 |
| 5. 풋고추전유어...一二九 | |
| 6. 새우전유어...一二九 | 二八. 자반...一四一 |
| 7. 제육전유어...一三〇 | 1. 자반준치...一四一 |
| 8. 굴전유어...一三〇 | 2. 자반조기...一四一 |
| 9. 채소전유어...一三一 | 3. 자반비웃...一四一 |
| 10. 낙지전유어...一三一 | 4. 자반고등어...一四一 |
| 11. 버섯전유어...一三二 | 5. 자반갈치...一四一 |
| 12. 비웃전유어...一三二 | 6. 자반뱅어...一四二 |
| 13. 미나리전...一三三 | 7. 자반연어...一四二 |
| 14. 파전...一三三 | 8. 자반밴댕이...一四二 |
| 15. 북어전유어...一三三 | 9. 자반전어...一四二 |
| | |
| 二六. 구이...一三四 | 二九. 편육...一四二 |
| 1. 가리구이...一三四 | 1. 우설편육...一四二 |
| 2. 닭구이...一三四 | 2. 제육편육...一四二 |

- | | |
|-----------------|---------------|
| 3. 소머리편육...一四三 | 1. 생선...一五〇 |
| 4. 엄핀편육...一四三 | 2. 조개...一五〇 |
| 5. 양지머리편육...一四三 | |
| | 三四. 목...一五一 |
| 三〇. 포...一四三 | 1. 녹두목...一五一 |
| 1. 편포...一四三 | 2. 메밀목...一五一 |
| 2. 산포...一四四 | 3. 청포...一五一 |
| 3. 약포...一四四 | 4. 도토리목...一五二 |
| 4. 약포별법...一四四 | 5. 두부...一五二 |
| 5. 어포...一四四 | 6. 족편...一五三 |
| | 7. 족편별법...一五四 |
| 三一. 마른 것...一四五 | 8. 전약...一五五 |
| 1. 암치...一四五 | 9. 제피수정...一五五 |
| 2. 굴비...一四五 | |
| 3. 대구...一四六 | 三五. 잡록...一五六 |
| 4. 판목...一四六 | 1. 마늘선...一五六 |
| 5. 가오리...一四六 | 2. 장떡...一五六 |
| 6. 북어...一四六 | 3. 계장...一五六 |
| 7. 문어...一四七 | 4. 강회...一五七 |
| 8. 전복...一四七 | 5. 팽란...一五七 |
| 9. 홍합...一四七 | 6. 수란...一五八 |
| 10. 해삼...一四七 | 7. 알쌈...一五八 |
| 11. 조갯살...一四七 | 8. 김자반...一五八 |
| 12. 새우...一四八 | 9. 매듭자반...一五九 |
| 13. 어란...一四八 | 10. 튀각...一五九 |
| | 11. 콩자반...一五九 |
| 三二. 회...一四八 | 12. 전복쌈...一六〇 |
| 1. 어회...一四八 | 13. 해삼초...一六〇 |
| 2. 굴회...一四九 | 14. 전복초...一六〇 |
| 3. 조개회...一四九 | 15. 홍합초...一六一 |
| 4. 육회...一四九 | 16. 명란...一六一 |
| 5. 잡회...一四九 | |
| | 三六. 쌈...一六一 |
| 三三. 어채...一五〇 | 1. 김쌈...一六一 |

- 2. 취쌈…一六二
- 3. 깻잎쌈…一六二
- 4. 피마자잎쌈…一六三
- 5. 호박잎쌈…一六三
- 6. 김치쌈…一六三
- 7. 배추쌈…一六四
- 8. 생치쌈…一六四

- 三七. 떡국…一六五
 - 1. 흰떡국…一六五
 - 2. 생떡국…一六五
 - 3. 떡볶이…一六六
 - 4. 떡볶이별법…一六七
 - 5. 수접이…一六七

- 三八. 만두…一六八
 - 1. 밀만두…一六八
 - 2. 모밀만두…一六九
 - 3. 어만두…一七〇
 - 4. 편수…一七一

- 三九. 국수…一七二
 - 1. 국수장국…一七二
 - 2. 냉국수비빔…一七二
 - 3. 냉면一, (겨울냉면)…一七三
 - 4. 냉면二, (여름냉면)…一七三
 - 5. 밀국수…一七四

- 四〇. 편…一七五
 - 1. 녹말편…一七五
 - 2. 영도편…一七五
 - 3. 모과편…一七六
 - 4. 산사편…一七六

- 四一. 정과…一七六
 - 1. 굴정과…一七六
 - 2. 인삼정과…一七六
 - 3. 들죽정과…一七七
 - 4. 련근정과…一七七
 - 5. 모과정과…一七七
 - 6. 맥문동정과…一七七
 - 7. 생강정과…一七八
 - 8. 유자정과…一七八
 - 9. 청배정과…一七八
 - 10. 행인정과…一七八
 - 11. 짝정과…一七九

- 四二. 강정…一七九
 - 1. 깨강정…一七九
 - 2. 싱검초강정…一八〇
 - 3. 흑임자강정…一八〇
 - 4. 송파강정…一八〇
 - 5. 잣강정…一八〇
 - 6. 호도강정…一八〇
 - 7. 계피강정…一八〇
 - 8. 요화대…一八〇
 - 9. 빈사파…一八〇
 - 10. 산자…一八〇
 - 11. 방울강정…一八一

- 四三. 옛…一八二
 - 1. 검은옛…一八二
 - 2. 흰옛…一八二
 - 3. 잣옛…一八二
 - 4. 깨옛…一八三
 - 5. 콩옛…一八三
 - 6. 호도옛…一八三
 - 7. 대추옛…一八三

-
- 8. 밤엿...一八三

 - 四四. 엿강정...一八三
 - 1. 잣엿강정...一八三
 - 2. 호도엿강정...一八四
 - 3. 깨엿강정...一八四
 - 4. 낙화생엿강정...一八四
 - 5. 콩엿강정...一八四
 - 6. 대추엿강정...一八五
 - 7. 검은콩엿강정...一八五

 - 四五. 숙실과...一八五
 - 1. 대추초...一八五
 - 2. 밤초...一八五
 - 3. 조란...一八六
 - 4. 윤란...一八六

 - 四六. 다식...一八六
 - 1. 흑임자다식...一八六
 - 2. 흑임자다식별법...一八七
 - 3. 녹말다식...一八七
 - 4. 밤다식...一八七
 - 5. 송화다식...一八七
 - 6. 검초다식...一八七
 - 8. 콩다식...一八八
 - 9. 생강다식...一八八

 - 四七. 유밀과...一八八
 - 1. 약과...一八八
 - 2. 중백기...一八九
 - 3. 만두과...一八九
 - 4. 약식...一九〇

 - 四八. 화채...一九〇
 - 1. 복숭아화채...一九一
 - 2. 배화채...一九一
 - 3. 영도화채...一九一
 - 4. 수단...一九二
 - 5. 보려수단...一九二
 - 6. 원소병...一九二
 - 7. 콩국...一九三
 - 8. 깨국...一九三
 - 9. 며수...一九三
 - 10. 송화수...一九四
 - 11. 배숙...一九四
 - 12. 수정과...一九四
 - 13. 식혜...一九五
 - 14. 향설고...一九六
 - 15. 책번...一九六

 - 四九. 차 다리는 법...一九七
 - 1. 오미자차...一九七
 - 2. 국화차...一九七
 - 3. 매화차...一九七
 - 4. 포도차...一九七
 - 5. 삼차...一九八
 - 6. 커피차...一九八
 - 7. 티차...一九八
 - 8. 포스텀차...一九九
 - 9. 코코차...一九九

 - 五〇. 즙...一九九
 - 1. 양즙...一九九
 - 2. 천엽즙...二〇〇
 - 3. 육즙...二〇〇

 - 五一. 의이...二〇〇
 - 1. 갈분의이...二〇〇

- | | |
|---------------|---------------|
| 2. 수수의이…二〇〇 | 2. 계국…二一〇 |
| 3. 울무의이…二〇一 | 3. 골탕…二一一 |
| 五二. 암죽…二〇一 | 4. 냉이국…二一一 |
| 1. 밤암죽一, …二〇一 | 5. 소두장이국…二一二 |
| 2. 밤암죽二, …二〇一 | 6. 아욱국…二一二 |
| 3. 쌀암죽…二〇一 | 7. 메역국…二一三 |
| 4. 식혜암죽…二〇二 | 8. 애탕국…二一三 |
| 五三. 미음…二〇二 | 9. 산나물국…二一四 |
| 1. 쌀미음…二〇二 | 10. 외무릅국…二一四 |
| 2. 송미음一, …二〇二 | 11. 토란국…二一五 |
| 3. 송미음二, …二〇三 | 12. 콩나물국…二一五 |
| 4. 좁쌀미음…二〇二 | 13. 토장국…二一六 |
| 五四. 죽…二〇三 | 14. 고사리국…二一六 |
| 1. 깨죽…二〇三 | 15. 버섯국…二一七 |
| 2. 녹두죽…二〇四 | 16. 배추속대국…二一七 |
| 3. 묵물죽…二〇四 | 17. 파국…二一七 |
| 4. 아욱죽…二〇四 | 18. 배추꼬리국…二一八 |
| 5. 장국죽…二〇五 | 19. 추포탕…二一八 |
| 6. 콩죽…二〇六 | 20. 수잔치…二一九 |
| 7. 팔죽…二〇六 | 21. 육개장…二一九 |
| 8. 흰죽죽…二〇六 | 22. 승기약탕…二二〇 |
| 9. 행인죽…二〇七 | 23. 신선로…二二一 |
| 10. 라락죽…二〇七 | 24. 곰국…二二三 |
| 11. 잣죽…二〇七 | 25. 완자탕…二二四 |
| 12. 재강죽…二〇八 | 26. 전골…二二五 |
| 13. 김치죽…二〇八 | 27. 두부전골…二二七 |
| 14. 조죽…二〇八 | 27. 족볶기…二二七 |
| 15. 보리죽…二〇九 | 28. 가리국…二二七 |
| 五五. 국…二〇九 | 29. 넙치국…二二八 |
| 1. 맑은장국…二〇九 | 30. 대구국…二二八 |
| | 31. 도미국…二二九 |
| | 32. 도미국수…二二九 |
| | 33. 민어국…二三一 |
| | 34. 조기국…二三一 |

-
- | | |
|-----------------|------------------|
| 35. 조개국...二三二 | 五八. 떡...二四三 |
| 36. 준치국...二三二 | 1. 거피녹두떡...二四四 |
| 37. 명태국...二三二 | 2. 백설기...二四五 |
| 38. 닭국...二三二 | 3. 흰무리...二四六 |
| 39. 백숙...二三三 | 4. 꿀편...二四七 |
| 40. 초계탕...二三三 | 5. 깨설기...二四八 |
| 41. 어굴탕...二三三 | 6. 시검초떡...二四九 |
| | 7. 팔떡...二四九 |
| 五六. 습...二三四 | 8. 녹두떡...二五〇 |
| 1. 로서아습...二三四 | 9. 무떡...二五〇 |
| 2. 시금치습...二三五 | 10. 호박떡...二五一 |
| 3. 곰습...二三五 | 11. 느티떡...二五一 |
| 4. 고기습...二三六 | 12. 썩떡...二五二 |
| 5. 닭습...二三六 | 13. 거피팔떡...二五二 |
| 6. 일년감습...二三七 | 14. 찰떡...二五二 |
| 7. 청두습...二三七 | 15. 두텁떡...二五三 |
| 8. 조개습...二三七 | 16. 굴병떡...二五四 |
| 9. 굴습...二三八 | 17. 잡과병...二五四 |
| 10. 계란우유습...二三八 | 18. 석탑병...二五五 |
| | 19. 감떡...二五六 |
| 五七. 밥...二三八 | 20. 로단병...二五七 |
| 1. 흰밥...二三九 | 21. 감자병...二五七 |
| 2. 짬밥...二三九 | 22. 서속떡...二五七 |
| 3. 김치밥...二三九 | 23. 송편...二五八 |
| 4. 중등밥...二四〇 | 24. 송편별법...二五九 |
| 5. 콩밥...二四〇 | 25. 증편...二五九 |
| 6. 조밥...二四〇 | 26. 증편별법...二六〇 |
| 7. 보리밥...二四〇 | 27. 방울증편...二六一 |
| 8. 밤밥...二四一 | 28. 흰떡...二六二 |
| 9. 감자밥...二四一 | 29. 인절미...二六二 |
| 10. 별밥...二四一 | 30. 썩인절미...二六三 |
| 11. 부빔밥...二四二 | 31. 청정미인절미...二六三 |
| 12. 잡곡밥...二四三 | 32. 개피떡...二六三 |
| | 33. 송기떡...二六四 |

- 34. 주악…二六四
- 35. 밤주악…二六四
- 36. 찰전병…二六五
- 37. 돈전병…二六五
- 38. 석류병…二六五
- 39. 화전…二六六
- 40. 밀전병…二六六
- 41. 밀전병별법…二六七
- 42. 구절판…二六七
- 43. 수수전병…二六九
- 44. 빈자떡…二七〇
- 45. 밀쌈…二七〇
- 46. 단자…二七一
 - ㄱ 팔단자…二七一
 - ㄴ 밤단자…二七一
 - ㄷ 석이단자…二七二
 - ㄹ 유자단자…二七二
 - ㅁ 생편…二七二
- 47. 싱검초단자…二七三
- 48. 썩굴리一, …二七三
- 49. 썩굴리二, …二七四
- 50. 경단…二七四
 - ㄱ 팔경단…二七五
 - ㄴ 콩경단…二七五
 - ㄷ 깨경단…二七五
- 五九. 각 절기에 대한 잔치…二七五
 - 1. 봄 잔치…二七五
 - ㄱ 환갑…二七五
 - ㄴ 혼인…二七五
 - ㄷ 생일…二七五
 - ㄹ 어린이 돌…二七六
 - 2. 여름 잔치…二七六
 - ㄱ 환갑…二七六
 - ㄴ 생일…二七七
 - ㄷ 어린이 돌…二七七
 - 3. 가을 잔치…二七七
 - ㄱ 환갑…二七七
 - ㄴ 생일…二七八
 - ㄷ 돌잔치…二七八
 - 4. 겨울 잔치…二七八
 - ㄱ 환갑…二七八
 - ㄴ 생일…二七八
 - ㄷ 백일잔치…二七九
 - 六〇. 상 채리는 법…二七九
 - ㄱ 교자 상 채리는 법…二七九
 - ㄴ 보통 상 채리는 법…二八二
 - 六一. 어린아이 젓 먹이는 법…二八二
 - 1. 우유 먹이는 법一, …二八三
 - 2. 우유 먹이는 법二, …二八三
 - 3. 젓 먹이는 시간에 대하여…二八四

【음식관련 내용】

1. 초

표 1. 『조선요리제법』에 기록된 초의 종류와 재료

음식명	주	재료(재료)	조리법	본문내용
-----	---	--------	-----	------

원문명	현대어명	재료	가짓수)		
초산	초산	누룩	기장, 누룩 가루, 물, 백미, 대추, 도라지 (6)	기장과 백미로 밥 짓기 → 끓는 물에 누룩 가루 타기 → 밀봉 → 익은 누룩 깨뜨리기 → 누룩, 대추, 도라지 구워 넣기	이 초산은 상점에서나 약방에서 파는 것이니 물을 타서 쓰기에 편하기는 하나 사람에게 크게 해가 되나니 쓰지 않도록 하는 것이 좋으니라
맥아초	맥아초	곡류	곡류, 누룩	곡류 발효 → 식힘 → 산화	이는 곡류를 가지고 만드는 것이니 매우 좋은 것인데 맥주 만드는 법대로 발효를 식혀가지고 산화시키면 초가 되나니 이렇게 초밀을 만들어서 할찌니라
능금초	사과식초	사과	사과, 누룩	사과 갈기 → 체에 거르기 → 발효 → 산화	능금을 갈아서 체에 걸러가지고 술 만드는 법대로 발효시키고 또 다시 산화시켜 만드나니 몸에 유익을 크게 주는 것이니라
포도초	포도초	포도	포도, 누룩	포도 갈기 → 체에 거르기 → 발효 → 산화	이것도 능금초와 같이 만드나니라

『조선요리제법』에 기록된 초의 종류와 재료, 조리법이다. 초의 종류는 총 4가지이며, 초산, 맥아초, 능금초, 포도초가 나타나 있다. 초산은 기장과 백미로 밥을 지어 누룩으로 발효를 시키며, 능금초와 포도초는 과일을 갈아 발효시켜 만든다고 설명되어 있다. 초산은 특히 상점에서 파는 초로 물에 타서 쓰기는 쉽지만 사람에게 크게 해가 되기 때문에 쓰지 않는 것이 좋다고 말하고 있다.

2. 장

표 2. 『조선요리제법』에 기록된 장류의 종류와 재료

음식명		주재료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				
간장	간장	메주	메주, 소금, 대추, 물, 고추, 술(6)	메주를 독에 넣기 → 소금물 붓기 → 고추, 대추 넣기 → 숙성 → 체에 걸러가마솥에 붓기 → 달이기	[전략] 메주를 솔로 정하게 씻어서 독속에 차례로 재어 넣고 준비해 두었던 소금물을 체에 바쳐서 붓고 고추와 대추를 원이 ³⁾ 로 넣고 [중략] 가마솥에 붓고 다릴찌니 [후략]
어육장	어육장	메주	둔육, 꿩, 닭, 건강,	둔육, 꿩, 닭, 생선, 전복, 홍합 손질 →	[전략] 고기를 넣고 그 다음에 닭과 꿩을 넣고 생선을 넣고 전

			메주, 생선, 전복, 홍합, 소금, 물 (10)	손질한 재료를 넣고 메주를 넣음 → 소금물 붓기 → 밀봉	복과 홍합을 넣고 메주를 차례로 얹고 소금물을 부어서 꼭 봉해서 [후략]
청대장	-	청대콩	콩, 물, 고추, 소금, 대추 (5)	청대콩 거피 → 알맹이 찌기 → 으깨기 → 멍쳐 메주 만들기 → 하얗게 되면別に 바삭 말리기 → 장 담그기	청대콩을 껍질을 벗겨서 속알만 시루에 찌서 절구에 찧어가지고 종자만큼씩 멍쳐서 섬속에나 항아리속에 넣어 메주 퍼우는 법대로 퍼워서 메주 거죽이 하얗게 되거던別に 말려가지고 장을 담그나니 메주는 돌과 같이 되도록 바삭 말릴찌니라
즙장	즙장	밀기울, 콩	밀기울, 콩, 누룩가루, 물, 소금(5)	밀기울, 콩 찌기 → 으갠 후 덩어리 만들기 → 메주 발효 되면 말림 → 가루로 만들 → 누룩가루, 물, 소금과 섞기 → 밀봉	[전략] 메주가 누렇게 되고 거죽이 하얗게 입혀지거든 꺼내어 잘 말려서 가루를 만들어 누룩가루와 물을 함께 섞고 소금을 넣고 잘 섞은 후에 꼭 봉해서 [후략]
급히 만드는 장	-	된장	소금, 밀가루, 된장, 물(4)	소금, 밀가루 볶기 → 된장, 물 붓고 끓이기 → 체에 걸러주기	소금을 볶다가 밀가루를 함께 넣고 볶아서 빛이 누렇게 되거든 묽은 된장을 넣고 물을 붓고 끓여서 한참 끓은 후에 체에 걸러서 쓰나니라
무장	무장	메주	메주, 물, 소금, 파, 붉은 고추, 두부, 초, 고춧가루(8)	메주 건조 → 메주 깨뜨리기 → 독에 메주, 물, 붉은 고추, 두부 넣기 → 밀봉 → 고춧가루, 소금, 파 넣기	잘 만든 메주 주먹만한 것 한 덩어리를 정하게 씻어가지고 깨뜨려서別に 정하게 잘 말려서 항아리에 담고 물을 붓고 붉은 고추를 넣고 두부를 썰어 넣고 꼭 봉해서 [후략]
밀장	밀장	밀	밀, 콩(2)	밀, 콩 볶기 → 가루내기 → 반죽 → 찌기 → 건조 → 가루내기 → 간장으로 반죽 → 항아리에 반죽, 말린 오이, 가지 넣기 → 더운 곳에 밀봉	[전략] 밀을 잘 대껴서 콩 볶듯 볶아서 가루를 만들고 콩도 볶아서 껍질을 벗기고 가루를 만들어서 함께 섞어 반죽을 한 후 밤알만큼씩 멍쳐서 시루에 넣고 찌서 [중략] 가루를 만들어서 간장으로 반죽을 하고 [후략]
된장一	된장	메주	간장 뜨고 남은 메주	간장 뜨고 남은 건더기를 독에 넣음 →別に 건조	[전략] 간장을 뜨고 남은 찌기로 된장을 만드는 것이니
된장二	된장	메주	메주, 소금물	독에 메주 넣기 → 메주가 잠길 만큼	[전략] 독에 메주를 넣고 소금물을 만들어서 메주가 겨우 잠길만

				소금물 붓기 → 밀 봉	콤 붓고 꼭 봉해두었다가 익은 후에 잘 섞어서 꼭꼭 눌러 두고 [후략]
멥쌀 고추장	멥쌀 고추장	쌀	메주가루, 고춧가루, 물, 소금, 쌀(5)	소금물로 죽 쑤기 → 메주가루 넣기 → 1일 숙성 → 고 춧가루 넣기 → 밀 봉	[전략] 소금물로 백미를 죽을 쑤 나니 되다랗게 죽을 쑤어 메주 가루에 넣고 주걱으로 잘 섞어서 하룻밤을 지낸 후에 고춧가루를 넣고 충분히 섞어서 향아리에 담 아 꼭 봉해가지고 [후략]
보리고 추장	보리고추 장	보리	보리가루, 고춧가루, 쌀 가루, 메주가루, 소금, 물 (6)	보릿가루, 쌀가루, 소금물로 죽 쑤기 → 메주가루 넣기 → 1일 숙성 → 고 춧가루 넣기 → 밀 봉	보리가루와 설가루를 소금물에 붓고 되다랗게 죽을 쑤어가지고 메주가루에 붓고 잘 섞어서 하룻 밤을 지낸 후 고춧가루를 넣고 주걱으로 잘 섞어 향아리에 담고 망사로 꼭 봉해서 [후략]
맥잡쌀 고추장	잡쌀고추 장	잡쌀	잡쌀, 메 주 가루, 고춧가루, 소금, 물 (5)	잡쌀, 소금물로 죽 쑤기 → 메주가루 넣기 → 1일 숙성 → 고춧가루 넣기 → 밀봉	물에 소금을 풀어가지고 잡쌀로 되다랗게 죽을 쑤어 메주가루에 잘 섞어서 하룻밤쯤 지낸 후에 고춧가루를 섞어서 향아리에 넣 고 망사로 꼭 봉해서 [후략]
수수 고추장	수수고추 장	수 수 가 루	수수가루, 메주가루, 고춧가루, 소금, 물 (5)	수수가루, 소금물로 죽 쑤기 → 메주가 루 넣기 → 1일 숙 성 → 고춧가루 넣 기 → 옛기름가루 넣기 → 밀봉	수수가루를 소금물로 죽을 쑤어 서 메주가루에 잘 섞어서 하룻밤 지낸 후에 고춧가루를 치고 충분 히 섞고 옛기름가루를 약간 넣어 섞나니 [후략]
팥고추 장	팥고추장	적 두	적두, 콩, 고춧가루, 백미, 찹 쌀, 소금, 물(7)	콩, 팥 삶기 → 찢 기 → 백미로 흰 무리 만든 후 같이 찢기 → 덩어리 만 들기 → 더운 곳에 놓기 → 건조 → 찹쌀 죽 쑤기 → 가루 섞기 → 식히 기 → 고춧가루, 소 금 넣기 → 밀봉	콩을 삶다가 무를만 하거던 팥을 넣고서 삶아 팥물이 콩에 훨씬 들도록 익힌 후에 절구에 넣고 찢을 때에 백미 닳되는 흰 무리 를 만들어서 콩과 함께 넣고 찢 어 [중략] 벌에 바싹 말려 찢어 서 고운 체로 쳐서 가루를 만들 어놓고 찹쌀을 묽게 죽을 쑤어 가루에 섞어 놓았다가 다 식은 후에 고춧가루와 소금을 섞어서 망사로 꼭 봉해서 [후략]
무거리 고추장	무거리고 추장	메 주 무 거 리	메주무거 리, 고춧 가루, 물, 소금(4)	메주무거리, 고춧가 루, 물을 더운 곳에 두기 → 1일 숙성 → 소금 간하기	메주가루 만들고 남은 메주무거 리에 굵은 고춧가루를 넣고 물을 적당히 부은 후 한참동안 저어서 더운곳에 하루쯤 두었다가 소금 을 간맛게 쳐서 만드나니 [후략]
떡 고추장	떡 고추장	찹 쌀	콩, 백미, 물, 찹쌀,	백설기 찢기 → 메 주콩 삶기 → 백설	[전략] 메주콩을 찢는데 물 한 동이 가웃을 붓고 삶아서 절구에

			고춧가루, 소금(6)	기와 메주콩 찌기 → 모양내어 건조 → 가루내기 → 찹쌀로 밥 짓기 → 메주가루와 섞기 → 고춧가루, 소금 넣기	넣고 찜나니 찜을 때에 백설기 편 것을 넣고 같이 찜어서 곱게 찜은 후 적은 주먹만큼씩 떼어 동글납작하게 만들어서 별에나 온돌에 놓아 꾸둑꾸둑 말려가지고 [중략] 찹쌀로 질게 밥을 지어서 메주가루에 섞어 두어 시간 놓아두었다가 고춧가루를 섞어서 하룻밤 지낸 후에 소금을 넣고 [후략]
약 고추장	약고추장	고기	고추장, 고기, 사탕, 파, 생강, 기름, 물(7)	고기, 피 짓이기기 → 익히기 → 다시 짓이기기 → 생강 이긴 것과 고추장, 설탕, 물, 기름 넣고 볶기	고기와 파를 곱게 이겨서 냄비에 담고 익혀가지고 다시 도마에 놓고 곱게 이겨서 냄비에 넣고 생강 이긴것과 고추장을 넣고 설탕을 넣고 물 치고 기름도 함께 넣고 저으면서 볶나니 빛이 거므스름하도록 볶나니라
담복장(급히 만드는 고추장)	담복장(청국장)	콩	콩, 물, 사탕, 파, 무, 생강, 물(7)	굵은 콩 볶기 → 거피 → 삶기 → 건져 → 무, 생강, 무거리, 고춧가루, 소금 넣기 → 밀봉	굵은 콩을 볶아서 맷돌에 타서 껍질을 까불러버리고 솥에 넣고 물을 붓고 삶아서 바꾸니에 건져 담고 짬이나 가랑잎을 정하게 씻어가지고 콩을 덮고 더운 방에 시오일동안 두었다가 주걱으로 때보아서 실같은 진이 생겼거든 솥에 넣고 무를 썰어 넣고 생강을 이겨 넣고 무거리 고춧가루를 넣고 소금을 넣고 [후략]

『조선요리제법』에 기록된 장류의 종류와 재료, 조리법이다. 그 종류로는 18가지이며, 간장, 어육장, 청대장, 즈장, 급히 만드는 장, 무장, 밀장, 된장, 멧쌀 고추장, 보리고추장, 맥잡쌀고추장, 수수고추장, 팔고추장, 무거리고추장, 떡고추장, 약고추장, 약고추장, 담복장이 있다. 그 중 무장은 메주를 건조시켜 깨뜨리고 독에 메주, 물, 붉은 고추, 두부를 넣어 만드는 장이며, 무거리고추장이란 메주가루를 만들고 남은 메주 무거리에 고춧가루와 더운 물을 부어 만드는 장이다. 어육장은 고기, 닭과 꿩, 생선, 전복, 홍합을 넣고 메주를 차례로 얹고 소금물을 부어서 꼭 봉해서 만드는 장으로 다양한 재료가 들어가는 장이다.

3. 젓

표 3. 『조선요리제법』에 기록된 젓의 종류와 재료

3) 원이는 완전하게라는 뜻을 갖는다.

음식명		주재료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				
새우젓	새우젓	새우	새우, 붉은 고추 (풋 고추),		새우젓은 빛이 희고 꼬리가 붉고 배가 통통한 것이 좋은 것이니 [후략]
청어젓	청어젓	청어	청어, 소금, 물, 고춧가루 (4)	청어 손질 → 소금 치기 → 청어 올리기 → 소금치기 → 건조 → 독에 넣고 소금치기 → 끓인 소금물 식혀 붓기 → 밀봉	비웃(청어)을 정하게 씻고 비늘을 깨끗하게 긁고 내장을 다 빼낸 후 채반에 한켜를 놓고 소금을 뿌리고 또 비웃 한 켠 놓고 소금 뿌리고 이렇게 해서 놓아두면 비웃젓이 빠질 것이니 다 빠진 후에 별에 퍼놓아 수독수독 마르거든 향아리에 한켜 넣고 소금을 치고 이와 같이 매켜 넣으면서 다 넣은 후 소금물을 끓여 식혀 붓고 돌을 눌러 놓고 꼭 봉해둘찌니라 [후략]
게젓	게젓	방게	게, 생강, 고추, 간장(4)	게 물 빼기 → 붉은 고추, 생강 넣기 → 간장 끓이고 식힌 후 붓기 → 밀봉	[전략] 거꾸루 얹어놓아 물을 다 뺀 후에 향아리에 담고 붉은 고추를 씨 빼고 세로막에 잘려 넣고 생강도 얇게 저며서 넣은 후 간장을 게가 잠길만큼 펄펄 끓여서 다시 식혀 붓고 꼭 봉해두어 [후략]
조기젓	조기젓	조기	조기, 소금, 물(3)	조기 손질 → 소금 뿌리기 → 조기비늘로 육수 우리기 → 육수 붓기 → 밀봉	[전략](조기가 보이지 않도록 소금을 하얗게 뿌릴 것) 맨 위에는 소금을 더 많이 뿌리고 조기 비늘 굵은 물을 술에 붓고 펄펄 끓여서 가라앉혀 식혀가지고 체에 곱게 바쳐서 조기향아리에 붓고 꼭 봉해두었다가 [후략]
알젓	알젓	생선알	준치.송어.민어.고등어알, 파, 고추, 물, 소금 (5)	알에 파, 고추로 양념 → 소금물 끓여 섞기	알젓은 준치, 송어, 민어, 고등어들의 알로 담그는 것이니 파와 고추로 양념을 하고서 물을 약간 치고 끓여서 먹나니라
조개젓	조개젓	조개	고춧가루,	고춧가루와 다진 파	조개젓은 전조개젓과 물조

			파, 조개, 소금(4)	넣고 먹기	개젓이 있나니 먹을 때에 고춧가루와 파 이긴 것을 넣고 먹는 것이니라
명란젓	명란젓	복어의 알	복어의 알, 파, 고추, 물, 옴파(5)	명란 자르기 → 파, 고추를 물을 친후 끓이기	[전략] 명란을 도마에 놓고 잘 드는 칼로 옴파 길이로 잘라서(다른 것을 써는 것과 같이 썰지 말고 칼로 툭 툭 쳐서 잘라) 접시에 담아 놓고 옴파를 한 치 길이로 잘라서 채쳐서 [후략]
메리치젓	멸치젓	멸치	멸치, 소금, 물(3)	멸치 소금물에 담금 → 1달 숙성	메리치를 정히 하여가지고 소금을 섞어서 그릇에 넣고 소금물을 붓고 짚으로 마개를 치고 소금을 뿌려두나니 물이 메리치 위로 올라오도록 하여서 자주 햇볕에 내놓아 별을 쏘이면 한 달 후 쫄 익나니라

『조선요리제법』에 기록된 젓의 종류와 재료, 조리법이다. 그 종류에는 새우젓, 청어젓, 계젓, 조기젓, 알젓, 조개젓, 명란젓, 메리치젓으로 총 8가지가 기록되어 있다. 이들 젓의 대부분은 소금물을 부어 만들며, 계젓은 간장을 끓여 식힌 것을 부어 만들고, 조기젓은 조기 비늘로 육수 우린 것을 부어 만든다.

4. 김치

표 4. 『조선요리제법』에 기록된 김치의 종류와 재료

음식 종류(음식 가짓수)	음식명		주 재 료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
	원문명	현대어명				
김장김 치 (9)	통김치	통김치	배 추	배추, 소금, 무, 고추, 마늘, 파, 생강, 배, 밤, 미나리, 갓, 청각(12)	배추 씻기 → 소금물에 절이기 → 소 넣기 → 독에 담기 → 위에 무청 올리 기 → 소금물 김치 독에 붓기 → 밀봉	[전략] 배추를 한 통 씩 잡아 헤쳐서 속속 들이 다 벌리고 소를 (소는 아래 기록하노 라) 골고루 뿌려 잎이 이(잎사귀 틈마다) 넣 고 다시 바루 잡아 잎 사귀줄기 한자락을 붙 들고 돌려서 배추허리

						를 잡아매어 놓고 [후략]
석박지	섞박지	무	무, 배추, 고추, 미나리, 파, 마늘, 생강, 갓, 배, 밤, 조기젓, 낙지, 전복, 기, 소금, 물(16)	석박지에 소 버무리기 → 시래기 덮기 → 조기젓국에 물을 넣고 끓인 후 식힘 → 소금을 좀 넣어 독에 붓기		[전략] 석박지 한켜 놓고 이렇게 번갈아가며 넣고 잘 절은 시래기로 많이 덮고 무거운 돌로 눌러서 이삼일 두었다가 국물을 붓되 물 한동이에 진한 조기젓국으로 다섯사발을 넣고 끓여서 잘 식혀 체에 곱게 바쳐 붓고 오래 돌 김치는 국물을 끓일 때 소금을 좀 넣어서 끓여 [후략]
젓국지	젓국지	젓갈, 배추	조기젓, 배추, 소금, 무, 고추, 마늘, 파, 생강, 배, 밤, 미나리, 갓, 청각(13)	배추 씻기 → 소금물에 절이기 → 소넣기 → 독에 담기 → 위에 무청 올리기 → 조기젓 김치독에 붓기		[전략] 통김치 하는 법과 꼭 같이 하여서 독에 담은 후에 국물은 조기젓으로 붓나니 젓국의 분량과 그 외의 분량은 석박지와 꼭 같이 하면 될찌니라
쌈김치	쌈김치	배추, 낙지	배추, 무, 썰은 고추, 표고, 밤, 파, 물(10)	재료 손질 → 배추앞에 재료 올리기 → 무 얇고 싸기 → 독에 넣기 → 국물 붓기 → 밀봉		[전략] 배추앞을 도마위에 몇 개 퍼서 넓게 해놓고 배추 토막 친것을 올려 놓고 배추 틈틈에 이 위에 준비해 놓은 여러 고명을 곱드려 놓고 맨위에 북어와 낙지를 얹어놓고 실백을 몇 개 틈틈에 넣고 무를 두어쪽 얹어넣은 후 앞으로 잘 싸서 독에 차례로 잘 담은 후 간 맞게 국물을 만들어 붓고 꼭 봉해서 돌찌니라
짬지	짬지	무	무, 물, 파, 생강, 소금, 마늘, 고추, 청각(8)	재료손질 → 독에 무 넣고 양념, 소금 뿌림 → 물이 생기면 무청, 우거		굵고 좋은 무를 정하게 씻어놓고 마늘 파, 생강들은 그대로 얇게만 썰고 고추는 반불

					지로 덮기 → 밀봉	은 고추로 비슷비슷 굵게 엇썰어서 놓고 청각은 큰 것을 대강 두셋에 뜯어놓은 후 독에 무를 한켜 넣고 양념을 뿌리고 소금을 무가 보이지 않도록 뿌리고 [후략]
	동침이	동치미	무	무, 고추, 청각, 소금, 생강, 물(6)	무 절이기 → 독에 무, 양념 담기 →	[전략] 무 한켜 넣고 양념을 뿌리고 [중략] 무 절였던 소금물을 가는 체에 여러 번 바쳐서 무독에 붓고 맛보아 삼삼하거든(동침이는 무엇보다 국물을 많이 먹는것인고로 물을 넉넉히 붓고 또 깨끗이 담을찌라) 꼭 봉하여 [후략]
	깍두기	깍두기	무	무, 고추, 미나리, 청각, 생강, 소금, 배추, 파, 마늘, 젓국, 갓 (11)	절은 무, 배추 썰기 → 고추, 파, 미나리, 생강, 청각 손질 → 무, 고춧가루, 새우젓 섞기 → 배추, 양념과 섞기 → 독에 담기 → 우거지 덮기 → 밀봉	[전략] 무를 담고 고춧가루를 넣고 새우젓 젓국을 넣은 후 두손으로 오래 섞어서 무에 고추물이 들도록 문질러 섞은 후에 배추 썰은 것과 여러 가지 양념한 것을 다 넣고 잘 섞어서 [후략]
	지럼김치	지레김치		---	---	[전략] 겨울김치 헐기 전에 먹을 준비김치니라 [후략]
	채김치	채김치	배추, 무	배추, 무, 고추, 파, 갓, 마늘, 조기젓국(7)	절인 배추, 무, 고추, 파, 갓 채썰기 → 마늘, 파 다지기 → 섞기 → 조기젓국 끓여 넣기	은 배추와 절은 무를 잘게 채치고 실고추와 파를 한치 길이로 잘라서 채치고 갓을 같은 길이로 잘라서 채치고 마늘과 파를 잘이겨서 다 함께 섞고 조기젓국을 잘 끓여서 [후략]
보통김치 (18)	풋김치	풋김치	배추	배추(혹 열무), 고추, 마늘, 파,	배추 썰기 → 절이기 → 고추, 파, 마늘, 생강 넣기 →	배추나 혹 열무를 잘 다듬어 한치 길이로 정하게 썰어 채반에

				생강, 소금 (6)	소금물 붓기 → 밀 봉	담아 놓아 물이 다 빠 진 후에 소금으로 잘 절여서 [중략] 잘 섞 어서 향아리에 담고 맨위에 정한 배추잎을 절였다가 퍼서 덮은 후 소금물을 만들어 적당하게 부어서 [후 략]
나백김 치	나박김치	무	무, 미나리, 생강, 움파, 마늘, 고추 (6)	무 썰기 → 절이기 → 미나리, 파, 고 추, 마늘, 생강 손 질 → 무 양념에 섞기 → 소금물 붓 기	[전략] 무를 건져서 여러 가지 양념을 다 넣고 조심하여 섞어서 [후략]	
장김치	장김치	간 장	배추, 무, 배, 밤, 파, 갓, 표고, 실백, 미나 리, 간장, 소금, 생강, 마늘, 고추, 석이, 설탕 (16)	무, 배추 간장에 절이기 → 재료손 질 → 섞기 → 간 장물 간보기 → 숙 성	[전략] 무와 배추를 각각 간장에 절여 [중 략] 무 절였던 간장물 에 물과 간장을 더 쳐 서 간을 적당하게 맞 추어 붓고 설탕을 친 후에 [후략]	
외김치	오이김치	오 이	외, 파, 고 추, 소금, 마늘, 물(6)	재료손질 → 오이 절인 소금물 넣기 → 숙성	외를 정하게 씻어 쓴 꼭지는 베고 칠푼 길 이로 잘라서 넷에 쪼 개가지고 소금에 절였 다가 절은 후 건져서 향아리에 담고 파, 고 추, 마늘들을 다 곱게 채쳐서 섞은 후 외 절 였던 소금물을 간맞춰 서 [후략]	
외소김 치	오이소박 이	오 이	외, 파, 마 늘, 고추, 소금, 물(6)	오이 손질 → 소 만들기 → 오이 사 이에 소 넣기	[전략] 외 쪼갠 자 리를 벌리고 그 속에 양념 이긴 것을 가득 히 넣고 [후략]	
외지	오이지	오 이	오이, 물, 소금(3)	오이 씻기 → 소금 에 절이기 → 소금 물에 끓이기	외를 냉수에 정하게 씻어 [중략] 소금물을 펄펄 끓여서 [후략]	
깍두기	깍두기	무	무, 파, 생 강, 새우젓,	재료 손질 → 소 만들기 → 무와 버	[전략] 미나리, 파, 갓 들을 넣고 다시 섞어	

				물, 미나리, 고추, 마늘, 갓(9)	무림 → 젓으로 간 보기 → 무 사귀로 덮기	서 향아리에 담고 깍뚜기를 버무린 그릇에 물을 붓고 젓국으로 간을 맛보아 [후략]
외깍뚜기	---	오이		오이, 새우젓, 미나리, 고춧가루, 파, 생강, 마늘(7)	재료 손질 → 소 만들기 → 섞기 → 향아리에 담기 → 밀봉	외를 칠푼 길이로 썰고 네쪽에 쪼개서 소금을 약간 치고 절여서 그릇에 담아놓고 고춧가루 새우젓국(새우젓을 도마에 이기고 물을 조금 쳐서 체에 받음) 생강 이긴 것과 파 이긴 것 마늘 이긴 것 다 넣고 섞은 후 미나리를 넣고 다시 잘 섞어서 [후략]
굴깍뚜기	굴깍뚜기	굴		무, 굴, 파, 미나리, 고추, 생강, 마늘, 배추, 젓국(9)	재료 손질 → 소 만들기 → 섞기 → 젓국으로 간 맞추기 → 우거지 덮기 → 밀봉	[전략] 미나리도 정히 다듬어서 깨끗하게 씻어 한치 기이로 썰고 무를 채 치고 파와 고추를 채 쳐 놓고 생강과 마늘은 잘게 이겨서 굴과 함께 이 모든 것을 다 섞고 젓국으로 간을 맞추어 [후략]
닭깍뚜기	닭깍뚜기	닭		오이, 닭, 생강, 고추, 마늘, 파(6)	외깍뚜기에 붉은 핫고추 넣기 → 닭 삶기 → 내장, 껍질 제거 → 살 찢어서 넣기	붉은 핫고추를 잘게 이기고 외깍뚜기를 만들어서 함께 섞어서 잘 익거든 닭을 삶아서 내장과 껍질을 버리고 맨살만 뜬어서 깍뚜기에 함께 섞어서 [후략]
갓김치	갓김치	갓		갓, 고추, 마늘, 파, 소금, 미나리(6)	재료 손질 → 섞기	갓 줄거리는 껍질을 벗겨 한치 길이로 썰고 미나리도 정하게 씻어 한치 길이로 자르고 각 연한 속잎을 넣고 고추 마늘 파들도 곱게 채 쳐서 함께 넣고 간을 잘 맞추어 이겨서 먹나니라

박김치	박김치	박	박, 고추, 마늘, 파, 생강, 소금(6)	박 따고 거피 → 절이기 → 미나리, 파, 고추, 마늘, 생강 손질 → 무 양념에 섞기 → 소금물 붓기	박이 굳기 전에 연한 것으로 따서 껍질을 벗기고 오픈 장광으로 한푼 두께로 썰어서 소금에 약간 절였다가 나백김치 담그는 법과 꼭 같이 담글 것이요 햇불은 고추를 넣으면 참 좋으니라
곤쟁이젓김치	곤쟁이젓김치	배추	배추, 무, 파, 고추, 마늘, 생강, 소금, 젓(8)	배추, 무 손질 → 소금물에 절임 → 소금물 버림 → 고추, 파, 마늘, 생강 넣기 → 곤쟁이젓 넣기 → 밀봉	[전략] 소금에 잘 절여가지고 소금물을 다 닦아버린 후 고추와 파는 채 치고 마늘과 생강은 잘게 이겨서 다 함께 넣고 섞은 후 곤쟁이젓으로 간을
전복김치	전복김치	전복	전복, 배, 무, 유자, 생강, 파, 소금(7)	전복 손질 → 유자, 배, 무, 생강, 파	[후략] 전복을 물에 불려서 무르게 하여가지고 얇게 저며서 주머니처럼 만들고 유자 껍질과 배를 가느레 채 쳐서 그 속에 넣고 무는 너푼 장광과 한푼 운두로 썰고 생강과 파는 실같이 채 쳐서 다 함께 항아리에 담고 [후략]
굴김치	굴김치	굴	굴, 고추, 소금, 파, 물(5)	굴 씻기 → 소금, 고추, 파를 물에 넣고 끓임 → 물 버리고 다시 끓인 후 식힘 → 숙성	굴을 돌 없이 정하게 골라서 잘 씻어가지고 채반에 담아놓아 물을 다 뺀 후 항아리에 담고 소금 고추 대강 이긴 것 파 채친 것들을 넣고 물을 부은 후 서너시간 후에 그 물을 가만히 따라서 펄펄 끓여 [후략]
돌나물김치	돌나물김치	돌나물	돌나물, 소금, 파, 고추, 마늘, 밀가루(6)	돌나물 소금에 절이기 → 파, 고추, 마늘 섞기 → 소금물에 밀가루 넣고 끓이기 → 식히기	돌나물을 뿌리를 따고 정하게 다듬어서 물에 여러 번 씻어가지고 소금에 약간 절였다가 건져서 그릇에 담고

						파와 고추는 채 치고 마늘은 잘게 이겨서 함께 섞어 항아리에 담고 소금물을 간 맞게 만들고 밀가루를 잘 풀어 넣고 펄펄 끓여서 [후략]
	열무김치	열무김치	열무	열무, 미나리, 밀가루, 고추, 마늘, 파(6)	열무, 미나리 소금에 절이기 → 파, 마늘 섞기 → 소금물에 밀가루 넣고 끓이기 → 김치에 붓기	[전략] 소금에 절이고 파는 채 치고 고추는 대강 이기고 마늘은 곱게 이겨서 [중략] 밀가루를 덩이 없이 물에 풀어서 소금물과 함께 끓여서 [후략]
	멧젓	멸치젓	무	무, 무청, 물, 고춧가루, 메리치젓(5)	무, 무청 절이기 → 무에 멸치젓, 고춧가루 넣고 버무림 → 무청 올리기	[전략] 소금에 절이고 메리치 젓국 한홉에 고춧가루(무거리가루)를 넣어놓고 무에 젓국에 넣은 고춧가루를 붓고 오래 문질러서 [중략] 무청을 꼭 짜서 그 위에 얹고 [후략]

『조선요리제법』에 기록된 김치의 종류, 재료와 조리법은 김장김치와 보통 만드는 김치에 대한 내용으로 나눌 수 있다. 김장김치에는 통김치, 석박지, 젓국지, 쌈김치, 찐지, 동침이, 깍두기, 지렁김치, 채김치가 있고, 보통김치에는 풋김치, 나백김치, 장김치, 외김치, 외소김치, 외지, 깍두기, 외깍두기, 굴깍두기, 닭깍두기, 갓김치, 박김치, 곤쟁이젓김치, 전복김치, 굴김치, 돌나물김치, 열무김치, 멧젓이 있다. 젓국지는 배추를 소금에 절여 소를 넣고 조기젓을 부어 만드는 김치이며, 지렁김치는 겨울김치가 혈기 전에 준비하는 김치이다. 깍두기는 들어가는 재료에 따라 굴깍두기, 닭깍두기가 있으며, 김치도 재료에 따라 곤쟁이젓김치, 전복김치, 굴김치 등이 있다. 기록되어 있는 김치는 총 27가지이다.

5. 냉국(찬국)

표 5. 『조선요리제법』에 기록된 찬국의 종류와 재료

음식명		주재료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				
외찬국	오이냉국	외	외, 파, 초,	오이 썰기 → 초, 간장,	가늘고 어린 외는 둥근 그

			간장, 고추, 물(6)	파, 고추 섞기 → 물 붓기	대로 얇게만 썰고 굵은 외는 셋에 쪼개어 속을 오려내고 얇게(풀잎 같이 얇게) 썰어서 초와 간장과 파 채친것과(파는 오픈길리로 잘라서 가늘게 채쳐서 하라) 고추 이긴 것 조금 이 재료를 다 넣고 섞어서 두어 시간 두어짤가 절거든 먹을 때 물을 적당히 붓고 간을 맞추어 상에 놓나니라
메역찬국	미역냉국	미역	메역, 간장, 우육, 후추, 물, 기름, 파, 깨소금, 고춧가루(9)	미역 썰기 → 살코기, 파, 호추, 깨소금, 간장, 미역 볶기 → 고기 익으면 초, 물, 간장 넣기	메역을 물에 담아 정하게 빨아 줄거리는 빼고 잘게 설어놓고 고기는 기름 없는 순전한 살코기roman 잘게 이겨서 파 익인것과 후추와 깨소금을 넣고 간장을 치고 한참 섞은 [후략]
김찬국	김냉국	김	김, 간장, 기름, 고기, 초, 파, 고춧가루, 물(8)	살코기 다지기 → 간장, 파, 기름 볶기 → 초로 간하기	좋은 살코기를 잘게 이겨서 간장과 파 이긴것과 기름을 넣고 잘 섞어서 냄비에 볶아서 [중략] 고기에 넣고 초를 쳐서 [후략]

『조선요리제법』에 기록된 찬국의 종류, 재료와 조리법이다. 찬국의 종류에는 외찬국, 메역찬국, 김찬국 총 3가지가 기록되어 있다. 메역찬국과 김찬국에는 살코기를 잘게 이겨서 넣고 초를 넣어 만드는 음식이다.

6. 장아찌

표 6. 『조선요리제법』에 기록된 장아찌의 종류와 재료

음식명		주재료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				
무장앗지	무장아찌	무	무, 간장, 마늘, 청각, 갓, 고추, 생강, 미나리, 파, 외	무 손질 → 무를 소금에 절이기 → 청각, 갓, 미나리, 파, 고추, 생강, 마늘 섞기 → 간장 붓기	[전략] 모두 함께 섞나니 독에 넣고 시래기로 잘 덮고 무거운 돌로 눌러놓은 후에 진하고 맛좋은 간장을 부어서 [후략]

			(10)		
전복 장앗지	전복장아 찌	전 복	전복, 간장, 설탕, 깨소 금, 파, 물, 갓가루(7)	전복 손질 후 끓이기 → 파, 간장, 설탕, 깨 소금 넣고 졸이기 → 간장 넣기 → 갓가루 뿌리기	전복을 두 쪽에 쪼개서 가 로 반푼 두께씩 썰어가지 고 냄비에 넣고 물을 붓고 완화에 두시간이나 끓여가 지고 파 채 쳐넣고 간장과 설탕을 넣고 깨소금 치고 한시 동안이나 졸여서 간 장이 약간만 있도록 하여 그릇에 담고 갓가루를 부 려 놓나니라 [후략]
토란 장앗지	토란장아 찌	토 란	토란, 우육, 파, 깨소금, 간장, 설탕, 물, 고추(8)	토란 손질 → 토란 삶 기 → 고기에 간장, 설탕, 파, 물을 붓고 끓 여 졸이기	토란을 껍질을 벗기고 큰 것은 사분으로 썰고 적은 것 은 돌에 썰어 물에 삶아서 물을 뺏어버리고 고기를 잘게 썰어 함께 넣고 송겁 고 진한 간장으로 붓고 설탕 과 파 채 친것과 물을 붓고 끓여 완화에 오래 졸 이면 [후략]
열무 장앗지	열무장아 찌	열 무	열무, 소금, 기름, 파, 간장, 고추, 마늘, 깨소 금(8)	열무 손질 → 기름에 볶기 → 간장, 고추, 파, 마늘, 깨소금 넣기	열무를 잘 다듬어서 정하 게 씻어 한 치 길이로 썰 어 소금에 약간 절였다가 물기를 다 뺏 후 냄비에 기름을 치고 볶아서 간장 과 고추 이긴 것과 파와 마늘은 채 친 것과 깨소금 을 다 함께 넣고 [후략]
무말랭 이 장앗지	무말랭이 장아찌	무	무, 배추, 생강, 간장, 고추, 파, 마늘(7)	무, 배추 손질 → 생 강, 고추, 파, 마늘 넣 기 → 기름, 깨소금 치 기	[전략] 생강, 고추, 파, 마 늘 때는 기름과 깨소금을 쳐서 먹나니라
파 장앗지	파장아찌	파	세파, 우육, 깨소금, 고 춧가루, 간 장, 기름, 미나리, 후 추(8)	세파 손질 → 고기 잘 게 다지기 → 간장, 깨 소금, 기름, 호추 섞기 → 볶기 → 파, 기름, 깨소금, 고추 넣기 → 간장으로 간하기	[전략] 고기는 잘게 이기고 간장과 깨소금, 기름, 후추 를 넣고 섞어서 냄비에 볶 아 잘 익은 후 차게 식혀 가지고 파에 넣고 기름과 깨소금과 고춧가루를 넣고 간장으로 간을 맞추어 [후 략]
감자 장앗지	감자장아 찌	감 자	감자, 간장, 우육, 파(4)	감자 손질 → 고기 양 념에 볶기 → 감자, 간 장, 파, 깨소금, 물 넣 고 볶기 → 감자가 까	[전략] 고기를 맨살로 이겨 서 양념에 볶아 감자와 함 께 넣고 간장 치고 파 이 겨넣고 깨소금 치고 타지

				말게 되면 설탕 치기	않도록 물을 처가면서 볶아서 감자가 까맣게 되고 전복 장앗지 같이 되거든 설탕을 약간 치고 [후략]
고추뺨 장앗지	고추뺨장아찌	고추뺨	고추뺨, 간장, 파, 기름, 고추, 마늘, 생강 (7)	고추뺨 데치기 → 간장 붓기 → 실고추, 파, 생강, 마늘 넣기 → 무 채쳐서 말린 후 넣기 → 무청 덮기 → 밀봉	고추뺨을 줄기 없이 자 따고 정하게 씻어서 팔팔 끓는 물에 넣어서 잠간 데쳐가 아리에 담고 진한 간장을 붓고 실고추와 파, 생강, 마늘을 채 쳐서 넣고 무를 채 쳐서 [후략]
홍합 장앗지	홍합장아찌	홍합	홍합, 간장, 파, 마늘, 생강, 설탕, 물, 잣가루 (8)	홍합, 간장, 파, 마늘, 생강, 설탕을 물에 넣어 졸이기 → 잣가루 뿌리기	생홍합을(마르지 않은 것) 진한 간장과 파 이긴 것과 마늘, 생강 이긴 것을 넣고 설탕 조금 치고 물을 약간 부어서 잘 졸여서 그릇에 담고 잣가루를 뿌려서 상에 놓나니라
풋고추 장앗지	풋고추장아찌	풋고추	풋고추, 기름, 무 말린 것, 간장, 고추뺨, 마늘(6)	풋고추 씨빼고 말리기 → 무 말린 것, 고추뺨, 간장, 마늘과 넣기 → 기름 치기	풋고추를 잔 것은 그대로 큰 것은 씨를 빼서 물에 삶아서別に 대강 말렸다가 [중략] 무말랭이와 고추뺨과 간장과 마늘 이긴 것을 다 넣고 섞어 [후략]
외장앗지	외장아찌	외	외, 파, 고추, 마늘, 고기, 기름, 생강(7)	㉠ 오이 절이기 → 기름에 볶기 → 고기, 간장, 파, 생강, 마늘 넣고 볶기 → 깨소금 치기 ㉡ 오이 절이기 → 간장, 고기, 양념 넣고 볶기	[전략] 소금에 절여서 물기 없이 꼭 짜가지고 기름에 볶나니 고기를 잘게 이기고 간장과 파 이긴 것과 생강 마늘 이긴 것들을 넣고 섞어서 외 지지는 남비에 함께 넣고 간장을 치고 잘 볶아서 깨소금 쳐서 [후략]
숙장앗지	숙장아찌	무	무, 파, 기름, 깨소금, 고기, 마늘, 간장, 설탕 (8)	무 손질 → 고기를 삶기 → 간장, 양념 넣고 졸이기 → 기름치기	무를 오븐 길이 서푼 넓이 서푼 두께로 설어서 남비에 넣고 고기를 잘 이겨서 넣고 물 한종주 넉넉히 붓고 화로에 올려놓아 끓이다가 간장과 여러 가지 양념들을 다 이겨서 넣고 한참 졸여서 기름을 쳐서 [후략]
두부 장앗지	두부장아찌	두부	두부, 기름, 파, 간장,	두부 썰기 → 기름칠하고 지지기 → 간장,	두부를 사방 오븐과 서푼 두께로 썰어 번철에 기름

			설탕, 고추(6)	양념, 설탕 넣기 → 볶기	을 바르고 화로에 올려놓아 안팎을 지져가지고 진한 간장을 적당하게 붓고 양념들을 이겨놓고 설탕에 넣어 [후략]
달래장앗지	달래장아찌	달래	달래, 설탕, 깨소금, 간장, 기름, 고추(6)	기름에 달래 볶기 → 간장, 설탕, 깨소금, 고춧가루 섞기	달래를 뿌리를 따고 정하게 씻은 후 번철에 기름을 부은 후 달래를 볶다가 간장과 설탕과 깨소금과 고춧가루를 넣고 잘 섞어서 먹나니라
미나리장앗지	미나리장아찌	미나리	미나리, 깨소금, 파, 고기, 기름, 간장(6)	미나리 볶기 → 간장 넣고 다시 볶기 → 고기 다지고 양념하여 볶기 → 미나리와 고춧가루, 파, 깨소금 넣고 섞기	미나리를 정하게 다듬어서 물에 깨끗하게 씻은 후 [중략] 기름을 바르고 볶아 간장을 조금 치고 다시 볶고 고깃국물 잘게 이겨서 양념해서 볶아 미나리와 함께 넣고 고춧가루(굵은 것)와 파 이긴 것과 깨소금을 넣고 섞어서 [후략]
머우장앗지	머우장아찌	머우	머우, 간장, 설탕, 고추(4)	머우 손질 → 간장, 설탕, 고추를 넣고 졸임	머우 줄기를 껍질 벗기고 한치 길이씩 썰어서 삶아서 채반에 쏟아 물기는 다 빼버리고 남비에 담고 간장과 설탕과 풋고추씨버린 것 열 개가량 넣고 졸여서 먹나니라
감자장앗지	감자장아찌	감자	감자, 설탕, 기름, 마늘, 고기, 파, 간장, 물(8)	감자 거피 후 물에 불리기 → 끓이기 → 간장, 다진 고기, 마늘, 파, 고추 넣고 졸이기 → 설탕, 기름 넣고 더 졸이기	감자를 껍질 벗기고 [중략] 감자가 무르거든 간장을 붓고 고기 이겨넣고 마늘 파 고추들을 다 이겨넣고 물이 없어지도록 졸여가지고 설탕과 기름을 넣어 잘 섞어서 다시 잠간 더 졸여가지고 먹나니라
마늘장앗지	마늘장아찌	마늘	마늘, 초, 간장(3)	초에 마늘을 넣기 → 숙성 → 초 절반 버리기 → 끓인 간장 넣기 → 숙성	[전략] 초를 부어서 서너달 두었다가 간장을 끓여서 식혀가지고 초를 절반만 떨어내고 간장을 부어 [후략]

『조선요리제법』에는 총 18가지의 장아찌가 기록되어 있으며, 그 종류에는 무장아찌, 전복장아찌, 토란장아찌, 열무장아찌, 무말랭이장아찌, 파장아찌, 감자장아찌 2종류, 고추잎장아찌, 홍합장아찌, 풋고추장아찌, 오이장아찌, 숙장아찌, 두부장아찌, 달래장아찌, 미나리

장아찌, 머위장아찌, 마늘장아찌가 있다. 감자장아찌는 2가지 종류가 있다. 첫 번째는 고기를 맨살로 이겨서 양념에 볶아 감자와 함께 넣고 간장을 치고 파를 이겨 넣고 깨소금 치고 타지 않도록 물을 쳐가면서 볶아서 감자가 까맣게 되고 전복장아찌 같이 될 때 설탕을 약간 쳐서 만드는 방법이라고 설명되어 있으며, 두 번째는 감자를 껍질 벗기고 감자가 무르익었을 때 간장을 붓고 고기를 이겨 넣고 마늘, 파, 고추들을 다 이겨 넣고 물이 없어지도록 졸여서 설탕과 기름을 넣어 잘 섞어서 다시 잠깐 더 졸여가지고 먹는다고 기록이 두 번 되어 있다.

7. 조림

표 7. 『조선요리제법』에 기록된 조림의 종류와 재료

음식명		주재료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				
장졸임	장조림	소고기	소고기, 물, 간장(3)	고기 삶기 → 익으면 간장 넣고 졸이기	[전략] 고기가 겨우 잠길만큼 물을 붓고 끓여서(물이 졸도록 급히 끓이지 말 것) 고기에 꼬챙이나 젓가락으로 찔러보아서 무르게 들어가거든 거기에 그대로 간장을 넉넉히 붓고 다시 졸여서 [후략]
저육졸임	-	저육	저육, 간장, 물, 파(4)	살코기 삶기 → 간장 붓고 파 넣고 졸이기	[전략] 살코기로만 한근을 뚝배기에 넣고 물을 치고 화로에 올려놓아 끓여서 거이 살이 무를만하거든 간장(진하고, 짜지않은 간장으로 할 것이니 만일 간장이 짜면 설탕을 넣으라) 붓고 파를 원이로 넣고 졸여서 [후략]
닭졸임	닭조림	닭	닭, 간장, 물, 육총, 후추(5)	닭 손질 → 물을 끓여 닭 익힘 → 간장, 파, 호추가루 넣고 졸이기	암탉을 잡은 후 끓는 물에 담아놓고 털을 다 뜯고 배를 가르고 내장을 다 빼내고 정하게 씻어 한치 길이 썬 되게 토막을 쳐서 뚝배기에 넣고 물을 부어서 숯불에 놓아 끓여 고기가 익을만 하거든 간장을 붓고 둥근 파를 둘에 쪼개어 넣

					고 호추가루 치고 졸이나니 [후략]
명태졸 임	명태조림	명 태	명태, 고추, 생강, 간장, 파, 마늘(7)	명태 손질 → 간장, 고 추, 파, 마늘, 생강 넣 고 졸이기	투명태를 비늘 굵고 정하 게 씻어 내장을 다 빼고 한치 길이 되게 잘라서 남비에 담고 간장을 치고 고추, 파, 마늘, 생강들을 곱게 채쳐서 넣고 푹 졸 이나니라
붕어졸 임	붕어조림	붕 어	붕어, 간장, 고기, 설탕, 파, 마늘, 생강(7)	붕어 손질 → 양념, 설탕 넣고 졸이기	붕어를 비늘 굵고 내장을 다 빼내고 정하게 씻어 한치 길이로 잘라서 독배 기에 담고 고기를 잘게 썰어 넣고 양념들을 다 채쳐 넣고 설탕을 한 손 가락쯤 넣고 졸일
민어졸 임	민어조림	민 어	민어, 고기, 간장, 설탕, 파, 생강, 마늘(7)	민어 손질 → 양념 넣 고 졸이기	민어를 비늘 굵고 내장 빼고 정히 씻어 한치 길 이로 토막을 쳐서 독배기 에 담고 고기를 잘게 썰 어 놓고 여러 가지 양념 을 곱게 채쳐서 넣고 졸 일찌니라
생선졸 임들	-	생 선	생선, 고기, 간장, 설탕, 파, 생강, 마늘(7)	생선 손질 → 양념 넣 고 졸이기	생선은 무엇으로든지 할 수있나니 조기, 병어, 비 웃, 준치, 도미, 갈치, 북 어 이것들을 다 비늘을 굵고 정하게 씻고 한치 길이로 토막을 치고 민어 졸임과 같은 법으로 졸일 찌니라 [후략]
풋고추 졸임	풋고추조 림	풋 고 추	풋고추, 설탕, 파, 고 기, 간장, 기름(6)	풋고추 삶고 건지기 → 고기, 파, 간장, 설탕을 넣고 졸이기 → 기름 치고 졸이기	풋고추를 큰 것은 씨를 빼고 적은 것은 그대로 물에 삶아서 건져가지고 고기 잘게 썰어 넣고 파 채쳐 넣고 간장과 설탕을 넣고 졸이다가 기름을 치 고 졸이나니 [후략]

『조선요리제법』에 기록된 조림의 종류는 총 8가지이며, 그 재료와 조리법에 대한 설명이 나타나 있다. 그 종류로는 장조림, 저육조림, 닭조림, 명태조림, 붕어조림, 민어조림, 생선조림들, 풋고추조림이 기록되어 있다. 조림은 육류, 생선류, 채소가 재료로 이용되며, 생선은 무엇으로든지 할 수 있다. 조기, 병어, 비웃, 준치, 도미, 갈치, 북어 등으로 조림을

할 수 있으며, 생선들의 비늘을 긁고 깨끗하게 씻어 한 치 길이로 토막을 치고 민어 졸임과 같은 방법으로 여러 가지 양념을 곱게 채쳐서 넣고 졸인다.

8. 찌개

표 8. 『조선요리제법』에 기록된 찌개의 종류와 재료

음식명		주재료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				
고추장 찌개	고추장찌개	고추장	고추장, 파, 기름, 고기, 표고(5)	고추장, 파, 표고, 고기, 기름 넣고 끓이기	뚝배기에 고추장을 넣고 파 이겨 넣고 기름 치고 표고를 정하게 씻어 잘게 썰어 넣고 고기를 잘게 이겨 넣든지 채를 썰어 넣든지 하고 물 치고 끓이나니라
두부찌개	두부찌개	두부	두부, 파, 기름, 표고, 고기, 고추장, 물, 생강(8)	고추장, 표고, 생강을 물에 넣고 끓이기 → 두부 넣고 끓이기	뚝배기에 고추장을 담고 파는 한치 길이씩 잘라서 채쳐 넣고 고기는 잘고 얇게 썰어 넣고 표고는 정하게 씻어서 잘게 썰어 넣고 생강은 곱게 이겨 넣고 잘 섞은 후 물을 치고 끓여서 완화에서 오래 끓여 본맛이 생긴 후에 두부를 세로 막에 잘라 가지고 한푼 두께로 썰어서 넣고 잠깐 더 끓여 먹나니라
방어찌개	방어찌개	방어	방어, 두부, 새우젓, 고추, 고기, 파, 물(7)	자반방어 물에 담가 우려냄 → 고기 잘게 썰어 넣기 → 파와 새우젓에 물을 부어 체에 받쳐 붓기 → 끓이기 → 두부 넣고 끓이기	자반방어를 종일 물에 담가 우려서 잘 씻어가지고 한치 길이로 토막을 쳐서 냄비에 담고 고기를 잘게 썰어 넣고 파는 한치 길이로 잘라서 채쳐서 넣고 새우젓을 이겨서 물을 부어 헤여가지고 체에 받쳐서 붓고 끓여서 거진 익어가거든 두부를 반채를 길이로 둘에 쪼개서 두푼 넓이로 썰어 넣고 한참 더 끓여서 먹나니라
붕어찌개	-	붕어	붕어, 파, 간장, 고기, 물, 고추(6)	붕어 손질 → 고기 얇게 썰어 넣기 → 파, 간장, 고추, 물을 넣고	붕어를 잘 씻어 꼬리와 주둥이 끝만 잘라버리고 아가미 밑으로 내장을 빼고 정

				끓이기	하게 씻어서 냄비에 담고 고기를 얇게 썰어 넣고 파 채친 것과 간장과 고추 이긴 것과 물을 치고 오래 끓여서 먹나니라
복어찌개	복어찌개	복어	복어, 파, 두부, 고기, 물, 고추장(6)	복어 손질 → 고기, 파, 고추장(혹은 간장), 두부 넣고 끓이기	복어를 대가리 자르고 배를 갈라서 속에 뼈를 꺼내고 한치 길이씩 잘라서 독배기에 넣고 고기와 파를 썰어 넣고서 물에 고추장이나 간장이나 간 맞게 풀어붓고 두부를 잘게 썰어 넣고 끓이나니라
알찌개	알찌개	계란	계란, 파, 간장, 고기, 물(5)	고기, 파 다지기 → 계란 풀어 섞기 → 간장, 고기, 물 넣고 찌기	고기를 곱게 이기고 파도 이기고 계란을 깨뜨려 잘 풀어서 이 위에 재료를 다 함께 섞어서 알독배기에 부어서 밥솥에 넣어서 찌나니 젓국으로 하려면 계란 한 개에 대해서 젓국 반숟가락을 치고 하나니라
우거지찌개	우거지찌개	우거지	우거지, 파, 된장, 고기, 기름, 물(6)	우거지 데친 후 찌기 → 고기 얇게 썰어 넣기 → 기름 치고, 파와 물을 붓고 끓이기 → 된장 넣고 더 끓이기	우거지를 데쳐서 냉수에 빨아 꼭 짜가지고 대강 썰어서 냄비에 담고 고기를 얇게 썰어 넣고 기름 치고 파는 채쳐 넣고 물을 붓고 오래 끓이다가 된장을 간 맞게 풀어 넣고 닳도록 만화에 오래 끓여서 먹나니라
웅어찌개	웅어감정	웅어	웅어, 파, 고추장, 고기, 물, 버섯(6)	웅어 손질 → 고기, 파, 버섯 썰기 → 고추장, 물 넣고 끓이기 → 고기 익으면 생선 넣고 끓이기	웅어를 비늘을 말갭게 긁고 대가리 자르고 꼬리도 자르고 내장을 꺼내고 정하게 씻은 후 두 토막에 잘러놓고 고기를 얇게 썰어서 고추장과 파 썬 것과 버섯을 정히 씻어 잘게 썰어 넣고 물 붓고 끓여서 고기가 무르게 익거던 생선 토막 쳐 놓았던 것을 넣고 더 끓여 생선이 익거던 먹나니라
된장찌개	된장찌개	된장	된장, 파, 버섯, 생강, 고기, 물, 고추(7)	고기, 버섯, 생강, 파 고추 다지기 → 물에 넣고 끓이기	고기를 곱게 이겨서 독배기에 넣고 버섯과 생강과 파와 고추들을 모도 잘게 이겨서 함께 넣고 물을 치고

					만화에 오래 끓여서 상에 놓나니라
젓국찌개	젓국찌개	젓국	무, 파, 버섯, 젓국, 고기, 물, 고추, 기름 (8)	무, 고기 얇게 썰기 → 버섯, 파 썰기 → 젓국, 기름, 고추, 물 넣고 끓이기	무를 얇게 썰어 넣고 고기는 얇게 저며 넣고 버섯을 정하게 씻어 잘게 썰어 넣고 파 채쳐 넣고 젓국과 기름과 고추 이긴 것과 물을 다 함께 넣고 끓이나니 [후략]
조기찌개	조기찌개	조기	조기, 파, 생강, 고기, 고추장, 물 (6)	조기 손질 → 고기 얇게 썰기 → 생강, 파, 고추장, 물에 넣고 끓이기	생선조기는 고추장이나 젓국에 찌고 자반조기는 맨물에 찌나니 먼저 조기를 정하게 씻어 비늘을 긁고 대가리를 떼고 꼬리 자르고 내장을 빼고 정하게 씻어 한치 길이로 토막을 쳐서 냄비에 담고 고기를 얇게 썰어 넣고 생강과 파를 이겨 넣고 물에 고추장을 풀어 넣고 끓이나니라
호박오가리찌개	호박오가리찌개	오가리	오가리, 두부, 고추장, 물, 고기, 파, 생강(7)	애호박 얇게 썰고 말리기 → 파, 생강, 고추장 넣고 물에 끓이기	애호박을 찬바람 날 때 얇게 썰어 말렸다가 쓰나니 물에 정하게 씻어서 툇배기에 넣고 고기 잘게 썰어 넣고 파와 생강을 이겨 넣고 고추장을 물에 풀어 붓고 끓이나니라
명란젓찌개	명란젓찌개	명란	명란, 파, 물, 고기, 두부(5)	고기 썰기 → 파 채썰기 → 명란 토막 내기 → 두부 잘게 썰기 → 모도 물에 넣고 끓이기	고기를 잘게 썰어 넣고 파 채쳐 넣고 물 붓고 명란을 도마에 놓고 칼로 내려쳐서 토막을 넷에 내어 풀어지지 않도록 가만히 넣고 두부는 잘게 썰어 넣고 끓이나니라

『조선요리제법』에 기록된 찌개의 종류는 고추장찌개, 두부찌개, 방어찌개, 붕어찌개, 북어찌개, 알찌개, 우거지찌개, 웅어찌개, 된장찌개, 젓국찌개, 조기찌개, 호박오가리찌개, 명란젓찌개가 기록되어 총 13가지가 설명되고 있다. 찌개의 종류는 고추장찌개, 된장찌개를 비롯하여 다양한 종류가 있으며, 특히 생선을 재료로 하여 만들어지는 찌개가 많이 기록되었다. 그중에서 조기찌개를 만드는 방법은 생선 조기는 고추장이나 젓국에 찌고 자반조기는 물에 찌나니 먼저 조기를 정하게 씻어 비늘을 긁고 대가리를 떼고 꼬리 자르고 내장을 빼고 정하게 씻어 한치 길이로 토막을 쳐서 냄비에 담고 고기를 얇게 썰어 넣고 생강과 파를 이겨 넣고 물에 고추장을 풀어 넣고 끓인다.

9. 지짐이

표 9. 『조선요리제법』에 기록된 지짐이의 종류와 재료

음식명		주재료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				
무지짐이	무지짐이	무	무, 복어, 콩나물, 물, 고기, 파, 고추, 간장(8)	무, 고기, 파 얇게 썰기 → 복어 불리기 → 콩나물 손질 → 고추 다지기 → 간장과 물에 넣고 끓이기	무를 얇게 썰어 냄비에 담고 복어를 불려서 닳분 길이씩 토막을 쳐 넣고 콩나물을 꼬기를 따서 대강 썰어 넣고 고기를 얇게 썰어 넣고 파 채쳐 넣고 고추 이겨넣고 간장 물치고 끓이나니라
우거지 지짐이	우거지 지짐이	우거지	우거지, 된장, 고추장, 무, 고기, 파, 물(7)	우거지 데치기 → 고기, 무, 파 썰기 → 된장, 고추장, 물 넣고 끓이기	우거지를 정하게 씻어서 데쳐가지고 잘게 썰어 넣고 고기를 잘게 썰어 넣고 무를 얇게 썰어 넣고 파를 채쳐 넣고 된장과 고추장을 넣고 섞어가지고 물을 붓고 끓이나니라
외지짐이	오이지짐이	외	외, 파, 고추장, 고기, 물, 버섯(6)	오기, 고기, 버섯 썰기 → 고추장, 물 넣고 끓이기	외를 얇게 썰어 냄비에 넣고 고기를 잘게 썰어 넣고 버섯을 씻어서 잘게 썰어 넣고 고추장과 물을 치고 끓이나니라
약적이	약적이	무	무, 고추, 간장, 물, 고기, 깨소금, 파(7)	무, 고기, 파 썰기 → 고추 다지기 → 간장, 깨소금, 물 넣고 끓이기	무를 닳분 길이로 잘라서 서푼 넓이와 서푼 운두로 썰어 놓고 간장 깨소금 넣고 파 채쳐 넣고 고추는 대강 이겨 넣고 고기를 얇게 저며 넣고 간장과 물을 치고 끓이나니라
호박 지짐이	호박지짐이	애호박	애호박, 된장, 물, 고기, 파(5)	고기, 파 썰기 → 물 붓고 끓이기 → 고기 익으면 된장, 호박 썰어 넣고 끓이기	고기를 잘게 썰고 파 채쳐 넣고 물 붓고 끓여 고기가 익거든 된장과, 호박을 썰어 넣고 끓이나니라
암치 ⁴⁾ 지짐이	암치지짐이	암치	무, 암치, 젓국, 고추, 고기, 파, 물(7)	암치뼈 깨뜨리기 → 무, 고기, 파 썰기 → 고추 다지기 → 젓국과 물을 넣고 끓이기	암치뼈를 잘게 깨뜨려 놓고 무를 얇게 썰어 넣고 고기를 얇게 저며 넣고 파 채치고 고추는 대강 이기고 젓국과 물을 치고 끓이나니 [후략]

『조선요리제법』에 기록된 지짐이의 종류는 총 6가지이며, 무지짐이, 우거지지짐이, 외지짐이, 약적이, 호박지짐이, 암치지짐이가 기록되어 있다. 약적이란 무를 간장에 졸인 것을 말하며, 암치지짐이는 암치뼈를 잘게 깨뜨리고 무와 고기를 얇게 썰어 넣고 파를 채치고 고추는 대강 이기고 젓국과 물을 넣어 끓인다.

10. 찜

표 10. 『조선요리제법』에 기록된 찜의 종류와 재료

음식명		주재료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				
가리찜	갈비찜	가리	가리, 기름, 파, 표고, 석이, 미나리, 실백, 버섯, 간장, 깨소금, 후추, 계란, 밀가루(13)	가리 손질 → 호추가루, 깨소금, 다진 파, 물을 넣고 끓임 → 졸이기 → 표고, 간장 넣고 끓이기 → 미나리 썰어 엮기 → 계란 황백미로 고명하여 엮기 → 실백 뿌리기	가리를 한 대만 떼어서 한 치 길이로 잘러가지고 칼로 두툼 넓이씩 어여서(앞뒤를 다) 후춧가루와 깨소금과 파 이긴 것을 넣고 물을 한 되 쯤 붓고 끓여서 [중략] 표고 버섯들을 정하게 씻어 곱게 채쳐넣고 간장으로 간을 맞추고 [중략] 미나리초대를 얇게 붙여서 서푼 넓이 육푼 길이로 썰어서 위에 엮고 계란 황백미 붙인 것도 같은 모양으로 썰어서 색스럽게 엮고 실백을 뿌려서 상에 놓나니라
송어찜	송어찜	송어	송어, 고기, 석이, 버섯, 표고, 미나리, 두부, 간장, 기름, 깨소금, 후추, 밀가루, 물(13)	고기 다지기 → 두부와 양념으로 완자재료로 만들기 → 질긴 고기로 맑은 장국 끓임 → 버섯, 석이, 표고 썰어 기름에 볶기 → 미나리 초대 만들어 썰기 → 생선 손질 → 생선 배속에 완자재료 넣기 → 장국 국물에 송어, 양념 넣고 끓이기 → 고명엮기	고기는 맨살로만 골라서 곱게 이겨 두부와 양념들을 넣어서 완자재료를 만들어 놓고 [중략] 질긴 고기로는 잘게 썰어서 물 넉넉쯤 붓고 맑은 장국을 끓이고 [중략] 완자재료 만들어놓았던 것을 생선 배속에 가득히 넣고 실로 대강 꿰어맨 후에 장국에 질긴 고기를 건져내고 송어를 넣고 여러 가지 양념 만든 것들을 다 넣고 끓여서 [후략]
붕어찜	붕어찜	붕어	붕어, 고기,	붕어 손질 → 고기는	[전략] 고기는 완자를 만들

4) 암치는 배를 갈라 소금에 절여 말린 암민어, 또는 그렇게 만든 민어의 총칭

			두부, 계란, 표고, 생강, 파, 물, 기름, 후추, 깨소금(11)	완자로 만들어 생선 배속에 넣기 → 기름에 지지기 → 표고, 석이, 생강, 물을 넣고 끓이기 → 고명 없기	어 생선 배속에 가득히 넣고 실로 감아서 잡아매어 남비에 넣고 만일 완자 감이 남거든 완자를 만들어 기름에 지지놓고 표고 버섯 석이를 불려서 정하게 씻어 골패짝만큼씩 썰어 넣고 생강을 곱게 이겨 넣고 파도 채쳐넣고 물을 치고 끓여서 [후략]
계찜	계찜	계	계, 고기, 두부, 깨소금, 파, 물, 후추, 계란(8)	계 손질 → 고기 다져서 완자로 하여 계 속에 넣기 → 계장 그 위에 올리기 → 계란 바르기 → 맑은 장국에 넣어 익히기 → 식히고 알고명 뿌리기	계를 솔로 정하게 씻고 발 끝은 한마대씩 잘르고 배딱지를 떼고 더러운 해감은 꺼내고 계장만 따로 굽어 그릇에 담아 놓고 고기는 살로만 이겨서 완자 감을 만들어서 계속에 넣고 계장을 그 위에 퍼놓고 계란을 풀어 그 위에 바르고 펄펄 끓는 맑은 장국에 계를 가만가만 넣어 익혀서 [후략]
송이찜	송이찜	송이	송이, 고기, 물, 후추, 석이, 밀가루, 두부, 파, 버섯, 표고, 깨소금, 실백, 계란(13)	송이 손질 → 고기 완자 감 만들기 → 송이와 불여서 밀가루와 계란으로 옷 입히기 → 지지기 → 맑은 장국에 지지 놓은 송이와 밀가루 한순갈, 석이, 표고, 버섯 넣고 끓이기 → 졸이고 알고명 채썰어 엮기 → 실백 뿌리기	[전략] 송이를 가는 것은 둘에 쪼개고 굽은 것은 넷에 쪼개서 고기를 완자 감 만들어서 송이 조각에 붙이고 송이 조각으로 맞붙여서 밀가루를 묻치고 계란을 싸워서 번철에 지지놓고 맑은 장국을 끓이고 지지놓은 송이를 국에 넣고 밀가루를 한순가락쯤 물에 풀어 넣고 석이 표고 버섯을 잘 씻어 골패쪽처럼 썰어 넣고 끓여서 [후략]
닭찜	닭찜	연계	연계, 버섯, 계란, 깨소금, 후추, 밀가루, 표고, 석이, 간장, 소금, 물(11)	닭 손질 → 오래 삶기 → 닭 삶은 물에 밀가루, 간장, 깨소금, 파 넣고 끓이기 → 닭고기 꺼내어 석이, 표고, 버섯과 기름에 볶기 → 계란 황백미 채쳐엮기 → 다시 끓이기	[전략] 밀가루 두 종주쯤 한 되 가량 되는 닭 삶은 물에 풀어서 간장 깨소금 파 이긴 것 넣고 섞어서 끓여가지고 닭고기를 여기 넣어싸 꺼내어 남비에 넣고 석이 표고 버섯을 정히 씻어 물을 꼭 짜서 채쳐가지고 기름에 볶아서 엮고 계

					란 황백미 붙인 것을 채쳐 엮고 다시 끓여서 상에 놓 나니라
외찜	오이찜	외	외, 고기, 버섯, 표고, 석이, 계란, 파, 물, 깨 소금, 후추, 밀가루, 간 장(12)	오이 속 파내기 → 고 기로 완자 재료 만들 어 오이 속 채우기 → 대가리 베인 자리에 밀가루 묻히고 계란 씩워 지지기 → 맑은 장국에 밀가루 풀어 끓이기 → 오이, 표고, 버섯, 석이 넣고 끓이 기 → 알고명 뿌리기	어리고 모양 좋은 외를 꼭 지 편으로 한 치쯤 잘르고 속을 꼬챙이로 파내고 고기 로 완자재롤르 만들어 외속 에 가득히 넣고 대가리 베 인 자리에 밀가루를 묻치고 계란을 씌워 번철이 지지놓 고 맑은 장국을 끓이고 밀 가루를 풀어서 걸쭉하게 끓 인 후 외를 넣고 표고 버 섯 석이를 정하게 씻어 골 패쪽처럼 썰어서 넣고 잘 끓인 [후략]
애호박 찜	애호박찜	애 호 박	애호박, 고 기, 표고, 버섯, 밀가 루, 석이, 파, 물, 깨 소금, 후추, 두부(11)	애호박 속 파내기 → 고기로 완자 재료 만 들어 애호박 속 채우 기 → 대가리 베인 자 리에 밀가루 묻히고 계란 씌워 지지기 → 맑은 장국에 밀가루 풀어 끓이기 → 애호 박, 표고, 버섯, 석이 넣고 끓이기 → 알고 명 뿌리기	애호박은 어리고 이쁜 것으 로 골라서 하는데 외찜하는 법과 꼭 같이 하나니라
가지찜	가지찜	가 지	가지, 고기, 버섯, 표고, 석이, 계란, 파, 물, 깨 소금, 후추, 밀가루, 간 장(12)	가지 속 파내기 → 고 기로 완자 재료 만들 어 가지 속 채우기 → 대가리 베인 자리에 밀가루 묻히고 계란 씩워 지지기 → 맑은 장국에 밀가루 풀어 끓이기 → 가지, 표고, 버섯, 석이 넣고 끓이 기 → 알고명 뿌리기	가지찜은 분량이나 하는 법 이 외찜과 꼭 같이 하는 것이니라
부레찜	부레찜	부 레	부레(민어의 부레), 우육, 마늘, 생강, 기름, 간장, 파, 두부, 오이, 후추,	우육 다지기 → 양념, 두부와 섞기 → 오이 는 속을 버리고 소금 에 잠깐 뿌려 두기 → 오이는 기름에 볶아 고기와 함께 섞어 부	[전략] 우육을 곱게 이겨가 지고 갖은 양념을 하고 두 부는 물을 꼭 짜서 함께 섞고 오이는 곱게 채 쳐서 (속은 버리고) 소금을 약간 만 뿌려 잠깐 두었다가 그

			깨소금, 녹말(10)	레에 넣기 → 녹말 묻히기 → 끓는 물에 걸 삶기	대로 꼭 짜서 기름에 볶아서 고기와 함께 섞어가지고 부레 속에 팍 차게 잔뜩 넣고 아구리를 꼭 잡아매서 이것을 녹말을 묻쳐서 펄펄 끓는 물에 걸삶아서 [후략]
--	--	--	-------------	-----------------------------	--

『조선요리제법』에 기록된 찜의 종류는 총 10가지로 가리찜, 송어찜, 붕어찜, 계찜, 송이찜, 닭찜, 외찜, 애호박찜, 가지찜, 부레찜이 있다. 오이찜은 어리고 모양 좋은 외를 꼭지 편으로 한 치쯤 잘라 속을 꼬챙이로 파내어 고기로 완자를 만들어 오이 속에 가득히 넣고 베인 자리에 밀가루를 묻히고 계란을 씌워 번철이 지지놓고, 맑은 장국에 밀가루를 풀어서 걸쭉하게 끓인 후 오이를 넣고 표고버섯과 석이를 잘게 채 썰어 넣고 잘 끓이는 것으로, 애호박찜과 가지찜도 이러한 방법으로 끓인다. 또한 붕어찜은 고기로 완자를 만들어 생선 배속에 가득히 넣고 실로 감아서 잡아매어 냄비에 넣고, 표고버섯과 석이를 썰어 넣고 생강을 곱게 다져 넣고 파도 채쳐 넣고 물을 넣어 끓이는 음식이다.

11. 볶음

표 11. 『조선요리제법』에 기록된 볶음의 종류와 재료

음식명		주재료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				
닭 볶음(一)	닭볶음탕	닭	닭, 간장, 물, 파, 후추, 계란(6)	닭 손질 → 끓이기 → 호춤햄아루 넣고 다시 끓이기 → 국물과 건지를 섞어 볶기 → 계란 부쳐서 채쳐 뿌리기	[전략] 토막을 쳐서 냄비에 담고 닭의 간(肝)도 정하게 씻어 함께 담고 물 한보시기쯤 붓고 불에 올려놓고 끓여(만화에 끓인 것) 후춤햄아루를 넣고 다시 끓여서 국물과 건지가 거진 섞여서 지질지질하게 볶아 [후략]
닭 볶음(二)	닭볶음탕	닭	영계, 젓국, 파, 깨소금, 후추, 물(6)	닭 손질 → 토막내기 → 깨소금, 호춤햄아루, 물, 새우젓국 넣고 볶기 → 실고추, 계란 황백미 친 것을 뿌리기	[전략] 손가락 두마디 만 큼씩 뼈 붙은 채 잘라서 채쳐넣고 깨소금 후춤햄아루를 치고 물을 건지가 겨우 잠길만큼 붓고 새우젓국을 치고 만화로 볶아서 국물이 따로 돌지 않고 건지와 서로 조

					화가 되어 지질지질하고 살이 아주 연하게 무르도록 하여서 그릇에 담고 실고추와 계란 황백미 친 것을 뿌려서 상에 놓나니라
우육볶음	우육볶음	우육	고기, 간장, 파, 표고, 기름, 깨소금, 물, 후추(8)	고기, 파, 표고 썰기 → 호춑가루, 깨소금, 간장, 기름 넣고 볶기	고기를 정하게 씻은 후 반푼두께로 저며서 팔푼장광으로 썰어서 남비에 담고 파도 채쳐서 넣고 표고를 정하게 씻어서 채쳐 넣고 후춑가루 깨소금 간장 기름을 다 함께 넣고 잘 섞어서 화로에 올려놓아 볶다가 [후략]
유육볶음	유육볶음	유육	고기, 간장, 기름, 후추, 파, 마늘, 깨소금, 물(8)	고기 얇게 썰기 → 파, 마늘, 깨소금, 후춑가루 넣고 볶기 → 물 붓기 → 고기 익히기	고기를 얇게 저며서 다시 한 푼 넓이로 가늘고 길게(길이는 한 치 길이 쯤 가량) 채로 썰어서 간장 치고 파 채 쳐 넣고 마늘 곱게 이겨 넣고 깨소금 후춑가루 넣고 잘 섞어서 남비에 담아 화로에 올려놓고 숟가락으로 잘 저어가면서 볶다가 타지 않도록 물을 조금씩 부으면서 고기가 익도록 볶아서 [후략]
양 볶음(一)	양볶음	양	양, 표고, 간장, 물, 파, 생강, 후추(7)	양 손질 → 물, 간장, 호춑가루, 표고, 생강, 파 넣고 볶기	양을 물에 넣고 안팎으로 얇은 껍질을 벗기고 백번이나 물에 빨아서 냄새가 조금도 없도록 하여가지고 한치 길어서푼 넓이로 썰어서 남비에 담고 놀지 않을만큼 물을 조금 치고 간장 후춑가루와 표고 생강 파들을 채쳐서 넣고 볶아서
양 볶음(二)	양볶음	양	양, 파, 물, 후추, 간장, 깨소금, 기름, 버섯(8)	양 손질 → 파, 버섯, 호추, 간장, 깨소금, 기름, 물 넣고 볶기	양을 물에 담아 놓고 안팎으로 얇은 껍질을 벗기고 여러 번 냉수에 빨아서 냄새가 조금도 없

					게 하여가지고 팔푼길이 너푼넓이로 썰어서 냄비에 담고 파 채쳐 넣고 버섯도 물에 불려서 채쳐 넣고 이 우에 있는 재료를 다 함께 넣고 볶아서 먹나니라
천엽볶음	천엽볶음	천엽	천엽, 파, 물, 후추, 간장, 깨소금, 기름, 버섯(8)	천엽 손질 → 파, 버섯, 호추, 간장, 깨소금, 기름, 물 넣고 볶기	이는 양 볶음과 꼭 같은 법으로 하고 분량은 사람수에 따라 적당히 할 것이니라
송이볶음	송이볶음	송이	송이, 고기, 깨소금, 옥초, 파, 간장, 물(6)	송이 손질하여 물에 담가 두기 → 파, 고기 썰기 → 간장, 물 넣고 볶기	송이를 정하게 씻어서 큰 것은 셋에 잘라서 둘에 쪼개가지고 다시 얇게 저며서 하고 중것은 둘에 잘라서 얇게 저미고 작은 것은 그대로 얇게 저며서 물에 담아 두어 시간 올려서 씹쓸한 맛을 빼버리고(둥근파)를 썰어 넣고 고기는 얇게 저며서 두 푼 넓이로 썰어 모두 함께 담고 간장을 알맞게 치고 물을 늘지 않을 만큼 부어서 화로에 올려놓고 볶아서 [후략]
제육볶음(一)	제육볶음	제육	제육, 간장, 후추, 버섯, 물, 파, 설탕, 표고, 생강(9)	제육, 표고, 버섯, 파 채썰기 → 생강 다지기 → 손질한 재료에 간장 넣기	제육을 알맞게 채치고(고기볶음 썰 듯 하라) 표고버섯을 물에 불려서 채치고 파도 채치고 생은 잘게 이겨서 다함께 냄비에 담고 간장 쳐서 [후략]
제육볶음(二)	제육볶음	제육	제육, 간장, 후추, 파, 버섯, 계란(6)	제육, 표고, 버섯, 파 채썰기 → 생강 다지기 → 손질한 재료에 새우젓국 넣기	이 볶음은 우육 볶음과 꼭 같이 하는 것이니 간장 대신 새우젓국으로 간을 맞추어 볶으면 매우 좋으며 계란은 황백미 얇게 부쳐서 채 쳐서 없나니라

『조선요리제법』에서 볶음의 방법은 총 10가지가 기록되어 있다. 닭볶음 두 가지 방

법, 우육볶음, 유육볶음, 양볶음 두 가지 방법, 천엽볶음, 송이볶음, 제육볶음 두 가지 방법이 기록되어 있다. 닭볶음을 하는 방법으로는 첫째, 토막을 쳐서 냄비에 담고 닭의 간(肝)도 정하게 씻어 함께 담고 물 한보 시기쯤 붓고 후춧가루를 넣고 끓여서 지질지질하게 볶는 방법, 둘째, 닭을 손가락 두마디 만큼씩 뼈 붙은 채 잘라서 깨소금과 후춧가루를 치고 물을 건지가 겨우 잠길 만큼 붓고 새우젓국을 치고 볶아서 국물이 따로 돌지 않고 건지와 서로 조화가 되어 지질지질하고 살이 아주 연하게 무르도록 하여서 그릇에 담고 실고추와 계란 황백미 친 것을 뿌려서 완성한다고 되어 있다.

12. 무침류

표 12. 「조선요리제법」에 나타난 무침의 종류와 재료

음식명		주재료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				
복어 무침	복어무침	복어	복어, 깨소금, 간장, 고추, 기름, 설탕(6)	복어 손질 → 간장, 고추, 깨소금, 설탕, 기름 넣고 섞기	복어를 대가리 떼고 물에 담가서 불린후 껍질을 벗기고 뼈를 다 떼어낸후 잘게 뜯어서 손으로 부벼서 부들하게 만들어가지고 가위로 대강 베어서 간장 고추 이긴 것 깨소금 설탕 기름을 다 넣고 잘 섞어서 [후략]
메역 무침	미역무침	메역	미역, 간장, 기름, 설탕, 파, 고추, 깨소금(7)	미역 썰기 → 간장, 파, 양념 섞어 무치기	[전략] 간장치고 파 이겨넣고 그 외 여러 가지 양념을 치고 잘 섞어서 무치나니라 [후략]
김 무침	김무침	김	김, 간장, 기름, 파, 깨소금, 설탕(6)	김 굵기 → 부스러뜨리기 → 간장, 깨소금, 파, 설탕, 기름, 고춧가루 넣고 섞기	김을 티 없이 정하게 골라서 불에 약간 구워서 손으로 부스러뜨려서 간장 깨소금 파 이긴 것 설탕 기름 고춧가루들을 치고 섞어서 접시에 담아 상에 놓나니라
대하무침	대하무침	대하	대하, 기름, 간장, 깨소금, 고추, 후추(6)	대하 거피 → 자게 부스러 뜨리기 → 간장, 양념 넣고 섞기	대하(큰 새오) 껍질을 벗기고 보자에 싸서 방망이로 찌어 잘게 부스러뜨려서 그릇에 담고 간장과 여러 가지 양념을 넣어 잘 섞어서 [후략]
김치	김치무침	김	김치, 기름,	통김치 물에 담가 두	이는 짠지 무침과 같으니

무침		치	깨소금, 간장, 파(5)	기 → 파, 고추, 간장, 기름, 깨소금 넣기	통김치를 잘게 썰고 여러 가지 양념을 넣어 무치나라
외지 무침	외지무침	외	외지, 고추장, 파, 깨소금, 기름 (5)	외지를 물에 빨아 짜기 → 양념, 파, 고추장, 간장 넣고 무치기	외지를 가는 것은 그대로 하고 굵은 것은 돌에 쪼개서 얇게 찍찍 썰어서 정하게 물에 빨아 꼭 짜가지고 위에 양념을 넣고(파는 이겨넣을 것) 잘 무쳐서 상에 놓나니 고추장이나 간장에는 뜻대로 할찌니라
짬지 무침	짬지무침	짬지	짬지, 기름, 깨소금, 간장, 파(5)	짬지 물에 담가 두기 → 파, 고추, 간장, 기름, 깨소금 넣기	짬지를 채쳐서 물에 두어 시간 올려서 꼭 짜가지고 파와 고추는 잘게 이겨서 넣고 간장 기름 깨소금을 넣고 간맛게 잘 치나라

『조선요리제법』에 기록된 7가지의 무침은 북어무침, 메역무침, 김무침, 대하무침, 김치무침, 외지무침, 짬지무침이 있다. 대하무침은 대하(큰 새우)를 껍질을 벗겨 보자에 싸서 방망이로 찌어 잘게 부스러뜨린 후 그릇에 담고 간장과 여러 가지 양념을 넣어 잘 섞어서 만드는 음식을 말한다.

13. 나물류

표 13. 『조선요리제법』에 기록된 나물의 종류와 재료

음식명		주재료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				
가지 나물	가жина물	가지	가지, 간장, 기름, 초, 파, 마늘, 고추(7)	가지 손질 → 보자에 넣고 찌기 → 익은 후 속에 씨 빼고 껍질 벗기고 잘게 뜯기 → 간장, 파, 마늘, 고추, 초, 기름 넣고 무치기	가지를 정하게 씻어서 꼭지를 따고 [중략] 익은 후에 꺼내어 쪼개고 속에 씨를 다 꺼내고 껍질을 벗기고 잘게 뜯어(서 폰 두께로) 그릇에 담고 간장 치고 파, 마늘, 고추를 다 이겨서 넣고 위에 기록된 재료를 모두 넣어서 잘 무쳐서 [후략]
고비 나물	고비나물	고비	고비, 우육, 깨소금, 파, 간장, 기름,	고비 손질 → 고기, 마늘 다지기 → 파 채썰기 → 고비, 고	마른 고비는 물에 삶아서 펄펄 끓인 후 건져서 냉수에 담아서 [중략] 부드러운

			마늘(7)	고기, 마늘, 파, 깨소금, 간장, 기름 넣고 볶기	줄기roman 한 치 길이씩 잘라서 냄비에 넣고 고기를 잘게 이겨서 넣고 간장과 깨소금을 넣고 마늘을 잘게 이겨넣고 파는 채쳐서 넣은 후 고기가 익도록 볶아서 접시에 담고 깨소금을 뿌려서 [후략]
도라지 나물	도라지나물	도라지	도라지, 고기, 간장, 고추, 기름, 파, 깨소금 (7)	도라지 손질 → 고기 채썰기 → 파, 고추 다지기 → 도라지, 고기, 파, 고추, 간장, 기름, 깨소금 넣고 볶기 → 채친 계란 고명엿기	도라지를 솥에 넣고 물을 넉넉히 부어 펄펄 끓도록 삶은 후 오븐쯤 두었다가 건져서 냉수에 여러 번 헹어가지고 꼬챙이로 찌나니 굵은 젓가락 만큼씩 찢고 [중략] 고기를 가늘게 채쳐서 넣고 파와 고추는 이겨서 넣고 간장 기름 깨소금을 다 함께 넣고 섞어서 화로에 올려놓고 고기가 익도록 볶아서 접시에 담고 계란 부친 것을 채쳐서 위에 뿌려서 [후략]
무나물	무나물	무	무, 파, 생강, 깨소금, 간장, 마늘, 고추, 물(8)	무 토막 내기 → 고기 다지기 → 파, 생강, 마늘, 고추를 다져 물, 간장, 깨소금 넣고 볶기	무를 한 치 길이로 토막을 쳐가지고 다시 이것을 가루 두 푼 두께로 저며서 길이로 한 푼 굵기만큼씩 쳐서 냄비에 넣고 고기를 연한 살로만 잘게 이겨서 함께 넣고 물을 치고 파, 생강, 마늘, 고추를 다 곱게 이겨서 넣고 간장 깨소금 넣고 볶아서 [후략]
미나리 나물	미나리나물	미나리	미나리, 기름, 간장, 깨소금, 소금, 파, 고추(7)	미나리 손질 → 소금 뿌려두고 물기 짜기 → 기름에 미나리 지지기 → 노랗게 되면 식히고 다진 고추, 다진 파, 깨소금, 간장 넣고 무치기	미나리를 [중략] 소금을 뿌리고 한 삼십분 두었다가 꼭 짜가지고 번철에 기름을 붓고 미나리를 지쳐서 [중략] 빛이 노랗게 될 때 곧 꺼내어 펴놓아 식혀가지고 고추와 파를 이겨 넣고 깨소금 넣고 간을 보아서 송겁거든 간장을 조금 넣어서 [후략]
숙주 나물	숙주나물	숙주	숙주, 소금, 파, 마늘,	숙주 손질 → 끓는 물에 데치기 → 냉수	숙주를 꼬리를 따고 정하게 씻어서 펄펄 끓는 물에

			고추, 초(6)	에 식힌 후 물 짜기 → 소금, 초, 다진 파, 기름 넣고 무치기	넣고 주걱으로 뒤집어서 즉시 꺼내어 냉수에 넣고 여러 번 빨아서 식혀가지고 물을 꼭 짜서 그릇에 넣고 소금, 초파 이긴 것, 기름을 넣고 잘 섞어서 접시에 담아놓나니라
썩갓 나물	썩갓나물	썩갓	썩갓, 간장, 기름, 파, 초, 깨소금(6)	썩갓 끓는 물에 데치기 → 냉수에 씻기 → 다진 파, 간장, 기름, 초, 깨소금 넣고 무치기 → 깨소금, 고춧가루 뿌리기	썩갓을 정하게 씻어서 펄펄 끓는 물에 넣어서 주걱으로 즉시 뒤집어가지고 곧 꺼내어 냉수에 여러 번 빨아서 한 치 길이로 썰어서 그릇에 넣고 파 이겨넣고 간장, 기름, 초 깨소금 넣고 잘 섞어서 [후략]
콩 나물	콩나물	콩나물	콩나물, 간장, 기름, 깨소금, 마늘, 생강, 파, 고추(8)	콩나물 손질 → 기름에 볶기 → 익으면 마늘, 생강, 파, 고추를 다져서 넣기 → 간장으로 간하기 → 깨소금 치기	콩나물을 콩지를 따고 정하게 씻어서 번철에 기름을 붓고 콩나물을 넣고 젓가락으로 저어가면서 잘 볶아서 콩나물이 익거든 마늘, 생강, 파, 고추를 다 이겨 넣고 간장 치고 섞어서 간을 맞추어 볶아서 깨소금을 치고 섞어서 [후략]
물썩 나물	물썩나물	물썩	물썩, 청포, 간장, 소금, 고추, 기름, 초, 파(8)	물썩 데치기 → 청포 목 썰어 넣기 → 파, 고추 다져서 소금, 간장, 고추, 파, 기름과 무치기 → 초 넣기	물썩을 먼저 정하게 다듬어서 잘 씻어가지고 잠깐만 데쳐서 [중략] 노랑목을 한치 길이 두푼 두께 두푼 넓이 두푼 윤두로 썰어서 놓고 파와 고추를 이기고 먼저 삶아놓은 물썩에 소금, 간장, 고추, 파, 기름을 다 함께 넣고 잘 섞어서 맛을 보아 간이 맞도록 하고 초를 약간 쳐서 [후략]
풋나물	풋나물	나물	나물, 간장, 기름, 파, 고추, 깨소금(6)	나물 데치기 → 고추장, 초, 다진 파, 다진 마늘, 기름, 깨소금 넣고 무치기	[전략] 나물을 연한 것으로 골라서 정하게 씻어가지고 펄펄 끓는 물에 넣어서 잠깐만 삶아 [중략] 고추장을 간이 맞도록 적당하게 넣고 초를 너무 시지 않도록 치고 파와 마늘을 잘게 이겨 넣고 기름과 깨소금을

					넣고 무쳐서 [후략]
시래기 나물	시래기 나물	시래기	시래기, 간장, 기름, 깨소금, 물, 고추, 마늘, 파, 고기(9)	시래기 삶기 → 냉수에 넣었다가 물기짜기 → 고기, 파, 마늘, 고추 다지기 → 물, 간장, 기름을 넣고 볶기 → 고기가 익으면 깨소금으로 간함 → 깨소금, 고춧가루 뿌리기	마른 무청을 시래기라고도 하고 우거지라고도 하나니 [중략] 삶은 후 건져서 냉수에 여러 번 빨아 물기 없이 꼭 짜서 한치 길이로 썰어서 솥에 넣고 고기를 잘게 이겨서 함께 넣고 간장, 기름, 파와 마늘을 이긴 것, 고추 이긴 것을 물을 모두 함께 넣고 섞어서 불을 때어 볶나니 고기가 익은 후에 깨소금 넣고 간을 잘 맞추어 접시에 담고 깨소금과 고춧가루를 위에 뿌려 놓나니라 [후략]
호박 나물	애호박나물	애호박	애호박, 고기, 파, 붉은 햇고추, 소금, 젓국, 물, 기름, 깨소금, 고춧가루(10)	애호박 쪼개기 → 고기, 붉은 햇고추 다지기 → 파 채썰기 → 애호박, 고기, 햇고추, 파, 소금이나 젓국, 물을 넣고 볶기 → 호박이 무르게 되면 기름과 깨소금 넣고 고춧가루 뿌리기	[전략] 씨 없는 어린 애호박을 둥근 그대로 한푼 두께되게 썰어서 굵은 것은 철반에 쪼개고 가는 것은 그대로 남비에 담고 고기를 잘게 이겨 넣고 파를 한치 길이로 잘라서 채쳐 넣고 붉은 햇고추를 이겨 넣고 [중략] 소금이나 흑젓국(새우젓국)을 치고 물을 주금 치고 간을 잘 맞추어서 볶나니 [중략] 기름과 깨소금을 치고 잘 섞어서 접시에 담고 고춧가루를 뿌려 놓나니라
	호박오가리나물	말린 호박오가리	말린 호박오가리, 물, 간장, 양념(4)	말린 호박오가리 물에 불리기 → 간장, 양념 넣고 볶기	말린 호박오가리는 물에 담가서 불려가지고 간장과 여러 가지 양념을 넣어서 볶아 만들고
	늪은호박나물	청동호박	청동호박, 고기, 파, 붉은 햇고추, 소금, 젓국, 물,	청동호박 쪼개기 → 고기, 붉은 햇고추 다지기 → 파 채썰기 → 청동호박, 고기, 햇고추, 파, 소금이나	청동호박(늪은 호박)도 애호박 볶는 법과 꼭 같이 하는데 늪은 호박에는 소금으로 간을 맞춰해야 하나니라

			기름, 깨소금, 고춧가루(10)	젓국, 물을 넣고 볶기 → 호박이 무르게 되면 기름과 깨소금 넣고 고춧가루 뿌리기	
외 나물	오이나물	외	외, 고추, 기름, 물, 깨소금, 간장, 파, 마늘, 고기(9)	속 들지 않은 오이 썰기 → 고기, 고추, 파, 마늘 다지기 → 물과 간장 넣고 익히기 → 깨소금 치기	속 들지 않은 외를 둥글게 한 푼 두께로 썰어서(꼭지는 쓴고로 그대로 먹을 수 없으니 잘라서 외지를 만들어 먹은 것) 남비에 넣고 고리를 잘게 이겨서 함께 담고 물과 간장을 치고 고추와 파와 마늘은 이겨서 넣고 고기와 외가 잘 무르거던 깨소금을 쳐서 간장을 잘 맞추어 [후략]
				오이 속 빼기 → 소금에 절이기 → 물기 빼기 → 기름에 볶기 → 고기 다지고 간장, 양념 넣고 볶기 → 고기가 익으면 볶은 오이를 넣어 다시 볶기 → 고춧가루, 깨소금 뿌리기	외를 네쪽에 쪽개서 속을 베어 내고 두푼 두께씩 되게 가로 썰어서 소금을 뿌려서 잠깐 절였다가(十分 동안) 정한 보자에 싸서 맷돌로 눌러서 물을 다 빼고(서너시간 누를 것) 변철에 기름을 바르고 볶아서(잠깐만 볶아서 빛이 곱게 할 것) 놓고 고기는 잘게 이겨서 간장과 이 위에 여러 양념을 놓고 섞어가지고 남비에 볶다가 고기가 익거던 볶은 외를 함께 넣고 다시 좀더 볶아서 [후략]
죽순채	죽순채	죽순	죽순, 고기, 표고, 석이, 옥초, 기름, 물, 밀가루(8)	죽순 손질 → 물에 담가 놓고 쓴맛 제거 → 고기, 표고, 석이, 파 채썰기 → 간장, 소금으로 간하기 → 호춧가루, 밀가루, 물에 넣고 끓이기 → 계란 부친 것 채쳐 뿌리기	죽순을 껍질 벗기고 [중략] 물에 담아 서너시간 우려 쓴맛을 제해서 [중략] 고기를 가늘게 채 썰어 넣고 표고 석이 파들도 다 채썰어 넣고 간장과 소금으로 간을 맞추어 후춧가루 좀치고 밀가루를 물 한 종주에 풀어서 함께 넣고 잘 끓여서 합에 넣고 계란 부친 것을 채 쳐서 뿌리나라 [후략]
월과채	월과채	애	애호박, 기	애호박 씨 없는 것으로	애호박을 씨 없는 것으로

		호박	름, 깨소금, 간장, 파, 표고, 찹쌀가루, 고기(8)	로 얇게 썰기 → 소고기 혹은 제육 다지기 → 파, 표고 채썰기 → 기름, 깨소금, 간장 넣고 볶기 → 찹전병 부치기	얇게 썰어 소고기나 혹은 제육을 잘게 이겨 넣고 파를 한 치 길이씩 썰어서 채 쳐 넣고 표고를 물에 불려서 채 쳐 넣고 기름 깨소금 간장을 넣어서 간 맞게 볶고 찹전병을 동전만큼씩 부쳐서 넣어 먹는 것이니라
박 나물	박나물	박	박, 마늘, 파, 고추, 기름, 간장, 고기, 물(8)	고기, 마늘, 파, 고추 다지기 → 간장, 기름, 고기 볶기 → 물 넣기 → 박 속 제거 후 썰기 → 고기와 같이 넣어 볶기	고기를 잘게 이기고 마늘, 파, 고추들을 잘게 이겨 넣고 간장 치고 잘 섞어서 냄비에 기름을 바르고 고기를 넣고 볶다가 물치고 박을 연한 것으로 껍질을 벗기고 속을 전부 꺼내고 서푼 넓이 팔푼 길이로 썰어서 고기와 함께 넣고 볶아서 [후략]
취 나물	취나물	취	취, 마늘, 파, 고추, 깨소금, 기름, 간장, 고기, 물(9)	취 삶기 → 고기, 파, 고추 다지기 → 깨소금, 간장, 기름 넣고 볶기 → 고기가 익으면 취를 넣고 더 볶기	취를 삶아서 물을 자주 갈아가면서 올려서 쓴 맛이 없게 되거든 꼭 짜놓고 고기를 잘게 이겨서 냄비에 담고 마늘과 파와 고추를 잘게 이겨 넣고 깨소금치고 간장과 기름을 치고 잘 섞은 후 화로에 올려놓고 볶아서 고기가 익거든 짜놓았던 취를 넣고 좀 더 볶아서 [후략]
파 나물	파나물	파	파, 간장, 기름, 깨소금, 후추, 고기(6)	고기 채썰기 → 간장, 깨소금, 후추, 기름 넣고 볶기 → 파를 데쳐서 썰어 넣어 무치기	고기를 잘게 채치고 간장, 깨소금, 후추, 기름 넣고 섞어서 냄비에 볶아서 고기가 익은 후 파를 데쳐서 한치 길이씩 썰어 넣고(고기 익힌 것을 식힌 후에 파를 섞을 것) 무쳐서 [후략]
버섯 나물	버섯나물	버섯	버섯, 깨소금, 간장, 파, 기름, 고기(6)	버섯 불리기 → 채썰기 → 고기, 파 채썰기 → 간장으로 간하기 → 볶기	버섯을 물에 불려서(마른 것은 물에 오분동안 불리고 생 버섯은 그대로 썰어하라) 대강 채치고 고기도 얇게 저며서 가늘게 채치고 파도 채쳐서 다 함께

					담고 간장으로 간맛추어 볶나니 [후략]
두릅 나물	두릅나물	두 릅	두릅, 소금, 깨소금, 기 름(4)	두릅 삶아 썰기 → 소금 간하기 → 깨소 금, 기름 치고 무치 기	두릅을 약간 삶아서 썰어 가지고 소금으로 간을 맞 추고 깨소금과 기름을 치 고 잘 섞어서 먹나니
고추냉 나물	고추잎나 물	고 추 잎	고추잎, 간 장, 깨소금, 기름(4)	고추잎 데치기 → 간 장, 기름, 깨소금에 무치기	고추냉을 깨끗하게 다듬어 서 데쳐서 냉수에 여러 번 빨아서 꼭 짜가지고 간장 과 기름과 깨소금을 차고 무쳐서 접시에 담고 깨소 금을 위에 얹어서 [후략]
잡누르 미	잡누름적	도 라 지	도라지, 고 기, 버섯, 미나리, 깨 소금, 후추, 설탕, 간장, 소금, 기름, 표고, 석이, 계란, 파 (14)	도라지 삶고 찬물에 담고 뜯기 → 고기, 간장, 표고, 석이, 파, 버섯, 채썰기 → 기 름, 깨소금, 호추 넣 고 섞기 → 도라지 넣어 섞기 → 미나리 소금에 절이기 → 미 나리 기름에 볶기 → 설탕 넣고 볶고 계란 채 썰어 뿌리기	도라지를 솥에 넣고 물을 넉넉히 붓고 불을 때어 삶 아서 [중략] 고기는 한 치 길이만큼 썰고 굵기는 젓 가락만큼씩 채 썰어 솥에 넣고 간장치고 표고 석이, 파, 버섯 다 채 쳐서 넣고 기름, 깨소금, 후추 치고 잘 섞은 후 도라지를 함께 넣고 섞어서 담고 미나리 는 한치 길이씩 잘라서 소 금에 절였다가 꼭 짜서 번 철에 기름을 한 숟가락쯤 붓고 볶아서 [중략] 설탕을 치고 다시 잠간 볶아 그릇 에 담고 계란 채친 것을 뿌리나니라
잡채	잡채		당면, 우육, 전복, 석이, 표고, 목이, 계란, 실백, 소금, 설탕, 숙주, 해삼, 저육, 미나 리, 파, 배, 실고추, 간 장, 황화채, 깨소금(20)	숙주 손질 후 데치기 → 미나리는 소금에 절인 후 기름에 볶기 → 파, 석이, 표고, 목이, 황화채는 물에 불려서 채 쳐서 기름 에 볶기 → 해삼 채 썰기 → 고기 채 썰 어 간장, 파, 후추 넣 고 볶기 → 당면 삶 기 → 전복 삶고 채 썰기 → 계란 황백청 을 얇게 부쳐 채 썰 기 → 당면을 제외하 고 전부 한데 넣어	1. 숙주는 꼬리를 따서 펄 펄 끊는 물에 잠간 데쳐서 즉시 냉수에 건지어 채반 에 바쳐놓고 [중략] 2. 파 는 한 치 길이로 썰어서 굵게 채쳐 기름에 잠간만 볶아 놓고 3. 미나리는 정 하게 씻어서 한 치 길이씩 잘라 소금에 약간 절여서 꼭 짜가지고 기름에 볶아 놓고 [중략] 4. 석이, 표 고, 목이, 황화채는 물에 불려서 채 쳐서 기름에 볶 고 5. 해삼은 물에 얇게 저며가지고 채 치고 6. 고

			섞기 → 당면, 설탕 넣고 섞기 → 고명 엮기	기는 잘게 채 썰어서 간장과 파 조금 이겨 넣고 후추 치고 섞어서 냄비에 볶아 놓고 7. 저육은 채 썰어서 볶아 놓고 8. 당면은 펄펄 끓는 물에 넣어서 펄펄 끓여서 희끗희끗한 것이 없어지거던 한 줄기 집어 씹어보아 속에 다단한 것이 없거던 곧 꺼내어 냉수에 넣고 식혀서 즉시 채반에 건져서 대강 칼로 썰어서 [중략] 9. 전복은 오래 삶아서 얇게 저며서 채치고 10. 계란 황백청을 얇게 부쳐 채 쳐놓고 11. 배는 얇게 저며서 채 쳐서 놓은 후 당면만 남겨놓고 전부를 한데 섞고 진한 간장으로 간을 잘 맞춘 후 당면을 넣고 설탕을 치고 섞어서 접시에 담고 [후략]
--	--	--	---------------------------------	---

『조선요리제법』에 기록된 무침의 종류는 총 25가지가 기록되어 있으며, 그 종류에는 가지나물, 고비나물, 도라지나물, 무나물, 미나리나물, 숙주나물, 썩갓나물, 콩나물, 물썩나물, 풋나물, 시레기나물, 애호박나물, 호박오가리나물, 늙은호박나물, 오이나물, 죽순채, 월과채, 박나물, 취나물, 파나물, 버섯나물, 두릅나물, 고추잎나물, 잡누르미, 잡채가 있다. 무침은 주로 채소, 나물 종류가 쓰였다. 월과채는 애호박을 씨 없는 것으로 얇게 썰어 소고기나 혹은 제육을 잘게 이겨 넣고 파, 표고를 채 쳐넣고 기름, 깨소금, 간장을 넣어서 간을 맞춰 볶고 찰전병을 동전만크씩 부쳐서 넣어 먹는 것이라고 기록되어 있다. 잡누르미는 도라지를 솥에 넣고 물을 넉넉히 붓고 불을 때어 삶고, 고기는 한 치 길이만큼 썰고 굵기는 젓가락만크씩 채 썰어 솥에 넣고 간장치고 표고, 석이, 파, 버섯 다 채쳐서 넣고 기름, 깨소금, 후추 치고 잘 섞은 후 도라지를 함께 넣고 섞어서 담고 미나리는 한치 길이씩 잘라서 소금에 절였다가 꼭 짜서 번철에 기름을 한 숟가락쯤 붓고 볶는다. 그 후 설탕을 치고 다시 잠깐 볶아 그릇에 담고 계란 채친 것을 뿌리는 음식이다.

14. 생채류

표 14. 『조선요리제법』에 기록된 생채의 종류와 재료

음식명		주재료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				
무 생채	무생채	무	무, 간장, 기름, 소금, 설탕, 초, 파, 실고추, 배, 깨소금 (10)	무 채썰고 간장에 절임 → 다진 파, 기름, 설탕, 깨소금, 실고추, 초를 넣고 무치기 → 소금으로 간하기 → 실고추 뿌리기	무를 정하게 씻어 [중략] 채쳐서 간장에 절여 다 절은 후 꼭 짜놓고 파를 잘게 이겨넣고 기름, 설탕, 깨소금, 실고추, 단 것(초)들을 다 넣고 무친 후 초를 치고 소금으로 간을 맞추어가지고 배를 무와 같이 채쳐 넣고 섞어서 [후략]
도라지 생채	도라지생채	도라지	도라지, 기름, 고추, 파, 소금, 초, 깨소금, 간장(8)	도라지 손질 → 간장, 소금으로 간하기 → 파, 고추 다져 넣기 → 초, 깨소금 넣고 간하기 → 실고추, 깨소금 뿌리기	도라지를 이삼일동안 물에 불려서 [중략] 젓가락 굵기 만큼씩 찢고 [중략] 간장과 소금으로 간을 맞추고 파 이겨 넣고 고추도 잘게 이겨넣고 초와 깨소금을 넣어 섞어서 간이 꼭 맞도록 해서 접시에 담아 놓고 실고추와 깨소금을 뿌릴 것이니라 [후략]
외생채	외생채	외	외, 간장, 초, 깨소금, 소금, 파, 기름, 고추 (8)	오이 손질 → 파, 고추 다지기 → 양념 넣고 무치기 → 깨소금 뿌리기	외를 먼저 정하게 씻어 가지고 한 치 길이로 잘라서 한 푼 두께로 썰고 속은 버리고 채 썰어서 소금에 절였다가 꼭 짜가지고 파는 채 쳐넣고 고추 이겨 넣고 위에 적은 여러 양념을 다 넣고 무쳐서 접시에 담고 깨소금을 뿌려서 [후략]
계자채	-	계자	도라지, 계자, 기름, 소금, 물(5)	도라지 쓴 맛 제거 → 찢고 소금 치기 → 기름에 바삭 볶기 → 겨자 찍어 먹기	도라지를 물을 자조 갈아 부으면서 이삼일 동안 불여서 쓴 맛이 거진 없어지거든 잘게 찢어서 [중략] 소금을 쳐서 섞어서 번철에 기름을 바르고 바삭 볶아서 접시에 담고 옆에 계자를 놓아 상에 놓으면 먹을 때 계자를 찍어서 먹나니라
숙주 채	숙주채	숙주	숙주, 미나리, 깨소금,	숙주 데치기 → 미나리 소금에 절인 후	숙주를 꼬리를 따고 펄펄 끓는 물에 넣어 잠간 뒤집

			파, 소금, 기름, 초(7)	기름에 볶기 → 파 채 썰고 섞기 → 소금, 초, 고춧가루 넣기	어서 [중략] 미나리를 다듬어서 한 치 길이씩 썰어 소금에 절였다가 꼭 짜서 번철에 기름을 한 손가락쯤 붓고 잠깐 볶아내어 식히고 파는 가늘게 채치고 다 함께 담고 섞은 후 간은 소금과 초를 넣어서 [후략]
탄평 채	탕평채	노랑목	노랑목, 간장, 파, 깨소금, 김, 숙주, 미나리, 고기, 초, 고추 (10)	다진 고기를 간장, 양념에 볶기 → 숙주 데치기 → 미나리 소금에 절인 후 볶기 → 고추, 파 다져 넣기 → 간장, 초, 깨소금 넣기 → 목 썰어 넣고 데우기 → 실고추 뿌리기	고기를 잘게 이겨서 간장과 여러 가지 양념을 넣고 볶아서 식혀 놓고 숙주는 데쳐서 냉수에 즉시 식혀서 꼭 짜놓고 미나리도 한 치 길이로 잘라서 소금에 절였다가 꼭 짜서 기름에 볶아 [중략] 고추와 파를 이겨서 넣고 간장과 초와 깨소금을 넣어 섞은 후에 간을 잘 맞추고 목을 [중략] 썰어서 함께 넣고 잘 티 없이 정하게 한 후 그대로 약간만 불에 쪄서 두 손으로 부벼서 부숩뜨려 넣고 [중략] 실고추를 대강 이겨서 조금만 부려놓나니라

『조선요리제법』에는 6가지의 생채가 기록되어 있다. 그 종류로는 무생채, 도라지생채, 외생채, 계자채, 숙주채, 탄평채가 있다. 계자채는 도라지를 물을 자주 갈아 부으면서 이삼 일 동안 불려서 쓴 맛이 거진 없어졌을 때 잘게 찢어서 소금을 쳐서 번철에 기름을 바르고 바삭 볶은 후 접시에 담고 옆에 겨자를 놓고 먹을 때 겨자를 찍어서 먹는 음식이다.

15. 전유어

표 15. 『조선요리제법』에 기록된 전유어의 종류와 재료

음식명		주재료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				
등골 ⁵⁾ 전유어	등골전	등골	등골, 계란, 소금, 밀가루, 참기름 (5)	등골 손질 → 소금 뿌리기 → 등골에 밀가루 묻히고 계란 씌우기 → 기름 두	등골을 꺾질 벗기고 [중략] 도마에 놓고 골진 곳에 손끝을 대어 살살 밀어서 넓게 펴가지고 한 치 길이씩 잘라서

				르고 익히기	[중략] 소금을 약간 뿌려놓고 계란을 잘 풀어놓고 등골 한 조각씩 밀가루를 안팎으로 약간 무쳐서 풀어놓은 계란에 집어넣어 씨워가지고 번철에 기름을 바르고 터지지 않게 익혀서 접시에 담아놓나니라
생선 전유어	생선전	민어	민어, 계란, 소금, 밀가루, 참기름(5)	생선 손질 → 소금 뿌리기 → 밀가루 무치고 계란 씌우기 → 기름 두르고 지지기	[전략] 살점을 얇고 넓게 저며서 도마에 펴서 벌려놓고 소금을 뿌려가지고 밀가루를 대강 무치고 계란을 씨워서 번철이 기름을 넉넉히 바르고 타지 않도록 잘 지지서 [후략]
우육 전유어	-	간	간, 양, 천엽, 조개, 계란, 밀가루, 소금, 기름(8)	간 얇고 넓게 썰기 → 소금 약간 뿌리기 → 밀가루 묻히고 계란 씌워 기름에 굽기	간을 정하게 씻어서 도마에 놓고 얇은 칼로 반 푼 두께 만큼 얇고 넓게 저며서 도마에 벌려 펴놓고 소금을 약간 골고루 뿌려놓고 밀가루를 앞뒤로 조금만 무쳐서 계란을 씨워서 번철에 기름을 반 손가락쯤 붓고 구워서 [후략]
호박 전유어	호박전	호박	호박, 기름, 밀가루, 소금(4)	호박 썰기 → 소금에 절이기 → 밀가루 묻히고 계란 씌우기 → 기름에 지지기	호박을 가늘고 긴 것(속 들지 않은 것)을 등근 그대로 한푼 두께 되도록 썰어서 소금을 뿌려서 십분동안 놓아두었다가 절은후 꼭 짜서 밀가루를 묻히고 계란을 씨워서 번철에 기름을 바르고 지지서 [후략]
푼고추 전유어	고추전	푼고추	푼고추, 밀가루, 깨소금, 간장, 기름, 두부, 고기, 파(8)	푼고추 삶기 → 고기, 파, 두부 다지기 → 양념 섞어 고추 안에 넣기 → 밀가루 묻히고 계란 씌우기 → 기름에 지지기	푼고추 맵지 않은 것으로 아주 무르지 않도록 대강 삶아서(얇전하게 씨를 빼가지고) 고기를 곱게 이기고 파도 이겨서 두부와 여러 양념들을 다 섞어 잘 이겨가지고 고추를 펴고 고기를 고추 갑절만큼 문쳐서 넣고 고추를 아물려서 밀가루를 묻히고 계란을 씨워서 번철에 기름을 붓고 지지내나니라
새우 전유어(一)	새우전	새우	새우, 기름, 밀가루(3)	새우 손질 → 밀가루 묻히고 계란 씌우기 → 기름에 지지기	[전략] 껍질 벗기고 등에 잘라서 밀가루 묻히고 계란을 씨워서 번철에 기름을 바르고 지지는 [후략]
새우	새우전	새우	새우, 기름,	새우 손질 → 소금	새우를 껍질 벗기고 정하게

전유어(二)		우	소금, 밀가루, 계란(5)	뿌리기 → 밀가루 묻히고 계란 씌우기 → 기름 바르고 지지기	씻어 쪼개서 넓적하게 펴놓고 소금을 약간 뿌리고 밀가루 칠하고 계란을 묻쳐서 번철에 기름을 바르고 지지서 [후략]
제육 전유어	-	제육	제육, 기름, 밀가루, 소금(4)	돼지고기 얇게 썰기 → 소금 뿌리기 → 밀가루 묻히고 계란 씌우기 → 지지기	돼지고기 생으로 한푼 두께로 얇게 저며서 소금 뿌려가지고 밀가루 묻쳐서 계란을 씌워 지지나니라
굴 전유어	굴전	굴	굴, 기름, 밀가루(3)	굴 손질 → 밀가루 묻히고 계란 씌우기 → 기름에 지지기	굴을 정하게 씻어서 두꺼운 곳을 등에 쪼개서 채반에 놓고 정한 보자로 꼭꼭 눌러서 물기를 없이하여 가지고 밀가루를 묻치고 계란을 씌워서 번철에 기름을 바르고 지지내 나니라
채소 전유어	채소전	배추	배추, 간장, 기름, 계란, 후추, 고기, 밀가루, 깨소금(8)	채소에 밀가루 묻히고 계란 씌우기 → 고기 다지고 양념과 섞기 → 채소와 같이 부치기	[전략] 무슨 채소든지 한 치 길이씩 썰어 정하게 씻어서 등을 함께 섞어서 밀가루를 묻쳐서 계란을 씌워가지고 한 치 길이와 한 치 넓이로 얇게 지지서 먹나니 혹은 고기를 잘게 이겨서 양념에 섞어 가지고 배추와 함께 결드려 부쳐서 [후략]
낙지 전유어	낙지전	낙지	낙지, 소금, 기름, 밀가루, 계란(5)	낙지 손질 → 소금 뿌리기 → 밀가루 묻히고 계란 씌우기 → 기름에 지지기	먼저 낙지를 정하게 씻어 대가리를 떼고 쪼개어 토막을 한 치 길이씩 치고 다리도 쪼개서 다 펴놓고 소금을 약간 뿌리고 밀가루를 칠하고 계란을 묻쳐서 번철에 기름을 바르고 지지 내나니라
버섯 전유어	버섯전	석이, 버섯, 표고	석이, 버섯, 표고, 기름, 밀가루, 소금, 계란(7)	석이는 끓는 물에 손질 → 석이, 버섯, 표고 채썰기 → 밀가루, 계란, 소금, 물 넣기 → 기름에 지지기	석이를 끓는 물에 넣어서 뜨거운 김에 손바닥에 펴놓고 자꾸 부벼서 정하게 씻고 모래와 꼭지는 따버리고 대강 채로 썰고 버섯과 표고는 불려서 대강 채를 썰어서 다 함께 섞어서 놓고 밀가루와 계란을 함께 섞고 소금 넣고 물 반 종주쯤 치고 섞어서 채친 것을 다 함께 넣고 번철에 기름을 바르고 반 손가락씩 떠놓아서 얇게 펴서 지지나니라 [후략]

비웃 ⁶⁾ 전유어	비웃전유어	비웃	비웃, 계란, 기름, 밀가루, 소금(5)	비웃 손질 → 소금 뿌리기 → 밀가루 묻히고 계란 씌우기 → 기름에 지지기	비웃을 뼈없이 얇게 저며서 펴놓고 소금을 대강 뿌려서 밀가루를 묻치고 계란을 씌워서 번철에 기름을 바르고 지지나니라
미나리전	미나리전	미나리	미나리, 밀가루, 기름, 계란, 소금(5)	미나리 손질 → 소금 뿌리기 → 밀가루, 계란과 섞기 → 기름에 부치기	미나리를 다듬어서 정하게 씻고 머리를 맞추어 가지고 한 치 길이씩 잘라 소금을 뿌려서 [중략] 밀가루에 넣고 계란을 풀어 넣고 섞어서 번철에 기름을 바르고 얇게 부쳐서 [후략]
파전	파전	파	파, 밀가루, 기름, 계란, 소금(5)	파 손질 → 소금 뿌리기 → 밀가루, 계란과 섞기 → 기름에 부치기	파전도 미나리 전과 같은 법으로 하나니라
복어전유어	복어전	복어	복어, 기름, 마늘, 파, 깨소금, 간장, 고기(7)	복어 손질 → 고기, 파, 마늘 다지기 → 간장, 기름, 깨소금 넣고 섞기 → 밀가루 묻히고 계란 씌우기 → 기름에 지지기	복어를 물에 불려서 껍질 벗기고 등에 갈라서 속에 뼈를 다 꺼내고 한 치 길이씩 잘라 놓고 고기는 잘게 이겨서 간장 기름 깨소금과 파와 마늘 이긴 것들을 다 함께 넣고 섞어서 복어 한 편에 얇게 맞부쳐 가지고 밀가루를 묻히고 계란을 씌워서 번철에 기름을 칠하고 지지나니라

『조선요리제법』에는 총 16가지의 전유어가 기록되어 있다. 전유어의 종류에는 등골전유어, 생선전유어, 우육전유어, 호박전유어, 풋고추전유어, 새우전유어 두 가지 방법, 제육전유어, 굴전유어, 채소전유어, 낙지전유어, 버섯전유어, 비웃전유어, 미나리전, 파전, 복어전유어가 기록되어 있다. 전유어의 재료는 채소, 고기, 생선 등 다양하게 이용되며, 그중에서 우육전유어의 재료는 간, 양, 천엽, 조개, 계란 등 다양한 소의 부위들이 이용되며 조리법은 간을 정하게 씻어서 도마에 놓고 얇은 칼로 반 푼 두께만큼 얇고 넓게 저며서 도마에 벌려 펴놓고 소금을 골고루 뿌려, 밀가루를 앞뒤로 조금만 묻혀서 계란을 입힌 후 번철에 기름을 반 숟가락쯤 붓고 구워 먹는다고 기록되어 있다.

5) 소나 돼지의 척추 안에 들어 있는 신경다발이다. 등골을 언제부터 먹었는지 알 수 없지만 조선 후기의 조리서인 『시의전서』에 소의 등골로 끓이는 쇠골국이 등장하는 것으로 미루어 이전부터 먹어왔음을 알 수 있다.

6) 비웃은 청어를 의미한다.

16. 구이류

표 16. 『조선요리제법』에 기록된 구이의 종류와 재료

음식명		주 재 료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				
가리 구이	갈비구이	가 리	가리, 간장, 기름, 마늘, 깨소금, 파, 후추(7)	갈비 손질 → 다진 파, 다진 마늘, 간장, 깨소금, 기름, 후추를 갈비에 바르기 → 기 름에 지지기 → 석쇠 에 굽기	암소의 가리를 한 개씩 따 로 떼어 가지고 [중략] 간장 에 파 이긴 것 깨소금, 마늘 이긴 것 기름 후추들을 다 함께 넣은 후에 그릇에 가 리 토막을 펴 놓고 양념한 간장을 발르고 또 가리를 한 켠 놓고 장을 바르고 이 렇게 고르게 하여서 번철에 기름을 바르고 지지가지고 먹을 때 석쇠에 구워 먹나 니라
닭 구이	닭 구이	닭	닭, 간장, 기름, 생강, 깨소금, 후 추, 파, 마 늘(8)	닭 손질 → 소를 배 에 넣고 석쇠에 굽기	닭을 먼저 잡아서 죽인 후 에 [중략] 살을 얇게 저며 서 이 우에 적은 양념들을 다 넣고 잘 섞어서 꼭꼭 눌러놓았다가 석쇠에 놓아 먹을 때 구워서 먹을 것이 니라 생과 마늘과 파는 곱 게 이겨서 넣을 것
꿩 구이	꿩 구이	꿩	꿩, 간장, 기름, 생강, 깨소금, 후 추, 파, 마 늘(8)	꿩 손질 → 소를 배 에 넣고 석쇠에 굽기	꿩은 생치라고도 하나니 닭 굽는 법과 꼭 같이 할 찌니라 간장에 하든지 소금으로 간을 맞추든지 다 좋으니 라
염통 구이	염통 구이	염 통	염통, 간장, 파, 깨소금, 후추, 기름 (6)	염통 얇게 썰기 → 간장, 깨소금, 후추, 다진 파, 기름을 섞고 굽기	염통을 [중략] 얇게 저며서 그릇에 담고 간장, 깨소금, 후추, 파 이긴 것 기름을 다 함께 넣고 잘 섞어서 굽나니라
생선 구이	생선 구이	민 어	민어, 간장, 기름, 깨소 금, 후추, 파(6)	생선 손질 → 다진 파, 간장, 깨소금, 후 추, 기름을 섞어 생선 에 바름 → 생선 굽 기	[전략] 간장에 파 이겨 넣 고 깨소금, 후추, 기름을 섞어서 생선에 발라가지고 구워서 먹나니라
제육	제육구이	제	제육, 간장,	제육 얇게 썰기 →	제육을 얇게 저며서 그릇

구이		육	파, 마늘, 생강, 후추 (6)	생강, 파, 마늘 다지기 → 간장, 후추, 깨소금과 섞어 굽기	에 담고 간장과 후추 깨소금 생강 이긴 것 파와 마늘 이긴 것을 다 넣고 잘 섞어서 석쇠에 놓아 구워서 먹나니라
우육구이	너비아니	우육	우육, 간장, 파, 기름, 깨소금, 후추, 설탕(7)	우육 얇게 썰기 → 간장, 기름, 다진 파, 깨소금, 후추, 설탕 넣고 섞기 → 굽기	고기를 얇게 저며서 그릇에 담고 간장과 기름 파 이긴 것, 깨소금, 후추, 설탕을 다 넣고 잘 섞어서 굽나니라
복어구이	복어구이	복어	복어, 간장, 마늘, 기름, 파, 깨소금 (6)	복어 손질 → 간장, 다진 파와 마늘, 기름, 깨소금 섞어 복어에 바르기 → 석쇠에 굽기	[전략] 간장에 파와 마늘을 잘게 이겨 넣고 기름 깨소금을 섞어서 복어에 약간씩 발라서 석쇠에 놓아 숯불에 굽나니라
방자구이	방자구이	우육	우육, 설탕, 기름, 후추, 소금(5)	고기 다지기 → 설탕 치고 주무르기 → 기름, 후춧가루, 소금 치고 주무르기 → 석쇠에 굽기	연한 살코기를 얇게 저며서 칼로 대강 이겨가지고 (떨어지지 않게) 설탕을 치고 잘 주물러서 기름과 후춧가루와 소금을 친 후 다시 잘 주물러 석쇠에 구워서 [후략]

『조선요리제법』에 기록된 구이는 가리구이, 닭구이, 꿩구이, 염통구이, 생선구이, 제육구이, 우육구이, 복어구이, 방자구이로 총 9가지이다. 방자구이는 소의 연한 살코기를 재료로 하는 음식으로 연한 살코기를 얇게 저며서 칼로 다져 설탕을 치고 잘 주물러서 기름과 후춧가루와 소금을 친 후 다시 잘 주물러 석쇠에 굽는 음식이다.

17. 적

표17. 『조선요리제법』에 기록된 적의 종류와 재료

음식명		주재료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				
누릅적	누릅적	고기	고기, 도라지, 박오가리, 파, 계란, 기름, 간장, 깨소금, 후추, 밀가루, 꼬	도라지는 냉수에 담가 쓴맛 제거 → 고기, 박오가리 썰기 → 파 다지기 → 간장, 깨소금, 후추 치기 → 꼬챙이에 하나씩 끼우기 → 밀가루 묻히	[전략] 고기는 두 푼 두께로 저며가지고 다시 서 푼 넓이로 썰어서 놓고 박오가리도 같은 모양으로 썰고 파는 잘게 이기고 간장과 깨소금, 후추를 치고 잘 섞어서 꼬챙이에 한가

			챙이(11)	고 계란 씌우기 → 기름에 지지기	지씩 겹드려 끼워가지고 [중략] 밀가루를 묻치고 계란을 씌워서 번철에 기름을 바르고 지지나니라
사슬적	사슬적	생선	생선, 우육, 간장, 계란, 깨소금, 후추, 파(7)	생선 손질 → 꼬챙이에 꿰기 → 우육 다지기 → 간장, 깨소금, 후추, 다진 파 넣기 → 생선에 계란 묻히고 기름에 지지기	생선을 정하게 비늘 굵고 내장을 꺼내고 두푼 두께 서푼 넓이로 썰어서 꼬챙이에 꿰어 놓고 우육을 이겨서 간장, 깨소금, 후추, 파 이긴 것을 넣고 잘 이겨서 썬 생선 한 편에 납작하게 만들어 부쳐서 계란을 묻쳐가지고 번철에 기름을 바르고 지지나니라
산적	산적	고기	고기, 간장, 파, 깨소금, 후추, 꼬챙이(6)	고기 썰기 → 다진파, 간장, 깨소금, 후추 넣고 섞기 → 꼬챙이에 끼우기 → 기름 바르고 깨소금 뿌린 후 굽기	고기를 정하게 찢어 두치 길이 두푼 두께 서푼 넓이로 썰어서 파 이겨넣고 간장, 깨소금, 후추 넣고 잘 섞어서 꼬챙이에 꿰어서 [중략] 기름을 바르고 깨소금을 뿌려서 굽나니라
파산적	파산적	파	파, 고기, 후추, 간장, 깨소금, 꼬챙이(6)	같은 크기로 고기, 파 썰기 → 간장, 깨소금, 후추 넣고 섞기 → 기름 바르고 깨소금 뿌리고 굽기	고기는 산적처럼 썰어 양념하고 파는 고기와 같은 길이로 잘라서 꼬챙이에 섞어 꿰어 굽나니라
송이산적	송이산적	송이	송이, 고기, 후추, 꼬챙이, 간장, 깨소금, 기름(7)	고기, 송이 썰기 → 후추, 간장, 깨소금, 기름 넣고 섞기 → 꼬챙이에 꿰어 굽기	고기는 두치 길이 두푼 넓이 두푼 두께로 썰고 송이도 꼭 같이 썰어서 이위에 얹는 양념들을 넣고 잘 섞어서 꼬챙이에 곁들여 꿰어서 굽나니라
닭 산적	닭산적	닭	닭, 간장, 파, 깨소금, 후추, 꼬챙이, 기름(7)	고기 썰기 → 다진파, 간장, 깨소금, 후추 넣고 섞기 → 꼬챙이에 끼우기 → 기름 바르고 깨소금 뿌린 후 굽기	닭이나 생치(꿩)나 같은 법으로 하나니 산적 법과 꼭 같이 하나니라
염통 산적	염통산적	염통	염통, 간장, 파, 깨소금, 기름(5)	염통 썰기 → 간장, 기름, 깨소금, 후춧가루, 다진 파 넣고 섞기 → 꼬챙이에 꿰기 → 기름 바르고 깨소금 뿌리고 굽기	염통을 대강 썰어서 [중략] 기름, 깨소금, 후춧가루, 파 이긴 것 다 함께 넣고 잘 섞어서 [중략] 기름을 바르고 깨소금을 뿌려서 굽나니라

잡산적	잡산적	고기	고기, 간, 양, 천엽, 파, 송이, 양념, 꼬챙이(8)	고기, 간, 양, 천엽, 파, 송이 썰기 → 양념 섞기 → 꼬챙이에 꿰기 → 굽기	연한 살고기와 간과 양과 천엽과 파와 송이와 이외에 무엇이든지 있는대로 다 섞어서 약념에 잘 섞어가지고 꼬챙이에 꿰어서 굽나니 써는 법이 위의 법과 같이 할찌니라
섭산적	섭산적	고기	고기, 기름, 깨소금, 간장, 파, 후추(6)	고기 다지기 → 깨소금, 기름, 후추, 간장, 다진 파 섞기 → 기름 바르고 깨소금 뿌려 굽기	연한 살고기를 먼저 잘게 썰어가지고 다시 곱게 이긴 후에 도마에 그대로 두고 이기면서 깨소금, 기름, 후추, 간장, 파 이긴 것들을 다 함께 두고 다시 이겨 칼로 다 섞은 후에 [중략] 기름을 바르고 깨소금을 뿌려서 모양이 상치 않도록 석쇠에 놓아 구워서 [후략]
장산적	장산적	섭산적	고기, 기름, 깨소금, 간장, 파, 후추, 간장, 설탕(8)	고기 다지기 → 깨소금, 기름, 후추, 간장, 다진 파 섞기 → 기름 바르고 깨소금 뿌려 굽기 → 간장, 설탕 넣고 졸이기	장산적은 섭산적을 오피 넓이 칠푼 길이로 썰어서 진한 간장을 붓고 설탕을 쳐서 오래 졸여서 [후략]

『조선요리제법』에 기록된 10가지의 적에는 누릅적, 사슬적, 산적, 파산적, 송이산적, 닭산적, 염통산적, 잡산적, 섭산적, 장산적이 있다. 사슬산적은 생선의 비늘을 긁고 내장을 꺼내 두 푼 두께 서푼 넓이로 썰어서 꼬챙이에 꿰어 놓고 우육을 다져서 간장, 깨소금, 후추, 파를 다진 것을 넣고 잘 다진 것을 썬 생선 한 편에 납작하게 만들어 부치고 계란을 문혀 번철에 기름을 바르고 지진 음식이다. 잡산적은 고기, 간, 양, 천엽 등 다양한 재료를 넣은 적으로 연한 살코기와 간과 양과 천엽과 파와 송이와 이외에 무엇이든지 있는 대로 다 섞어서 양념에 잘 섞어서 꼬챙이에 꿰어서 굽는 음식이다. 또한 장산적은 섭산적에 간장과 설탕을 넣고 조린 음식을 말한다.

18. 편육

표 18. 『조선요리제법』에 기록된 편육의 종류와 재료

음식명		주재료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				

우설 편육	우설편육	우설	우설, 물, 초장 혹은 초젓국(3)	소의 혀 손질 → 물 에 삶기 → 소의 혀 얇게 썰기 → 초장 혹은 초젓국 찍어 먹 기	소의 혀를 물에 담고 칼 로 베어지지 않도록 닥닥 굽어서 얇게 굽어버리고 정 하게 씻어 뚝배기에 담고 물을 혀가 잠기도록 부어서 숯불에 올려놓고 졸여서 흠 뻑 무른 후에 국으로 사용 하고 혀는 얇게 저며서 접 시에 담아 놓고 초장이나 혹은 초젓국을 찍어서 반찬 하나라 [후략]
제육 편육	-	제육	제육, 물, 초젓국(3)	제육 삶기 → 얇게 썰기 → 초젓국 찍기	[전략] 물에 오래 삶아서 하 든지 시루에 찌든지 해서 얇게 저며서 초젓국에 찍어 [후략]
소머리 편육	머릿고기	소머 릿고 기	고기, 초장, 물(3)	고기 삶기 → 얇게 썰기 → 초장 찍기	[전략] 얇게 저며서 초장을 찍어 [중략] 시루에 오래 찌거나 솥에 삶아서 만드 나니라
업편 편육	-	업편	업편, 물, 초장 혹은 초젓국(3)	우육 삶기 → 얇게 썰기 → 초장 혹은 초젓국 찍기	[전략] 물을 많이 부은 후 오래 삶아서 [중략] 얇게 저 며서 접시에 놓고 초장이나 초젓국을 찍어 [후략]
양지머 리 편육	양지머리 편육	양지 머리	고기, 물, 초장 혹은 초젓국(3)	양지머리 삶기 → 얇 게 썰기 → 초장 혹 은 초젓국 찍기	양지머리는 소의 가슴에 있 는 고기니 업편 편육과 꼭 같이 만드는 것이니라

『조선요리제법』에는 우설편육, 제육편육, 소머리편육, 업편편육, 양지머리편육 총 5가지의 편육이 기록되어 있다. 그 중 우설편육은 소의 혀를 물에 담가 칼로 베어지지 않도록 닥닥 굽어서 얇게 굽어버리고 깨끗하게 씻어 뚝배기에 담고 물 잠기도록 부어서 숯불에 올려놓고 졸여서 무른 후에 국으로 사용하고, 혀는 얇게 저며서 접시에 담아 초장이나 초젓국을 찍어서 반찬으로 먹는다고 기록되어 있다.

19. 포

표 19. 『조선요리제법』에 기록된 포의 종류와 재료

음식명		주재	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				

		료			
편포	편포	고기	고기, 소금, 기름, 깨소금, 잣가루, 후추(6)	고기 다지기 → 양념 섞기 → 말리기 → 초장 짙기 혹은 기름 바르고 지지기	고기를 곱게 이겨서 양념들을 치고 잘 섞어서 [중략] 말려서 두툼 두께로 썰어서 생으로 초장을 찍어서 먹거나 번철에 기름을 바르고 지지서 먹기도 하나니라
산포	산포	우둔살	우둔, 소금, 초장(3)	우둔 썰기 → 소금 뿌리기 → 주무르기 → 말리기 → 초장 짙기	산포는 우둔(불기살)으로 하나니 삼푼 두께로 두툼하게 저며서 소금을 치고 오랫동안 주물러가지고 채반에 퍼서 벌에 말려서 팔푼 길이 닷분 넓이로 베어서 초장을 찍어 먹나니라
약포	약포	고기	고기, 간장, 기름, 깨소금, 설탕, 후춧가루, 파, 잣가루, 초장(9)	고기 얇게 썰기 → 간장, 기름, 깨소금, 설탕, 후춧가루, 다진 파 넣고 섞기 → 잣가루나 깨소금 뿌리기 → 말리기 → 초장 짙기	연한 고기를 얇게 저며서 간장과 기름과 깨소금 설탕 후춧가루 파 이긴 것을 넣고 [중략] 잣가루나 혹은 깨소금을 부려서 벌에 말려서 팔푼 길이 오피 넓이로 썰어 초장을 찍어 먹나니라
약포별법	-	고기	고기, 생강, 파, 후춧가루, 깨소금, 설탕, 기름, 간장, 잣가루(9)	고기, 생강, 파 다지기 → 후춧가루, 깨소금, 설탕, 기름, 간장 넣고 섞기 → 얇게 펴고 잣가루 뿌리기 → 말리기 → 초장 짙기	고기를 연한 살로만 곱게 이겨서 아주 부드럽게 된 후에 생강과 파를 곱게 이겨 넣고 후춧가루와 깨소금과 설탕과 기름과 좋은 간장을 적당하게 넣고 잘 섞어가지고 넓은 잎사귀에 얇게 펴놓고 잣가루를 뿌려서 말려가지고 초장을 찍어서 먹나니라
어포	어포	생선	생선, 간장, 깨소금, 후춧가루(4)	생선 손질 → 얇게 썰기 → 간장, 깨소금, 후춧가루 넣고 펴기 → 말리기	성하고 좋은 생선(민어와 혹은 도미)을 비늘을 다 긁고 정하게 씻어서 내장을 다 빼고 얇고 넓게 저며서 간장, 깨소금, 후춧가루를 쳐서 잘 주물러 가지고 채반에 펴놓고 깨소금을 뿌려서 벌에 말리나니라

『조선요리제법』에 기록된 포의 종류는 총 5가지로 편포, 산포, 약포, 약포별법, 어포가 있다. 산포라는 음식은 우둔(불기살)로 만드는 음식으로 삼푼 두께로 두툼하게 저며서

소금을 치고 오랫동안 주물러 채반에 퍼서 벌에 말린 것을 팔푼 길이 닷분 넓이로 베어서 초장을 찍어 먹는 것이다.

20. 마른찬류

표 20. 『조선요리제법』에 기록된 마른 반찬의 종류와 재료

음식명		주재료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				
암치	암치	암치	민어, 소금, 약고추장, 육포, 어란(6)	민어 소금에 절이기 → 썰기 → 약고추장, 육포, 어란과 곁들이기	[전략] 얇게 저며가지고 골패짝 만큼씩 저며서 약고추장과 육포와 어란과 함께 곁들여서 [후략]
	암치		민어, 소금, 참기름(3)	민어 소금에 절이기 → 썰기 → 참기름을 조금 넣고 암치와 볶기	[전략] 얇게 저며서 골패짝 만큼씩 썰어서 번철에 참기름을 조금 부어서 끓이고 암치를 넣어서 잠깐만 볶아 [후략]
	암치		민어, 소금, 무, 호박 혹은 감자(4)	민어 소금에 절이기 → 썰기 → 무, 호박이나 감자 넣고 지지기 → 새우젓국으로 간하기	[전략] 뼈와 껍질과 대가리는 손 두마디만큼씩 잘라서 무를 적당히 썰어 넣고 지지기도 하고 호박이나 감자를 넣고서 지지기도 하나니라(암치에 지질 때에는 새우젓국으로 간을 맞춤)
굴비	굴비	조기	조기, 소금(2)	조기를 소금에 절이기 → 말리기 → 껍질 벗기기 → 썰기 → 고추장 찍기	굴비는 생선조기로 소금에 절여서 말리는 것이니 마른 반찬 중에 매우 좋은 것이라 껍질을 벗기고 새끼손 굴이만큼씩 길이는 팔푼 길이씩 잘라서 접시에 놓고 고추장을 찍어서 먹나니라 [후략]
대구	대구	건대구	건대구, 소금, 기름(3)	대구 손질 → 소금 뿌려 말리기 → 얇게 썰기 → 기름 발라 지지기 → 초장이나 고추장 찍기	이 건대구는 생선 대구를 정하게 비늘을 긁고 내장을 빼내고 등에 쪼개서 벌려놓고 소금을 약간 부려서 말리는 것이니 바삭 마른 것을 얇게 저며서 오픈 장광으로 썰어서 기름을 발라 잠깐 번철에 지지서 접시에 담아 놓고 초장이나 고추장

					을 찍어 반찬 하나니라
판묵	-	비 웃	비웃, 소금 (2)	청어 손질 → 소금 뿌리기 → 말리기 → 껍질 벗기기 → 초고추장 찍기	[전략] 소금을 약간 뿌려서別に 말려서 만드나니 먹을 때에는 껍질을 벗기고 칠폰장광으로 썰어서 [후략]
가오리	가오리	가 오 리	가오리, 풋 고추, 물(3)	물에 불리기 → 껍질 벗기기 → 잘게 썰기 → 풋고추 넣기 → 졸이기	이것은 물에 약간 녹여서 껍질을 벗기고 잘게 썰어서 풋고추에 넣어 조리기도 하나니라
복어	복어	복 어	복어, 물, 참기름(3)	복어 물에 불리기 → 껍질 벗기기 → 썰기 → 참기름에 볶기 → 초장이나 초고추장 찍기	복어는 물에 담가서 불려가지고 껍질을 벗기고 갈라서 속에 뼈를 빼고 한치 길이씩 잘라서 손가락 굵기만큼 식 뜯어서 참기름에 볶아서 [후략]
문어	문어	문 어	문어, 양념 (2)	문어 손질 → 썰기 → 양념에 지지거나 잘게 썰어 먹기	문어발을 칠폰 길이로 잘라서 무를 골파작만큼씩 썰어 넣고 여러 양념에 지져 [후략]
전복	전복	전 복	전복, 간장 (2)	얇게 썰기 → 간장에 졸이기	이는 얇게 저며서 진한 간장에 졸이든지 [후략]
홍합	홍합	홍 합	홍합(1)	-	전골에나 국에나 나물 무치는 데나 요리에 적당하도록 썰어서 [후략]
해삼	해삼	해 삼	해삼, 물(2)	물에 불리기 → 씻기 → 얇게 썰기	익혀 만드는 나물이나 국에나 전골에 넣으면 맛이 매우 좋으니 먼저 물에 담가 불리고 얇게 저며서 넣나니라
조개살	조개살	조 개	조개, 간장, 설탕(3)	조개 손질 → 간장, 설탕 넣고 졸이기	채소 국 끓일 때 넣어 끓이고 또는 풋고추 졸임에 넣어 졸이나니 진한 간장을 치고 설탕을 좀 넣고서 졸여서 [후략]
새우	새우	새 우	새우, 간장, 양념(3)	간장에 양념하여 무치기	[전략] 정하게 티를 골라서 간장에 여러 양념 넣고 무쳐도 [후략]
어란	어란	민 어 알	민어 알, 소 금(2)	민어 알 소금 뿌려 절이기 → 병에 넣고 말리기 → 종이에 사 놓기 →別に 다시 말림 → 반복하여 납작하게 말리기 → 고추장 찍기	어란은 민어 알로 만드는 것이니 소금을 약간 뿌려서 절였다가 꺼내어 병에 넣어 놓고 말리나니 [중략] 수일 후에 다시 꺼내어別に 하루쯤 말리고 또 싸서 놓았다 말리고 하나니 [후략]

『조선요리제법』에 마른 반찬으로 먹는 음식은 총 15가지가 기록되어 있으며, 그 종류는 암치 세 가지 조리법, 굴비, 대구, 판묵, 가오리, 복어, 문어, 전복, 홍합, 해삼, 조갯살, 새우, 어란이다. 마른 반찬으로 먹는 음식은 주로 해산물이며, 그중 암치는 얇게 저며 골패만 하게 저며서 약고추장과 육포와 어란을 함께 곁들여서 먹거나, 얇게 저며서 골패만하게 썰어서 번철에 참기름을 조금 부어서 끓이고 암치를 넣어서 잠깐 볶아 먹는 방법, 뼈와 껍질과 대가리는 손 두 마디 만하게 잘라서 무를 적당히 썰어 넣고 지지거나 호박이나 감자를 넣고서 지지먹는 방법 세 가지가 기록되어 있다. 또한 어란은 민어 알로 만들며, 소금을 약간 뿌려서 절였다가 꺼내어 병에 넣어놓고 말리었다가 수일 후에 다시 꺼내 별에 하루 말리고 싸놓고를 반복하여 먹는 반찬이다.

21. 회

표 21. 『조선요리제법』에 기록된 회의 종류와 재료

음식명		주재료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				
어회	어회	생선	생선, 잣가루, 초고추장(3)	생선 손질 → 썰기 → 잣가루 뿌리기 → 초고추장 찍기	[전략] 절기를 따라 있는 생선들로 하나니 비늘을 정하게 굵고 대가리를 자르고 내장을 빼고 살로만 얇게 저며서 굵은 젓가락 만큼씩 채로 썰어서 [후략]
굴회	굴회	굴	굴, 후추, 초고추장(3)	굴 씻기 → 초, 후추를 치기 혹은 초고추장 찍기	굵은 굴을 정하게 씻어서 그릇에 담고 초와 후추를 쳐서 먹든지 초고추장을 찍어서 먹나니라
조개회	조개회	조개	조개, 초고추장(2)	조갯살 꺼내기 → 초고추장 찍기	조개를 칼로 껍질을 쪼개고 살을 꺼내어 두꺼운 것을 등에 저며서 [후략]
육회	육회	우육	불기살 혹은 대접살, 간장, 깨소금, 파, 후추, 기름, 잣가루, 초고추장(8)	불기살이나 대접살 얇게 썰기 → 간장, 깨소금, 다진 파, 후추, 기름 섞기 → 잣가루 뿌리기 → 초고추장 찍기	불기살이나 대접살을 사다가 먼저 한푼 두께로 얇게 저며서 길이로 굵은 젓가락 굵기만큼 채로 썰어서 간장 깨소금 파 이긴 것 후추 기름을 치고 잘 섞어서 접시에 담고 잣가루를 뿌려 놓고 초고추장을 찍어서 먹나니라 [후략]
잡회	잡회	고기	고기, 양, 천엽, 간	고기, 양, 천엽, 간, 콩팥, 저육 물기 짜기	[전략] 고기 양 천엽 간 콩팥 저육 이 여러 것을 다

			콩팥, 저육, 간장, 깨소금, 후추, 파, 기름 (11)	→ 간장, 깨소금, 후추, 다진 파, 기름 넣고 섞기 → 잣가루 뿌리기 → 초고추장 찍기	정하게 씻어서 마른 행주로 꼭 짜서 물기가 없도록 하여가지고 간장, 깨소금, 후추, 파 이긴 것 기름을 다 함께 넣고 섞어서 [후략]
--	--	--	---------------------------------	---	--

『조선요리제법』에는 회의 종류가 총 5가지, 어회, 굴회, 조개회, 육회, 잡회가 기록되어 있다. 회의 생선과 육류를 썰어 날것으로 먹는다. 잡회는 고기, 양, 천엽, 간, 콩팥, 저육 등을 깨끗하게 씻어서 마른 행주로 꼭 짜서 물기가 없도록 하여 간장, 깨소금, 후추, 파 다진 것과 기름을 다 함께 넣고 섞어서 먹는 것을 말한다.

22. 어채류

표 22. 『조선요리제법』에 기록된 어채의 종류와 재료

음식명		주재료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				
생선어채	-	생선	생선, 녹말, 물, 전복, 석이, 표고, 황화채, 버섯, 파, 강국늬, 계란 (11)	생선 손질 → 썰기 → 녹말 묻히기 → 데치기 → 전복 얇게 썰기 → 석이, 표고, 황화채, 버섯, 파, 강국늬 굵게 채썰기 → 녹말 묻히고 끓는 물에 데치기 → 생선 위에 계란 황백미 부치고 잘게 채 썰어 뿌리기	[전략] 생선을 비늘을 정하게 굵고 대가리를 잘라내고 내장을 빼고 껍질을 벗긴 후 한치 길이로 잘르고 연필 굵기 만큼씩 썰어서 녹말을 묻혀가지고 펄펄 끓는 물에 넣어서 잠간 데쳐서 [중략] 전복을 냉수에 불려서 잘 삶아서 얇게 저며서 가늘게 [중략] 펄펄 끓는 물에 잠겨내어서 냉수에 즉시 담가 채반에 건져서 물을 다 빼어서 생선 위에 색스럽게 얹고 계란 황백미를 각각 부쳐서 닷분 길이로 썰어서 잘게 채 쳐서 위에 뿌리나니라 [후략]

『조선요리제법』에는 생선어채가 기록되어 있는데, 생선은 비늘과 내장을 제거하여 채로 썰어 녹말을 묻히고 펄펄 끓는 물에 넣어서 잠간 데치고, 냉수에 불린 전복은 불려서 잘 삶아서 가늘게 썰어 먹는 것을 말한다.

23. 묵

표 23. 『조선요리제법』에 기록된 족편, 묵 만드는 법의 종류와 재료

음식명		주재료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				
녹두묵	녹두묵	녹두	녹두, 물(2)	녹두 거피해서 갈기 → 체에 거르기 → 묵 쪄기 → 굳히기	좋은 녹두를 맷돌아 갈아서 냉수에 담가 칠팔 시간 불 려서 거피하여가지고 맷돌 에 곱게 갈아서 [중략] 묵을 수나니 솔에 붓고 풀 쪄듯 이 물을 맞추어 붓고 주걱 으로 저어가면서 불을 때어 끓여서 다 익은 후에 그릇 에 퍼놓아 굳치나니라
모밀묵	메밀묵	메밀	메밀, 물(2)	메밀 불려 거피기 → 묵 쪄기 → 굳히기	메밀을 더운 물에 담겨 불 려서 거피해가지고 절구에 짙어서 물을 부어가면서 체 에 바쳐서 가려앉혀가지고 웃물을 따라버리고 솔에 쏘 아넣고 물을 쳐가면서 불을 때고 쉬지 말고 주걱으로 저어가면서 쪄어 그릇에 담 아 굳치나니라
청포(노 랑묵)	청포묵	치 자	녹말, 치자, 물(3)	녹말 물에 풀어 끓이 기 → 식히기 → 완 전히 굳기 전에 치자 물 섞기 → 굳히기	녹말을 물에 풀어 솔에 붓고 주걱으로 저어가면서 불을 때어 끓여서 묽은 죽 같이 될 때에 즉시 치자물 을 쳐서 섞어가지고 그릇에 담아 굳쳐서 [후략]
도토리 묵	도토리묵	도 토 리	도토리, 물 (2)	도토리 불리고 갈기 → 체에 거르기 → 물을 넣고 끓이기 → 죽 쪄기 → 굳히기	도토리를 물에 담가 불릴 때에 [중략] 껍질을 다 벗기 고 맷돌에 갈아서 고운 체 에 바쳐가지고 [중략] 물을 치고 저어가면서 끓여서 묽 은 죽과 같이 되거던 퍼서 그릇에 담아 굳치나니라
두부	두부	콩	콩, 돼지기 름, 간수(3)	콩 불리고 갈기 → 돼지기름이나 참기름 넣고 주무르기 → 맑 은 물이 나오면 걸러 서 끓이기 → 간수 넣기 → 두부가 엉기	콩을 정하게 씻어 일어서 물에 담가 불리되 [중략] 맷 돌에 가는 것이니 물을 섞 어가면서 곱게 갈아서 [중 략] 돼지 기름이나 참기름을 한 술씩 섞어서 오래동안

				<p>면 보자기로 싸기 → 널판으로 누르기 → 그대로 식히고 썰기 → 찬물에 담그기</p>	<p>주물러 거르다가 새물을 다시 부어 또 다시 거르고 또 새물을 부어서 또 다시 주물러 맑은 물이 나도록 [중략] 걸러서 솥에 붓고 저으면서 불을 때어 한소끔만 끓여서 그에 퍼놓고 약 십오분간쯤 지내서 약간 김이 나간 후 간수를 조금 쳐보는데 [중략] 두부가 영기고 맑은 물이 따로나거든 다른 큰 그릇에 베보자를 펴고 두부 영긴 것을 물째 쏟아 보자로 재료를 싼 후 널판으로 누르고 돌이나 무거운 것으로 눌러두어 [후략]</p>
죽편	죽편	소의 죽	소의 죽, 석이, 표고, 물, 실고추, 실, 계란(7)	<p>죽을 자르기 → 끓이기 → 살을 골라 다지기 → 다시 끓이기 → 목판에 담고 계란 황백미 부친 양념 뿌리기 → 실백 얹기 → 굳히기 → 썰어 초장 찍기</p>	<p>죽을 한 치 길이씩 잘르고 (가죽 그 대로) 두 쪽에 쪼개서 솥에 넣고 물을 부은 후 불을 천천히 때어 갑자기 졸지 않도록 오래오래 끓여서 [중략] 목판에 담고 계란 황백미 얇게 부친 양념을 너푼 길이로 실같이 채 쳐서 약간 뿌리고 실백을 대강 얹은 후 식히면 [후략]</p>
죽편 별법	-	소의 죽	소의 죽, 후춧가루, 잣가루, 알고명, 실백, 실고추, 초장(7)	<p>죽 끓이기 → 편육 얇게 썰기 → 후춧가루, 잣가루 뿌리기 → 알고명 채친 것과 실백, 실고추 뿌리기 → 썰기 → 초장 찍기</p>	<p>[전략] 편육을(무슨 편육이든지 다 좋으니라) 얇게 저며 굳은 쪽 편위에 펴 얹고 후춧가루와 잣가루를 뿌리고 같은 운두로 또 한켜를 부어가지고 댐 위에는 알고명 채친 것과 실백과 실고추를 약간 뿌려서 굳혀가지고 모양 있게 썰어서 [후략]</p>
전약	전약	소의 가죽	소의 가죽, 꿀, 후추 가루, 대추, 건강 가루, 계피 가루, 정향 가루, 물(8)	<p>가죽 손질 후 잘게 썰기 → 가죽이 녹으면 체에 올려놓기 → 대추 씨 빼고 다지기 → 후춧가루, 건강 가루, 계피 가루, 정향 가루 넣고 섞기 →</p>	<p>가죽을 정히 씻고 털을 뜯고 잘게 썰어서 솥에 넣고 천천히 불을 때어 반동이쯤 되고 가죽이 녹아서 물이 다 되거든 체에 바쳐서 놓고 대추를 씨 빼고 잘게 이겨 넣고 여러 가지 가루를</p>

				목판에 담아 굳히기 → 썰기 → 초장 짙기	넣고 섞은 후에 목판에 담아서 닳분 두께로 굳혀서 반듯하게 썰어 접시에 놓고 초장을 짙어서 [후략]
제피 수정	-	돼지 껍질	돼지 껍질, 물, 후추, 파(4)	돼지 껍질, 물, 후추, 파 넣고 삶기 → 잘게 썰기 → 다시 끓이기 → 체에 거르고 굳히기 → 썰기 → 초장 짙기	돼지 껍질을 기름을 떼어내고 정하게 씻어 솔에 넣고 물 붓고 후추와 파를 얹고 만화로 삶아 잘 무르거든 건져서 잘게 썰어 다시 국물에 넣고 끓여서 조금 걸썩하게 되어지거든 [중략] 썰어서 접시에 담아놓고 초장을 짙어 먹나니라

『조선요리제법』에 기록된 목의 종류는 총 9가지이며, 녹두목, 메밀목, 청포(노랑목), 도토리목, 두부, 족편, 족편별법, 전약, 제피 수정이 기록되어 있다. 전약은 소의 가죽을 깨끗이 손질하여 잘게 썰어서 솔에 넣고 천천히 불을 때어 가죽이 녹아서 물이 다 될 때, 체에 받쳐 놓고 대추를 씨 빼고 잘게 다져 넣고 여러 가지 가루를 넣고 섞은 후에 목판에 담아서 굳힌 후 반듯하게 썰어 접시에 놓고 초장을 짙어 먹는 음식이다. 또한 제피 수정은 돼지 껍질로 만드는 음식으로 돼지 껍질을 기름을 떼어 내고 깨끗하게 씻어 솔에 넣고 물 붓고, 후추와 파를 얹고 삶아 잘 무르거든 건져서 잘게 썰어 다시 국물에 넣고 끓여서 조금 걸썩하게 되어진 것을 썰어서 접시에 담아놓고 초장을 짙어 먹는 것이다.

24. 초, 선, 젓갈 등

표 24. 『조선요리제법』에 기록된 초, 선, 젓갈 등의 종류와 재료

음식명		주재료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				
마늘선	마늘 장아찌	마늘	마늘, 초, 간장(3)	초에 마늘을 넣기 → 숙성 → 초 절반 버리기 → 끓인 간장 넣기 → 숙성	[전략] 초를 부어서 서너 달 두었다가 간장을 끓여서 식혀가지고 초를 절반만 뺀내고 간장을 부어 [후략]
장떡	장떡	찹쌀가루	찹쌀가루, 진간장, 버섯, 파, 후추, 깨소금, 물(7)	찹쌀가루, 다진 버섯, 다진 파, 깨소금, 후추, 간장, 뜨거운 물로 반죽 → 기름에 지지기	찹쌀가루에 버섯 이긴 것과 파 이긴 것과 깨소금 후추를 넣고 간장과 뜨거운 물로 경단 반죽처럼 반죽해서 한치 장광과 서푼 운두로

					만들어서 기름에 지지나니라
계장	간장 계장	계	계, 간장, 생강, 고추, 마늘(5)	계 손질 → 끓인 간장 식히고 두 번 다시 끓이기 → 붉은 고추 씨 빼고 잘게 썰기 → 마늘, 생강 썰어 넣고 밀봉	[전략] 조선간장을 끓여서 차게 식혀가지고 다시 간장을 따라서 끓여 식혀 붓고 이렇게 세 번만해서 마즈막 번에는 붉은 고추를 씨빼서 둘레 잘라 넣고 마늘과 생강을 대강 송송 썰어서 넣고 끓여 식힌 간장을 부어서 잘 봉해 두었다가 [후략]
강희	강희	미 나 리	미나리, 우육, 저육, 알고명, 실고추, 실백, (6)	미나리 손질 후 데치기 → 우육 편육, 저육 편육, 알고명 채썰기 → 미나리 줄기로 편육, 저육, 실고추, 알고명을 상투모양으로 만들 → 초고추장 찍기	[전략] 미나리 대가리 끝에 편육하나 저육하나 실고추하나 알고명 각각 하나씩 색맞추어 얼러잡고 늘어진 줄기로 감아서 상루모양으로 만들어 가지고 대가리 끝을 가위로 베어 일매지게 하고 실백 한 개를 양념속에 박아 접시에 담아놓고 초고추장을 찍어 먹나니라
팽란	팽란	계란	계란, 물(2)	계란 3분 동안 삶기	계란을 물에 넣고 펄펄 끓여 삼나니 삼분동안만 끓이면 넉넉히 익게 되나니라
수란	수란	계란	기름, 계란, 물, 실고추 (4)	수란자 학속에 기름 바르기 → 계란 깨뜨리기 → 끓는 물에 수란자 밑만 닿게 하고 익히기 → 서서히 아주 담가서 적당히 익힘 → 실고추 고명 올리기	[전략] 수란자 학속에 기름을 약간 바르고 계란을 곱게 깨뜨려 가만히 담아서 끓는 물에 넣어 익히나니 처음에는 수란자 밑만 물에 닿게 하고 [중략] 차차 아주 담가서 전체가 어지간히 익거던 꺼내어 실고추 썰은 것을 두 개씩만 십자로 수란 복판에 놓고 상에 놓나니라
알쌈	알쌈	계란, 소고기	계란, 후추, 깨소금, 기름, 간장, 두부, 파, 고기(8)	-	-
김자반	김자반	김	김, 간장, 깨소금, 기름, 후추,	간장, 기름, 후추, 깨소금, 고춧가루, 설탕, 다진 파 섞기 →	간장에 기름과 후추와 깨소금과 고춧가루와 설탕과 파 이긴 것을 섞은 후에 김을

			파, 고춧가루, 설탕(8)	김에 바르기 →別に 말리기	정하게 티를 뜯고 [중략] 양념 해놓은 간장을 문쳐서 채반에 퍼놓고 깨소금을 뿌려別に 말려서 [후략]
매듭자반	-	다시마	다시마, 원후추, 실백, 설탕, 기름(5)	다시마 썰기 → 후추, 실백을 싸기 → 끓는 기름에 지지기 → 설탕 뿌리기	얇은 다시마를 오 픈 넓이 한 치 서너푼 길이로 썰어 놓고 원후추와 실백을 한 개씩 넣어서 싸가지고 다시마를 가늘게 오리를 만들어 불려가지고 잡아매어 튀각 지지는 것처럼 끓는 기름에 지지내어 더운 김에 설탕을 뿌려서 [후략]
튀각	튀각	다시마	다시마, 기름, 설탕(3)	다시마 썰기 → 끓는 기름에 짧은 시간 튀기기 → 설탕 뿌리기	다시마를 젖은 행주로 잘 씻어서 한치 길이씩 썰어 펄펄 끓는 기름에 넣어서 즉시 꺼내어 석쇠 위에 놓고 설탕을 뿌려서 상에 놓나니라
콩자반	콩자반	콩	콩, 물, 간장, 기름, 깨소금, 고춧가루(6)	콩 삶기 → 간장 붓고 졸이기 → 기름, 깨소금, 고춧가루 치기	껍질 얇은 콩으로 만드나니 쿨을 조금 치고 삶다가 절반쯤 무르거던 간장을 붓고 바짝 졸여서 기름과 깨소금과 고춧가루를 쳐서 놓나니라
전복쌈	전복쌈	전복	전복, 실백, 잣, 기름(4)	전복 얇게 썰기 → 실백, 잣 넣기 → 부치기	전복을 몇 개든지 소용 되 는대로 물에 담겨 하루 동안이나 불여서 [중략] 얇게 저미나니 [중략] 한가운데에 실백을 서너 개 놓고 [중략] 손으로 가장자리를 돌아가며 꼭꼭 눌러 부쳐가지고 [후략]
해삼초	해삼초	해삼	해삼, 간장, 설탕, 깨소금, 후추, 물, 기름, 파, 고기, 실백, 잣가루(11)	해삼 손질 → 물에 끓이기 → 간장, 설탕, 다진 파, 깨소금, 기름, 다진 고기 넣고 졸이기 → 잣가루 뿌리기	해삼을 불려서 [중략] 물을 붓고 오래 끓이다가 물이 절반쯤 졸거던 간장과 설탕과 파 이긴 것과 깨소금 기름을 다 넣고 고기를 잘게 이겨 넣고 졸여서 [후략]
전복초	전복초	전복	전복, 간장, 설탕, 깨소금, 후추,	전복 손질 → 물에 끓이기 → 간장, 설탕, 다진 파, 깨소금,	전복을 불려서 둘에 베어가지고 가로 한푼 두께로 썰어서 해삼초와 꼭 같이 만

			물, 기름, 파, 고기, 실백, 잣가루(11)	기름, 다진 고기 넣고 졸이기 → 잣가루 뿌리기	드나나라
홍합초	홍합초	홍합	홍합, 간장, 설탕, 깨소금, 후추, 물, 기름, 파, 고기, 실백, 잣가루(11)	홍합 손질 → 물에 끓이기 → 간장, 설탕, 다진 파, 깨소금, 기름, 다진 고기 넣고 졸이기 → 잣가루 뿌리기	홍합은 약간 불려서 속에 더러운 것을 다 빼고 삶아서 해삼초와 꼭 같이하나나라
명란	명란	명란	명란, 고춧가루, 파, 초(4)	명란 끓기 → 고춧가루, 채 친 파 넣기 → 초 넣기	명란은 칼로 썰면 모두 부숴져서 못쓰게 되나니 도마에 놓고 칼로 툭툭 쳐서 끊어야 하나니 닷분 길이씩 잘라서 접시에 담고 고춧가루와 채 친 파를 곁드려 담고 초를 쳐서 먹나나라

『조선요리제법』의 기타 음식에는 16가지가 기록되어 있으며, 종류에는 장아찌인 마늘선, 부침류인 장떡, 차게 먹는 계장, 강회, 계란으로 요리한 팽란, 수란, 알쌈, 자반 요리인 김자반, 매듭자반, 튀각, 콩자반, 해산물로 만드는 전복쌈, 해삼초, 전복초, 홍합초, 명란이 기록되어 있다. 매듭자반은 얇은 다시마를 재료로 한 음식으로 다시마를 썰어 놓고 후추와 실백을 한 개씩 넣어서 싸가지고 다시마를 가늘게 오리를 만들어 불려가지고 잡아매어 튀각 지지는 것처럼 끓는 기름에 지지내어 더운 김에 설탕을 뿌려 먹는 것을 말한다. 또한 초 종류의 요리는 물을 붓고 오래 끓이다가 물이 절반쯤 졸 때 간장과 설탕과 파 다진 것과 깨소금, 기름을 다 넣고 고기를 잘게 다져 넣고 졸여서 만드는 음식이다.

25. 찜류

표 25. 『조선요리제법』에 기록된 찜 만드는 법의 종류와 재료

음식명		주재료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				
김쌈	김쌈	김	김, 기름, 소금(3)	김 손질 → 참기름 바르기 → 소금 뿌리기 → 석쇠에 굽기	김을 먼저 티를 다 뜯고 정한 손바닥으로 한조각씩 마주 부벼서 작은 모래나 곁 곁한 것들을 다 떨어버린 [중략] 참기름을 골고루 바

					른 후 [중략] 소금을 손에 약간 가지고 손을 높이 들고서 훌훌 뿌려 [중략] 골고루 구워서 [후략]
취쌈	취쌈	취	취, 간장, 고추장, 고기, 깨소금, 기름, 파(7)	취는 삶기 → 고기, 파, 다지기 → 물, 깨소금, 기름, 간장 넣고 끓이기 → 고추장 넣고 먹기	[전략] 취는 물에 붙여서 삶아 가지고 쓴맛 없도록 여러 번 냉수에 빨아서 꼭 짜서 고기를 잘게 이겨 넣고 파 이겨 넣고 물 조금 치고 (한 종주 가량만) 깨소금 기름 간장을 넣고 잘 끓여서 먹나니 [후략]
깨잎쌈	깨잎쌈	깨잎	깨잎, 간장, 기름, 고기, 깨소금, 파(6)	깨잎 데치기 → 고기, 파 다지기 → 간장, 깨소금, 기름, 물 넣고 끓이기 → 고추장 넣고 먹기	연한 깨잎을 펄펄 끓는 물에 데쳐서 [중략] 고기를 잘게 이겨 넣고 간장과 깨소금과 기름과 파 이긴 것 다 함께 넣고 섞어서 물 한 종주를 치고 잘 끓여서 [후략]
피마자잎쌈	피마자잎쌈	피마자잎	피마자잎, 간장, 고기, 깨소금, 기름, 파(6)	피마자잎 삶기 → 물에 우려내어 쓴맛 제거 → 양념하기 → 볶기	피마자 잎사귀는 쓴맛이 많으니 잘 삶아서 물에 담가 쓴맛 없도록 우려낸 후에 여러 양념을 함께 넣고 깨잎 만드는 법과 똑같이 볶아서 먹나니 [후략]
호박잎쌈	호박잎쌈	호박잎	호박잎, 고추장(2)	호박잎 손질 → 찌기 → 고추장을 놓아 싸먹기	호박속잎 연하고 깨끗한 것을 따서 물에 정하게 씻어서 물기 없이 하여가지고 [중략] 찌가지고 고추장을 놓아 밥을 싸서 먹는 것이니라
김치쌈	김치쌈	김치잎	김치잎, 고기, 깨소금, 기름(4)	김치잎 자르기 → 고기, 파, 다지기 → 기름, 깨소금, 물 넣고 끓이기 → 밥 싸먹기	김치잎사귀만 한치 길이로 잘라서 그대로 냄비에 담고 저육이나 고기를 잘 이겨 넣고 파도 이겨 넣고 기름 깨소금 넣고 물 한 종주쯤 치고 잠간 끓여서 밥을 사서 먹나니라
배추쌈	배추쌈	배추	배추, 물, 참기름, 고추장(4)	배추 손질 → 냉수에 참기름 치고 배추 씻기 → 고추장 끓여서 밥과 함께 싸먹기	배추 속에 노란 잎사귀를 따서 정하게 씻은 후 정한 물에 참기름을 반 종주 가량 쳐가지고 씻은 배추잎을 해워서 [중략] 고추장을 맛있게 끓여서 밥에 조금씩 떠놓고 젓가락으로 잎사귀

					를 하나씩 집어서 밥에 덮어 싸서 먹나니라
생치쌈	생치쌈	생치	생치, 기름, 물, 고추장 (4)	생치 손질 → 냉수에 기름 넣고 생치 씻기 → 고추장 넣고 싸먹기	생치를 벌에 비취어 한 잎씩 비취어보아서 [중략] 골라서 정한 냉수에 정하게 여러 번 씻어서 냉수에 기름 반종주가량 부어가지고 정하게 씻은 생치를 기름물에 헤워서 [후략]

『조선요리제법』에 기록된 쌈의 종류는 김쌈, 취쌈, 깻잎쌈, 피마자잎쌈, 호박잎쌈, 김치쌈, 배추쌈, 생치쌈으로, 총 8가지이다. 쌈은 채소 종류에 고기 등의 재료를 싸서 먹는 음식들이다. 다만 김쌈은 김을 먼저 티를 다 뜯고 깨끗한 손바닥으로 한 조각씩 마주 비벼서 작은 모래나 껄껄한 것들을 다 떨어버린 후 참기름을 골고루 발라 소금을 약간 뿌려 골고루 굽는 것을 말한다.

26. 떡국

표 26. 『조선요리제법』에 기록된 떡국 끓이는 법의 종류와 재료

음식명		주재료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				
흰떡국	흰떡국	흰떡	흰떡, 깨소금, 고기, 파, 간장, 계란, 후추, 물(8)	산적이나 섭산적 만들어 썰기 → 맑은 장국 끓이고 흰떡 썰어 넣기 → 계란 넣기 → 산적 썰은 것 올리기	산적이나 섭산적(산적법에서 읽어볼 것)을 만들어 육푼길이 너푼 넓이로 썰고 맑은 장국을 맛있게 끓이고 [중략] 흰 떡을 한푼 두께 되게 비슷비슷 썰어서 넣고 [중략] 계란을 한 개 깨뜨려 넣고 휘휘저어서 대접에 담고 산적 썰은 것을 맨 위에 얹어서 먹나니라
생떡국	생떡국	쌀가루	쌀가루, 파, 고기, 기름, 계란, 후추, 간장, 물, 깨소금(9)	쌀가루, 계란, 물 넣고 반죽 → 맑은 장국 끓이기 → 생떡, 계란 넣고 끓이기 → 산적 얹기	쌀가루를(땀쌀을 불려서 찌어 가루를 만들어) 반죽할 때에 계란 한 개 넣고 물에 반죽해서 [중략] 맑은 장국을 끓이고 펄펄 끓을 때 빗어놓은 생떡을 넣고 동동뜨기까지 끓여 계란 한 개를 깨뜨려 넣고 휘휘저어서 그릇에 담고 혹 산적을 얹어

					서 [후략]
떡볶이	궁중떡볶이	흰떡	흰떡, 고기, 간장, 파, 표고, 버섯, 미나리, 기름, 깨소금, 후추, 계란, 석이, 실백, 물(14)	고기, 파, 표고, 버섯, 석이 썰기 → 계란 고명 만들기 → 고기 볶기 → 미나리 소금에 절인 후 볶기 → 미나리와 떡을 제외한 나머지 다 볶기 → 미나리, 떡, 기름 넣고 더 볶기 → 계란, 실백 고명 얹기	[전략] 미나리와 떡만 남겨 놓고서 전부 함께 넣고 볶아서 고기가 익은 후에 흰떡과 기름과 미나리를 넣고 오 분쯤 더 끓여서 합에 담고 맨 위에 계란 양념을 색스럽게 얹고 실백을 뿌려서 상에 놓나니라
떡볶이 별법	-	흰떡	살코기, 양고 고들개, 등심살, 석이, 표고, 버섯, 파, 깨소금, 기름, 후추, 애호박 오가리, 흰떡, 계란, 실백(14)	산적이나 섭산적 만들어 썰기 → 맑은 장국에 흰떡 넣고 끓이기 → 계란 넣고 찌기	산적이나 섭산적(산적법에서 읽어볼 것)을 만들어 육푼길이 너푼 넓이로 썰고 맑은 장국을 맛있게 끓이고 [중략] 흰 떡을 한푼 두께 되게 비슷비슷 썰어서 넣고 [중략] 계란을 한 개 깨뜨려 넣고 휘휘저어서 대접에 담고 산적 썰은 것을 맨 위에 얹어서 먹나니라
수접이	수제비	밀가루	밀가루, 후추, 고기, 파, 빼킹파우터, 소금, 물(7)	쌀가루, 계란, 물 반죽 → 맑은 장국에 넣고 끓이기	[전략] 고기로 맑은 장국을 끓이고 펄펄 끓을 때 빚어 놓은 생떡을 넣고 동동뜨기까지 끓여 계란 한 개를 깨뜨려 넣고 휘휘저어서 [후략]

『조선요리제법』에 기록된 떡국, 떡요리와 수제비요리는 총 5가지로, 흰떡국, 생떡국, 떡볶이, 떡볶이별법, 수접이가 있다. 떡볶이를 만드는 방법으로는 미나리와 떡을 제외한 재료를 전부 함께 넣고 볶아서 고기가 익은 후에 흰 떡과 기름과 미나리를 넣고 오 분쯤 더 끓여서 맨 위에 계란 고명을 얹고 실백을 뿌려서 먹는 음식이며 그 외에 산적이나 섭산적을 만들어 맑은 장국을 끓이고 흰 떡을 썰어서 넣고 계란을 한 개 깨뜨려 넣고 휘휘 저어서 대접에 담고 산적 썰은 것을 맨 위에 얹어서 먹는 방법도 기록되어 있다.

27. 만두

표 27. 『조선요리제법』에 기록된 만두의 종류와 재료

음식명	주	재료(재료)	조리법	본문내용
-----	---	--------	-----	------

원문명	현대어명	재료	가짓수)		
밀만두	밀만두	밀 가루	밀가루, 우육, 숙주, 두부, 김치, 간장, 물, 기름, 깨소금, 후추, 표고, 파, 소금 (14)	숙주 데친 후 다지기 → 김치, 두부, 고기, 표고, 파 다지기 → 깨소금, 후추, 기름, 소금, 간장을 넣고 섞기 → 밀가루를 물에 반죽 → 만두피 만들 → 만두 빚기 → 끓는 맑은 장국에 넣어서 끓이기	[전략] 밀가루를 물에 반죽하여서 밀국수처럼 얇게 밀어가지고 큰 종주나 또는 적당한 등근 힘으로 떼내어가지고 위에 만들어 놓은 만두소를 한 손가락 놓고 둘에 접어서 가장자리를 마주 붙인 후에 만두를 마주 붙잡고 양편 가운데 손가락으로 만두 밑을 받치고 엄지와 다음 손가락으로는 마주 잡고서 마주 붙은 가를 한편으로 접어 붙이고 밧바닥은 평행으로 하고 꼭 삼각형을 만들면 [중략] 맑은 장국이 펄펄 끓을 때 하나씩 넣어서 끓으면 차차 국위에 떠오르나니 떠오르게 되면 익은 표이니 즉시 그릇에 떠서 먹는것이요 [후략]
모밀만두	메밀만두	모밀가루	메밀가루, 계란, 표고, 깨소금, 후추, 김치, 간장, 우육, 기름, 숙주, 두부, 물, 실백, 소금, 파(15)	김치, 두부, 고기, 표고, 파 다지기 → 깨소금, 후추, 기름, 소금, 간장을 넣고 섞기 → 밀가루, 계란, 물로 반죽 → 만두피 만들 → 만두 빚기 → 끓는 맑은 장국에 넣어서 끓이기	만드는 법은 밀만두 법과 꼭 같은데 반죽은 계란으로 하고 너무 물기가 부족할 경우에는 물을 좀 붓고 알맞게 반죽하여서 [후략]
어만두	어만두	송어	고기, 생강, 후춧가루, 버섯, 표고, 기름, 간장, 깨소금, 송어, 녹말, 물, 설탕, 초장(13)	고기, 생강, 버섯, 표고 다지기 → 기름, 간장, 깨소금 넣고 섞기 → 동글납작하게 만들어 기름에 지지기 → 송어 손질 → 소 넣기 → 녹물 문히고 끓는 물에 익히기 → 초장찍기	[전략] 송어를 껍질 벗기고 맨살로만 얇고 넓게 저며서 만들어 놓았던 소를 가운데에 놓고 둘에 접어서 가위로 돌려베어 반달 모양으로 만든 후 갈분이나 녹말을 많이 묻쳐서 펄펄 끓는 물에 넣어 잠간 익혀 즉시 냉수에 담가 채반에 쏟아 물기없도록 하여가지고 초장을 찍어서 먹나니라 [후략]

『조선요리제법』에 기록된 만두 요리는 밀만두, 메밀만두, 어만두 3가지이다. 만두의 피의 종류에 따라 달라지며, 어만두는 송어의 살로 만두피를 만드는 것이다. 어만두를 만드는 방법은 송어를 껍질 벗기고 맨살로만 얇고 넓게 저며서 만들어 놓았던 소를 가운데에 놓고 접어서 반달 모양으로 만든 후 갈분이나 녹말을 많이 묻혀서 펄펄 끓는 물에 넣어 잠깐 익혀 즉시 냉수에 담가 채반에 쏟아 물기가 없도록 하여 초장을 찍어 먹는 것을 말한다고 기록되어 있다.

28. 강정류

표 28. 『조선요리제법』에 기록된 강정의 종류와 재료

음식명		주재료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				
깨강정	깨강정	찹쌀	찹쌀, 물, 조청, 깨, 조, 기름(6)	찹쌀 찌기 → 찜기 → 곁만 말리기 → 끓는 기름에 넣었다가 꺼내기 → 조청 칠하기 → 볶은 깨 묻히기	[전략] 찹쌀을 물에 담가 열네시간 쯤 불려서 지에를 찌가지고 [중략] 잘 찜어서 안반에 얇게 펴놓고 [중략] 마를 것이니(속까지 마르면 못쓰나니 거죽만 마르도록 할 것) 펄펄 끓는 기름에 넣어서 잠깐 두면 부풀어 오를 것이니 즉시 꺼내어 조청을 칠하고 실해서 볶은 깨를 묻치나니라 [후략]
요화대	약과	찹쌀	설탕, 물, 기름, 조청, 찹쌀(5)	속 낙개에 설탕 섞고 끓는 물에 반죽 → 기름에 지지기 → 조청 바르기 → 찹쌀 불려 말리기 → 기름에 볶기 → 묻히기	속 낙개에 설탕을 섞어가지고 끓는 물에 반죽하여 강정처럼 기름에 지져서 조청을 바르고 찹쌀을 불려 지에를 찌서 말려가지고 기름에 볶아서 묻치나니라
빈사과	빈사과	조청	강정 만든 부스러기, 조청, 케(3)	강정 만들고 남은 부스러기를 기름에 지지기 → 조청 바르기 → 케 속에 넣고 굳히기 → 조청 묻히기	강정 만들고 남은 부스러기 그대로 기름에 지져서 조청을 바르고 네모반듯한 케 속에 넣어서 굳나니
산자	산자	찹쌀	-	-	-
방울강	방울강정	찹	찹쌀, 물,	찹쌀 찌기 → 찜기	강정 반죽에 이긴 것을 경

정		쌀	조청, 기름 (4)	→ 걸만 말리기 → 끓는 기름에 넣었다 가 꺼내기 → 강정 반죽 다지기 → 경단 만큼 떼어 둥글게 하 기	단만큼씩 썰어서 둥글게 해 서 강정처럼 만들면 방울 강정이라고 하나니 [후략]
---	--	---	---------------	---	---

『조선요리제법』에 기록된 강정으로는 총 5가지가 기록되어 있으며, 그 이름은 깨강정, 요화대, 빈사과, 산자, 방울강정이다. 요화대는 약과를 말하는 것이며, 빈사과는 강정 만들고 남은 부스러기를 그대로 기름에 지져서 조청을 바르고 네모반듯하게 굳혀 만드는 것이다. 방울강정은 강정 반죽을 경단만큼씩 썰어서 둥글게 해서 강정처럼 만드는 것이라고 기록되어 있다.

29. 엿류

표 29. 『조선요리제법』에 기록된 엿의 종류와 재료

음식명		주 재 료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				
검은엿	갱엿	엿 기 름 가 루	쌀, 엿기름 가루, 물(3)	밥 짓기 → 엿기름가 루, 더운물 넣기 → 밥이 물이 되면 솔에 넣고 저어가며 끓이 기 → 식히기	[전략] 밥을 짓고 엿기름가 루 한되가웃을 더운물 세 사발에 풀어 밥솔에 붓고 숯덧개로 덮어 왕게볼로 솔 밑을 더웁게만 하여 밥이 다 물이 되기까지 [중략] 솔 에 넣고 다시 만화로 끓이 나니 주걱으로 쉬지 말고 저어서 [후략]
흰엿	흰엿	엿 기 름 가 루	쌀, 엿기름 가루, 물(3)	밥 짓기 → 엿기름가 루, 더운물 넣기 → 밥이 물이 되면 솔에 넣고 저어가며 끓이 기 → 식히면서 늘이 기	[전략] 검은엿을 가지고 잡 아 늘여서 오래 오래 늘였 다 합했다하면 차차 흰 빛 이 생기나니 [후략]
잣엿	잣엿	엿 기 름 가 루	쌀, 엿기름 가루, 물, 잣(4)	밥 짓기 → 엿기름가 루, 더운물 넣기 → 밥이 물이 되면 솔에 넣고 저어가며 끓이 기 → 잣 섞기 → 식 히기	엿을 퍼서 잣을 섞어 굳치 면 잣엿이라 하나니라

깨엿	깨엿	엿기름 가루	쌀, 엿기름 가루, 물, 깨(4)	밥 짓기 → 엿기름가 루, 더운물 넣기 → 밥이 물이 되면 솔에 넣고 저어가며 끓이 기 → 깨 섞기 → 식 히기	위에 만든 엿을 펴서 깨를 볶아 넣고 섞어서 굳치나 니라
콩엿	콩엿	엿기름 가루	쌀, 엿기름 가루, 물, 콩(4)	밥 짓기 → 엿기름가 루, 더운물 넣기 → 밥이 물이 되면 솔에 넣고 저어가며 끓이 기 → 콩 섞기 → 식 히기	콩을 볶아서 엿을 펴놓고 섞어 굳치나니라
호도엿	호두엿	엿기름 가루	쌀, 엿기름 가루, 물, 호도(4)	밥 짓기 → 엿기름가 루, 더운물 넣기 → 밥이 물이 되면 솔에 넣고 저어가며 끓이 기 → 호두 섞기 → 식히기	호도를 까서 대강 깨뜨려 엿을 풀 때 섞어서 굳치 나니라
대추엿	대추엿	엿기름 가루	쌀, 엿기름 가루, 물, 대추(4)	밥 짓기 → 엿기름가 루, 더운물 넣기 → 밥이 물이 되면 솔에 넣고 저어가며 끓이 기 → 대추 썰어 섞 기 → 식히기	엿을 펴놓고 대추를 씨 빼 고 셋어 썰어서 섞어 굳 치나니라
밤엿	밤엿	엿기름 가루	쌀, 엿기름 가루, 물, 밤(4)	밥 짓기 → 엿기름가 루, 더운물 넣기 → 밥이 물이 되면 솔에 넣고 저어가며 끓이 기 → 삶은 밤 섞기 → 식히기	엿을 펴놓고 삶은 밤을 넣 고 섞어서 굳치나니라

『조선요리제법』에 기록된 엿의 종류로는 8가지이며, 검은엿, 흰엿, 잣엿, 깨엿, 콩엿, 호도엿, 대추엿, 밤엿이다. 검은엿은 밥을 짓고 엿기름가루 한 되를 더운물 세 사발에 풀어 밥솔에 붓고 속 덮개로 덮어 솔 아래쪽만 따뜻하게 하여 밥이 물이 되기까지 끓이고 다시 만화로 쉬지 않고 주걱으로 저으며 끓여서 만든다. 흰엿은 검은엿을 가지고 잡아 늘여서 오래오래 늘였다 합했다 하면 만들어진다. 그 외에 엿은 재료가 첨가되는 것으로 엿을 펴 놓고 호두, 대추, 밤, 깨, 콩 등의 재료들을 섞어서 굳히면 만들어진다.

30. 엿강정류

표 30. 『조선요리제법』에 기록된 엿강정의 종류와 재료

음식명		주재료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				
잣엿 강정	잣엿강정	엿	실백, 엿, 잣, 콩가루 (3)	실백 껍질 거피 → 엿 녹이기 → 잣 섞 기 → 콩가루 묻히기 → 굳히기	[전략] 엿을 양푼에 담아서 화로에 올려놓은 후에 엿이 뭉게 녹아서 [중략] 잣을 넣 고 섞어서 밤톨 만큼씩 떼 어내 가지고 목판에 콩가루 를 펴고 엿을 놓고 동글납 작하게 만들어서 펴놓아 굳 치나니라
호도엿 강정	호도엿강 정	엿	호도, 엿, 콩가루(3)	엿 녹이기 → 호두 섞기 → 콩가루 묻히 기 → 굳히기	[전략] 엿을 녹인 후에 호도 를 넣어서 섞어가지고 밤알 만큼씩 떼서 동글납작하게 만들어 콩가루를 묻쳐서 펴 놓아 굳치나니라
깨엿 강정	깨엿강정	엿	엿, 깨, 콩 가루(3)	깨 손질 후 볶기 → 엿 녹이기 → 깨 섞 기 → 콩가루 묻히기 → 굳히기	깨를 정하게 씻고 모래 없 이 일어 채반에 놓아서 물 을 다 뺀 후에 적당하게 볶 아서 엿을 녹이고 깨를 섞 은 후에 밤톨만큼씩 떼어 콩가루에 놓고 동글납작하 게 만들어서 펴놓아 굳치나 니 아주 얇게 하여야 더 좋 으니라
낙화생 엿강정	땅콩강정	엿	낙화생, 엿, 콩, 콩가루 (4)	땅콩 껍질제거 → 엿 녹이기 → 콩 섞기 → 콩가루 묻히기 → 굳히기	낙화생을 껍질 벗겨서 두 쪽에 내어 놓고 엿을 양푼 에 담아서 화로에 놓아 엿 이 다 녹아 뭉게 되거든 콩 을 섞어가지고 밤알만큼씩 떼어 콩가루에 놓고 동글고 얇게 만들어 펴놓아 굳치나 니라
콩엿 강정	콩엿강정	엿	푸른 콩, 엿, 콩가루 (3)	푸른 콩 볶기 → 엿 녹이기 → 콩가루 묻 히기 → 굳히기	푸른 콩을 볶아서 엿을 녹 이고 함께 섞어서 밤톨만큼 씩 떼어 콩가루에 놓고 동 글고 얇게 만들어서 펴놓아 굳치나니라
대추 엿강정	대추 엿강정	엿	대추, 엿, 콩가루(3)	대추 씨 제거 후 썰 기 → 엿 녹이기 → 대추 섞기 → 콩가루 묻히기 → 굳히기	대추를 씨를 빼고 네쪽에 썰고 엿을 녹이고 대추를 섞어서 밤톨만큼씩 떼어 콩 가루에 놓아 동글고 얇게 만들어서 펴놓아 굳치나니

					라
검은콩 엿강정	검은콩 엿강정	엿	검은콩, 소 금, 엿, 콩 가루(4)	검은콩 불리기 → 소 금 치고 볶기 → 엿 녹이기 → 볶은 콩 섞기 → 콩가루 묻히 기 → 굳히기	[전략] 엿을 녹이고 이 볶은 콩을 섞어 밤알만큼씩 떼어 콩가루에 놓고 동글고 얇게 만들어서 펴놓아 굳치나니 [후략]

엿강정은 1942년 『조선요리제법』에서 처음 소개되기 시작하였으며, 『조선요리제법』에서는 총 7가지의 엿강정을 소개하였다. 그 종류에는 잣엿강정, 호도엿강정, 깨엿강정, 낙화생엿강정, 콩엿강정, 대추엿강정, 검은콩엿강정이 있다. 엿강정은 엿을 양푼에 담아서 화로에 올려놓은 후에 엿이 묽게 녹으면 밤톨만 하게 떼어내 가지고 목판에 콩가루를 펴고 엿을 놓고 동글납작하게 만들어서 펴놓아 굳혀 만든다. 종류는 여기에 들어가는 재료의 종류에 따라 달라지며, 엿 이 묽게 녹았을 때 잣, 호두, 깨, 낙화생, 콩, 대추, 검은콩 등의 재료를 넣고 만드는 것이다.

31. 속실과류

표 31. 『조선요리제법』에 기록된 속실과의 종류와 재료

음식명		주 재 료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				
대추초	대추초	대 추	대추, 물, 계피가루, 꿀, 기름, 잣가루(6)	대추 찌기 → 계피가 루, 꿀, 기름 넣고 잣 가루 뿌리기	대추를 물에 씻어서 시루에 얹쳐 만화로 하루동안이나 찌서 대추빛이 검게 익거든 [중략] 그릇을 까불러서 섞 어가지고 그릇에 담아놓고 잣가루를 뿌리나니라
밤초	밤초	항 률	항률, 꿀, 물, 계피가 루, 잣가루 (5)	항률 삶기 → 으깨기 → 꿀 넣고 졸이기 → 계피가루 넣고 섞 기 → 잣가루 뿌리기	항률을 불려서 하루동안쯤 삶아가지고 대강 으깨서 꿀 과 항률 삶은 물을 조금 치 고 다시 졸여서 그릇에 펴 놓고 계피가루를 맛보아서 적당히 치고 섞은 후 합에 담고 잣가루를 뿌리나니라
조란	조란		대추, 계피 가루, 설탕, 잣가루(4)	대추 찌기 → 씨 빼 기 → 계피가루, 설탕 넣고 대추 모양 만들 기 → 잣가루 뿌리기	좋은 대추를 시루에 찌가지 고 씨를 빼고 열맹이에 걸 러서 계피가루와 설탕을 치 고 섞어서 대추 모양처럼 만들어서 잣가루를 묻치나 니라

울란	울란	황 률 이 나 생 률	황 률 이 나 생 률, 계 피 가 루, 꿀, 잣 가 루, 우 유, 뼈 터(6)	황 률 이 나 생 률 깍 질 제 거 → 찜 고 걸 러 내 기 → 계 피 가 루, 꿀 넣 고 반 죽 하 거 나 삶 은 밤, 우 유, 버 터 넣 고 섞 기 → 동 글 게 만 들 기 → 잣 가 루 문 히 기	황 률 이 나 혹 생 률 을 삶 아 서 깍 질 을 벗 기 고 절 구 에 찜 어 서 얼 멩 이 에 걸 러 가 지 고 계 피 가 루 와 꿀 을 치 고 반 죽 하 여 도 토 리 만 큼 씩 동 글 게 만 들 어 서 잣 가 루 를 문 치 나 니 라 또 삶 은 밤 을 으 깨 서 곱 게 만 든 후 에 우 유 와 뼈 터 를 넣 고 잘 섞 어 서 [후 략]
----	----	----------------------------	--	--	---

『조선요리제법』에 기록된 속실과류는 총 4가지이며, 대추초, 밤초, 조란, 울란이 있다. 대추초는 대추를 시루에 얹쳐 만화로 하루 동안 찌서 대추빛이 검게 익었을 때 섞어가지고 그릇에 담아놓고 잣가루를 뿌리는 음식이며, 조란은 대추를 시루에 찌서 씨를 빼고, 알맹이를 계피가루와 설탕을 치고 섞어서 대추 모양처럼 만들어서 잣가루를 묻히는 것을 말한다. 밤초는 대추초와 만드는 방법이 비슷하며 계피가루로 맛을 내고, 울란은 조란과 만드는 법이 비슷하며, 우유와 버터가 들어가는 것이 다른 점이다.

32. 다식류

표 32. 『조선요리제법』에 기록된 다식의 종류와 재료

음식명		주 재 료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				
흑임자 다식	흑임자 다식	흑 임 자	흑 임 자, 꿀 또 는 엿(2)	흑 임 자 볶 기 → 찜 고 꿀 넣 고 반 죽 → 다 식 관 에 박 기	흑 임 자 를 볶 아 가 지 고 절 구 에 넣 고 찜 어 서 도 듬 이 에 쳐 서 꿀 에 반 죽 을 [중 략] 다 식 관 에 박 아 내 나 니 꿀 이 없 으 면 엿 을 녹 여 서 하 여 도 좋 으 니 라
흑임자 다식 별법	-	흑 임 자	흑 임 자, 설탕, 꿀 또 는 엿(3)	흑 임 자 볶 기 → 찜 고 꿀 넣 고 반 죽 → 설탕 으 로 글 자 획 속 메 우 기 → 다 식 관 에 박 기	다 식 판 에 글 자 획 속 을 먼 저 설탕 가 루 로 메 이 고 그 다 음 에 이 위 해 만 들 어 놓 은 반 죽 한 것 을 박 아 내 면 흰 글 자 를 놓 은 것 같 이 보 기 에 좋 으 니 라
녹말다 식	녹말다식	녹 말	녹 말, 오 미 자 물, 꿀(3)	녹 말 으 깨 기 → 오 미 자 물 에 넣 고 반 죽 → 다 식 판 에 박 기	녹 말 을 그 릇 에 담 고 방 망 이 로 으 깨 가 지 고 체 에 쳐 서 오 미 자 물 에 분 홍 색 을 조 금 섞 어 가 루 에 약 간 쳐 서 손 으 로 잘 부 벼 서 골 고 루 섞

					어 빛을 곱게 만든 후에 꿀을 넣고 반죽해서 다식판에 박아내나니라 [후략]
밤다식	밤다식	밤	황률, 물, 꿀(3)	황률 찡기 → 체에 치기 → 물과 꿀을 넣고 반죽 → 다식판에 박기	밤 다식은 황률로 하는 것이니 황률이 녹녹한것이면 그대로 절구에 찡고 너무 단단히 마른 것이면 잠간 물을 문쳐 절구에 넣고 찡어서 체에 쳐가지고 꿀에 반죽하여 다식판에 박아내나니라
송화다식	송화다식	송화가루	송화가루, 물(2)	송화가루와 물로 반죽 → 다식판에 박기	송화가루를 물에 반죽해서 다식판에 박아내나니라
검초다식	-	검초	검초, 밀가루나 콩가루, 계피가루, 꿀(4)	검초, 밀가루나 콩가루, 계피가루, 꿀에 반죽 → 다식판에 박기	검초를 가는 체에 밀가루나 콩가루를 조금 섞어 또 계피가루를 섞어 꿀에 반죽하여 다식판에 박아내나니라
콩다식	콩다식	콩	콩, 물(2)	콩 볶기 → 물에 반죽 → 다식판에 박기	콩을 볶아서 가루를 곱게 만들어가지고 물에 반죽하여 다식판에 박아내나니라
용안육다식	용안육다식	용안육	용안육, 설탕(2)	용안육 찡어 곱게 만들기 → 설탕에 반죽 → 다식판에 박기	용안육을 찡어서 곱게 만들어가지고 설탕에 반죽하여 다식판에 박나니라
생강다식	생강다식	생강	생강, 녹말, 설탕, 꿀, 계피가루(5)	생강 곱게 갈기 → 체에 치기 → 윗물을 버리고 얇게 펴기 → 녹말, 설탕, 꿀, 계피가루 넣고 반죽 → 다식판에 박기	생강을 껍질 벗겨서 잘게 썰어서 맷돌에 갈든지 [중략] 윗물을 다 따러버리고 그릇에 얇게 펴서 벌에 놓아 바싹 말려서 녹말과 반반씩 섞어서 설탕과 꿀과 계피가루 조금 넣고 반죽하여 다식판에 박아내나니라

『조선요리제법』에서는 흑임자다식, 흑임자다식별법, 녹말다식, 밤다식, 송화다식, 검초다식, 콩다식, 용안육다식, 생강다식, 총 9가지의 다식을 소개하고 있다. 검초다식은 검초를 가는 체에 밀가루나 콩가루를 조금 섞어 또 계핏가루를 섞어 꿀에 반죽하여 다식판에 박아내는 것을 말한다. 흑임자다식, 녹말다식 등 역시 각 주재료를 가루 내거나 절구로 뺨아 꿀에 섞어 다식판에 찍어내는 것을 말한다.

33. 유밀과

표 33. 『조선요리제법』에 기록된 유밀과의 종류와 재료

음식명		주재료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				
약과	약과	밀가루	밀가루, 기름, 설탕, 물, 계피가루(5)	물, 설탕, 기름, 밀가루를 섞어 반죽 → 방망이로 밀어서 썰기 → 기름에 지지기 → 익혀서 꿀물에 넣었다 빼기 → 계피가루 뿌리기	먼저 물에 설탕을 풀고 기름을 한데 섞고 여기에 밀가루를 섞어서 반죽을 하나니 [중략] 판자에 놓고 밀방망이로 밀어서 삼푼 두께쯤 하여가지고 반듯반듯 썰어서 번철에 기름을 한사발쯤 붓고 펄펄 끓을 때에 한 개씩 한 개씩 넣어서 [중략] 익혀서 꿀물에 잠겨내어 그릇에 담고 계피가루를 뿌리나니라 [후략]
중백기	중백기	밀가루	밀가루, 기름, 설탕, 물, 계피가루(5)	물, 설탕, 기름, 밀가루를 섞어 반죽 → 방망이로 밀어서 썰기 → 기름에 지지기 → 익혀서 꿀물에 넣었다 빼기 → 계피가루 뿌리기	중백기는 약과 만드는 법과 꼭 같은 것인데 반만 익혀서 건지는 것이니라 [후략]
만두피	만두피	밀가루	밀가루, 기름, 설탕, 물, 조란, 계피가루(6)	물, 설탕, 기름, 밀가루를 섞어 반죽 → 방망이로 밀어서 썰기 → 기름에 지지기 → 익혀서 꿀물에 넣었다 빼기 → 계피가루 뿌리기	반죽하는 것은 약과와 꼭 같이 하는 것이니 이렇게 반죽을 해가지고 조란에 계피가루를 넉넉히 섞어서 소를 넣고 만두처럼 빚나니 밤톨만큼씩 빚어서 과줄처럼 끓는 기름에 띄워 지지나니라 [후략]
약식	약식	찹쌀	찹쌀, 대추, 밤, 간장, 설탕, 실백, 계피가루, 기름(8)	찹쌀을 찌기 → 대추, 밤 썰기 → 뜨거운 밥에 기름, 흑설탕, 밤, 대추, 간장 넣고 섞기 → 찌고 식히는 것을 2-3번 반복 → 계피가루 뿌리기 → 실백 얹기	[전략] 뜨거운 제밥에 기름과 흑설탕을 넣고 밤알 하나도 불은 것 없도록 주걱으로 섞어 때가가지고 밤과 대추와 간장을(간장은 빛을 위해 넣는 것이니 빛 검고 맛 좋은 것으로) 넣고 섞어서 다시 시루에 넣고 찌서 김이 흠씬 올라온 후에

					한시간 후쯤 다시 김을 올리고 또 한시간 후쯤 다시 김을 올려 이렇게 두세번 하여가지고 꺼내어 합에 담고 계피가루 뿌리고 실백을 얹어서 상에 놓나니라 [후략]
--	--	--	--	--	--

『조선요리제법』에 기록된 유밀과의 종류는 총 4가지이며, 약과, 중백기, 만두피, 약식이 기록되어 있다. 약과는 물에 설탕을 풀고, 기름과 밀가루를 섞어서 반죽을 하여 모양을 만들고 번철에 기름을 한 사발쯤 붓고 펄펄 끓을 때에 한 개씩 넣어서 익힌 후, 꿀물을 묻혀 그릇에 담고 계피가루를 뿌리는 음식이며, 중백기는 약과 만드는 법과 같으나 반만 익혀서 건지는 것을 말한다.

34. 화채류

표 34. 『조선요리제법』에 기록된 화채의 종류와 재료

음식명		주재료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				
복숭아 화채	복숭아화채	복숭아	복숭아, 꿀, 물, 실백(4)	복숭아 껍질 벗기기 → 씨 제거하고 얇게 썰기 → 꿀물에 담아 두기 → 실백 띄우기	볶고 단단한 복숭아를 껍질 벗겨서 두 쪽 내어서 씨를 빼고 다시 세 쪽씩 베어 모두 여섯 쪽에 설어 가지고 풀잎같이 얇게 저며서(크기가, 골패짝만 큼씩 됨) 꿀물에 담아 두었다가 먹을 때에 꿀물을 타고 이것을 나누어 넣고 실백을 띄워서 먹나니라
배화채	배화채	배	배, 오미자, 물, 설탕, 실백(5)	오미자 우려내기 → 배를 얇게 썰어 설탕 뿌리기 → 오미자 물에 넣기 → 설탕 넣고 실백 띄우기	오미자를 정하게 씻어서 더운 물에 담가서 오래 놓아두어 [중략] 배를 두 쪽에 내어 껍질 벗기고 네 쪽씩 모두 여덟 쪽에 내고 속을 베어내고 얇게 가로 썰어서 [중략] 설탕을 뿌려두었다가 오미자 물에 넣고 설탕을 넣고 실백을 띄워서 각각 담아

					농나나라
앵도화채	앵도화채	앵도	앵도, 물, 오미자, 설탕, 실백(5)	오미자 우려내기 → 앵도 씨 빼기 → 설탕 뿌리기 → 오미자물에 앵도, 실백 넣기	물 세보시기에 오미자를 넣어서 올려 놓고 앵도는 부숴지지 않도록 씨를 빼서 설탕을 뿌려놓고 먹을 때에 물을 세 그릇에 나누고 앵도를 나누어 넣고 실백을 넣어서 상에 농나나라
수단	수단	흰떡	흰떡, 꿀, 물, 실백(4)	흰떡은 녹말가루 묻히기 → 끓는 물에 넣었다 건지기 → 꿀물에 넣기 → 실백 넣기	흰 떡을 젓가락 굵이 만 큼씩 부비어 가지고 두툼 길이씩 썰어서 녹말가루를 묻쳐서 펄펄 끓는 물에 잠깐 넣었다가 건져서 [중략] 물에 꿀을 풀어서 세 그릇에 나누어 담고 흰 떡 썰은 것을 나누어 넣고 실백을 넣어서 [후략]
보리수단	보리수단	보리	보리, 물, 녹말가루, 꿀, 실백(5)	보리 삶고 건지기 → 녹말가루 묻히고 다시 삶기 → 건지고 꿀물에 넣기 → 실백 띄우기	보리를 잘 대껴서 헹궈 삶아가지고 찬물에 건져서 물이 다 빠지거든 녹말가루를 묻쳐서 또 다시 잠깐 삶아가지고 다시 찬물에 넣었다가 건져서 꿀물에 넣고 실백을 띄워 농나나라
원소병	원소병	찹쌀가루	찹쌀가루, 청매, 굴병, 물, 계피가루, 설탕, 실백(7)	찹쌀가루와 물로 반죽 → 청매, 굴병, 계피가루, 설탕으로 소 만들기 → 반죽에 소 넣고 둥글게 만들어 녹말가루 묻히기 → 끓는 물에 삶기 → 위로 뜨면 건지기 → 꿀물에 넣기 → 잣가루 뿌리기	찹쌀 가루를 고운 체에 쳐서 펄펄 끓는 물에 반죽해놓고(경단 반죽만큼 할 것) 청매와 굴병을 잘게 썰고 계피가루와 설탕을 넣고 섞어서 소를 넣고 만드나니 [중략] 녹말가루를 묻쳐서 펄펄 끓는 물에 넣어서 잠깐 삶아서 [중략] 꿀물에 넣어서 잣가루를 뿌려서 상에 농나나라
콩국	콩국	콩	콩, 얼음(2)	콩 삶고 갈기 → 체에 거르기 → 얼음과 넣어 두기	좋은 콩을 정하게 씻어 잘 삶아가지고 맷돌에 곱게 갈아서 고운 체에 쳐서 유리병에나 항아리에

					담아서 얼음에 채워두었다가 [후략]
깨국	깨국	참깨	참깨, 얼음(2)	참깨 데치기 → 갈기 → 체에 거르기 → 얼음과 같이 넣기	참깨를 정하게 씻고 모래 없이 일어가지고 잠깐 데쳐서 멧돌에 갈아서 고운 체에 걸러가지고 얼음에 채웠다가 [후략]
미수	미숫가루	미숫가루	미숫가루, 꿀물(2)	미숫가루를 꿀물에 타먹기	미숫가루를(이 가루는 가루만드는 법에서 볼 것) 꿀물에 타서 먹나니 한 보시기 꿀물에 가루 큰 한 손가락을 타나니라
송화수	송화수	송화가루	송화가루, 꿀물이나 설탕물, 실백(3)	꿀물이나 설탕물에 송화가루 넣기 → 실백 띄우기	꿀물이나 설탕물 한 보시기에 송화가루를 한 손가락 넣고 실백을 띄워서 상에 놓나니라
배숙	배숙	배	배, 원후추, 설탕, 물, 실백(5)	배 껍질 벗기기 → 속빼기 → 원후추 박기 → 물에 끓여 익히기 → 설탕 넣고 더 끓이기 → 찬물 넣기 → 실백 띄우기	배를 껍질을 얇게 벗겨서 [중략] 원후추를 몇 개 박아서 맨물에 끓여서 배가 웬만치 익거든 설탕을 넣어서 잠깐 더 끓인 후 찬물을 적당히 더 치고 실백을 띄워서 놓나니라 [후략]
수정과	수정과	꽃감	생울, 꽃감, 설탕, 실백, 물, 계피가루(6)	생울 껍질 벗기고 얇게 썰기 → 설탕, 물 넣고 끓이고 채 썰기 → 꽃감 넣고 밀봉 → 계피가루 뿌리기 → 실백 띄우기	생울 껍질 벗기고 정하게 씻어서 얇게 저며 물을 붓고 설탕을 넣고 끓여가지고 체에 쳐서 [중략] 꽃감을 넣고 꼭 봉하여 두었다가 각각 그릇에 담고 꽃감은 두 개씩 담고 계피가루를 약간 뿌리고 실백을 띄워서 상엔 놓나니라
식혜	식혜	식혜가루	백미, 식혜가루, 설탕, 물, 실백(5)	식혜가루를 물에 넣고 끓이기 → 체에 거르기 → 밥 짓고 식기 전에 식혜 물 붓기 → 밀봉 → 밥알이 물위에 뜨면 물 한잔에 설탕 두 손가락 비율로 넣기 → 식혜밥, 실백 넣	먼저 물을 펄펄 끓여서 손 넣기 좋을 만큼 식혀가지고 식혜가루를 넣고 [중략] 백미는 밥을 되게 지어서 항아리에 담아놓고 밥이 식기전에 식혜물을 부어놓고 꼭 봉해서 [중략] 식혜밥을 한 손가락 떠서 설탕물에 넣고

				기	실백을 열 개쯤 너허서 [후략]
향설고	향설고	문배	문배, 후추, 실백, 물, 생강, 설탕, 계피가루(7)	문배 껍질 벗기기 → 흰 후추를 박기 → 설탕물에 배를 넣기 → 생강 얇게 썰기 → 끓이기 → 계피가루 뿌리기 → 실백 넣기	시고 단단한 문배를 껍질 벗기고 흰 후추를 드문드문 박아서 설탕을 물에 풀고 배를 넣고 생을 얇게 저며 넣고 만화로 끓여서 세 그릇에 나누어 담고 계피가루를 뿌리고 실백을 넣어서 [후략]
책면	책면		녹말, 물, 꿀, 오미자, 치자, 실백(6)	치자와 오미자는 각각 끓는 물에 우려내기 → 녹말을 물에 풀고 체에 거르기 → 치자물과 합쳐 쑤기 → 끓으면 찬 곳에서 굳히기 → 채썰기 → 오미자물에 넣기 → 실백 띄우기	치자는 잘게 깨뜨려서 끓는 물 한 종주에 담아놓고 오미자는 끓는 물 한 사발에 담아서 올라나도록 [중략] 녹말을 물 네흡 반에 넣고 잘 풀어서 덩어리 조금도 없도록 해서 체에 걸러가지고 치자물을 빗곱게 알맞추어 쳐서 불에 올려놓고 [중략] 찬 곳에서 굳혀서 다 굳은 후에 한치 길이로 썰어가지고 연필굵기 만큼씩 채쳐서 오미자물에 넣고 실백을 띄워서 [후략]

『조선요리제법』에는 15가지의 화채류가 소개되어있다. 그 종류로는 복숭아화채, 배화채, 앵도화채, 수단, 보리수단, 원소병, 콩국, 깨국, 미수, 송화수, 배숙, 수정과, 식혜, 향설고, 책면이 있다. 원소병은 찹쌀가루를 고운 채에 쳐서 펄펄 끓는 물에 경단만 하게 반죽해놓고 청매와 굴병을 잘게 썰어 계핏가루와 설탕을 넣고 섞어서 소를 넣고 만든다. 이를 녹말가루를 문혀서 펄펄 끓는 물에 넣어서 잠깐 삶고, 꿀물에 넣어서 잣가루를 뿌려 만들어 완성한다. 책면은 치자와 오미자의 물을 내고, 녹말을 물 네 흡 반에 넣고 잘 풀어서 덩어리 조금도 없도록 한 것을 체에 걸른다. 치자 물을 빗 곱게 맞추어 넣고 불에 올려 끓인 후 찬 곳에서 굳힌다. 다 굳은 것을 채쳐서 오미자 물에 넣고 실백을 띄우면 그 음식이 책면이라고 기록되어 있다.

35. 차류

표 35. 『조선요리제법』에 기록된 차의 종류와 재료

음식명		주재료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				
오미자차	오미자차	오미자	오미자, 물, 백청(3)	오미자 가루내기 → 백청 끓이기 → 오미자 가루 섞기 → 물에 타먹기	오미자를 세말하여 백청을 끓이다가 한데 섞어서 백항아리에 넣었다가 여름에 물에 타서 먹나니라
국화차	국화차	감국꽃	감국꽃, 물, 설탕, 꿀물(4)	감국꽃잎 꿀물에 우려기 → 설탕 넣기	감국꽃이 반쯤 필 때에 따서 꽃잎사귀만 꿀물에 띄워서 마시기도 하고 꽃을 말려 두었다가 펄펄 끓는 물에 조금 넣어 잠간 우려가지고 바쳐서 설탕을 넣어 먹기도 하나니라
매화차	매화차	매화 봉오리	매화 봉오리, 물, 설탕(3)	매화 봉오리 말리기 → 끓는 물에 우려내기 → 설탕 넣기	설탕에 반쯤 핀 매화 봉오리를 따서 말려두었다가 여름에 펄펄 끓는 물에 넣어서 우려가지고 설탕을 넣어서 먹으면 매우 좋으니라
포도차	포도차	포도	포도, 문배, 백비탕, 꿀이나 설탕(4)	포도, 문배 즙내고 섞기 → 백비탕 식혀 붓기 → 꿀이나 설탕 넣기	포도와 문배를 즙을 내어서 섞고 백비탕을 식혀서 붓고 꿀이나 설탕을 타서 먹나니라
삼차	홍삼차	홍삼 뿌리	홍삼 뿌리, 생강, 계피, 설탕, 물(5)	홍삼 뿌리, 생강, 계피 넣고 섞기 → 체에 거르기 → 설탕 넣기	홍삼 뿌리를 생강이나 계피를 섞어 끓여서 체에 바쳐서 설탕을 타서 마시나니라
커피차	커피	커피	커피, 크림, 물, 설탕(4)	냉수에 커피가루 넣기 → 끓이기 → 냉수 한 숟가락 넣기 → 크림, 설탕 넣기	[전략] 냉수 세 컵 반을 붓고 커피가루 차 숟가락으로 겨우 여섯을 넣고 불에 올려놓아 차물이 펄펄 끓기 시작해서 일본 후에 즉시 내려 놓고 냉수 한 숟가락쯤 부어서 [후략]
티차	티차	릭가음	릭가음, 설탕, 물, 우유(4)	물 끓이기 → 차감 넣기 → 설탕, 우유 넣기	차관에 물 셋 찻잔 반을 붓고 펄펄 몹시 끓거든 차관을 내려놓고 차 감 한 숟가락(중 숟가락으로)을 넣고 일본 후쯤 찻잔에 많고 설탕 차 숟가락으로 하나쯤 넣고 우유를 한 숟가락쯤 부어서 먹나니 [후략]
포스텀 7)	포스텀	-	곱게 만든 가루, 물,	끓는 물에 가루 넣기 → 설탕, 우유 넣기	이것은 곱게 만든 가루는 찻잔에 찻숟가락으로 반(꺼

			설탕, 우유 (4)		우, 반쯤 되도록)을 떠서 넣고 펄펄 끓는 물을 붓고 손가락으로 저어서 다 풀린 후에 설탕 찻손가락으로 하나쯤 넣고 우유 중 손가락으로 하나만 넣어서 먹나니라
코코차	코코아	코코가루	코코가루, 설탕, 우유, 물(4)	끓는 물에 코코가루, 설탕, 우유 넣기	코코가루 차손가락으로 반에 설탕과 우유를 넣고 펄펄 끓는 물을 부어 한잔을 만드나니 [후략]

『조선요리제법』에서는 9가지의 차를 기록하였다. 그 종류로는 오미자차, 국화차, 매화차, 포도차, 삼차, 커피차, 티차, 포스텀, 코코차가 있다. 특이한 차로 티차와 포스텀이라는 차가 있는데, 티차는 차관에 물을 붓고 펄펄 몹시 끓을 때, 차관을 내려놓고 차 감 한 손가락을 넣어 일본 후 찻잔에 설탕 찻손가락으로 하나쯤 넣고 우유를 한 손가락 부어 먹는 것을 말한다. 또한 포스텀은 이와 비슷하게 곱게 만든 가루를 찻잔에 찻손가락으로 반을 떠서 넣고 펄펄 끓는 물을 붓고 손가락으로 저어서 다 풀린 후에 설탕 한 찻손가락, 우유 한 중 손가락을 넣어서 먹는 것을 말한다.

36. 죽

표 36. 『조선요리제법』에 기록된 죽의 종류와 재료

음식명		주재료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				
양죽	양죽	양	양, 물, 후춧가루(3)	양 손질 → 중탕 또는 밥솥에 익히기 → 물을 짜내고 그 물에 후춧가루 넣어 먹기	양은 벌의 집 양이 좋은 것이니 [중략] 중탕을 해서 끓이든지 밥솥에 넣어서 익히든지 해서 정한 배보자에 꼭꼭 짜서 그 물에 후춧가루를 쳐서 [후략]
천엽죽	천엽죽	천엽	천엽, 물, 실백, 후춧가루(4)	천엽, 실백 다지기 → 중탕하여 익히기 → 배보자에 물기 짜기 → 후춧가루 뿌리기	천엽을 물에 넣고 그 안쪽에 얇은 껍질을 벗기고 [중략] 이기나니 실백을 약간 넣고 이겨서 그릇에 담아

7) 곱게 만든 가루를 찻잔에 찻손가락으로 반(겨우 반쯤 되도록)을 떠서 넣고 펄펄 끓는 물을 붓고 손가락으로 저어서 다 풀린 후에 설탕을 찻손가락으로 하나쯤 넣고 우유를 중 손가락으로 하나만 넣어서 만든 것

					펼 펼 끓는 물솥에 그릇채 띄워서 중탕을 해서 오래 익힌 후 꺼내어 정한 베보자에 꼭꼭 짜서 후춧가루를 뿌려먹나니라
육즙	육즙	소고기	소고기, 실백, 물, 후춧가루(4)	소고기, 실백 다지기 → 중탕 → 베보자에 물기 짜기 → 후춧가루 뿌리기	소고기 기름없는 순전한 살로 곱게 곱게 이겨서 실백을 이겨 섞어넣고 중탕을 해서 끓여가지고 정한 베보자에 짜서 뜨거운 김에 후춧가루를 쳐서 먹나니라

『조선요리제법』에서 말하는 즈의 종류는 양즙, 천엽즙, 육즙, 세 가지 이다. 그 중 양즙에서 양은 벌의 집 양이 좋은 것을 말하며, 중탕을 해서 끓이든지 밥솥에 넣어서 익히든지 해서 깨끗한 베보자에 꼭꼭 짜고, 그 물에 후춧가루를 쳐서 먹는 음식이라 기록하고 있다.

37. 의이(응이)

표 37. 『조선요리제법』에 기록된 의이⁸⁾의 종류와 재료

음식명		주재료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				
갈분의이	갈분응이	갈분	갈분, 물(2)	갈분을 물에 풀기 → 끓이기 → 설탕 넣기	갈분을 냉수에 풀어 놓고(물 한종주 쯤에) 남비에 물을 펼 펼 끓이다가 [중략] 설탕을 넣어 먹나니라
수수의이	수수응이	수수가루	수수가루, 물, 소금(3)	물 끓이기 → 수수가루 풀고 한참 끓이기 → 설탕 넣기	[전략] 수수가루를 풀어서 펼 펼 끓는 물에 주걱으로 저으면서 천천히 부어 한참 끓여서 그릇에 담고 설탕을 넣어서 먹나니라
울무의이	울무응이	울무	울무, 냉수, 설탕(3)	울무 껍질 벗기고 물에 담그기 → 녹말, 물 따르고 말리기 →	울무를 껍질 벗기고 물에 담갔다가 배에 갈아서 녹말을 얹는 것처럼 가라앉쳐 물

8) 의이(薏苡)는 응이라고도 한다. 의이는 본래 울무를 가리키는 것이었으나, 곡물을 갈아서 얻은 녹말로 쓴 죽을 통틀어 의이 또는 응이라 하게 되었다. 『성호사설』에 의하면, 의이란 본래 곡물의 이름인데, 죽의 이름의 하나로서 의이를 들고 있는 것은 잘못이라고 지적하였다. 『증보산림경제』나 『규합총서(閨閣叢書)』에 보이는 의이죽은 울무를 맷돌에 갈아 녹말양금을 얹혀서 죽을 쑤는 것으로 의이와 조리법이 같다. 이러한 의이죽 조리법이 응이로 불리게 된 정확한 시기는 알 수 없으나, 1800년대의 조리서에는 녹말로 쑤는 죽을 통틀어 응이 또는 의이라고 분류하고 있다.

				의이를 썬어 설탕 넣 기	을 따르고 얇게 펴 말려서 냉수에 적당히 풀어가지고 의이를 썬어서 설탕을 쳐서 먹나니라
--	--	--	--	------------------	---

『조선요리제법』에 기록된 응이의 종류에는 갈분이의, 수수의이, 울무의이, 총 3가지가 기록되어 있다. 울무의이는 울무의 껍질 벗기고 물에 담갔다가 배에 갈아서 녹말 가라앉히는 것처럼 하여 물을 따르고 얇게 펴 말린 후 냉수에 적당히 풀어 응이를 썬어 설탕을 쳐서 먹는 것이라 기록되어 있다. 다른 의이 역시 재료를 끓여서 설탕을 쳐서 먹는 것이라 기록되어 있다.

38. 암죽

표 38. 『조선요리제법』에 기록된 암죽의 종류와 재료

음식명		주 재 료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				
밤 암죽(一)	밤암죽	밤	밤, 물(2)	밤 껍질 벗기고 물에 불리기 → 강판에 갈 기 → 물 넣고 체에 거르기 → 끓이기	좋은 밤을 껍질만 벗겨서 물에 불려서 강판에 갈아가 지고 물을 치고 체에 걸러 서 남비에 붓고 숯불에 천 천히 끓이나니라
밤 암죽(二)	밤암죽	밤	밤, 쌀, 물 (3)	쌀 불리기 → 방망이 로 갈기 → 체에 거 르기 → 밤은 껍질 벗기기 → 강판에 갈 기 → 물 넣고 체에 거르기 → 끓이기	쌀을 불려서 질그릇에 넣고 방망이로 갈아서 체에 거르 고 밤은 껍질 벗겨서 강판 에 갈아 물을 좀 쳐서 체에 걸러 함께 끓이나니라
쌀 암죽	쌀암죽	쌀	쌀, 물(2)	백설기 만들기 → 말 리기 → 냉수에 넣고 풀기 → 끓이기	백설기 떡으로 하는 것이니 먼저 백설기를 잘 만들어서 별에 훨씬 말려두고 암죽을 만들 때에 조금씩 때어서 냉수에 넣어 풀어가지고 펄 펄 끓는 물을 저으면서 부 어서 잘 끓여 [후략]
식혜암죽	식혜암죽	식 혜	식혜(1)	식혜 만들기 → 체에 거르기 → 끓이기	먼저 식혜를 만들어서 잘 익힌 후에 체에 걸러서 남 비에 붓고 끓이나니라

『조선요리제법』에서 소개한 암죽을 만드는 방법은 밤암죽 두 가지, 쌀암죽, 식혜암죽

으로 총 4가지이다. 밤암죽은 밤을 갈아 체에 걸러 끓이거나, 쌀을 불려서 방망이로 갈아서 체에 거르고 밤을 껍질 벗겨서 강판에 갈아 물을 쳐서 체에 걸러 함께 끓이는 방법 두 가지가 있다. 쌀 암죽은 백설기 떡을 만들어別に 말려 이것을 떼어 냉수에 넣어 풀고, 펄펄 끓는 물을 저으면서 부어 끓이는 것이다.

39. 미음

표 39. 『조선요리제법』에 기록된 미음의 종류와 재료

음식명		주재료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				
쌀미음	쌀미음	쌀	쌀, 물, 소금이나 진간장(3)	쌀을 물에 넣고 끓이기 → 체에 바치기 → 소금이나 진간장 넣기	쌀을 정하게 씻어 남비에 넣어 솥불에 올려놓고 물을 부어 끓여서 두 차잔쯤 되거든 체에 바쳐서 소금이나 진간장을 쳐서 먹나니라
송미음(一)	송미음	황률	황률, 대추, 인삼, 차조, 물(5)	인삼 잘게 썰기 → 대추, 황률, 차조, 인삼을 물에 붓고 끓이기 → 졸이기 → 체에 바쳐내기	대추와 황률과 차조쌀을 정하게 씻은 후 솥에 넣고 인삼을 잘게 썰어 넣고 물을 부어서 완화로 끓여 한 보시기쯤 되도록 졸여서 체에 바쳐서 먹나니라
송미음(二)	송미음	찹쌀	찹쌀, 물, 대추(3)	찹쌀, 대추를 물에 넣고 끓이기 → 체에 거르기	찹쌀을 씻고 대추를 정하게 씻어 독배기에 담고 물을 부어 화로에 올려놓고 만화로 끓여서 한 보시기쯤 되거든 체에 걸러 먹나니라
좁쌀미음	좁쌀미음	메조	메조, 백미, 물(3)	백미, 좁쌀을 물에 끓이기 → 체에 바쳐내기	백미와 좁쌀을 정하게 씻어 독배기에 넣어 끓여서 좁쌀이 다 물러지거든 체에 바쳐서 먹나니라

『조선요리제법』에 소개된 미음으로는 쌀미음, 송미음 두 가지 방법, 좁쌀미음까지 하여 총 4가지 방법이 있다. 송미음은 대추와 황률과 차조쌀을 깨끗하게 씻고, 인삼을 잘게 썰어 재료들을 넣고 물을 부어서 완화로 끓여 졸여서 체에 걸러 먹거나, 찹쌀을 씻고 대추를 정하게 씻어 독배기에 담고 물을 부어 화로에 올려놓고 만화로 끓여서 체에 걸러 먹는다고 기록되어 있다.

40. 죽

표 40. 『조선요리제법』에 기록된 죽의 종류와 재료

음식명		주재료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				
깨죽	깨죽	옥 임 자	옥 임 자, 물, 쌀, 깨(4)	옥 임 자, 쌀 물에 담가 불린 후 갈기 → 물 을 넣으며 여러번 갈 기 → 체에 거르기 → 끓이기 → 꿀, 설 탕 넣기	옥 임 자와 쌀을 각각 씻어서 모래 없이 일어가지고 물에 담가서 잘 불린 후에 맷돌 에 갈 때에는 쌀 한 손가락 넣고 갈다가 깨 한 손가락 넣고 갈고 물을 쳐가면서 또다시 그렇게 연하여 번갈 아가면서 넣어 갈아서 체에 바쳐가지고 솥에 붓고 끓이 나니 물은 끓이면서 적당히 조절할 것이며 다된 후에 합에나 대접에 담아놓고 꿀 이나 설탕을 넣어서 먹나니 라
녹두죽	녹두죽	녹 두	녹 두, 물(3) 쌀,	녹 두 삶고 으깨기 → 체에 거르기 → 윗물 은 끓이기 → 가라앉 은 것은 저으면서 끓 이기	녹 두를 씻어서 솥에 넣고 물을 넉넉하게 붓고 불을 때어 삶아가지고 녹두와 그 삶은 물까지 퍼서 놓고 한 참 으깨가지고 체에 걸러서 잠깐 동안 놓아두면 가라앉 을 것이니 그 윗물만 솥에 붓고 쌀을 정하게 씻어 일 어가지고 솥에 넣고 불을 때어 한참 끓이다가 녹두 가라앉았던 것을 마저 붓고 주걱으로 쉬지 말고 저으면 서 끓이나니 [후략]
묵물죽	묵물죽	묵 물	녹 두 묵 물, 쌀, 소금(3)	녹 두묵물의 윗물에 쌀 넣고 끓이기 → → 가라앉았던 것 함 께 넣고 끓이기 → 소금 넣기	이 죽은 녹두묵 만들고 남 은 물을 만드는 것이니 묵 물을 가라앉쳐서 윗물만 솥 에 붓고 불린 쌀을 넣고 끓 이다가 묵물 가라앉쳐던 것 을 함께 넣어서 다시 더 끓 여 잘 끓은 후에 퍼가지고 소금을 넣어 먹나니 맛이 비상히 좋으니라

아욱죽	아욱죽	아욱	아욱, 쌀, 고기, 파, 간장(5)	고기, 파 썰기 → 아욱, 물, 쌀 넣고 끓이기	고기는 잘게 썰고 파 채치고 아욱을 정하게 씻어 솥에 다 함께 넣고 쌀을 불려서 넣은 후 물을 적당히 붓고 불을 때어 끓여서 [후략]
장국죽	장국죽	간장	쌀, 표고, 고기, 기름, 파, 후추, 간장, 실백(8)	고기, 파 다지기 → 후춧가루, 깨소금, 기름 섞기 → 표고 채치기 → 죽 쑤기	쌀을 정하게 씻어서 모래없이 일어 물에 담가놓고 고기를 잘게 이기고 파도 잘게 이겨 고기에 넣고 후춧가루, 깨소금 치고 기름 조금 치고 섞어서 놓고 표고를 불려서 채쳐서 이것을 다 함께 솥에 넣고 쌀을 건져 넣고 죽을 쑀나니 [후략]
콩죽	콩죽	콩	콩, 물, 쌀, 소금(4)	콩 삶아서 으깨기 → 쌀과 같이 갈아서 놓기 → 옷물을 먼저 끓이고, 가라앉은 것을 마저 붓고 끓이기 → 소금 간하기	좋은 흰 콩을 씻어 솥에 넣고 물을 넉넉하게 붓고 잠간만 삶아서 퍼 놓고 손으로 한참 으깨면 [중략] 쌀을 정하게 씻어 일어가지고 콩과 함께 섞어서 맷돌에 갈아서 [중략] 옷물을 먼저 솥에 붓고 불을 대어 끓이다가 한참 끓을 때에 가라앉았던 것을 마저 붓고 쉬지 말고 주걱으로 저으면서 끓여서 [후략]
팥죽	팥죽	팥	팥, 쌀, 물, 소금(4)	팥 삶아서 으깨어 놓기 → 옷물만 붓고 쌀을 넣어 끓이기 → 가라앉았던 것을 붓고 끓이기	팥을 정하게 씻어서 솥에 넣고 물을 많이 붓고 오래 동안 삶아서 팥과 물을 그릇에 퍼놓고 팥을 으깨어 체에 걸러 한참동안 놓아두어 가라앉혀가지고 옷물만 솥에 붓고 쌀을 씻어 일어서 솥에 넣고 끓여 쌀알이 퍼질만하거든 주걱으로 저으면서 가라앉았던 것을 붓고 끓이나니라 [후략]
흰죽	흰죽	쌀	쌀, 물, 기름, 소금(4)	쌀 끓이기 → 참기름 넣고 끓이기 →	쌀을 정하게 씻어서 일어가지고 물에 담아 불려서 질그릇에 담고 방망이로 으깨어 갈아서 체에 바쳐서 한참 가라앉쳐서 옷물만 솥에 넣고 끓이다가

					주걱으로 가라앉혔던 것을 붓고 다시 더 끓이나니 [후략]참기름을 넉넉히 넣고 갈아서 쭈면 풀내 나지않고 매우 좋으니라
행인죽	행인죽	살구씨	살구씨, 설탕, 쌀(3)	살구씨 데쳐서 속껍질 벗기기 → 쌀 불리기 → 살구씨와 쌀 갈기 → 체에 거르기 → 죽 쑈기 → 설탕 넣기	살구씨를 잠깐 데쳐서 속껍질을 벗겨가지고 쌀을 씻어 불려서 함께 섞어 맷돌에 갈아 체에 바쳐서 죽을 수어 설탕을 넣어 먹나니라
타락죽	타락죽	쌀	쌀, 우유(2)	쌀 불리기 → 갈아서 죽 쑈기 → 우유 붓고 다시 죽 쑈기	쌀을 불려가지고 맷돌에 갈아서 죽을 쑈나니 절반쯤 쑈다가 우유를 붓고 쑈나니라
잣죽	잣죽	잣	잣, 쌀, 실백, 물(4)	쌀 불리기 → 잣 갈아서 체에서 거르기 → 죽 쑈기	쌀을 정하게 씻어서 일여가지고 물에 담아 불려서 잣과 함께 갈아서 체에 걸러가지고 죽을 쑈나니라
밤죽	밤죽	밤	쌀, 밤, 물(3)	쌀 불리고 으개기 → 밤 삶기 → 쌀, 밤 거르기 → 죽 쑈기 또는 황률이나 생률 잘게 썰어 넣고 죽쑈기 → 설탕 넣기	쌀을 물에 불려서 대강 으개어 갈고 밤은 삶아서 걸러가지고 섞어 죽을 쑈든지혹 황률이나 생률을 잘게 콩짜개 만큼씩 넣고 죽을 쑈든지 해서 설탕을 넣어 먹나니라
재강죽	재강죽	재강	쌀, 재강, 설탕, 물(4)	쌀 불리기 → 재강 넣기 → 끓이기 → 설탕 넣기	쌀을 불려서 솥에 넣고 약주술 재강을 넣고 [중략] 끓여서 설탕을 치고 먹나니라
김치죽	김치죽	김치	김치, 깨소금, 고기, 기름, 쌀, 간장(6)	김치, 고기 채썰기 → 파 다지기 → 기름, 깨소금, 불린 쌀 넣기 → 물 넣고 죽 쑈기 → 간장으로 간하기 → 고춧가루 넣기	김치를 채 썰고 고기를 잘게 채치고 기름과 파 이긴 것과 깨소금을 솥에 넣고 쌀을 불려서 그 위에 넣고 물을 적당하게 치고 죽을 쑈어 간장으로 간 맞춰서 고춧가루를 쳐서 먹나니라
조죽	조죽	청조	청조, 백미, 고기(3)	백미 불리기 → 고기 다지기 → 간장으로 간하기 → 죽 쑈기	백미를 불리고 정하게 씻고 고기를 잘게 이겨서 함께 넣고 간장으로 간을 맞추어 죽을 쑈나니라
보리죽	보리죽	보리	보리, 물, 소금, 설탕, 크림(5)	냉수에 보리 넣고 끓이기 → 소금 섞기 → 설탕 뿌리기 → 크림 넣기	[전략] 냉수에 보리를 넣고 저어가면서 끓여서 다 익은 후에 소금을 조금 쳐서 섞어 그릇에 담고 설탕을 뿌

					리고 크림을 넣어서 먹나니라 [후략]
--	--	--	--	--	----------------------

『조선요리제법』에는 16가지의 죽이 소개되어 있으며, 그 종류에는 깨죽, 녹두죽, 묵물죽, 아욱죽, 장국죽, 콩죽, 팥죽, 흰죽, 행인죽, 타락죽, 잣죽, 밤죽, 재강죽, 김치죽, 조죽, 보리죽이 있다. 묵물죽은 녹두묵 만들고 남은 물로 만드는 것이다. 묵물을 가라앉혀서 옷물만 솥에 붓고, 불린 쌀을 넣고 끓이다가 묵물 가라앉혔던 것을 함께 넣어서 다시 더 끓인다. 잘 끓은 후에 소금을 넣어 먹는데, 이것의 맛이 좋다고 기록되어 있다. 행인죽은 살구씨를 잠깐 데쳐서 속껍질을 벗겨가지고, 쌀을 씻어 불린 것을 섞어 맷돌에 갈아 체에 걸러 죽을 쑀어 설탕을 넣어 먹는 것을 말한다.

41. 국

『조선요리제법(1940)』에 곰국의 제조방법과 효능이 표기돼 있고, 『역어유해(1682년)』에는 고기 물을 ‘콩탕’으로 표기했고 콩탕이 곰탕으로 불리게 된 것으로 전해진다.

표 41. 『조선요리제법』에 기록된 국의 종류와 재료

음식명		주재료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				
맑은 장국	맑은 장국	고기	고기, 파, 물, 기름, 후추, 깨소금, 간장(7)	고기 얇게 썰기 → 파 채치기 → 간장, 후추, 깨소금 넣기 → 기름 치고 볶기 → 물 붓고 간 맞추기 → 끓이기	고기를 정히 씻고 얇게 저며서 [중략] 파는 한 치 길이로 잘라서 채 쳐가지고 그릇에 담은 후에 간장, 후추, 깨소금을 넣고 [중략] 기름을 치고 다시 섞어서 솥에 넣고 불을 때어 볶다가 물을 붓고 간을 잘 맞추어 오래동안 끓이나니 [후략]
계국	젓국	계	계, 두부, 깨소금, 파, 후추, 계란, 고기, 물, 밀가루, 간장(10)	맑은 장국에 계 넣고 끓이기 고기, 파, 마늘 다지기 → 두부 으깨기 → 간장, 기름, 후춧가루, 깨소금 넣고 섞기 → 계딱지에 넣기 → 밀가루, 계란 묻혀서 장국에 넣기	[전략] 계를 물에 넣고 한편 쪽 다리를 단단하게 모두어 잡은 후 솔로 문질러 정하게 씻고 발톱을 잘라버리고 다리와 배딱지는 떼어 먼저 장국 끓이는 데 넣어서 끓이고 [중략] 기름과 후춧가루와 깨소금을 다 함께 넣고 잘 섞어서 계딱지에 가

					득히 담고 [중략] 밀가루를 묻히고 계란을 풀어서 펄펄 끓는 장국에 한 개씩 가만 가만넣어서 익힌 후 작은 합에 담아 놓나니라
골탕	골탕	등골	등골, 고기, 표고, 물, 간장, 소금, 계란, 밀가루, 기름, 파, 깨소금 (11)	등골 손질 → 썰고 소금 뿌리기 → 밀가루 묻히고 계란 씌워서 기름에 지지기 → 맑은 장국에 넣고 더 끓이기 → 계란 고명 얹기	등골을 껍질 벗겨서 도마 위에 놓고 골진 곳을 손가락으로 눌러 밀어서 넓게 갈라퍼서 한치 길이씩 썰어서 퍼 놓고 소금을 약간 뿌려서 밀가루를 묻히고 계란을 씌워서 번철에 기름을 바르고 지지놓고 맑은 장국을 끓여서 펄펄 끓을 때에 등골지진 것을 넣고 잠깐만 더 끓여 [후략]
냉이국	냉이국	냉이	냉이, 파, 고기, 된장, 고추장, 물 (6)	냉이 물에 넣고 끓이기 → 고기, 파 썰기 → 물, 된장, 고추장 넣고 끓이기	[전략] 고기를 얇게 저며서 썰고(두껍게 썰면 질겨 못쓰게 되는 고로) 파는 한치 길이씩 잘라서 채 치고 솔에 넣은 후 물에 된장과 고추장을 함께 풀어서 체에 바쳐 붓고 끓이나니 한참 끓은 후 완화로 십오륙분간 천천히 더 끓인 후에 먹나니라
소루장이국	-	소루장이	소루장이, 파, 고기, 고추장, 된장(5)	고추장, 된장 물에 풀기 → 체에 거르기 → 고기, 파 썰어 넣기 → 소루장이 넣고 끓이기	물에 고추장과 된장을 풀어서 체에 바쳐서 솔에 붓고 고기를 얇게 저며 썰어 넣고 파 채쳐 넣고 소루장을 정히 씻어 넣고 끓이나니라
아욱국	아욱국	아욱	아욱, 파, 고기, 고추장, 된장, 물(6)	고기 얇게 썰기 → 물에 된장, 고추장 풀어서 체에 거르기 → 아욱 넣고 끓이기	고기를 얇게 저며서 썰고 파를 한 치 길이씩 잘라서 채 쳐 솔에 넣고 물에 된장과 고추장을 풀어서 체에 바쳐 붓고 아욱을 정하게 씻어(으깨지 말고 곱게 씻을 것)서 함께 넣고 끓이나니라
메역국	미역국	메역	메역, 물, 고기, 기름, 파, 간장, 깨소금(7)	미역 손질 → 고기, 파 다지기 → 기름, 깨소금 넣고 볶기 → 간장 넣고 볶기 →	메역을 정하게 빨아서(맑은 물나도록 빨 것이라) 잘게 썰어 솔에 넣고 고기를 잘게 이겨넣고 파도 잘게 이

				물 붓고 끓이기	겨넣고 기름과 깨소금을 치고 그대로 불을 때어 볶다가 고기가 익은 후에 간장을 치고 저어가면서 볶아가지고 물을 붓고 다시 끓이나니 [후략]
애탕국	애탕국	썩	썩, 물, 고기, 계란, 간장, 두부, 파, 깨소금 (8)	맑은 장국 끓이기 → 고기, 파 다지기 → 깨소금, 간장 넣고 섞기 → 썩 데치고 다지고 섞기 → 계란 씌우고 맑은 장국에 넣어 익히기 →	고기를 질긴것으로만 골라서 맑은 장국을 끓이고 연한 살코기는 잘게 이겨서 파와 깨소금과 간장을 넣고 섞어놓고 썩은 잠간 끓는 물에 데쳐서 곱게 이겨 고기 이긴 것과 함께 섞어서 은행알만큼씩 비져서 계란을 씨워 펄펄 끓는 국에 한 개씩 한 개씩 넣어 익혀가지고 퍼서 그릇에 담고 계란 부친 것을 골패쪽만큼씩 썰어서 얹나니라 [후략]
산나물국	산나물국	산나물	산나물, 물, 고기, 파, 된장, 고추장(6)	산나물 데치기 → 국 끓이기 → 고기 작게 썰기 → 된장, 고추장에 풀어 넣기 → 파 채쳐서 넣고 끓이기 → 나물 넣고 다시 더 끓이기	[전략] 산나물은 삼지 아니하고 [중략] 데쳐내어서 국을 끓히나니 고기를 얇게 저며서 잘게 썰어 넣고 된장과 고추장을 물에 풀어서 넣고 파를 한치 길이로 잘라서 채쳐 넣고 끓여서 다 끓은 후에 나물을 넣고 다시 잠간 더 끓여서 푸나니라
외무릅국	-	늪은 외	늪은 외, 파, 고기, 고추장, 간장, 물, 두부, 후추, 깨소금, 버섯, 꼬챙이 (11)	맑은 장국 끓이기 → 완자 만들기 → 오이 껍질 벗기고, 속 긁어 비우기 → 완자감으로 속 채우기 → 맑은 장국에 넣기 → 고추장, 버섯도 넣고 다시 끓이기 → 계란, 양념 넣기	고기는 절반만 잘게 설어서 맑은 장국을 끓이고 절반은 완자를(완자 만드는 법에서 볼 것) 만들어 놓고 [중략] 외속을 다 긁어서 속이 뷜게 한 후 완자감으로 그 속을 가득히 채우고 [중략] 장국에 넣고 고추장을 풀고 버섯을 썰어 넣고 조금 더 다시 끓여서 [후략]
토란국	토란국	토란	토란, 다시마, 고기, 간장, 파, 기름, 후추,	고기 잘게 썰기 → 파, 기름, 간장, 후추, 다시마 넣기 → 토란 껍질 벗기고 삶아 익	고기를 잘게 설어서 파와 기름과 간장을 넣고 후추 치고 다시마는 길이 닷분 넓이 너푼으로 썰어 넣고

			물(8)	히기 → 토란 건져서 국에 넣고 다시 끓이기	토란은 껍질을 벗겨서 맨물에 잘 삶아서 익은 후에 건져서 국에 넣고 다시 더 끓여서 [후략]
콩나물국	콩나물국	콩나물	콩나물, 물, 곱, 생강, 파, 간장(6)	고기, 파 썰기 → 생강 다지기 → 물, 콩나물 넣고 끓이기	고기를 잘게 썰고 파를 한치 길이로 잘라서 채쳐 넣고 생강을 곱게 이겨넣고 물 붓고 콩나물을 꼬리를 따고서 대강 썰어서 넣고 오래 끓여서 [후략]
토장국	된장국	된장	숙음배추, 물, 고기, 된장, 고추장(5)	배추 데치고 썰은 후 다시 끓이기 → 고기 얇게 썰기 → 된장, 고추장, 고기 넣고 끓이기	숙음배추는 정하게 씻어서 놓고 배추 속대로 하려면 펄펄 끓는 물에 잠간 데쳐서 대강 썰어 넣고 끓이나니 고기를 얇게 저며서 넣고 물에 된장과 고추장을 풀고 고기를 넣고 끓여 [후략]
고사리국	고사리국	고사리	고사리, 물, 고기, 밀가루, 파, 후추, 깨소금(7)	맑은 장국에 고사리 넣고 끓이기 → 밀가루 풀어 넣기 → 다시 끓이기	고기를 맑은 장국을 끓이고 고사리를 잘게 썰어 넣고 끓이나니 햇고사리는 삶지 말고 그대로 정히 씻어서 넣고 펄펄 끓을 때에 밀가루를 찬물에 덩어리지지 않도록 풀어서 국을 저으면서 부어 섞어서 다시 더 끓여 푸나니라
버섯국	버섯국	버섯	버섯, 후추, 고기, 물, 두부, 파, 깨소금, 간장(8)	고기 얇게 썰기 → 파 채썰기 → 후추, 깨소금, 간장, 썰어 놓은 버섯, 고기, 물 붓고 끓이기	고기를 얇게 저며서 썰고 파는 한치 길이로 잘라서 채치고 후추와 깨소금을 치고 간장을 붓고 잘 섞고 버섯을 대강 썰어서(버섯 한개를 네 조각에 썰 것) 고기와 함께 넣고 잘 섞어 가지고 물 붓고 끓여서 간을 맞추나니라
배추속대국	배추속대국	배추속대	배추속대, 물, 고기, 파, 된장(5)	고기 얇게 썰기 → 파 채썰기 → 된장, 물 넣고 끓이기 → 배추속대 넣고 끓이기	고기를 얇게 저며 썰고 파 한치 길이로 잘라서 채쳐 넣고 물에 된장을 풀어서 체에 바쳐붓고 배추속대를 긴 것만 두셋으로 잘라 넣고 끓이나니라
파국	파국	파	파, 간장	파 잘라서 데치기 →	파가 썬 것이면 한치 길이

			고기, 호추, 깨소금, 물 (6)	맑은 장국에 파 넣고 끓이기	로 잘라서 데쳐서 하고 옴 파나 연한 것이면 한치 길이로 잘라서 그대로 하나니 맑은 장국을 만들고 파를 넣어서 끓이는 것이니라
배추꼬리국	배추꼬리국	꼬리	꼬리, 물, 고기, 된장, 후추, 파, 배추(7)	파 채썰기 → 배추 썰기 → 물, 된장, 파, 배추, 고기, 후추 넣고 끓이기	물에 된장을 풀어서 체에 바쳐 붓고 파를 한치 길이로 잘라서 채쳐서 넣고 배추를 한치 길이로 썰어 넣고 고기를 얇게 저며 썰어 넣고 후추가로 조금 치고 배추꼬리를 짧은 것은 둘에 쪼개 넣고 긴 것은 두 토막에 잘라서 두 쪽에 쪼개서 넣고 오래동안 끓이나니라
추포탕	추포탕	우육	외, 깨소금, 고기, 기름, 소금, 고자손이, 물, 무, 후추, 참깨, 양, 천엽, 창자, 간장(14)	우육 삶고 썰기 → 오이 썰어서 소금에 절인 후 물기 제거하고 기름에 볶기 → 양념, 간장 넣고 섞기 → 참깨 갈기 → 참깨, 소금 넣기	우육들을 정하게 씻어 솥에 넣고 물을 붓고 끓여 잘 삶아서 흠씬 무른 후에 골패 짝만큼씩 썰어놓고 외를 골패짝처럼 썰어서 소금에 약간 절였다가 정한 보자에 싸서 물을 꼭 짜버리고 기름에 볶아서 함께 담고 양념들을 넣고 간장을 치고 잘 섞어놓고 [후략]
수잔지	수잔지	다시마	다시마, 표고, 고기, 후추, 깨소금, 석이, 간장, 버섯, 저육, 계란, 물(12)	다시마 손질하고 삶은 후 썰기 → 고기 얇게 썰기 → 간장, 후추, 깨소금, 다진 파, 다시마, 다시마 삶은 물 넣기 → 석이, 표고, 버섯 기름에 볶기 → 저육 채 썰어 넣기 → 알고명친 것 넣고 끓이기	살코기로 얇게 저며 잘게 썰어 간장과 후추 깨소금 파 이긴 것 넣고 한참 주물러서 다시마를 함께 넣고 다시마 삶은 물을 붓고 끓이고 석이 표고 버섯을 물에 불려 정하게 씻어가지고 골패쪽만큼씩 썰어서 기름에 볶아 넣고 저육은 채 썰어넣고 알고명 부친 것 골패쪽만큼씩 썰어 넣고 끓이나니라
육개장	육개장	고기	고기, 파, 훔대기, 도가니, 페, 깨소금, 간장, 사태, 곱창, 양,	고기 삶기 → 파 데치고 넣기 → 깨소금, 기름, 후춧가루, 간장 넣기 → 다진파와 섞기 → 끓이기	고기들을 정하게 씻어 솥에 넣고 물을 붓고 삶아서 [중략] 파잎을 한 치 길이씩 잘라서 펄펄 끓는 물에 넣어 데쳐서 꼭 짜서 고기와 함께 넣고 깨소금과 기름과

			곤자소니, 후추, 기름, 물(14)		후춧가루와 간장을 넣고 파를 이겨 넣고 잘 섞어서 만든 후 고기 깨소금과 기름과 후춧가루와 간장을 넣고 파를 이겨 넣고 잘 섞어서 만든 후 고기국에 쏟아넣고 다시 끓여서 [후략]
승기약 탕	승기약탕	승 어	무, 숙주, 미나리, 파, 표고, 목이, 물, 버섯, 황화채, 계 란, 고기, 두부, 후추, 깨소금, 승 어, 간장 (16)	재료 손질 → 육회 만들기 → 송어 장 발라서 굽기 → 물 붓고 끓이기 → 나물 들 넣기 → 국수나 흰 떡 넣기	무를 잘게 채 치고 숙주를 꼬리 따서 씻고 미나리를 한치 길이씩 잘라 씻어 놓고 파는 한치 길이로 잘라 채 치고 표고 목이 버섯 석이를 불려서 정하게 씻어 골패쪽 만큼씩 썰어서 꼭 짜가지고 기름에 볶고 알고명 황백미 따루 문쳐서 골패쪽만큼씩 썰고 여러 가지를 접시에 돌려담을 때에 접시 은저리와 같이 시작하여 담고 맨 위에는 완자를 만들어 돌려담고 맨위에는 계란 한 개를 정하게 씻어 얹고 연한 고기를 육회 만들어 한 접시 담아놓고 승어를 비늘 굵고 내장을 빼고 정하게 씻어 칼로 드문 드문 어여가지고 진한 장을 발라서 잠간 구워서 남비에 담아 놓고 먹을 때에 남비에 물을 붓고 고기 장인 것을 넣어 한참 끓인 후 접시에 담았던 나물들을 익혀먹나니 국수나 흑 흰 떡을 넣어서 먹나니라
신선로	신선로		간, 파, 계 란, 미나리, 생선, 표고, 버섯, 목이, 석, 두부, 호도, 은행, 천엽, 양, 전복, 고기, 해사, 무,	간, 양, 천엽, 생선은 전유어 만드는 대로 썰기 → 고기는 너비 아니로 굽기 → 맑은 장국 끓이기 → 미나리, 파로 초대 만들 → 알고명, 황백미 각 각 부치고 썰기 → 전복, 해삼 삶고 얇게	간, 양, 천엽, 생선들은 전유어 만드는 법대로 만들어서 너푼 넓이 육푼 길이씩 썰어 놓고 고기는 너비아니 굽고 또 남은 고기로 맑은 장국을 끓여놓고 [중략] 미나리와 파는 초대 만들어서 전유어 만큼 썰어놓고 알고명 황백미 따로 부쳐서 갈

			기름, 후추, 깨소금, 실백, 밀가루 간장(24)	썬 후 맑은 장국에 넣기 → 표고, 버섯, 목이, 석이는 기름에 볶기 → 고기로 완자 만들어 맑은 장국에 넣기 → 은행 은 거피하여 기름에 볶기 → 호두, 실백 거피 → 알쌈 만들기 → 위에 만든 것 올리기	은 모양으로 썰어놓고 [중략] 연한 살코기로 완자를 열여섯개쯤 만들어 놓고 무는 원통으로 맑은 장국 끓이는 데에 넣어서 [중략] 은행은 겹껍질을 벗겨서 번철에 기름을 한방울쯤 떨어뜨리고 볶아서 [중략] 호두는 겹껍질을 벗겨가지고 뜨거운 물에 넣으면 속껍질이 잘 벗어지나니 깨끗이 벗겨놓고 실백도 속껍질을 벗겨놓고 알쌈을 대추만큼씩 여섯 개만 만들고 [후략]
곰국	곰국	고기	고기, 흘데기, 곤자소니, 양, 창자, 파, 계란, 무, 간장, 기름, 깨소금, 후추, 물(13)	고기, 무, 물을 넣고 끓이기 → 고기가 익거든 건져서 썰기 → 간장, 다진 파, 후추, 깨, 기름 넣고 끓이기 → 알고명 없기	고기들을 정하게 씻어 솔에 넣고 물을 붓고 무도 정히 씻어 등에 갈라서 넣고 펄 끓여가지고 [중략] 고기를 찢러보아 순하게 들어가면 고기가 무른 것이니 건져서 골패쪽만큼씩 썰어서 간장과 파 이긴 것과 후추와 깨와 기름을 넣고 잘 섞고 [후략]
완자탕	완자탕	고기	고기, 두부, 후추 계란, 깨소금, 파, 실백, 버섯 (8)	고기, 파 다지기 → 후추, 깨소금, 두부, 실백 넣고 동그렇게 빚기 → 버섯 썰어서 맑은 장국 끓이기 → 알고명 황백미 썰기 → 맑은 장국의 고기 건지고 완자를 계란 옷입혀 국에 넣기	고기는 연한 살코기로 오래 오래 이겨서 파 이겨 넣고 후추 깨소금 두부를 넣고 잘 섞어서 은행알만큼씩 동글게 빚나니 실백을 한 개씩 넣고 빚어놓고 버섯을 정하게 씻어 잘게 썰어서 넣고 [중략] 맑은 장국에 고기 건지만 다 건져내고 펄 끓을 때에 만들어 놓았던 완자를 계란을 풀어가지고 문쳐서 끓는 국에 하나씩 하나씩 넣어서 익혀서 오래 끓은 후에 그릇에 푸고 알고명을 띄워서 [후략]
전골	전골	고기	안심, 천엽, 양, 고들개, 간, 실백, 황화채, 목	재료 손질 → 목이, 버섯, 표고, 황화채 썰어 기름에 볶기 → 파, 미나리 초대 만들	접시에 담을 때는 무 채친 것을 접시 가장자리대로 맞추어 한 둘레 둘러담나니 닳푼 운두만큼 담고 또 속

			이, 버섯, 표고, 파, 미나리, 깨 소금, 후추, 기름, 무, 숙주, 계란, 두부, 간장 (20)	기 → 완자 지지기 → 실백 올리기 → 맑은 장국에 고기, 채소 넣고 익히기	주를 그만큼 돌려 엷고 황화채, 버섯, 표고 목이를 색맞추어 돌려 엷고 파 채친 것도 한켜 돌려 엷고 전유어를 돌려 엷고서 알고명과 완자와 석이들을 색맞추어 돌려놓고 한가운데는 계란을 정하게 씻어서 그대로 올려놓고 계란 주위로 완자를 돌려놓고 실백을 놓아 상에 올려놓고 고기접시도 [후략]
두부전골	두부전골	두부	안심, 천엽, 양, 고들개, 간, 실백, 황화채, 목이, 버섯, 표고, 파, 미나리, 깨 소금, 후추, 기름, 무, 숙주, 계란, 두부, 간장 (20)	재료 손질 → 목이, 버섯, 표고, 황화채 썰어 기름에 볶기 → 파, 미나리 초대 만들기 → 완자 지지기 → 실백 올리기 → 맑은 장국에 고기, 채소 넣고 익히기	두부전골은 이 위에 전골법과 거진 같은 것에 두부만 더있는 것이니 [중략] 두부 조각을 맞부친 후에 밀가루를 묻치고 계란을 싸워서 번철에 지져가지고 [후략]
족볶기(주저탕)	주저탕	소족	소족, 물, 후추, 고기, 밀가루, 간장, 물(7)	고기, 무, 물 넣고 끓이기 → 고기 익으면 잘게 썰고 다시 넣기 → 후추, 간장, 밀가루 넣고 끓이기	고기와 무를 정히 씻어 넣고 물 붓고 족을 정히 씻고 함께 넣어 오래 만화로 끓여서 [중략] 고기는 잘게 썰어서 다시 국물에 넣고 후추 간장을 치고 밀가루를 풀어 넣고 오래 끓여서 푸나나라
가리국	가리국	가리	가리, 간장, 기름, 깨소금, 후추, 물, 파, 계란, 버섯(9)	고기 다지고 삶기 → 파 채썰어 넣기 → 양념, 간장 넣고 끓이기	[전략] 고기를 이겨서 떨어지지 않도록 어이기만 해서 맨물에 오래 삶아 고기가 무른 후에 파를 채쳐 넣고 여러 가지 양념을 넣고 간장을 간맞추어 [중략] 다시 만화로 오래 끓여 [후략]
넙치국	넙치국	넙치	넙비, 후추, 고기, 물, 파, 고추장, 미나리, 계	고기 썰어서 물 붓고 끓이기 → 파 채 썰어 넣기 → 고추장 넣고 끓이기 → 넙치	고기는 잘게 썰어서 맨물을 붓고 끓여서 고기가 무른 후에 파 채 쳐넣고 고추장 풀고 다시 끓여서 한참 끓

			란(8)	손질 후 토막 내어 넣고 끓이기 → 미나리 소금에 절이고 기름에 볶아 넣기 → 알고명 넣기	은 후에 넙치를 넣나니 [중략] 미나리는 정하게 씻어 한치 길이로 잘라서 소금에 잠간 절여가지고 꼭 짜서 기름에 잠간만 볶아서 국에 넣고 알고명을 골패쪽처럼 썰어서 국에 넣나니라
대구국	대구탕	대구	대구, 무, 콩나물, 물, 된장, 고추장, 파(7)	재료 손질 → 생선은 토막 내기 → 무, 콩나물, 채친 파, 된장, 고추장 넣고 끓이기 → 생선 넣고 끓이기	[전략] 솔에 무와 콩나물과 파 채친 것과 된장과 고추장을 넣고 섞어서 물을 붓고 끓여 오래 끓은 후에 생선을 넣고 다시 더 빠가 무르도록 끓여서 [후략]
도미국	도미국	도미	도미, 파, 고기, 썩갠 물, 간장, 고추(7)	맑은 장국 끓이기 → 다진 고추, 도미 넣고 끓이기 → 썩갠 마지막에 넣기	고기는 맑은 장국을 끓이고 고추를 이겨 넣고 도미는 비늘 굵고 내장을 빼고 한치 길이씩 토막을 쳐서 국이 펄펄 끓을 때 넣고 썩갠 정히 다듬어서 한치 길이로 썰어서 생선이 익어갈 때에 넣어서 [후략]
도미국수	도미국수	등골	등골, 미나리, 천엽, 간, 목이, 표고, 석이, 도미, 후추, 깨소금, 고기, 양, 썩갠 기름, 두부, 물, 간장, 소금(19)	등골, 천엽, 양, 간을 전유어 부치기 → 목이, 표고, 석이 썰어서 기름에 볶기 → 고기 소금 간하여 깨소금, 후추, 다진 파와 같이 놓기 → 완자는 계란 씌워서 기름에 지지기 → 맑은 장국 끓이기 → 계란 껍질 벗겨 알고명, 황백미 따로 부치고 썰기 → 미나리 초대 만들기 → 이 모든 것 큰 접시에 담기 → 도미 손질후 간장 바르고 굽기 → 고기 담은것에 채소 넣고 맑은 장국 국물 붓기	등골 천엽, 양, 간들은 전유어 만드는 법대로 전유어 부쳐서 [중략] 표고 석이는 정하게 씻어서 골패쪽만 큼 썰어 기름에 볶고 고기는 살코기로만 채 썰어서 소금으로 간을 맞추고 깨소금과 후추와 파 이겨넣고 잘 섞어서 [중략] 완자를 콩알 만큼씩 빚어서 계란 씌워서 기름에 지지놓고 맑은 장국을 끓여 놓고 썩갠 다듬어서 [중략] 도미는 비늘을 굵고 내장을 빼고 정하게 씻어 주둥이 끝과 꼬리를 베고 칼로 어여서 간장을 발라 약간 구워가지고 남비에 담아 놓았다가 먹을 때에 생선 남비를 화로에 올려놓고 고기 담은것을 조금씩 넣고 채소 담은것을 조금씩 넣어 익혀 먹

					나니 맑은 장국국물을 부으면서 먹나니라
민어국	민어국	민어	민어, 물, 고기, 파, 고추장(5)	고기 얇게 썰기 → 고추장, 물, 채친 파 넣고 국 끓이기 → 민어 넣고 끓이기	고기를 얇고 잘게 썰어 넣고 고추장을 넣고 물을 붓고 파 채쳐 넣고 국을 끓이고 민어를 [중략] 국이 펄펄 끓을 때 넣고 다시 더 끓여서 푸나니라 [후략]
조기국	조기국	조기	조기, 미나리, 고기, 고추장, 파, 물(6)	고기, 파 썰기 → 물, 고추장 넣고 끓이기 → 미나리는 소금에 절였다가 기름에 볶기 → 조기, 미나리 볶은 것 넣고 끓이기	고기를 잘게 썰어 넣고 파는 채쳐 넣고 물을 붓고 끓이다가 고추장을 넣고 한참 더 끓여서 [중략] 미나리는 한치 길이로 잘라서 정하게 씻어 소금에 약간 절였다가 꼭 짜가지고 기름에 볶아 넣고 조기는 [중략] 펄펄 끓는 국에 넣고 미나리 볶은 것도 넣고 잠깐만 더 끓여 푸나니라
조개국	조개국	모시조개	모시조개, 시금치, 물(3)	모시조개 물 붓고 끓이기 → 시금치 넣고 끓이기	모시조개를 정하게 씻어서 물을 붓고 끓여서 그대로 그릇에 퍼놓고 먹는 것이니 혹 시금치를 넣고 끓여도 좋으니 아무 간도 넣지 않고 그대로 끓이나니라
준치국	준치국	준치	고기, 무, 물, 준치, 미나리, 파(6)	맑은 장국 끓이기 → 준치, 미나리, 파 넣고 끓이기	이것은 맑은 장국에 끓이는 것이니 분량과 끓이는 법은 이 위에 생선 국과 같으니라 미나리와 파를 많이 넣고 끓이나니라
명태국	명태국	명태	고기, 무, 물, 명태, 미나리, 파(6)	맑은 장국 끓이기 → 명태, 미나리, 파 넣고 끓이기	맑은 장국에 끓이는 것이니 위의 법과 같이 하나니라
닭국	닭죽	닭	닭, 물, 간장, 무, 파, 후춧가루, 기름(7)	닭 손질 후 삶기 → 익으면 손으로 뜯기 → 간장, 무, 채친 파, 후춧가루, 기름 넣기 → 닭 삶았던 물에 다시 넣고 끓이기	닭을 잡아서 [중략] 삶아서 잘 익은 후에 건져가지고 굵직굵직하게 손으로 뜯어서 간장을 알맞게 치고 무를 골패짝만큼씩 썰어 넣고 채친 파와 후춧가루와 기름을 적당히 치고 잘 섞어서 닭 삶았던 물에 다시 넣고 한참 끓이나니라
백숙	백숙	닭	닭, 찹쌀,	닭 손질 → 백숙에	닭을 잡아 내장을 빼고 밥

			인삼가루, 물(4)	찹쌀, 인삼가루 넣고 붓하기 → 물에 끓이기	과 날개끝과 대가리를 잘라 버리고 뱃속에 찹쌀 세 손가락과 인삼가루 한 손가락을 넣고 쏟아지지 않고 잡아맨 후에 물을 열 보시기쯤 붓고 끓여 한 보시기쯤 만들어서 짜서 먹나니라
초계탕	초계탕	닭	닭, 우육, 저육, 표고, 목이, 물, 외, 석이, 버섯, 계란, 실백(11)	닭 토막 내기 → 고기 잘게 썰기 → 닭, 고기, 물 넣고 끓이기 → 오이는 소금에 절였다가 기름에 볶기 → 성이, 버섯, 표고, 목이 기름에 볶기 → 저육 썰어 넣기 → 알고명 부쳐서 넣고 끓이기 → 실백 넣기	닭을 잡아서 [중략] 토막을 쳐서 고기를 잘게 썰어 함께 넣고 간을 맞추어 끓이고 외는 골패쪽만큼씩 썰어서 소금에 약간 절였다가 꼭 짜서 기름에 볶고 석이 버섯, 표고, 목이를 물에 불려서 꼭 짜가지고 기름에 볶아서 골패쪽만큼씩 썰고 저육을 썰어 넣고 알고명을 부쳐서 골패쪽 만큼씩 썰어 넣고 끓여서 퍼가지고 실백을 넣어서 먹나니라
어글탕	어글탕	복어껍질	복어껍질, 마늘, 숙주, 밀가루, 계란, 물, 파, 우육, 간장, 기름, 깨소금, 두부(12)	복어껍질 다지기 → 숙주 데친 후 다지기 → 파, 마늘 다지기 → 복어껍질, 숙주, 파, 마늘, 두부, 간장으로 간함 → 깨소금, 기름, 밀가루, 계란으로 자잘한 동그라니 맑은 장국에 넣고 끓이기	복어껍질을 물에 불려서 정하게 씻어가지고 대강 칼로 이겨서 놓고 숙주를 고리를 따고 정하게 씻어서 팔팔 끓는 물에 살짝 데쳐서 [중략] 이겨서 물기를 꼭 짜고 두부도 보자기에 꼭 자서 놓고 파와 마늘을 이겨서 이 위에 여러 가지 재료들과 함께 섞어서 간장으로 간을 맞추고 깨소금과 기름을 치고 밀가루와 계란을 넣어서 섞어서 밤톨만큼씩 데어서 맑은 장국에 넣어서 끓이나니라

『조선요리제법』에서는 총 41가지의 국 종류의 요리를 소개하고 있다. 그 종류에는 맑은장국, 계죽, 골탕, 냉이국, 소루장이국, 아욱국, 메역국, 애탕국, 산나물국, 외무릅국, 토란국, 콩나물국, 토장국, 고사리국, 버섯국, 배추속대국, 파국, 배추꼬리국, 추포탕, 수잔지, 송기약탕, 신선로, 곰국, 완자탕, 전골, 두부전골, 족볶기(주저탕), 가리국, 넙치국, 대구국, 도미국, 도미국수, 민어국, 조기국, 조개국, 준치국, 명태국, 닭국, 백숙, 초계탕, 어글탕이 있

다. 수잔지는 살코기를 얇게 저며 잘게 썰어 간장과 후추, 깨소금, 파 다진 것을 넣고 한참 주물러서 다시마를 함께 넣고 다시마 삶은 물을 같이 끓인다. 석이, 표고버섯, 저육, 알고명을 썰어 넣고 끓이면 수잔지가 완성된다.

42. 슝

표 42 . 『조선요리제법』에 기록된 슝의 종류와 재료

음식명		주재료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				
로시아 슝	러시아 수프	소고기	소고기, 감자, 황무, 소금, 물, 옥초, 캐베지, 후추(8)	소고기 넣고 끓이기 → 소고기 건지고 옥초, 황무, 감자, 배추 썰어 넣기 → 익은 후 소금, 후춧가루 넣기	물에 우육을 넣고 두시간쯤 끓여서 고기를 건지고 옥초와 황무와 감자와 배추들을 잘게 썰어 넣고 잘 구르도록 끓여서 [중략] 익은 후에 소금과 후춧가루를 넣어서 [후략]
시금치 슝	시금치 수프	시금치	시금, 밀가루 차, 소금, 우유, 팥, 후추(6)	시금치 삶기 → 으깨어 거르기 → 우유 한 홑 끓이기 → 시금치, 소금, 후추, 밀가루 넣고 끓이기 → 팥 얇게 썰어 굽기 → 슝에 팥 넣기	시금치를 정하게 씻어서 끓는 물에 삶아내어 [중략] 시금치를 올려놓은 후 주걱으로 으깨어 [중략] 우유 한 홑을 끓여서 시금치 걸른 것을 함께 넣고 소금과 후추를 넣어서 맛을 잘 만들고 밀가루를 물 한 숟가락 쯤에 잘 풀어넣고 잠깐 익힌 후 [중략] 팥을 얇게 썰어서 노르스름하게 구워가지고 [후략]
골 슝	-	닭뼈	닭뼈, 황무, 마늘, 무, 다시마, 후추, 청근, 소금, 밀가루, 물(10)	닭뼈 약불에 삶기 → 뼈 꺼내기 → 파, 황무, 청근 썰어 넣고 익히기 → 소금, 후추, 밀가루 넣고 끓이기	닭이나 소의 뼈를 냄비에 넣고 물을 잠기도록 붓고 약한 불에 사오시간동안 삶아서 뼈는 꺼내고 파와 황무 청근들을 잘게 썰어 넣고 이것이 무르도록 익혀서 소금과 후추를 넣어서 맛을 참든 후 밀가루를 조금 물 반 종주쯤에 풀어서 함께 섞고 다시 한번 더 끓여서 [후략]
고기 슝	고기 수프	우	우육, 황무,	고기, 물, 파, 황무	고기에 물을 붓고 파와 황

		육	소금, 물, 마늘, 후추 (6)	넣고 삶기 → 소금, 후추 넣기 → 기름 건져 내고 다시 데우기	무를 대강 절어넣고 덮개로 잘 덮고 완화로 사오시간 끓이는 데 처음에는 자주자주 거품을 떼내면서 끓여서 다 익은 후에 체에 걸러서 소금과 후추를 넣어 맛을 만드나니 [후략]
닭 슝	닭 스프	닭	닭껍질, 황무, 소금, 양파, 후추, 물(6)	닭껍질 썰어서 끓이기 → 체에 거르기 → 소금, 후추 넣기 → 파, 황무 잘게 썰어 넣고 끓이기	닭껍질을 대강 썰어서 냄비에 담고 물을 잠길만큼 붓고 한 시간쯤 끓여서 체에 걸러 소금과 후추를 넣어서 맛을 만들고 파와 황무를 잘게 썰어 넣고 끓이나니 [후략]
일년감 슝	토마토 스프	일년감	일년감, 밀가루, 버터, 물(4)	토마토 썰고 20분간 끓이기 → 체에 거르기 → 냄비에 버터 두르고 밀가루 익히기 → 토마토물, 소금, 후추 넣기	일년감을 껍질 그대로 너푼 길이로 썰어서 냄비에 넣고 잠길만큼 물을 붓고 이십분 동안 끓여서 무르게 되거든 고운 헝겊이나 고운 체에 걸러놓고 냄비에 버터를 조금 녹이고 밀가루를 넣어 섞어서 잘 익은 후 만들어 놓았던 일년감물을 함께 섞고 주걱으로 저으면서 소금과 후추로 맛을 만드나니라
청두(靑豆) 슝	-	청두	청두, 소금, 우유, 후추 (4)	마른 청두 삶기 → 체에 거르기 → 우유 혹은 고기국 끓이기 → 콩국물, 후춧가루, 소금 넣기	말린 청두(푸른콩)를 물에 불려서 무르게 삶아가지고 체에 걸러서 놓고 우유나 혹은 고기국을 잘 끓여서 콩국물과 함께 섞고 후춧가루와 소금을 넣어서 간을 맞추는 것이니라
조개 슝	조개스프	조개살	조갯살, 파, 소금, 우유, 조개 끓인 물, 후추(6)	조개 삶아 익히기 → 조갯살 꺼내어 썰기 → 국물에 파를 썰어 넣어 끓이기 → 체에 거르기 → 우유 끓이고 소금, 후추 넣기 → 조갯살, 미나리 넣고 끓이기	모시조개나 혹은 부전조개를 물에 삶아 익은 후에 조갯살을 꺼내서 검은 것을 잘 떼어내서 잘게 썰어놓고 국물에는 파를 대강 썰어 넣고 끓여가지고 체에 받쳐서 [중략] 우유를 잠깐 끓여서 함께 섞고 소금과 후추를 넣고 잘 맞도록 하고 썰어 놓았던 조갯살을 넣고 미나리를 정하게 씻은 후

					오픈 길이씩 잘라서 넣고 잠간 다시 끓여서 먹나니라
굴 습	굴 스프	굴	굴, 우유, 버터, 소금, 후추 (6)	굴 손질 후 물기 제거 → 물에 잠간 끓이고 우유 붓기 → 버터, 소금, 후추 넣기	굴을 정하게 씻어서 물기를 없이한 후 물을 붓고 잠간 끓여서 더운 우유를 적당히 붓고 뼈터와 소금과 후추를 넣어서 [후략]
계란우유 습	계란우유 스프	계란	우유, 계란, 버터, 밀가루, 물, 양파, 파, 소금(8)	버터 두르고 파 썰어 넣어 익히기 → 밀가루 넣고 섞기 → 우유, 물 넣고 끓이기 → 소금 넣기 → 체에 거르기 → 계란 황미 풀어서 섞기	뼈터를 냄비에 녹이고 파를 썰어 넣고 완화에 익혀서 밀가루를 넣고 잘 섞고 더운 우유와 물을 차례로 넣고 잠간 끓여서 소금으로 간을 맞추어서 체에 걸러서 계란 황미를 잘 풀어서 조금씩 저어가며 부어서 섞어 가지고 [후략]

『조선요리제법』에는 서양의 음식인 스프도 기록되어 있다. 그 종류는 10가지이며, 로시아습, 시금치습, 굴습, 고기습, 닭습, 일년감습, 청두습, 조개습, 굴습, 계란우유습이 있다. 로시아습으로 표기되어 있는 러시아습은 물에 우육을 넣고 두 시간 정도 끓여서 고기를 건지고, 옥초와 황무, 감자, 배추를 잘게 썰어 넣고 잘 끓여서 익은 후에 소금과 후춧가루를 넣어 먹는 음식을 말한다.

43. 밥

비빔밥을 ‘부빔밥’이라고 적어 놓았는데, 오늘날과는 달리 당시에는 비빔밥에 고춧가루를 뿌려 넣었다.

표 43. 『조선요리제법』에 기록된 밥의 종류와 재료

음식명		주재료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				
흰밥	쌀밥	백미	백미, 물(2)	물 끓이기 → 쌀 넣고 끓이기 → 뜸들이기	[전략] 물을 솥에 붓고 펄펄 끓이다가 씻은 쌀을 넣고 [중략] 덮개를 덮고 불을 때면 약 오분간에 끓을찌니 끓은 후 약 이십분간을 솥 밑이 놓지 않을만큼 훈훈하게 불을 남겨서 뜸을 들여

					가지고 푸나니라
팔밥	팔밥	볶은 팔	볶은 팔, 백미, 물(3)	팔 씻기 → 물 붓고 끓이기 → 쌀 넣고 끓이기 → 뜸들이기	팔을 정하게 씻어 물을 붓고 펄펄 끓이다가 씻은 쌀을 넣고 다시 끓여서 뜸을 들이나니라
김치밥	김치밥	김치	김치, 백미, 고기, 파, 물, 깨소금, 간장, 후추 (8)	김치 채썰기 → 고기 채쳐서 양념 → 김치 위에 고기, 쌀 올리기 → 물 붓고 밥 짓기	김치를 꼭 짜서 채쳐 솔에 넣고 고기 채쳐서 여러 양념에 주물러서 김치 위에 놓고 씻은 쌀을 그 위에 얹어 평평하게 하고 물 붓고 밥을 짓나니라
중등밥	중등밥	팔	볶은 팔, 쌀, 물(3)	팔을 물에 삶기 → 팔 건지기 → 쌀을 넣고 끓이기	볶은 왼팔을 쌀의 반분쯤 씻어 솔에 넣고 물을 많이 부은 후 불을 때어 삶다가 한참 끓거든 팔은 조리로 건지고 팔 삶은 물에 쌀을 얹치고 물을 알맞게 한 후에 다시 끓이나니라
콩밥	콩밥	콩	콩, 쌀, 물 (3)	검은 콩이나 푸른 콩 불리기 → 쌀, 물 넣고 밥 짓기	콩은 검은 콩이나 푸른 콩이 좋으니 콩을 물에 불려서 쌀 밑에 두고 물을 알맞게 붓고 밥을 짓나니라
조밥	조밥	조	조, 쌀, 물 (3)	조, 쌀, 물을 넣고 밥 짓기	[전략] 조를 먼저 솔에 넣고 쌀을 위에 얹어서 짓기도 하고 쌀과 함께 섞어서 씻어 짓기도 [후략]
보리밥	보리밥	보리	보리, 물(2)	보리 씻고 끓이기 → 물을 조금 더 넣고 끓이기 → 뜸들이기	보리는 잘 씻어 솔에 넣고 물을 맞추어 부은 후 덩개를 덮고 불을 때어 끓이다가 한참 끓거든 불을 그치고 잠깐 있다가 다시 물을 조금 뿌리고 잠깐 더 끓여서 뜸을 들여 [후략]
밤밥	밤밥	밤	밤, 쌀, 물 (3)	밤 껍질 제거 → 쌀 씻고 밤 섞어서 밥 짓기	밤을 속껍질까지 벗기고 셋에 썰고 쌀을 정하게 씻어 일어서 밤을 섞어서 솔에 넣고 물을 손가락 두마디만큼 올라오게 붓고 끓이나니라
감자밥	감자밥	감자	감자, 쌀, 물(3)	감자 껍질 벗기기 → 쌀 섞어서 밥 짓기	복감자라고도 하고 마령서라고도 하는데 이 감자를 껍질 벗기고 도토리만큼씩 썰어서 정하게 씻은 쌀에 섞어서 솔에 넣고 물을 손

					가락 두마디까지 올라오게 붓고 끓이나니라
별밥	별밥	대초	쌀, 대초, 검은콩, 밤 (4)	쌀 씻기 → 대추 씨 빼고 썰기 → 밤 껍질 벗기기 → 검은콩 불려서 밥 짓기 → 뜸들이기	[전략] 대추는 씨를 빼고 셋에 썰고 밤은 속껍질을 벗기고 셋에 썰어놓고 검은콩을 물에 불려서 다 함께 섞어 솥에 넣고 물을 알맞게 붓고 끓여서 뜸을 잘 들여서 [후략]
부빔밥	비빔밥	쌀	쌀, 무, 콩나물, 숙주, 미나리나물, 깨소금, 배, 고기, 다시마, 계란, 간장, 기름, 고춧가루, 소금(14)	고기 채치고, 파 다지기 → 간장, 기름, 깨소금, 후추 섞어서 볶기 → 섭산적 썰기 → 무, 콩나물 볶기 → 숙주 데쳐서 무치기 → 미나리 소금에 절인 후 볶기 → 다시마 지지기 → 계란 지단 부쳐서 채썰기 → 밥에 모두 올려 먹기	고기는 채 쳐서 파 이겨 넣고 간장, 기름과 깨소금 후추 함께 섞어서 볶아 놓고 또 섭산적을 두어 조각 만들어 놓고 무를 채 쳐서 나물 볶고 콩나물 볶아 놓고 (무, 콩, 숙주나물들은 나물 볶는 법에서 읽을 것) 숙주도 데쳐서 무쳐 놓고 미나리는 [중략] 절였다가 꼭 짜 가지고 번철에 기름을 조금 바르고 볶아서 놓고 다시마는 마른 행주로 잘 문질러서 모래를 정하게 떨고 기름을 펄펄 끓이고 넣어서 잠간 지져 꺼내고 계란은 노른자위와 흰자위 따루 얇게 무쳐서 닳 푼 길이로 썰어서 채치고 배를 한 푼 두께로 저며서 채치고 [중략] 여러 가지 만든 것들을 가추가추 색스럽게 밥 위에 올려놓고 [후략]
잡곡밥	잡곡밥	잡곡	멥쌀, 찹쌀, 팥, 콩, 조, 보리, 물(7)	멥쌀, 찹쌀, 팥, 콩, 조, 보리, 물 넣고 밥 짓기	잡곡밥은 별밥과 비슷하게 짓는 것이니 멥쌀, 찹쌀, 팥, 콩, 조, 보리 이런 것들을 모두 분량을 맞춰서 밥을 짓는 것이니 [후략]

『조선요리제법』에는 밥의 종류에 따라 밥의 종류를 흰밥, 팥밥, 김치밥, 중등밥, 콩밥, 조밥, 보리밥, 밤밥, 감자밥, 별밥, 부빔밥, 잡곡밥, 12가지로 기록하였다. 그중 별밥은 대추의 씨를 빼어 썰고 밤은 속껍질을 벗겨 썰어놓고 검은 콩을 물에 불려서 다 함께 섞어 솥에 넣고 물을 알맞게 맞추어 끓여서 뜸을 들인다. 잡곡밥은 별밥과 비슷하게 하는 것으로

조, 보리, 팥, 찹쌀, 멥쌀 등 다양한 곡류로 만드는 음식이다.

44. 떡

『조선요리제법』에 찌는 떡의 종류는 거피녹두떡, 백설기, 흰물이, 편, 깨설기, 싱검초떡, 팻떡, 녹두떡, 무떡, 호박떡, 느티떡, 쑥떡, 거피팥떡, 찰떡, 두텁떡, 굴병떡, 잡과병, 석탐병, 감떡, 송편별법, 증편, 증편별법, 방울증편이 있다.

찌는 떡으로는 흰떡, 인절미, 쑥인절미, 송기떡이 있고, 삶는 떡으로는 감자병(치는떡), 서속떡, 송편, 단자, 팥단자, 밤단자, 석이단자, 유자단자, 생편, 싱검초 단자, 쑥굴리 I, 쑥굴리 II, 경단이 있다. 지지는 떡으로는 토란병, 주악, 밤주악, 찰전병, 돈전병, 석류병, 화전, 밀전병, 밀전병 별법, 수수전병, 빈자떡, 밀쌈이 있다. 찌는 떡 24종류, 찌는 떡 4종류, 삶는 떡 13종류, 지지는 떡 12종류 총 53종류의 기록이 있다.

표 44. 『조선요리제법』에 기록된 떡의 종류와 재료

음식명		주재료	재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명				
거피 녹두 떡	거피 녹두 떡	녹두	백미, 녹두, 소금, 물(4)	녹두 갈기 → 물에 불려 껍질 제거하고 체에 걸러 찌기 → 소금 넣기 → 쌀 불려서 소금물 넣으면서 찜기 → 시루에 쌀가루와 팥을 번갈아가며 퍼 올리기 → 물을 붓고 시루 올려 찌기	녹두를 갈아서(두 쪽에만 나도록 갈아서) 냉수에 담가 하루밤을 불려서 손으로 부벼서 껍질을 다 실향가지고 모래없이 일어서 채반에 쏟아 놓아 물을 전부 다 빼어 가지고 시루에 낮쳐서 찌서 [중략] 함지에 쏟아 놓고 소금을 반 종주만 넣고 한참 섞어 열맹이에 쳐서 놓고 쌀을 정하게 씻어서 [중략] 소금물을 뿌려 가면서 찜어서 가는 체에 쳐서 [중략] 쌀가루를 한켜 넣고 평평하게 퍼놓은 후에 손가락으로 한가운데와 사면을 찢러보아서 한마디 꼭 되도록 골고루 퍼고 거피한 팥을 쌀가루가 보이지 않을 만큼 뿌리고 또 그와 같이 키마다 안쳐가지고 솔에 물을 반솔쯤 붓고 시루를 올려 놓고 [후략]
백설기	백설기	백미	백미, 대추, 백설	백미 불려서 찜기 → 체에 걸러 가루 만들	백미를 정하게 씻어 [중략] 그늘에서 찜어 극히 가는 체에

			탕, 청매, 백지, 밤, 석이, 실백, 소금, 기름(10)	기 → 소금물을 넣으면서 다시 찡기 → 말리기 → 밤, 대추, 청매, 실백 썰기 → 석이 데친 후 채 썰기 → 설탕, 가루 섞어서 시루에 퍼 놓기 → 위에 양념, 밤, 대추, 실백, 청매, 석이 올리기 → 참기름 바르고 다시 올리기 → 시루에 찡기	쳐서 가루를 만들찌니 [중략] 소금물을 뿌려 가면서 찡어서 체에 지나니 가루가 축축하여서 체구멍이 막히거든 별에 말려서 [중략] 밤을 속껍질까지 벗겨서 가로 한 푼 두께로 썰고 대추는 씨를 빼고 두푼 넓이로 가로 썰어놓고 석이는 펄펄 끓는 물에 넣어서 [중략] 가늘고 길게 채치고 [중략] 청매는 갈라진대로 조각을 썰어 놓고 실백은 두 쪽에 쪼개 놓고 설탕을 체에 쳐서 덩어리가 없도록 하여가지고 가루에 섞어서 시루에 한켜풀 안치나니 가루를 넣고 평평하게 가만가만 퍼 놓고 [중략] 양념들을 색스럽게 벌려놓나니 [중략] 솔에 물을 반솔쯤 붓고 시루를 안친 [후략]
흰무리	백설기	백미	백미, 소금물(3)	떡가루에 소금물을 넣어 가며 찡기 → 체에 거르기 → 시루에 찡기	[전략] 떡가루를 위의 법과 같이 잘 불려 가지고 그늘에서 소금물을 자주자주 뿌려서 찡어가는 체에 쳐서 즉시 시루에 켜없이 그대로 쏟아서 찡가지고 [후략]
꿀편	꿀떡	백미	백미, 황설탕, 실백, 기름, 석이, 밤, 대추, 백지, 청매, 물(10)	재료 손질 → 시루에 양념, 석이 올리기 → 기름칠한 종이 덮고 다시 올리기 → 시루에 찡고 뜸들이기	[전략] 시루에 안칠 때에는 손가락 한마디 두께만큼씩 사방 골고루 파고서 양념들을 색 곁드려 놓나니 놓은 후에는 석이를 대강 골고루 뿌리고 그 다음에 기름칠한 종이를 덮고서 다시 또 한 켄을 놓나니 운두와 법을 밀켜와 꼭 같이 해서 몇키 이든지 이와같이 다 안치어가지고 찡나니 [중략] 십오분간 뜸들이기다려 시루를 데어서 십오분간 쪼음 식혀가지고 [후략]
깨설기	개떡	참깨	백미, 참깨, 소금, 물(4)	참깨 거피하고 볶기 → 소금 넣고 거피팔떡 만드는 법대로 만들기 → 떡가루, 깨 올리고 찡기	좋은 참깨를 물에 불려서 키에 건져놓고 오래 부비어 거피를 해서 [중략] 볶아서 소금을 한숟가락쯤 넣고 대강 넣어 깨도듬이에 쳐서 거피팔떡 만드는 법대로 만드나니 [후략]

싱검초떡	싱검초떡	싱검초가루	백미, 백설탕, 싱검초가루, 석이, 백지, 밤, 대추, 실백, 청매, 기름 (10)	떡가루와 싱검초가루, 설탕 섞기 → 시루에 안치기	떡가루는 가루만드는 법에서 읽어 꼭 그 법대로 하고 싱검초가루는 고운 체에 쳐서 떡가루와 함께 섞어 놓고 설탕을 체에 쳐서 함께 섞은 후 시루에 안칠 때에는 꿀편에 설명한 법대로 할찌니라
팔떡	팔떡	팔	백미, 팔, 소금, 물 (4)	팔을 밥짓듯 짓고 으깨기 → 떡가루, 팔을 번갈아 가며 뿌리기 → 찌기	팔을 정하게 씻어 모래 없이 일어가지고 솔에 넣고 밥 짓듯 되지도 않고 질지 않게 지어서 퍼 놓고 주걱으로 대강 으깨놓고 [중략] 팔을 가루가 보이지 않도록 펴고 다시 또 가루를 안치고 또 판을 뿌려서 이렇게 다 안친 후에 찌서 [후략]
녹두떡	녹두떡	녹두	백미, 녹두, 소금, 물(4)	녹두를 갈아서 물에 불리기 → 된밥과 같이 넣어 짓기 → 쌀가루를 만들어 시루에 안치기	녹두를 베에 갈아 [중략] 솔에 넣고 된밥 같이 지어서 퍼 놓고 [중략] 시루에 안치는 법은 팔떡 안치는 법과 꼭 같이 할찌니라
무떡	무떡	무	백미, 무, 물, 팔(거피팔), 소금(5)	백미로 가루만들기 → 무 채썰기 → 팔 갈아서 불려 거피하여 찌기 → 쌀가루, 무, 팔을 번갈아 뿌려 찌기	백미는 떡가루 만드는 법대로 가루를 만들고 무는 채 치고 팔은 갈아서 불려가지고 거피하여서 시루에 찌가지고 팔떡 안치는 법대로 할 것이니라
호박떡	호박떡	호박	백미, 호박, 붉은 팔(3)	팔을 소금, 물을 넣고 밥 짓듯 짓기 → 으깨기 → 청동호박 오가리 썰기 → 떡가루, 호박을 섞어 시루에 안치기 → 팔 가루 뿌리기 → 찌기	팔을 모래 없이 일어서 된밥 짓는 것처럼 지어(끓일 때 소금을 반 손가락 넣고) 퍼서 주걱으로 대강 으깨놓고 [중략] 청동호박 오가리를 한치 길이로 잘라 [중략] 떡가루를(가루만드는 법에서 보라) 만들어서 호박을 섞어서 시루에 손 한마디반 우두로 안치고 팔의 가루가 보이지 않도록 뿌리고 이렇게 여러 켄을 한 후 시루본을 단단히 바르고서 찌서 [후략]
느티떡	느티떡	느티잎	백미, 느티잎, 팔, 소금, 물(4)	팔 거피하고 찌기 → 떡가루 만들어 느티잎과 섞기 → 팔을 가루가 보이지 않도록 뿌리기 → 여러 번 반복	팔은 거피하여 시루에 찌고 [중략] 떡가루를 잘 만들어서 느티잎을 함께 섞어 손가락 두 마리 운두만큼하고 팔을 가루가 보이지 않도록 뿌리고 또 이렇게 여

				하여 소금물에 찌기	러 커를 해서 찌나니라 [후략]
썩떡	썩떡	썩	백미, 썩, 설탕, 물 (4)	쌀을 떡가루로 만들기 → 떡가루, 설탕, 썩, 물을 잘 섞고 시루에 찌기	[전략] 쌀은 떡가루 법에 기록한 대로 가루를 만들어서 설탕을 함께 섞고 썩을 한데 넣고 잘 섞어서 시루에 쏟아서 찌나니라 [후략]
거피 팔떡	거피 팔떡	거피 팔	백미, 거피 팔, 소금 (3)	팔 갈아서 물에 불리기 → 팔과 쌀가루를 번갈아 가며 뿌리기 → 찌기	팔은 맷돌에 갈아서 물에 담가 다섯시간동안쯤 불려서 손으로 부벼 여러 번 껍질 보이지 않도록 뿌리고 그 위에 쌀가루를 한 켠 안치고 또 팔을 뿌리고 이렇게 해서 찌면 되나니라
찰떡	찰떡	찰쌀	찰쌀, 녹두, 대추, 밤, 물, 소금(6)	녹두 불려서 찌기 → 밤 쪼개기 → 대추 씨 빼고 썰기 → 쌀 불려서 찜어 고운 체로 거르기 → 밤, 대추 넣고 섞기 → 시루에 쌀가루, 밤, 대추, 녹두를 번갈아 여러번 뿌리기 → 찌기	녹두나 거피팔이나 임의대로 먼저 맷에 타서 물에 사오시간 불려서 [중략] 시루에 안쳐서 찌나니 김이 오르기 시작한지 삼십분 후에 시루를 떼어 쏟아놓고 [중략] 쌀은 여름에는 네다섯시간을 불리고 겨울에는 십여시간 불려서 소금을 한숟가락 쌀에 넣고 찜어서 고운 체에 쳐가지고 밤과 대추를 넣고 섞어서 손가락 한마디만큼 깊이 운두를 하고 거피팔을 가루가 보이지 않도록 뿌려서 이렇게 여러 커를 다 안쳐가지고 찌서 [후략]
두텃떡	두텃떡	백미	백미, 녹두, 밤, 설탕, 대추, 계피가루 (6)	백미 떡가루 만들기 → 녹두 갈아서 물기 제거하여 찌고 으깨고 설탕 쳐가며 볶기 → 밤 거피하고, 대추는 씨 제거하여 다지고 체에 거른 후 계피가루 섞기 → 팔, 쌀가루, 밤, 대추 번갈아 올려 찌기	백미는 떡가루 만드는 법대로 가루를 만들어놓고 녹두는 먼저 맷돌에 갈아서 [중략] 시루에 찌서 함지에 담아놓고 주걱으로 으깨어 솥에 넣고 설탕(분량에 있는 설탕 한 근만 너가며 볶아서 [중략] 밤은 껍질 벗기고 대추는 씨를 빼어서 함께 찌가지고 잘 이겨서 체에 걸러가지고 계피가루를 섞어 놓고 [중략] 팔을 한 겹 깔고 쌀가루를 한 숟가락 떠서 가만히 쏟아놓고 밤과 대추 마든 것을 대추만큼 씩 숟가락으로 떠서 가루위에 놓고 가루 한숟가락으로 다시 덮고 [후략]
굴병	굴병	굴병	백미, 굴	떡가루, 설탕 섞기 →	떡가루를 가늘게 만들고 설탕을

떡	떡		병, 기름, 황설탕, 백지(5)	굴병 채썰기 → 쪄마다 기름 분힌 종이 덮으며 두껍게 안치기	체에 쳐서 섞고 굴병을 채 쳐서 넣고 시루에 쪄를 안칠 때에 손가락 두마디만큼씩 두껍게 하고 매 쪄마다 기름 묻힌 종이로 덮고서 그 위에 쪄를 놓아 몇 쪄든지 이렇게 꼭 같은 운두로 안쳐서 찢찌니라
잡파병	잡파병	굴병, 청매	백미, 굴병, 청매, 밤, 대추, 설탕(6)	굴병, 청매 잘게 썰기 → 밤 껍질 벗겨서 썰기 → 대추 씨빼고 썰기 → 백미는 가루로 내어 양념, 설탕과 섞기 → 시루에 붓고 찌기	굴병과 청매는 잘게 썰고 밤은 껍질 벗겨서 세쪽에 썰고 대추는 씨 빼서 둘에 써리고 설탕은 체에 쳐서 놓고 백미를 가는 체에 쳐서(떡가루 만드는 법에서 볼 것) 여러 가지 양념과 설탕을 섞어서 시루에 그대로 다 쏟아서 시루본을 단단히 바르고 찌서 뜸 들여가지고 [후략]
석담병	석담병	감가루	감가루, 백미, 대추, 녹두, 잣, 계피, 밤, 소금(8)	감은 얇게 썰어 말려 가루로 만들기 → 백미는 떡가루로 만들기 → 대추, 밤 썰기 → 실백 다지기 → 녹두 갈아서 물에 담가두었다가 찌기 → 녹두 으깨기 → 손질한 재료와 쌀가루, 녹두가루를 번갈아가며 뿌리기 → 찌기	녹두는 맷돌에 타서 물에 담가 잘 불은 후에 [중략] 물을 다 뺀 후에 시루에 찌서 [중략] 주걱으로 으깨어 곱게 만들고 [중략] 떡가루에 양념을 전부 섞어서 시루에 안칠 때 손가락 한 마디 운두 될 만큼 사면으로 손가락을 찢러보아 고르게 한 후 녹두가루를 뿌리고(쌀가루가 보이지 않도록) 그 위에 다시 쪄를 안치고 또 녹두가루를 뿌려서 이렇게 몇 쪄든지 해서 잘 찌가지고 [후략]
감떡	감떡	곶감	찹쌀, 곶감, 호도, 대추, 실백(5)	곶감, 대추 말려서 가루 만들기 → 찹쌀 가루 만들기 → 호도, 실백 다져서 가루 만들기 → 감가루, 찹쌀가루, 대추가루 섞어 시루에 찌기 → 잣가루, 호도가루 묻히기	[전략] 감가루와 찹쌀가루와 대추가루를 함께 섞어서 시루에 찌서 다시 경단처럼 빚어서 잣가루와 호도가루를 묻치니라
토란병	토란병	토란	토란, 찹쌀가루, 기름(3)	토란 손질 후 찌기 → 찹쌀가루 넣고 반죽 → 기름에 지지기	토란을 껍질 벗기고 쪄개서 물에 담가두었다가 건져서 찌가지고 잘 무르거든 찹쌀가루에 넣고 잘 반죽해서 적당하게 반대기를 만들어서 기름에 지지 내

					나니라 [후략]
감자 병	감자 떡	감자	감자, 설탕, 콩가루, 계피가루, 소금 (5)	감자를 얇게 썰어 찌기 → 설탕, 계피가루, 소금 넣고 치기 → 거피팔이나 콩가루 묻히기	복감자 좋은 것으로 정하게 씻어서 얇게 저며가지고 시루에나 경그레에나 찌가지고 설탕과 계피가루와 소금 조금 치고 안반에나 절구에 오래 흐니떡 치듯 쳐가지고 경단을 만들거나 인절미를 만들어서 거피팔이나 콩가루나 묻쳐서 [후략]
서속 9떡	서속 떡	서속	백미, 서속, 설탕, 대추, 밤 (5)	백미 가루내기 → 대추 씨 빼고 썰기 → 모두 섞어 시루에 찌기	백미도 정하게 씻고 모래 없이 일어 오래 불려가지고 함께 쪄어서 고운 체에 쳐 가루를 만들어(짚을 때에 소금을 넣고 짚을 것) 가지고 대추씨 빼서 셋에 썰고 밤껍질 벗겨서 셋에 썰고 설탕 체에 쳐서 다 함께 섞은 후 시루에 넣고 찌서 적당히 썰어 먹나니라
송편	송편	백미	백미, 팥, 밤, 기름, 대추, 콩, 쑥(7)	백미 가루내기 → 팥 시루에 찌기 → 삶은 밤, 계피가루, 설탕 섞어 으깨기 → 대추를 찌서 계피 가루 넣고 으깨기 → 콩은 물려서 물 빠지게 하기 → 쌀가루 물로 반죽 하여 소 넣고 빚기 → 찌기	[전략] 쌀가루에 펄펄 끓는 물로 반죽을 해서(경단반죽보다 되게) 빚나니 반죽한 것을 한마디만큼씩 떼어서 엄지손가락을 넣어 구멍을 파고 만들어 노흔소를 그 속에 가득히 넣고 빚나니 [후략]
송편 별법	-	흰떡	흰떡, 거피팔가루, 호도, 건강가루, 계피가루 (5)	흰떡을 치기 → 얇게 구멍 파기 → 거피팔가루, 호두, 건강가루, 계피가루 조금 식 넣어 송편 빚기 → 찌기	흰떡을 쳐서 더운 김에 떡가래 같이 가늘게 부벼놓고 도토리만 큼씩 떼어 얇게 구멍을 파고 거피팔가루에 호도 건강가루 계피가루를 조금씩 넣어서 송편을 빚어서 솔잎을 격지격지 놓아서 찌나니라
증편	증편	백미	백미, 술, 밤, 석이, 대추, 실백, 끓는 물, 참기름 (8)	백미 떡가루로 만들어 막걸리, 끓는 물을 부어가며 반죽 → 두꺼운 보자로 여러번 싸서 더운 방에 놓기 → 밤, 대추, 석이 채썰기 → 실백 쪼개기 → 증편틀에 보자를 펴고,	백미를 떡가루 만드는 법대로 곱게 만들어서 끓는 물로 송편 반죽같이 반죽을 해가지고 술은 막걸리를 조금씩 부어가면서 반죽을 하나니 [중략] 두꺼운 보자로 여러 번 싸서 더운 방에 놓았다가 [중략] 밤과 대추와 석이를 가늘게 채쳐서 색스럽게 뿌

				밤, 대추, 석이, 실백을 올리고 찌기 → 참기름 바르기	리고 실백은 두 쪽에 쪼개서 머리를 맞춰 삼각형으로 여기저기 벌려놓고 시루에나 솥에나 찌서 참기름을 발라 [후략]
증편 별법	-	백미	백미, 술, 밤, 기름, 냉수, 대추, 석이, 실백, 끓는 물(9)	백미 가루내어 끓는 물에 반죽 → 반죽에 참기름, 냉수 넣고 치기 → 보자로 여러 겹 싸서 더운 곳에 놓기 → 대추, 밤, 석이, 채쳐 뿌리기 → 찌기	백미를 짊어서 가는 체에 쳐서 가루를 곱게 해서 펄펄 끓는 물에 송편반죽처럼 되게 반죽을 하고 [중략] 그릇에 담고 잘 덮고 꼭 봉해서 보자로 여러 겹 싸서 더운 곳에 놓아 [중략] 대추, 밤, 석이를 채쳐서 뿌리고 실백은 두 쪽에 쪼개서 머리를 맞춰서 사각형으로 놓고 보자를 덮고 솥에 넣어서 찌가지고 [후략]
방울 증편	방울 증편	건시	백미, 팥, 설탕, 실백, 술, 끓는 물, 계피가루, 건시, 밤, 석이, 후추 (11)	팥 갈아서 물에 불린 후 물기 빼고 찌기 → 백미는 떡가루로 만들어 끓는 물에 반죽하여 술을 붓기 → 보자로 싸서 더운 곳에 두기 → 증편들에 보자를 깔고 반죽한 것과, 대추, 양념, 팥소, 실백을 번갈아가며 여러 번 올리기 → 찌기	팥을 갈아서 물에 담가 하루밤 동안 불려서 정하게 거피해서 껍질이 하나도 없도록 해서 모래 없이 일어가지고 채반에 쏟아놓아 물기를 다 뺀 후에 시루에 넣고 찌서 [중략] 백미는 떡가루 만드는 법대로 소금물을 쳐가면서 짊어서 가는 체에 쳐가지고 펄펄 끓는 물에 되게 반죽을 해가지고 술을 붓고 다시 풀어 [중략] 증편들에 보자를 깔고 반죽한 것을 한겹 펴놓고 팥소 만든 죽을 대추만큼씩 뭉쳐서 서로 닿지 않을만큼 벌려놓고 [중략] 양념을 색스럽게 뿌려엿고 실백을 머리를 맞추어 삼각으로 만들어 불린 후 솥 속에나 시루에 찌서 [후략]
흰떡	흰떡	백미	백미, 끓는 물(2)	백미로 떡가루 만들기 → 끓는 물로 반죽 → 찌기	백미를 떡가루 만드는 법대로 곱게 만들어서 펄펄 끓는 물로 반죽하는데 [중략] 시루에 안쳐가지고 떡 찌듯 찌서 [후략]
인절 미	인절 미	콩	찹쌀, 흑차조, 물, 소금, 거피, 팥이나 콩가루나 깨 (4)	찹쌀이나 차조를 물에 불린 후 물기 제거 → 소금 조금 넣고 찌기 → 으깨어 오래 치기 → 거피팥이나 콩가루나 깨 묻히기	찹쌀이나 흑차조를 정하게 씻어서 모래 없이 일어서 물에 담가 하루밤동안 불려가지고 채반에 건져서 물을 다 빼어 시루에 넣고 물 한보시기에 소금 한 종주쯤 타서 쌀 위에 골고루 뿌리

					고 잘 덮어 지에 찌듯 찌서 [중략] 오래오래 쳐서 쌀알이 조금도 보이지 않거든 적당하게 썰어서 거피 팔이나 콩가루나 깨를 문치나니라
쑥 인절미	쑥 인절미	쑥	찹쌀, 소금물, 쑥, 팔이나 콩가루(4)	찹쌀을 소금물에 찌기 → 찜기 → 쑥을 곱게 찜고 떡과 섞기 → 찜기 → 팔이나 콩가루 문히기	찹쌀을 정하게 씻고 모래 없이 일어가지고 물에 하루밤동안 불려서 시루에 넣고 소금물을 뿌려서 잘 찜가지고 [중략] 연한 쑥을 정하게 씻어서 삶아서 절구에 곱게 찜어가지고 떡에 함께 섞어서 다시 서로 잘 섞이기까지 찜어서 [후략]
청정미 인절미	청정미 인절미	청정미	청정미, 대추, 물, 소금, 거피팔이나 콩가루나 깨(5)	청정미를 물에 불린 후 물기 제거 → 소금 조금 넣고 찜기 → 으깨어 오래 치기 → 대추를 썰어 박기 → 콩가루나 팔 문히기	좋은 청정미를 위의 인절미 법과 같이 만들어서 오래 쳐가지고 대추를 씨 빼고 대강 썰어서 인절미를 길게 늘이고 대추를 여기저기 박고서 반반하게 만든 후에 적당히 베어서 콩가루나 팔을 문치나니라
개피떡	개피떡	쑥	흰떡, 쑥, 팔이나 녹두나 거피한 팔소(3)	쑥 데쳐서 흰떡에 섞기 → 오래 치기 → 떡에 팔소를 덮기 → 떡을 얇은 접시로 짚어 떼어 내기	[전략] 쑥을 데쳐서 꼭 짜가지고 곱게 찜어가지고 흰떡에 섞어서 다시 오래 쳐서 조금씩 떼어 안반에 놓고 방망이로 얇게 밀고 팔이나 녹두나 거피한 팔소를 길음하게 문쳐서 떡조각 한쪽에 놓고 떡 한자락을 들어서 팔소를 덮은 후 얇은 접시나 보시기로 반달모양으로 짚어서 떼어 내나니 [후략]
송기떡	송기떡	소나무 껍질	소나무 껍질.	소나무 껍질을 물에 우려 내기 → 삶기 → 흰떡에 넣고 오래 찜기 → 절편 판에 박기	[전략] 소나무 껍질을 벗겨서 칼로 긁어 걸껍질을 버리고 속껍질 흰빛나는 것만 벗겨서 잘게 찢어서 물에 담가 수일동안 자주자주 물을 갈아부어 우려 후 삶아서 [중략] 흰 떡에 넣고 안반에서 오래오래 찜어서 송기가 다 곱게 찜어진 후에 절편판에 박아내든지 [후략]
주악	주악	대추	대추, 찹쌀가루, 거피팔, 계피가루, 깨, 설탕, 기름.	대추 찌서 체에 거르기 → 찹쌀가루에 넣기 → 대추씨 삶은 물로 반죽하기 → 거피팔 찌서 계피가루, 볶	대추를 잘 찜가지고 체에 걸러서 찹쌀가루에 넣고 대추씨를 삶아서 그 삶은 뜨거운 물로 반죽을 해서(송편처럼) 젖은 보자로 덮어놓고 거피팔을 찜서 만

			꿀이나 조청(8)	은 깨, 설탕과 섞어 소만들기 → 송편모양으로 빚기 → 끓는 기름에 넣고 지지기 → 꿀이나 조청에 잠겨내어 꺼내기	들어 계피가루를 섞어서 하든지 깨를 실해서 볶아서 설탕과 계피가루를 넣고 섞어서 하든지 반죽한 것을 [중략] 소를 넣고 송편모양으로 빚어서 펄펄 끓는 기름에 넣고 지지내어서 [후략]
밤주약	밤주약	황률가루	황률가루, 물, 계피가루, 건강가루, 꿀, 잣가루(6)	황률 가루를 물에 반죽 → 계피가루, 건강가루를 꿀에 반죽 → 소를 넣고 송편처럼 빚기 → 꿀물에 잠겨내어서 잣가루 묻히기	황률 가루를 물에 반죽하여 계피가루와 건강가루를 꿀에 반죽해서 소를 넣고 송편모양 같이 빚어서 꿀물에 잠겨내어서 잣가루를 묻쳐서 먹나니라
찰전병	찰전병	찰쌀가루	찰쌀가루, 냉수, 기름(3)	찰쌀가루, 냉수로 반죽 → 기름에 지지기	찰쌀가루를 냉수에 반죽해서 [중략] 변철에 기름을 바르고 얇게 지내내나니라
돈전병	돈전병	찰쌀가루	찰쌀가루, 냉수, 기름, 대추, 꿀이나 설탕(5)	찰쌀가루, 냉수로 반죽 → 대추를 얇게 썰기 → 대추를 꽃모양으로 붙이기 → 기름에 지지기	찰쌀 전병과 꼭 같은 것인데 모양만 적게 하고 대추를 얇게 저며서 전병에 꽃모양으로 붙여가지고 지지는 것이니 종주아구리만큼씩 지져서 접시에 담고 꿀이나 설탕을 찍어서 먹나니라
석류병	석류병	찰쌀가루	찰쌀가루, 끓는 물, 기름, 설탕(4)	찰쌀가루를 끓는 물에 반죽 → 기름에 지지기 → 설탕 뿌리기	찰쌀가루를 끓는 물에 되게 반죽을 해서 도토리알만큼씩 떼어서 둥글게 빚어가지고 [중략] 꽃봉오리와 같이 만들어서 기름에 펄펄 지져서 설탕을 부리나니 [후략]
화전	화전	진달래	찰전병, 대추, 국화 잎사귀나 두견꽃이나 장미화, 설탕, 기름(5)	찰전병 부치기 → 대추 채 썰어서 약간 뿌리기 → 국화 잎사귀나 두견꽃이나 장미화 붙이기 → 지지기 → 썰어서 설탕 묻히기	[전략] 찰전병을 크게 부치고 대추를 채 쳐서 약간 뿌리고 국화 잎사귀나 두견꽃이나 장미화나 퍼붙여서 지져가지고 한치 길이와 닷푼 넓이로 썰어서 설탕을 묻치나니라 [후략]
밀전병	밀전병	밀가루	밀가루, 냉수, 애호박이나 외, 소금, 미나리, 파, 풋고추, 배추김치(8)	밀가루 냉수에 풀기 → 애호박이나 오이, 미나리, 파, 풋고추, 배추김치 중에 골라 넣기 → 반죽에 소금 간해서 부치기	밀가루를 냉수에 개일 때에 덩어리지지 않도록 물을 조금씩 쳐가면서 힘써 저어서 가루를 다 풀어 놓고 [중략] 반죽에 섞어 붙이나니 모두 소금으로 간을 맞춰서 하여야 맛이 있나니라
밀전병별법	-	밀가루	밀가루, 계란, 우유, 소금, 빼킹	밀가루에 계란, 우유, 소금, 베이킹파우더를 섞기 → 기름에 부치	밀가루 한차종에 계란 두 개 깨뜨려 넣고 우유 두 숟가락쯤 넣고 소금과 빼킹파우더(떡에 넣

			파우더, 기름(6)	기	는 가루) 차순가락으로 삼분지 일쯤 넣고 잘 섞어서 기름에 부치나니라 [후략]
구절판	구절판	우육, 표고	표고, 석이, 우육, 양, 미나리, 숙주, 당근, 오이, 기름, 콩팥, 천엽, 계란, 간장, 파, 마늘, 깨소금, 후추, 설탕, 밀가루(19)	우육, 콩팥, 천엽, 양, 표고, 석이 채썰기 → 양념해서 볶기 → 미나리, 숙주, 당근 데쳐서 양념하기 → 오이 채 썰어서 소금에 절여서 기름에 볶기 → 계란 황백미를 기름에 얇게 부쳐서 채썰기 → 밀가루를 물에 개어서 밀전병 부치기 → 가운데에 밀전병 놓고, 준비해놓은 것을 올려놓아서 상에 올리 기	[전략] 이상의 재료가 다 준비 되면 크고 동근 접시에 한중앙 에다가 밀전병을 보기 좋게 몇 겹이던지 놓고 그 주위로 돌아가면서 준비해놓은 여러 가지를 여덟군데로 별려서 색 맞추어 별려놓아서 상에 올려놓고 초장을 곁드려놓으면 식사할 때에 각사람이 사기 접시에 밀전병을 한 개 갖다놓고 그 주위에 있는 여러 가지 재료를 마음대로 집어다가 밀전병 한가운데 놓고 젓가락으로 싸집어서 초장을 찍어서 먹는 것이니라 [후략]
수수전병	수수전병	찰수수가루	찰수수가루, 냉수, 소금, 기름, 녹두나팔, 설탕, 계피가루 (7)	찰수수가루를 냉수에 개어내기 → 소금 간하기 → 기름에 부치기 → 녹두나팔 거피하여 찌기 → 설탕, 계피가루 섞어 소 만들기 → 전병에 소를 넣고 반달 모양으로 만들기	찰수수가루를 냉수에 개어서 묽은 죽만큼 질게 하여서 소금을 간맛게 넣고 번철에 기름을 바르고 적은 접시만큼씩 부치나니라 또 녹두나팔을 거피하여서 찌가지고 설탕과 계피가루를 섞어서 소를 넣고 만들어도 좋으니 먼저 전병을 큰 종주만큼씩 부치고 소를 한 편에 놓고 한편 자락으로 덮어서 가장자리를 맞붙여 반달 모양으로 만들어서 합에 담아 놓나니라
빈자떡(녹두불임이)	빈대떡	녹두	녹두, 물, 미나리, 소금, 기름 (5)	녹두를 물에 불려서 갈기 → 미나리 썰어 넣기 → 소금 간하고 기름에 부치기	녹두를 매에 타서 물에 하루밤 동안 불려서 [중략] 맷돌에 되직하게 갈아서 미나리를 한치 길이씩 썰어 넣고 소금을 간맛게 넣은 후 번철에 기름을 바르고 작은 접시만큼씩 얇판하게 부치나니라 [후략]
밀쌈	밀쌈	밀가루	밀가루, 국화잎사귀, 봉숭아꽃, 깨, 설탕, 계피가루, 꿀, 애호박이나 외,	밀가루 물에 반죽 → 국화잎사귀, 봉숭아꽃, 박아 전병 부치기 → 깨 볶아서 설탕, 계피가루를 치기 → 전병에 놓기 → 꿀이나 설탕 찍기 → 애호박이	밀가루를 묽게 반죽하여 전병을 부칠 때에 작은 접시만큼씩 번철에 부치고 국화잎사귀와 봉숭아꽃을 색 맞춰 박아서 한푼 운두만큼 얇게 부치고 깨를 싣해서 볶아가지고 설탕과 계피가루를 약간 치고서 짓궂어 밀부

			석이, 표고, 버섯, 목이, 연한 살코기, 간장, 파, 후추, 깨소금, 기름, 파(19)	나 오이는 소금에 절인 후 기름에 볶기 → 석이, 표고, 버섯, 목이, 파 채썰고 볶기 → 연한 살코기 얇게 썰고 기름에 볶은 다음 간장, 다진파, 후추, 깨소금 넣고 다시 볶기 → 밀전병과 만들어 놓은 것을 놓기	친 것에 놓을 만큼 길음하게 문쳐서 놓고 셋에 접어 꼭 붙여서 합에 담아놓고 꿀이나 설탕을 짙어 먹도록 할찌니라 [후략]
단자	단자	찹쌀가루	찹쌀가루, 물, 잣가루나 팔소(3)	찹쌀가루를 물에 반죽 → 끓는 물에 넣고 삶기 → 잣가루나 팔소를 묻히기	찹쌀 가루를 경단 반죽처럼 물에 반죽해서 [중략] 끓는 물에 넣고 삶아내어 [중략] 동글려 만들어 가지고 잣가루나 팔소를 묻치나니라
팔단자	팔단자	팔	찹쌀가루, 물, 잣가루나 팔소, 팔, 꿀이나 설탕, 계피가루(6)	팔 거피하여 꿀이나 설탕 넣기 → 계피가루 넣고 섞기 → 단자속을 넣기 → 곁에도 묻히기	팔을 거피하여 저어가지고 꿀이나 혹은 설탕을 적당히 넣고 계피가루를 넣고 섞어서 이 위의 법대로 만든 단자속을 넣고 곁에도 묻치나니라
밤단자	밤단자	밤	밤, 설탕, 계피가루, 꿀, 찹쌀가루, 물, 잣가루나 팔소(7)	밤 삶기 → 설탕, 계피가루 넣고 찜기 → 단자에 소를 넣기 → 곁에 묻히기 → 꿀 짙기	밤을 삶아서 설탕과 계피가루를 넣고 곱게 찜어서 단자에 소를 넣고 곁에 묻쳐서 꿀을 짙어 먹나니라
석이 단자	석이 단자	석이	석이, 찹쌀가루, 실백, 계피가루, 꿀, 대추(6)	대추 찌서 체에 거르기 → 계피가루 섞기 → 석이 끓는 물에 넣고 다지기 → 찹쌀가루 섞어서 찌기 → 대추, 석이 넣고 빚기 → 잣가루 묻히기	대추는 찌가지고 체에 걸러서 계피가루를 약간 섞어놓고 석이를 펄펄 끓는 물에 넣고 [중략] 잘게 이기고 찹쌀가루를 섞어서 찌가지고 대추만 들은 것으로 소를 넣고 석이로 껍질을 삼아 은행만큼씩 동글게 빚어서 잣가루를 묻치나니라
유자 단자	유자 단자	유자 껍질	유자 껍질, 찹쌀가루, 싱검초 가루, 설탕물, 밤, 호도, 설탕, 계피가루(7)	유자 껍질 말려서 가루 만들기 → 싱검초 가루, 찹쌀가루, 설탕물 넣고 반죽 → 밤, 호도 삶아서 짓이기기 → 설탕, 계피가루 섞기 → 동글게 빚어서 찌기	유자 껍질을 말려가지고 가루를 만들고 건지를 말려서 찜어 가루를 만들고 싱검초 가루를 약간 넣고 찹쌀가루를 넣고 설탕물에 반죽해서 놓고 밤과 호도를 삶아서 짓이겨가지고 설탕과 계피 가루를 섞어서 이것으로 초를 넣고 경단처럼 동글게 빚

					어서 찌가지고 팔소를 문치나니라
생편	-	생강	생강, 물, 계피가루, 꿀, 녹말, 잣가루(6)	생강 얇게 썰어서 삶아 다지기 → 계피가루, 꿀 넣기 → 녹말을 풀썩듯 쑤기 → 모두 섞어 빻기 → 잣가루 문히기	생강을 껍질 벗겨서 얇게 저며서 오래동안 삶아서 매운 맛을 우려내고 잘게 이겨서 계피가루와 꿀을 치고 녹말을 되게 풀썩듯 쑤어서 함께 섞어 은행만큼씩 빻어서 잣가루를 문치나니라 [후략]
싱검초 단자	싱검초 단자	싱검초가루	찹쌀가루, 싱검초가루, 계피가루, 쌀, 꿀, 후춧가루(6)	싱검초 가루, 찹쌀가루 섞고 끓는 물로 반죽 → 반데기 만들어 물에 삶고 건지기 → 방망이로 이겨서 다시 반죽 → 팔 찌고 꿀, 계피가루를 으깨가며 볶기 → 반죽한 것에 소를 넣기 → 팔가루 문히기	싱검초 가루를 체에 곱게 친 것 한종주를 찹쌀가루에 섞고 끓는 물로 경단반죽처럼 반죽하여 납작납작하게 반데기를 만들어 펄펄 끓는 물에 삶아서 [중략] 팔을 실해서 찌가지고 꿀과 계피가루를 쳐서 솔에 넣고 으깨가면서 볶아서 열맹이에 걸러가지고 위에 반죽한 것을 도토리만큼씩 떼어 팔으로 소를 넣고 둥글려서 팔가루를 문쳐서 먹나니라
썩굴리	썩굴리	썩	찹쌀가루, 썩, 설탕, 녹두, 계피가루(5)	썩과 쌀가루를 짙어서 반데기 만들 → 끓는 물에 삶아 건지기 → 물기 없애서 소를 넣고 빻기 → 대추와 밤을 채친 것이나 팔소 문히기	썩을 정하게 찌어 쌀가루와 함께 섞어 절구에 넣고 오래 짙어서 납작납작하게 반데기를 지어 펄펄 끓는 물에 삶아 건져서 물기 없이 해가지고 [중략] 소를 넣고 둥글게 빻아서 대추와 밤을 잘게 채쳐서 문치기도 하고 팔소를 문치기도 하나니 [후략]
썩굴리	썩굴리	썩	찹쌀가루, 콩가루, 설탕, 썩, 대추, 청매, 굴병(7)	썩 데치고 다지기 → 썩, 쌀가루, 끓는 물, 설탕으로 반죽하기 → 대추는 씨를 빼고 다지기 → 청매, 굴병 다지기 → 설탕, 대추, 청매, 굴병 섞기 → 반죽한 것에 소 넣고 빻기 → 끓는 물에 삶아 건지기 → 콩가루 문히기	썩을 잠간 데쳐서 꼭 짜가지고 곱게 다져서 쌀가루에 골고루 섞고 끓는 물에 설탕을 넣어 반죽을 해 놓고 대추는 씨를 빼어 곱게 이기고 청매와 굴병도 곱게 이기고 설탕 좀 넣고 모두 함께 섞어서 콩알만큼씩 빻아서 [중략] 소를 넣고 둥글려서 펄펄 끓는 물에 삶아서 [후략]
경단	경단	찹쌀	찹쌀, 콩가루, 쌀, 흑임자(4)	찹쌀로 떡가루 만들기 → 끓는 물, 소금을 넣고 반죽 → 둥글게 빻	찹쌀을 떡가루 만드는 법대로 만들어 펄펄 끓는 물에 소금을 한 숟가락을 섞고 반죽해서 은

				기 → 끓는 물에 삶고 건지기 → 소 묻히기	행만큼씩 동글게 빚어서 끓는 물에 넣어 삶아서 건져 가지고 [후략]
--	--	--	--	-----------------------------	---

【관련논저】

- 방신영, 『조선료리제법(朝鮮料理製法)』, 신문관, 1917
 방신영, 『조선료리제법(朝鮮料理製法)』, 광익서관, 1921
 방신영, 『증보 조선료리제법(朝鮮料理製法)』, 한성도서주식회사, 1936
 방신영, 『일일활용 조선료리제법(朝鮮料理製法)』, 한성도서주식회사, 1939
 방신영, 『증보개정 조선료리제법(朝鮮料理製法)』, 광익서관, 1942
 방신영, 『우리나라 음식 만드는 법』, 청구문화사, 1952
 방신영, 『우리나라 음식 만드는 법』, 장충도서, 1958
 방신영, 『우리나라 음식 만드는 법』, 국민서관, 1962
 이성우, 『한국식경대전(韓國食經大典)』, 향문사, 1981

【집필자】

정혜경(호서대학교) · 우나리아(호서대학교) · 배은석(한국에코뮤지엄연구소)

9) 서속(黍粟)은 조와 기장을 의미한다.

【자료명】

『반찬 餼 籩 等 籩 饌 饌 繕 冊』, 『문자책 文字冊』

【정의】

『반찬등속』은 충청북도 청주시 일대에 살았던 이가 쓴 서적으로, 20세기 초 충청도 지역의 식생활 문화를 알려주는 문헌이다. 국립민속박물관에서 2007년에 산 이 책은 한국의 음식사와 청주의 음식문화를 연구하는 데 귀중한 자료이다. 이 책은 앞뒤 표지 2장을 포함하여 전체가 32장으로 된 필사본으로, 한글로 쓰인 조리서와 한문으로 쓰인 문자책으로 구성되어 있다. 저술자의 서명은 보이지 않는데, 이는 다른 기타의 조리서와 마찬가지로 이 책을 바깥사람들에게 보이려고 쓴 것이 아니라, 집안에 사람들에게 전해 주려는 목적에서 지은 것이기 때문일 것이다. 뒷면 표지에는 ‘복희다남(福禧多男)’이라는 글자를 검은 종으로 오려붙였는데, 집안에 복이 쌓이고, 아들을 많이 낳기를 염원한 마음이 느껴진다.

『반찬등속』의 가장 중요한 가치는 우리나라 특정지역의 식생활 연구의 기본 자료로 활용될 수 있다는 점이다. 인간에게 먹는 일보다 더 기본적인 것은 없고, 인간이 이룩한 문화 중 음식 문화는 그것을 누리는 공동체의 특성을 잘 보여준다. 또한 작자가 미상이었던 『반찬등속』이 19세기 말 진주 강씨 집안의 며느리인 밀양 손씨가 제작해 1913년 손자가 재정리한 것으로 조사됐다.

『반찬등속』은 음식과 관련된 것 이외에 혼례용품이나 생활가구들을 적고 있다.

【음식관련 정의】

『반찬등속』에 서술된 46개 항목의 음식 조리법은 20세기 초 사람들이 먹었던 음식에 관련된 정보를 알려준다. 이 책은 특히 충청북도 일대의 음식 종류와 조리법을 살펴 볼 수 있다.

이 책에 등장하는 조리법은 평소 집에서 먹었던 식생활을 반영하는 듯 반찬에 해당하는 조리법이 많다. 전체의 46가지 조리법 중 25개에 해당하는 조리법이 밥맛을 돋우어주는 부식류에 해당한다. 이는 조리서의 서명에서도 알 수 있듯이 평소에 밥과 함께 먹었던 반찬을 위주로 서술하였기 때문이다.

【서지】

표제/책임표시사항: 반찬하는 등속 餼 籩 繕 冊

형태: 필사본(한글조리법·한문문자책)

편찬자: 밀양손씨

발행사항: 1913

형태사항: 가로 19.3cm 세로 20.5cm

소장처: 국립민속박물관

【목차와 구성】

반찬등속	증편 빅편
무김치	
깍독이	반찬등속
짬지	
무짬지	고초김치
고초입짬지	오이김치
마늘짬지	꿀떡
복어짬지	고초장 만나게 허는법
파짬지	고초김치
박짬지	과쥬
전복짬지	약쥬
콩짬지	오리고기 허셔 먹는법 갓데기 허는법 헌덕을 허야 오래 두는 법
과허는 이야기	외이김치
슈증과	송편
손자	전골지짐
과쥬	참통나모순과 토면쥬거리
증과	육회
증박기	가물치회
약밥	연입셔로 술 허는법
만두	고감떡
쥬와	박고지
화병	배춧 짬지
식혜	

【음식관련 내용】

1. 김치

표 1. 『반찬등속』에 나타난 김치의 종류와 재료

음식명	재료		조리법	본문내용
	주재료	부재료		

무김치	무 (1)	소금, 입쌀, 풋고추, 조 기 (4)	무를 씻어 독에 넣음 → 소 금을 체에 쳐 많이 넣음 → 하루나 이틀 후 소금물을 부 음 → 풋고추는 꼭지를 잘라 넣고, 생조기는 난도하여 넣 음	무김치는 무를 씨쳐 두가 독에 늦고 소금을 체에 쳐 서 무인는데만이 붓고 마 런니로저리여서 붓어따가 (후략)
깍두기 ①	무 (1)	소금, 고추, 마늘, 생강, 조기 (5)	무를 네모가 반듯하게 썰어 소금물에 절임 → 고추와 마 늘을 난도하여 소금물에 범 벅하고 무 썬 것을 넣음 → 생강과 조기를 난도하여 넣 음	깍독이는 무를 네모가 반 듯하게 조고막게 쓰러서 소곰에 져리고 고초와 만 으를 난도하여 소곰물에 범벅하여(후략)
깍두기 ②	무 (1)	새우젓, 조 기, 고추 (3)	무를 네모가 반듯하게 썰음 → 새우젓물, 조기, 고추를 부수어 넣음	갓데기 허는건 무슈을 골 뽀쪽마콤 네모가 반듯~하 게 세겨서 하되 시우적물 과 쥬기 고초을 바슈어너 라
오이김 치①	오이 (1)	마늘, 고추, 소금, 조기 (4)	오이 한가운데를 열십자로 쪼갠 → 그 속에 마늘과 고 추를 난도하여 넣음 → 조기 를 다져 함께 소금물에 넣음	오이김치는 허창 크는 오 의를 갓다가 허가운데을 열십자로 짜고그 그 속에 다가 만을과 고초을 난도 하여 그 속에다가 늦서 소 곰물에늦코 조기를 두지여 늦다가 쓰라
오이김 치②	오이 (1)	열무, 초 (2)	오이 속을 파고 갓은 양념을 넣음 → 씻은 열무에 초를 조금 넣어 파놓은 오이에 넣 어 먹음	외이김치는 외이를 속을 파고 가진양념을 외이 속 의 너어고 열무시쳐다가 초를 조금 녀서 이 외이소 계너여다 머니라
고추김 치①	고 추 , 고 촛 잎, 무	조기, 파, 생강 (3)	고추, 고춧잎, 무를 넣어 김 치를 조금 짜게 함 → 이속 에 구리그릇을 넣음 → 생조 기와 파, 생강을 넣음	고초김치는 고초와 고초입 과 잔무슈를 느서 고초김 치를 허되 조금 짜게허고 이 속에 구리그릇설 느서 두고 또 생조기를 늦고 파 와 생강을 마니느허라
고추김 치②	고 촛 잎 (1)	무, 소금, 후추 (3)	고춧잎을 음지에 말림 → 통 무를 단지에 넣고 소금, 후 추, 고춧잎, 동전을 넣어 봉 합 → 만 일 년이 되는 해 봄에 내어 먹음	고초김치는 고초입을 마○ 따다가 엄지의 말○ 되 배 들~ 들거든 손으로 비여 또 말이며따 통무슈을 단 지의 넛퇴

김치는 모두 7가지 종류가 기술되어 있다. 무김치, 깍두기(2종), 고추김치(2종), 오이김치(2종)가 그것이다.

조리법을 살펴보면 음식의 이름은 같으나 조리법이 다른 경우가 있다. 깍두기와 고추김치. 오이김치는 만드는 방법이 각각 2가지씩 소개되고 있다. 무를 네모 반듯하게 써는 방식은 동일하나, 깍두기①은 소금물에 절여 조기를 난도하여 넣는 데 반해, 깍두기②는 소금물에 절이지 않고, 새우젓물과 조기를 사용하였다. 또 깍두기①은 고추와 마늘을 잘게 썰어 양념한 반면에 깍두기②는 고추를 부수어 사용하였다.

2. 짬지

표 2. 『반찬등속』에 나타난 짬지의 종류와 재료

음식명	재료		조리법	본문내용
	주재료	부재료		
짬지	무, 배추, 무잎	소금, 고추, 생강, 마늘, 말, 조기 (6)	무, 배추, 무잎을 썰어 한데 섞은 후 소금물을 부음 → 생강, 마늘, 말, 붉은 고추를 썰어 넣고 조기를 곱게 찢어 넣음	짬지는 무을반들지게 쓰고 비춧을 통으로 썰고 또 무입겨을 쓸어서 한데 석근 후에 소곰물을 혀여붓고(후략)
무짬지	무 (1)	소금, 간장, 꿀 (3)	무를 썰어 바짝 말리고, 소금물에 절임 → 진간장에 꿀을 넣어 짬지를 담금	무짬지는 무를 골패 짝만치 쓰러서 바싹 말이며 소곰물에 축혀게 혀야 진간중에 드 짬지를 감우되 꿀을 좀 느흐라 간장을 만이 못지 말느
고춧잎짬지	고춧잎 (1)	소금, 생강, 깨, 쇠고기 (4)	고춧잎을 데치고 바짝 말려 소금물에 절임 → 생강즙과 쇠고기 다진 것, 깨소곰가루를 넣음	고초입짬지는 고초입을 니쳐서 바싹말이며 드시 소곰물에 축~혀게 취기여 짬지를 혀되 성강집을 혀여 붓고 황육을 드지 늦코 끼소곰가루을 느흐라
배추짬지	배추 (1)	실고추, 고추, 생강, 조기, 문어, 전복 (6)	실고추, 조기를, 문어, 전복을 저미어 넣음 → 배추고갱이를 넣되 생강, 고추, 조기, 문어, 전복을 함께 넣음	배춧 짬지는 조헌걸노 혀나니 혀되 고초을 실고초로써여셔 조기와 문어와 전복저미여 배초고갱니 넣되 성강과 고초와 조기 문어 전복을 혼튼넛다
마늘짬지	마늘	간장, 홍합	통마늘을 씻어 진간장에	마늘짬지을 혀되 조

	(1)	(2)	통째 넣음 → 홍합을 함께 넣어 봉합	흔 통만을얼 통치령 ○게씨쳐서 조흔진간 증에 통쳐눅코 또 홍 합을 느껴 봉혀두 어 드가 여름석○안 쥬할게라
파짬지	파 (1)	소금, 간장, 문어 (3)	참파 대강이와 문어 오린 것을 셋, 다섯씩 모아 소 금물에 절임 → 바짝 말 려 향아리에 넣음 → 진 간장을 부어 두었다 사용	파짬지라 흐난건 조 흔 참파을 입헌잘느 바리고 드강이만 문 어을 가늘게 오리여 츰프드강이를 셋격드 셋식 हु데매여 소곰 물에 절리여 밧삭 말 이여 흥아리에 눅고 진간증을 부어서 두 어따쓰라
박짬지	박오가리 (1)	간장, 조기 물 (2)	박오가리를 두텁게 썰어 말림 → 진간장을 부어 만둣 → 조기물을 넣음	박짬지라 박오가리를 도담게 흥야 희게 잘 말이여 진간증으로 싼거을 만드되 쪽의 물을 느흔며 진간증 을 눅퇴 드마○붓지 말라
콩짬지	콩 (1)	복어 (1)	콩을 씻어 복어 대강 찢 은 것과 함께 그릇에 넣 음 → 뚜껑을 덮어 불에 조림 → 복어 대강이가 물러지면 서늘한데 두고 먹음	콩짬지는 조흔 콩을 물에 씨쳐서 그릇세 붓고 복어대갈이를 씨져서 हु데 눅고 꼭 덥혀서 불에조리되 각곰 두지기여 그 복 어대강이가 흠씬 물 너지거던 서늘하게 두고 쓰라
복어짬지	복어 (1)	소금, 꿀, 간장, 파, 깨 (5)	복어를 토막을 잘게 잘라 뼈는 가려 버림 → 소금 물에 오래 절이고 꿀물에 담갔다가 단지 속에 차례 로 넣음 → 단지에 놓을 때 복어 한 체, 참파대강 이, 깨소금을 한 체 씩 넣 음 → 다 놓으면 진간장 을 조금 부어 봉하였다가 쌈	복어짬지라 복어 조 흔걸로 토막을 잘게 즈러고 뼈는 드가리 여바리고 처음에 소 곰물에 오래져리고 또 느중에 꿀물에 담 아따가(후략)
전복짬지	전복	간장, 생강,	저민 전복에 간장과 저민	전복짬지는 전복을

	(1)	깨 (3)	생강을 넣음 → 내어 먹을 때 접시에 담고 깨소금을 뿌려먹음	돈짜만처럼 이여 조흔 간장을 안동하여 짠지를 담으되 성강을 얇게 접이여 만이 늑고 간증을 붓고 오래두어따가 녹서 먹을때의 접시에 돕고 그우에 끼소곰을 뿌리어 노흐라
--	-----	----------	-----------------------------------	---

『반찬등속』에는 총 10가지의 짠지 종류가 소개되어 있다. 그 종류는 짠지, 무짠지, 고춧잎짠지, 배추짠지, 마늘짠지, 파짠지, 박짠지, 콩짠지, 북어짠지, 전복짠지이다. 그 중에서 콩짠지는 북어대가리를 찢어서 콩과 한데 넣고 불에 졸이고, 가끔 뒤적여준다. 북어대가리가 물러졌을 때 서늘하게 해서 먹는 음식이라고 기록되어 있다.

3. 기타 반찬류

표 3. 『반찬등속』에 나타난 기타 반찬의 종류와 재료

음식명	재료		조리법	본문내용
	주재료	부재료		
참등나무순토면주거리	참 등 나무 순 , 토 면 주 거리	밀가루, 기름 (2)	참등나무순, 토면주거리를 먹기 좋은 크기로 잘라 숨이 살짝 죽을 정도로 말림 → 밀가루를 얹어 기름에 조려 양념해 먹음	참통나무순과 토면주거리를 머걸만치 잘너서 배덕~ 말넨후의 지음을 가지고 녹식 싸서 밀가루를 조금 언저서 지음의 다가 조려여붙이여는 후의 양념을 하여서 머그라
북어무침	북어 (1)	간장, 꿀 (2)	북어살을 발라 방아에 찜고, 손으로 비벼 핏 → 간장과 꿀을 부어 나물 무치듯 무침	북어무치는 북어살만 내여가지고 방아에 드통 빠져서여가지고 손으로 비이피여서 간장을 붓고 또 꿀을 부어서 녹물 못치듯 하여쓰라
북어대강이	북 어 대 강이 (1)	참기름, 소금 (2)	북어대강이에 참기름을 바르고 소금을 뿌림 → 북어대강이를 관솔불에 바싹 익혀 먹음	
가물치회	가물치	술, 유장	가물치를 살째 발라 술에	가물치회는 가물치를

	(1)	(2)	다 빨고, 좋은 유장의 즙을 넣어 사압묵의 개를 덮어 두었다가 먹음	살죄발늑셔 술에다가 빠고 조헌 유장의 쥬물어셔 사압묵의 개를 더퍼두워따가 머그라
오리고기	오리 (1)	밀가루 (1)	살을 발라 칼질을 많이 함 → 밀가루를 반죽하여 새너금집는 난데 넣어 먹음	오리고기혀셔 먹는법은 살을 죄~ 발늑셔 뼈만 가주고 혠편 무○여난도혀셔 밀가루의 반죽혀 떠금집는 난데 녀셔 머그라
육회	소고기 (1)	술, 생청, 고추장, 참기름, 후추 (5)	소고기를 잘게 잘라 좋은 술에 담갔다가 꺼냄 → 생청, 고추장, 참기름, 후추를 넣어 무침	육회는 소고기를 조허거을 노혀뎨 잘게~~ 서어서 존술의 따어서 생청과 고초장과 참기름 후초가루을 녀셔이대 쥬물녀셔 먹으라
전골지짐	사골, 두부	갓은 양념	사골육수에 두부를 난도하여 갓은 양념을 함 → 양념한 고기를 저며 넣음	전골지짐은 쇠골과 두비를 녀셔 난도혀고 가진양념 녀열 고기를 채로 저며녀어라
고추장 맛나게 먹는 법	고추장 (1)	설탕 (1)	고추장에 설탕을 넣어 되직이 조림	고초장을 만나게 혠편 먹즈면 설탕가유을 녀어서 이대이 조리어떠머거라

『반찬등속』에 기타 반찬으로는 참등나무순토면주거리, 북어무침, 북어대강이, 가물치회, 오리고기, 육회, 전골지짐, 고추장 맛나게 먹는 법, 8가지가 기록되어 있다. 참등나무순토면주거리는 참등나무순과 토면주거리를 먹을만치 잘라서 숨이 살짝 죽을 정도로 말려서 밀가루를 얹어 기름에 조려 양념해 먹는 반찬이다. 또한 고추장을 맛있게 먹으려면 설탕가루를 넣어서 졸여서 떠먹으라고 기록되어 있다.

4. 과자류

표 4. 『반찬등속』에 나타난 과자의 종류와 재료

음식명	재료		조리법	본문내용
	주재료	부재료		
산자	밀 가루, 찹	엿(석청), 기름	밀가루를 체에 쳐서 더운물에 네모가 반듯하게	손자혀는 거션 밀가루을 두시고 혼체에 또 쳐셔 더운물에 반죽

	쌀	(2)	반죽함 → 찹쌀을 불린 후 솥에 볶아 튀밥을 만듦 → 밀가루 반죽은 기름에 볶아 엿을 바른 후, 튀밥을 붙임 → 엿 대신 석청으로 하려면 튀밥에 석청물을 데우고 붙이는 것이 좋음	을 되게 하여 네모가 반듯하게 조금조금하여놋코(후략)
과줄	밀가루 (1)	꿀, 기름 (2)	밀가루를 체에 내리고 꿀물에 반죽함 → 다식판에 박아 모양을 만듦 → 기름에 넣어 조림	과줄은 밀가루를 고흔체에 다시 나리어 꿀물에 반죽을 알맞게 하여서 즈근감만치 하여 다식판에 백아녀여 기름에 늦혀 빠삭 조리어 터지도록 조리라
중박기	밀가루 (1)	꿀, 기름 (2)	밀가루를 반죽하고 길고 네모난 모양으로 만듦 → 기름에 꿀을 타 지짐	중박기는 밀가루를 반죽하여 엿가락만치 길게 하여 닢뭉지게 하고 또 기름에 꿀을 타서 밧삭지지어 내는게다.
주악	밀가루 (1)	꿀, 기름 (2)	밀가루를 반죽하여 계피고물을 조금 넣어 빻음 → 송편보다 작은 크기로 납작하게 만듦 → 기름에 지짐	주악은 밀가루로 반죽하여 송편갓치 비지되 계피고물을 조고맛치느어서 송편보다 즉게하여 납작하게하여서 기름에 바삭지지어셔는게라
박고지	박고지 (1)	조청, 깨 (2)	박고지를 삶아 조청에 넣어 조림 → 깨를 드문드문 넣어 찜	박고지를 삶아서 조청의 너셔 또 조힌린 후의 깨을 더문... 너셔 찜라
정과	생강, 모과, 연근	꿀 (1)	생강은 저미고 모과는 삶아 껍질을 벗겨 손가락으로 속을 긁음 → 연근은 토막 냄 → 이들을 합쳐 꿀물에 오래 담금	중과는 조흔 시양을 물에 씨쳐 알게 점이고 또 모과을 살마 접지을 벅기고 그 속을 손가락으로 글거 놋코 또 연근을 잘게 도막지여세가지를 혼데 함하여 꿀물에 오래담우라

『반찬등속』에 기록된 과자의 종류는 6가지로 산자, 과줄, 중박기, 주악, 박고지, 정과이다. 중박기는 밀가루를 반죽하고 길고 네모난 모양으로 만들어서 기름에 꿀을 타서 바삭 지져 내는 과자이며, 정과는 생강, 모과, 연근이 재료로 쓰이는 과자로 생강을 저미고, 모과는 삶아 껍질을 벗겨 손가락으로 속을 긁고, 연근을 토막 내어 세 가지 재료를 합쳐 꿀물에 오래 담가서 만드는 과자 종류이다.

5. 떡

표 5. 『반찬등속』에 나타난 떡의 종류와 재료

음식명	재료		조리법	본문내용
	주재료	부재료		
증편	쌀가루 (1)	석이, 술, 잣, 대추 (3)	쌀가루를 시루에 두껍게 놓고 술을 부어 떡켜를 만들 → 그 위에 석이버 섯, 잣, 대추를 올려놓음 → 술에 물을 붓고 그 위 에 체를 놓고 떡켜를 올 려놓고 찜(시루에 찌는 것 이 아님.)	증편을 하자면 쌀가 루을 시루에 두껍 게 녹코 술을 부어가 며 떡켜을 만들고 그 위에 석이와 잣과 대 초을 오리어 녹코(후 략)
백편	쌀가루 (1)	석이, 잣, 대추 (3)	시루에 백지를 깔고 떡켜 를 놓음 → 석이버섯, 잣, 대추를 오려 위에 올려놓 고 찜	백편은 시루에 두가 떡켜을 늦되 여내 백 지를 깔고 흔켜 녹코 석이와 잣과 대초을 오리어 노와 가미 떡 켜을 노와셔 두후 에 찌라
꿀떡	쌀가루 (1)	꿀, 석이, 잣 (3)	쌀가루를 말려 꿀과 함께 반죽하여 시루안에 쪄 만들 → 석이버섯과 잣을 놓아 찜	꿀떡은 쌀가루을 뺏 삭말이여서 꿀과 흔 데 반죽하여 시루에 두 쪄을 늦되 쪄을 알게 녹코 석이을 노 며 잣을 듬은듬은 흔 게 노으며 쪄이두그 러케 노와셔 찌셔 쓰 라
꽃감떡	쌀가루, 꽃감	호박, 대추 (2)	쌀가루로 쪄를 놓고, 꽃감 과 호박을 잘게 쪄며 쪄 켜이 놓음 → 대추는 드 문드문 놓음	고감떡은 삼~고감으 로 하되 떡흔 해는후 의 고감과 호박고 지어넘으로 잘게 쪄 미여켜켜이 노코 대 초을 더문 노히라
화병	찹쌀(인 절미) (1)	고추, 달걀, 석청, 콩 (4)	찹쌀을 인절미처럼 잘죽 하게 만들 → 고추와 부 친 달걀을 실같이 오림 → 인절미에 석청을 묻히 고 오린 고추와 달걀을 붙이고, 그 위에 콩고물을 살짝 뿌림	화병이라하는거션 인 절미을 찹쌀하읍서쳐 서 인절미만치 잘죽 잘죽하게 만들고 또 조흔 고초을 실갓치 오리고(후략)
송편	쌀가루 (1)	팥, 설탕, 꽃감, 대추 (4)	흰쌀을 씻어 반죽 함 → 팥고물과 설탕가루를 속 에 넣거나, 꽃감과 대추조 린것을 넣어 송편을 만들	송편을 하되 방미 정 하게 씨어서 ○○되 게 반죽지여서 어대 히또 반죽을 되흘마

				치 하여 속을 적도(후략)
염주떡	가래떡 (1)		가래떡을 찰지게 쳐 밤만한 크기로 만들고 실에 꼬임 → 여기에 오색물을 드려 접시에 놓음 → 접시에 놓을 때는 나무막대기를 네모모양으로 세워 놓고 떡을 낀 실을 둘러 모양을 잡음	염주떡이라 하는거션 흔떡을 차지게 쳐서 이떡이더운때의 외톨 밤만치 만들어서 실 에 굿아고 오색물을 디리여서(후략)
흔떡을 오래두려면	흔떡 (1)		흔떡을 오래 두려면, 가늘게 하여 솔잎을 시루에 놓고 찜	헌떡을 하여 오래 둘 나면 간으게하여 솔 입을 시루에 체~로 노쌍가며서 찌다가 찌라

『반찬등속』에 기록된 떡의 종류로는 8가지이며, 증편, 백편, 꿀떡, 곱감떡, 화병, 송편, 염주떡, 흔떡을 오래두는 방법이 기록되어 있다. 염주떡은 가래떡을 찰지게 쳐 밤만한 만들어 실에 끼우고 오색물을 들인다. 나무막대기를 네모모양으로 세운 접시 위에 떡을 낀 실을 둘러 모양을 잡는다. 또한 『반찬등속』에서 흔떡을 오래두는 방법으로 가늘게 하여 솔잎을 시루에 놓고 찌는 것을 기록하고 있다.

6. 음청류

표 6. 『반찬등속』에 나타난 음청류의 종류와 재료

음식명	재료		조리법	본문내용
	주재료	부재료		
수정과	곶감 (1)	꿀, 실백자	좋은 곶감을 꿀물에 담고, 실백자를 넣음	슈증과는 조흔 곶감을 꿀물에 당그고 또 실백을 느흐라
식혜	찹쌀 (1)	옛기름물, 꿀, 석류 (3)	찹쌀을 깨끗하게 씻어 밥을 지음 → 옛기름물을 달게 만들 → 찹쌀밥을 물에 씻고 옛기름물에 꿀을 탄 후 찹쌀밥 지은 것을 담금 → 물은 조금 붓고 그 위에 석류를 까서 드문드문 놓음	식혜는 찹쌀을 정하게 쓰러서 밥을 되게 짓고 옛기름물을 달게 하여 찹쌀밥을 물에 씻쳐서 옛기름물에 둬우어서(후략)
과주	소주 (1)	누룩(찹쌀, 밥)	소주에 찹쌀과 밤을 함께 조려 만든 누룩을 소주에	과주는 쇠주의다가 찹쌀 올밤을 हु데 조

		(2)	넣었다가 사오일 후에 먹음	린 누룩의 반죽을 지어서 술공만컴 만들어서니쇠주의 냇따가 스오의후의 씨라
약주	찹쌀 (1)	누룩 (1)	찹쌀술을 하여 고인 후 찹쌀을 살짝 찻다가 누룩을 넣음	약주논 흐되 찹쌀술을 흐여 고인후의 또 또 ○을 흐되 찹살○ 설기찌따가 가우누룩으로 흐여너라
연잎술	연잎 (1)	누룩 (1)	밥과 누룩을 함께 반죽한 것을 연잎에 싸서 두었다가 사일 만에 내어 먹음	연입셔로 술흐는근 조현연닙을 따가가 밥을 누욱의다가 반죽흐여 공구흔헤흐여 연닙의 싸여매다어따니 삼회만의 내어머그라

『반찬등속』에 나타나 있는 음청류의 종류는 5가지로 수정과, 식혜, 과주, 약주, 연잎술가 기록되어 있다. 과주는 소주에 찹쌀과 밤을 함께 조려 만든 누룩을 소주에 넣었다가 사오일 후에 먹는 술을 말하며, 연잎술은 밥과 누룩을 함께 반죽한 것을 연잎에 싸서 두었다가 사일 만에 내어 먹는 것을 말한다.

7. 약밥, 만두

표 7. 『반찬등속』에 나타난 약밥, 만두의 재료

음식명	재료		조리법	본문내용
	주재료	부재료		
약밥	찹쌀 (1)	대추, 밤, 잣, 꽃감, 생강, 제육젓, 참기름 (7)	찹쌀을 씻고 대추를 삶아 껍질을 벗김 → 찹쌀에 제육젓을 넣어 밥을 지음 → 껍질을 벗긴 밤과 잣을 함께 넣고 꽃감과 저민 생강, 참기름을 넣고 밥을 되게 지음(이때 솥을 자주 열지 않음) → 밥에 뜸이 다 들면 솥을 열고 주걱으로 슬슬 이기어 한데 합하고, 다시 솥뚜껑을 닫아 뜸을 들이고 퍼냄	약밥은 조흔 찹쌀을 정하게 씻어서 또 조흔 대초을 살마 껍질을 벅기고 그 대초육을 찹쌀과 혼데 합흐여 밥을 짓되 밤을 껍질을 벅기고 또 잣슬 까셔 밤과 혼데 늦코(후략)
만두	메밀가루	배추, 고기, 생강, 파	메밀가루를 곱게 하여 반죽함 → 송편같이 빚되	만두는 메밀가루 곱게 흐여 반죽을 되게

	(1)	(4)	송편보다는 크게 만들 → 배추와 고기를 저미고 생강과 파를 잘게 썰어 한테 합쳐 만두소로 넣음 → 국솥에 삶아서 먹음	호여 송편갓치 비지 되 송편과는 크게 만들어서 그속은 비츠와 고기를 도마에 늦코 논도호여(후략)
--	-----	-----	---	---

『반찬등속』에는 그 외에 약밥과 만두의 조리법에 대해서도 기록되어 있다. 약밥은 찹쌀에 제육젓을 넣고 껍질을 벗긴 밤과 잣을 함께 넣고 꽃감과 저민 생강, 참기름을 넣고 밥을 되게 짓는다. 밥에 뜬이 다 들면 퍼내어 만드는 것이다. 만두는 메밀가루를 곱게 하여 반죽하고 송편 모양으로 크게 빚고, 만두소는 배추와 고기를 저미고 생강과 파를 잘게 썰어 한꺼번에 합쳐 넣어 국솥에 삶아서 먹는 음식이다.

【관련논저】

권선영, 『반찬등속』의 식재료 사용을 중심으로 본 1910년대 청주지역의 식문화, 한국식생활문화학회지 제25권 제4호 (2010년 8월) pp.410-415

【집필자】

정혜경(호서대학교) · 우나리아(호서대학교) · 배은석(한국에코뮤지엄연구소)

【자료명】

『부인필지』(夫人必知, 婦人弼支)

【정의】

『부인필지』는 을묘년(1915)에 쓰여진 필사본으로 음식과 의복 등을 다루고 있으며, 생활에서 필히 알아두어야 할 것들을 순 한글로 기록한 책이다. 빙허각 이씨 원저의 『규합총서』가 『간본규합총서』요약본으로 편찬되었고, 이것이 다시 『부인필지』로 필사된 것으로 전해진다. 1책 2권으로 상권, 하권으로 구성되어 있다. 상권에는 음식에 관한 내용이 수록되어 있고, 하권에는 의복, 방적, 잠상, 도침법, 세의법, 좀 못 먹게 하는 법, 수놓는 법, 사물, 물류상감 등 일상생활에 필요한 내용이 서술되어 있다.

【음식관련 정의】

『부인필지』의 상권에는 음식에 대한 내용이 12장으로 분류되어, 총 115종의 음식이 약주제품, 장초제품, 반죽제품, 다품, 침채제품, 어육품, 상극류, 채소류, 병과류 등의 만드는 법과 조리과정의 주의점 등이 기록되어 있다. 그 외에 과채수장법, 여러 가지 과일의 독, 여러 가지 기름수취법 등에 관한 내용도 수록되어 있다.

【서지】

표제/책임표시사항: 반夫人必知
 형태: 필사본 (표기문자: 한글)
 판식: 무괘(無罫). 매(每) 반엽(半葉) 12행(行)
 편찬자: 빙허각이씨,
 발행사항: 1913
 형태사항: 가로 16.5cm 세로 25.55cm
 상하 2권 1책으로 32매(枚)
 소장처: 서울대학교 규장각 한국학연구원(古 29001)

표지에는 ‘부녀필지단(婦女必知單)’이라 되어 있고, 목차에는 한글로 부인필지, 한자로 ‘夫人必知’와 ‘婦人弼支’로 쓰여 있다.

【목차와 구성】

1책 2권으로 상권, 하권으로 구성되어 있으며, 음식 관련 내용은 상권에 기록되어 있다.

목차의 순서는 상권과 하권으로 분리되어 기록되어 있다. 장은 일장부터 삼십장으로 구성된 것으로 보이나 장을 순서대로 헤아리다가 중간에 누락된 숫자가 보인다.

상권 목록 서차(上卷 目錄 序次)

음식총론(飲食總論) 일장	상극류(相剋類)	십일장
약주제품(藥酒諸品) 이장	채소류(菜蔬類)	십사장
장초제법(醬醋製法) 사장	병과류(餅果類)	십오장
반죽제품(飯粥諸品) 칠장	과채수장법(果菜水藏法)	십구장
다품(茶品) 팔장	제과독(諸果毒)	이십일장
침채제품(沈菜諸品) 팔장	제유수취법(諸油水取法)	이십일장
어육품(魚肉品) 구장		

하권 목록 서차(下卷 目錄 序次)

의복(衣服) 이십이장	좀 못 먹는 법(衣魚不食法)	이십육장
방덕(紡績) 이십사장	슈 놓는 법(刺繡法)	이십육장
잠상(蠶桑) 이십사장	사물(四物, 事物)	이십칠장
도침법(搗砧法) 이십오장	물류상감(物類相感)	삼십장
세의법(洗衣法) 이십육장		

【음식관련 내용】

『부인필지』에 나오는 음식을 주식류, 찬물류, 떡류, 과점류, 음청류, 술 양념류, 저장식품 등으로 분류하여 정리하면 다음과 같다.

1. 약주제품

표 1. 『부인필지』에 기록된 약주제품의 종류와 재료

음식명		재료 (재료 가짓수)	조리법	본문 내용
원문명	현대어명			
-	청주	지에밥, 누룩(2)	-	-
와송주	와송주	술, 소나무 (2)	소나무 파기 → 술 빛어 넣기 → 소나무 뚜껑 하여 덮기	비슷이 누운 큰 소나무를 구유 를 파고 가운데 술을 빛어 넣고 [후략]
소국주	소국주	백미, 누룩, 물, 동도지(4)	백미 작말 → 흰물이 떡 찌기 → 누룩 물 에 넣기 → 동도지로 젓기 → 바람 없고 냉기 있는 곳에 두기	정월 첫 해일에 생치 누룩 칠 흙을 여덟 되에 담가 삼일 만에 제국에 짜서 체에 받치고 백미 닷 되를 깨끗이 씻어 작말하여 [중략] 물에 넣어 두었다가 삼일

				만에 동으로 뺀은 복쫑화(복숭아)나무가지로 풀어지게 저어 [후략]
감향쥬	감향주	점미, 누룩, 물(3)	점미 작말 → 구멍떡 만들 → 삶기 → 누룩가루 넣기 → 시루에 찌기	점미 서 되 정히 씻어 작말하여 깃체에 치고 누룩을 이슬 맞히고 별에 쪄여 세말하여 깃체로 쳐서 한 되 하여 놓고 쌀가루로 구멍떡 만들어 물에 뜨도록 삶아 누룩가루에 넣어 풀젓개로 활짝 풀어지게 저어 단단히 봉하여 더운데 두었다가 [후략]
일일쥬	일일주	점미, 누룩가루, 물(3)	점미로 죽 쑤기 → 누룩가루 섞기 → 따뜻한 곳에 두기	미 한 되 몹지도 되지도 않게 죽(죽) 쑤어 누룩가루 서 되 닷흙 섞어 항아리에 담고 막대를 두엇이 늘어지게 저어 거품이 일어나거든 즉시 항아리를 봉하여 따뜻한데 두면 저녁에 술이 되느니라.
삼일쥬	삼일주	백미, 누룩가루, 정화수(3)	정화수, 누룩가루 섞기 → 백미 넣기 → 죽 쑤기	겨울에는 정화수를 여름에는 물을 끓여 도로 식혀 한말에 누룩가루 두 되를 섞어 항아리에 넣고 백미 한 말을 정히 씻어 죽 쑤어 섞으면 삼일 만에 술이 되느니라.
구기쥬	구기주	청주, 구기나무뿌리(꽃, 열매)(2)	구기나무뿌리 음건 → 청주에 담그기	정월 상인일에 구기나무뿌리를 캐서 음건하여 한 근을 상묘일에 청주 한말에 담가 [후략]
연엽쥬	연엽주	백미, 누룩가루, 물, 연잎(4)	백미 찌기 → 물 넣고 끓이기 → 누룩가루 빵기 → 독에 연잎, 밥, 누룩가루를 번갈아 놓기	백미한말 정히 씻어 찌고 물 두 되 끓여 밥과 물이 다 식은 후 한데 섞고 누룩가루 칠 흡 세말하여 연잎(연잎)을 독 밑에 펴고 밥 한 켠 넣고 누룩가루 펴고 또 연잎(연잎) 펴고 밥 넣고 누룩 떠서 켠 안치듯 하여 [후략]
두견쥬	두견주	백미, 점미, 진말,	백미 빵기 → 물과 섞어 끓이기 → 가루	정월 첫 해일에 백미 두말 닷되 정히 씻어 가루 내어 소라기

		누룩가루, 물, 두견화, 배짚(7)	누룩 건조 → 독에 벗 짚 연기 채우기 → 숙성 → 두견화, 백미, 점미, 물 넣기 → 메밥과 찰밥 짓기 → 누룩과 두견화를 넣고 익힘	에 담고 물 두말 닷 되를 펄펄 끓여 쌀가루에 고루 부어 개어 밤을 재워 어름같이 식은 후 가루누룩을 이슬 맞혀 별에 말려 깃체에 쳐서 한 되 서 흡과 진말 칠 흡을 넣어 고루 버무려 향아리를 정히 우렸다가 벗짚을 불태워 향아리를 불에 덮어 연기가 향속에 가득한 채로 [후략]
도화 주	도화주	백미, 점미, 누룩, 물, 도화, 도화가지(6)	백미 작말 → 끓인 후 식히기 → 누룩, 연말과 섞기 → 백미, 저미, 도화 넣고 익힘	정월에 백미 두말 닷 되를 정히 씻어 작말하고 물 두말 닷 되를 끓여 어름같이 차게 하여 좋은 누룩 한 되를 연말 한 되와 섞어 향아리에 넣어 두었다가 도화가 피거든 백미와 점미(찹쌀) 각 열두를 정히 씻어 합하여 찌고 물 엿말을 끓여 밥과 물이 다 식은 후 먼저 만든 술(술)밑에 버무려 도화 두되를 [후략]
국화 주	국화주	술, 황국, 굴껍질(3)	술에 황국을 담그기 → 굴 껍질 넣기	황국이 피거든 술 한말에 꽃 두되를 줌치(작은 주머니)에 넣어 독 속에 달면 [중략] 굴은 술(술)에 넣으면 [후략]
송절 주	송절주	백미, 점미, 진말, 녹말, 술, 송절매주, 두견화, 황국, 유자껍질(9)	백미 작말 → 끓이기 → 녹말 넣기 → 불 한불열한 곳에 놓기 → 송절 고르기 → 백미, 점미 송절물로 찌기 → 황국, 두견화, 유자껍질 넣고 달임	백미 닷 되를 정히 씻어 작말하여 물 닷 되를 끓여 식혀 녹말 칠 흡, 진말 칠 흡 넣어 버무려 단단히 봉하여 [중략] 송절(송절) 마디에 한 마디씩 취하여 두 말을 정히 씻어 물 부어 고아 식히고 백미와 점미 각 한 말을 정히 씻어 각각 대어 찼 때 [중략] 가을이거든 황국을 넣고 봄이거든 두견화를 넣고 겨울이거든 유자껍질을 줌치에 넣어 달여 익히면 풍담을 없게 하는 약쥬니라.
과하 주	과하주	백미, 점미, 누룩가루,	백미 작말 → 가루누룩 넣기 → 점미 찌	춘하 간에 백미 힌 되 작말하여 범벅해서 식은 후 가루누룩 오

		소주(4)	고 버무리 → 소주 넣기	홉 넣어 두었다가 맛이 쓰거든 (소주 고아 부었다가) 점미 한 말 지에 찌서 식혀 술밑에 버무리 두었다가 맛이 쓰거든 소주 고아 부었다가 칠일 만에 뜨되 한 말에 소주 열 그릇씩 부어라.
소주	소주	곡물, 누룩, 물(3)	밥을 차게 식힘 → 누룩을 넣기 → 물을 붓기	[전략]술은 밥을 차게 식혀하면 쓴 맛이 없고 누룩을 받쳐서 하면 잡맛이 없고 그릇은 정히 하여야 변하지 아니하느니라.

술은 순곡주 6종류, 약용곡주 1종류, 가향곡주 5종류, 혼성주가 1종류로 총 14종류가 소개되고 있으며, 순곡종류주의 제조법인 소주 고는 법이 기록되어 있다. 특히 『부인필지』는 국화주와 와송주가 기록된 것이 특징이다. 와송주는 소나무를 파서 술을 빚어 넣어 만들고, 국화주는 술에 황국을 담그고 굴껍질을 넣어 만든다고 설명되어 있다.

2. 장, 초류

표 2. 『부인필지』에 기록된 장, 초류의 종류와 재료

음식명		재료 (재료 가짓수)	조리법	원문 내 음식
원문명	현대어명			
어육장	어육장	쇠고기, 생치, 닭, 도미, 민어, 생복, 홍합, 물, 메주, 소금(10)	쇠고기, 생치, 닭, 도미, 민어, 생복, 홍합 손질 → 물에 끓이고 식히기 → 메주, 소금에 담그기	[전략] 우둔(소고기) 한 보를 기름과 심줄을 없애고 생치(뽕)와 닭 각 열 마리를 내장을 없애고 도미나 민어 열 마리를 내장과 비늘과 머리를 다 없애고 별에 말리고 생복 홍합 두어 되씩 정히 씻어 우둔을 먼저 넣고 [후략]
청태장법	청태장	청태콩, 소금(2)	청태콩으로 메주만들 → 말리기 → 소금 넣고 장담금	청태콩(청태콩)을 많이 찌 칼자루 같이 뒤흔을 만들어 섬에 넣어 누른 옷 입거든 꺼내어 별이나 더운 곳에 말려 소금을 짜게 하지 말고(후략)
급히장담가난	-	소금, 진말(밀가루), 된장(3)	소금, 진말 볶기 → 된장과 물을 섞어 졸이기	소금 칠 홉을 볶다가 진말(밀가루) 팔홉을 섞어서 같이 볶아 빛이 누른 후 묵

법				은 된장에 섞어 [후략]
고초장법	고추장	메주, 백미, 소금, 고춧가루, 찰밥(4)	백미로 흰무리떡 만들 → 메주와 같이 찌기 → 세말 → 소금, 고춧가루, 찰밥과 섞어 익힘	되조 한 말을 썬것거든 백미 두 되를 흰무리떡을 만들어 되조에 넣어 같이 찌어 퍽은 후 세말하여 가루 한 말에 소금 서되와 고초가루(고춧가루) 한 되를 섞고 찰밥 두 되 질게 지어 [후략]
즙장법	즙장법	밀기울, 콩, 속뜨물, 콩잎, 외, 가지, 더운 물, 꿀(7)	밀기울, 콩 볶고 작말 → 속뜨물에 반죽 → 콩잎 띄우고 시루에 찌기 → 건조 → 오이, 가지 건조 → 항아리에 넣기 → 더운물 붓기 → 꿀 타먹기	[전략] 밀기울 한 말 누렇게 볶고 콩 닷 되 볶아 거피하여 같이 작말하여 속뜨물에 반죽하여 [후략]
청국장	청국장	콩, 쇠고기, 다시마, 고추, 무(4)	콩 볶고 갈기 → 삶은 즙 달이기 → 쇠고기, 다시마, 고추, 무 넣기	콩 볶아 맷돌에 타서 껍질 없이 까불어 물 많이 붓고 삶아 그 즙은 따로 두고 콩은 오장이에 넣어 더운데 두면 삼사일 후에 실이 날것이니 [후략]
초	초	정화수, 누룩가루, 점미, 복숭아 가지, 술밥, 길경, 초, 배감, 창포뿌리, 대추(10)	정화수와 누룩가루 볶기 → 점미 넣기 → 복숭아 가지로 짓기 → 양지에 두기	정화수 한 동이에 누룩가루 너 되를 누렇게 볶아 타서 오지항아리에 넣어 봉하여 두었다가 정일에 점미 한 말 정히 씻어 더운 김에 그 항아리에 붓고 복숭아 가지로 저어 [후략]

『부인필지』에 기록된 장, 초류는 어육장, 청태장법, 급히 장담가난법, 고초장법,즙장법, 청국장 등의 장이 6종류, 초 만드는 법이 1종류가 소개되어 있다.즙장법은 밀기울, 콩을 볶고 속뜨물에 반죽을 한 뒤 콩잎을 띄우고 시루에 찌워 건조시킨 뒤 항아리에 넣고 더운물을 부어 꿀을 타먹는 다고 나와 있다. 초 만드는 법은 정화수와 누룩가루 볶고 점미를 넣은 뒤 복숭아 가지로 짓고 나서 양지에 둔다고 설명되어 있다. 그 밖에 장의 중요성과 장 담그는 길일, 장 담그는 비법, 장 간수법 등과 초의 중요성과 제조법이 기록되어 있다.

3. 반, 죽제품

표 3. 『부인필지』에 기록된 반, 죽류의 종류와 재료

음식명	재료	조리법	본문내용
-----	----	-----	------

원문명	현대어명	(재료 가짓수)		
-	팥물밥	붉은팥, 쌀 (2)	적두 삶기 → 팥 물로 밥 짓기	적두(적두)를 통째로 삶아 팥(팥)은 건지고 그 물에 좋은 쌀로 밥을 지으면 빛과 맛이 좋다고 이르느니라.
약밥	약밥	정미(찹쌀), 대추, 밤, 꿀, 참기름, 진장(6)	재료 준비(찹쌀, 대추씨 바르기, 밤까기) → 찹쌀 찌기 → 찹쌀밥 에 꿀, 참기름, 장을 섞어 다시 찌기	좋은 점미 한 말이면 육후한 대초(대추) 한 말 씨 바르고 밤 한 말을 까서 쪄개고 쌀을 오래 담그면 밥이 질어서 못쓰니 반 일만 담갔다가 찌되 쌀알만 익거든 내어 [중략] 조를(대추와 밤)을 섞고 꿀 한 주발, 참기 름 한 되, 진한 장 한 탕기만 쳐서 [후략]
타락죽	타락죽	쌀, 생우유 (2)	쌀을 갈아 생유 로 죽 쑤기	쌀을 담가 물이(무리)를 갈아서 생유(생우 유) 한 사발이면 물이 한 사발 쑤다가 반 쯤 익거든 우유를 부어 화합하느니라.
팥죽	팥죽	쌀, 대추, 찹쌀 가루, 강즙(4)	대추, 팥 고기 → 새알심 반죽	대초(대추)를 많이 팥(팥)에 넣고 고우고 새알(새알심)을 강즙을 넣고 반죽하면 좋 으니라.

『부인필지』에 기록된 반, 죽제품의 종류와 재료이다. 그 종류는 팥물밥, 약밥, 타락죽, 팥죽으로 총 4가지가 기록되어 있다. 약밥은 찹쌀, 대추, 밤을 이용해서 찐 뒤 찹쌀밥에 꿀, 참기름, 장을 섞어 다시 찌는 것이며, 타락죽은 쌀과 생우유를 이용해서 만드는 죽으로 쌀을 갈아 생유로 죽을 쑤는 것으로 나와 있다.

4. 차품

표 4. 『부인필지』에 기록된 차품류와 재료

음식명		재료 (재료가짓 수)	조리법	본문 내용
원문명	현대어명			
매자다	매자다	오매옥, 백 청, 물(3)	오매옥 세말 → 백청 끓이기	오매옥 세말하여 백청을 끓이다 가 타서 백 향아리에 넣었다가 여름에 물에 타 먹으면 제호탕 같으니라.
국화다	국화다	감국화, 백 청, 물(3)	감국화 푸른 꼭지 제거 → 물에 달임 → 백청	감국화 반쯤 피거든 푸른 꼭지

			에 타먹기	없이 따서 좋은 물에 달여 백청(백청)을 타 먹느니라.
매화다	매화다	매화, 끓는 물(3)	매화 봉우리 말림 → 끓는 물에 넣기	납월(12월)후에 대칼로 반쯤 핀 매화 봉우리를 따서 말려 여름에 끓는 물에 넣으면 [후략]
도다	도다	포도, 문배, 생강, 백청, 백비탕(5)	포도, 문배 즙내기 → 생강즙, 백청, 백비탕에 타먹기	포도와 문배를 찌드려 즙을 내고 생강 자연즙에 백청(백청)을 타 백비탕 식혀 세 즙을 조화시키면 좋으니라.

『부인필지』에 기록된 차품류의 종류와 재료이다. 그 종류는 4가지로 매자다, 국화다, 매화다, 도다가 있다. 매자다는 오매옥 세말하여 백청을 끓이는 것으로 기록되어 있으며, 도다는 포도, 문배를 즙 내어 생강 자연즙에 백청을 타 백비탕에 타먹는 것으로 나와 있다.

5. 침채류

표 5. 『부인필지』에 기록된 침채류의 종류와 재료

음식명		재료 (재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어법			
동침이	동치미	무, 소금, 외지, 배, 유자, 총백, 생강, 파, 고추, 백청, 석류, 잣 (12)	무절이기 → 배, 유자, 총백, 파, 고추를 넣고 소금물 붓기 → 먹을 때 백청, 석류, 잣을 곁들임	잘고 반드런 무우를 꼬리 채 깎아 소곰(소금)에 절여 [중략] 외지를 절여 넣고 배와 유자를 곱질을 벗겨 온채로 넣고 총백(총백)을 한 치씩 썰어 쪄고 좋은 생강 파 고초(고추)를 씨 없이 썰어 [후략]
용인외지법	용인외지법	외지, 뜯물, 소금(3)	황과에 뜯물과 소금물 붓기	황과를 꼭지 없이 하여 항아리에 넣고 맑은 뜯물과 냉수를 합하여 소곰(소금)을 타서 항아리에 붓고 [후략]
장스잔디	장짚지	오이, 무, 배추, 장, 파, 생강, 생복, 마른 전복, 청각, 고추 (10)	오이, 무, 배추를 데친 후 장에 절이기 → 생복, 마른 전복, 청각, 고추	여름에 어린 외와 무우 배추를 잠깐 삶아 장에 절이고 파 생강 저며 넣고 생복이나 전복 말린 것과 청각(청각) 고초(고추) 등속

			켜켜 담기 → 장, 냉수 붓기	을 켜켜 넣어 [후략]
--	--	--	---------------------	--------------

『부인필지』에 기록된 침채류의 종류와 재료이다. 그 종류로는 동침이, 용인외지법, 장스잔디로 총 3가지가 있다. 용인지외법은 항과에 뜬물과 소금물을 부어 만들고, 장스잔디는 오이, 무, 배추를 데친 후 장에 절여 생복, 마른전복, 청각, 고추를 켜켜 담아 장, 냉수를 붓는다고 나와 있다.

6. 어육류

표 6. 『부인필지』에 기록된 어육류의 종류와 재료

음식명		재료 (재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문 명	현대 어명			
완자 탕	완자 탕	생선, 제육, 쇠고기, 생 치, 닭고기, 후추, 생강, 기름, 장, 계 란, 녹말, 백 자(12)	생선, 제육, 생치, 닭 고기 다지기 → 양념 하여 밤알크기로 완 자 만들기 → 계란 또는 녹말을 입혀 끓 이기	생선을 껍질과 뼈 없이 하여 칼로 다져, 제육이나 쇠고기나 생치나 닭 고기나 난도하여 섞어서 호쵸(후추) 생강과 기름 장 화합하여 밤알 크기 로 만들어 속에 백자 하나씩 넣어 계란이나 녹말 씌워 탕국에 끓이나 니라.
-	잉어 탕	니어(잉어), 술, 초장즙 (3)	술을 한잔 부어 끓이 기	[전략] 끓일 때에 술(술)을 한잔 붓고 익은 후에 초장즙(초장즙)을 부어야 좋으니라.
-	복어 탕	복어, 백반, 기름, 미나 리, 청장(5)	복어에 백반, 기름을 붓고 미나리, 청장을 넣어 끓이기	[전략] 배와 등을 따고 혈맥을 다 거 두고 가늘게 썰어 물에 무수히 빨아 피 한 점도 없이 한 후에 백반 한 조각을 넣고 기름을 많이 붓고 미나 리 넣고 청장(청장)에 [후략]
청어 젓	청어 젓	청어, 소금 (2)	청어에 소금 뿌려 저 장	청어(청어)를 발 위에 퍼 놓고 소금 을 뿌려서 켜켜 놓아 [후략]
게스 짐	게찜	게, 계란, 장, 기름, 파, 생 강, 후추(8)	게장 굽기 → 양념 섞 기 → 중탕	게의 누른 장과 검은 장을 각각 굽어내 어 누른 장을 계란에 섞고 장 기름을 쳐 서 파 생강 호쵸(후추) 등속을 넣어 그릇 에 담아 중탕 [후략]
게젓	게젓	검은 장, 쇠 고기, 게, 천 초, 꿀(5)	항아리에 게를 켜켜 넣고 검은 장 붓기 → 수일 후 장 달여 다시 부은 후 천초와	검은 장을 항아리에 붓고 쇠고기를 두어 쪽 넣고 항아리 밑을 흙으로 발라 걸고 숯불을 피워서 달여 식힌

			꿀을 조금 넣기	후 계를 정히 씻어 넣어 수일 후 그 장을 따라 다시 달여 붓고 천초(천초)를 씨 떼어 조금 넣되 [후략]
전복 침채	전복 침채	전복, 유자 껍질, 배, 소 금, 무, 생강 (5)	전복, 유자껍질, 배썰 기 → 소금절이기	전복(전복)을 물에 불려 얇게 저며서 유자껍질과 배를 가늘게 썰어 저민 것을 줍치처럼 만들어 그 속에 넣고 소금을 부어 무우 생강과 등숙을 넣어 [후략]

『부인필지』에 기록된 어육류의 종류와 재료이다. 그 종류로는 총 7가지가 있으며, 완자탕, 잉어탕, 복어탕, 청어젓, 게스짐, 계젓, 전복침채가 있다. 잉어탕은 끓일 때 술을 한 잔 붓고 익은 후에 초장즙을 부어야 좋다고 나와 있으며, 전복침채는 전복, 유자껍질, 배를 썰어 소금에 절이는 것으로 설명되어 있다.

7. 상숙류

표 7. 『부인필지』에 기록된 상숙류의 종류와 재료

음식명		재료 (재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어 명			
스독~ 이좌반	똑똑이 좌반	우둔, 장, 기름, 꿀, 검정깨, 후춧가루, 계 피가루(7)	우둔 저미기 → 기름, 꿀 을 넣어 볶 기 → 후추, 계피가루 뿌 리기	우둔을 얇게 저며 [중략] 장을 치 고 기름과 꿀을 넣어 다시 볶아 강정깨(검정깨)를 넣고(후춧가루)후 춧가루 계피가루 겸하여 [후략]
족편	족편	족, 생치, 후추, 잣가 루, 계란(5)	족 고기 → 생치, 잣가 루, 계란 채 쳐 굽히기	족(족)을 고을 때 [중략] 생치를 난 도하여 후추(후추) 잣가루를 섞어 그 위에 깔고 족 고은 것을 그 위 에 또 깔아 굽은 후 계란을 부쳐 채쳐 넣느니라.
고초장 복늬법	고추장 볶음	고추장, 쇠고기, 꿀, 파, 생강, 잣, 통깨(7)	고추장에 다 진 쇠고기, 꿀 등을 넣 고 볶기	고초장(고추장)과 쇠고기를 난도 한 것을 상등하게 하고 꿀을 약간 넣고 파 생강을 난도하여 넣고 기 름을 많이 넣어 숯불에 천천히 볶

				되 자주 저어 기름이 잦을 만하거든 백자와 깨를 넣으라.
제 피 수정	제피수정	제육겍질, 후추, 파, 초장(3)	돼지겍질을 고기 → 굳히기 → 초장 찍어 먹음	뚝겍질(돼지겍질)의 기름을 건고정히 씻어 물 한 말에 후추(후추) 파 넣어 만화로 삶아 무르거든 꺼내서 잘게 썰어 다시 그 물에 넣고 고아서 몹지도 되지도 아니하거든 체에 받쳐 어린 후 초장에 먹느니라.
열구자탕(신선로)	신선로	생치, 제육, 황육, 닭, 해삼, 전복, 양, 천엽, 부아, 곤자손이, 순무우, 미나리, 도랏, 표고, 대하, 생선전, 기름, 찰가루, 계란, 검은 장, 백전병, 면, 후추, 은행, 백자, 대추, 밤, 배, 굴(29)	재료 썰어 볶기, 전유어 부치기 → 제육 국물 내어 함께 끓이기 → 고명 장식	[전략] 황육을 다 잘게 썰어 볶아서 오색 물들여 그릇에 겹겹 놓고 생선(생선) 전유화(전유어)를 부쳐 썰어 기름에 볶고 [중략] 황육 삶아 고기 볶은 즙과 합하여 국을 만들어 붓고 숯불을 피워 끓거든 [후략]
편포	편포	황육, 소금, 기름, 후추, 천초, 깨, 잣가루(7)	고기 다지기 → 갖은양념하기 → 모양 만들기	연한 황육을 난도하여 소금과 기름과 [중략] 모양을 방정히 만들어 쓰느니라.
약포	약포	황육, 생강, 파, 후춧가루, 장, 기름, 백자가루(7)	고기 다지기 고기 다지기 → 갖은양념하기 → 반만 말리기	연한 황육을 난도하여 [중략] 생강 파 난도한 것과 후춧가루(후춧가루)를 한데 넣고 좋은 장과 기름을 쳐서 주물러 채반에다 얇게 펴고 백자가루를 뿌려 반만 말리느니라.
화채국	화채국	오미자물, 꿀, 녹말, 배, 실백(5)	오미자물 우려냄 → 녹말 얇게 부침 → 가늘게 썰기 → 배, 실백, 꿀 타기	오미자를 물에 담가 놓았다가 물이 다 우려나거든 고은 체에 받쳐 놓고 녹말을 얇게 부쳐 가늘게 썰어놓고 배 실백 꿀을 타느니라.
전유화	전유화	생선, 계란, 가루(3)	계란을 입혀 지지기	계란을 묻혀 바로 지지면 [후략]

『부인필지』에 기록된 상숙류의 종류와 재료이다. 그 종류로는 9가지가 있으며, ㅅ독

~이좌반, 족편, 고초장복늬법, 제피수정, 열구자탕(신선로), 편포, 약포, 화채국, 전유화가 있다. 스독~이좌반은 우둔을 얇게 저며 기름, 꿀을 넣어 볶은 후 후추, 계피가루를 뿌리며, 화채국은 오미자 물을 우려내어 녹말을 얇게 부쳐 가늘게 썰어 놓고 배 실백 꿀을 타는 것으로 나와 있다.

8. 채소류

표 8. 『부인필지』에 기록된 채소류의 종류와 재료

음식명		재료 (재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
송이스 찜	송이찜	송이, 황육, 제육, 두부, 유장, 계란, 진말, 후추, 잣가루(9)	황육, 제육, 두부로 소 만들기 → 계란 옷을 입혀 송이지지기 → 끓이기	송이를 얇게 저며 황육과 제육(제육)을 난도하여 두부를 섞어 유장을 맞추어 각색 양념을 하여 소를 만들어 송이 저민 것으로 덮어 계란을 씌워 지지고 [후략]
죽순 채	죽순채	죽순, 황육, 생치, 표고, 석이, 고추, 파, 기름, 진말(9)	죽순 썰고 데침 → 황육, 생치 다지고, 양념하고 기름과 진말을 넣음	죽순을 얇게 썰어 데쳐 담갔다가 황육 또는 생치를 난도 [중략] 기름을 많이 치고 진말을 조금 넣어 만드나니라.
월과 채(호 박)	월과채	황육, 제육, 파, 표고, 석이, 호박, 기름, 소금(8)	호박 썰기 → 황육, 제육 다지기 → 파, 표고, 석이 등을 함께 볶음	어리고 연한 호박을 얇게 썰어 황육이나 제육(제육)을 난도하여 넣고 파 표고 석이를 넣어 냄비를 먼저 달구고 기름 부어 볶아 깨소금 뿌려 [후략]
동화 선	동화선	동화, 기름, 겨자, 꿀(4)	동화 썰기 → 기름으로 지지기	[전략] 동화를 잘게 썰어 기름을 넣어서 지지고 [후략]

『부인필지』에 기록된 채소류의 종류와 재료이다. 그 종류로는 4가지로 송이스찜, 죽순채, 월과채(호박), 동화선이 있다. 송이스찜은 송이를 얇게 저며 황육, 제육, 두부로 소를 만들어 계란 옷을 입혀 송이를 지진 후 끓이는 것이며, 월과채(호박)는 호박을 썰어 황육, 제육을 다져 파, 표고, 석이 등을 함께 볶는다고 나와 있다.

9. 병과류

표 9. 『부인필지』에 기록된 병과류의 종류와 재료

음식명		재료 (재료 가짓수)	조리법	본문 내용
원문 명	현대어 명			
복령 병	복령병	백복령가루, 쌀가루, 설탕물, 계피, 잣가루(6)	백복령가루와 쌀가루를 섞기 → 설탕물에 버무려 찌기 → 계피, 잣가루 없기	백복령 가루와 쌀가루를 상반하여 설탕물에 버무려 찌되 계피와 잣가루를 위에 얹으면 [후략]
유자 단조	유자단자	유자 껍질, 건시, 찹쌀가루, 당귀가루, 설탕물, 황률, 꿀, 후추, 계피(9)	유자 거피 후 작말 → 찜은 건시, 찹가루, 당귀가루, 설탕물로 반죽 → 삶은 황률, 후추, 계피로 소 만들 → 작말한 것에 묻히기	유자껍질을 말려 작말하고 건시를 찜어 찹가루에 당귀가루도 조금 섞어 합하여 설탕물에 반죽하여 중편체에 찌되 [후략]
두텁 스덕	두텁떡	찹쌀, 팥, 대추, 건시(4)	찹쌀 갈기 → 팥소 만들기 → 건시, 대추 채쳐 넣기 → 찌기	찹쌀을 정히 씻어 맷돌에 곱게 갈아 [중략] 팥소(팥소)를 만들어 차례로 놓되 [중략] 찌내어 [후략]
대초 인절미	대추인절미	찹쌀, 대추(2)	찹쌀 찌기 → 대추 짓이겨 섞기 → 치기	찹쌀 좋은 것을 더운물에 담가 [중략] 대추를 짓이겨 섞어 오래 쳐야 좋으니라.
송편	송편	쌀가루, 팥, 계피, 건강가루, 호도, 잣가루, 참기름, 솔잎(8)	쌀가루로 반죽 → 소 넣기 → 찌기 → 참기름 바르기	쌀가루를 김체에 뇌여 [중략] 팥(팥)에 계피 건강가루 호도 잣가루를 합하여 소로 넣고 솔닙(솔잎)을 격지 놓아서 찌내어 물에 씻어 참기름을 바르나니라.
토련 병	토련병	토란, 찹쌀가루, 참기름(3)	토란 삶기 → 찹가루에 섞어 찌기 → 참기름에 지지기	토련(토란)을 익게 삶아 거피하여 찹가루에 섞어 무르녹게 찌서 떡을 만들어 참기름에 지지느니라.
잡과 편	잡과편	대추, 건시, 생률, 찹쌀가루, 황률, 계피, 호도, 잣가루(8)	대추, 건시, 생률 썰기 → 찹쌀가루로 골무떡 만들기 → 황률 삶기 → 소 넣기 → 고명 없기	대초(대추)와 건시를 얇게 저며 말려서 머리털같이 썰어 생을 채쳐 한데 섞고 찹가루는 골무떡을 만들어 삶아내어 [후략]

감자 병	감자병	감자, 쌀가 루(2)	감자 거피 → 말리기 → 쌀가루와 섞어 찌 기	감자를 껍질째 씻어 말려 작말하여 쌀가루와 합하여 떡을 찌느니라.
나복 병	나복병	무, 소금물, 쌀가루(3)	무 썰기 → 소금물에 담그기 → 쌀가루 문 히기 → 시루에 올리 기	[전략] 무우쪽을 시루에 안칠 때에 쌀가루를 대강 뿌려 찌느니라.
원소 병	원소병	찰쌀 가루, 사 탕물, 대 추(3)	찰쌀가루, 설탕물 반 죽 → 찐 대추 즙내 어 넣기 → 경단처럼 빚기 → 설탕물에 삶 기	찰가루를 김체에 쳐서 설탕물에 반 죽하여 대초(대추)를 찌 걸러낸 즙 에 넣어 경단만큼 빚어 설탕물에 삶아 슈단(수단)같이 물채 먹나니 [후략]
증편	증편	백미, 탁주, 참기름, 대 추, 건시, 석 이, 잣, 기름 (8)	백미 갈아 말리기 → 탁주, 냉수, 참기름으 로 반죽 → 유지로 싸매어 놓기 → 대추, 말린 석이 올리기 → 찌기	백미를 옥같이 쓸어 정히 씻어 [중 략] 탁주(탁주)에 냉수를 타고 참기름 조금 가지고 반죽을 헤치고 [중략] 대초(대추) 건시 석이(석이)를 잘게 썰어 위에 뿌리고 실백을 반씩 쪼 개어 박고 [후략]
상화	상화	밀기울 죽, 탁주, 가루 누룩, 밀가 루, 꿀팍소 (5)	밀기울, 탁주, 가루누 룩으로 반죽 → 꿀팍 소 빚기 → 물에 담 가 뜨는 것 건지기 → 시루에 찌기	밀기울 죽에 탁주(탁주)를 타서 쑤 어 같이누룩(가루누룩) 소금 버무려 [중략] 꿀팍소(꿀팍소)를 위는 두껍고 밑은 얇게 빚어 백지를 펴고 [후략]
유밀 과	유밀과	진말, 유청, 꿀, 기름, 소 주, 계피, 건 강, 잣가루 (7)	진말, 유청, 꿀, 기름, 소주로 반죽 → 기름 에 지짐 → 꿀, 계피, 건강에 담그기 → 잣 가루 뿌리기	진말 한 말에 유청도 각 한 말이 드나니 꿀과 기름을 한데 섞고 소 주(소주) 조금 쳐서 급히 반죽하여 [후략]
용안 육다 식	용안육 다식	용안육, 설 탕물(2)	용안육 짓이김 → 설 탕물에 반죽	용안육을 짓이겨 설탕물에 반죽하 여 [후략]
흙님 다식	흙님다 식	흑임자, 설 탕가루(2)	흑임자 기름 짜기 → 다식판에 설탕과 박 기	[전략] 설탕가루로 메우고 박으면 검은 비단에 흰 글자 놓은 것 같으 니라.
녹말 다식	녹말다 식	오미자국, 연지, 녹말, 계피, 건강 (4)	오미자국, 연지, 녹말 로 반죽 → 음건 → 설탕물, 꿀에 다시 반 죽 → 계피, 건강가루	[전략] 연지를 타서 녹말을 반죽하 여 [후략]

			넣고 박기	
스족 정과	쪽정과	산사, 백청 (2)	산사 쪼개어 데치기 → 물 버리기 → 백 청 붓기	굵은 산사를 쪼개어 씨 없이 물에 데쳐 물은 따라 버리고 백청(백청) 을 부어두면 오래 두어도 빛과 맛 이 여전하니라.
생강 정과	생강정 과	생강, 꿀물 (2)	생강 삶기 → 꿀물에 넣고 졸이기 →	생강을 삶아서 물을 버리고 꿀물을 넣어 [후략]
앵도 편	앵도편	앵두, 녹말 (2)	앵두를 체에 거르기 → 새옹 졸이기 → 녹말 넣고 졸이기 → 식히기	앵도를 체에 걸러 새옹에 졸여서 영길 만하거든 녹말을 조금 타 익 게 졸여 접시에 떠보아 쪽편 같거 든 퍼서 식혀 쓰느니라. [후략]
모과 편	모과편	모과, 녹말 (2)	모과를 체에 거르기 → 새옹 졸이기 → 녹말 넣고 졸이기 → 식히기	앵도편과 같이 하나니라.
살구 편	살구편	살구, 녹말 (2)	살구를 체에 거르기 → 새옹 졸이기 → 녹말 넣고 졸이기 → 식히기	
향설 고	향설고	문배, 후추, 꿀물, 생강, 오미자국(5)	문배 거피 → 후추, 꿀물, 생강 넣고 지짐	시고 단단한 문배를 껍질을 벗겨 후추(후추)를 박아 꿀물에 타서 노 구에 붓고 생강을 저며 넣어 [후략]
스덕 볶기	떡볶이	등심살, 유 장, 흰떡, 파, 표고, 석 이, 잣소금, 후춧가루(8)	흰떡, 쇠고기를 유장 으로 양념하기 → 파, 표고, 석이 등과 같이 볶기	흰떡을 썰어 숙육과 양깃 등심살을 풀잎같이 저며 유장을 맞추고 파 표고 석이를 가늘게 썰어 [후략]
국 슈 비빔	국수비 빔	국수, 숙육, 제육, 해삼, 배, 생강, 표 고, 파, 정 육, 미나리, 잣, 깨소금, 후춧가루, 초장(14)	수육, 제육, 해삼 저 미기 → 배 생강, 표 고 파 다진 후 볶기 → 다진 정육에 잣을 넣어 완자를 만듦 → 삶은 미나리, 잣, 깨 소금, 후추 → 국수와 준비된 재료를 비비 고, 초장을 부음	발 잘고 질긴 국수(국수)를 그릇에 한 켠 놓고 숙육(숙육)과 삶은 제육 (제육) 해삼을 저며 놓고 채친 배 생강 표고 파를 다 채쳐 볶고 덩육 (정육)을 다져 속에 윈잣(통잣)을 넣 어 완자를 만들어 미나리 삶아 한 합하여 실백 깨소금 후춧가루(후춧 가루)를 뿌려 국수(국수)에 넣어 비 비되 맛 좋은 초장을 부으면 희한 하니라.
광주	광주백	쌀, 옛기름,	밥 짓기 → 옛기름	쌀 한말을 정히 씻어 밥을 지어 솔

백당 법	당법(흰 엿)	깨, 후추(4)	넣고 끓이기 → 엿을 걸어 늘이기	에 두고 엿기름 가루 한 되 반을 더운 물 세 사발에 풀어 [중략] 후추(후추) 등을 넣어 두면 흑당이 되나니 말뚝을 박고 엿을 걸어 늘 이면 백당이니라.
연 안 식 혜 법	연안식 혜법	조개, 백미, 엿기름가루, 대추, 잣, 기 름(7)	쌀밥에 엿기름 넣기 → 조개 말린 것을 넣기 → 대추, 잣 넣 기 → 먹을 때 기름 을 조금 뿌림	[전략] 백미는 정히 씻어서 밥을 짓 고 엿기름(엿기름)가루를 밥 분량대 로 분등하여 놓고 조개 말린 것을 넣어 사기항아리에 넣고 좋은 대초(대추) 열 개 실백 한줌을 같이 넣어 [후략]

『부인필지』에 기록된 병과류의 종류와 재료, 조리법이다. 그 종류로는 총 26가지가 있으며, 복녕병, 유자단자, 두텁덕, 대초인절미, 송편, 토런병, 잡과편, 감자병, 나복병, 원소병, 증편, 상화, 유밀과, 용안육다식, 흙님다식, 녹말다식, 스족정과, 생강정과, 앵도편, 모과편, 살구편, 향설고, 스덕복기, 국슈비빔, 광주백당법, 연안식혜법이 있다. 복녕병은 백복령가루와 쌀가루를 석어 설탕물에 버무려 찌되 계피와 잣가루를 엷는다고 기록되어 있으며, 잡과편은 대추, 건시, 생물을 썰어 찹쌀가루로 골무떡을 만든 후 황물을 삶아 소를 넣어 고명을 엷는다고 나와 있다.

【관련논저】

빙허각 이씨, 이효지 외 편역, 『부인필지』, 교문사, 2010.

이효지, 차경희, 「夫人必知」의 조리과학적 고찰, 한국식생활문화학회지 11(3): 369~370. 1996.

<http://cp.culturecontent.com/cp0529/m3/pop○calc.html>

【집필자】

정혜경(호서대학교) · 우나리아(호서대학교) · 배은석(한국에코뮤지엄연구소)

【자료명】

『조선무쌍신식요리제법』

【정의】

『조선무쌍신식요리제법』(朝鮮無雙新式料理製法) 또는 『조선무쌍신식요리제법』은 이 용기가 지은 한식요리책이며 최초로 요리책에 색을 도입한 것으로 알려져 있다. 표지는 신선로와 식재료의 그림으로 되어 있고 이는 한국 최초의 컬러 도판이다. 『임원십육지(林園十六志)』정조지(鼎俎志)를 바탕으로 중요한 사항을 가려내어 국역(國譯)해서 뼈대로 삼고 여기에 새로운 조리법·가공법을 군데군데 삽입해 두었다. 1924년 출간된 이후 재판을 거쳐 다시 6년 만인 1936년에는 증보판이 찍혔고 1943년에는 4판이 나올 정도로 인기 요리책이 되었다. 책 이름에 앞에 붙은 조선무쌍은 조선요리 만드는 법으로서는 이만한 것은 둘도 없다(無雙)라는 뜻이다.

외국요리인 서양요리, 일본요리, 중국요리가 새로이 상류사회에 보급될 때 출간되었고, 조선에 둘도 없이 하나만 있는 요리책[무쌍(無雙)]이라 하였다. 63영역 790여종의 음식 조리법을 수록하였다. 『조선무쌍신식요리제법』의 서문에는 남성이 쓴 조리서로 음식의 유래, 당시의 음식 풍속, 외국 음식을 받아들이는 자세 등을 남성 특유의 관점으로 바라본 조리서이며 『조선무쌍신식요리제법』은 우리나라 전통 조리법과 현대 조리법을 있는 교량적 시대의 조리서로 우리나라 조리사 연구에 필요한 자료라고 할 수 있다.

【음식관련 정의】

전통식품 위에 시대의 조류를 융화시켜 이른바 온고지신(溫故知新) 정신이 살아 있는 훌륭한 조리서라 할 수 있다. 목차는 서문에 손님 대접하는 법 등 5항이 나오고, 본문에 술·초·장·젓·담그는 법과 조리법별로 나누어 밥·국·창국·김치·장앗지·떡·국수·만두·나물·생채·지짐이·찌개·찜·적·구이·회·편육·어채·백숙·묵·선·포·마른것·자반·복금·조림·못침·쌈·죽·미음·옹이·암죽·차·청량 음료·기름·타락·두부·화채·숙실과·유밀과·다식·편·당전과·정과·점과·강정·미시·엿이 나온다. 그리고 후반부에 잡록과 부록 그리고 양념, 가루 만들기, 소금의 순서로 등장하고, 마지막 부분에 서양요리, 중국요리, 내지(內地)요리 만드는 법이 소개되어 있다.

【서지】

표제/책임표시사항(조선무쌍 朝鮮無雙)신식요리제법 新式料理製法 / 영창서관 편집부 永昌書館 編輯部 纂
 저자 : 이용기
 발행사항 : 永昌書館(영창서관), 昭和(소화) 18년[1943]
 형태사항 293p.; 26cm
 주기사항 본편:(다시보고 배우는)조선무쌍신식요리제법
 표준번호/부호 ISBN: 978-89-85719-05-6
 분류기호 한국십진분류법-> 594.51
 소장처: 국립중앙도서관 보존용 자료

【목차와 구성】

서문...10	- 찌개 만드는 법...198
손님대접하는 법과 상 차리는 법...12	찜 만드는 법 ...204
한국 음식의 지혜와 맛...41	적 만드는 법...208
밥짓는 법...42	구이 만드는 법...212
장담그는 법...47	회 만드는 법...219
고추장 담그는 법...60	편육 먹는 법...224
된장 만드는 법...64	어채 만드는 법...226
초담그는 법	백숙 하는 법...227
초 담그는 법...66	묵 만드는 법...229
술 담그는 법...72	선 만드는 법...230
소주 고는 법...94	포 만드는 법...232
국 끓이는 법...98	마른 것 설명...236
창국 만드는 법...124	자반 만드는 법...239
누룩 만드는 법...125	볶음 만드는 법...241
김치 담그는 법...128	조림 만드는 법...243
장아찌 만드는 법...140	무침 만드는 법...246
떡 만드는 법...146	쌈 먹는 법...248
국수 만드는 법 ...168	젓 담그는 법...250
만두 만드는 법 ...172	죽쭈는 법...261
전유어 지지는 법...175	미음 쭈는 법...268
나물 볶는 법...182	암죽 쭈는 법...269
생채 만드는 법...192	응이 쭈는 법...270
- 지짐이 만드는 법...194	차 만드는 법...271

청량음료...275	점과 만드는 법...300
기름 쓰는 법...276	강정 만드는 법...302
타락 만드는 법...279	미시 만드는 법...304
두부 만드는 법...282	엿 만드는 법...304
화채 만드는 법...284	잡록...307
숙실과 만드는 법...287	부록...313
유밀과 만드는 법...288	양념만드는 법...320
다식 만드는 법...290	각색 가루 만드는 법...324
편 만드는 법...292	소금 만드는 법...325
당전과 만드는 법...293	서양요리 만드는 법...326
사탕 만드는 법...294	중국요리 만드는 법...338
면보 만드는 법...294	일본 요리 만드는 법...342
정과 만드는 법...295	

【음식관련 내용】

1. 밥

표 1. 『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 밥 짓는 법

음식명		재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문 명	현 대 어명			
흔밥	흰밥	우둔(양지 머리), 백 미	우둔 삶기 → 고기 물에 기름을 제거 해서 식히기 → 백 미를 씻어 고기물 과 함께 안치기	먼저 우둔이나 양지머리를 무르도록 삶아 서 고기는 건져 다른데 쓰고 국물은 퍼서 [중략] 좋은 백미를 여러번 씻어 안지고 고기물을 밥물과 같이 붓고 [후략]
중등 밥	팔 물 밥	붉은 팔, 흰쌀	팔 삶기 → 체에 으깨어 다짐 → 흰 쌀에 그 물을 넣고 밥을 지음	[전략] 팔을 삶되 왓작 끓이다 물으거든 모다 괴내어 체에 으깨어 물을 쳐가며 다 질러서 그 물에 일등 흰쌀을 씻어 넣고 물 을 맞춘 후에 밥을 짓나니 [전략] 왼팔을 삶다가 팔째 그냥 짓기도 하고 또 팔은 건 져내고 걸으지 안고 그물에만 밥을 지어도 좋거니와 [후략]
송이 밥	송 이 밥	송이, 흰 밥	송이 썰기 → 흰밥 이 끓을 때 송이를 섞기 → 뜸들여 퍼 내기.	송이를 정하여 씻어서 많이 잘게 썰지 말 고 대강 돌림처럼 썰었다가 흰밥이 끓어날 제 썰어둔 송이를 밥에 삼분일쯤 넣고 섞 었다가 뜸들여 퍼내어 먹으면 [후략]
팔밥	팔밥	붉은 팔, 쌀	팔을 씻어 솔바닥 에 퍼기 → 쌀 을	아가위처럼 붉고 굵은 팔을 [전략] 씻어 일어놓고 솔바닥에 퍼고 쌀 올리고 흰밥조

			리고 밥 짓기	당 물을 낮게 붓고 지어서 [후략]
조밥	조밥	조, 쌀	-	조밥은 차조나 기장조는 조밥이 차지고 좋으나 경제도 안되고 오래먹지도 못하매 매조는 향다 반경제로 넣어먹 썬조는 맛이 구수하고 경제는 제일되나니 썰조물물에 하루밤 담갔다가 두어야 쓴내가 없나니라 검은콩을 오래 불리지 말고 돌파 죽쟁이를 엄시하고 정이 일어서 솔바닥에 깔고 [후략]
콩밥	콩밥	검은콩, 쌀	검은콩 불리기 → 솔바닥에 깔고 밥하기	[전략] 보리를 물에 담근지 하룻밤 만에 그 물과 같이 삶아 익혀서 조리해 건져진을 다 뺀 후 멥쌀을 넣고 불을 때어 밥을 만들지니라 [후략]
보리밥	보리밥	보리, 멥쌀	보리를 물에 담근 후 삶기 → 멥쌀을 넣고 밥 짓기	깨끗한 조쌀 혼밥을 지을 때 햇밤이나 묵은밤이나 속껍질을 벗기고 두어먹어면 매우 좋으니 [후략]
밤밥	밤밥	햇밤(묵은밤), 쌀	-	복감자 껍질을 벗김 → 밥지을 때 넣고 함께 끓여서 지음
감자밥	감자밥	복감자, 쌀	복감자 껍질을 벗김 → 밥지을 때 넣고 함께 끓여서 지음	송이잔굴 불림 → 밥이 끓을 때 붓고 익힘
굴밥	굴밥	송이잔굴, 쌀	송이잔굴 불림 → 밥이 끓을 때 붓고 익힘	대초를 물에 씻어서 씨를 내어 물에 싹개고 난밤을 속껍질을 벗기고 물에 사귀어 놓고 찹쌀이나 조흔쌀을 소용된만치 써서 함께 담고 또 굵은 검정콩을 조금씩 설어 넣고 모도식기 밥을 짓나니 [후략]
별밥	별밥	대초, 난밤, 찹쌀(조흔쌀), 검정콩, 쌀	대초를 씻어 씨 빼기 → 난밤 속껍질 벗기기 → 찹쌀과 검정콩 넣고 같이 밥 짓기	

『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 밥 종류는 총 11가지로 혼밥, 중등밥, 송이밥, 팔밥, 조밥, 콩밥, 보리밥, 밤밥, 감자밥, 굴밥, 별밥이 있다. 이 중 송이밥은 송이를 썬 후 흰밥이 끓을 때 썰어 둔 송이를 섞어 뜸을 들인 후 퍼낸다. 보리밥은 보리를 물에 담근지 하룻밤 만에 그 물과 같이 삶아 익혀서 조리해 뺀 후 멥쌀 넣고 불을 때어 밥을 만든다.

2. 장

표 2. 『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 장 담그는 법

음식명		재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
콩장	콩장	콩, 밀가루, 소금	콩 갈기 → 밀가루와 버무리기 → 메주 띄워	콩장은 볶아 갈아서 가루를 만들어 한 말 가량에 밀가루 서말을

			말린 후 소금 넣기 → 물을 부어 익히기	한데 버무려 메주 띄워 별에 말린 후에 메주 열근에 소금 닳근을 넣고 물을 치밀하게 부어 익히나니라
팥장	팥장	팥, 밀가루, 소금	팥 껍질을 벗겨 말리기 → 밀가루를 넣기 → 곱게갈아 소금을 넣고 담그기	[전략] 비벼서 남은 껍질을 없애고 그 이튿날 일찍이 물을 붓고 정하게 일어서 건져 말린 후에 밀가루와 합하여 주물러 덩이를 드리 덥히 찢지 한달만에 열고 꺼내어 [중략] 꺼내어 수건으로 흰 것을 담각케 씻어서 부스트려 다시 갈아 곱게 만들어 스무근 가량에 소금 열근 너량중을 선달에 합하여 [후략]
소대 맥장	소대 백장	검은콩, 보리가루, 소금, 정확수	검은콩을 볶아서 삶기 → 보리가루와 같이 반죽하여 별에 말리기 → 소금 두근과 정확수 여덟근을 섞어 놓기	검은 콩 닳말을 모래 없이 하고 볶아서 물에 그물재 솔에 붓고 삶아무르거든 건져내어 식혀서 보리가루 백근 가량을 가늘게 작만하여 콩 삶은 것과 한데 반죽하여 [중략] 별에 말려 작만하여 정일이나 파일에 담그나니 이 황자 한말에 소금 두근과 정확수 여덟근을 모두 합하여 향아리에 넣고 별에 놓나니라
집장	집장	밀기울 콩, 누룩가루, 소금,	밀기울과 콩을 물에 불려 찢 후 덩어리 만들기 → 별에 말린 후 누룩가루, 물, 소금을 넣어 향아리에 넣고 묻기	밀기울 두말과 콩 한말을 물에 불려 밀기울과 같이 투다리 찢내어 손으로 주물러 덩어리를 만들어 [중략] 별에 말리고 집장에 담그거든 누룩가루 한 말과 물 석되와 소금 세 흡을 한데 합하여 향아리에 넣고 아구리에 봉하여 [후략]
하절 집장	하절 집장	간장, 밀기울	간장과 밀기울을 합하기 → 합한 것과 모두 향아리에 넣기	간장에 맛좋은 것 한사발에 껍기 버린 밀기울 네흡을 합하고 별도로 푸른 외를 정이 씻어 한접으로 올려말려 이왕 합한 것과 모두 향아리에 넣고 새 통밑속에 묻은지 열나흘이면 쓰나니라 [후략]
가집장	가집장	차, 생강, 마늘, 마천초, 참기름	차, 생강, 마늘, 마천초 등 풀을 잘게 썰기 → 장 한사발에 참기름 붓기	[전략] 차와 생강과 마늘과 마천초 등 풀을 잘게 썰어 열십자 속에 넣은 후에 [중략] 맑은 장 한사발에 참기름 닳흡을 합세대라서 드러부엌다가 먹으면 [후략]
무장	무장	콩, 고추	콩으로 메주 만들기 → 물에 넣고 고추 씨를	물이 한사발이면 메주는 작은 주먹만한 것을 삼분이쯤 되게 놓되

			넣은 후에 봉하고 익히기	쪄낸 덩이를 그냥 넣고 물이 너무 많으면 물까지 맛이 없나니 다 넣은 후에 원고추를 물 한사발에 두 개쯤 꼭지 따고 짜개어 씨를 정실히 털어 썰고 넣은 후에 [중략] 삼사일이면 익나니 뚜껑을 열고 보아서 메주덩이가 떠올라야 다 익은 것이다 [후략]
어장	어장	생선, 볶은소금, 천초, 회향, 건감, 신곡, 흑국	생선을 토막내 씻기 → 볶은소금, 천초, 회향, 건감, 신곡, 흑국을 넣고 생선과 버무리기	무슨 생신이든지 성한 것으로 토막쳐 정히 씻은 후 한 근 가량에 볶은 소금 석량중과 천초와 회향과 건감 각 한돈 중과 신곡 두돈 중과 흑국 닷던중에 선유분 정하여 치고 생선과 한데 버무리려 질그릇에 넣고 잘 봉하여 둔지 열흘이면 먹나니 [후략]
육장	육장	정육, 간장, 소금, 파, 천추, 회향, 진피, 술	정육을 힘줄과 뼈를 빼 곱게 만들기 → 소금, 파, 천초, 회향, 진피를 술과 함께 버무리려 고기와 함께 질그릇에 넣고 봉하기 → 다시 술을 치기	정육을 힘줄과 뼈를 빼고 넉근과 간장 한근 반과 곱게 만든 소금 넉량중과 파 흰거 잘게 썰어 한사발과 천초와 회향과 진피 각 오륙전중을 술치 버무리려 짓이겨 고기와 함께 된 죽과 같이하여 질그릇에 넣고 단단히 봉하여 뜨거운 빛을 쬐지 십이일에 열어보아 말랐거든 다시 술을 치고 [후략]
청태장	청태장	청태콩	청태콩알을 시루에 찌서 메주 띄어 내열 말리기	새로 나는 청태콩을 껍질 벗기고 콩알 꺼내어 시루에 찌서 짓쪄어 둥글게 하기를 적은 칼자루 같이 하여 섬이나 둥구미에 넣고 콩잎으로 격지놓아달고 메주 띄어 내어 말려 장 담그는 법과 같이 하면 맛이 이상히 좋으니라 [후략]

『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 장의 종류는 10가지로 콩장, 팥장, 소대맥장, 집장, 하절집장, 가집장, 무장, 어장, 육장, 청태장이 있다. 소대맥장은 검은콩을 볶아서 삶은 후 보리가루와 같이 반죽하여別に 말린 후 소금 두근과 정확수 여덟근을 섞어 놓는다. 가집장은 차, 생강, 마늘, 마천초등 풀을 잘게 썬 후 장 한사발에 참기름을 붓는다.

3. 고추장

표 3. 『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 고추장 담그는 법

음식명		재료(재료 가 짓수)	조리법	본문내용
원문 명	현 대 어명			
팥고 초장	팥 고 추장	콩, 적두, 찹 쌀, 소금, 고 춧가루	콩과 적두를 함께 쪄기 → 메주덩이를 만들어 말린 후에 가루를 만들 어 체에 치기 → 찹쌀 을 찌서 메주가루와 함 께 버무리기 → 소금과 고춧가루를 넣어 버무 리기	가령 콩 한말을 쪄다가 조금 무를 만 하거든 좋은 적두 일곱되를 씻 어넣어 한데 쪄어 팔물이 콩에 드 도록 쪄는데 [중략] 메주덩이를 조 금조금씩 만들어 다 뜨거든 말린 후에 가루를 만들어 고운 체에 쳐 서 놓고 좋은 찹쌀 한말닷되를 찌 서 식힌 후에 메주가루와 한데 버 무리려 여러날 저으면 다 삭을테니 그때에 소금과 고춧가루를 넣어 버무리려 담그면 몇일 안되어 먹나 니 [후략]
벼락 장	벼 락 장	메주, 나물, 고춧가루, 소 금	메주 찌기 → 나물과 물과 굵은 고춧가루를 넣고 찌기 → 소금치고 찌기	메주찌고 나물 무거리를 물 붓고 굵은 고춧가루를 넣고 한참 저었 다가 방에 하룻밤만 지내어 소금 치고 찌먹으면 맛이 이상하고 좋 으니라 [후략]
두부 장	두 부 장	두부, 고추장	두부의 물기를 빼기 → 고추장을 넣고 동여매 기	두부를 연아문체 가랑을 헹궈주머 니를 짓고 쳐넣어 되여서 매돌에 눌러 물기를 뺀 후에 고추장 속에 넣을제 아구리를 동여매어 넣었다 가 이삼삭만에 주머니를 열고 꺼 내어서 먹으면 [후략]
비지 장	비 지 장	비지, 밀기울, 소금	비지와 밀기울을 함께 찌서 반죽 짓기 → 말 린 후에 소금을 넣고 담그기	비지와 밀기울을 동분하여 함께 찌서 메주처럼 반죽지어 항아리에 담아 누른 옷 입거든 내어말려 장 만하여 서말쯤 되거든 소금 한되 를 넣고 담그나니라.
잡장	잡장	고기, 메주가 루, 소금, 파, 생강, 천초, 무, 진피, 술	고기의 내장과 힘줄 빼 기 → 고기에 메주가루 와 소금, 파, 생강, 천 초, 무, 진피를 술에 부 어 버무리기 → 항아리 에 넣고 십여일만에 열 기	노루고기와 양의 고기와 톱기고기 나 아무거기든지 내장과 힘줄 빼 고 너근 가랑에 메주가루 한 근 반과 소금 한근쯤 혹은 녀량중과 팥대加里 썬거 한 사발과 량강 천 초 무이 진피 각 이삼량중에 술을 부어 버무리되 된 죽처럼 만들어 항아리에 넣고 봉한지 십여일만에 열어보아 [후략]

『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 고초장의 종류는 5가지로 팥고초장, 벼락장, 두부장, 비지장, 잡장이 있다. 이 중 벼락장은 메주를 찌 후 나물과 물과 굵은 고춧가루를 넣고

저은 후 소금을 치고 찐다. 두부장은 두부의 물기를 뺀 후 고추장을 넣고 동여맨다. 이삼삭만에 주머니를 열고 꺼내어서 먹는다.

4. 된장

표 4. 『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 된장 만드는 법

음식명		재료(재료 가 짓수)	조리법	본문내용
원문 명	현 대 어명			
승거 운 된장	싱 거 운 된 장	검정콩, 밥물	검정콩을 밥물에 담갔다가 건져 찐 후 별에 말리기 → 물로 반죽을 한 후 독에 넣고 별에 띄우기 → 꺼내어 말렸다가 물로 반죽에 다시 독에 넣기를 7번 반복하기 → 다시 찌서 퍼낸 후 독에 봉하기	굵은 검정콩을 두세말 가량을 유월 안에 정히 일어 하루 밥물에 담갔다가 건져 물비거든 찌 익혀서 돛자리에 퍼 넣어 다 식기 전에 썩으로 덮어 사흘만에 한 번씩 보아 누른 옷이 원통 오르되 너무 띄지 말고 별에 말려 까불러 정히 하고 물로 반죽을 하되 [중략] 독에 단단히 넣고 뽕나무 잎으로 세치 독게나 되게 덮고 꼭 봉하여 별에 띄운지 이렛만에 꺼내어 한 식경을 말렸다가 또 물로 반죽하여 독에 넣나니 이같이 하기를 일곱 번을 해가지고 다시 찌서 퍼 넣어 더운기운을 다 끼고 독에 넣어 [후략]
짠된 장	짠 된 장	콩, 소금, 생강, 호소, 굴치, 소염, 화향씨	콩을 물에 담가 찌기 → 물에 넣어 다시 건져 말리기 → 소금, 생강, 호소, 굴치, 소염, 화향씨를 모두 섞어 물을 부어 독에 넣기	굵은 콩 한말을 물에 담근지 사흘만에 건져 찌서 [중략] 꺼내어 물에 넣고 휘저어 정히 하고 다시 건져 말릴 것 이니 녁근 가량에 소금 한말과 생강 깎 거 반 근과 호소와 굴치와 소염과 화향씨와 모두 섞어 독에 넣고 물을 한 치나 더 오르게 붓고 잎사귀로 덮고 뚝계를 꼭 덮고 별에 논지 한달이면 되나니라. [후략]

『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 된장의 종류는 2가지로 승거운된장, 짠된장이 있다. 승거운된장은 검정콩을 밥물에 담갔다가 건져 찐 후 별에 말리고 물로 반죽을 한 후 독에 넣고 별에 띄운다. 그 후 꺼내어 말렸다가 물로 반죽에 다시 독에 넣기를 7번 반복한다. 다시 찌서 퍼낸 후 독에 봉한다. 짠된장은 콩을 물에 담가 찐 후 물에 넣어 다시 건져 말린 후 소금, 생강, 호소, 굴치, 소염, 화향씨를 모두 섞어 물을 부어 독에 넣는다.

5. 초

표 5. 『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 초 담그는 법

음식명		재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
초의본방	초본방	누룩가루, 찹쌀	물에 누룩가루를 타서 항아리에 넣기 → 찹쌀을 부어 두기	[전략] 물 한동이에 누룩가루 넉되를 누르게 볶아 타서 오지 항아리에 넣어 봉하여 두었다가 정일에 찹쌀 한말을 정히 씻어 더운 김에 그 항에 붓고 [후략]
초의속방	초속방	차좁쌀(청정미), 흰쌀, 누룩가루	차좁쌀과 흰쌀로 밥 짓기 → 물을 끓여 누룩가루를 타서 함께 섞어 항아리에 넣기	차좁쌀이나 흑청정미 두되와 흰쌀 한되를 백번 씻어 밥을 짓고 물 석되를 끓여서 누룩가루 한되를 장만하여 타서 물이 뜨뜻할 때 함께 석어 사기항아리에 넣고 푹 익기를 기다려 [후략]
초의별방	초별방	흰쌀, 섬누룩	흰쌀에 섬누룩과 물을 한데 버무려 봉하여 두기	흰쌀 서말을 찌서 더운 김에 섬누룩 열일곱장을 장만하고 물 열두동이와 한데 버무려 그릇에 담아서 꼭 봉하여 별에둔지 [중략] 초가 맑아서 얼굴에 비치면 다 익은 것이니 [후략]
쌀초	쌀초	쌀	쌀을 찢 후 그릇에 담아두기 → 따로 쌀을 찌서 독에 넣고 물을 위까지 붓기	삼복날 묵은 쌀 한말을 씻어 찌서 식힌 후에 그릇에 담아 덮었다가 누른 옷 입거든 [중략] 묵은 쌀 두말을 밥쳐서 한데 주물러 독에 넣고 물을 위까지 가득 붓고 꼭 봉하여 [후략]
매좁쌀초	매좁쌀초	매좁쌀	매좁쌀을 씻어 담그기 → 두어번 찌서 항아리에 넣고 봉하기	묵은 매좁쌀 한말을 정히 씻어 담근지 한니레만에 두어 번 찌서 항아리에 넣고 꼭 봉하고 날마다 흔들어 주며 [후략]
보리초	보리초	밀누룩, 보리	밀누룩과 물과 보리로 밥을 지어독에 붓기	[중략] 밀누룩 한 섬가량에 물 석섬과 보리를 가늘게 지어 한섬을 까불러 정이 일어 밥 지어 두어 번 뜸을 들여 퍼내어 식힐 제 [중략] 독에 붓고 휘저어 형겅으로 막았다가 [후략]
밀초	밀초	밀	밀을 말려 찌서 넣어 놓기 → 별에 찌어 항아리에 넣고 물을 붓기	밀을 얼마든지 이리서 맑은 물에 담근지 사흘 만에 건져 잠깐 말려 찌서 샷가리에 퍼 넣고 [중략] 별에 찌어 말려 정하게 까불러 항아리에 넣고 물을 부어 고르게 하되 [후략]
만련초	만년초	쌀, 누룩	쌀과 누룩과 물을 버무려 독에 넣기 → 솥핀 것을 속에 넣었다가 뻘 후 봉하기	[전략] 쌀과 누룩과 물을 동분하여 버무려 독에 넣고 단단한 솥핀 것을 그 속에 넣다가 곧 집어내고 급히 봉하여 한달을 두면 [후략]
사질	사절	정화수,	정화수에 누룩가루와	[전략] 정화수를 큰 한동이에 두말가량쯤

초	초	누 룩 가 루, 지장 쌀, 찹쌀	지장쌀을 볶아 물과 함께 향아리에 넣기 → 찹쌀을 누룩 물에 넣고 봉하여 두기	하여 누룩가루 석되와 일죽되는 지장쌀을 달달 볶아 물과 한데 버무려 향아리에 넣 고 단단히 봉하고 오일 새벽에 찹쌀 한 말을 [중략] 누룩물에 넣고 복사가지로 로 루 휘저어 [후략]
매초	소 매 초	오매, 소 금	오매 익은 것을 물에 담기 → 소금을 뿌리 고 향아리에 담가두기	[전략] 오매가 누렇게 익은 것을 한말 가 량으 물에 담가 하루만이면 쓴 즙이 나올 때 퍼내어 소금 석되를 뿌리고 돌로 누른 지 일주일만에 매즙은 뚝로이 향아리에 담아두면 [후략]
감초	소 감 초	감, 누룩	감 꼭지를 따고 독에 넣기 → 맑은 술을 붓 고 누룩을 불에 구워 넣기	감이 붉을때까지 꼭지 따고 독에 넣은 지 [중략] 맑은 술을 붓고 또 누룩 한덩이를 불에 구워 넣으면 [후략]

『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 초의 종류는 11가지로 초의본방, 초의속방, 초의별방, 쌀초, 매좁쌀초, 보리초, 밀초, 만련초, 사질초, 매초, 감초가 있다. 쌀초의 경우 쌀을 찐 후 그릇에 담아두고 따로 쌀을 찌서 독에 넣고 물을 위까지 붓는다. 만련초는 쌀과 누룩과 물을 동분하여 버무려 독에 넣고 단단한 숯 핀 것을 그 속에 넣다가 곧 집어내고 급히 봉하여 한달을 두면 된다.

6. 술

표 6. 『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 술 담그는 법

음식명		재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문 명	현 대 어명			
국미 쥬	국 미 주	보리밥	보리밥을 지어 물 에 담근 후 말리기 → 절구에 찜어 껍 질을 없애고 담그 기	보리쌀을 밥을 지어내어 냉수에 담근지 사 흘 만에 건져내어 말려서 절구에 찜어 껍 질을 다 없애고 담그기는 쌀술과 같이 하는 것이 좋고 [후략]
송순 쥬	송 순 주	송순, 찹 쌀, 누룩	송순을 독에 넣고 끓는물을 붓기 → 송순과 찜겨기를 버리고 찹쌀과 누 룩 넣기	송순을 많이 따서 큰 독에 가득 넣고 끓는 물을 부어 물이 차거든 수삼일 후에 송순 을 건져버리고 독에 물을 체에 받쳐 찜기 를 버리고 도로 독에 붓고 좋은 찹쌀 한 말을 찌서 누룩 한되와 합하여 독물에 놓 고 봉한지 [후략]
백로 쥬	백 로 주	흰쌀, 누 룩 가루, 밀가루	흰쌀을 가루 만들 어 끓는물에 섞기 → 식힌 후 누룩가	흰쌀 한말을 백번 씻어 가루 만들어 그릇 에 담고 더운 물 세병을 끓는 김에 가루와 섞어 식힌 후에 누룩가루와 밀가루 각 되

			루와 밀가루를 고루 섞어 독에 넣고 사흘을 기다리기	가웃을 한데 고루 섞어서 독에 넣고 사흘만에 익기를 기다리나니라 [후략]
상해주	삼해주	찹쌀, 누룩가루, 밀가루, 찹쌀, 흰쌀	찹쌀 가루를 만들어 묶은 죽 쑤기 → 누룩가루와 밀가루를 독에 넣기 → 찹쌀과 흰쌀을 가루 만들어 찢 후 독에 넣기 → 흰쌀을 찌 물과 넣기	[전략] 찹쌀 한 말을 백번 씻고 가루 만들어 묶은 죽을 쑤어 식거든 누룩가루와 밀가루 각 한되를 섞어서 독에 넣고 고담해일에 찹쌀과 흰쌀 각 한 말을 백번 씻고 가루 만들어 구무떡 찌서 식거든 전에마져 넣는 독에 넣고 셋째 해일에 흰쌀 닷되를 백번 씻어 찌 익혀 물 세동이를 붓고 식혀서 넉지 사흘이면 쓰너니라 [후략]
도화주	도화주	멥쌀, 누룩, 밀가루, 찹밧, 도화, 보사꽃	멥쌀을 물에 끓여 식히기 → 누룩과 밀가루를 항아리에 넣고 두기 → 멥쌀과 찹밧을 찌고 물을 끓여 식은 후에 술 밑에 버무리기 → 보사꽃을 먼저 독밑에 넣고 도화서너가지를 가운데 넣기	[전략] 멥쌀 두말닷되를 정이 씻어 장만하고 물 두말닷되를 끓여 식혀서 누룩과 밀가루 각 한되를 섞어 항아리에 넣고 두었다가 도화가 피거든 멥쌀과 찹밧 각 서말을 정이 씻어 하루밤 지내고 합하여 찌고 생물 엇말을 끓여 밥과 물이 다 식은 후에 먼저 만든 술 밑에 버무리 보사꽃 두되를 먼저 독밑에 넣고 버무린 것을 다 넣고 도화서너가지를 그 가운데 넣어 익히나니라 [후략]
연염양	연염양	찹쌀, 누룩가루, 연잎	찹쌀로 밥을 지어 누룩가루 섞기 → 연잎을 말리고 쌀을 넣어 나뭇가지로 꽂아두기	찹쌀 한되를 밥을 지어 흰 누룩가루 조금 섞어 더운 물을 뿌려 식혀서 연잎 말린채 붙들고 쌀만 쳐놓고 우무려서 나뭇가지를 좌우로 꽂아두면 [후략]
호산춘	호산춘	흰쌀, 누룩가루, 밀가루	쌀에 냉수와 끓는 물을 붓고 짓기 → 누룩가루와 밀가루를 넣고 독에 넣기 → 흰쌀에 끓는 물을 붓고 섞어 함께 독에 넣기 → 흰쌀로 밥을 지어 끓는 물을 붓기 → 누룩가루와 밀가루를 넣고 모두 섞어 독에 넣기	[전략] 흰쌀 한말 닷되를 백번 씻어 세말하여 맹수 일곱되를 부어 고르게 휘젓고 다시 끓는 물 한말여덟되를 붓고 휘저으면 한가티 되리니 식거든 누룩가루와 밀가루 각 두되씩 넣고 다시 고르게 하여 녹에 넉지 열사흘만에 다시 흰쌀 두말닷되를 [중략] 끓는 물 두말닷되를 붓고 섞어서 식거든 무룩은 넣지말고 전에 하였던 밀과 한데 섞어 독에 넣어 두 번째 술밧을 만든지 열사흘만에 또 흰쌀 닷말을 백번 씻어 밥지어 끓는 물 닷말을 붓고 휘저어 샷자리에 퍼놓아 식혀서 누룩가루 두되와 밀가루 한되를 넣고 [후략]
경액춘	경액춘	흰쌀, 누룩가루, 밀가루	흰쌀을 찌서 끓는 물 붓기 → 누룩가루와 밀가루를 섞	흰쌀 닷말을 물에 담근지 사흘만에 세말하여 익게찌서 끓는 물 일곱되를 붓고 식거든 누룩가루 일곱되와 밀가루 석되를 섞고

			어 모두 독에 넣기 → 흰쌀과 끓는 물과 누룩가루를 섞어 익히기	모두 버무려 독에 넣고 [중략] 흰쌀 열말을 물으게 찌서 끓는 물 여덟말과 누룩가루 닷되를 익은 밀과 한데 섞어서 익혀 먹나라
동정춘	동정춘	흰쌀, 누룩가루, 찹쌀	흰쌀로 구무떡 만들기 → 물에 삶아 식힌 후 누룩가루를 섞어 항아리에 담기 → 찹쌀 한말을 찌 식혀서 밀과 한데 버무려 독에 넣기	흰쌀 한되를 장만하여 구무떡 세 개를 만들어 물 한사발에 삶아 식혀서 누룩가루 한되를 고루 섞어 떡삶은 물재 항아리에 담고 봉한지 나흘 후에 찹쌀 한말을 찌 식혀서 전에 밀과 한데 버무려 독에 넣고 [후략]
봉내춘	봉내춘	술, 밀, 후추	술에 밀과 후추를 으스러 항아리에 넣고 봉하기 → 물 붓고 중탕하기	맑은 술 한병에 밀 칠푼쯤과 후추 한 동중을 부스질러 합하여 항아리에 넣고 똑겁게 유지로 봉하고 술에 물붓고 중탕하는데 [후략]
송화주	송화주	송화, 술	송화를 줄거리째 잘게 썰어 술에 담그기	삼사월에 송화가 반쯤 되었거든 줄거리째 잘게 썰어 [중략] 술가운데 담근지 사흘만에 꺼내고 [후략]
죽엽춘	죽엽춘	흰쌀, 누룩가루,	흰쌀로 떡을 찌서 누룩가루와 끓는 물을 섞어 익히기 → 흰쌀을 찌서 함께 넣고 봉하기	흰쌀 한말을 세만하여 떡 만들어 찌서 누룩가루 한되닷흡과 끓는 물 세병을 섞어 익거든 흰쌀 닷말을 세만하여 찌서 익은 밀에 느코 두꺼운 종이로 단단히 봉하여 [후략]
죽동주	죽동주	-	-	이 술은 맛도 향기롭고 운치도 있는 것이 와송주와 같으니라 [후략]
집성향	집성향	흰쌀, 누룩가루, 밀가루	쌀을 찌고 누룩가루와 밀가루와 끓는 물을 한데 버무리기	흰쌀 한말을 세만하여 찌고 누룩가루 두되 닷흡과 밀가루 닷흡과 끓는 물 세병을 한데 버무려 [후략]
석란향	석란향	쌀, 누룩가루, 찹쌀	물에 흰쌀과 누룩가루를 함께 빚기 → 찹쌀을 찌서 같이 빚기	흰쌀 두되를 세만하여 물 한말에 누룩가루 한되를 한데빚어 [중략] 찹쌀 한말을 찌서 한데 빚었다가 [후략]
하삼청	하삼청	누룩가루, 쌀	더운물에 누룩가루를 넣어 항아리에 담기 → 찌꺼기를 버리고 쌀을 찌서 덮기	더운 물 한말에 누룩가루 석되를 휘저어 항아리에 담고 하룻밤 지내거든 베자루에 걸러 찌꺼기를 버리고 좋은 쌀 한말을 장만하여 찌서 우 덮은지 [후략]
청서쥬	청서쥬	찹쌀, 누룩가루, 밥, 술	찹쌀과 누룩가루를 각각 물에 담가놓기 → 누룩 담근 물을 찌꺼기는 버리고 물에 찌밥	찹쌀을 정이 씻어 한말을 생물에 담고 따로 누룩가루 두되를 두병 물에 담가놓고 [중략] 누룩 담근 물을 체에 받쳐 찌끼는 버리고 그 물에 찌밥을 섞은 지 그 이튿날 저녁에 큰 그릇에 냉수를 붓고 술 빛은 그

			섞기 → 냉수를 붓고 술 담은 병에 채우기	릇을 그 가운데 놓고 매일 찬물을 두세번씩 바꾸어 논지 육칠일만에 주조에 올리되 [후략]
자주	자주	술, 호도, 황밀	술에 호도와 황밀을 향아리에 담기 → 술에 물 붓고 향아리를 줄에 달아 물에 띄우고 끓이기	좋은 맑은 술 한병에 호도와 황밀 각 한돈 물을 사기향아리에 담고 술안에 물 붓고 향아리를 줄에 달아 물에 띄우고 오래 끓이다가 꺼내나니라 [후략]
매화주	매화주	매화	-	매화가 피거든 이올기 전에 따서 주머니에 넣어 국화주 담그는 거와 같이 하나니라.
연화주	연화주	-	-	연화주도 국화주 하듯 하나 향취는 제일이요 운치는 감동이니라
유자주	유자주	유자	-	유자를 술에 넣으면 맛이 시기 쉬우니 껍질만 벗겨 주머니에 넣어 독속에 한 손가락 높기만 하여 달면 [후략]
포도주	포도주	포도, 찹쌀, 누룩가루	포도로 즙을 내어 찹쌀에 누룩가루를 섞어 빚는다	포도가 익은 후에 따서 즙을 많이 내어 찹쌀지예를 누룩가루에 섞어 빚으면 맛이 아름다우니라 [후략]
두견주	두견주	멥쌀, 쌀가루, 누룩, 밀가루, 배즙	멥쌀을 물에 넣고 끓여 쌀가루에 붓고 섞기 → 가루누룩과 밀가루를 넣어 버무려 향아리에 넣기 → 배즙을 넣어 향아리를 봉하기	[전략] 멥쌀 두말 닳되를 정이 씻어 장만하여 소태기에 담고 물 두말 닳되를 팔팔 끓여 쌀가루에 드러붓고 고루 섞은 후에 밥을 지내어 어름같이 식힌 후에 가루누룩을 이슬맞혀 별에 바래야 긴 체에 쳐서 한되 서흡과 밀가루 칠흡을 넣어 모두 버무려 향아리를 정이우렸다가 배즙을 물태어 [중략] 술미를 넣어 단단히 봉하여 [후략]
과하주	과하주	멥쌀, 가루누룩, 찹쌀, 소주	멥쌀에 가루누룩을 넣어 두기 → 찹쌀을 찌서 식혀 술미해 버무리기 → 소주를 고아 붓기	[전략] 멥쌀 한되를 장만하여 범벅개어 식은 후 가루누룩 오흡만 넣어 두었다가 맛이 쓰거든 찹쌀 한말을 지어 찌서 훗신 식혀 술미해 버무리 두었다가 맛이 쓰거든 소주 고아 부었다가 [후략]
향설주	향설주	찹쌀, 흰누룩	찹쌀을 씻어 쌀과 물을 향아리에 담그기 → 밥을 지어 향아리에 넣고 이십여일만에 밥겉질이 뜨는 것은 건지기 → 흰누룩을 쌀겉질과 버무려향아리 밑에 놓기	[전략] 쌀보다 물이 한말은 더해야 쌀을 흠뻑 적시나니 큰 향아리에 담가 넣은 후에 한말 쌀도 전과 같이 씻어 밥지어 향아리에 느코 봉하여 둔지 이십여일만에 밥겉질이 뜨는 것은 건지고 또 쌀을 건져 물빼거든 [중략] 흰 누룩을 스무근 가량을 쌀겉질과 버무려 찌서 향아리 밑에 놓나니 [후략]
도원주	도원주	흰누룩, 찹쌀	흰누룩을 잘게 썰어 말리기 → 물에 흰누룩을 붓고 찹	흰누룩 스무량중을 대추씨처럼 잘게 썰어 여러 날 퍼 말린후에 좋은 물 한말을 맑게 하여 흰누룩을 담가 붓게 하고 좋은 찹쌀

			쌀 넣기 → 밥을 지어 누룩진에 넣기	한말을 여러번 일어 [중략] 밥을 지어 극히 물으거든 헤쳐 식혀 사시에 기후를 보아가며 누룩진에 느코 [후략]
동파쥬	동파주	밀가루, 쌀	밀가루로 누룩 빚기 → 누룩과 쌀을 넣고 담그기	[전략] 이것이 누룩의 정기니라 쌀이 닳말이 법이되면 오분의 서말 된 것이 하나이요 닳되되는 것이 넷이니 서말은 몇홉이지고 닳되씩 세 번을 덤히면 도리어 닳되가 남나니라 [중략] 빚는 것을 독을 우물에 넣어두면 [후략]
범쥬	범주	보리, 누룩가루, 기장쌀	볶은보리 누룩가루를 말리기 → 끓는 물에 기장쌀을 넣어 익게하여 넣기	볶은 보리 누룩가루 한섬을 벌에 짚여 말리고는 끓는 물 한섬에 기장쌀 한섬을 합하여 익게하고 [후략]
송자쥬	송자주	실백, 누룩가루	실백 껍질을 벗기기 → 누룩가루와 함께 찜어 술과 함께 넣기	[전략] 실백은 껍질벗겨두되를 원래 넣는 누룩가루 한말과 한데 찜어 술밑에 넣고 [후략]
감저쥬	감저주	감자뿌리, 술	감자뿌리를 벌에 말려 찌기 → 항아리에 넣고 술에 곱게 갈아 반죽하기 → 물을 붓고 형겅에 싸서 항아리에 넣기	감자뿌리를 얼마든지 한치씩 잘라 벌에 반쯤말려 시루에 찌내어 무르게하여 항아리에 넣고 술에 약을 곱게갈아 함께 반죽하되 가운데를 조금 움푹하게 만들어 띄워 작말해야 물을 붓고 [후략]
칠일쥬	칠일주	찹쌀, 누룩가루, 밥	찹쌀을 죽같이 쑤어 누룩가루와 고루 섞어 항아리에 담기 → 찹쌀을 찌 물을 붓기 → 밥과 함께 항아리에 담기	찹쌀 한되를 정이 씨서 세말해야 죽같이 쑤어 더운김에 누룩가루 닳 홉을 고루 섞고 바닥 넓은 항아리에 담고 이불로 덮어 더운 방에 두고 찹쌀 한말을 백번씻어 찌나니 달게하려면 물 한복자를 뿌리고 맹렬하게 하려면 물 세복자를 뿌릴지니 [중략] 밥을 쏟아서 전날 빛은거와 함께 바로 다시 항아리에 들어붓고 [후략]
백노쥬	백노주	차좁쌀, 누룩, 쌀	차좁쌀과 누룩을 찜어 물에 담가 덮어두기 → 누룩이 뜨면 밥을 지어 덮고 두기	차좁쌀 한섬과 모진 누룩 두근을 잘게 찜어 샘물에 담그고 꼭 덮어둔다. 덮어둔지 이틀이면 누룩이 뜨나니 쌀 서말을 밥 지어 위 덮고 고르게 하여 [후략]
부의쥬	부의주	누룩가루, 찹쌀	누룩가루를 물에 풀기 → 찹쌀을 불려 밥 하기 → 누룩의 찌꺼기를 버리고 찌 밥과 함께 독에 넣기	먼저 끓는 물 세병을 식혀서 누룩가루 한되를 풀어 밤 지내고 찹쌀한말을 불려서 밥 지어 그릇에 다고 식혀서 풀었던 누룩을 체에 쳐서 찌꺼기를 버리고 찌 밥과 함께 버무려 독에 넣은지 [후략]
잡곡	잡곡	잡곡, 누	잡곡 가루를 끓는	잡곡중에 어느것이든지 한가지나 혹 서로

쥬	주	룩 가루, 밀가루	물에 넣어 죽 만들어 누룩가루와 밀가루를 독에 넣기	섞인 것 한말을 작말하여 물 두병반을 끓여서 가루에 드리붓고 죽을 만들어 식기를 기다려 누룩가루와 밀가루 각 두되를 섞어 독에 넣고 [후략]
신도쥬	신도주	햇벼	-	이 술은 공주 땅에서 햇벼가 나면 담그는 것인데 [후략]
백화쥬	백화주	쌀, 꽃, 술	꽃을 밥에 버무려 누룩을 술밑에 넣는다	[전략] 꽃을 밥에 버무려 누룩을 술밑에 넣고 익기를 기다려 먹으면 [후략]
삼일쥬	삼일주	누룩가루, 멍쌀	물에 누룩가루를 섞어 항아리에 넣기 → 멍쌀로 가루를 만들어 죽꾸어 넣기	[전략] 물한말에 누룩가루 두되를 섞어 항아리에 넣고 멍쌀 한말을 정이 씻어 가루를 만들어 죽꾸어 식으면 사흘만에 맑은 술이 되나니라 [후략]
혼돈쥬	혼돈주	막걸리, 소주	막걸리에 소주를 탄다	혼돈주는 막걸리에 소주를 타서 먹는 것이니 [후략]
청쥬	청주	찹쌀, 멍쌀, 누룩가루	찹쌀을 찌기 → 멍쌀로 밥을 짓고 누룩가루를 섞어 버무려 넣기 → 물 새로 넣기	찹쌀 한되 다섯홉을 찌 익히고 멍쌀 한되로 밥짓고 좋은 누룩가루 두 홉을 섞어 버무려 다시 식혀 넣은지 이레만에 물을 새로 길어다 걸어나니라
탁쥬	탁주	쌀, 누룩, 술	쌀을 찜어 찌내어 식히기 → 누룩도 찜어서 섞기 → 맑은 술을 넣기	[전략] 하등 쌀이나 쓰라기 한말 가량을 절구에 찜어 굵은 체에 쳐서 꺼내어 식힌 후에 보통 누룩 넉장가량은 찜어서 섞으되 [중략] 술맛을 보아가며 물을 치나니라 [후략]
합쥬	합주	찹쌀, 누룩	찹쌀과 누룩으로 버무렸다가 바짝 찐다.	[전략] 좋은 찹쌀과 좋은 누룩과 두가지만으로 되게 버무렸다가 물을 치지 않고 바짝 찐다. [후략]
모쥬	모주	술찌거기	-	이것은 술 찌거기를 걸러 마시는 것인데 [후략]
감쥬	감주	찹쌀, 누룩가루	찹쌀을 가루만들어 구무떡을 지어 삶기 → 누룩가루를 주물러 익혀 밀술 만들기	[전략] 찹쌀 두되를 백번 씻어서 가루 만들어 구무떡지어 삶아서 식거든 누룩가루 두되를 한데 주물러 익혀서 밀술만들어 [후략]
능금술	능금	능금	능금을 껍질 벗기고 씨를 뺀 후에 즙 짜기 → 즙에 물을 적당히 섞어 맑은 것을 탄 그릇에 따라 봉한다	능금을 익은 걸로 껍질 벗기로 씨를 뺀 후에 짜서 즙을 낸다. 그 즙에 물을 적당하게 섞어 일주야만 놓아두면 찌꺼기는 가라앉고 맑은 것은 위로 떠오를 테니 탄 그릇에 곱게 따라 꼭 봉한 후에 [후략]
계피쥬	계피주	계피정, 단사리별	계피정과 단사리별과 물을 혼합하여 봉한다.	[전략] 계피정 네그람과 단사리별 한그람과 물 백그람을 한데 혼합하여 삼사일간만 꼭 봉하여 두면 [후략]

생강주	생강주	생강, 누룩, 림	흰미	생강에다 흰 누룩을 넣고 끓인 후 생강즙을 내어 림을 탄다.	생강에다 흰 누룩을 조금 넣고 끓인뒤 생강즙을 내어 미림을 타면 술이 곧 되나니라.
-----	-----	-----------	----	-----------------------------------	--

『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 술의 종류는 46가지로 국미주, 송순주, 백조주, 상해주, 도화주, 연염양, 호산춘, 경액춘, 동정춘, 봉내춘, 송화주, 죽엽춘, 죽동주, 집성향, 석란향, 하삼청, 청서주, 자주, 매화주, 연화주, 유자주, 포도주, 두견주, 과하주, 향설주, 도원주, 동파주, 범주, 송자주, 감저주, 칠일주, 백노주, 부의주, 잡곡주, 신도주, 백화주, 삼일주, 혼돈주, 청주, 탁주, 합주, 모주, 감주, 능금술, 계피주, 생강주가 있다. 봉내춘은 맑은 술 한병에 밀 칠푼쯤과 후추 한 동증을 부스질러 합하여 항아리에 넣고 똑겁게 유지로 봉하고 술에 물붓고 중탕한다. 하삼청의 경우 더운 물 한말에 누룩가루 석되를 휘저어 항아리에 담고 하룻밤 지난 후 베자루에 걸러 찌꺼기를 버리고 좋은 쌀 한말을 장만하여 찌서 덮는다.

7. 소주

표 7. 『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 소주 만드는 법

음식명		재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
소주 특방	소주 특방	멥쌀, 찹쌀, 누룩가루,	멥쌀과 찹쌀을 끓는물과 함께 섞기 → 찹쌀을 찌서 밀술과 합하기 → 누룩가루와 끓는물을 버무려 항아리에 넣기 → 멥쌀을 가루내 식히기 → 누룩 담그었던 물로 함께 빚기 → 멥쌀과 찹쌀을 가루내 물과 섞어 끓여내기 → 누룩가루와 쌀가루 물을 섞기 → 찹쌀을 찌서 식히기 → 모두 합해 빚기	멥쌀과 찹쌀 각각 한되와 끓는 물 여덟되를 함께 섞어 넣는다. 사흘만에 찹쌀 두말을 찌서 식거든 앞의 밀술과 합해서 [중략] 누룩가루 한 홉 남짓과 끓는 물 녀되 남짓을 식혀서 버무려 항아리에 넣는다. 다음날 아침 멥쌀 석되를 백번 씻어 가루내어 찌서 손으로 덩어리를 잘게 풀어 식힌다. 전날 누룩 담그었던 물을 체에 밭여 찌꺼기는 버리고 함께 빚는다. 사흘만에 멥쌀과 찹쌀 각각 한되를 깨끗이 씻어 담그었다가 가루내어 물 열사발에 섞어 술에 붓고 한번 끓여내어 식힌다. 물 열사발을 끓여 식혀서 누룩가루 녀되와 앞에 만든 쌀가루 물과 모두 고르게 섞는다. 다음날 또 찹쌀 한 말을 깨끗

				이 씻어 담그었다가 찌서 식힌다. 앞의 밀술과 쌀과 물과 누룩 섞은 것과 합해 빚은지 닷새만에 [후략]
수수 소주	수수 소주	수수	-	수수는 다른 여러 곡식보다 매우 흔할뿐더러 소주 재료로 삼으면 소주가 많이 나고 [후략]
옥수수 소주	옥수수 소주	옥수수	-	옥수수는 강냉이라 하는 것인데 이것은 중국사람이 많이 심어서 온갖 술을 만든다 [후략]
리강고	이강고	배, 생강, 꿀, 소주	배 껍질을 벗겨 즙을 내고 찌꺼기 버리기 → 생강도 즙을 내 꿀에 타서 소주에 붓는다 → 술병을 물에 넣고 중탕하기	배를 껍질 벗기고 갈아서 자루에 넣어 짜서 즙을 내고 찌꺼기는 버린다. 생강도 즙을 내어 꿀에 타서 소주병에 들어붓는다. 배즙과 생강즙이 든 술병을 물에 넣고 중탕하였다가 [후략]
죽력고	죽력고	죽력, 꿀, 소주	죽력과 꿀을 소주병에 넣고 중탕한다.	죽력과 꿀을 적당히 소주병에 넣고 중탕하여 쓴다. [후략]
심심소주	상심소주	오디, 소주	오디로 즙을 내어 소주에 넣는다.	좋은 소주 한고리에 오디 두되쯤 따서 즙을 내어 넣었다가 따르면 [후략]
감홍노	감홍로	홍국, 계피, 용안육, 진피, 방풍, 오피, 정향	소주에 홍국, 계피, 용안육을 넣는다. → 진피, 방풍, 정향을 주머니에 넣어 우려낸다.	감홍로는 소주 좋은 것 한고리에 홍국을 적당히 넣고 관계와 용안육 각각 한 냥과 진피 한 돈과 방풍 오 피와 정향 서푼을 모두 주머니에 넣어 우려낸다.
후담소주	우담소주	백소주, 소쓸개	소주에 소 쓸개를 넣고 봉한다.	좋은 백소주 두 고리에 소 쓸개 큰 것 한 개를 소 잡는 대로 얻어다가 지체 말고 더운 김에 쏟아 넣고 꼭 봉해 둔다 [후략]
괘기감홍로	관서홍로주	술, 꿀, 지치	술 받는 항아리 밑에 꿀을 바르고 지치를 넣는다.	[전략] 술 받는 항아리 밑에 꿀을 바르고 다시 지치를 넣은 것이며 [후략]

『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 소주의 종류는 총 9가지로 소주특방, 수수소주, 옥수수소주, 지강고, 죽력고, 심심소주, 감홍노, 후담소주, 괘기감홍로다. 리강고는 배와 생강을 사용하는데 껍질 벗긴 배를 갈아서 자루에 넣어 짜서 즙을 내고 찌꺼기는 버린다. 생강도 즙을 내어 꿀에 타서 소주병에 들어붓는다. 배즙과 생강즙이 든 술병을 물에 넣고 중탕한다. 괘기감홍로는 술 받는 항아리 밑에 꿀을 바르고 지치를 넣는 것이다.

8. 국, 탕

표 8. 『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 국, 탕 만드는 법

음식명		재료(재료 가 짓수)	조리법	본문내용
원문 명	현 대 어명			
육개장	육개장	파, 고기, 간장, 기름, 깨소금, 후춧가루	파를 썰다 → 고기를 삶아 썰고 파와 함께 섞는다 → 간장, 기름, 깨소금, 후춧가루로 간을 맞춘다 → 고기를 다시 넣고 끓인다	먼저 파를 데쳐 물에 빨아 한치 길이씩 썰어 놓는다. [중략] 갖은 고기는 맹물에 삶아 꼬챙이로 찢러보아 물렸거든 다 건져낸다. 살코기는 손으로 잘게 뜯어놓고 그 나머지는 썰어서 파와 여러 가지 고기와 함께 섞는다. 간장과 기름과 깨소금과 후춧가루로 간을 맞춰 치고 함께 주물러 섞은 후 고기 삶은 물에 다시 넣고 [후략]
잡탕	잡탕	고기, 건대구, 무, 파, 갖은 양념	고기와 건대구를 넣고 끓이다가 무, 파를 함께 끓여 썰다 → 갖은 양념을 하여 다시 솥에 넣어 끓인다	[전략] 고기 넣는 것은 같으나 아무쪼록 여러 가지를 넣는 것이 좋다. 건대구를 넣고 끓이다가 무나 파를 넣어 함께 끓여내어 모두 썰는다. 갖은 양념을 하여 다시 솥에 넣어 한참 끓인다. [후략]
곰국	곰국	쇠족, 쇠고기, 무, 진간장, 집메주장, 기름, 후춧가루, 깨소금	고기와 데친 쇠족과 쇠꼬리를 넣고 끓다가 무를 넣는다 → 진간장, 집메주장, 기름, 후춧가루, 깨소금을 넣는다.	고기는 육개장과 같이 한다. 데친 쇠족과 쇠꼬리를 털 벗겨 넣고 한참 끓거든 무를 통으로 쪼개어 넣는다 [중략] 진간장을 쳐 까불러 무의 색깔이 붉게 한다. 이 외에 여러 가지 고기는 육개장같이 썰어서 맛 좋은 집메주장과 기름과 후춧가루와 깨소금을 쳐서 한참 주무른 후에 국을 퍼먹을 때 고기를 넣어 먹는다 [후략]
민어국	민어국	민어	맑은 장국에 민어 토막을 넣고 끓인다.	[전략] 맑은 장국을 끓이다가 토막친 것을 넣고 끓여서 먹는다
골탕	골탕	쇠등골, 소금, 밀가루, 계란, 기름, 맑은 장국, 파	쇠등골에 소금을 발라 자른다 → 밀가루 묻히고 계란 풀어 기름에 지진다 → 맑은 장국에 파를 넣고 골을 넣어 끓여먹는다	쇠등골시에 소금을 조금 발라 꼬챙이로 꺾질을 +잘 벗겨 배를 갈라 벌려 한치 길이씩 자른다. 밀가루를 묻히고 계란을 풀어 무쳐 기름에 지진다. 맑은 장국에 파대가리를 잘라 채쳐 넣고 끓이다가 골을 담방담방 넣고 조금 더 끓여먹는다. [후략]
대국	대국	대구, 고추장, 된장, 콩나물	대구를 토막낸다 → 고추장과 된장을 섞어 넣고 콩나물을 넣고 끓인다	생선 대구를 씻어 오장을 빼고 알이나 이리는 빼어 통으로 놓아두고 살과 대가리나 뼈를 토막낸다. 고추장에 된장을 섞어 걸러 붓고

				콩나물 꼬리는 제거하여 넣는다. [후략]
도미국	도미국	도미, 맑은 장국, 썩갓	도미를 손질한다 → 맑은 장국에 토막친 것을 넣고 썩갓을 잠깐 넣어 함께 떠낸다	도미는 비늘을 긁고 내장을 빼고 씻어서 토막쳐 놓고 알이나 이리는 대구와 같이 손질한다. 맑은 장국을 끓여 팔팔 끓거든 토막친 것을 넣고 한참 더 끓인 다음 퍼낼 때 썩갓을 길이째 깨끗이 씻어 잠깐 넣어 함께 떠낸다 [후략]
완자탕	완자탕	생선살, 돼지고기(생치, 닭고기), 후춧가루, 기름, 깨소금, 표고, 석이, 버섯, 두부, 소금, 다진생강, 맑은 장국	생선살과 돼지고기를 다진다 → 후춧가루, 기름, 깨소금, 표고, 석이, 버섯, 두부, 소금을 합하여 다진 생강을 더한다 → 맑은 장국에 넣어 끓인다	생선살로만 짓이긴 것에 돼지고기나 생치나 닭고기를 함께 한참 다진다. 후춧가루, 기름, 깨소금, 표고, 석이, 버섯, 두부, 소금을 합하여 다진 생강을 더한다. [중략] 맑은 장국에 넣어 끓인다.
애탕	애탕	애탕썩, 고기, 두부, 기름, 깨소금, 후춧가루, 소금, 밀가루, 계란, 맑은 장국, 움파	애탕썩을 데친다 → 고기와 섞어 칼로 다지고 두부를 넣고 기름, 깨소금, 후춧가루, 소금으로 간을 맞춘다 → 맑은 장국에 움파를 넣고 끓이다가 썩완자를 넣고 끓인다	애탕썩을 잘 다듬어 씻어 물에 데쳐 다시 찬물에 한번 헹궈 물을 꼭 짜버린다. 고기와 섞어 한참 칼로 다져놓고 두부를 짜서 썩의 삼분의 일쯤 넣고 기름과 깨소금과 후춧가루를 치고 소금으로 간을 맞춘다. [중략] 밀가루를 묻히고 계란을 풀어 무친다. 맑은 장국에 움파를 많이 잘라 넣고 한참 끓이다가 만들어 놓은 썩완자를 하나씩 넣어 또 끓여낸다 [후략]
맑은 장국	맑은 장국	쇠고기, 파, 마늘, 간장, 후춧가루, 기름, 깨소금,	쇠고기를 썰어 파, 마늘, 간장, 후춧가루를 넣는다 → 기름과 깨소금을 치고 주물러 솔에 넣는다 → 물을 넣고 끓인다	쇠고기를 잘고 얇게 썬다. 먼저 파를 잎사귀째 잘게 다진 것과 마늘을 조금 다져 넣고 간장을 짜게 풀고 후춧가루를 쳐서 오랫동안 쇠고기와 함께 손으로 주무른 후에 기름과 깨소금을 치고 또 잠깐 주물러서 솔에 넣는다. 물을 조금 치고 볶다가 다시 물을 먹음만큼 간맞추어 붓고 오랫동안 끓여서 떠낸다 [후략]
외무름국	외무름국	늪은오이, 완자만드는 재료, 맑은 장국, 고추장,	늪은 오이 속을 비워 완자만드는 재료를 넣는다 → 맑은 장국을 끓이고 고추장을 조금	[전략] 완자 만드는 재료로 오이 속에 가득가득 채운다. [중략] 맑은 장국을 끓이고 고추장을 조금 풀고 파를 썰어 놓은 후 버섯을

		파, 버섯	풀고 파, 버섯, 오이 만든 것을 넣어 끓인다	조금 썰어 넣고 오이 만든 것을 넣어 한참 더 끓인다
추포탕	추포탕	고기, 쇠족, 쇠꼬리, 오이, 소금, 기름, 간장, 깨소금, 후춧가루, 참깨	고기, 쇠족, 쇠꼬리, 무를 썰어 넣는다 → 오이를 소금에 절였다가 기름에 볶아서 간장, 기름, 깨소금, 후춧가루를 쳐서 주르른다 → 참깨를 불려 껍질을 벗긴 후 갈아서 소금간 한다 → 깻국에 무친 고기와 오이등을 둔다	곰국 재료를 무까지 썰어 넣는다. 오이를 무처럼 썰어 소금에 잠깐 절였다가 깨끗한 수건에 싸서 꼭 짠다. 오이를 기름에 볶아서 곰국 재료와 같이 담고 간장, 기름, 깨소금, 후춧가루를 쳐서 한참 주르른다. 참깨를 [중략] 갈아서 체에 밭여 소금간한다. 깻국에 무친 고기와 오이 등을 차게 두었다가 먹는다 [후략]
송기약탕	선기약탕	무, 숙주나물, 황화채, 미나리, 파, 표고, 버섯, 기름, 계란, 고기, 송어, 간장	무, 숙주나물, 황화채, 미나리, 파, 표고, 버섯, 계란을 담는다 → 고기는 재우고 송어는 간장을 발라 굽는다 → 물을 붓고 고기, 나물, 송어를 넣어 익힌다	날 무를 채치고 숙주나물을 씻어서 꼬리를 따고, 황화채는 불린다. 미나리와 파를 한 치씩 잘라서 파는 채친다. 표고와 버섯은 더운 물에 불려서 기름에 볶은 것과 알고 명 흰자위와 노른자위를 각각 부친 것을 다 골패모양으로 썬다 [중략] 고기 한 접시를 맛있게 재워 놓는다. 좋은 송어 한 마리를 잘 씻고 비늘 긁어 내장을 빼 버린 후 칼로 드문드문 칼집을 넣어 진한 간장을 발라 잠깐 구워서 기름을 발라 냄비에 담는다. [후략]
도미국수	도미국수	썩갓, 전유어, 너비아니, 미나리초대, 알고명, 표고, 버섯, 석이, 팽란, 완자, 도미, 간장	썩갓, 전유어, 너비아니, 미나리초대, 알고명, 표고, 버섯, 석이를 준비한다 → 도미를 간장에 발라 구워 냄비에 넣는다 → 물을 붓고 준비한 재료들을 넣어 익혀 먹는다	[전략] 완자를 잘게 만들어 맨 위에 얹은 후에 접시를 상에 올려놓는다. 도미를 깨끗하게 씻어서 비늘을 긁고 내장을 빼 후 꼬리만 잘라 버리고 대가리째 칼로 잔칼집을 넣어서 간장을 발라 잠깐 구워 냄비에 담아 놓는다. 먹을 때에 물을 붓고 끓으면 접시에 담았던 것을 넣어 익혀 먹는다 [후략]
신선노	신선로	전유어, 전복, 해삼, 미나리, 석이버섯, 계란, 완자, 은행, 호두, 실백, 파, 실고추, 쇠고기, 표고버섯, 생치, 닭, 해삼,	재료들을 썰어 볶기 → 고기, 전복, 해삼은 삶아 썬다 → 색을 맞추어 담고 고기장국을 붓는다	[전략] 돼지고기와 쇠고기를 삶아 고기 볶은 줍과 합하여 국을 만들어 붓고 화통에 숯불을 피워 끓거 든 흰떡, 국수, 주막을 넣고 후춧가루를 뿌린다 [중략] 열구자에 색을 맞추어 담는다. 고기장국을 준비해 두었다가 부어 먹는다 [후략]

		전복, 돼지고기, 순무, 미나리, 도라지, 파, 대하, 기름, 참쌀가루, 계란, 진간장, 흰 떡, 국수주약, 후춧가루, 고기장국		
넙치국	넙치국	넙치, 고추장, 파, 미나리, 고기	넙치를 토막친다 → 고추장, 파, 미나리, 고기를 넣고 끓인다	먼저 넙치를 깨끗이 씻어 비늘을 긁은 후 내장을 빼고 쪼개서 토막을 친다. 고추장을 심심하게 풀고 파를 썰어 넣고 미나리를 데쳐 넣고 고기 썰어 넣은 후 불을 때어 팔팔 끓이다가 넙치 토막친 것을 넣어 다시 한참 끓여 먹는다 [후략]
전골	전골	고기, 천엽, 양지머리, 콩팥, 간, 등골, 송이버섯, 조개, 낙지, 돼지고기, 사슴고기, 토끼고기, 닭고기, 새고기, 오리고기, 생치고기, 기름, 깨소금, 후춧가루, 잣가루, 무, 숙주나물, 미나리, 파, 황화채, 계란, 석이버섯, 표고버섯	고기를 각각 양념한다 → 각 재료들을 담는다 → 냄비에 고기를 넣고 끓인다	[전략] 고기를 모두 각각 갖은 양념하여 놓는다. 큰합이나 대접에 곁들여 담되 [중략] 냄비나 병거지골에 기름을 서너 숟가락 넣고 풍로에 놓아 기름이 끓을 때 고기와 썬를 넣어 끓여 먹는다 [후략]
계국	계국	계, 장국, 고기, 두부, 파, 생강, 간장, 후춧가루	계를 손질해서 맑은 장국에 넣어 끓인다 → 여러 재료들을 넣고 함께 끓인다	[전략] 다리는 먼저 맑은 장국에 넣어 끓이고 등딱지 속에 있는 해갑은 빼버리고 장만 다 긁어내어 그릇에 담아 놓는다 [중략] 장국이 끓을 때에 가만히 넣어서 한참 끓여서 푼다
병거지골	병거지골	나물, 고기, 기름, 계란	나물을 데친다 → 고기를 썰어 익힌다 → 장	갖은 나물을 맹물에 데쳐서 병거지골 속에 넣는다. 쟁인 고기는 병

			국에 각 재료를 넣고 익힌다	거지골 기름을 많이 부은 가장자리로 펴놓고 익으면 먹는다. 너무 국물이 없으면 장국을 만들었다가 붓고 계란도 풀어 먹는다
준치국	준치국	준치, 맑은 장국, 파, 간장, 파, 후춧가루, 밀가루, 계란	준치를 토막쳐 다진 후 양념을 하고 완자처럼 지진다 → 맑은 장국에 넣고 끓인다	[전략] 준치를 토막쳐 도마에 세우고 베나 모시 등 힘으로 덮어 누르면 뼈가 형겅 밖으로 나온다. 족집게나 손으로 뽑고 토막쳐 등뼈를 빼고 다시 다진다. [중략] 작은 밤알만큼 동글게 만들어 밀가루에 묻혀 계란을 씌워 완자처럼 지쳐서 맑은 장국 끓을 때에 넣어 한참 끓거든 퍼내어 먹는다
조기국	조기국	조기, 맑은장국, 고사리, 미나리	조기를 토막친다 → 맑은장국에 고사리, 미나리, 토막친 조기를 넣고 끓인다	조기를 비늘을 다 굵은 후 토막을 쳐 놓는다. 맑은 장국에 고사리나 미나리를 썰어 넣고 끓이다가 토막친 조기를 넣어 더 끓거든 퍼내어 먹는다 [후략]
토장국	토장국	된장, 쇠고기, 배추, 무, 콩나물, 토란	된장을 걸러 붓는다 → 쇠고기는 삶는다 → 배추줄기, 무, 콩나물, 토란을 넣고 끓인다	맛 좋은 된장에 일본된장을 함께 걸러 붓는다. 쇠고기는 양지머리나 업진이나 쇠약갈비와 사태와 곱창을 넣어서 삶는다. [중략] 보통 무를 길쭉길쭉하게 내리썰고 콩나물은 콩지를 따서 함께 넣고 큰 배추 줄기도 넣고 토란을 다듬어 넣고 배추 콩지라도 넣는다 [후략]
왕가탕	와가탕	모시조개	모시조개를 끓인다	모시조개를 깨끗이 씻어 맹물에 넣고 끓인다. 따듯할 동안 조개의 입이 벌어지면 그냥 퍼먹는다 [후략]
추탕	추탕	미꾸라지, 소금, 사태, 밀가루, 두부, 생강, 고추, 파, 고비, 표고버섯, 송이버섯, 곱창, 양, 계란	고기를 삶는다 → 밀가루를 풀고 재료들을 모두 넣는다 → 끓이다가 미꾸라지를 넣는다	[전략] 맹물에 업진이나 사태를 녹도록 끓인 후에 고기는 꺼내고 식힌다. 밀가루를 걸쭉하게 푼다. [중략] 밀가루를 푼 데 모두 넣어 휘저어가며 눈지 않게 끓인다. [후략]
별추탕	별추탕	미꾸라지, 두부, 국물	미꾸라지 해감을 뺀다 → 두부에 미꾸라지를 넣고 함께 찌서 누른다 → 굵게 썰어 국물에 넣고 끓인다	미꾸라지를 이 위와 같이 해감을 뺀다. 두부를 만들어 큰 보자기에 쌀 때 미꾸라지를 넣고 함께 찌서 누른다. 두부를 굵게 썰어 이 위와 같이 만든 국물에 넣고 휘저어가며 끓여 먹는다 [후략]

족탕	족탕	족, 사태, 간장, 후춧가루, 계핏가루	족 털을 벗기고 자른다 → 사태와 같이 넣고 삶는다 → 양념을 넣고 끓인다	삶은 족은 털을 벗기고 발 사이를 짜낸다. 사태와 같이 넣고 [중략] 국물에 간 맞춰 한참 다시 끓여 먹는다.
미역국	미역국	마른미역, 소금, 쇠고기, 맑은간장, 참기름	마른미역을 불린다 → 냄비에 넣고 쇠고기와 볶는다 → 물 붓고 간장으로 간한다	마른 미역을 물에 담가 불려서 소금을 약간 친 후 주물러 물에 서너 번 행군다. 불린 미역을 한치 길이로 썰어 냄비에 넣고 참기름에 쇠고기와 함께 볶는다. 물을 붓고 맑은 간장으로 간 맞추어 [후략]
명태국	명태국	명태, 움파, 맑은장국, 계란	명태를 토막쳐 계란씩 운다 → 움파 넣은 장국에 넣고 끓인다	명태를 씻어 내장을 빼고 토막쳐 놓는다. 움파 넣은 맑은 장국을 때 토막친 명태를 계란 썩워 넣어 [후략]
주저탕	주저탕	쇠족, 밀가루, 무	쇠족을 끓인다 → 밀가루를 물에 풀고 무를 넣는다	쇠족을 잘게 썰어 녹도록 끓인다. 밀가루를 물에 푼다. 무를 작은 주사위같이 네모지게 썰어 놓는다 [후략]
곤포탕	곤포탕	곤포	-	[전략]국을 미역국과 같이 끓이면 [후략]
용봉탕	용봉탕	잉어, 진계, 간장	잉어를 손질해 물에 넣는다 → 진계를 손질해 함께 넣는다 → 끓인 후에 간장을 친다	큰 잉어 한 마리를 내장, 알, 이리는 빼고 씻어 가마에 맹물을 붓고 넣는다. 진계 한 마리를 내장 빼고 기름 걸어 함께 넣는다. 두가지가 다 녹도록 끓인 후에 간장을 쳐 더 끓여 먹는다 [후략]
닭국	닭국	닭, 간장, 파, 후춧가루, 무, 나박, 고춧가루	닭을 토막낸다 → 양념을 넣고 물에 볶는다 → 무, 나박을 썰어 물을 붓고 끓인다 → 고춧가루를 넣는다	[전략] 토막 낸 닭에 간장 치고 파를 썰어 넣고 후춧가루를 치고 주물러 솥에 넣고 물을 조금 치고 볶는다. 다시 물을 많이 붓고 무를 얇고 나박 썰어 넣는다. 다 끓은 후에 고춧가루를 쳐서 먹는다 [후략]
자라탕	자라탕	자라, 간장, 후춧가루, 파, 기름, 깨소금	자라를 손질한다 → 양념을 넣고 끓여 먹는다	[전략] 자라를 그릇에 넣고 채반으로 덮고 꼭 누르고 끓는 물을 부어 죽인다. 배딱지를 떼고 살을 긁어 꺼낸다. [중략] 물에 제쳐 넣어 쏟아지지 않게 하고 끓여내어 먹는다. [후략]
가리탕	가리탕	갈비, 간장, 기름, 깨소금, 후춧가루	갈비를 맹물에 끓인다 → 양념을 넣고 끓인다	갈비를 씻지 말고 짧게 잘라 행주쳐서 맹물에 푹 끓여 흐물흐물 하거든 꺼낸다. 간장과 기름, 깨소금, 후춧가루를 치고 까불러 다시

				국에 넣어 한소끔 끓여 먹는다. [후략]
개장	개장	개, 토장국, 미나리, 호두, 고추, 파, 기름, 깨소금, 후춧가루, 계핏가루, 부추, 파	개를 삶는다 → 토장국에 개를 넣고 미나리, 호두를 넣어 냄새를 없앤다 → 각종 재료를 넣고 국물에 넣어 끓인다	[전략] 개고기는 피를 빼지 말고 삶는다. [중략] 고기는 고추와 파를 다시고 기름과 깨소금과 후춧가루와 계핏가루를 치고 부추나 파를 대강 다져 모두 함께 주물러 넣고 [후략]
이리탕	이리탕	이리, 맑은 장국	이리를 저미던지 전유어로 부친다 → 맑은 장국에 이리를 넣어 끓인다	무슨 생선의 이리든지 큰 것은 저미고 작은 것은 그대로 전유어를 부쳐놓는다. 맑은 장국을 끓이다가 이리를 넣어서 조금 더 끓여 먹는다 [후략]
고사리국	고사리국	맑은 장국, 밀가루, 고사리	맑은 장국에 밀가루를 푼다 → 고사리를 넣는다	맑은 장국을 식혀서 밀가루를 덩어리지지 않게 풀어 놓는다. 고사리를 넣는데 [후략]
버섯국	버섯국	맑은 장국, 밀가루, 버섯, 두부	맑은 장국에 밀가루를 풀어 버섯을 넣는다 → 두부를 넣고 끓인다	버섯국은 고사리국과 같이 하되 두부를 찹찹 썰어 넣고 끓인다 [후략]
청국장	청국장	콩, 고기, 쇠꼬리, 등심줄기, 대구, 북어, 해삼, 전복, 홍합, 다시마, 무	콩을 삶아 건진다 → 콩국에 각종 재료를 넣고 함께 삶는다	[전략] 삼사일 후에 열어 보면 콩이 줄이 죽죽 지고 빛이 검고 뜬내가 난다. 국 끓일 만큼 뜬 콩을 솥에 넣고 콩 삶으 줍도 붓고 달인다. 콩국 속에 잡탕에 넣는 여러 가지 고기와 쇠꼬리와 등심줄기와 지라까지 넣고 말린 대구와 북어, 해삼, 전복, 홍합, 다시마, 무, 겨울 파를 모두 함께 넣어 삶는다 [후략]
삼태탕	삼태탕	콩나물, 살코기, 파, 후춧가루, 집 메주장, 명태(마른 북어), 두부, 고춧가루	콩나물, 살코기에 파, 후춧가루를 치고 집 메주장으로 주물러 볶는다 → 명태를 토막쳐 넣고 두부를 넣은 후에 간을 맞춘다 → 끓는 물에 고춧가루를 넣는다	[전략] 콩나물과 살코기에 파와 후춧가루를 치고 맛있는 집 메주장으로 대강 주물러 넣고 볶다가 명태나 마른 북어를 토막쳐 넣고 두부를 반듯반듯하게 썰어 넣은 후에 간을 맞춘다. 물을 붓고 팔팔 끓인 후에 퍼내어 고춧가루를 쳐 먹는다 [후략]
토란국	토란국	토란, 고기, 간장, 파, 후춧가루	토란을 삶는다 → 고기, 간장, 파, 후춧가루를 넣어 볶는다 → 볶은 토란에 물을 붓고 끓인다	[전략] 토란을 잠깐 삶는다. 고기와 간장과 파 다진 것과 후춧가루를 함께 넣어 주물러 잠깐 볶는다. 볶은 토란에 간 맞춰 물을 붓고 끓여 먹는다 [후략]
순대	순대	우거지, 내장.	돼지 삶은물에 기름을	돼지 삶은 물에서 기름은 건져 버

국	국	돼지 삶은 물	건진다 → 우거지를 넣어 끓이다가 내장을 썰어 넣는다	린다. 우거지를 넣어서 끓이면 [중략] 국물에 내장을 썰어 넣고 [후략]
멧나물국	멧나물국	멧나물, 고기, 갓은 고명	멧나물을 삶은 후 찐다 → 멧나물을 썰고 고기, 갓은 고명과 주물러 끓인다	[전략] 썬 멧나물을 썰고 고기와 갓은 고명에 주물러 아무 장애든지 끓여 먹으면 [후략]
파국	파국	파, 고기, 간장, 후춧가루, 계란, 모시조개	파를 데쳐놓고 고기, 간장, 후춧가루에 버무린다 → 볶은 후에 물을 넣고 끓인다 → 계란, 모시조개를 넣는다	[전략] 파는 잠깐 데쳐놓고 고기를 많이 썰고 간장과 후춧가루를 쳐 주므른다. 먼저 잠깐 볶은 후에 물을 간 맞추어 붓고 끓인다. 퍼낼 때 계란을 몇 개 풀어 먹는다. 모시조개도 넣는다 [후략]
아욱국	아욱국	아욱, 토장, 고추장, 흥합, 왕새우, 멸치, 고기, 곱창	아욱을 씻어 끓인다 → 토장에 고추장을 섞어 넣는다 → 흥합, 왕새우, 멸치, 고기, 곱창을 넣는다	아욱을 예전에는 여러번 으깨어 끓이나 오히려 국빛이 푸르고 보기에 좋지 않기 때문에 요사이는 그냥 깨끗이 씻기만 하여 끓이면 빛이 맑고 맛도 좋다. 토장에 고추장 섞어 끓이되 흥합이나 왕새우를 짓찧어 넣거나 멸치를 고기, 곱창을 넣어야 한다 [후략]
냉이국	냉이국	냉이, 된장, 고기	냉이에 된장을 걸러 붓고 고기를 넣어 끓인다	[전략] 된장을 걸러 부은 후 고기를 많이 넣고 끓여 먹는다.
소루쟁이국	소루쟁이국	소루쟁이, 고추장, 모시조개, 햇파	소루쟁이를 데친다 → 고추장을 풀고 모시조개, 햇파를 섞어 끓인다	[전략] 먹는 법은 냉이국과 같으나 고추장도 섞어 풀고 모시조개도 넣고 햇파도 섞어 끓이는 것이 좋다. [후략]
배추속대국	배추속대국	배추속대, 된장, 고기, 곱창	배추속대를 씻는다 → 된장을 걸러 푼다 → 고기와 곱창을 넣는다	배추속대를 속속히 깨끗이 씻는다. 된장을 거른다. 기름기 고기와 곱창을 된장국에 넣는다 [후략]
냉이국	냉이국	우거지, 된장, 고기, 기름, 깨소금, 후춧가루, 콩나물	우거지에 양념을 섞어 주물러 놓는다 → 토장에 고기, 우거지, 콩나물을 넣어 끓인다	[전략] 토장에 고기 넣어 끓인다. 우거지에 기름, 깨소금, 후춧가루를 섞어 주물러 놓는다. 콩나물 쫄지 따서 함께 넣고 오래 무른 후에 먹되 [후략]
소탕	소탕	두부, 기름, 간장,	두부를 기름에 지진다 → 맹물에 기름, 간장을 넣고 끓이다가 지진두부와 다시마를 넣고 끓인다	두부를 채째 짜개어 번철에 들러 불지 않을 만큼 기름을 조금 바르고 안팎이 누르도록 지진다. 맹물에 기름과 간장을 쳐 끓이다가 지진 두부와 다시마를 물에 잠깐만 씻어서 모래만 턴 후에 두부를 길이가 길고 너비가 조금 훌쩍하게 특특 찌고 넣는다[후략]
박국	박국	고기, 갓은 양	박을 썬다 → 고기에	박을 쓴 것은 못하고 먹는 박으로

		념, 간장, 박	양념하여 맑은 간장에 끓인다	껍질을 벗기고 속을 뺀 후에 얇박하게 썬다. 고기에 갖은 양념하여 맑은 간장에 끓여 먹으면 매우 담백하다.
고은대국	고은대국	토란, 콩나물, 우거지, 거란지뻬, 곱창	토란줄기에 콩나물, 우거지, 거란지뻬, 곱창을 넣고 끓인다	토란줄기는 토장국에 끓이느 것이 제일인데 콩나물이나 우거지도 넣고 기름기나 거란지뻬나 곱창을 넣고 푹 무르게 끓인다 [후략]
오복탕	오복탕	도라지, 간장, 기름, 파, 깨소금, 후춧가루, 연한 닭고기, 돼지고기, 해삼, 전복, 미나리, 녹말, 은행, 실백, 계란, 후춧가루	도라지, 닭고기, 돼지고기, 해삼, 전복에 양념을 한다 → 미나리는 기름에만 볶는다 → 고기국물에 녹말을 풀고 각 재료를 넣는다	[전략] 도라지, 돼지고기, 닭고기, 해삼, 전복, 미나리를 한데 섞어서 놓는다. 고기국물을 만들어 놓았다가 식혀서 녹말을 거룩하게 풀어 너무 많이 붓지 말고 자작자작하게 부어 간을 맞춘다 [후략]
총계탕	총계탕	암탉, 파, 초, 간장, 기름	암탉을 씻는다 → 물에 닭과 파를 넣고 삶은 후 초, 간장, 기름을 붓고 끓인다.	[전략] 닭과 파를 넣고 잠깐 삶은 후에 좋은 초와 좋은 간장과 좋은 기름을 각각 한 종지씩 들어붓고 뭉근한 불로 삶는다 [후략]
연포국	연포국	암탉, 쇠고기, 두부, 기름, 간장, 생강, 파, 표고, 석이, 버섯, 밀가루, 계란	닭과 쇠고기를 삶는다 → 두부를 지진 후 간장을 친다 → 재료들을 넣고 밀가루를 푼다 → 계란을 넣고 저운다	[전략] 먼저 삶았던 쇠고기는 집어 내어 쓰지 않고 지진 두부를 줍속에 넣고 간장을 알맞게 친다. 생강과 파와 표고와 석이와 버섯을 다 가늘게 채 썰어 넣는다. 줍을 조금 떠서 고운 밀가루를 조금 풀되 많이 풀면 못쓴다. 계란을 몇 개든지 깨뜨려 넣고 [후략]
계란탕	계란탕	계란, 간장	물에 계란을 넣고 간장을 쳐 중탕한다.	계란을 그릇에 적당량 깨어 닭고 물 붓고 간장 치고 솥에 중탕한다. [후략]
홍합탕	홍합탕	홍합, 간장	물에 홍합을 넣고 간장을 넣어 끓인다.	[전략] 마른 홍합도 순전히 간장물에 다가만 많이 넣고 끓여내어 먹으면 [후략]
김창국	김창국	간장, 초, 기름, 파, 김, 고춧가루	물에 간장, 초, 기름, 파, 김, 고춧가루를 넣는다	좋은 물에간장과 초와 기름을 치고 파 채쳐 넣고 김을 넣되 초가 많아야 좋다. 파를 조금 넣고 고춧가루를 치기도한다.
외창국	외창국	오이, 간장, 초, 파, 자송이, 고춧가루	오이를 채친다 → 간장, 초, 파, 자송이를 채쳐 함께 넣는다 → 고춧가루로 한두시간 절인 후	어린 오이를 씻고 꼭지를 딴 후 둥글고 얇게 채를 친다. 간장과 초와 파와 자송이를 채쳐 함께 넣는다. 고춧가루를 쳐 한두시간동안

			물을 넣는다	절였다가 물을 쳐 간 맞추어 먹되 [후략]
매역 창국	미역 창국	미역, 간장, 기름, 고기, 파, 초	미역을 잘게 뜯는다 → 미역에 간장, 기름, 고기, 파를 넣어 주무른다 → 볶은 후 물을 넣고 초를 친다	미역을 좋은 물에 빨아 줄거리는 빼고 잘게 뜯는다. 미역에 간장과 기름을 치고 기름기 없는 고기와 파를 두드려 솔에 모두 넣어 주무른다. 물을 조금 쳐 고기와 미역이 익도록 볶은 후에 퍼 내어 식거든 초를 많이 치고 간 맛도록 물을 쳐 먹는다.

『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 국, 탕의 종류는 59가지로 육개장, 잡탕, 곰국, 민어국, 골탕, 대주국, 도미국, 완자탕, 애탕, 맑은장국, 외무름국, 추포탕, 송기약탕, 도미국수, 신선노, 업치국, 전골, 계국, 병거지골, 준치국, 조기국, 토장국, 왕가탕, 추탕, 별추탕, 족탕, 미역국, 명태국, 곤포탕, 용봉탕, 닭국, 자라탕, 가리탕, 개장, 미리탕, 고사리국, 버섯국, 청국장, 삼태탕, 토란국, 순대국, 멧나물국, 파국, 아욱국, 냉이국, 소루쟁이국, 배추속대국, 냉이국, 소탕, 박국, 고은대국, 오복탕, 총계탕, 연포국, 계란탕, 흥합탕, 김창국, 외창국, 매역창국이 있다. 버섯국은 고사리국과 같이 맑은 장국에 밀가루를 풀어 버섯을 넣은 후 두부를 찹찹 썰어 넣는다. 연포탕은 도라지, 닭고기, 돼지고기, 해삼, 전복에 양념하고, 미나리는 기름에만 볶아 고기국물에 녹말을 풀고 각 재료를 넣은 음식이라 기록되어 있다.

9. 누룩

표 9. 『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 누룩 만드는 법

음식명		재료(재료 가 짓수)	조리법	본문내용
원 문 명	현대어 명			
보 리 누 룩	보리누 룩	보리	보리를 별에 말려 멧돌에 간다 → 반죽하여 덩어리를 만들어 달아둔다	보리를 껍질 벗기지 말고 우물물에 일어 씻어 별에 바삭 말린 뒤에 6월 6일에 멧돌에 간다. 보리뜨물에 반죽하여 덩어리를 만들어 [후략]
밀 누 룩	밀누룩	밀	밀을 별에 바삭 말려 멧돌에 간다 → 밀뜨물에 반죽하여 덩어리를 만들어 달아둔다.	[전략] 껍질을 잿물에 일어 씻은 후 별에 바삭 말려서 6월 6일에 멧돌에 간다. 밀뜨물에 반죽하여 덩어리를 만들어 닥나무 잎사귀로 꼭 싸서 바람 통하는 곳에 달아두어 [후략]
쌀	쌀누룩	찹쌀가루	찹쌀가루를 반죽한다 →	찹쌀가루 한 말을 여뀌즙에 반죽

누룩			닥나무잎에 싸서 걸어둔다	하여 등글게 만든다. 닥나무잎에 싸서 바람 있는 곳에 걸어 두었다가 [후략]
흰누룩	흰누룩	밀가루, 참쌀가루	밀가루와 참쌀가루를 버무려 으갠다 → 단단하게 밟은 후 닥나무 잎에 싸서 말린다	밀가루 한 짐과 참쌀가루 한 말을 축축하게 버무려 체에 으갠다. 단단하게 밟아 만든 후에 닥나무잎에 싸서 바람있는 곳에 걸었다가 [후략]
내북비전국	내북비전국	밀가루, 누런쌀, 녹두	밀가루, 누런쌀, 녹두가루를 섞어 반죽을 하여別に 쪄인다.	[전략] 녹두를 먼저 갈아 까불러 껍질은 물에 담가 놓는다. 누런쌀을 가루내어 밀가루와 녹두가루를 함께 섞고 녹두껍질물을 쳐가며 반죽을 되게하여 밟아서 네모지게 만든다. [후략]
홍국	홍국	멥쌀, 누룩	멥쌀로 밥을 지어 열다섯 덩이로 놓는다 → 누룩을 비벼 놓는다 → 형겅으로 덮었다가 벗기는 걸 반복한다 → 누룩을 내어別に 말려둔다	[전략] 흰쌀밥에 누룩밀 서근을 넣어 밀고 치며 비벼서 한 곳에 덩이지어 놓는다. 형겅으로 덮었다가 더우면 형겅을 벗기고 헤쳐 더운 기운을 내보내면서 급히 덩어리를 일으켜서 다시 꼭 덮는다 [중략] 또 한 차례 만들고 또 축여서 만일 다 뜨게 되면 다 된 것이다. 누룩을 내어別に 말려둔다. [후략]

『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 누룩의 종류는 총 6가지로 보리누룩, 밀누룩, 쌀누룩, 흰누룩, 내북비전국, 홍국이 있다. 홍국의 경우 멥쌀로 밥을 지어 열다섯 덩이로 놓은 후 누룩을 비벼 놓는다. 형겅으로 덮었다가 벗기는 걸 반복한 후 누룩을 내어別に 말려둔다.

10. 김치

표 10. 『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 김치 담그는 법

음식명		재료(재료 가 짓수)	조리법	본문내용
원 문 명	현대어 명			
홍 김 치	통김치	소금, 마늘, 파, 고추, 생강, 갓, 파, 미	배추를 씻은 후 소금물에 배추를 절인다 → 각종 재료를 섞어 배추	옛법의 김치 담그기는 배추의 누른 것은 다 떼어 버리고 통으로 속속히 깨끗하게 씻은 후 물 한동이에

		나리, 청각	잎사귀마다 소를 박는다 → 무는 소금에 절인 후 김치독에 넣는다	소금을 반 되 가량 타서 배추에 너럭너럭 부어아무 그릇에든지 절여서 광주리에 내어 놓아 [중략] 배추잎사귀 틈마다 조금씩 깊이 소를 박고 잎사귀 한줄기를 잡아 돌려서 배추 허리를 맨다. [후략]
동김치	동치미	무, 소금, 고추, 파, 마늘	무를 소금에 절인다 → 고추, 파, 마늘을 썰어 무와 같이 소금물에 담근다	무를 잘고 연한 것으로 깨끗하게 씻어서 소금에 절여 항아리에 담는다 [중략] 무 절였던 소금물 찌꺼기는 걸러 안치고 옷물만 체에 밭여 붓고 또 냉수를 무가 잠기도록 부은 후 간을 맞추어 [후략]
무김치	무김치	무, 고추, 어린오이, 호박, 잎사귀, 순의 줄거리	무를 고추, 무의 잎사귀와 연한 줄거리와 함께 짜게 절인다 → 남은 재료들을 다 넣고 절여 둔다	[전략] 조금 짜게 하는 것인데 서리 후에 무를 연한 잎사귀만 씻어서 이슬 찰 때에 볶고 푸른 고추와 무의 잎사귀와 연한 줄거리를 먼저 짜게 절였다가 꺼내 우려 넣는다. [후략]
얼갈이김치	얼갈이김치	얼갈이배추, 미나리, 소금, 초, 실고추, 파, 마늘, 설탕, 간장.	미나리와 얼갈이배추를 잘라서 소금 뿌린다 → 초, 실고추, 파, 마늘을 넣는다 → 설탕을 넣고 절인다 → 물 붓고 간장, 초로 간을 맞춘다	[전략] 미나리 속고갱이와 얼갈이배추를 잘라서 소금을 조금 뿌렸다 가 뒤집어서 10~20분 되거든 꼭 짠다. 초와 실고추와 파 흰 잎과 마늘 조금 썰어 넣는다. 설탕 좀 치고 함께 뒤집어 절인다. 먹을 때 물 붓고 간장 치고 또 초를 쳐서 간 맞추고 [후략]
질엄김치	지레김치	-	-	이 김치는 김장 전에 만들어 먹는다. 김치가 성하게 익도록 하는 것이다 [후략]
젓국지	젓국지	배추, 무, 소금, 오이, 고추, 파, 마늘, 미나리, 갓, 청각, 조기젓국	배추, 무를 소금에 절인다 → 절였던 오이를 썰어 넣는다 → 각종 재료들을 넣는다 → 물을 끓여 익힌다	배추와 무를 씻어 한 치 길이씩 썰어 소금에 절여 놓는다. 짜게 절였던 오이를 불려서 싸개어 대강 썰어 넣는다. 고추, 파, 마늘, 미나리, 갓을 다 채쳐 넣고 청각도 조금 넣는다. 조기 젓국에 물을 타 끓여서 식은 후에 맛이 조금 간하게 하여 많이 붓고 뚜껑을 잘 덮어 익힌다. [후략]
열무김치	열무김치	열무, 미나리, 고명	열무에 미나리를 넣고 절인다.	열무와 같은 배추와, 미나리를 함께 넣고 절인 후에 고명을 많이 하여 익히면 맛이 좋다. [후략]
섞	섞박지	무, 배추, 조	무와 배추를 각각 절인	[전략] 연한 무를 짜지 않게 잠깐

박 지		기젓, 준치젓, 밴대이젓, 청각, 파, 마늘, 고추, 생강, 미나리, 갓, 무채	다 → 각종 재료들을 넣고 국물을 낸 후 조기젓국, 굴젓국을 붓는다	절이고, 좋은 배추와 갓을 각각 절인다. [중략] 쪼켜이 뜯안치듯이 한 후 국물이 넉넉히 들게 한다. 절인 배춧잎과 벗긴 무 껍질로 위를 두 겹게 덮고 나뭇가지로 위를 가로지른다. 국물이 적거든 맛있는 조기젓국과 굴젓국을 타서 [후략]
풋 김 치	풋김치	고추, 파, 마늘, 배추, 밀가루, 생강	-	[전략] 고추, 파, 마늘을 많이 넣고 담가야 맛이 좋고 구진하지 않다. 속은 배추가 너무 어리면 밀가루를 쑤어 넣고 보리 씻은 속뜨물로 담그면 맛이 씹싹하고 좋다. 생강도 조금 넣는다.
나 박 김 치	나박김치	무, 소금, 실고추, 움파, 미나리, 마늘, 실백	무를 썰어 소금에 절인다 → 각종 재료를 넣고 물을 부어 간을 맞춘다	[전략] 무를 소금에 절인 후에 실고추와 움파와 미나리를 길게 잘라 넣고 마늘을 조금 채쳐 넣고 무 절인 물에 맹물을 타서 간을 맞게 하여 많이 붓고 익힌다. [후략]
장 김 치	장김치	배추, 진간장, 무, 실고추, 파, 마늘, 생강, 석이버섯, 표고버섯, 배, 밤, 미나리, 갓, 실백, 설탕	배추와 무를 진간장에 절인다 → 재료들을 모두 넣고 섞는다 → 물에 간장을 더 타고 간 맞추어 봉한다	[전략] 배추를 따로 오래 절인 후에 다 절여지거든 실고추와 파와 마늘, 생강, 석이버섯, 표고버섯을 모두 채쳐 넣는다. 배와 밤도 조금 크게 썰고 미나리와 갓을 잘라 넣고 실백도 넣고 설탕 치고 모두 섞는다. [중략] 간장을 더 타고 물을 더 부어 간 맞추어 붓고 [후략]
갓 김 치	갓김치	갓, 소금, 고추, 파, 마늘, 미나리	갓 잎사귀를 소금에 절인다 → 고추, 파, 마늘, 미나리를 넣어 물을 붓는다	갓은 대만 껍질 벗기고 잎사귀를 연한 것으로 다듬어 씻어서 소금에 잠깐 절인다. 고추, 파, 마늘, 미나리를 넣어 물 붓고 익히면 [후략]
굴 김 치	굴김치	굴, 소금, 실고추, 파, 무, 파대가리	굴을 씻어 소금에 친다 → 무, 파대가리를 잘게 썰어 소금을 쳐 향아리에 넣는다	[전략] 굴을 깨끗이 씻어 물을 빼거든 소금을 대강 친다. 무와 파대가리를 잘게 썰어 소금을 쳐 주물러 모두 향아리에 넣는다. [후략]
동 아 김 치	동아김치	동아, 소금, 김치양념, 생강	동아를 삶아 소금에 절인다 → 김치양념과 생강을 넣는다	동아를 삶아 저며서 얇게 하여 소금에 잠깐 절여 김치 양념을 넣고 담글 때 생강을 저며 넣고 [후략]
담 김 치	담김치	오이 깎두기, 닭	오이깎두기를 고춧가루에 담근다 → 닭을 깎두기에 버무린다	오이깎두기를 이긴 고춧가루에 담가 익힌다. 닭을 삶아 [중략] 깎두기에 버무려 얼음에 채웠다가 먹는다.
박 김	박김치	박	-	7월에 다는 박으로 김치를 담근다. [중략] 보통 나박김치와 같이 하

치				되 깍질을 벗기고 얇게 저며 햇고 추를 넣고 익히면 [후략]
산겨자김치	산겨자김치	고추, 마늘, 산갓, 겨자, 나박김치, 간장	산갓을 향아리에 넣고 중탕한다 → 나박김치에 넣고 간장을 쳐먹는다	[전략] 솔에 뜨거운 물을 붓고 향아리를 솔에 중탕할 때 물을 솔에 서너 차례 붓되 겨자가 물렁하지 않게만 하였다가 [중략] 한참만에 꺼내어 미리 나박김치에 넣고 맛 좋은 간장을 쳐 먹으면 [후략]
파김치	파김치	-	-	파김치라는 것은 시골농가에서 만들어 먹으나 아무 김치도 없을 때 하는 것이다. [후략]
돌나무김치	돌나무김치	돌나물, 소금, 고추, 파, 마늘	돌나물을 소금에 절인다 → 고추, 파, 마늘을 넣고 물을 붓는다	돌나물을 뿌리 따고 깨끗이 씻어 물이 빠지거든 소금에 잠깐 절인다. 고추, 파, 마늘을 넣은 후 물 붓고 [후략]
외소김치	외소박이	오이, 소금, 고추, 파, 마늘,	오이를 소금으로 절인다 → 고추, 파, 마늘을 잘게 잘라 오이에 넣고 담는다	[전략] 몸통이를 서넛으로 가운데만 쪼개어 속이 서로 통하게 하여 소금에 잠깐 절인다. 고추, 파, 마늘을 잘게 이겨서 쪼개놓은 자리를 벌리고 고명을 각각 넣어 그릇에 담는다 [후략]
외김치	외김치	오이, 소금, 고추, 파, 마늘	오이를 소금에 절인다 → 고추, 파, 마늘을 넣어 익힌다	[전략] 네 골로 짜낸 후 소금에 대강 잘라서 함께 절인다. 물을 간맛 추어 붓고 고추, 파, 마늘을 이겨 넣어 익힌다 [후략]
외지	외지	오이, 소금	오이를 향아리에 담아 소금을 뿌리고 물을 붓는다	오이를 씻지 말고 그대로 향아리에 담되 매켜에 소금을 뿌리고 다 담은 후 무거운 돌로 눌러 놓고 물을 붓는다. [후략]
짠지	짠지	무, 소금, 붉은 고추, 파, 마늘	무에 소금을 많이 뿌린다 → 붉은 고추, 파, 마늘을 썰어 섞어 놓는다	[전략] 독에 담되 쪼켜이 소금을 많이 뿌린다. 붉은 고추를 어슷 굵게 썰고 파, 마늘을 굵직하게 썰어 섞어서 매켜에 뿌린다 [후략]
외짠지	외짠지	오이, 소금, 고추, 생강, 진간장	오이를 소금에 절인다 → 오이, 고추, 생강을 진간장에 넣는다	[전략] 소금에 잠깐 절여 보에 싸서 꼭 눌러 놓는다. 오이, 고추 쪼개고 생강을 넓게 저며 오이와 같이 진간장에 넣고 돌로 눌렀다가 [후략]
깍독이	깍두기	무, 배추, 젓국, 갓은 고명	무와 배추를 젓국으로 절인다 → 갓은 고명을 다 넣는다	무를 통째로 씻고 배추도 통째로 씻어 아무 젓국이나 맛있는 것으로 절인다. 갓은 고명을 다 넣는다 [후략]
굴	굴깍두	굴, 무깍두기	굴을 무깍두기 만들 때	굴을 씻어 적을 골라 물 뺀 후에

깍 독 이	기		넣는다	무깍두기 만들 때 많이 넣으면 맛이 싱싱하고 좋다 [후략]
외 깍 독 이	오이깍 두기	오이, 설탕, 젓국, 고춧가루, 파, 마늘, 생강	오이를 설탕에 절인다 → 젓국에 각종 재료를 넣고 버무린다	오이를 깍두기 할 만큼 썰어 설탕에 먼저 절인다. 젓국에 고춧가루와 파와 마늘을 이겨 넣고 생강 조금 넣고 버무려 익힌다 [후략]
햇 깍 독 이	햇깍 두기	무, 설탕, 젓국, 파, 마늘, 고춧가루, 실고추, 배추, 미나리	무에 설탕을 버무린다 → 젓국, 파, 마늘, 고춧가루, 실고추, 배추, 미나리를 버무려 향아리에 담는다.	무가 나는대로 썰어서 먼저 설탕을 치고 까불러 두어 시간 둔다. 젓국과 파, 마늘을 이겨 고춧가루와 실고추에 버무려 넣을 때 배추와 미나리도 넣고 버무려 한 향아리에 담고 [후략]
채 깍 독 이	채깍 두기	무	-	무를 채쳐서 햇깍두기 하듯 하여 먹으면 맛이 좋다 [후략]
숙 깍 독 이	숙깍 두기	무	-	무를 삶아서 썰어 깍두기를 담그면 무가 물러서 [후략]

『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 김치의 종류는 29가지로 흥김치, 동김치, 무김치, 열갈이김치, 질엄김치, 젓국지, 열무김치, 석박지, 풋김치, 나백김치, 장김치, 갓김치, 굴김치, 동아김치, 담김치, 박김치, 산겨자김치, 파김치, 돌나무김치, 외소김치, 외김치, 외지, 외짬지, 깍뚝이, 굴깍뚝이, 외깍뚝이, 햇깍뚝이, 채깍뚝이, 숙깍뚝이가 있다. 젓국지는 배추, 무를 소금에 절인 후 절였던 오이를 썰어 넣고 각종 재료들을 넣는다. 그리고 물을 끓여 익힌다. 산겨자김치는 솔에 뜨거운 물을 붓고 산갓을 넣은 향아리를 솔에 중탕한다. 이 때 물을 솔에 서너 차례 붓되 겨자가 물렁하지 않게만 하였다가 한참 만에 꺼내어 미리 나박김치에 넣고 맛 좋은 간장을 쳐 먹는다.

11. 장아찌

표 11. 『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 장아찌 만드는 법

음식명		재료(재료 가 짓수)	조리법	본문내용
원문 명	현 대 어명			
젓무	젓무	무, 진간장, 고추, 파, 마늘, 생강, 청	무를 씻어 진간장을 붓는다 → 각종 재료를 넣고 버무린다 → 우거	[전략] 무를 둘로 찌개어 별에 제쳐 말려 물기가 대강 견혀 꾸득꾸득 하거든 진간장을 붓는다 [중략]

		각, 미나리, 갓, 어육, 차돌박이, 말린 대구, 닭, 돼지고기, 오이, 배추	지를 잘 덮고 땅에 묻는다	그 외에 여러 가지를 다 넣는다. 진간장으로 골고루 버무린 후에 꼭꼭 눌러놓고 우거지를 잘 덮고 [후략]
부장 앗지	무 장 아찌	무, 진간장, 갓, 미나리, 실고추, 파, 마늘, 생강	무를 씻어 진간장에 넣는다 → 각종 재료를 다 썰어 넣고 진간장을 붓는다	[전략] 물기 없이 하여 좋은 진간장에 넣는다. 여러달 만에 집어내어 썰어 갖은 양념하여 먹는다. [후략]
파 장 앗지	파 장 아찌	파, 진간장, 고기, 기름, 깨소금, 고춧가루, 파, 미나리	파를 씻어 진간장에 절인다 → 고기를 양념해 다진 후 기름, 깨소금, 고춧가루를 친다 → 파, 고기, 양념, 진간장을 그 위에 놓는다	[전략] 진간장에 잠깐 절인 후에 큰 사기그릇이나 대접에 파를 한 켠 담고 그 위에 고기 양념하여 볶아내어 잘게 다진 것을 한 켠 퍼고 그 위에다가 기름, 깨소금, 고춧가루를 많이 치고, 또 그 위에 파를 놓고 또 고기와 양념 놓고 진간장 치고 꼭꼭 누른다 [후략]
열 무 장앗 지	열 무 장아 찌	열무, 소금, 기름, 진간장, 실고추, 파, 마늘, 깨소금, 후춧가루	열무를 소금에 절인다 → 기름에 볶은 후 진간장, 실고추, 파, 마늘, 깨소금, 후춧가루를 넣고 주무른다	[전략] 소금 뿌려 절였다가 꼭 찐다. 기름에 볶은 후에 진간장 치고 실고추와 파, 마늘 채쳐 넣고 기름과 깨소금과 후춧가루 넣고 [후략]
감 자 장앗 지	감 자 장아 찌	감자, 장, 살코기, 갖은 양념	감자 껍질을 벗겨 장으로 간을 맞춘다 → 살코기를 양념으로 볶아 익힌다 → 간장과 고기와 갖은 양념을 넣고 볶는다	[전략] 물 조금 치고 습습한 장이나 일본장을 간 맞추어 치고 연한 살코기를 두들겨 넣고 갖은 양념으로 볶아가며 익혀서 먹는다 [후략]
찾 고 쵸 장 앗지	푯 고 추 장 아찌	푯고추, 진간장, 고명	푯고추를 맷돌에 눌렀다가 진간장으로 붓는다 → 고명을 넣어 먹는다	푯고추를 맷돌에 넣고 돌로 눌러준다. 몇 달 후에 건져 깨끗하게 씻어서 보자기에 싸서 맷돌에 눌렀다가 진간장 붓고, 이 위와 같이 고명을 넣었다가 먹는다 [후략]
고 쵸 남 장 앗지	고 쵸 잎 장 아찌	고춧잎, 진간장, 실고추, 파, 마늘, 생강	고춧잎을 씻어 말린다 → 진간장, 실고추, 파, 마늘, 생강을 넣는다	[전략] 데쳐서 다시 물에 담가 우려가지고 꼭 짜서 웬만큼 말린다. 진간장 붓고 실고추와 파와 마늘과 생강 넣어 두었다가 먹는다 [후략]
토 란 장앗 지	토 란 장아 찌	토란, 간장, 고기	토란을 쪼개서 간장 넣는다 → 고기를 두들겨 넣고 물을 넣어 조린다	토란을 다듬고 씻어서 돌로 짜낸다. 토란에 간장 넣고 고기를 두들겨 넣고 놀지 않게 물 조금 치고 바짝 조려서 먹는다.
전 복	전 복	전복, 진간장.	전복을 물에 불려 삶는다	전복을 두시간만 물에 불려서 잘

장앗지	장아찌	고기, 기름, 깨소금, 설탕, 잣가루	다 → 진간장에 고기, 기름, 깨소금, 설탕을 넣고 조린 후 잣가루를 뿌린다	삶은 후 골파작만큼씩 썰다. 진간장에 고기 썰어 넣고 기름, 깨소금, 설탕을 조금씩 치고 조려서 담고 잣가루를 뿌린다 [후략]
굴장앗지	굴장아찌	굴, 진간장, 실고추	굴에 진간장, 실고추를 넣고 끓인다	작은 굴은 적을 떼고 큰 굴을 통째로 준비한다. 진간장에 실고추를 넣고 잠깐 끓여낸다. [후략]
홍합장앗지	홍합장아찌	홍합	-	홍합장아찌는 마른 것으로 하면 홍합초가 되기 쉬우니 날 홍합으로 만들어야 [후략]
죽장앗지	죽장아찌	죽, 진간장, 기름, 깨소금, 설탕, 후춧가루	삶은 죽을 썰어 물에 끓인다 → 진간장과 각종 양념을 넣고 끓인다	삶은 죽을 굵직하게 썰어 먼저 물에 끓인다. 물이 다 줄거든 다시 진간장 치고 끓인 후에 기름, 깨소금, 설탕, 후춧가루 치고 끓여 [후략]
두부장앗지	두부장아찌	두부, 진간장, 기름, 깨소금, 후춧가루, 고춧가루	두부를 지진다 → 양념을 넣고 다시 볶는다	두부를 통째로 쪄개어 번철에 기름 두르고 겉이 누르도록 안팎을 지진다. 툭툭 째어서 진간장에 기름, 깨소금, 후춧가루, 고춧가루 쳐서 까불러 다시 볶다가 먹는다 [후략]
의장앗지	의장아찌	오이, 소금, 기름, 진간장, 기름, 깨소금, 실고추, 파, 생강, 마늘	오이를 소금에 절인 후 찐다 → 기름에 볶은 후 진간장에 넣고 각종 재료들을 넣는다	오이 날 때는 속을 빼고 골파작처럼 썰어 소금에 잠깐 절였다가 꼭 찐다 [중략] 볶은 후에 진간장에 넣고 기름, 깨소금, 실고추를 넣고 버무려 쓴다 [후략]
계란장앗지	계란장아찌	고기, 진간장, 계란	고기를 천리찬처럼 만들어 진간장 붓고 계란을 삶아 넣는다	고기를 천리찬처럼 만들어 진간장을 붓고 계란을 삶아 통으로 썰어 고기 옆에다가 곁들여 먹는다 [후략]
숙장앗지	숙장아찌	무, 고기, 갖은 양념, 기름, 깨소금, 후춧가루	무를 썰다 → 고기를 잘라 갖은 양념을 한다 → 고기와 무를 같이 끓여낸다	[전략] 고기를 무와 함께 주물러 물 조금 치고 끓여내어 기름과 깨소금과 후춧가루를 쳐서 먹는다
날내장앗지	달래장아찌	달래, 기름, 설탕, 진간장, 깨소금, 고춧가루	달래를 씻어 기름에 볶는다 → 설탕, 진간장, 깨소금, 고춧가루로 버무린다	[전략] 냄비에 기름을 붓고 달래를 넣어 볶아서 기름이 달래에 들어가 빛이 맑아지면 쏟아 놓는다. 설탕치고 진간장과 깨소금과 고춧가루 치고 버무려 먹으면 맛도 좋고 물러서 좋다 [후략]
부추장앗지	부추장아찌	부추, 간장, 기름, 깨소금, 고춧가루	부추를 간장에 절인다 → 각종 양념에 재었다가 먹는다	[전략] 간장에 뒤집어가며 두어시간 동안 절인다. [중략] 다시 좋은장을 치고 기름과 깨소금과 고춧가루를 많이 쳐서 켜켜 재었다가

				먹는다. [후략]
미나리장앗지	미나리아찌	미나리, 기름, 진간장, 깨소금, 고춧가루, 쇠고기	미나리를 기름에 볶는다 → 진간장, 깨소금, 기름, 고춧가루에 쇠고기를 볶아 섞는다	[전략] 소금에 절이지 말고 그냥 기름에 잠깐 볶는다. 진간장과 깨소금과 기름과 고춧가루 채고 쇠고기 볶아 이겨내고 섞어서 [후략]
머위장앗지	머위장아찌	머위, 진간장, 꿀[설탕]	머위 줄거리를 물에 삶는다 → 진간장과 설탕을 넣고 졸인다	[전략] 물에 오래 삶아 물을 따라 버린다. [중략] 진간장과 설탕이 다 졸도록 멥근한 불로 졸이면 [후략]

『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 장아찌의 종류는 총 19가지로 찜무, 부장앗지, 파장앗지, 열무장앗지, 감자장앗지, 교초남장앗지, 토란장앗지, 전복장앗지, 굴장앗지, 홍합장앗지, 죽장앗지, 두부장앗지, 의장앗지, 계란장앗지, 숙장앗지, 날내장앗지, 부추장앗지, 미나리장앗지, 머위장앗지이다. 감자장앗지는 감자 껍질을 벗겨 장으로 간을 맞추고 살코기를 양념으로 볶아 익힌다. 그 후 간장과 고기와 갖은 양념을 넣고 볶는다. 두부장앗지 역시 두부를 지진 후 양념을 넣고 다시 볶는다.

찌는 떡으로는 거피녹두떡, 백설기, 흰물이, 편, 깨설기, 싱검초떡, 팔떡, 녹두떡, 무떡, 호박떡, 느티떡, 쑥떡, 거피팔떡, 찰떡, 두텁떡, 궁병떡, 잡과병, 석탐병, 감떡, 송편별법, 증편, 증편별법, 방울증편이 있다.

치는 떡인 북떡, 흰떡, 절편, 인절미, 청인절미, 조인절미, 청정인절미, 대추인절미, 동부인절미, 가피떡, 곱장떡이 있다.

삶는 떡으로는 단자, 팔단자, 밤단자, 잣단자, 석이 단자, 생단자, 경단, 쑥구리, 팔경단, 밤경단, 수수거멸제비가 있고, 지지는 떡으로는 주악, 대추주악, 차전병, 돈전병, 대추전병, 두견전병, 밀전병, 숫정병, 빈대떡(빈자병)북피미, 밀쌈, 꽃전, 화전, 석류, 국화전이 있다.

찌는 떡 37종류, 치는 떡 11종류, 삶는 떡 11종류, 지지는 떡 15종류, 총74종류의 기록이 있다.

12. 떡

표 12. 『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 떡의 종류와 재료

음식명		재료 (재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
시루떡	시루떡	-	켜를지어 찌기 → 켜켜로 떠내어 썰기.	시루떡이라 하는 것은 무슨 떡이든지 켈 지어 두껍게도 하고 얇게도 하여 찌서 (중략) 켈켜로 떠내어 썰어

				쓰는 것을 시루떡이라 한다.
팔떡	팔떡	붉은팥, 멥쌀가루, 찹쌀가루,	밥 짓듯이 한소끔 끓이기 → 퍼내 소금치고 으깨기	쌀이 두 되면 붉은팥 한 되 쯤 하는 것인데 팥을 밥 짓듯이 물을 붓고 한소끔 끓인다(후략)
무떡	무떡	무, 떡가루, 쌀가루, 찹쌀가루, 감, 밤, 대추	무를 얇게 채썰어 떡가루에 섞기 → 쌀가루에 굴리기 → 찌기	(전략)얇게 저민 무를 소금물에 잠깐 넣었다가 건져 쌀루에 굴려 쌀가루 묻은 것만 두고 묻지 않은 것은 도로털어 시루에 안칠 때 쌀가루를 대강 뿌려 찐다. (후략)
호박떡	호박떡	청등호박, 떡가루, 팥, 설탕, 대추	청등호박을 얇게 썰어 떡가루에 섞기	청등호박을 얇게 썰어 떡가루에 섞는다. 팥을 두되 설탕이나 대추를 많이 둔다(후략)
느티떡	느티떡	느티나무 잎사귀, 팥	잎사귀 통째로 섞어 두껍게 켜를 안치기	느티나무 잎사귀를 연할 때 따서 잎사귀를 통째로 섞어 두껍게 켜를 안친다(후략)
생치떡	생치떡	생치	생치를 썰어 두껍게 켜를 안치기	(전략)생치를 물기 없이 하여야 떡이 질지 않으나 느티떡만은 못하다.
녹두떡	녹두떡	녹두, 쌀가루	녹두를 갈아 물에 씻어 건지기 → 떡가루를 뿌려 찌기	(전략) 실한 녹두를 떡가루가 보이지 않도록 넉넉히 뿌리고 또 떡가루를 담고 또 녹두를 뿌린다. 다 안친 후에 오랫동안 잘 찐다.
거피팥떡	거피팥떡	푸른팥	삶아서 어레미를 얹어놓기 → 으깨어서 떡위에 얹기	거피팥이라 하는 것은 푸른팥을 깨끗이 씻어 일어서기에 거피한다. 삶아서 어레미를 얹어놓고 으깨었다가 떡 위에 얹는다.
찰떡	찰떡	-	-	찰떡은 물기 없는 찹쌀이라야 떡이 제일 좋고 고운(후략)
깨떡	깨떡	흰깨	흰깨를 물에 씻기 → 껍질을 까기 → 볶아서 찜기 → 도드미에 쳐서 멧떡이나 찰떡에 두기	(전략)깨를 도드미에 쳐서 멧떡이나 찰떡에 둔다.
두텁떡	두텁떡	꿀, 팥, 대추, 건지, 찹쌀, 계피	꿀을 붓고 팥을 거피하여 어레미에 걸러놓기 →	칼로 썰어 보통 한 조각에 각각 소 하나씩 싸이게 하여 먹는다.

			팔빛이 붉고 맛을 달게 하기 → 소를 마련하기	
백설기	백설기			
흰무리	흰무리	찹쌀가루, 검은콩, 대추, 팥	시루에 붓고 찌기 → 통째로 썰기	(전략) 시루에 들이붓고 찌서 통째로 썩썩 베어 쓰는데(후략)
꿀떡	꿀떡	떡가루, 꿀, 흑설탕, 밤, 대추, 석이	떡가루에 꿀을 섞어 시루에 안치기 → 백지를 깔고 찌기	떡가루에 꿀이나 흑사탕을 많이 섞어서 시루에 안친다(중략)백지를깔고 안쳐서 찐다.
굴병 떡	굴병 떡	굴병, 대추, 꿀	굴병채치고 대추 썰기 → 꿀을쳐서 찌기	크고 좋은 굴병을 오래 되지 않은 것으로 잘게 채치고, 대추는 썬다.(후략)
신감초떡	신감초떡	떡가루, 신감초가루, 설탕, 당귀, 잎사귀, 풀잎	떡가루와 신감초가루 섞기 → 설탕을 넣어 찌기	(전략)이 떡이 다른 떡보다 맛이 특별하고 향기로우며 몸에도 대단히 유익하고 떡중의 상등이다.
잡과병	잡과병	올벼쌀, 햇방, 대추, 홍시, 쌀가루, 녹두, 붉은팥, 꿀, 설탕, 청대콩	햇방, 대추, 홍시 얇게 썰기 → 쌀가루를 섞어 찌기	(전략)햇방을 껍질 벗기고, 대추씨를 빼고, 홍시를 소금물에 담가서 떼은 맛을 다 빼 후에 껍질 벗기고 각각 얇게 썰어 쌀가루와 함께 섞어 버무리려 쪄를 안친다.
귀이리떡	귀이리떡	귀이리	귀이리 가루내기 → 물에범벅하여 찌기	(전략)떡은 귀이리를 곱게 가루내어 물에 범벅하여 주먹만큼씩 만들어 찐 후에 식기 전에 먹으면 빛은 거뭇하나 질기고 단단하여 좋다.
밀개떡	밀개떡	밀가루	밀가루를 반죽	밀가루를 물에 반죽하여 후에 나깨떡과 같이 먹는다.
석탄병	석탄병	감, 쌀가루, 잣가루, 계핏가루, 대추, 황률, 팥	감을 말려 가루내기 → 잣, 계핏가루와 대추, 황률 섞어 팥가루를 뿌려 찌기	(전략)먹으면 맛이 달고 씹썩하고 상큼하여 삼키기가 아깝다 하여 석탄병이라 한다.
나깨떡	개떡	속나깨, 썩	속나깨 체치기 → 시루에 찌기	(전략)시루에나 밥에 찌서 기름발라 먹고 썩도 넣어서 반죽한다.
감떡	감떡	찹쌀, 꽃감, 대추, 잣, 호두, 꿀	찹쌀, 꽃감 가루로 만들기 → 마른대추와 함께 찌기	찹쌀 한 말과 꽃감 한 접을 찢어 가루 만든다(중략)잣과 호두를 껍질 벗겨 짓이겨 함께 버무리려 경단처럼 만들고 꿀을 발라 먹는다.

밤떡	밤떡	밤, 찹쌀가루, 설탕, 수박씨, 실백	밤을 삶아 으깨기 → 찹쌀가루—설탕, 수박씨, 실백을 뿌리고 찌기	(전략)이것은 9월 9일에 먹는 것이다.
토런병	토런병	토란	얇게 저며 찜어서 체에 치기 → 찌기	토란을 얇게 저며 바삭 말려서 찜어 체에 쳐서 찌먹기도 하고 송편을 만들면 매끄러워 좋다.
감자병	감자병	감자, 설탕, 소금, 계핏가루	잘게 채쳐서 찌기 → 절구에 찜기 → 꿀, 소금, 계핏가루 넣고 둥글리기	(전략)인절미처럼 만들거나 경단처럼 둥글린다. 온갖 고물을 마음대로 무쳐 먹되 굳기 전에 먹는다.(후략)
백합떡	백합떡	흰백합뿌리, 밀가루, 쌀가루	흰백합뿌리 말리기 → 쌀가루를 섞어 찌기	(전략)백합을 짓이겨 갈분법과 같이 만들어 밀가루와 함께 섞어 떡을 만들어 먹는다.
옥수수떡	옥수수떡	옥수수	옥수수를 가루내기 → 찌기	(전략)갈아서 까불러 껍질을 버리고 물에 담갔다가 곱게 가루내어 온갖 떡을 만든다.
송편	송편	멥쌀가루, 팥, 대추, 검은콩, 청대콩, 솔잎, 꿀, 쌀가루, 계피, 호두	멥쌀을 반죽 → 팥, 대추, 검은콩 넣고 송편을 빚기 → 시루에 솔잎 깔고 송편을 펴놓고 찌기.	(전략)시루에 솔잎을 깔고 송편 한켜를 펴놓고 또 솔잎을 깔아가며 안쳐서 찐다(후략)
재증병	재증병	송편	흰떡을 쳐서 송편을 빚기 → 찌기	송편을 만들 때 흰떡을 쳐서 그걸로 송편을 빚어서 다지 찌내어((후략)
북떡	북떡	-	북 모양으로 쌀을 하나씩 떠서 찌기	(전략)표대로 베 짜는 북 모양으로 쌀을 하나씩 떠서 만들어 먹는다(후략)
흰떡	흰떡	멥쌀, 기름	멥쌀을 찌기 → 떡가래를 만들기 → 절편판에 박아내기	(전략)흰떡을 만들어서 절편판에 박아낸다.(후략)
인절미	인절미	찹쌀, 소금, 팥, 콩가루, 꿀	찹쌀을 찌기 → 쌀알이 보이지 않게 치기 → 콩가루를 묻히기	(전략)오랫동안 쳐서 쌀알이 조금도 보이지 않을 때 까지 한다. 썰어서 거피한 팥이나 콩가루를 묻힌다.(후략)
청인절미	청인절미	쑥	쑥을 삶기 → 찜기 → 인절미에 섞기	(전략)인절미 쳐놓은 데다가 섞어가며 흠씬 더 쳐서 골고루 퍼지게 하여 썰어 쓴다.
조인절미	조인절미	지장조, 찹쌀	지장조와 찹쌀을	지장조를 찹쌀과 같이 찌서

			찌기	치면 알이 다 으깨지지 않는으나 그냥 쓴다. 동부인절미 같이 동푸팔을 질게 하여 꼬꼭 박아준다(후략)
청정미 인절미	청 정 미 인절미	청정미	청정미로 인절미를 만들기	청정미로 인절미를 만들면 맛도 좋고 자양에도 매우 좋다(후략)
대추인절미	대추인절미	찹쌀, 대추	찹쌀가루 만들기 → 대추를 짓이겨 섞기 → 찌기	찹쌀을 가루 만들어 찐 후 대추를 씨 빼고 짓이겨 섞어서 오래 쳐야 좋다.(후략) (전략)팔을 만들어 주먹으로 쥐어 안팎으로 꼭꼭박아서 쓰는 것이 참동부인절미라 한다(후략)
동무인절미	동무인절미	햇동부, 거피팔, 참기름, 꿀	인절미에 햇동부, 거피팔을 묻히기	(전략)거피팔소를 넣고 접어서 늦보시거나 합으로 반달처럼 떠서 둘을 마주붙여 쓴다(후략)
가피떡	가피떡	흰떡, 거피팔소, 쑥, 꿀, 계핏가루	흰떡에 거피팔소를 넣고 접기	흰떡을 만들어 개피떡보다 반절쫄 되게 만든다(후략) (전략)꿀팔소 넣고 종지로 쫄 되게 뜬 채 손으로 구부려서 네 다섯 개 가량 붙인다.
산병	산병	흰떡	개피떡보다 반절쫄 되게 만들기.	소나무 속껍질로 만드는 것인데 송기를 물에 끓여서 칼로 잘게 두드린다. 흰떡에 섞고 찜으면 다 풀려서 송기떡이 된다(후략)
곶장떡	곶장떡	흰떡, 꿀팔소	흰떡을 넓게 피기 → 꿀팔소 넣고 붙이기.	(전략)이것은 제사어나 손님 대접할 때 떡 위에 놓는 것을 가장 숭상한다.
송기떡	송기떡	송기, 흰떡, 담배 줄거리의 재, 명화재	송기를 물에 끓여 잘게 두드리기 → 흰떡에 섞기	(전략)송편처럼 빚어낸다. 거피팔에 설탕과 계핏가루를 섞어 소를 넣고 납작하게 빚는다(후략)
주악	주악	찹쌀가루, 팔 소, 꿀, 기름	찹쌀가루 반죽 → 팔소를 넣고 빚기	(전략)지짐질 냄비에 기름을 발라가며 얇게 부친다.
대추주악	대추주악	대추, 찹쌀가루, 거피팔, 설탕, 계핏가루, 기름	대추 씨 빼고 찜기 → 찹쌀가루와 섞기 → 삶기 → 빚기	(전략)지진 후에 꿀을 발라 먹는다.
차전병	차전병	찹쌀가루	찹쌀가루 냉수에 반죽 → 부치기	(전략)전병에 대추를 꽃모양으로 박아서 지진다.
돈전병	돈전병	찹쌀가루, 꿀	찹쌀가루 냉수에 반죽 → 부치기	(전략)애호박을 체쳐 잠깐 절였다가 꼭 짜 넣고 전병
대추전병	대추전병	찹쌀가루, 대추	찹쌀가루 냉수에 반죽 → 대추를 박아서 지지기	
밀전병	밀전병	밀가루, 애호박	밀가루에 물을 쳐 질게 하기 → 애	

			호박을 넣고 부치기	을 부친다.(후략)
수수전병	수수전병	찰수수, 팥	찰수수가루를 냉수에 반죽 → 팥을 넣고 반달처럼 만들기	찰수수를 잘 대껴 곱게 가루내어 냉수에 묽게 반죽한다(후략)
빈대떡	빈대떡	녹두, 계란, 기름, 찹쌀, 미나리, 파, 배추 흰 줄거리, 쇠고기, 닭고기, 돼지고기, 표고, 석이, 버섯, 황화채, 해삼, 전복, 실고추, 실백, 생률, 대추, 초장, 고춧가루	녹두, 찹쌀 불려서 맷돌에 갈기 → 계란과 함께 부치기 → 파, 미나리, 배추 줄거리 데치기 → 쇠고기, 닭고기, 돼지고기, 양념하기 → 표고, 석이버섯, 황화채 볶기 → 해삼, 전복 불리기 → 실백, 생률, 대추 채치기 → 계란살아 넓게 썰기 → 부치기	(전략)무엇 이든지 넣을 만한 것을 다 넣어 함께 부쳐서 초장에 먹는다. 고춧가루를 쳐서 부치기도 한다. 이 떡 이름이 빈자병인데 가난한 자가 먹는다 하여 빈자병이라 한다. (후략)
북피미	북피 미	팥, 꿀, 계핏가루	거피팥, 꿀, 계피가루를 쳐서 볶기 → 소를 넣고 반달처럼 떠서 꿀에 찍기	(전략)거피팥에 꿀과 계핏가루를 쳐서 볶아 개피떡처럼 소를 넣는다(후략)
밀쌈	밀쌈	밀가루, 감국잎, 봉숭아꽃, 계핏가루	밀가루 묽게 반죽 → 전병을 부쳐 썰기 → 깨 껍질 벗겨 계핏가루 섞어 꿀에 반죽 → 소를 박아 부치기	(전략)소를 박아 부치고 가위로 모양 있게 돌려 베어서 떡 그릇 위어나 혹은 접시에 따로 담아 놓는다.또 벼개처럼 도르르 말아서 쓰기도 한다.
꽃 전	꽃 전	찹쌀가루, 기름, 설탕	찹쌀가루 끓는물에 반죽 → 꽃봉오리처럼 만들기 → 기름에 띄어 지져서 설탕을 뿌리기	(전략)작은 알밤만큼씩 데어서 둥글게 빚어 손가락 끝으로 구멍을 파고 꿰어 들고 겉으로는 두 손가락으로 이리저리 꼬집어서 우툴두툴하여 마치 꽃봉오리 피어나오는 것처럼 만든다.(후략)
화전	화전			
석류	석류	찹쌀가루, 계핏가루,	찹쌀가루 에 붉은색을 들여 반죽 → 화전과 같이 지지기 → 계핏가	(전략)석류처럼 만들되 석류가 처음 열매 맷힐때와 같이 작게 만든다. 화전과 같이 지진다(후략)

			루 치고 으깨어 놓기	
고려밤떡	고려밤떡	밤, 찹쌀가루, 꿀물, 설탕	밤은 가루내기 → 찹쌀가루 넣고 버무리기 → 꿀물 질게 반죽하여 찢기	밤을 얼마간 엄선하여 껍질 벗겨 필어 곱게 가루낸다(후략)
신선무귀병	신선무귀병	창출, 창포, 산약가루, 꿀물, 밀가루, 백출, 쌀뜨물	창출, 창포 말려 가루내기 → 산약가루, 꿀물, 밀가루 함께 섞어 찢기 → 벌에 말려 찢먹기	(전략)벌에 말려 두었다가 손님 올 때 찢서 먹는다.(후략)
혼돈자	혼돈자	밀가루, 소금, 녹말, 돼지고기, 파, 기름, 천초, 생강가루, 살구씨, 사인, 간장, 죽순, 무, 새우, 게, 등꽃, 어육, 대오리	밀가루에 소금을 섞고 떡반죽 → 주물러 녹말로 번가루 만들기 → 얇게 만들어 소를 넣고 터지지 않게 → 소는 돼지고기, 파, 기름에 볶아 익히기 → 천초, 생강가루, 살구씨, 사인, 간장 섞어, 죽순, 무, 새우, 게살, 등꽃지, 어육을 함께 섞기 → 솥에 삶기	(전략)사방을 극히 얇게 만들어서 소를 넣고 껍질을 단단히 하여 터지지 않게 한다.(후략)
단자	단자	찹쌀가루, 꿀, 팥가루, 밤가루, 잣가루	찹쌀가루반죽 → 큰조각 만들어 삶아 건져내기 → 풀처럼 만들기 → 소를 싸서 동글게 → 팥가루, 꿀 섞어 소를 만들기 → 소를 넣고 빚기 → 꿀에 담궈 팥가루 뿌리기	(전략)소를 넣고 빚은 후에 다시 꿀에 담궈서 또 팥가루를 뿌리거나 잣가루도 뿌린다.
팥단자	팥단자	찹쌀, 팥, 꿀	찹쌀반죽 → 삶아 건져내기 → 풀처럼 만들기 → 팥에 꿀타서 소를 만들어 빚기 →	찹쌀로 이 위와 같이 만들 때 소는 팥에 꿀을 타서 볶는 것을 넣고 겉에도 팥을 뿌려 쓴다.

			꿀에 담귀 팥가루 뿌리기	
밤단자	밤단자	밤, 계핏가루	찹쌀반죽 → 삶아 건져내기 → 풀처럼 만들기 → 밤에 꿀, 계핏가루 섞어 소를 만들어 빚기 → 꿀에 담귀 밤가루 뿌리기	팥단자와 같이 하되 밤으로 걸러 넣고 꿀과 계핏가루 섞어 복는다. 소를 넣고 걸에는 거른 밤으로 묻혀 쓴다.
잣단자	잣단자	잣, 팥	찹쌀반죽 → 삶아 건져내기 → 풀처럼 만들기 → 팥소를 만들어 빚기 → 꿀에 담귀 잣가루뿌리기	밤단자와 같이 만들되 소는 팥을 넣는다. 잣가루를 뿌려 쓴다.
석이단자	석이단자	석이버섯, 대추, 계핏가루, 꿀, 잣가루, 설탕, 꿀	석이버섯 삶기 → 대추, 계핏가루, 꿀에 반죽하여 빚기 → 석이버섯으로 싸서 잣가루 묻히기 → 찹쌀가루에 버무리려 찌기	(전략)석이버섯으로 싸고 잣가루를 묻힌다.(후략)
생단자	생단자	생강, 잣가루, 꿀, 녹말, 찹쌀가루, 계핏가루	생강 삶기 → 잘게 이겨 잣가루, 꿀, 녹말 섞어 반죽 → 빚어 잣가루 묻히기	(전략)잘게 이겨서 잣가루와 꿀을 치고 녹말을 풀 쭉어 함께 섞어 반죽을 한다.(후략)
경단	경단	찹쌀가루, 콩가루, 꿀, 생강즙, 계핏가루	찹쌀가루 반죽 → 삶기 → 콩가루 묻히기 → 꿀, 생강즙치고 계핏가루 뿌리기	(전략)하나하나가 둥글고 희어서 구슬과 같아서 하는 말이다.
썩굴리	썩굴리	찹쌀가루, 썩, 꿀, 계핏가루, 밤, 잣가루, 깨소금, 팥, 녹두,	찹쌀가루 썩 버무리 삶기 → 밤, 꿀, 계핏가루 섞어 소 넣기 → 삶아 꿀 묻히기	(전략)봄철에 먹으면 봄소식도 반가우려니와 향기로운 맛이 매우 담담하다.
팥경단	팥경단	찹쌀가루, 꿀, 계핏가루, 밤, 깨소금, 팥, 녹두	찹쌀가루 삶기 → 밤, 꿀, 계핏가루 섞어 소 넣기 → 삶아 팥 묻히기	이 위와 같이 경단을 만들어 붉은 팥을 묻히니 이것은 송도에서 흔히 만드는 것이다.
밤경단	밤경단	밤, 계핏가루, 꿀	밤 삶기 → 절구에 찧기 → 밤에 계핏가루, 꿀 치고	밤을 삶아서 껍질을 벗긴 후 절구에 찧어서 어레미에 내려 경단을 묻힌다.(후략)

			버무리려 문히기	
수수거멸 제비	수수거멸 제비	찰수수, 붉은팥, 거피팥	찰수수 가루내기 → 경단에 붉은팥, 거피팥 문히기	(전략)다른 경단과 같은 방 법으로 붉은 팥이나 거피팥 을 문힌다. (후략)
증편	증편	맵쌀, 막걸리, 대 추, 생률, 건시, 석이, 참기름	맵쌀가루내어 끓 이기 → 막걸리에 냉수, 참기름 치고 반죽에 풀기 → 하룻밤 두어 틀에 대추, 생률, 건시, 석이 채쳐 놓고 박기 → 찌기	(전략)증편틀에 보자기를 펴 고 숟가락이나 작은 주걱으 로 떠서 보자기 위로 질질 흘려 상당한 양을 담는다(후 략)
방울증편	방울증편	흰쌀, 막걸리, 팥 가루, 꿀, 계핏가 루, 후춧가루	흰쌀 가루내어 끓 이기 → 막걸리에 냉수, 참기름 치고 반죽에 풀기 → 하룻밤 두어 틀에 팥가루, 꿀, 계핏 가루, 후춧가루를 증편 위에 놓고 반죽 놓기 → 석 이, 대추, 생률, 건시 넣고 박기 → 찌기	증편을 얹힐 때 따로 소를 팥가루에 꿀과 계핏가루와 후춧가루를 섞고 볶아서 상 수리처럼 동글려 증편 위에 다가 벌려 놓는다.(후략)

『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 떡은 총 69종류이다. 시루떡, 팥떡, 무떡, 호박떡, 느리떡, 생치떡, 녹두떡, 거피팥떡, 찰떡, 깨떡, 두텁떡, 백설기, 흰무리, 꿀떡, 굴병떡, 신감 초떡, 잡과병, 귀이리떡, 밀개떡, 석탄병, 나깨떡, 감떡, 밤떡, 토련병, 감자병, 백합떡, 옥수수떡, 송편, 재증떡, 복떡, 흰떡, 인절미, 청인절미, 청정미인절미, 대추인절미, 동무인절미, 가피떡, 산병, 좁장떡, 동기떡, 주악, 대추주악, 차전병, 돈전병, 대추전병, 밀전병, 수수전병, 빈대떡, 북피미, 밀쌈, 꽃전, 화전, 석류, 고려밤떡, 신선무귀병, 혼돈자, 단자, 팥단자, 밤단자, 잣단자, 석이단자, 생단자, 경단, 숙굴리, 팥경단, 밤경단, 수수거멸제비, 증편, 방울 증편이 있다. 귀이리떡은 귀이리를 곱게 가루내어 물에 범벅하여 주먹만크씩 만들어 찌 후 에 식기 전에 먹으면 빛은 거뭇하나 질기고 단단하여 좋다.

13. 국수

표 13. 『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 국수만들기

음식명		재료	조리법	본문내용
원문명	현대어명			

		(재료가짓수)		
국수장국	국수장국	고기, 파, 후춧가루, 기름, 깨소금, 메주장, 계란, 김치, 편육, 고춧가루	고기썰기 → 파와 두드리기 → 후춧가루, 깨소금, 메주장 치기 → 볶기, 물붓고 끓이기 → 국수에 장국 붓고 고명엮기	(전략)국수를 끓는 물에서 견져 말렸다가 큰 사발에 담고 닭고기와 표고와 소금을 치고 먹을 때 각각 떠서 먹는다.
어복장국	어복장국			이것은 평안도에서 만드는 것인데(후략)
숙면	숙면	밀가루, 파, 천초	밀가루, 파, 천초 썰어 반죽 → 찌서 말림	(전략)먹을 때에 끓는 물에 넣으면 국수가 된다.
교맥면	교맥면	메밀, 녹말가루	메밀 갈기 → 녹말가루 섞어 반죽 → 국수 틀에 누른다	(전략)더운 물에 반죽하여 여러번 쳐 가며 만든 후에 국수 틀에 넣고 눌러 내린다(후략)
겨울냉면	겨울냉면	동김치 국물, 김치부, 배, 돼지고기 편육	국수 담기 → 김치무, 배 어슷썰기 → 돼지고기 편육 썰어 국수 위에 엮기 → 김치국 붓기	(전략)김치무와 배를 어슷비슷하게 썰고 돼지고기 편육을 굵직하게 썰어 국수 위에 엮고 김치국물을 부어 먹는다.(후략)
여름냉면	여름냉면	고기국, 닭국, 김치, 배, 돼지고기	국수에 얼음 한덩이 → 김치, 배, 돼지고기 올리고 고기국 붓기	(전략)여러가지 넣은 것이 좋지 못하니 잡고명은 넣지 말고 김치, 배, 돼지고기만 넣는 것이 좋다.(후략)
국수비빔	국수비빔	무김치, 나박김치, 배, 수육, 삶은 돼지고기, 미나리, 쇠고기, 전유어, 해삼, 전복	국수 삶기 → 무김치, 나박김치, 배, 수육, 돼지고기 썰기 → 미나리 볶고 쇠고기 볶기 → 전유어 썰기 → 국수 양념하기 → 재료넣고 비비기	(전략)간장과 기름과 꿀과 깨소금과 후춧가루와 실백과 고춧가루를 쳐 모두 비빈후에 그릇에 담는다.(후략)
밀국수	밀국수	양밀가루	양밀가루에 간장쳐서 반죽 → 얇게 밀어 삶기 → 국수에 장국 붓고 고명 엮기	양밀가루를 물에 반죽할 때 간장을 조금 쳐서 주무르고 여러번 친다(후략)
창면	창면	녹말, 오미자국	녹말 물에 풀기 → 목같이 어리기 → 채치기	(전략)끓는 물에 띄어 목같이 어리거든 곱게 들어내어 찬물에 띄어(후략)
사면	사면	녹말, 꿀물, 오미자국	녹말 반죽 → 쪼개진 열바가지기에 송곳으로 구멍 뚫어 반죽을 붓기	(전략)중국에서 색병이라 하고 여기서는 사명이라 한다.
각색면론	각색면론	밀가루		

『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 국수의 종류는 11가지 국수장국, 어복장국, 숙면, 교맥면, 겨울냉면, 여름냉면, 국수비빔, 밀국수, 창면, 사면, 각색면론이 있다. 교맥면은 메밀을 갈아 녹말가루를 섞어 반죽한 후 국수들에 누른다. 창면의 경우 끓는 물에 띄어 묵같이 어러거든 곱게 들어내어 찬물에 띄운다.

14. 만두

표 14 『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 만두 만들기

음식명		재료 (재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
시첻만두	시첻만두	호배추, 양배추, 숙주, 돼지고기, 오리, 생치, 닭, 참새, 메추리, 두부	호배추, 양배추 짓이기기 → 숙주 데치기 → 고기, 생치, 오리 난도 → 볶기 → 두부 밀간하여 넣기 → 피에 소를 넣고 반죽 → 삶기	(전략)반죽한 가루를 축축한 형겼을 덮어 가며 새알만큼 떼어 번가루 2틀 묻혀 가며 극히 둥글고 얇게 파서 소를 넣고 빚는데(후략)
배추만두	배추만두	배추줄거리, 두부, 고기, 밀가루, 메밀가루	배추줄거리 다지기 → 두부, 고기 주물러 소 넣기 → 밀가루, 메밀가루 반죽 → 소를 넣고 주악 모양으로 만들어 삶기	김치 담갔던 배추의 줄거리와 잎사귀를 난도하여 두부와 고기를 함께 주물러 소를 넣는다(후략)
어만두	어만두	쇠고기, 돼지고기, 꿩고기, 닭고기, 생강, 버섯, 표고, 석이, 녹말, 송어	쇠고기, 돼지고기, 꿩고기, 닭고기 다지기 → 생강, 후춧가루, 버섯, 표고, 석이 다지기 → 볶아 둥글리기 → 송어 얇게 저며 소를 싸서 익히기	(전략)큰 송어를 손바닥같이 넓고 얇게 저며서 둥글린 소를 싸서 송편처럼 만들되(후략)
보만두	보만두	-	-	이 만두는 별 게 아니라 원만두와 같이 만든다(후략)

				락) (전략)기름을 펴 펴 끓이다 가 집어 넣고 약과 지지 는 것과(후략)
지진만두	지진만두	-	-	
감자만두	감자만두	감자, 맷쌀가 루, 사탕, 팔	감자, 맷쌀가루, 사탕 섞기 → 으깬후 팔소 넣 어 찌기	감자를 껍질 벗겨 삶아 열 냅과 맷쌀가루(후략)
편수	편수	오이, 쇠고기, 마고, 석이버 섯, 파	오이, 쇠고기, 마고, 석이버섯, 파 다지기 → 간장 기름 쳐서 주물기 → 반죽 에 소를 넣어 찌기	(전략)잣가루 뿌리 모양이 네모지고 납작하게도 하 고 둥글게 보쌈처럼 하 기도 한다. 송도(개성)에서 흔히 만든다

『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 만두의 종류는 시첻만두, 배추만두, 어만두, 보만
두, 지진만두, 감자만두, 편수로 총 7가지이다. 만두의 경우 모두 소를 넣어 삶거나 찐다.

15. 전유어

표 15. 『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 전유어 만들기

음식명		재료 (재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
생선전유어	생선전유어	생선, 밀가 루, 계란	생선얇게뜨기 → 소금간 → 밀가 루, 계란물히기 → 기름에 지지 기	생선은 뼈를 하나도 없이 하 고 얇게 떠서 깨끗한 소금으 로 간 맞춰(후략)
골전유어	골전유어	등골	등골 소금간 → 껍질 벗기기 → 기름에 지지기	(전략)양을 물에 넣고 한참 주물러 냄새가 안나도록 오 랫동안(후략)
천엽전유어	천엽전유어	천엽	천엽씻기 → 작 게자르기 → 소 금간 → 지지기	(전략)천엽은 통이 많으니 잘 씻는다.
간무침	간무침	간	간 소금 뿌려 지 지기	간을 저밀 때 못을 빼고 소 금 뿌려 기름에 지진다.(후 략)
간전유어	간전유어	간	간 껍질 벗겨 소 금 뿌려 지지기	간은 행자로 훑친후 껍질에 소금(후략)
조개전유어	조개전유어	큰 조개, 밀	큰조개 밀가루,	(전략)밀가루 조금 풀고 계

		가루, 계란, 녹말	계란 넣어 버무리기 → 기름에 지지기	란을 많이 넣어 휘저은 후에 조개를 넣고 버무리려(후략)
낙지전유어	낙지전유어	낙지	낙지 쪼개어피기 → 소금 뿌린후 지지기	(전략)소금 뿌린 후 지지되 발은 붙여가며 지진다(후략)
호박전	호박전	애호박, 고기, 밀가루, 계란	호박 얇게 썰기 → 소금 간 → 고기 다져 밀가루 묻히기 → 계란씩워 지지기	애호박을 속이 들지 않은 걸로 둥근 채 얇게 썰어 소금을 잠깐 뿌려 간이 베이도록(후략)
고초보쌈	고초보쌈	푼고추, 두부, 고기, 생선, 밀가루, 계란	푼고추 씨털기 → 두부, 고기, 생선 넣기 → 밀가루, 계란 씌워 지지기	(전략)속이 있으면 고추는 이왕 삶은 것이니 대강 익혀도(후략)
대구전유어	대구전유어	대구	-	대구는 겨울에 생선이 귀할 때 얼고 성한 대구를 껍질 벗기고(후략)
잉어전유어	잉어전유어	잉어	-	잉어는 전유어 중에서 상등이니 술아늦에 따듯할 때(후략)
송어전유어	송어전유어	송어	-	송어는 전유어 중에서 제일 연하고 아담하고(후략)
민어전유어	민어전유어	민어	-	민어 전유어는 전유어 중에서 제일 흔하고 많이 쓰이는 것으로(후략)
도미전유어	도미전유어	도미	-	도미는 살이 단단하여 무르지 않고(후략)
밴댕이전유어	밴댕이전유어	밴댕이, 계란	내장빼기 → 계란씩워 지지기	(전략)밴댕이를 집에서 정시씨서 비늘 긁고 대가리 자르고(후략)
복어전유어	복어전유어	복어	-	겨울에 햇 복어를 껍질 벗기고 물에 오래 담갔다가(후략)
새우전유어	새우전유어	새우	-	큰 새우를 껍질 벗기고 돌로 쪼개어 지지면(후략)
뱅어전유어	뱅어전유어	뱅어	-	뱅어는 추울때 생선도 귀할뿐더러 말갈게 씨서 대가리 따고(후략)

이리전유어	이리전유어	이리	-	이리중에서 비웃 이리는 골전유어가 당하지 못하고(후략)
웅어전유어	웅어전유어	웅어	-	웅어 전유어는 뼈도 거셀뿐더러 맛도 뻥뻥이를 못 당하니(후략)
고기전유어	고기전유어	쇠고기, 밀 가루, 계란	쇠고기 심줄 건 어내기 → 얇게 저며 많이 두드 리기	쇠고기, 소금, 밀가루, 계란, 기름 쇠고기살이나 도가니를 기름과 심줄을 건어내(후략)
제육전유어	제육전유어	돼지고기	-	돼지고기는 껍질과 비계를 건어내고 살만 지저야 맛이 좋고(후략)
굴전유어	굴전유어	굴	-	굴은 적을 고르고 큰 굴은 저며 붙이고 작은 굴은 여러개를 붙여서(후략)
선지전유어	선지전유어	선지	-	선지를 데쳐서 얇게 저며 전유어를 붙이면(후략)
배추전유어	배추전유어	배추	-	좋은 배추를 줄기만 잘게 잘라 데친다(후략)
버섯전유어	버섯전유어	목이버섯	-	목이버섯을 물에 불려 단단한 꼭지를 다 따고 죽죽 찢어(후략)
석이전유어	석이전유어	석이	-	석을 삶아 비벼서 단단한 것은 버리고 부드럽게 하여(후략)
비빔밥전유어	비빔밥전유어	-	-	비빔밥에 갖은 것을 다 넣고 되직하게 만든다 그릇을 펴놓고 손가락으로 반쯤 떠서 밀가루를(후략)
계 전유어	계 전유어	계, 계란	-	계를 정이씻어 삶아서 wo로 발끝만 자른다, 채반에 놓아 물이 빠진 후에(후략)
비웃전유어	비웃전유어	청어	-	성한 청어를 뼈를 제거하고 살만 저며서(후략)

『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 전유어의 종류는 총 30가지이다. 그 종류로는 생선

전유어, 꿀전유어, 천엽전유어, 간무침, 간전유어, 조개전유어, 낙지전유어, 호박전, 고초보
 찜, 대구전유어, 잉어전유어, 송어전유어, 민어전유어, 도미전유어, 밴댕이전유어, 북어전유
 어, 새우전유어, 뱀어전유어, 이리전유어, 웅어전유어, 고기전유어, 제육전유어, 굴전유어,
 선지전유어, 배추전유어, 버섯전유어, 석이전유어, 비빔밥전유어, 계전유어, 비웃전유어가
 있다. 전유어의 조리법은 재료를 손질한 후 지지는 것인데 고기전유어는 쇠고기 심줄을 건
 어낸 후 얇게 저며 많이 두드린다.

16. 나물

표 16. 『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 나물 만들기

음식명		재료 (재료가짓수)	조리법	원문내용
원문명	현대어명			
무나물	무나물	무, 살고기, 파, 생강, 깨소금, 고춧가루,	무 잘게 썰고 파 다지기 → 주물러 볶기 → 섞기	무를 잘게 채치거나 잘게 썬다. 먼저 살코기를 기름 없이 잘게 썰고(후략)
무김치나물	무김치나물	짠 무김치, 고기, 파	무김치 굵게 썰어 물에 담구기 → 고기 파 다져 같이 볶기 → 버무리기	짠 무김치를 무나물보다 조금 굵게 썰어 물에 오래 담갔다가 건져 꼭 짠다(후략)
콩나물	콩나물	콩나물, 고기, 파	콩나물씻기 → 고기, 파 다져 양념 → 볶기	(전략)볶아내어 먹지만 무나물과 같이 고명하여 먹기도 하나니라(후략)
시래기나물	시래기나물	시래기, 콩나물, 고기, 겨자	시래기 잘게썰기 → 콩나물, 고기, 고명 주물러 볶기	시래기는 우거지라고도 하는데 무청이라 업신여기지 말고(후략)
숙주나물	숙주나물	숙주, 소금, 기름	숙주 데치기 → 소금 기름 묻히기	(전략)숙주라 하는 것은 우리나라의 세조 임금 때에 신숙주가 여섯 신하를(후략)
썩갓나물	썩갓나물	썩갓, 간장, 식초, 기름, 깨소금, 고기	썩갓 데치기 → 양념 → 고기 넣고 무치기	썩갓을 다듬어 정이 써서 빛이 푸르고 잠깐 데쳐서(후략)
가지나물	가지나물	가지, 간장, 기름, 깨소금, 식초, 풋고추	가지 찌기 → 양념 → 풋고추 썰어 무치기	(전략)이 가жина물은 파리가 안온다고 제일 깨끗한 음식으로 안다.(후략)

미나리나물	미나리나물	미나리, 소금, 고기, 깨소금	미나리 절여 볶기 → 고기, 깨소금 양념하기	(전략)미나리 나물을 정성으로 만드는 것은 변철에 기름을 많이 붓고(후략)
물썩나물	물썩나물	물썩, 식초	물썩 데치기	(전략)청포나물에 섞어 먹으면 향취가 매우 좋고 신선하다. (후략)
황화채	황화채	-	-	이것은 정월과 이우러에 캐어 익혀 먹는 것인데(후략)
넘나물	넘나물	-	-	넘나물은 원추리의 꽃과 잎으로 무쳐 먹는 나물이다.
고비나물	고비나물	고비, 고기	고비데치기 → 고기, 간장, 기름, 깨소금 주물러 볶기	(전략)마른 고비는 햇 고비처럼 무르기가 어려우니 재넣은 물에 삶고(후략)
도라지나물	도라지나물	도라지, 고기, 파	도라지 불리기 → 고기, 파, 기름, 깨소금, 후춧가루 주물러 볶기	도라지를 흠뻑 불려서 대가리 따고 팔푼 기리식 자르고(후략)
호박나물	호박나물	애호박, 새우젓국, 고기, 파, 풋고추	애호박썰기 → 새우젓국, 고기, 파, 풋고추, 넣어 볶기, → 양념하기	(전략)호박을 속만 남기고 길이로 저며 내어 너비는 다섯 푼 되게 얇팍하게 썰어 (후략)
오이나물	오이나물	오이, 살코기, 파	오이 자르기 → 고기, 파, 간장, 후춧가루 버무리기	어린 오이를 꼭지의 쓴 것을 다 자르고 물에 씻어 둥글게 썰어 놓느니라, 연한 살코기를 작게(후략)
맷나물	맷나물	맷나물,	소금, 기름, 초고추장, 고추장, 초간장에 버무리기	(전략)줄기가 굵고 연한 나물이 제일이다.(후략)
죽순채	죽순채	죽순, 쇠고기, 표고, 고초, 밀가루	죽순 데치기 → 표고, 고초로 양념 → 밀가루 넣기	(전략)죽순은 산에서 나는 먹거리 중 제일 독특한 맛이 나니(후략)
월과채	월과채	호박, 쇠고기, 돼지고기, 파, 석이버섯	호박썰기 → 쇠고기, 돼지고기 다지기 → 파, 후춧가루, 석이버섯 넣기 → 볶기	어린 호박을 얇게 썬 후 쇠고기나 돼지고기를 다져 놓고 파, 후춧가루(후략)
파나물	파나물	파	파 데치기 → 무	푸른 파타 움파를 데

			치기 → 고기 볶아 넣기	쳐 간장, 기름(후략)
순채나물	순채나물	순채	데치기	(전략)전라도에서 올라오는 것인데(후략)
표고나물	표고나물	표고버섯, 소금, 기름	표고 데치기 → 소금, 기름에 무치기	(전략)표고를 따자마자 소금 발라 구워 먹으면 맛이 향기(후략)
버섯나물	버섯나물	버섯, 기름, 고기, 소금, 깨소금	버섯 불리기 → 볶기 → 고기 볶아 넣기	(전략)버섯은 뽕나무나 버들나무에 나는 것이 제일 좋으니라(후략)
심나물	심나물	소	소 심줄 불리기 → 데치기	(전략)숙주초나물에 섞어 먹으면 매우 좋으니(후략)
능이나물	능이나물	능이, 기름, 간장, 고기,	능이 씻어 찢기 → 기름, 간장치기 → 고기넣기 → 볶기	능이는 향취가 야릇한 것이니 물에 정이 씻고(후략)
석이나물	석이나물	석이버섯, 소금, 기름	석이 불려 삶기 → 소금, 기름에 볶기	석을 물에 흠뻑 불려 손으로 오래 비벼서 삶는다.(후략)
취나물	취나물	취		취를 대강 썰어 하는 것이 합당하니(후략)
두릅나물	두릅나물	두릅, 소금, 깨소금	두릅 어슷 썰기 → 소금, 깨소금, 기름 치기	(전략)두릅에 소금 치고 깨소금 뿌리고 기름이 흥건하도록 쳐서(후략)
씀바귀나물	씀바귀나물	씀바귀, 소금, 기름, 고춧가루	씀바귀 데쳐 물에 담그기 → 짜서 소금, 기름, 고춧가루에 무치기	씀바귀는 맛은 쓰나 입맛을 붙이면 매우 좋은 것이니(후략)
박나물	박나물	박	-	박은 김치 담그는 박으로 만드니 다른 나물과 같이 만들어(후략)
고춧나물	고춧나물	고춧님, 간장, 깨소금, 기름	고춧님 데치기 → 간장, 깨소금, 기름 치기	(전략)대강 썰어 간장, 깨소금, 기름을 치되 기름이 제일 많아야(후략)
기자나물	기자나물	구기자나무 잎, 참기름	구기자나무 잎 데치기 → 참기름에 무치기	(전략)봄, 여름, 가을에 다 먹고 오직 겨울에는 열매를 먹나니라.(후략)
방풍채	방풍채	방풍채 싹	방풍채싹 데치기	방풍채의 싹을 잘라

			→ 양념하기	서 데친 후에 양념함 여(후략)
잡채	잡채	도라지, 미나리, 목이버섯, 황화채, 쇠고기, 돼지고기, 표고버섯	도라지 데친후 소 금 치기 → 미나 리 썰어 볶기 → 목이, 황화채 불리 기 → 쇠고기, 돼 지고기 양념하여 볶기 → 표고버섯 채쳐 볶기 → 양 념하여 한데 섞기	(전략)한데 섞는다.기 름에 볶아 내어 함께 담고 잘 섞은 후에 접시에 담는다.(후략)

『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 나물의 종류는 총 31가지이다. 종류는 무나물, 무김치나물, 콩나물, 시래기나물, 숙주나물, 썩갓나물, 가지나물, 미나리나물, 물썩나물, 황화채나물, 넘나물, 고비나물, 도라지나물, 호박나물, 오이나물, 맛나물, 파나물, 순채나물, 표고나물, 버섯나물, 심나물, 능이나물, 석이나물, 취나물, 두릅나물, 씬바귀나물, 박나물, 고초납나물, 기자나물, 방풍채, 잡채이다. 도라지 나물의 경우 도라지를 흠뻑 불려서 사용한다.

17. 생채

표 17. 『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 생채 만들기

음식명		재료 (재료 가짓수)	조리법	원문내용
원문명	현대어명			
무생채	무생채	무, 간장, 식초, 기름, 깨소금, 설탕, 고춧가루, 생강, 파, 고추, 배	무 채치기 → 간장 절이기 → 양념하기 → 고추, 파, 생강, 배 채쳐 넣기	무를 채칼이든지 잘게 채친다.간장에 잠깐 절였다가(후략)
오이생채	오이생채	오이, 고기, 간장, 기름, 식초, 고춧가루	오이 채치기 → 고기 볶기 → 양념하여 주물르기	오이를 속만 남기고 길게 벗겨 채를 치거나 채칼로 치거나 하여 소금에(후략)
노각생채	노각생채	노각오이	노각오이 채치기 → 소금 절이기 → 양념하여 주물르기	(전략)간장, 식초, 기름, 깨소금, 고춧가루를 쳐 주물러 먹느니라.(후략)
도라지생채	도라지생채	도라지	도라지 양념하여 무치기	도라지는 이 위와 같이 하여 놓고(후략)
겨자채	겨자채	도라지, 기름	도라지 찢기 → 기름에 바삭 볶기	(전략)기름에 바삭 볶아서 겨자에 찍어 먹거나(후략)

초나물	초나물	숙주, 미나리, 물 썩, 파	숙주, 미나리 데치 기 → 양념치기 → 파데치기, 물썩 넣 기	숙주와 미나리를 데 쳐 짜 놓나니라.(후 략)
묵청포	묵청포	흰묵, 노란묵, 한 치, 김, 식초	흰묵, 노란묵 막 벗기기 → 한지 치 기 → 김을 비벼 부셔 넣기 → 식초 치기	초나물과 같이 다하 여 놓나니라(후략)

『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 생채는 무생채, 오이생채, 노각생채, 도랏생채, 겨
자채, 초나물, 묵청포로 총 7가지이다. 겨자개의 경우 도라지 찢어 기름에 바삭 볶은 후 겨
자에 찍어 먹는 것이다.

18. 지짐이

표 18. 『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 지짐이 만들기

음식명		재료 (재료가짓수)	조리법	원문내용
원문명	현대어명			
잉어지짐이	잉어지짐이	잉어, 고추장, 파	잉어 쪄개어 토막 치기 → 물에 고추 장 풀기 → 살코 기, 파 넣고 무 넣 고 끓이기	(전략)끓여 뼈가 무르 도록 달인 후에 먹으 면(후략)
여게지짐이	여메지짐이	여메기	-	여메기는 잉어와 같 이 알고 있는 생선이 니 끓이는 법도 같 다.(후략)
민어지짐이	민어지짐이	민어	-	민어는 호박 나기 전 에 많이 먹는 것으로 일부러 돈 주고 삼거 을 것은 없고(후략)
쏘가리지짐이	쏘가리지짐이	쏘가리	-	(전략)다른 지짐이와 같이 끓인 후에 대가 리는 먹을 것도 없고 뼈가 위태하니 곱게 꺼내어(후략)
자가사리지짐 이	자가사리지짐 이	자가사리	-	자가사리는 좌우에 굵은 가시가 있어 씻 을 때 매우 조심해서 씻는다(후략)
게지짐이	게지짐이	게 - 밀 가루,	게 허리 자르기 →	(전략)저어가며 끓거

		고기, 두부, 생강, 고초, 고추장	물, 밀가루 풀기, 고기, 두부, 생강, 고초 넣고 게 넣어 끓이기	든 게를 넣어 한참 끓은 후에 먹나니라. (후략)
암치뻬지짐이	암치뻬지짐이	암치뻬, 새우젓, 무, 통고추, 고기, 파	암치뻬 찢어 놓기, 새우젓 걸러 넣기 → 무, 통고추, 고기, 파 넣기 → 끓이기	(전략)오래 끓여 뻬가 흐물흐물 하도록 된 후에 먹나니라.(후략)
메역지짐이	메역지짐이	미역줄거리, 고추장, 파, 기름, 고기	미역줄거리 썰기 → 고추장, 고기 넣고 끓이기 → 파, 기름 넣고 끓이기	(전략)파와 기름을 넣어 함께 주물러 바득하게 끓인다.
멧나물지짐이	멧나물지짐이	멧나물, 된장, 살고기, 파, 깨소금, 기름, 고춧가루	멧나물삶기 → 된장, 살고기, 파, 깨소금, 기름, 고춧가루 넣기 → 끓이기	(전략)메주를 넣으면 나물도 잘 무를뿐더러 맛이 구수한 것이 (후략)
오이지짐이	오이지짐이	오이, 고기, 파, 기름, 깨소금, 계란, 고추장	오이 굵게 저미기 → 고기, 파 썰어 → 기름, 깨소금치기 → 계란, 고추장 넣고 끓이기	오이를 굵게 저며서 고기, 파를 썰어 기름, 깨소금을 치고(후략)
무지짐이	무지짐이	무, 북어, 콩나물, 고기, 파	무 얇게 썰기 → 북어 토막치기 → 콩나물 고기, 파 넣고 끓이기	(전략)함께 주무른 후에 물을 붓고 간을 맞춰 끓인다.
호박지짐이	호박지짐이	호박, 된장	-	호박지짐이도 외장과 같이 끓이는데(후략)
비웃지짐이	비웃지짐이	비웃, 고추장, 고기, 파, 기름, 콩나물	비웃 토막 → 고추장, 고기, 파 썰기 → 기름, 콩나물 넣고 끓이기	비웃을 찢서 서너 토막을 낸다. 고추장 푼물에 고기와 파를 썰어(후략)
병어지짐이	병어지짐이	병어, 고추장, 파	병어 토막 → 고추장, 파 넣고 끓이기	(전략)문드러지게 끓이면 맛이 매우 조흐니라(후략)

『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 지짐이는 잉어지짐이, 여계기지짐이, 민어지짐이, 쏘가리지짐이, 자가사리지짐이, 계지짐이, 암치뻬지짐이, 메역지짐이, 멧나물지짐이, 오이지짐이, 무지짐이, 호박지짐이, 무지짐이, 호박지짐이, 비웃지짐이, 병어지짐이로 총 14종류이다. 암치뻬지짐이는 암치뻬를 찢어 놓은 후 새우젓 걸러 무, 통고추, 고기, 파와 같이 넣고 뻬가 흐물흐물해질 때까지 오래 끓인 후 먹는 것이다.

19. 찌개

표 19. 『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 찌개 만들기

음식명		재료 (재료 가짓수)	조리법	원문내용
원문명	현대어명			
된장찌개	된장찌개	된장, 기름, 고기	-	된장은 가시가 나기 쉬우니 알알이 헤쳐가며 티도 고르고 가시도 조심하여(후략)
자반찌개	자반찌개	자반, 고기, 파, 기름, 고춧가루	토막치기 → 고기, 파, 기름, 고춧가루 넣고 끓이기	무슨 자반이든지 잘 찌서 토막친다.독수리에 고기 썰어 먼저(후략)
생선찌개	생선찌개	민어, 도미, 조기, 고기, 파, 기름, 간장, 고추장, 젓국	생선 토막치기 → 고기, 파넣기 → 간맞추어 끓이기	(전략)생선을 느코 푹 끓인다(후략)
두부찌개	두부찌개	두부, 고기, 파, 송이, 애호박	두부 저미기 → 고기, 파, 송이, 애호박고지 썰기, 기름치고 끓이기	(전략)두부를 가름가름하게 저미고 고기와 파와 송이와(후략)
무새우젓찌개	무새우젓찌개	무, 고기, 파, 기름, 후춧가루, 새우젓	무 썰기 → 고기 두드리기 → 파, 기름, 후춧가루, 새우젓 넣고 끓이기	(전략)물 조금 치고 무가 무르도록 끓인다.
방어찌개	방어찌개	방어, 고기, 파, 고춧가루, 기름, 두부	방어 토막 → 고기, 파, 고춧가루, 기름 넣고 끓이기 → 두부 넣기	(전략)방어 중에서 붉은 것은 선지 방어라 하여 먹으면 취하니 회에 절인다 하는 말이(후략)
고등어찌개	고등어찌개	고등어, 고기, 파, 두부, 고춧가루	고등어 토막 → 고기, 파, 두부, 고춧가루 넣고 끓이기	(전략)고기와 파를 느코 두부도 넣어서 함께 끓여 먹는데(후략)
복어찌개	복어찌개	복어, 고기, 파, 두부	고기, 파, 두부 넣고 끓이기	복어찌개는 두부찌개와 같으나 고초장에 끓인다(후략)
명란젓찌개	명란젓찌개	연한고기, 파, 알젓, 두부	연한고기, 파 썰기 → 알젓 통으로 넣어 찌기 → 두부넣기	(전략)알젓을 통으로 넣어 찌서 먹는 음식으로(후략)
연어알찌개	연어알찌개	두부찌개, 계란	두부찌개에 계란 풀기 → 새우젓,	두부찌개에다가 계란을 푼다, 새우젓이나

			연어알 넣기	조기젓국을 넣고(후략)
알찌개	알찌개	계란, 고기, 파,	계란 으깨기 → 고기, 파 썰기 → 새우젓국, 후춧가루 치기 → 두부 넣고 잠깐 끓이기	(전략)중탕하거나 밥에 찌거나 한 후에 불에 놓지 않게 잠깐 끓인다(후략)
옹어찌개	옹어찌개	옹어, 고추장, 고기, 파	옹어 토막 → 고추장 풀기 → 고기, 파 넣고 옹어 넣고 끓이기	(전략)고초장 풀고 고기와 파를 느코 끓이다가 옹어를 넣어 더 끓여 먹나니라
자반준치찌개	자반준치찌개	자반준치, 쇠고기, 파, 기름, 풋고추, 고춧가루	자반준치 토막 → 고기, 파에 기름 치기 → 풋고추 넣어 끓이기	(전략)토막을 쳐서 잘게 어이면 가시가 부스러져 도리어 먹기 불편하니 굵게 토막을 친다.(후략)
도루목찌개	도루목찌개	도루목, 고추장, 간장, 파, 고기, 기름, 후춧가루, 두부	도루목 고추장, 간장에 끓이기 → 고기, 파, 기름, 후춧가루, 두부 넣고 끓이기	(전략)고기와 파와 기름과 후춧가루와 두부를 함께 느코 끓여 먹나니라.(후략)
조개찌개	조개찌개	조개, 고기, 파, 기름, 깨소금, 간장	조개 까기 → 고기, 파, 기름, 깨소금 넣기 → 끓이기	(전략)아무데나 끓여도 좋은데 게알이나 곤쟁이젓을 넣는 것이 더욱 조흐니라.(후략)
새우찌개	새우찌개	왕새우, 고추장, 고기, 파, 기름	새우 껍질 벗기기 → 고추장, 고기, 파, 기름 치고 끓이기	(전략)고초장에 고기와 파와 기름 치고 끓이면 기름져서 매우 조흐니라.
곤쟁이젓찌개	곤쟁이젓찌개	-	-	곤쟁이젓은 각두기찌개나 두부찌개에 넣어서 끓이면 배틀하여(후략)
무장찌개	무장찌개	고기, 두부, 북어, 파, 기름, 고춧가루	무장찌개 물붓기 → 고기, 두부, 북어, 파, 기름, 고춧가루 넣어 끓이기	무장을 먹다가 찌개가 남거나 반쯤 먹다가 만들든지(후략)
우거지찌개	우거지찌개	우거지, 고기, 파, 기름, 된장, 젓국	우거지 데쳐 썰기 → 고기, 파썰기, 기름, 젓국넣고 끓이기	(전략)젓국에 끓이는 것이 우거지가 무르고 우거지를 두부 와 함께 주물러 하는 것이 제일이다.
고락찌개	고락찌개	낙지, 고추장, 고기, 파, 버섯,	낙지 손질 → 고추장, 물, 고기,	낙지를 전유어나 여채를 하면 대가리를 쪄

		두부	파, 버섯, 두부 넣고 끓이기	개서 속을 빼내고 쓴 다(후략)
송이찌개	송이찌개	간장, 두부, 고 기, 파	간장, 두부, 고기, 파, 송이 넣고 끓 이기	(전략)송이는 고초장찌 개에 많이 넣어 먹으 나 향기로운 맛은 잃 어버린다.
선지피찌개	선지피찌개	선지, 계란, 새 우젓, 고추, 파, 마늘, 생강, 후 춧가루, 소다	선지 피 버리기 → 물, 계란 넣기 → 새우젓, 파, 고초, 마늘, 생강, 후춧가루, 소다 넣고 끓이기	(전략)이것이 쇠피라 음식 같지 않으나 잘 만들면 맛이 조흐니라 (후략)

『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 찌개의 종류는 총 21가지이다. 종류로는 된장찌개, 자반찌개, 생선찌개, 두부찌개, 무새우젓찌개, 방어찌개, 고등어찌개, 북어찌개, 명란젓찌개, 연어알찌개, 알찌개, 웅어찌개, 자반준치찌개, 도루묵찌개, 조개찌개, 새우찌개, 곤쟁이젓찌개, 무장찌개, 우거지찌개, 고락찌개, 송이찌개, 선지피찌개가 있다. 연어알찌개는 두부찌개에다가 계란을 푼 후 새우젓이나 조기젓국을 넣고 연어알을 넣는다.

20. 찜

표 20. 『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 찜 만들기

음식명		재료 (재료 가짓수)	조리법	원문내용
원문명	현대어명			
가리찜	가리찜	가리, 간장, 후 춧가루, 계란, 미나리, 표고, 석이	가리 자르기 → 끓이고 간하기 → 그릇에 담기 → 고명 얹기 → 표 고, 석이버섯 볶 아 완자 만들기	(전략) 간장에 간을 맞추 고 후춧가루를 쳐서 합 에 담고 그 국물을 붓는 다(후략)
연계찜	연계찜	연계, 밀가루, 후춧가루, 석이 버섯, 계란, 통 고추	연계튀기기 → 튀 한 물에 밀가루 풀기 → 연계 뜯 어 놓은 곳에 붓 기 → 간하기 → 합에 담기 → 고 명얹기	연계를 튀하여 알맞게 살마서 잘게 뜯어 빼는 골라낸다. 튀한 물을 식 혀 밀가루를 걸쭉하게 풀어 물에 느코 저어가 며(후략)
생선찜	생선찜	도미, 송어, 미 나리, 밀가루, 계란	생선 토막내기 → 미나리데쳐 허리 를 매기 → 밀가 루, 계란 무쳐 지	(전략)미나리를 길이짜 데친 걸로 허리를 매어 밀가루 부치고 계란 풀 어 무쳐 지짐 뚜껑에 노

			지기 → 맑은 장국에 끓이기	랴게 지진다. 맑은 장국을 끓이다가(후략)
계찜	계찜	계, 고기, 두부, 간장, 파, 생강, 후춧가루, 밀가루, 계란	계 손질 → 고기, 두부, 간장, 파, 생강, 후춧가루 양념 → 계딱지에 넣기 → 밀가루, 계란 묻혀 지지기 → 장국에 끓이기	(전략) 고기를 다지고 두부를 함께 주물러 간장과 파와 생강과 후춧가루를 느코 계딱지에다 도로 넣어 꼭꼭 눌러 담아서 밀가루를 묻히고 계란을 묻혀(후략)
배추찜	배추찜	배추, 숙주, 무, 돼지고기, 석이, 표고, 목이버섯, 황화채, 미나리, 실고추	동배추 데치기 → 숙주, 무, 돼지고기 볶기 → 석이, 표고 볶기 → 목이버섯 황화채 볶기 → 미나리 데치기 → 배추에 소 넣어 동여매어 장국에 끓이기	(전략) 배추를 넣어 푹 끓여내어 한 치거리씩 잘라 헤어지지 않게 그릇에 담고 초장을 쳐 먹나니라(후략)
속대찜	속대찜	배추속대	배추속대 양념 → 장국에 고기넣기 → 후춧가루, 파 넣고 끓이기	(전략)맑은 장국에 고기를 많이 느코 속대와 함께 끓여(후략)
송이찜	송이찜	송이, 쇠고기, 돼지고기, 두부, 계란	송이 저미기 → 돼지고기, 소고기, 두부 섞어 양념 → 속을 덮어 계란 씩워 지지기 → 장국에 끓이기	(전략)송이 저민 것을 덮어 계란 씩워 지진다. 맑은 장국 끓이다가 송이 지진 것을 느코 더 끓거든(후략)
부레 찜	부레찜	부레, 생선, 실고추, 파, 버섯	생선, 실고추, 파, 버섯 다지기 → 기름, 깨소금, 후춧가루 섞어 간장에 주물르기 → 부레에 넣고 삶기	(전략)간장에 주물러서 부레에 느코 살마서 둥글게 썰어 초장에 먹나니라.
황과찜	황과찜	오이, 쇠고기, 밀가루	오이 씨 빼기 → 쇠고기 양념하기 → 밀가루 섞어 오이속에 넣기 → 장국에 찌기	(전략)맑은 장국에 찌 때 나머지 고명과 밀가루를 치고 끓이면 가지찜과 같다.(후략)
아제찜	아제찜	돼지, 닭, 생치, 두부, 무, 밀가루,	닭, 생치, 두부, 무, 간장, 기름, 파, 마늘, 후춧가루 섞어 볶기 → 돼지 뺏속에 가득	(전략)자배기의 물이 뜨거워 지면 찬물로 바꾸어 세 번만 바꾸면 다시 익는 것이니 끓여서 식혀 뜸어 초장에 먹으면

			넣고 실로 꿰매기 → 가마에 익히기	조흐니라.(후략)
붕어찜	붕어찜	붕어, 쇠고기, 돼지고기, 생강, 파, 초, 녹말, 백반	쇠고기, 돼지고기, 파, 생강, 후춧가루, 버섯 볶기 → 붕어 배에 넣기 → 초, 녹말 넣어 익히기	(전략)붕어 입에다 백반 한 조각을 넣고 실로 함께 동여맨다. 솥에 넣고 물 조금 붓고 멉근한 불로 익힐 때 간장과(후략)

『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 찜의 종류는 가리찜, 연계찜, 생선찜, 계찜, 배추찜, 속대찜, 송이찜, 부레찜, 황과찜, 아제찜, 붕어찜으로 총 11가지이다. 부레찜은 생선, 실고추, 파, 버섯을 다진 후 기름, 깨소금, 후춧가루를 섞어 간장에 주물러서 부레에 넣고 삶아 등글게 썰어 초장에 먹는다. 아제찜은 닭, 생치, 두부, 무, 간장, 기름, 파, 마늘, 후춧가루를 섞어 볶은 후 돼지 뺏속에 가득 넣고 실로 꿰매어 가마에 익힌다.

21. 적

표 21. 『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 적 만들기

음식명		재료 (재료갯수)	조리법	원문내용
원문명	현대어명			
누름적	누름적	고기, 도라지, 배추, 박오가리, 밀가루, 계란	고기 썰기 → 도라지, 고기, 배추, 박오가리 썰기 → 양념하기 → 꼬챙이게 끼우기 → 밀가루, 계란 묻혀 지지기	(전략)제사에도 쓰고 일부러 만들어 먹기도 하며 혼인과 큰 잔치에 쓰는 것은 지짐질을 안하고(후략)
잡누름적	잡누름적	도라지, 고기, 미나리, 밀가루	도라지, 고기, 미나리, 볶고 밀가루 물에 타 넣기 → 볶기	도라지와 고기와 미나리에 곁들여 볶을 때 밀가루 물에 걸죽하게 타서(후략)
산적	산적	고기	고기 저미기 → 양념하여 주물리기 → 두드리며 파, 깨소금 뿌려 쪄켜로 놓기 → 굽기	(전략)두드려가며 기름, 파, 깨소금을 뿌려 쪄켜로 놓았다가 석쇠에 구워 쓴다.(후략)
사슬산적	사슬산적	고기	고기 썰기 → 양념하여 꼬챙이게 꿰기 → 굽기	고기를 누름적 고기보다 굵게 써려서 간장과 기름과 파, 깨소금에 주물러 놓나니라.(후략)

파산적	파산적	고기, 옴파	-	고기는 산적하듯 같이 하나니라.옴파를 다듬어 잠깐 데쳐 돌로 잘라 고명하나니라(후략)
떡산적	떡산적	골무떡	-	(전략)골무떡을 그것과 같은 크리고 썰어 고명하나니라(후략)
송이산적	송이산적	송이버섯	-	(전략)송이를 쪼개어 크거든 돌로 자른다.(후략)
닭적	닭적	닭	닭 쪼개기 → 양념하여 굽기	(전략)발갛것으로 발라며 대강 구워 쓴다.(후략)
생치적	생치적			생치는 별수 없이 닭적과 같이 구워 쓴다.
족적	족적	족, 진간장	족 삶아 쪼개기 → 큰뼈 빼기 → 진간장 발라 굽기	족을 삶아 껍질 벗겨 쪼갬다. 다시 삶은 후에(후략)
염통산적	염통산적	염통	염통 쪼개 씻기 → 양념하여 꺾기 → 칼로 두드려 기름, 깨소금에 재우기 → 굽기	염통을 쪼개어 산적할만큼 썰어 물에 씨서서 수건에 꼭 자놓나니라. 간장과 파를 이겨(후략)
너비아니	너비아니	등심, 우둔, 도가니	등심, 우둔, 도가니 얇게 저미기 → 양념하여 재웠다가 석쇠에 굽기	(전략)주물러 재웠다가 석쇠에 구워 먹나니라.
방자고기	방자고기	연한고기	연한고기 얇게 저미기 → 석쇠에 놓기 → 소금치기 → 굽기	연한 고기를 얇게 저며 씻지 말고 그냥 석쇠에 놓나니라.소금만 치고 구워(후략)
양서리목	양서리목	양	양을 산적고명에 무쳐 꺾어 석쇠에 굽기	양일 깃머프로 안팎을 벗기고 넓게 벌려 놓나니라(후략)
간서리목	간서리목	간	간 양념 → 꼬챙이에 꺾어 재우기 → 굽기	간을 넓게 저며 양념하여 꼬챙이에 꺾어 재웠다가 구워서 쓴다.(후략)
잡산적	잡산적	-	-	목이버섯 닭이나 꿩이나 생선이나 돼지고기나 무엇이든지 여러 가지 고명에 주물러 놓나니라(후략)
즙산적	즙산적	-	-	이것도 송도(개성)에서 만드는 것인데 만들기는 산적과 같이하여(후략)
장산적	장산적	-	-	(전략)쇠고기와 쇠양이

				나 내장으로 산적을 만들어 장을 발라 구워 별을 찍어 바삭 말려 놓는다(후략)
--	--	--	--	---

『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 적의 종류는 18가지로 누름적, 잡누름적, 산적, 사슬산적, 파산적, 떡산적, 송이산적, 닭적, 생치적, 족적, 염통산적, 너비아니, 방자고기, 양서리목, 간서리목, 잡산적, 좁산적, 장산적이 있다. 누름적과 잡누름적을 제외하고 굽는 조리법을 사용한다. 누름적은 재료들을 밀가루와 계란에 묻혀 지지고, 잡누름적은 도라지와 고기와 미나리에 곁들여 볶을 때 밀가루를 물에 걸죽하게 타서 볶는다.

22. 구이

표 22. 『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 구이의 만드는 법

음식명		재료 (가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
가리구의	갈비구이	갈비, 진간장, 꿀, 배즙, 파, 마늘, 깨소금, 후춧가루	갈비를 잘게 썬다 → 각종 양념에 재웠다가 굽는다	[전략] 배 수건에 꼭 썬서 안팎을 잘게 저민다. 붙은 고기를 발라가며 다 저민 후에 [중략] 함께 섞어서 저민 가리를 하나씩 들고 곁들여 섞어 놓은 것을 안팎으로 바르되 [후략]
생치구의	생치구이	생치, 소금, 기름, 후춧가루	생치를 토막친다 → 반쯤 구운 후 소금, 기름, 후춧가루에 주물러 다시 굽는다	[전략] 구워 반쯤 익거든 백지를 벗기고 소금과 기름과 후춧가루에 주물러 다시 구우면 [후략]
염통구의	염통구이	염통, 줄거리, 간장, 파, 기름, 깨소금, 후춧가루, 설탕	염통의 피를 빼다 → 줄거리를 칼로 뜯는다 → 양념들에게 주물러 재웠다가 굽는다	염통을 쪼개어 얇게 저며서 물에 피를 빼 후에 수건에 꼭 짜놓나니라 [중략] 모두 주물러 재웠다가 구워 먹나니라
닭구의	닭구이	닭, 기름, 소금, 깨소금, 후춧가루	닭을 기름과 소금에 절인다 → 세 번 구운 후에 기름장을 발라 굽는다 → 익	[전략] 꺼내어 굽되 두 번 쌀뜨물에 담가며 굽기를 세 번 한 후에 다시

			으면 깨소금, 후춧가루를 뿌린다	기름장을 발라 굽는다.
연계구의	연계구이	닭, 소금, 간장	닭을 소금에 치고 둔다 → 불에 굽는다 → 간장을 발라 굽는다	[전략] 각 떠서 소금 치고 한참 둔다. 불 위에 구워 두 번 쌀뜨물에 담갔다가 또 구워 닭그기를 서너 차례 하나니라. [후략]
새구의	새구이	기름, 소금, 물기름, 새고기	새고기를 기름과 소금에 주무른다 → 물기름 바르며 굽는다	오장을 빼버리고 칼 등으로 약간 두드려 기름과 소금에 주물러 둔다 물기름을 발라가며 굽는다 [후략]
민어구의	민어구이	민어, 진간장, 설탕	민어를 토막친다 → 간장에 설탕을 넣고 굽는다	민어는 껍질을 벗기고 뼈를 빼고 크게 토막친다. 진한 간장에 설탕만 조금 느코 그냥 구워 먹으면 [후략]
비웃구의	비웃구이	비웃, 진간장	비웃을 다듬는다 → 양념을 넣은 진간장을 바르고 굽는다	알이 있는 것으로 싱싱한 것을 비늘을 굽고 써서서 대가리와 꼬리를 자르고 통째로 채반에 넣어 놓나니라 [중략] 양념을 넣은 진간장을 바르고 굽는다
송어구의	송어구이	송어	-	큰 송어는 작은 송어보다 맛이 좋고 민어구의법과 같이 여러 가지로 하면 민어구의보다 훨씬 좋고 껍질이 있어 조흐니라
방어구의	방어구이	방어, 기름장	방어를 토막낸다 → 기름장 발라가며 굽는다	방어는 토막내어 기름장 발라가며 구워 [후략]
갈치구의	갈치구이	갈치	-	[전략] 자반에 비할 것이 아니니 장살을 올려가며 구워 먹으면 [후략]
옹어구의	옹어구이	옹어, 기름장	옹어를 다듬어 토막	[전략] 이리는 두고

			낸다 → 기름장을 발라 굽는다	꼬리는 자르고 두 토막으로 자른다. 기름장을 발라 구우면 [후략]
제육구의	제육구이	돼지고기, 기름장	돼지고기를 쇠꼬챙이에 꿰다 → 속뜨물에 담갔다가 굽는다 → 기름장양념을 발라 굽는다	[전략] 쇠꼬챙이에 꿰다. 숯불에 비치어 굽되 속뜨물에 여러번 담갔다가 다시 굽는다 [후략]
붕어구의	붕어구이	붕어, 간장	붕어의 비늘을 태운다 → 깃 뾰족한 대로 찢러 간장이 스며들게 해 익힌다	[전략] 냉수를 자주 바르면 타서 일어나 거든 비늘이 다시 퍼질 것이니 이렇게 타 일어나는 대로 냉수를 발라 안팎으로 5~6번정도 하나 나라. 장을 바르고 깃 뾰족한 대로 찢러 간장이 스며들게 하여 푹 익혀 먹나 나라 [후략]
생복구의	생복구이	생복, 진간장	생복을 두껍게 저민다 → 간장에 축였다가 굽는다	생복을 넓고 두껍게 저며서 좋은 진한 간장에 느코 잠깐 축였다가 모닥불에 살짝 구워 먹으면 [후략]
계구의	계구이	계, 간장, 생강, 파, 후춧가루, 계란, 녹말, 밀가루	계를 손질해 껍질고기 등을 죽같이 즙을 내 죽과 간장, 생강, 파, 후춧가루, 계란, 녹말, 밀가루를 합하여 익힌다	[전략] 짓뭇어 죽같이 되면 즙을 내어 그 즙과 먼저 꺼냈던 간장을 합하고 생강과 파, 후춧가루와 계란과 녹말이나 밀가루를 모아 합하여 늦나니라 [중략] 끓는 물에 넣어 익을만하면 꺼낸다 [후략]
계란구의	계란구이	계란, 형개가루, 찹쌀가루, 후춧가루	계란, 형개가루, 찹쌀가루, 후춧가루를 넣고 버무린다 → 대나무통을 잘라 넣고 삶는다	계란을 얼든 지 깨뜨려 놓고 형개가루와 찹쌀가루와 후춧가루를 느코 모아 버무린다. 큰 대

				나무 한마디를 잘라 쫓개어 속을 긁어내 고 다시 합하여 게 장을 넣는 것처럼 하여 삶는다 [후략]
--	--	--	--	--

『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 구이의 종류는 가리구이, 생치구이, 염통구이, 닭구이, 연계구이, 새구이, 민어구이 비웃구이, 송어구이, 방어구이, 갈치구이, 웅어구이, 제육구이, 붕어구이, 생복구이, 계구이, 계란구이로 17가지이다. 붕어구이는 붕어의 비늘을 태워깃 뾰족한 대로 찢러 간장이 스며들게 해 익힌다. 냉수를 자주 바르면 타서 비늘이 다시 퍼질 것이니 이렇게 타 일어나는 대로 냉수를 발라 안팎으로 5~6번 정도 한다.

23. 회

표 23. 『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 회 만드는 법

음식명		재료 (가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
어회	어회	생선, 잣가루, 얼음, 막걸리, 초고추장, 겨자, 소금, 기름, 후춧가루, 진간장, 산규, 생강, 파 (13)	생선살로만 얇게 썰기 → 생강, 파 실 같이 썰기 → 무가늘게 썰기 → 장 만들기	[전략] 예전의 회 치는 방법은 생선 껍질과 뼈를 버리고 살로만 얇게 썰어 종이 위에 펴놓고 담간만 두었다가 [후략]
리어회	민어회	민어 (1)	민어 회치기	[전략] 이 회는 빛도 희고 여러 사람의 입맛에 합당하고 여러 생선중에 흔하기도 [후략]
잉어회	잉어회	잉어 (1)	잉어 손질하기 → 회치기	잉어를 손질하는 법대로 한 후에 회를 치면 맛이 달고 좋으나 [후략]
농어회	농어회	농어 (1)	농어 회치기	[전략] 입은 크고 비늘은 잔 것이라야 좋으니 회를 치면 빛이 조금 누렇다 [후략]
시어회	준치회	준치 (1)	뼈를 정이가려내기 → 회치기	준치는 단오 전후에 뼈를 정이가려내고

				회를 치면 빛깔이 푸르고 지저문하여 보기에 좋지 아니하나 맛은 고소하여 조흐니라
석수어회	조기회	조기 (1)	-	조기는 봄에 난 것을 치면 빛깔은 희고 좋으나 맛은 심심하여 변변치 못하다
병어회	병어회	병어 (1)	-	병어는 뼈가 무르고 살이 연하여 구어 먹는데는 좋으나 회로 치면 빛깔도 푸르고 [후략]
위어회	웅어회	웅어 (1)	대가리와 비늘 정리 → 어슷하게 썰기 → 발걸리에 빨거나 참기름 묻히기	[전략] 대가리와 비늘을 글고통으로 어슷하게 썰어 막걸리에 빨거나 참기름에 묻히거나 하여 초고 초장에 찍어 먹으면 [후략]
도미회	도미회	도미 (1)	-	도미는 회를 치면 맛은 좋으나 좀 뽀뽀하여 민어보다 나은 것이 없다
넙치회	넙치회	넙치 (1)	-	[전략]회를 한번 쳐 보면 다른 생선회보다 못하지 않다
공지회	공지회	공지 (1)	대가리 자르기 → 등뼈 빼기 → 어슷 치기 → 회치기	공지를 정이다듬고 대가리를 따고 등뼈를 빼고 어슷썰어 회를 치면 빛깔을 푸른 듯 하나 맛은 조흐니라 [후략]
뱅어회	빙어회	뱅어 (1)	얼음 속에서 꺼내어 바로 먹는다	[전략] 살았을 때 그냥 공지와 대가리를 함께 잡고 초고 초장에 잠깐 찍거나 간장이나 소금에 찍어먹나니라 [후략]
육회	육회	짐승의 고기, 소금, 기름, 후춧가루, 초고추장, 겨자, 진간	고기를 심줄과 기름을 빼기 → 씻지말기 → 잘게 자르기	육회는 어떤 짐승의 고기든지 심줄과 기름을 빼고 씻지 말

		장, 약고초장 (9)		고 [중략] 양념을 안하고 간장이나 초고추장에 찍어 먹기도 하나니라 [후략]
콩팥회	콩팥회	콩팥 (1)	콩팥 껍질 벗기기 → 썰기 → 심줄 빼기	콩팥은 껍질을 벗기면 흠칠 것도 없기 그냥 썰되 속에 있는 흰 심줄을 빼다. 잘게 썬 것보다 넓게 썰어 [후략]
양회	양회	양고기 (1)	두드리지 않은 양고기를 잘게 썬다.	[전략] 두드리지 아니한 걸로 구해서 깃머리만 베어 잘게 썬다. 소금에 찍어 먹으면 [후략]
천엽회	천엽회	천엽, 기름, 후춧가루 (3)	천엽 씻기 → 잘게 썰기 → 기름, 후춧가루로 주무르기	천엽은 여러 번 정이씨서야 하는 것이니라 [중략] 잘게 썬 후에 깨끗한 형겅으로 단단히 짜서 [후략]
간회	간회	간 (1)	굵게 썰기	간은 여러 내장 중에서 회로 좋지 못하나 결간을 따듯할 때 굵게 썰어 [후략]
잡회	잡회	간, 천엽, 양지머리, 콩팥, 살코기, 잣가루, 무생채, 고춧가루, 기름, 장 (10)	간, 천엽, 양지머리, 콩팥, 살코기 잘게 썰기 → 잣가루 뿌리기, 무생채 올리기 → 고춧가루, 기름, 장에 무치기	잡회는 간과 천엽과 양지머리(차돌박이)와 콩팥을 잘게 썰어 색을 맞춘다. [중략] 잣가루를 뿌리고 맨위에 무생채를 곱춧가루와 기름과 장에 무쳐서 먹나니라 [후략]
제치수정회	저피수정회	돼지 껍질, 파, 후춧가루, 진피 (4)	돼지껍질 씻기 → 파와 후춧가루 진피, 돼지껍질을 넣고 삶기 → 실과 같이 썰기	돼지 껍질을 기름 빼고 정이 씻는다 껍질 한 근에 물 한 말과 파 흰 것과 후춧가루와 진피를 조금 느코 껍질이 무르도록 몽근한 불로 삶아 낸다 [후략]

굴회	굴회	석굴, 소금 (2)	석굴에 소금 뿌리기 → 물붓기	석굴을 따는 대로 바로 물에 불리지 말고 소금을 잠깐 뿌렸다가 물을 붓고 [중략] 초장에 잣가루나 고춧가루를 치고 많이 먹으니 [후략]
조개회	조개회	조개, 파, 마늘, 고추 (4)	조개 속살을 얇게 저미기 → 파, 마늘, 고추를 섞기	조개를 큰 걸로 골라 조개 속을 꺼내어 살을 얇게 저며 껍질 속에 다시 담는다 파와 마늘과 고추를 실같이 섞어 얹고 초장이나 [후략]
생복회	생복회	생복, 잣가루 (2)	생복을 껍질에서 떼어 씻기 → 굵게 썰기 → 잣가루 뿌리기	생복을 조개껍질에서 떼어 정이씨서 흠친다. 굵게 썰어 접시에 담고 잣가루를 뿌린다 [후략]
송어회	송어회	송어 (1)	송어 얼리기 → 비늘 껍질 벗기기 → 풀잎같이 저미기	[전략] 하룻밤을 꿩꿩 얼려 비늘과 껍질을 벗긴다 잘 드는 칼로 풀잎같이 저며서 겨자에 먹으면 [후략]

『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 회의 종류는 총 23가지이다. 종류는 어회, 리어회, 잉어회, 농어회, 시어회, 석수어회, 병어회, 위어회, 도미회, 넙치회, 공지회, 뱀어회, 육회, 콩팥회, 양회, 천엽회, 간회, 잡회, 제치수정회, 굴회, 조개회, 생복회, 송어회가 있다. 굴회의 경우 석굴을 따는 대로 바로 물에 불리지 말고 소금을 잠깐 뿌렸다가 물을 붓고 초장에 잣가루나 고춧가루를 쳐서 먹는다.

24. 편육

표 24. 『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 편육 먹는 법

음식명		재료 (가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
양지머리편육	양지머리편육	차돌박이	풀잎처럼 썰기	[전략] 양지머리는

		(1)		차돌박이가 조흐 니라 하나 단단하 고 고소할 뿐이다 [중략] 뒤쪽에 흐 들흐들한 것이 구 수하고 맛이 제일 조흐니라
염생편육	업진편육	업진살 (1)	업진편육을 잘게 썰기	[전략] 새우젓에 기름과 고춧가루 를 치고 편육을 잘게 썰어 느코 한데 버무려 먹기 도 하나 [후략]
제육편육	제육편육	돼지고기 (1)	돼지고기 삶기 → 다시 삶기	돼지고기는 삶은 뒤에 건져내어 냉 수에 씻는다 또다 시 삶아내어야 빛 도 희고 냄새도 없고 맛도 조흐니 라 [후략]
쇠머리편육	쇠머리편육	쇠머리, 간장, 파, 깨소금, 고춧가루, 겨자, 풋고추 (7)	쇠머리를 무르게 하여 크게 썰기 → 냉수에 쇠머리 조각과 간장, 파, 깨, 고춧가루, 겨 자, 풋고추 넣기	쇠머리를 무르게 하여 크게 썬다 여름에 냉수에 얼 음 느코 쇠머리 조각을 느코 간장 과 파와 깨소금, 고춧가루, 겨자 등 을 느코 풋고초를 쫄개어 늦나니라 [후략]

『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 편육은 총 4가지로 양지머리편육, 염생편육, 제육편육, 쇠머리편육이 있다. 양지머리편육은 풀잎처럼 썰고 제육편육의 경우 돼지고기를 삶은 뒤에 건져내어 냉수에 씻고 또 다시 삶아내야 빛도 희고 냄새도 없고 맛도 좋다고 설명되어 있다.

25. 어채

표 25. 『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 어채 만드는 법

음식명		재료 (가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			

도미어채	도미어채	도미 (1)	-	도미는 살이 너무 단단하여 먹기에 딱딱하나 만들기는 이 위와 같이 하나니라
송어어채	송어어채	송어 (1)	-	송어채는 어채 중에서 제일 맛이 좋으니 껍질 째 녹말을 씩워도 조흐니라 썩갓이 아니면 격을 잃는다.
민어어채	민어어채	민어 (1)	-	민어는 혼할뿐더러 그저 보통 맛인고로 어채는 민어가 주가 되나니라
가오리어채	가오리어채	가오리 (1)	-	가오리어채는 흔히 술집에서 많이 만드나 맛이 좀 습습하여 상등품이 못되나니라 [후략]
조개어채	조개어채	조개 (1)	-	[전략] 큰 것으로 구해서 혀와 흡지러기를 각각 내어 녹말 씩워 잠깐 데쳐서 여러 가지 안 넣어도 조흐니라

『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 어채의 종류는 5가지로 도미어채, 송어어채, 민어어채, 가오리어채, 조개어채가 있다. 어채 중 송어채가 제일 맛이 좋으니 껍질 째 녹말을 씩워도 좋고 썩갓과 같이 해야 격을 잃지 않는다고 설명되어 있다.

26. 백숙

표 26. 『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 백숙 하는 법

음식명		재료 (가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
연계백숙	연계백숙	연계 (1)	연계를 삶기	연계를 몇 마리든지 쿡 고아서 통째로 꺼내어 뜯어 소금을 찍어 먹나니라

				라 국물은 소금과 후춧가루를 타서 마신다 [후략]
잉어백숙	잉어백숙	잉어 (1)	잉어의 내장을 빼기 → 통으로 찌기	잉어를 내장 빼고 대가리나 비늘째 그냥 찌서서 통으로 시루에 너스레 놓고 찐다 솔에 깨끗한 물을 붓고 양의 깃머리를 안팎을 벗기고 [후략]
비웃백숙	비웃백숙	비웃, 솔잎 (2)	비웃의 비늘 굽기 → 대가리 자르고 씻기 → 솔잎에 찌기	비웃 ¹⁰⁾ 은 비늘 굽고 대가리 자르고 씻는다 시루에 송편 찌듯 솔잎에 찌 가지고 먹어야 삶는 것보다 맛이 조흐니라 [후략]
홍어백숙	홍어백숙	가오리, 잉어 (2)	가오리, 잉어 씻기 → 내장 빼기 → 찌기	가오리를 정하게 씻고 내장을 뺀다 원통으로 시루에 너스레 놓고 무르도록 찌서 큰 접시에 내어 담는다 [후략]
도미백숙	도미백숙	도미 (1)	도미 비늘 굽어 씻기 → 찌거나 삶기	도미는 비늘 굽고 내장에 알이나 이리는 그냥 두고 씻는다 시루에 찌거나 끓는 물에 솟구쳐 익거든 [후략]
낙지백숙	낙지백숙	낙지 (1)	소금을 발라 껍질 벗기기 → 끓는 물에 낙지 한치씩 살짝 익히기	낙지를 소금 발라 껍질 벗기고 대가리는 그냥 자르고 발은 불은 채 한치 씩 잘라서 그릇에 담는다 먹을 때 냄비에 물이 팔팔 끓거든 낙지발을 넣었다가 걸만 잠깐 익거든 꺼내어 [후략]
쌀독이백숙	꿀뚜기백숙	꿀뚜기 (1)	끓는 물에 넣었다가 삼시간에 꺼내기	끓는 물에 넣었다가 삼시간에 꺼내어 초장에 먹으면 이것은 맛있고 연한 것이 낙지와 조개보다 매우 조흐니라
우렁이백숙	우렁이백숙	우렁이 (1)	껍질을 까서 잠깐 데치기	우렁이를 껍질 까서 잠깐 데친다 초고초장에 먹나니라 맛은 조금 씹쌀하고 성품이 냉하나 [후략]
가리백숙	가리백숙	가리 (1)	가리를 삶기	암소 가리는 너무 삶으면 다 풀어지느 뼈에서 떨어지기 전에 퍼내어 먹고 질긴 속소가리는 흠뻑 살마야 하나니라 [후략]

『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 백숙은 9가지로 그 종류는 연계백숙, 잉어백숙, 비웃백숙, 홍어백숙, 도미백숙, 박지백숙, 쌀독이백숙, 우렁이백숙, 가리백숙이 있다. 비웃백숙은 만들 때 비웃의 비늘은 굽고 대가리는 자른 후 씻는다. 시루에 송편 찌듯 솔잎에 찌 가지고 먹어야 삶는 것보다 맛이 좋다. 쌀독이백숙은 끓는 물에 넣었다가 삼시간에 꺼내어 초장에 먹으면 맛있다.

10) 비웃은 청어를 의미한다.

27. 목

표 27. 『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 목 만드는 법

음식명		재료 (가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
록두목	녹두목	녹두 (1)	녹두 불리기 → 거르기 → 윗물을 따르고 가라앉은 것으로 목을 쑤기	녹두를 불려 거피하여 맷돌에 간다 면주 전대에 느코 한참 주물러서 다 걸러가고 가라앉힌 후 윗물을 따르고 가라앉은 것으로만 목을 쑤다 [후략]
록만목	녹말목	녹말 (1)	녹말을 물에 풀기 → 솔에 붓고 쑤기 → 굳힌다	녹말을 물에 푼다 솔에 붓고 쑤되 목이 되지 아니하게 먼저 조금 궁혀 보아 되거든 물을 혀서 만든다 [후략]
대물목	메밀목	메밀 (1)	메밀 불리기 → 거피하기 → 절구에 찝기 → 갈기 → 체에 걸러 가라앉은 것으로 만들기	메밀을 불려서 거피하여 절구에 찝는다 물 치고 맷돌에 갈아서 체에 밭여 가라앉혀 윗물은 따라 버리고 만든다
도토리목	도토리목	도토리 (1)	도토리 까기 → 물에 불리기 → 맷돌에 갈기 → 체에 걸러 가라앉은 것으로 만들기	도토리를 얼마든지 까서 물에 여러 날 불려서 뚫은 맛을 없앤다 맷돌에 갈아 체에 밭여 가라앉는 걸로 목 쑤듯 하나니라
우목	우무	우무가사 리 (1)	-	우무는 가사리로 만드는 것인데 목청포 치듯 쳐서 초와 장을 치고 [후략]

『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 목의 종류는 총 5가지로 록두목, 록만목, 대물목, 도토리목, 우목이다. 도토리목은 도토리를 까서 물에 여러 날 불려서 뚫은 맛을 없앤 후 맷돌에 갈아 체에 밭여 가라앉는 걸로 목 쑤듯 한다.

28. 선

표 28. 『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 선 만드는 법

음식명		재료 (가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
양선	양선	깃머리	깃머리 껍질 벗기	[전략] 안팎 껍질

		(1)	기 → 얇게 저미기 기 → 안팎을 열십자로 어이기 → 잡쌀가루 묻히기 → 기름에 익히기	을 벗기고 네모지게 써러서 잘게 이긴다 녹말 씌워 젓가락으로 하나씩 집어 끓는 물에 조금 담가 걸이 익을만 하거든 [후략]
황파선	황과선	오이, 초 (2)	오이꼭지 따고 씻기 → 물과 초를 타서 오이 삶기	[전략] 물 한 사발과 초 한 사발을 타서 오이와 함께 삶는다 오이가 무를(익을) 만하거든 꺼내어서 채반위에 놓았다가 [후략]
계란선	계란선	계란, 고기, 간장, 설탕, 후춧가루, 소다, 밀가루, 미나리, 실고추 (9)	계란을 고기국물에 풀기 → 간장, 설탕, 후춧가루, 소다를 함께 풀기 → 고기 양념하여 볶기 → 계란 한 겹 고기 계란 하여 중탕하여 익히기	계란을 고기 국물에 몇 개든지 엉길 만큼 푼다 간장과 설탕과 후춧가루 함께 갠 후에 결면 소다를 [후략]
두부선	두부선	두부, 쇠고기, 파, 기름, 간장, 후춧가루, 표고, 실고추 (8)	두부 으깨기 → 쇠고기, 파 다지기 → 기름 간장 후춧가루를 모두 함께 주무르기 → 증편들에 퍼 찌기	겨울에 두부를 몇 채든지 보자기에 찐다 괴고기를 난도하고 파를 다지고 기름과 간장과 후춧가루를 모두 함께 주물러 놓나니라 [후략]

『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 선의 종류는 총 4가지로 양선, 황파선, 계란선, 두부선이다. 황파선은 물 한 사발과 초 한 사발을 타서 오이와 함께 삶은 후 오이가 익을 만하면 꺼내어서 채반위에 놓았다가 삶는다.

29. 포

표 29. 『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 포 만드는 법

음식명		재료 (가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
우육포	우육포	쇠고기, 소금 (2)	쇠고리를 넓고 길게 저며서 소금을 치고 돛자리 위에 펴 놓고 그 위에 다시 돛자리를 덮고 [후략]	쇠고기를 넓고 길게 저며서 소금을 치고 돛자리 위에 펴 놓고 그 위에 다시 돛자리를 덮고 [후략]
산포	산포	고기, 소금 (2)	연한고기 두툼하게 저미기 → 소금치고 오랫동안 주무르기 → 말리기	연한고기를 두툼하게 저며서 소금을 치고 오랫동안 주무른다 채반에 펴서 벌에 말렸다가 [후략]
약포	약포	고기, 간장, 기름, 설탕, 후춧가루 (5)	고기 얇게 저민다 → 간장, 기름, 설탕, 후춧가루를 치고 주무르기 → 말리기	연한 고기를 얇게 저민다 간장과 기름과 설탕과 후춧가루를 치고 한참 주무른다 채반에 펴서 늘어놓아 벌에 말린다 [후략]
편포	편포	쇠고기, 소금 (2)	쇠고기 기름 심줄 제거 → 칼로 난도하기 → 소금치고 모양 만들어 말리기	쇠고기를 기름과 심줄을 걷고 예리한 칼로 난도하여 진흙같이 만든다 [중략] 수키와장을 얹어놓은 기름하게 문쳐 만들어서 기름을 발라 벌에 말렸다가 걸은 마르고 속은 덜말라서 [후략]
대초편포	대초편포	고기 (1)	고기를 다져 대추처럼 만들기 → 말리기	고기를 이겨 대추처럼 만든다 [후략]
장포	장포	고기, 간장, 기름, 깨소금, 설탕, 후춧가루, 생강 (7)	고기 기름과 심줄 제거 → 포뜨기 → 간장, 기름, 깨소금, 설탕, 후춧가루를 섞어 주무르기 → 석쇠에 굽기	연한 고기를 기름과 심줄을 걷고 넓게 포를 뜬다 간장과 기름과 깨소금과 설탕과 후춧가루를 섞어 고기와 함께 바락바락 주물러 석쇠에 구어 익힌다 [후략]
어포	어포	생선, 간장, 기름, 설탕, 고춧가루, 후춧가루 (6)	생선살을 두툼하게 저미기 → 간장, 기름, 설탕, 고춧가루, 후춧가루 섞어 주무르기 → 말리기	대개 민어나 도미나 무슨 큰 생선을 성한 걸로 뼈 없이 살만 조금 두툼하고 넓게 저미고 껍질을 벗긴다 진간장과 기름, 설탕, 고춧가루, 후춧가루를 쳐 주물러 벌에 속히 말린다 [후략]
게포	게포	통게 (1)	통게 다리 살을 꺼내어 말리기	게포는 큰 통게의 다리 속에 있는 것이니 그것을 꺼내어 말렸다가 먹거나 [후략]
뱅어포	뱅어포	뱅어, 간장, 설탕, 기름, 깨소금, (5)	간장, 설탕, 기름, 깨소금, 후춧가루를 섞어 뱅어포를	뱅어포는 잡티를 다 고른다. 간장에 설탕과 기름과 깨소금과 후춧가루를 섞어 뱅어포를

		후춧가루 (6)	무쳐 굽기	무쳐서 굽되 [후략]
--	--	-------------	-------	-------------

『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 포의 종류는 총 9가지로 우육포, 산포, 약포, 편포, 대초편포, 장포, 어포, 게포, 뱀어포이다. 대초편포는 고기를 다져 대추처럼 만들어 말린다. 게포는 큰 통게의 다리 속에 있는 것을 꺼내어 말렸다가 먹는다.

30. 생선말리기

표 30. 『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 생선말리기의 설명

음식명		재료 (가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
암치	암치	암치 (1)	-	암치는 빛이 누르고 단단한 것이 좋으나 [중략] 암치가 맛이 거세지 않고 간이 삭은 것이 조흐니라.
굴비	굴비	굴비 (1)	-	[전략] 영광(靈光) 것이 작기는 하나 빛이 거뭇하고 알은 크고 맛은 최상품이다. [중략] 굴비를 오래 두면 기름이 나서 못 쓰니 가랑이에 싸서 두면 기름이 빠져서 오래 두고 먹을 수가 있다.
가조기	가조기	가조기 (1)	-	가조기는 조기를 쪄서 소금을 많이 쳐서 말리는 것이니 찌개하여 먹는 것이 주되고 혹 병든 사람이 고아서 먹기도 하나니라.
관묵	관묵	관묵 (1)	-	관묵은 성한 비웃을 말려 먹는데 껍질 벗기고 토막 쳐서 초고초장에 찍어 [후략]
대구	대구	대구 (1)	-	대구는 소금을 잠깐 쳐서 말리는 것인데 [중략] 대구는 얼려서 말리는 것이 조흐니라.
광어	광어	광어 (1)	-	광어는 넙치 말린 것인데 넙치에도 찰넙치를 말리면 입에 붙어 먹을 수 없으니 메넙치라야 먹기에 조흐니라. [후략]
상어	상어	상어 (1)	-	[전략] 빛이 누르고 기름기가 배어 있는 것은 기름상어라 술안주에 매우 조흐니라.
가오리	가오리	가오리 (1)	-	이것도 상어와 쓰는 데가 같으나 푹고초나느코 조려 먹는 데는 조흐니라.
오징어	오징어	오징어 (1)	-	오징어는 그냥 구워 찢어 먹으나 불에 잠깐 찍어 방망이에 말아가며 두드려 [중략] 먹으면 맛이 달고 좋은데 [후략]
문어	문어	문어 (1)	-	문어는 빗살처럼 어여 써러서 토막쳐 만들고 썬 채 그냥 먹기도 하나 [후략]
전복	전복	전복 (1)	-	[전략] 큰 어물접시에 붓을 새겨 맨 꼭대기에 엮는다. [후략]
홍합	홍합	홍합	-	[전략] 국에 넣는 데는 맛도 좋고 자양도

		(1)		되나니라. [후략]
해삼	해삼	해삼 (1)	-	해삼은 배만 가르고 대가리에 하안 모래 같은 것을 꺼내고 물에 불리고 여러 번 써서서 아무것이든지 만드는데 [후략]
가제미	가자미	가자미 (1)	-	[전략] 한 때 술안주는 하나 모양 보는 데는 쓰지 않는 것이 옳다.
조갯살	조갯살	조갯살 (1)	-	[전략] 먹기에 신통치 못하나 맛살이나 큰 조갯살을 꼬챙이에 끼워 말린 것은 맛이 매우 조흐니라.
망둥이	망둥이	망둥이 (1)	-	[전략] 다른 곳에서는 사서 소용도 적고 겸하여 맛도 별로 좋지 못하고 단지 막걸리 안주에 구워 먹는 것이니라. [후략]
새우	새우	새우 (1)	-	새우는 왕새우나 말린 것이 매우 좋고 중 새우는 쓰는 데 가 많을 뿐더러 맛이 잘 우려나 국물도 좋고 무쳐도 좋고 껍질 벗겨 온갖 익은 채소에 넣으면 매우 조흐니라. [후략]

『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 생선말리는법 종류는 17가지로 암치, 굴비, 가조기, 팔목, 대구, 광어, 상어, 가오리, 오징어, 문어, 전복, 홍합, 해삼, 가제미, 조갯살, 망둥이 새우다. 그 중 가조기는 조기를 쪄서 소금을 많이 쳐서 말리는 것으로 주로 찌개로 먹고 혹 병든 사람이 고아서 먹기도 한다. 광어는 넙치를 말린 것으로 찰넙치를 말리면 입에 붙어 먹을 수 없으니 메넙치를 이용해야 한다.

31. 자반

표 31. 『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 자반 만드는 법

음식명		재료 (가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대 어명			
자반준 치	자 반 준치	준치 (1)	꽂지 비늘 굵 기 → 얇게 썰 기	[전략] 꽂지를 비늘 굵고 가로 얇게 썰어 좋은 초를 치고 고춧가루를 쳐서 먹으면 별맛이 있다. [후략]
자반조 기	자 반 조기	조기 (1)	기름 발라 굵 기	[전략] 기름 발라 구우면 제철에는 한 번 먹을 만하다.
자반비 웃	자 반 비웃	비웃 (1)	꽂지 비늘 굵 기 → 얇게 썰 기	[전략] 꽂지를 비늘 굵고 가로 얇게 썰어 좋은 초를 치고 고춧가루를 쳐서 먹으면 별맛이 있다. [후략]
자반방 어	자 반 방어	방어 (1)	-	방어는 찌개하는 데 대상 말하였거니와 저며 구워 더운 김에 매우 조흐니라.
자반고 등어	자 반 고등	고등어 (1)	-	[전략] 성한 것으로 얼간하여 곱은 것은 구워 먹으면 매우 조흐니라. [후략]

자반밴 덩이	자 반 밴 덩 이	밴덩이 (1)	-	이것이 보기에 작고 변변치 못하나 구워 먹으면 값싼 것으로는 이렇게 고소하고 맛있는 자반은 천한 것 중에 제일이다.
자반갈 치	자 반 갈치	갈치 (1)	-	이것은 세상에서 항용하는 말이라 값 싸고 맛 좋은 갈치자반이라 하였다. 본래 맛은 좋으나 본시 천하게 보여서 상등반찬의 참례가 못 되니 참음식에도 귀인을 못 만나면 이렇게 천하게 되었으니 우스운 일이다.
자반연 어	자 반 연어	연어 (1)	-	연어는 날로 썰어 초를 쳐서 먹어도 좋고 그냥 구워 먹어도 좋고 찌개를 하여 먹어도 잔뼈가 없어 조흐니라. 연어는 속살이 짙 붉어야 맛이 조흐니라.
자반전 어	자 반 전어	전어 (1)	비늘 굽기 → 씻기 → 굽기	이것은 단지 구워 먹는 것뿐이니 비늘 굽고 잘 찌서서 아무것도 바르지 말고 속까지 바싹 구워 더운 김에 먹으면 고소하고 알은 맛은 더할 나위 없이 조흐니라.

『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 자반은 자반준치, 자반조기, 자반비웃, 자반방어, 자반고등어, 자반밴덩이, 자반갈치, 자반연어, 자반전어로 총 9종류이다. 자반비웃은 콩지를 비늘 굽고 가로 얇게 썰어 좋은 초를 치고 고춧가루를 쳐서 먹으면 별맛이 있다.

32. 볶음

표 32. 『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 볶음(볶음) 만드는 법

음식명		재료 (가짓수)	조리법	본문내용
원문 명	현대어 명			
쇠고기 볶음	쇠고기 볶음	쇠고기 (1)	-	쇠고기늘 볶는 것은 별것이 아니라 전골이라 지지는 것이라 하는 것이니 별로 말할 것이 없다.
닭볶 음	닭볶음	닭고기, 새우젓국, 파, 깨소금, 후춧가루, 앵두나무 가지 (6)	살과 뼈째 잘게 토막치고 내장도 함께 썰어 넣기 → 물 자작자작하게 붓기 → 새우젓국 조금 넣기 → 파 채썰어 넣기 → 깨소금과 후춧가루 치기 → 은근한 불로 볶기	[전략] 새우젓국을 조금 간간하게 느코 고기가 숨숨하여 간이 배이면 간장을 치지 말고 파 흰 부분을 많이 채 썰어 늦나니라. [중략] 멩근한 불로 볶으면 [후략]
제육 볶음	제육볶 음	돼지고기, 간장, 파, 설탕,	돼지고기 잘게 썰기 → 간장, 파, 설탕, 호춧가	돼지고기는 생으로 껍질째 잘게 썬다. 돼지고기에 간

		후춧가루, 부추, 강낭콩, 석이, 버섯, 황백지단이나 두부 (10)	루 치고 주무르기 → 부추, 강낭콩 넣고 볶기 → 고명 얹기	장, 파, 설탕, 후춧가루를 치고 주무른다. 한참 볶다가 부추를 한 치 길 이씩 썰어 느코 [중략] 볶아 더운 김에 먹나니라. [후략]
양볶기	양볶기	양, 간장, 파, 기름, 후춧가루, 실백 (6)	쇠양 썰기 → 물을 조금 넣고 간장, 파, 기름, 후춧가루를 넣고 잠깐 볶기 → 실백 얹기	쇠양을 깃머리로 안팎을 벗기고 너붓너붓하게 썬다. 물을 조금 느코 간장에 파와 기름과 후춧가루를 느코 볶되 [중략] 실백을 얹어 국물째 먹나니라. [후략]
천엽복금	천엽볶음	천엽 (1)	천엽 썰기 → 볶기	[전략] 그냥 썰어 양볶기 방법과 같이 잠깐 볶아내어 먹나니라.

『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 볶음은 쇠고기볶음, 닭고기볶음, 제육볶음, 양볶음, 천엽볶음으로 총 5가지가 있다. 천엽볶음의 경우 그냥 썰어 양볶음 방법과 같이 잠깐 볶아내어 먹는다.

33. 조림

표 33. 『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 조림 만드는 법

음식명		재료 (가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
닭조림	닭조림	닭, 진간장, 파, 후춧가루 (4)	닭 토막내기 → 물 넣고 끓이기 → 진간장, 파 넣기	[전략] 뼈째 토막낸다. 내장까지 느코 물을 조금 붓고 끓인다. [중략] 진간장과 파를 느코 무르도록 끓여 먹을 때에 후춧가루를 느코 먹나니라. [후략]
명태조림	명태조림	명태, 진간장, 갖은 양념 (3)	명태 손질하여 토막내기 → 진간장 치기 → 갖은 양념에 조리기	명태를 찌서서 대가리는 떼고 썬지는 자르고 내장은 빼고 알은 그냥 두고 토막낸다. 진간장을 치고 갖은 양념에 조리 먹으면 복어조림보다 매우 조흐니라.
갈치조림	갈치조림	갈치, 진간장, 설탕, 후춧가루 (4)	갈치 토막내기 → 진간장, 술, 설탕 넣고 끓이기 →	생선 갈치는 맛이 좋으니 찌서서 토막낸다. 진간장에 술을 조금 느코 설탕을 넣어 그

			후춧가루 뿌리기	냥 끓인다. [후략]
민어조림	민어조림	민어, 진간장, 파, 작은 양념 (4)	-	[전략] 민어는 더구나 진간장이 아니면 못쓰고 고기와 파와 갖은 양념을 하여 었는다.
도미조림	도미조림	도미 (1)	-	도미조림은 민어조림과 같이 하되 살이 뽀뽀하여 별로 좋을 것이 없다.
준치조림	준치조림	준치 (1)	-	준치를 크게 토막 쳐서 민어조림과 같은 법으로 조리면 맛도 좋거니와 이리가 맛이 더욱 조흐니라.

『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 조림은 총 6가지로 닭조림, 명태조림, 갈치조림, 민어조림, 도미조림, 준치조림이 있다. 닭조림의 경우 뼈째 토막 내서 내장까지 넣고 물을 조금 붓고 끓인다. 진간장과 파를 넣고 무르도록 끓여 먹을 때에 후춧가루를 넣는다. 명태조림은 명태를 씻어서 대가리는 떼고 꾀지는 자르고 내장은 빼고 알은 그냥 두고 토막 낸다. 진간장을 치고 갖은 양념에 조려 먹으면 북어조림보다 맛이 좋다.

【관련논저】

옛음식연구회, 『다시 보고 배우는 조선무쌍신식요리제법』, 궁중음식연구원, 2001
 이성우, 『한국식경대전』, 향문사, 1981

【집필자】

정혜경(호서대학교) · 우나리아(호서대학교) · 배은석(한국에코뮤지엄연구소)

【자료명】

『선영대조 서양요리법』

【정의】

1930년에는 경성 서양부인회에 의해 국내 최초로 서양요리책이 발간되었다. 일제 강점기에는 각급학교 가사 시간에 서양요리를 합리적이고 영양가가 높다고 가르쳤으며, 8·15광복 이후 오늘날까지 우리 식생활에서 영향을 미치게 되었다. 1930년 당시 서양문화가 들어오면서, 의식주에 영향을 미치게 되었고, 대도시를 중심으로 서양요리식당이 늘어나게 되어, 주부들에게 서양요리를 알릴 요리책이 없어 발간되었다. 교회사업과 사회사업을 하는 부인들의 조직인 경성 서양부인회에서 우리말로 된 서양요리책을 저술하게 되었다.

【음식관련 정의】

이 책에 나타나 있는 서양요리는 합리적이고 영양가가 높으며 다음과 같은 특징을 가지고 있다. 첫째, 서양요리는 아침·점심·저녁·정찬·차시간(tea time) 등에 따라서 차리는 음식과 조리방법이 다르고, 재료도 다양하다. 둘째, 재료의 분량과 배합, 익히는 방법이 체계적이고 과학적이어서 조리과정에서 재료나 영양분의 손실이 적다. 셋째, 식품의 사용이 넓고, 식물 배합에 따른 음식의 빛깔, 맛의 변화, 그릇에 담는 방법 등이 합리적으로 연구되어 있다. 넷째, 건열조리가 발달하여 오븐을 주로 사용하므로 식품의 맛과 향기를 잘 살릴 수 있다. 다섯째, 소금·후춧가루·버터가 기본조미료로 쓰이며 개인의 기호에 따라서 간과 맛을 조절할 수 있다. 여섯째, 음식 위에 소스를 끼얹어 맛과 영양을 보충하며, 음식에 따라 향신료와 주류(酒類)를 많이 쓴다.

【서지】

표제/책임표시사항: 선영대조 서양요리법
 저자: 경성서양부인회
 발행사항: 1930
 형태사항: 4·6판 활자본
 소장처: 개인소장

【목차와 구성】

Soups (국.)..... 1-12	Cheese. (치즈)..... 50-52
Fish..(생선)..... 13-21	Vegetables. (채소)..... 62-81
Meats Substitutes.(육류).. 22-39	Salads..(샐러드)..... 82-95
Eggs.(계란)..... 40-49	Salad Dressings.(샐러드 드레싱). 96-104

Puddings and Dessers..(푸딩과 후식)..... 105-125	Jellies and Conserves. (젤리와 잼) 236-247
Ices and Ices-creams....(아이스크림).... 126-135	Pickles.(피클)..... 248-261
Pies.(파이)..... 136-150	Candies (엿)..... 262-281
Cakes (사탕떡)..... 151-176	Sandwiches(산드위치)..... 282-287
Cake Icings (아이싱). 177-185	Miscellaneous(각종방법).... 288-307
Cookies.(과자)..... 186-212	Directions for making an oven(경전화덕 법)....308
Breads and Muffins. (떡) 213-229	Glossary.용어책(用語冊)..... 309-313
Beverages.(실과즙)..... 230-234	

【음식관련 내용】

스프를 국이라 하여, 쇠고기국, 옥수수국, 일년감국(토마토국), 밤국, 피콩국(완두콩국), 굴국, 법국국(프랑스국), 닭국, 흰콩국, 감자국, 등 총 10종와 재료와 만드는 법을 소개하였다.

어패류요리는 살몬로푸(Salmon Loaf), 싸몬 크로켓쓰, 굴 로부(Loaf with Oysters), 조개 차우더굴 슈칼놉(Fancy Scalloped Oysters)의 6종의 요리와 어패류 요리에 어울리는 소스인 생선소, 크림소스, 타타소스가 함께 정리되어 있다.

육류 요리는 속너흔 비푸스텍(속 넣은 비프스테이크), 법국 팻 로스트(French Pot Roast), 삶은 간, 간 로스트, 크림햄, 예루살렘 닭고기, 이태리 닭고기, 핑 젤리, 고기 케익, 애굽 음식(EGYPTIAN DISH), 땀푸링(MEAT OR CHIDKEN DUMPLINGS), 말닌고기(PHILADELPHIA DRIED BEEF), 저린쇠고기나, 혀(CORNED BEEF OR CORNED TONGUE) 등 15종이며, 프랑스 요리법, 이탈리아 요리법은 물론 이집트 요리까지 다양한 서방국가의 요리법을 소개하였다.

두류 요리는 낙화생 로스트(PEANUT ROAST), 두부 로스트, 호도 로스트(2종류), 매쉬(MASH-IE), 두부와 양미나리 수두("TOFU" AND CELERY STEW), 뽀스톤 구은콩(BOSTON BAKED BEANS), 구은콩 등 8종의 요리가 있으며, 두부 요리가 소개된 것으로 보아 서양요리법에 우리의 식재료를 이용하려는 요리법을 개발한 것으로 여겨진다.

치즈를 이용한 요리는 오멜넷(OMELETTE), 계란과 치즈 합해서 구은 것, 치즈계란, 치즈 스프롤네, 밥과 피멘토(피망)와 치즈, 서양국슈와 치즈, 서양국슈(MACARONI), 웰치 우레벳(WELSH RAREBIT), 치즈 바—쓰(CHEESE BARS) 등 9종의 요리가 있어, 이 시기에 상류 계층에서는 치즈를 구입하여, 먹었을 것으로 추정된다.

리조토 요리로 추정되는 락화생 버터밥(RICE AND PEANUT BUTTER)이 있고, 런던 그로켓 요리와 런던 수플레는 크로켓과 스프레의 재료를 런던을 이용한 것으로 보아, 우리

나라 토종 식재료를 응용한 것으로 여겨진다.

일년감 양국슈는 토마토 소스를 이용한 파스타 요리로 이 시기에 토마토의 명칭이 일년감으로 불리었고, 밤 수풀네, 닌진 수풀네, 옥슈슈 수풀네, 시금치 수풀네, 옥슈슈가루 수풀네 등 여러종의 스플레 요리가 기술되어 있다.

그 외에도 다양한 20여종의 샐러드 요리와 드레싱, 푸딩(17종), 아이스크림 만드는 법(8종), 메플 소스 등과 같은 소스류(5종), 파이류(13종)의 요리법이 있다.

케이크류로 추정되어지는 요리법을 사탕떡이라 하였고, 케이크 만드는 법과 아이싱 제조법이 31종, 쿠키류는 과자, 비스킷, 크래커, 쿠키, 와플, 마카롱, 머핀, 도넛, 빵, 팬케이크 등 종의 다양한 제과법이 기록되어 있다. 주스는 포도주스를 비롯하여 6종류, 잼 만드는 법이 19종이 있으며, 모과잼을 만드는 법에서는 조선식이라 하여 우리 토종 식재료를 이용하여 잼 만드는 법을 2종 개발하였다.

피클류는 오이피클 법을 비롯하여 총 10종이다. 또한 퍼지, 캔디, 폰당 등의 제조법이 있으며, 캔디류는 ‘엿’이라 하였고, 샌드위치 제조법은 4종이 소개되었다.

그 외에 서양요리에 사용되는 재료에 대한 소개가 나와 있다.

비누 만드는법(빨내비누), 표백물 만드는 법 등 실생활에 응용 할 수 있는 것들도 기술되어 있다.

계량법에 대하여 ‘계량 일남표’라 하여, 예를 들어 ‘설탕2잔(사탕 2잔)이 1파운드’ 이렇게 측정치를 정리해 놓았다. 또한 채소 과일 저장법(피클, 잼)을 만들 때 병 소독하는 법까지 자세히 기록되어 있다.

【관련논저】

없음

【집필자】

정혜경 (호서대학교), 우나리아 (호서대학교)

【자료명】

『동양요리법(Oriental Culinary Art)』

【정의】

동양음식에 대한 관심이 높아지던 1930년대 초 미국 캘리포니아 로스앤젤레스 소재의 Wetzel(위첼) 출판사에서 『동양요리법 Oriental Culinary Art』라는 동양요리책으로 출간하였고, 분량은 115쪽의 영문으로 쓴 책이다. 이 책은 중국, 한국, 일본 그리고 필리핀의 대표적인 음식의 조리법을 모은 저자는 조지 권(George I. Kwon)과 패시피코(Pacifico Magpiong) 2인인데 조지 권(George I. Kwon)이 한국인으로 추정된다.

【음식관련 정의】

각 장에는 네 나라의 요리가 섞여져 들어 있다.

이 책에 실린 한국음식은 미역국, 떡국, 약밥, 다식, 송어찜, 만두, 승기약탕, 용봉탕, 신선로, 고추장찌개, 전병, 엿강정, 수정과, 생강차, 김치 등 15종이다. 당시 저자는 외국인에 소개하고 싶은 우리나라 음식 선정에 고심하였을 터인데 지금은 흔히 만들지 않는 송어찜, 승기약탕, 용봉탕, 신선로 등이 포함되어 있다.

【서지】

표제/책임표시사항: Oriental Culinary Ar
저자: George I. Kwon, Pacifico Magpiong
발행사항: Wetzel Publishing Co., 1933
소장처: 개인소장

【목차와 구성】

CONTENTS(내용)

ORIENTAL FOOD INGREDIENTS(동양요리 재료)

SOUP (국):

EGG SOUP (계란국)

KOL TONG(MEAT SOUP) (육탕)

MIYUK SOUP; SEAWEED SOUP (미역국)

CHICKEN NOODLE SOUP (닭고기 국수 스프)

SUMMER SOUP (여름 보신용 육개장)
 TAU FOO GANG(BEAN CAKE WITH MUSHROOM SOUP) (두부갱)
 OLD CUCUMBER SOUP (노각탕)
 WHITE MUSHROOM SOUP (버섯죽)
 CHOO-PO-TANG (추포탕)
 ABALONE SOUP (전복죽)
 PUREE OF CHESTNUT SOUP (밤압늑)
 LOTUS SEEDS SOUP (연자죽)
 KOREAN RICE CAKE SOUP (백설기죽)

RICE :

STEAMED RICE (밥)
 STEAMED RICE(SECOND METHOD) (밥)
 FRIED RICE WITH PORK (돼지고기 볶음밥)
 FRIED RICE WITH CHICKEN (닭고기 볶음밥)
 FRIED RICE WITH SHRIMP (새우볶음밥)
 YAKBAP(SWEET RICE) (약밥)
 NORI MAKI (노리마끼)
 KOREAN RICE CAKE (가래떡)

CHOP SUEY :잡채

CHINESE CHOP SUEY (중국잡채)
 CHICKEN CHOP SUEY (닭고기 잡채)
 SHRIMP CHOP SUEY (새우잡채)
 AMERICAN CHOP SUEY (미국식 잡채)
 LI HONG CHONG CHOP SUEY (리홍청 잡채)
 SUBGUM CHOP SUEY (소금잡채)
 FISH CHOP SUEY (생선잡채)
 STRING BEAN CHOP SUEY (문자열콩 잡채)
 MUSHROOM CHOP SUEY (버섯잡채)
 GREEN PEPPER CHOP SUEY (청고추잡채)
 KOREAN CHOP SUEY RICE (한국식잡채)
 WATER CHESTNUT CHOP SUEY (밤잡채)
 CHICKEN CHOP SUEY WITH WHITE MUSHROOMS (치킨 버섯잡채)

FRIED LI CHEE CHICKEN (치킨 볶음)

DUCK CHOP SUEY (오리잡채)

SUBGUM CHOP SUEY WITH DUCK (소금 친 오리잡채)

DUCK CHOP SUEY WITH GREEN PEPPERS (오리, 고추 잡채)

DUCK CHOP SUEY WITH PINEAPPLE (오리, 파인애플 잡채)

KOREAN(VEGETABLE VARIETY) CHOP SUEY (한국식 채소잡채)

CHICKEN CHOP SUEY WITH BLACK MUSHROOMS (치킨 버섯잡채)

CHICKEN CHOP SUEY WITH PINEAPPLE (치킨 파인애플 잡채)

CHICKEN FINE CUT CHOP SUEY (잘개썰은 치킨 잡채)

CHICKEN ALMOND CHOP SUEY (치킨 아몬드 잡채)

NOODLES : 국수류

YET CA MEIN(PLAIN NOODLES) (국수)

CHOP SUEY NOODLES (잡채 면)

WAR MIN(NOODLE WITH CHICKEN, PORK, VEGETABLE, ETC.) (치킨국수, 돼지고기 국수, 채소국수)

CHOW MEIN : 야끼소바

SPECIAL CHOW MEIN (특별식 야끼소바)

CHICKEN CHOW MEIN (치킨 야끼소바)

MUSHROOM CHOW MEIN (버섯 야끼소바))

BEEF CHOW MEIN (쇠고기 야끼소바)

SHRIIMP CHOW MEIN (새우야끼소바))

CRAB CHOW MEIN (게 야끼소바)

CHICKEN WITH ALMOND CHOW MEIN (치킨 아몬드 야끼소바)

DUCK CHOW MEIN (오리 야끼소바)

SQUAB CHOW MEIN WITH PINE NUTS (파이너트 야끼소바)

DUCK CHOW MEIN WITH WALNUTS (호두 오리 야끼소바)

EGGS : 달걀 요리

SHRIMP FOO YONG (새우 푸양)

EGG FOO YONG (계란 푸양)

CRAB FOO YONG (게 푸양)

CHICKEN FOO YONG (치킨 푸양)

PORK FOO YONG (돼지고기 푸양)
MUSHROOM FOO YONG (버섯 푸양)
LUM FAR DAN (럼파단)
GREEN PEPPER FOO YONG (청고추 푸양)

FISH : 생선요리

STEAMED FISH (생선찜)
BOILED SUNG-O-JIM(FRESH WATER MULLET) (삶은 송어요리)
BOILED FISH WITH COCOANUT (코코넛을 가미한 삶은 생선)
O-TONG SIM(STEWED CARP) (잉어조림)
TEMPURA SHRIMP(FRIED SHRIMP) (새우튀김)
FRIED CARP (잉어튀김)

SUKI-YAKI : 스키야끼

SWEET POTATO FRITTERS (고구마 튀김)
CARP SUKI-YAKI (잉어 스키야끼)
KOREAN RICE CAKE SUKI-YAKI (떡 스키야끼)
LOTUS ROOT SUKI-YAKI (연근 스키야끼)
CLAM SUKI-YAKI (굴 스키야끼)
WANCHA(KOREAN STUFFED DUMPLINGS) (완자 지짐)
BOILED CHICKEN WITH COCOANUT (코코넛을 가미한 치킨 삶기)
SOONGKI-AKTANG (승기약탕)
YONG BONG TANG (용봉탕)
FRIED DUCK WITH PINEAPPLE (파인애플 오리 튀김)
FRIED CHICKEN (치킨튀김)
SPECIAL SIN-SUN-LOW (신선로)
LECHON(ONE WHOLE PIG ROAST) (새끼돼지 요리)

MISCELLANEOUS : 여러 가지 등

PAI-GOOT(FRIED SPARE RIBS WITH PINEAPLLE) (파인애플을 가미한 갈비요리)
ADOBO (아도보)
BAKED EGGS (구운달걀)
KOT-CHOO-JANG JIGE(BAKED KOREAN RED HOT PEPPER SAUCE) (고추장찌개)
TAU FOO YOUK (두부전)

FRIED KOREAN RICE CAKE (떡볶이)
ROAST PORK (돼지고기구이)
SWEET PIG FEET (돼지족발)
TO-HOO NORI MAK(TO-HOO IS JAPANESE FOR TAU FOO) (두부마끼)
KOREAN CHESTNUT CANDY (밤초)
LIVER CHUN-YUAK (간전)
CLAM CHUN-YUAK (굴전)
FISH CHUN-YUAK (생선전)
TRIPE CHUN-YUAK (양전)
BEAN SPROUT SALAD (콩나물 무침)
KIM-CHI(KOREAN CABBAGE PICKLE) (김치)
FRIED CUCUMBER (오이볶음)
DINOGO-AN(FRIED BLOOD AND ORGANS OF A PIG) (디노고안)
SOO-CHUNG-KWA(KOREAN PERSINMONALDE) (수정과)
GINGER TEA (생강차)

【음식관련내용】

서문에 의하면 1930년대에도 미국에서 동양음식의 인기가 대단했던 것으로 추정되어진다.

이 책에 소개되어진 다양한 한국음식은 Kol tang(Meat soup, 육탕), Miyok Soup(Seaweed soup, 미역국), Summer Soup(육개장), Old Cucumber Soup(노각탕), Choo-po-tang(추포탕), Puree of Chesnut Soup(밤암죽), Korean rice Soup(떡국), Yakbap(Sweet rice, 약밥), Korean Rice cake(가래떡), Korean Chop suey rice(잡채밥), Korean(Vegetable variety) Chop suey(잡채), Korean Rice cake Suki-yaki(떡전골), Wancha(Korean meat ball, 완자), Fried Wancha(지진완자), Mandoo(Korean stuffed Dumplings, 만두), Soongki-Aktang(승기약탕), Yong Bong Tang(봉탕), Special Sin-Sun-Low(특제 신선로), Kot Choo-Jang Jage(Baked KOREAN red Pepper Sauce, 고추장 찌개), Fried Korean Rice Cake(떡볶이), Korean Chestnut Candy(밤초), Liver Chun-yuah(간전), Clam Chun-yuah(대합전), Fish Chun-yuah(생선전), Tripe Chun-yuah(양전), Bean Sprout Salad(콩나물 무침), Kimchi(Korean Cabbage Pickle, 김치), Soo-Chung-Kwa(Korean Perimmondade, 수정과), Ginger Tea(생강차) 등이다.

복중 보신음식으로 개장국이나 육개장 또는 삼계탕을 먹는데, 이 책에는 ‘Summer soup’에는 쇠고기를 비롯한 양, 간, 콩팥, 심장 등 내장이 들어가고 대파를 끓여 탕으로 요즘의 육개장과 같은 음식이라 할 수 있으나, 요즘과는 달리 고춧가루나 고추장이 들어가지

않았다. 여름 보신음식으로 개장국을 첫 번째로 꼽기는 한, 개고기를 먹지 않는 사람들을 위해 개고기 대신 쇠고기로 만든 것이 육개장이다. 그래서 육개장은 개장 앞에 ‘육(肉)’자가 붙어 있다. 그러나 책을 내면서 ‘개장’을 언급하기가 어려웠는지 ‘Summer soup’이라 하여 육개장 이름을 대신하였다. 비슷한 시기에 발간된 『조선무쌍신식요리제법』에서는 고추장을 넣어도 좋다고 하는 것으로 봐서 그 시대의 육개장은 고춧가루가 들어가는 자극적인 매운맛의 육개장은 아니었던 것 같다.

또한 ‘승기악탕(勝妓樂湯)’에 대한 조리법을 분석해 보면 다음과 같다. 이 음식의 이름은 기녀(妓女)나 음악(音樂)보다 낫다는 뜻을 가지고 있다. 손질한 이어에 칼집을 넣어 양념하여 굽고 양념한 쇠고기를 얹고 양념하여 볶은 채소와 버섯, 향화채를 따로 내어서 육수를 끓이면서 밥이나 떡, 국수를 같이 넣어 끓여 먹는 음식이다. 이 책에서는 준비법에서부터 대접하는 법까지 상세하게 기술되어 있다.

【관련논저】

없음

【집필자】

정혜경(호서대학교) · 우나리아(호서대학교)

【자료명】

『간편조선요리제법』(簡便朝鮮料理製法)

【정의】

『간편조선요리제법』은 1934년에 이석만이 편찬한 조선요리 조리법 책으로 총 197면으로 구성되어 대개 비과학적이고, 훌륭한 재료를 가지고도 맛있는 음식을 식탁에서 대하게 된다고 하였다. 편자는 방신영(方信榮)의 조카로 방신영이 말년에 그의 집에서 지냈다고 하므로 그때부터 조리법에 대한 조예가 있었던 것으로 보이며, 이러한 영향으로 집필된 것이다.

【음식 관련 정의】

주식류로는 밥·죽·미음·암죽을 포함한 20종류, 부식류로는 15항목에 걸쳐 177종의 조리법이 소개되어 있으며, 후식류로 다식·정과·유밀과·강정 등의 조리법이 적혀 있다. 이밖에 장류와 초 만드는 법이 있으며, 종류만도 50여종이 소개되어 있다. 부록으로는 일본요리 21종과 서양요리 26종, 중국요리 12종이 소개되어 있다. 생활에 도움을 주기 위하여 만들어진 책으로, 일상생활에 필요한 기본조리법에서부터 접대음식에 이르기까지 수록되어 있으며 각 요리마다 알맞은 계절을 명시하고 있음이 특징이다.

【서지】

표제/책임표시사항: 간편조선요리제법 (簡便朝鮮料理製法)
저자: 李奭萬(이석만)
발행사항: 서울, 三文社, 昭和 9[1934]
형태사항: 4·6판 활자본
소장처: 국립중앙도서관 보존용자료

【 목차 】

국끄리는법

계국	육개장
골탕	맑은 장국
넙치국	매역국
냉이국	백숙
대구국	닭국
도미국	초계탕
도미국수	민어국

승기약탕	쪄개국
쇼루장이국	준치국
신선로	츄포탕
신선로별법	콩나물국
아옥국	토란국
애탕국	토장국
웨무름국	파국
잡탕(곰국)	슈잔지
완자탕	계탕
전골	족복기
쪄기국	

찌개만드는 법

고초장찌개	알찌개
두부찌개	우거지찌개
방어찌개	옹어찌개
부어조림	젓국찌개
복어찌개	조기찌개

지짐이 만드는 법

무지짐이	육어지짐이
복어조림	외지짐이
왁적이	

나물만드는 법

가지나물	시래기나물
고비나물	외나물
도랏나물	잡채
도랏쌍채	잡누루미
무나물	콩나물
무쌍채	푯나물
미나리나물	호박나물
숙쥬나물	죽순채
썩갓나물	월과채

무침만드는 법

김뭇침

대하뭇침

역메무침

복어뭇침

포 만드는 법

마른편포

편포별법

산포

약포

약표별법

어포

전복쌈

진편포

전유어 만드는 법

간전유어

등골전유어

양전유어

쫄개전유어

천엽전유어

감자전유어

호바전유어

생선전유어

초대

산적만드는 법

너비아니

누름적

산적

섭산적

장산적

잡산적

사슬적

찜 하는 법

가리찜

송어찜

부어찜

계찜

송이찜

웨무름

계중

회 치는 법

어회	육회
잡종	
계장	매듭자반
국슈비법	수란
랭면	알쌈
은면	어만두
떡국	어채
떡복기	완자
떡복기별법	장조림
만두	점복장앗지
묵	족편
제피수정	족편별법
전약	천리찬
미나리강회	콩자반
해삼, 점복, 홍합초	탕평채
밀국슈	뚝뚝이자반
튀각	고초장복는법
다식만드는 법	
흑임자다식	송화다식
흑임자다식별법	신검초다식
녹말다식	콩다식
밤다식	용안육다식
정과 만드는 법	
굴정과	모과정과
녹말편	맥문동정과
앵도편	생강정과
모과편	생강정과별법
향설고	유자정과
인삼정과	솔жат
들죽정과	청매정과
련근정과	행인정과

쪽정과

어채와 화채 만드는 법

어채	배숙
미수	식혜
복숭아화채	연안식혜
배화채	앵두선
슈단	동화선
원수봉	책면
보리수단	

유밀과 만드는 법

약	
과	밤과
약과별법	만두과
대초초	밤초
도란	중백기
를란	관주백당

강정 만드는 법

요화대	산자
빈사과	싱검초강
정	
콩강정	

밥 짓는 법

별밥	약밥별법
보리밥	잡곡밥
부별밥	제밥
약밥	중등밥

죽 쑤는 법

깨죽	묵물죽
녹두죽	아욱죽
자죽	장국죽

콩죽

팻죽

흰죽

행인죽

타락콩

미음 쑈는 법

갈분의이

쌀미음

좁쌀미음

송미음

수슈의이

암죽 쑈는 법

밤암죽

쌀암죽

식혜암죽

떡 만드는 법

거피녹두떡

거피팻떡

꿀떡

빼설기

느티떡

두텁떡

두텁떡별법

두텁떡별법

무떡

백설기

쑥떡

싱검초떡

녹두떡

복령병

토련병

감자병

니복병

원소병

석담병

인절미

대초인절미

찰떡

팻떡

호박떡

흰떡

송편

송편별법

개피떡

생편

절편

증편

증편별법

밀전병

밀전병별법

수슈전병

찰전병

꽃전

화전

경당	유자단다
석이단자	밀쌈
과일편	밀쌈별법
밤단주	쥬악
보풀떡	밤쥬악
신검초단자	빈자떡
침채 만드는 법	
나백김치	짬지
동침이	장짬지
동침이별법	젓국지담그는법
배채김치	젓국지
석박지	전복김치
외김치	닭김치
외지	깍독이
용인외지	고초닙장앗지
외소김치	마늘선
외찬국	무장앗지
장김치	
젓 담그는 법	
청어젓	쥬긱젓
방계젓	
차 만드는 법	
오매차	매화차
국화차	포도차
장과초 만드는 법	
간장	청태장
고초장	팻고초장
어육장	즙장
청국장	쥬만드는법
급히장만드는법	

녹부(錄附)

일본료리만드는법
서양료리만드는법
지나료리만드는법

접빈과상차리는법
상극되는음식물
어린아해젓먹이는법

일본료리 만드는 법

가쓰오부시노다가
이와시, 노쓰구네아ㅇ게
자완, 후스가시
사도이모도 니고롱아시
미소시루
덴뿌라
부다노이리도—후
마스스다스게데시
규—닉구 스도 장아이모
스스기야스기
쓰쓰미다마ㅇ고
긱지도리 고시요간

요시노니
자감이모도 아마니
부다노쓰스구네아ㅇ게
다스게노고스도 규니스구스도노 늦베이
고다이 시호야스기
삼식기마스기다마ㅇ고
호렌쇼
세이한
계이니 ㄱ구메시
호렌쇼
세이한
계이니스구메시

서양료리 만드는 법

슌
카쓸래쓰
미쁠스
비푸미쓰
피식쁠쓰
부리게쓰츄
팡—케익
이달리아 슌
함물스쿠뻬스
폭앤드뻬스
애플넛샌드위취
컵키스터
카스테라

캐라멜넛쓰
코코아케익
폴든케익
떼섯 _
또오넛쓰
쵸코레스_케익
찌부로만
레쓴케익
로—르스폰지
메렌게
빠나나스노썰리
빠스다케익
빠터케익

지나료리 만드는 법

쓰레잔	시분유
진무즐	혼쇼조
무후유	젠완스
메모스	류홍채
지단잔	산인당
싸완스	
지단가	

접빈하는법과상차리는법
상차리는법

상극되는 음식물
아해벤이가 못먹는 것

우유 먹이는 법

【음식관련 내용】

1. 국, 탕류

표 1. 『간편조선요리제법』에 기록된 국, 탕류의 종류와 재료

음식종류	음식명		재료		조리	본문
	원문명	현대어명	주재료	부재료		
국	계국	계국	계 (1)	두부, 간장, 파, 마늘, 기름, 깨소금, 후춧가루 (7)	계 씻기 → 등딱지의 해감주머니, 뼈는 버리고 살은 모아놓기 → 두부, 간장, 파 익힌 것, 마늘 익힌 것, 기름, 깨소금, 후춧가루 고명 올리기 → 배에 밀	계국은 맑은장국에 끄리는 것인데 몬저 게를 정이 씨서야 하나니 물에 넛코 다리를 단단히 모와 잡고 솔로 문질너 정하게 씨서서 발은 곳흐로 두마대식은 잘너 바리고, 배딱지와 넓적다리는 떼어서 몬저 장국(장국은 ○○○○○ 물은 한사발가득 만 부으라)에 너허 끄리고, 등딱지 속에 잇는 해감쥬머니와 뼈는 떼여 바리고 살(내장)은 끓어내여 그릇에 담어놋코 고기와(○○○○○고기○○○) 두부 반 채를 잘게 익어 함께 담은 후 간장, 파 익힌

				가루 묻히기 → 끓이기	것, 마늘 익힌 것, 기름, 깨소금, 호춧가루 등 가진 고명을 치고 한참 주물러서, 이것을 계딱지에 다시 담되, 재료를 적중히 작 만들지니, 남게 되면 계상만 허비되나니라. 솟아지지 안케 꼭꼭 눌러 담어가지고 배에만 밀가루를 못치고(후략)
넙치국	넙치국	넙치 (1)	고추장, 파, 고기 (3)	넙치를 씻어 비늘, 내장 제거 → 고추장 풀고 파, 고기 넣고 끓이기 → 넙치 넣고 다시 끓이기	먼저 넙치를 정하게 써서 비늘을 굵은 후 내장을 빼고 한치 닷분 기리씩 되게 토막을 쳐 노은 후에, 솟해 물을 붓고 고초장을 습습하게 풀어가지고 파를 썰어넛코(혹 미나리를 데쳐 썰어넛코) 고기를 썰어 노은 후 불을 때어 팔팔 끄리다가 넙치 토막 친것을 너혀서 다시 한참 끄리는 것인데(후략)
냉이국	냉이국	냉이 (1)	된장, 고추장, 고기 (3)	냉이 삶기 → 찬물에 헹구기 → 된장, 고추장 푼 물에 풀기 → 잘게 썰은 고기 넣고 끓이기	냉이를 잠간 삶아서 찬물에 빨아 물을 꼭 짜바리고, 솟해 너흔 후 물을 알맞치 붓고, 된장과 고초장을 물에 풀어 체에 걸너서 간을 맞초아 붓고 고기를 잘게 써으려 넛코 끄리나니라.
대구국	대구탕	대구 (1)	고추장, 된장, 고기, 무, 파, 미나리 (6)	대구를 씻고 내장 제거 → 토막내서 고추장국 만들기 → 된장을 섞어 풀기 → 고기, 무, 파, 미나리 데친 것 넣고 끓이기 → 대구를 넣고 다시 끓이기	대구국은 고초장에 끄리나니, 대구를 써서 내장을 끄낸 후, 두치 기리식 토막을 친 후에 고초장국을 만들되, 솟해 물을 붓고 고초장을 습습하게 풀 때에 된장을 조금 석겨 풀어 체에 밍쳐붓고, 고기와 무와 파와 미나리 데친 것들을 썰어넛코 끄리다가 한참 끄를 때에 대구를 너혀 다시 오래 끄리나니라.(전유어 못치듯이 토막친것을 밀가로나 알을 써워서 지짐질 남비에 지저가지고 맑은 장국에다가 끄려도 죠흐니라)
도미국	도미국	도미 (1)	썩갓 (1)	도미 물에 넣고 비늘, 내장 제거 → 토막 쳐서 알 지지기 → 맑은 장국 끓여 도미, 썩갓 넣고 끓임	도미를 물에 넛코 비늘을 굵은 후 내장을 빼고 돌에 쪼개서 두치기리식 토막을 쳐서 알을 써워 지저넛코, 맑은 장국(맑은 장국 끄리는 법을보라)을 끄려 팔팔 끌커든 도미와 썩갓을 너혀 한참 더 끄려 푸나니라
맑은	맑은	우육		우육 썰기 → 고기 넣고, 간	우육을 잘 써서 얇게 썰어 그릇에 담은 후, 파를 넙수귀째 잘게 익히고, 파늘 반

장국	장국	(1)		장, 후춧가루, 기름, 깨소금으로 간 맞추고 끓이기	쪽을 잘게 닉여 고기와 함께 담고, 간장을 덕당하게 간을 맛초아 치고, 호춧가루를 조고마치 쳐서 오래 동안 손으로 주물은 후에, 기름과 깨소금을 치고, 또 잠간 주물너서 솟헤 넛코 물을 먹을만치 간 맛초아 붓고, 오래동안 끄려서 먹나니라.
메역국	미역국	미역 (1)	간장, 기름, 홍합, 강고두리 (4)	미역 불리기, 간장, 기름, 고기 넣기 → 볶기 → 간 맞추고 끓이기	메역을 물에 담겨 혈신 불너 깨끗하게 빨어서, 약간 써으러가지고 간장과 기름과 고기 익인 것을 넛코, 한참 주물너서 솟헤 넛코, 불을 조금씩 켜서 솟치 켜지지아 니할만치 한참 복다가, 물을 붓고 간을 맛초아 다시 한참 끄려서 먹나니, 홍합과 강고두리를 너허 끄리면 맛이 매우 도흐니라.
육개장	육개장	쇠고기 (1)	양파, 곤자손이, 창자, 혀, 간장, 기름, 깨소금, 후춧가루 (8)	파 데치기 → 쇠고기, 양파, 곤자손이, 창자, 혀를 넣고 삶기 → 건지기 → 고기와 야채 썰기 → 간장, 기름, 깨소금, 후춧가루 고기 삶은물에 넣고 끓이기	(전략)쇠고기와, 양파, 곤자손이와, 창자와, 혀와 이 다섯가지를 솟헤 넛코 맹물에 오래동안 삶머서 혈신 익은 후에 다 건져 넛코, 고기는 손으로 잘게 듯어 파와 함께 담고 다른 것들은 칼로 잘게 써으러 담나니, 기리는 한치 넓이난 두어푼쪼되게 써으러서 함께 담은 후 간장과 기름과 깨소금과 후춧가루를 간 맛초아 치고 한참 주물너 석거서 고기 살은 물에 다시 넛코, 또 다시 한참 끄려서 먹나니라.
민어국	민어국	민어 (1)	고추장, 소고기, 파, 미나리 (4)	민어 씻고 다듬기 → 고추장국에 고기, 파, 미나리 넣고 끓이기 → 민어넣고 끓이기	(전략) 정하게 씨서 비늘을 긁고 내장을 빼 발인 후, 한치 닷푼 기리식되게 토막을 쳐 넛코, 고춧장국에 고기와 파를 만히 썰어 넛코 혹 미나리도 써으러 너허 끄리다가 민어를 넛코 끄려서 먹나니, 소고기를 만히 너허야 조흐니라
아욱국	아욱국	아욱 (1)	된장, 고추장, 물, 고기, 마른새우 (5)	아욱 씻기 → 된장, 고추장, 물, 고기, 마른새우 넣고 끓이기	아욱을 물에 여러 번 억겨 씨슨 수 솟헤 넛코, 된장과 고춧장을 함께 석거넛코, 물을 간 맛초아 부은 후에, 기름기 고기를 그냥 써으러넛코 마른새우를 두 다리 조금 너허 끄리나니라.
애탕국	썩애탕국	애탕 (1)	고기, 기름, 깨소금, 후춧가루	애탕썩 익히기 → 고기, 기름, 깨소금, 후춧가루, 간장 넣고	애탕썩을 정하게 잘 씨서 그냥 하던지, 혹 물에 데쳐가지고 다시 행주에 한 번 빨아서 물을 딱 싸바리고 한참 익이고 또 고기도 한참 칼로 익여서 넛코 두 부름 썩의

			춧 가루, 간장, 계란 (6)	둥글게 빚기 → 계란 묻혀 맑은장국에서 끓이기 → 섞 넣고 끓이기	삼분지일쫄 부수어 넛코 기름과 깨소금과 호춧가루를 치고 간장으로 간을 맞춰 한참 주물너 석근후에, 이것을 작은 밤알 만큼 식 둥글게 비져서 밀가루를 못치고, 또 계란을 풀어 못친 후 맑은 장국에 옴파를 만히 세블쳐넛코, 한참 끄리다가 계란을 못쳐노흔 썩 멩치들을 너허 한참 끄리나니라.
웨 무 립 국	○ ○	오 이 (1)	완 자, 꼬챙이, 고추장, 버섯 (4)	오이를 다듬기 → 완자를 외속에 넣기 → 꼬챙이로 구멍막기 → 맑은장국에 고추장, 파, 버섯 넣고 끓이기	누른 외(늙은 외)를 몇개단지 쇼용된만치 씨서서 꼭지를 한치기리식 자르고 껍질을 얇게 벗겨바리후 꼭지 자른대로 외스속을 다 글거내어 속이 뷁이게 한 후 완자를 만들어 외스속에 갖득 저워넛코, 꼭지 잘넛던 것을 깝겨서 막애를 만들어 완자가 쏘아지지 안토록 구멍을 박고, 빠지지 안케 또 꽃챙이를 깝겨 막애 박은대를 빈허씨르듯 썩너서 맑은 장국을 끄리고 고초장을 조금 담고 파를 썩으러너은후, 버섯을 조금 썩으러넛코 외 만든 것을 너허 한참 더 끄리나니라.
잡 탕 (곰 국)		고 기 (1)	허 파, 양 파, 곤자손이, 창자, 자라, 무 (6)	고기, 허파, 양파, 곤자손이, 창자, 자라, 무를 씻어서 솔에 넣고 끓이기 → 고기 담기 → 간장, 기름, 깨소금, 후춧가루, 파, 무를 간장 넣고 끓이기 → 국물 먹을 때 고기 올리기	고기(○○○)와 허파와 양파 곤자손이와 창자와 자라와 무를 통으로 정하게 씨서 솟헤 넛코 맨물을 부은 후 불을 썩어 월신 끄린 후에 꽃챙이로 찢너보아 잘 익엇거든 건저 내여서 각각 골패짜만큼식 썩으른 후, 고기들을 함께 그릇에 담고 간장과 기름과 깨소금 후춧가루를 치고, 파를 익어 넛코 한참 석거 노흔 후 무 썩른 것을 아토 그릇에 담고 간장을 조금 쳐서 간장이 무에 저슬만하거든 국에 넛코 간을 맞초아 끄린 후, 먹을 때에 주발에 국을 푸고 고명을 쳐노앗든 고기를 조곰식 너허 먹나니. (후략)
쥬 기 국	쥬 기 국	쥬 기 (1)	고 추 장, 미 나 리, 파 (3)	쥬기를 다듬고 토막내기 → 고추장 붓고, 미나리, 파고 명, 고기를 넣고 끓이기 → 고기를 넣어 끓이기	쥬기를 물에 씨서 칼로 비늘을 다 굵은 후 한치기리식 토막을 쳐서 너은 후, 솟헤 물을 붓고, 고초장을 슴슴하게 풀어 붓고 미나리를 한치기리식잘너 넛코 파고명과 고기를 썩으러 너흔 후, 뚝개를 덥고 불을 때여 끄리다가 쥬기를 너허 한참 더 끄려 먹나니, 혹 맑은 장국에 파와 미나리를 데쳐넛코 끄리기도 하나니라
쥬 개	쥬 개	모 시		모시쥬개 씻어 끓는 물에 끓	모시쥬개를 정하게 씨서서 물을 끄리다가 팔팔 끄를때에 집어너허 한참 더 끄려서

	국 (와 계 탕)	국	조 개 (1)		이기	푸나나라
	준 치 국	준 치 국	준 치 (1)	파, 미 나리 (2)	준치를 다듬고 토막내기 → 맑은장국에 끓이기(파, 미나리 넣고 먼저 끓이기)	준치를 물에다가 비늘을 다 굵은 후에, 칼로 잘게 어여서 가시가 다비지게 하여가지고, 토막을 쳐서 맑은 쟁국에 끄리는 것인데, 먼저 맑은 장국에 파와 미나리를 써으러 냇코 끄리다가 준치를 냇코 또 잠간 더 끄리나니라.
	콩 나 물 국	콩 나 물 국	고 기 (1)	고 명, 콩나물 (2)	고기 썰어 고명 치기 → 맑은장국에 콩나물 넣고 끓이기	고기를 얇고 잘게 써으러서 여러 가지 고명을 치고 쥬물너서 솥에 냇코, 맑은 장국 갖치 물을 먹을만치 붓고 콩나물을 대강 써으러 너흔 후 불을 때어 끄리나니라.
	토 란 국	토 란 국	토 란 (1)	다시마 (1)	토란 삶기 → 맑은 장국이나 곰국에 다시마 넣고 끓이기	토란을 잘 써러 먼저 한번 삶아가지고 맑은 장국이나 곰국에 끄리나니 다시마를 소곰써으러 냇코 끄리나니라.
	토 장 국	○ ○		된 장, 고추장 (2)	속대는 씻어서 끓이고, 배채는 데쳐서 끓이기 → 된장, 고추장을 체에 걸러서 같이 끓이기	겨울이나 혹 여름에는 배채속대로 하고 다 른 때는 속금배채로 끄리난대, 속대로 하려면 그져 정하게 써서서 끄리고, 속금배채로 하려면 먼저 잠간 데쳐서 물에 다시 빨아가지고 끄리나니, 이것을 솥에 냇코 물을 부은 후 된장과 고초장을 물에 풀어 체에 걸너서 붓고 간을 맞친 후 불을 때어 끄리나니라.
	파 국	파 국	움 파 (1)	고 기, 고명 (2)	움파 끓이기 → 파 데치기 → 썰은 고기, 고명에 간 맞춰 물넣고 끓이기	겨울에 움파는 그대로 끄리고 묵은 파는 잠간 데쳐서, 한치기리씩 잘러 끄리나니, 이것을 솥에 냇코 맑은장국 끄리는 법과 갖치 고기를 써으러 가진고명에 쥬물너 냇코, 간을 맞추어 물을 붓고 끄리나니라.
탕	골 탕	감 자 탕	등 골 (1)	대꼬챙이, 밀가루, 계란, 기름, 파 (5)	등골에 소금바르기 → 껍질 벗기고 밀가루 묻히기 → 계란묻히기 → 지지기 → 맑은장국에 파 넣고 끓이기	등골(소의 척추)에 소곰을 조금 발너 가지고 대꼬챙이로 껍질을 잘 벗겨서 뼈들을 너버려(한쪽은 돛디엇상하야)가지고, 한치기리씩 잘너 밀가루를 묻치고 또 계란을 들어 못치어서 남비에 기름을 바르고 지지서(지지지말고 그냥 얇음게 펴어 양○○○○○○○ 너히 익혀도 조흐니라) 맑은 장국을 끄리고 파대가리를 채쳐냇코 끄리다가 골을 냇코 조금 더 끄리 먹나니라. (두골이면 껍질을 벗겨 ○○○○○○○○

					○○ 꼬리나니라)
백숙	백숙	닭 (1)	찹쌀, 인삼가루, 물 (3)	닭을 토막내기 → 뺏속에 찹쌀, 인삼가루넣기 → 물넣고 끓이기	닭을 잡아 내장을 빼고, 다리와 날개쪽지 곳과 대가리를 잘르고, 그 배속에다가 찹쌀 세 수가락과 인삼가루 한 손가락을 넣고 씻어지지 안케 막아서 잡아 맨 후 물을 열보시기쯤 붓고 꼬리 한 보시기쯤 되거든 싸서 먹나니라.
닭죽	닭죽	닭 (1)	간장, 무, 파, 후춧가루, 기름 (5)	닭 삶기 → 손으로 뜯기 → 간하기 → 무, 채친 파, 후춧가루, 기름넣고 끓이기	닭을 잡아 내장을 빼고 정히 써서 오래 삶아서 잘 익은 후에, 건져 가지고, 굵직굵직하게 손으로 뜨더서 간장을 맛게 치고 무를 골패짝만큼씩 써으려서 넛코, 채친 파와 후추가로와 기름을 치고, 잘 석겨서 닭 삶었던 물에 다시 넛코 한참 꼬려서 먹나니라.
초계탕	초계탕	닭 (1)	소고기, 표고버섯, 목이버섯, 실백 (4)	닭 토막내기 → 소고기 넣기 → 소금에 절이기 → 기름남비에 볶기 → 표고버섯, 목이버섯 불리고 볶아서 넣기 → 알고명 실백 올리기	닭을 잡어서 내장을 빼고 깨끗하게 써서가지고 뼈째 잘게 토막을 쳐서 쇼고기를 잘게 써으려 넛코, 간을 맞초어 잘 꼬리고, 외를 골패짝만큼씩 써으려서 소곰에 약간 져릿다가 정한 내보자에 싸서 물을 꼭 싸가지고 기름남비에 볶고 색이(색에는 안는 상에) 버섯, 표고, 목이를 물에 불너가지고 잘 써서서 꼭 싸가지고 기름에 볶가서 골패짝만큼씩 써울고, 또 재○○ 알고명 붓친것도 그 모양으로 써려서 넛코 우에다가 실백을 너혀서 먹나니라.
승기약탕	승기약탕	송어 (1)	무, 숙주나물, 황화채, 미나리, 파, 표고, 목이, 알고명, 색맛초, 완자, 고기 (10)	무, 숙주나물, 황화채, 미나리, 파 다듬고 채치기 → 표고, 목이 볶기 → 알고명, 버섯, 색맛초, 완자, 계란, 연한고기 썰어서 올리기 → 송어 다듬기 → 간장 바르고 굽기 → 고기장 넣고 끓이기	날무를 잘게 채치고 숙주나물을 꼬리따서 씻고, 황화채(黃花菜) 불닌 것과 미나리와 파를 한 치 기리식 잘너 채를 치고, 표고와 목이를 더운 물에 불너서 기름에 볶가 골패짝만큼씩 썬 것과 알고명 흰자위와 노른자위를 각각 붓쳐서 다 골패짝만큼씩 썰고 버섯을 써으려서 이 여러 가지를 큰 접시에 색맛초와 모양있게 담나니, 접시 언저리와 갓치 시작하여 맨 우해는 뺏쪽수름하게 모양잇도록 담고 그 우에 완자를 잡게 만드러 둘너 인고, 맨 우에는 계란 한 개를 정하게 써서 언저노흔 후, 연한 고기 한 접시를 맛있게 장어 늦코, 이제 조흔 송어를 잘 써서서 비늘을 굽고 내장을 빼바린 후, 칼노 드문드문 어여 가지고, 진한 간장을 발너 잠간 구어서 기름을 발너 남비에 담어노앗다가, 먹을 때에 남비에 물을 조금 붓고 고기장인것을 너허 한참

					끄인 후, 접시에 담얏든 나물을 너허 익어 먹나니, 먹다가 국수나 혹은 흰 떡을 너허 먹기도 하나니라.
완자탕	완자탕	생선 (1)	후추, 생강, 파, 기름, 장 (5)	생선을 잘게 다지기 → 후추, 생강, 파, 기름장을 합쳐 밤알크기로 만들기 → 계란이나 녹말 묻혀 국물에 끓이기	생선을 철기에 합당한 것으로 껍질과 배를 없시하여 칼로 좃익어 제육이나 쇠고기나 생치나 닭고기를 잘게 익여서 후추, 생강, 파, 기름, 장을 와합하여 밤알만큼식 만들되 속에 실백자 하나식을 너어 계란이나 녹말을 씨워서 잡탕이나 맑은 장국에 끄리나니라.
츄포탕	츄포탕	고기 (1)	곤자손이, 창자, 허파, 지라, 양 (5)	고기, 곤자손이, 창자, 허파, 지라, 양을 씻어 솥에 끓이기 → 건지고 소금에 절이고 물기를 제거 → 기름에 볶기 → 간장, 기름, 깨소금, 후춧가루 치기 → 참깨 갈기 → 소금 치고 고기넣기	고기, 곤자손이, 창자, 허파, 지라, 양, 들을 정하게 씨서서 그대로 솥에 너은 후 물을 붓고 끄려 잘 삶어서 다 건져 각각 골패짝만큼식 잘게 씨으러놋코 또 외를 그와갓치 씨으러 소곰에 잠간 져릿다가 정한 슈건에 싸서 물을 꼭 싸바리고 기름에 볶가서, 함께 함고 간장, 기름, 깨소금, 호춧가루를 치고 한참 쥬물너가지고 그릇에 담어노흔 후, 참깨를 모래 묻지안케 잘 씨서서 불너가지고 절구에 잠간 지어서 불에 씨서 껍질을 벗겨가지고 매스돌에 물을 쳐가며 갈어서, 세에맞혀 쇼곰을 조곰 친 후 이우에 만드려 노흔 고기를 너허 찬이로 먹나니라.
계탕	계탕	닭 (1)	곰이섯, 목이버섯, 계란황, 백청 (6)	닭을 토막내고 다듬기 → 삶아서 고명 넣고 곰거리 고기와 끓이기 → 석이 끓는 물에 목이버섯, 계란, 황, 백청 부친것 넣고 끓이기	닭을 잡아 거두절미하고 발과 날개갓을 잘르고, 내장을 빼서 씨스 후 물에 삶어 석살만 잘게 뜻어 가진고명에 쥬물너서 다시 그 삶어낸 물에 넛코, 곰거리 고기를 잘 씨서 대강 썰어넛코, 오래동안 끄리서 ○○와 간장을 간 만게 치고 또 석이를 끓는 물에 빨어 골패짝만큼식 썰어 넛코, 버섯, 목이로 물에 불려 썰어 넛코, 계란 황, 백청 붓친 것도 골패짝만큼씩 썰어 넛코, 조곰 더 끄려 퍼서, 실백을 원이로 조곰 뿌려 식혀서 먹나니, 메역찬국갓치 차게하여 먹는 것이니라.
죽복기 (쥬저)	죽복기	쇠죽 (1)	밀가루, 무, 잡탕국 (3)	쇠죽을 썰어 끓이기 → 밀가루를 풀어 썰은 무 넣기 → 잡탕국에	쇠죽을 잘게 씨으러서 솥에 넛코 녹도록 끓인 후에 밀가루를 조곰 풀고 무를 썰어 골패짝처럼 씨으러 넛되, 밀가루는 잡탕국 물에 풀어 풀 쏴듯 하고, 무는 곰국에 넣는 것처럼 씨으러 한데 버무려 묽은 죽처럼

	탕)				버무리 죽처럼 하기	럼 하나니라.
	전골	전골	고기 (안심이나 등심) (1)	천엽, 양고들개, 간, 무, 숙주나물, 미나리, 파, 황화채, 완자, 계란 (10)	고기, 천엽, 양고들개, 간을 채치기 → 파, 마늘, 깨소금, 후춧가루, 기름을 섞어서 접시에 담기 → 나물은 무, 숙주나물, 미나리, 파, 황화채로 만들기 → 목이버섯 표고버섯을 넣고 그위에 완자를 은행만하게 얹기 → 생계란을 찢어서 올리기 → 고기, 나물 나머지를 넣고 끓이기	쪄흔 고기(안심이나 등심)와 천엽, 양, 고들개, 간을 각각 얇게 채를 쳐 가지고 파와 마늘을 익어 넛코, 깨소금 후추가로를 치고 한참 주물너다가 또 기름을 치고 다시 주물러 석기서 접시에 모양있게 담고 그 후에 기름과 잣가루를 뿌려눗코(중략) 알고명 목이 표고 버섯들을 골패짝 만큼식 써으러서 넛코, 또 그우에 완자를 은행 만큼식 비져 돌려 언고 생계란을 한 개 씨서서 그 우혜 언진 후 가위로 모양있게 돌려 색스럽고 동그스름하게 만드러서 상에 올려 노앗다가 남비(병거지물)에 고기부스레기와 나물 남은 것을 넛코, 맑은 장국 처럼 끄리서 한참 끌커든 고기장어노앗든 것과 나물을 너허 잠간 익혀서 먹나니라.(미나리와 파를 못쳐서 언기도 하나니라)
	신선로	신선로	전유어 (1)	너비아니, 파, 미나리, 표고버섯, 목이버섯, 완자, 호두, 은행, 실백 (10)	간 전유어, 생선 전유어, 양 전유어, 너비아니, 파, 미나리, 지단을 부쳐서 준비 → 표고버섯, 목이버섯 볶아서 찢기 → 여러 가지를 가지런히 올리기 → 화통근쳐엔 완자올리기 → 알쌈, 호두, 은행, 실백 올리기	간 전유어와, 생선(생선은 ○○○○ 할 것) 전유어, 천엽 전유어, 양 전유어와, 너비아니와, 파 붓친 것과, 미나리 부친 것과, 계란 흰자와, 노른자위를 각각 얇게 붓친 것을 다 각각 골패짝만큼식 모양있게 써으러 넛코, 점복과 미(○○○)는 한잇흘동안 물에 불너 물에 오래동안 삶어가지고 얇게 접어서 우와 갖치 썰고, 표고와 버섯과, 목이를 더운 물에 한참 불너서 잘 씨슨 후, 기름에 복가서 전번과 갖치 썰고, 신선로 속에는 문져 이 우에 여러 가지를 썰고 남은 부스럭이를, 멋흐로 퍼서 담고 삶은 무를 골패짝갓치 써러 넛코, 고기를 써으러 가진 고명에 주물너 너은 후, 우에 만드러 노앗든 것을 색맛초아 모양있게 돌려 담고 화통근쳐로는 완자를 콩알 만큼식 만드러서 돌려 담고, 알쌈을 돌려 언고 호도 실한 것과, 은행 실한 것과, 실백을 조공식을 돌려 언나니, 호도는 끓는 물에 잠간 너허 껍질을 실하고, 은행은 기름에 잠간 복가 속껍질을 실하는 것인데(후략)

수 잔 지	수 잔 지	다 시 마 (1)	석이버섯, 표고버섯, 목이버섯, 황화채, 제육, 황, 백청 (7)	다시마 삶아 자르기 → 얇게 썰 살코기와 간장, 후춧가루, 깨소금과 파 익힌 것을 넣고 물 부어 끓이기 → 석이 다섯 개를 썰어 볶기 → 표고버섯, 목이버섯, 황화채를 불려서 볶기 → 채 썬 제육, 계란, 황, 백청과 다 같이 끓이기	다시마 길고 조흔 것으로 한 개를 정히 빨아서 물에 삶어가지고 기리 육푼 넓이 너푼이 되게 써러서 다시 솟헤 넛코 연한 살코기(기름기 조금도 업는 것)을 얇고 잘게 써른 것 한 보시기를 간장쳐서 호추가로를 조금치고 깨소금과 파 한 개를 익힌 것을 넛코 한참 쥬물려 다슴아 삶을 물을 부어 끄리고, 석이 다섯 개만 끝난 물에 빨아서 골패짜만큼씩 썰어 기름에 복근 것과 표고 두 개, 목이 다섯 개, 버섯 다섯 개, 황화채 한 접시들을 물에 불려 빨아서 골패짜만큼씩 썰어 기름에 복근 것과, 제육 채 썰은것 반 보시기와, 계란, 황, 백청을 얇게 붓쳐 골패짜만큼씩 썰은 것을 조금 너허 끄리나니라.
-------------	-------------	--------------------	--------------------------------------	--	--

『간편조선요리제법』에 기록된 탕, 국의 재료, 조리법이다. 탕, 국의 종류는 계국, 넙치국, 냉이국, 대구국, 도미국, 맑은장국, 메역국, 육개장, 민어국, 아욱국, 웨무릅국, 잡탕국, 조그국, 쇼개국, 준치국, 콩나물국, 토란국, 토장국, 파국, 골탕, 백숙, 닭죽, 초계탕, 승기약탕, 완자탕, 쥬포탕, 계탕, 족복기, 전골, 신선로, 수잔지가 나타나 있다. 총 31가지 음식이다. 웨무릅국은 특히 오이를 주재료로 다듬어 완자를 외속에 넣고 꼬챙이로 구멍을 막아 맑은장국에 고추장, 파, 버섯을 넣고 끓이며, 승기약탕은 송어를 주재료로 무, 숙주나물, 황화채, 미나리, 파를 채치고 송어를 다듬어 간장에 굽고 고기장을 넣고 끓인다고 설명되어 있다.

2. 찌개류

표 2. 『간편조선요리제법』에 기록된 찌개류의 종류와 재료

음식 종류	음식명		재료		조리	본문
	원문명	현대어명	주재료	부재료		
찌개	고초장찌	고추장찌	고추장 (1)	고기, 파 (3)	고추장 풀기 → 고기, 파, 기름 넣고 끓이기	고초장을 물 한 보시기에 수북히 한 숟가락만 푸러 푹박이에 담고, 고기와 파를 조금 익여 너은 후 기름을 치고 끄리나니라.

개	개				
두부찌개	두부찌개	두부 (1)	고추장, 두부, 고기, 파 (4)	두부 썰기 → 고추장 풀고, 두부, 고기, 파 넣고 끓이기	두부를 찌서서 얇고 조고만큼씩 썰으러 똑박이에 담고, 정한 속 뜨물에 고추장을 풀어 붓되 두부 한 채에 물 한 보시기에 고추장 한 숟가락을 풀어 붓고 기름기 고기를 썰으러 너흔 후 파를 썰으러 넛코 끄리나니라.
방어찌개	방어찌개	방어 (1)	고기, 두부, 파 (3)	방어를 씻어 토막내기 → 고기, 두부, 파와 물 조금 넣고 새우젓국에 끓이기	자반방어를 종일 물에 너허 올려 바리고 잘 찌서 토막을 쳐서 남비에 담고 고기와 두부와 파를 너흔 후 물을 조금 치고 새우젓국에 끄리나니라.
복어찌개	복어찌개	복어 (1)	두부, 파, 간장, 고추장 (4)	복어 불리기 → 두부, 파, 간장(고추장)에 기름, 물 넣고 끓이기	복어를 물에 불너서 토막을 쳐 똑박이에 담고 두부와 고기와 파를 썰으러 너은 후 간장이나 흑 고추장에 기름을 치고 물 붓고 끄리나니라.
알찌개	알찌개	계란 (1)	고기, 간장, 파 (3)	계란, 고기, 파 익혀서 넣기 → 간장(젓국)을 넣고 찌기	계란을 깨뜨려 알똑박이에 담고, 물을 알의 반쯤 치고 한참 석근 후에 고기와 파를 익어 넛코 간장이나 젓국을 쳐서 잘 잘 석거가지고 밥솥해 찌나니라.(알 한 개에 새우젓을 반숟가락 옥의다)
우거지찌개	우거지찌개	우거지 (1)	고기, 파, 된장 (3)	우거지 데치기 → 고기, 파에 기름 쳐서 주무르기 → 된장(고추장, 새우젓국)풀어서 체에 걸러서 끓이기	우거지를 문져 대처셔 물에 찌서 똑 싸가지고 대강 썰으러 남비에 담고 고기와 파를 썰으러 넛코 기름을 쳐서 쥬물는 후, 된장이나 고추장 혹은 새우젓국을 물에 풀어 채에 밧혀 붓고 끄리나니라.
옹어찌개	옹어찌개	옹어 (1)	고추장 (1)	옹어 잘게 썰기 → 고추장물에 붓고 끓이기	옹어 11)를 통으로 실갓치 잘게 썰으러 물에 고추장물에 붓고 끄리나니라.(고추장이나 ○○에 회를 쳐서도 먹나니라)
젓국찌	젓국찌	젓국 (1)	무, 고기, 파 (1)	무 썰어서 담기 → 고기, 파, 고추 잘게 썰어 넣기 → 기름,	무를 통으로 얇게 썰으러 남비에 담고, 고기와 파와 고초를 잘게 썰으러 함께 담은 후 기름과 젓국을 치고 한참 쥬물너 석근 후

	개	개		파, 고 추, 기 름 (5)	젓국치고 섞어서 물 붓고 끓이기	물을 조금 붓고 끄리나니라.
	조 기 찌 개	조 기 찌 개	조 기 (1)	고 추 장, 고 기, 파 (3)	생선 조기는 고추장 (젓국)에 찌기 → 자 반조기는 맹물에 끓 이기 → 조기 다듬 기 → 고기, 파 간 맞춰 끓이기	생선 조기는 고추장이나 젓국에 찌고 자반 조기는 맹물에 끄리나니, 먼저 조기를 정하 게 써서 비늘을 굵은 후 내장을 빼고 토막 을 쳐서 남비에 담고, 고기와 파 한뿌리를 써으러 넛코 간을 맞추어 물을 붓고 끄리나 니라.(생선 조기를 간장에 조려도 조으니라)

『간편조선요리제법』에 기록된 찌개류의 재료, 조리법이다. 종류는 9가지이며 고추장 찌개, 두부찌개, 방어찌개, 북어찌개, 알찌개, 우거지찌개, 웅어찌개, 젓국찌개, 조기찌개가 나타나 있다. 방어찌개는 방어를 주재료로 씻어 토막을 낸 후 고기, 두부, 파와 물을 넣고 새우젓국에 끓이며, 웅어찌개는 웅어를 주재료로 잘게 썰어 고추장물에 붓고 끓인다고 설명되어 있다.

3. 나물, 무침, 생채류

표 3. 『간편조선요리제법』에 기록된 나물, 무침, 생채류의 종류와 재료

음식 종류	음식명		재료		조리	본문
	원 문 명	현 대 어 명	주재료	부재료		
나 물	가 지 나 물	가 지 나 물	가지(1)	간 장 , 기 름 , 깨소금 (3)	가지를 씻어 밥 지을 때 쭈기 → 껍질 벗기고 씨 를 빼고 손으로 뜯어 간장, 기름, 깨소금 쳐서 무 치기	가지를 써서서 솥뚜게 안에 보자로 싸서 매달어 밥 끄릴 때에 잘 써가지 고, 식기 전에 껍질을 벗기고, 속에 씨를 다 ○인 후에 손으로 잘게 뜯어 서 간장과 기름과 깨소금과 ○○를 쳐서 못치나니라.
	고 비 나 물	고 비 나 물	고비(1)	간장, 기름, 깨소금, 파	고비를 불려서 데치기 → 간장 에 볶기 → 기름, 깨소금, 파를 넣	고비를 불려서 데쳐가지고 다시 한참 울려바린후, 한치기리식 잘너서 간장 에 볶가 가지고 기름과 깨소금과 파 넉인 것을 너허서 못치나니라.

11) 멸치과에 속하는 바닷물고기

			(4)	어 무치기	
도 랏 나 물	도 랏 나 물	도 랏(1)	꼬챙이, 고기, 파, 간장, 깨소금 (5)	도랏을 불려서 삶기 → 물에 담가 꼬챙이로 뜯기 → 고기, 파를 간장으로 볶기 → 기름과 깨소금 치기	도랏을 물에 너허 두어날동안 불려서 여러 번 빨아 가지고 살마셔 또 물에 담겨 하로쯔 올녀가지고 꽃챙이로 잘게 뜻어서 남비에 담고 고기와 파를 익여 넛코 간장을 조금 쳐서 복가가 지고 기름과 깨소곰을 쳐서 먹나니라.
무 나 물	무 나 물	무 (1)	고기, 간장, 생강, 기름, 깨소금, 고춧가 루 (6)	무를 채썰기 → 썰은 고기를 간장으로 간 맞추기 → 무가 익으면 생강, 기름을 섞기 → 깨소금, 고춧가루 뿌리기	무를 잘게 채치고 고기를 잘게 익여 솥에 넛코 물을 조금 친 후 간장을 간맞게 치고 불을 때어 무가 익거든 퍼내가지고 생강을 익여 늦고, 기름을 쳐서 잘 석겨 그릇에 담고 깨소곰과 고춧가루를 조금씩 뿌리나니라.
미 나 리 나 물	미 나 리 나 물	미 나 리 (1)	기름, 깨소금, 파, 고춧가 루 (4)	미나리를 씻어 소금에 절이기 → 기름에 볶기 → 깨소금, 파, 고춧가루를 섞기 → 깨소금 뿌리기	미나리를 정하게 다듬어서 씨셔가지고 한치기리식 씨으려 소곰에 잠간 져렸다가, 물을 꼭 싸바리고 기름에 복가서 깨소곰과 파 익인 것과 고춧가루를 너허서 잘 석겨서 접시에 담고 깨소곰을 그 우에 뿌려서 먹나니라.
숙 쥬 나 물	숙 쥬 나 물	숙 쥬(1)	소금, 파, 기름, 간장 (4)	숙쥬 데치기 → 소금, 파 익힌 것과 기름을 쳐서 무치기	숙쥬꼬리를 따고 정하게 씨셔서 솥에 넛코 물을 부은 후 불을 때어 잠간 대처가지고, 다시 물에 빨아서 그릇에 담고 소금과 ○○와 파 익인 것과 기름을 쳐서 붓치나니라.(간장과 기름에 못쳐서 무○ 씨으려 넛코 ○○○을 데쳐 넛코 날 김을 구어 부스려 ○○넛코 또 소금쳐서 못치기도 하나니라)
썩 갓 나 물	썩 갓 나 물	썩 갓(1)	간 장, 기 름, 파, 깨 소 금, 초 (5)	썩갓 데치기 → 썰어서 간장, 기름, 파 익힌 것, 깨소금, 초 넣고 무치기	썩갓을 잠간 대처서 물에 빨아 꼭 짜가지고, 대강 씨으려 간장과 기름과 파 익인 것과 깨소곰을 넛코 초를 조금 쳐서 못치나니라.
시 래 기 나 물	시 래 기 나 물	시 래 기 (1)	간 장, 기 름, 깨 소 금, 고 춧 가 루	시래기 삶아서 썰기 → 고명 넣고 간장, 물 넣고 볶기 → 기름, 깨소금, 고춧가루	시래기를 한참 살마내여 여러 번 물에 올려 바리고 정하게 언어 꼭 싸가지고 대강 씨으려 남비에 담고, 또 고기를 씨으려 고명에 쥬물러 넛코 간장과 물을 조금 치고 복가내어 기

			(4)	넣고 섞기	름을 만히 치고 깨소금과 고초가루를 쳐서 또 한참 석나니라.
외나물	외나물	외이(1)	고기, 파, 간장, 기름 (4)	외이 얇게 쓰기 → 고기, 파를 간장에 볶기 → 외이를 소금에 절이기 → 기름에 볶아 고명 올리기	언한 외를 꼭지는 잘나 바리고 얇게 써으러 남비에 담고 고기와 파를 익어 너흔 후 간장에 복나니, 혹 외를 잘게 써으러 채를 쳐서 소금에 잠간 저렷다가 물을 싸바리고 기름에 복가서 고명을 쳐서 먹기도 하나니라.
콩나물	콩나물	콩나물 (1)		콩나물을 씻어 끓이기 → 익으면 기름, 깨소금, 파, 고춧가루와 무치기	콩나물을 꼬리는 잘나바리고 정하게 써서서 대강 써으라 솟헤 넛코 물을 쥌곰 치고 장을 친 후 한참 끄려서, 익거든 피서 그릇에 담고 기름, 깨소금, 파닉인 것과, 고춧가루를 치고 못치나니, 혹 복글때에 고기를 익여넛코 하기도 하나니라.
풋나물	풋나물	봄나물 (1)	간장, 기름, 파, 깨소금 (4)	봄나물을 잠깐 데쳐내기 → 간장(고추장)을 치고 기름, 파 익힌 것, 깨소금을 쳐서 무치기	풋나물은 봄에 먹는 것이니 무엇이든지 몬저 잠간 데쳐내어 물에 빨어 꼭 싸가지고 간장이나 혹 고초장을 치고 기름과 파닉인 것과 깨소금을 쳐서 못치나니라.
호박나물	호박나물	호박오가리 (1)	간장, 기름, 깨소금, 파, 고춧가루, 새우젓국, 소금 (7)	호박오가리를 채쳐서 고기와 간장을 같이 볶기 → 기름, 깨소금, 파 익힌 것, 고춧가루 쳐서 무치기 → 호박을 얇게 썰어 고기와 새우젓국에 볶기 → 파 썰어서 소금에 절였다가 기름에 볶기	호박오가리를 물에 불너 채를 쳐서 솟헤 넛코 고기를 익어 너흔 후 간장에 복가서 기름, 깨소금, 파 닉인 것과 고초가루를 쳐서 못치나니라. 여릉메은 호박을 얇게 써으려서 고기를 익어 넛코 새우젓국에 복나니 파를 쥌곰 써으러넛코 소금에 잠간 저렷다가 물을 꼭 사바리고 기름에 복가서 고명을 치나니라.(호박오가리는 어호이를 아○○○○○○○○ 주엿다가 쓰나니라)
죽순채	죽순채	죽순 (1)	쇠고기, 표고, 석이, 고추, 파, 기름, 밀가루 (7)	죽순을 얇게 썰어 물에 담그기 → 쇠고기(생치)를 잘게 잘라 표고, 석이, 고추, 파로 양념하기 → 기름치고 밀가루 넣어 만들기	죽순을 얇게 써으러 믹쳐서 물에 담갓다가 쇠고기나 생치를 잘게 닉여서 너어도 후추며 표고 석이 고초 파로 약념하고 기름을 만히 치고 밀가루를 쥌곰 너어 맨드나니라.

	월과채	월과채	호박 (1)	황녹, 제육, 표고, 석이, 등불, 기름, 깨소금 (8)	호박을 얇게 썰어 황녹(제육), 표고, 석이, 등불을 넣어서 볶기 → 기름에 볶고 깨소금 뿌리기	호박이 어리고 연한 것을 얇게 써으러 황녹이나 제육을 잘게닉여 넋코파 표고 석이 등불을 너어서 복나니, 남비를 몬져 달우고 기름을 부어 복가내어 깨소곰을 뿌리고 ○○○을 돈 싹갓치무쳐 석거담나니라.
무침	잡채	잡채	숙주, 파, 미나리, 석이버섯, 목이버섯, 표고버섯, 해삼, 전복, 제육, 당면 (10)	배신당, 간장, 기름, 깨소금, 황화채, 계란, 황, 벉, 실고추, 잣 (11)	숙주를 데쳐서 건져놓기 → 파, 미나리를 썰어 소금에 절여서 기름에 볶기 → 석이 열조각을 손바닥으로 비벼서 볶기 → 표고버섯, 목이버섯, 황화채를 불에 불려 기름에 볶아 채치기 → 해삼, 전복 삶아서 얇게 채 치기 → 제육편육을 잘게 썰어 기름에 볶기 → 당면을 불려 삶기 → 썰어서 배, 신당, 진한 간장을 넣고 기름, 깨소금을 섞어 접시에 담기 → 황화채 볶고, 계란, 황, 벉을 얇게 부쳐서 채치기 → 실고추, 잣가루를 뿌리기	숙쥬를 네 대접가량을 대가리와 꼬리를 따고 씨서서 맹물에 잠간 데쳐 찻반에 건져 노아 물이 빠지게 해 넋코(중략) 석이 열조각쯤 끌는 물에 넋코 손바닥으로 싹싹 부벼서 멜어가지고 기름에 복근 것과 표고 다섯 개, 목이 열 개 황화채 한 접시 기랑늘을 물에 불리 빨어서 기름에 복가서 채친 것과, 해삼 두 개와 전복 한 개를 물에 두어 남불려서 삶어가지고 각각 얇게 집어서 잘게 채친 거과 재육편육을 잘게 채친 것 한 보시기와 연한 ○육을 잘게 썰어서 기름에 복근 것 한 보시기와 당면을 물에 불려 삶어서 찬물에 헤여가지고, 대강 썰은 것 한 대접과 배, 세 개 잘게 저친것과, 신당 두 종자와 진한 간장 한종자 반을 모도 다 함께 넋코, 기름과 깨소곰을 치고 한참 골고루 석거서 접시에 각각 담어넋코 황화채 복근 것을 조곰식 부리 담고 또 계란 황, 벉을 각각 얇게 붓쳐서 채친 것을 색맛쳐 뿌리고 실고추를 조곰 뿌리고 잣가루를 조곰 뿌리나니라.
	잡누르미				잡채와 만드는 법 동일	분량과 만드는 법은「잡채」에서 배효라
	김뭇침	김뭇침	김 (1)	간장, 기름, 깨소금	김에 퇴를 뜯어 불에 굽기 → 간장, 기름, 깨소	김을 정하게 퇴를 다 뜻어서 불에 구어 부스러트려 가지고 그릇에 담은 후 간장과 기름과 깨소곰과 고초가루

				고춧가루 (4)	금, 고춧가루를 쳐서 무치기	를 쳐서 못치나니라.
	대하 못침	대하 무침	대하 (1)	간장, 기름, 깨소금, 고춧가루, 후춧가루 (5)	대하 껍질을 벗기고 보자기에 싸서 방망이로 찡기 → 간장, 기름, 깨소금, 고춧가루, 후춧가루 쳐서 무치기	대하(큰 새우)를 몇 개던지 껍질을 벗기고 보자에 싸서 방망이로 찡여서 잘게 부스러트려 가지고 그릇에 담고 간장과, 기름과, 깨소금, 고춧가루와, 후춧가루를 쳐서 못치나니라.
	역메 못침			설탕, 기름 (2)	○○ 말아서 가위로 잘게 썰기 → 설탕을 조금 넣어서 기름에 볶기	쇼기 메역을 말은 채 가위로 잘게 썰어서 기름에 볶나니 볶글 때에 설탕을 조금 쳐서 볶나니라
	복어 못침	복어 무침	복어 (1)	간장, 기름, 깨소금, 고춧가루, 설탕 (5)	복어를 불려서 껍질을 벗기고 가위로 썰기 → 간장, 기름, 깨소금, 고춧가루, 설탕 넣고 무치기	복어를 물에 불려서 물을 뺀 후에 껍질을 벗기고 잘게 뜻어서 손으로 한참 부비여 부드럽게 해가지고 가위로 대강 썰으러 그릇에 담고 간장을 치고 한참 쭈물너서 기름, 깨소금, 고춧가루, 설탕을 치고 못치나니라.
생채	도라지 생채	도라지 생채	도라지 (1)	소금, 기름, 겨자 (3)	도라지를 불려서 채 썰기 → 소금에 절이기 → 기름에 볶아 겨자를 찍기	도라지를 슈일동안 물에 불려서 여러 번 빠러가지고 잘게 채를 쳐서 소금에 잠간 저릿다가 물을 꼭 짜바리고 기름에 볶아서 겨자를 찍어 먹나니라.(○○○○ 너어먹기도 하나니라)
	무쌍채	무생채	무 (1)	파, 고추, 간장, 기름, 깨소금, 설탕, 후춧가루 (7)	무를 채썰기 → 간장에 절이기 → 파, 고추를 채 썰어 간장, 기름, 깨소금, 탕, 추가루와 무치기	무를 잘게 채를 쳐서 간장에 잠간 저릿다가 간장을 꼭 짜바리고 그릇에 담은 후 파와 고추를 채를 쳐 넋코 간장, 기름, 깨소금, ○○, 설탕, 호춧가루를 조금 쳐서 못치나니라.

『간편조선요리제법』에 기록된 나물, 무침, 생채류의 종류 조리법이다. 종류는 22가지이며 가지나물, 고비나물, 도라지나물, 무나물, 미나리나물, 숙주나물, 썩갓나물, 시래기나물,

외나물, 콩나물, 풋나물, 호박나물, 죽순채, 월과채, 잡채, 잡누르미, 김못침, 대하못침, 역메 못침, 북어못침, 도랏생채, 무쌍채가 나타나 있다. 고비나물은 고비를 주재료로 간장에 볶아 기름, 깨소금, 파를 넣어 무친다고 설명되어 있다. 외나물은 특히 오이를 주재료로 언 오이의 꼭지는 잘라 버리고 얇게 썬 후 고기, 파를 간장에 볶은 후 오이를 소금에 절여 기름에 볶아 고명을 올려먹기도 한다고 설명되어 있다.

4. 조림류

표 4. 『간편조선요리제법』에 기록된 조림류의 종류와 재료

음식종류	음식명		재료		조리	본문
	원문명	현대어명	주재료	부재료		
조림	부어조림	붕어조림	붕어 (1)	간장 (1)	붕어 다듬기 → 간장에 조리기	붕어를 잘 써서 꼬리와 쥬등이 꺾만 잘너바리고, 남비에 담은 후 고기를 써으러 넛코 간장에 짹짹하게 조리나니라.
	무지짐이	무조림	무 (1)	북어, 콩나물, 고기, 파 (4)	무를 잘게 썰고, 북어를 불려서 다듬기 → 콩나물, 고기, 파, 물 붓고 간장 넣고 끓이기	무를 통으로 잘게 써으러 남비에 담고 북어를 불너서 빼와 가시를 빼고 토막을 쳐서 함께 담은 후 콩나물과 고기와 파를 써으러 넛코 물을 붓고 물을 붓고 간장으로 간을 맞쳐서 끄리나니라.
	북어조림	북어조림	북어 (1)	두부, 고기, 파, 고추 (4)	북어를 불려 토막내기 → 두부, 고기, 파, 고추를 썰어 넣고 간장에 졸이기	북어를 물에 불너 한 닷분기리식 토막쳐서 남비에 담고 두부, 고기, 파, 고초 이 여러가지를 써으러 너흔 후 간장에 조리나니라.
	약적이		무 (1)	간장, 고춧가루, 깨소금, 파 (4)	무를 도둑하게 썰기 → 간장, 고춧가루, 깨소금, 파 썰어 넣기 → 간장으로 간 맞추고 끓이기	무를 장앗지 가음 갓치 도둑 도둑하게 썰어서 간장, 고춧가루, 깨소금, 파를 썰어넛코 간을 맞초어서 물을 조곰치고 끄리나니라.
	우거지짐이	우거지조림	우거지 (1)	고기, 콩나물, 무, 고추장, 된장 (5)	우거지 데치기 → 우거지, 고기, 콩나물, 무를 썰어 넣기 → 고추장, 된장 풀어 끓이기	우거지를 데쳐서 물에 빨아 쪽 싸가지고, 대강 써으러 남비에 담은 후, 고기와 콩나물과 무를 써으러 넛코 고추장과 된장을 석거 풀어붓고 물을 조곰 친 후 끄리나니라.
	외지	오이	오이	고기, 고추장	오이를 얇게 썰기 → 썰은 고기를 고추장	외를 얇게 써으러 남비에 담고 고기를 써으러 너흔 후, 고초장으로 간을

짐이	조림	(1)	(3)	으로 간 맞춰 끓이기	맞춰 끄리나니라.
----	----	-----	-----	-------------	-----------

『간편조선요리제법』에 기록된 조림류의 재료, 조리법이다. 종류는 6가지이며 부어조림, 무 지지집이, 북어조림, 왁적이, 옥어지지집이, 외지집이가 나타나 있다. 왁적이는 무를 주재료로 도둑하게 썰어 간장, 고춧가루, 깨소금, 파를 썰어 간장으로 간을 맞추고 끓이며, 외지집이는 오이를 주재료로 오이를 얇게 썰어 썰은 고기를 고추장으로 간 맞춰 끓인다고 설명되어 있다.

5. 전류

표 5. 『간편조선요리제법』에 기록된 전류의 종류와 재료

음식종류	음식명		재료		조리	본문
	원문명	현대어명	주재료	부재료		
전	간전유어		간 (1)	소금, 밀가루, 계란 흰자, 기름 (4)	간을 씻어 갈아 채에 퍼기 → 소금, 밀가루, 계란 흰자 묻혀 기름에 지지기	간을 정하게 씨스 후 극히 얇게 접어서 채반 갖흔 대 퍼 늦코 소금을 조금 뿌려 잠간 두엇다가 밀가루를 못치고 계란 흰자위를 씨워 기름에 지지나니라
	등골전유어		등골 (1)	소금, 밀가루, 계란, 기름 (4)	등골을 씻어 소금쳐두기 → 껍질을 벗기고 반을 벌려 한치씩 썰기 → 밀가루, 계란 묻혀 기름에 지지기	등골을 정하게 씨스 후 소금을 조금 쳐서 잠간 두엇다가 꽃챙이로 껍질을 벗기고 반에 쪼개여 벌리가지고(○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○) 한치기 리식 씨으러 밀가루를 못치고 계란을 푸러 못쳐서 기름에 지지나니라
	양전유어		양 (1)	소금, 밀가루, 계란, 기름 (4)	양을 씻어서 갈아 한장씩 퍼서 소금뿌리고 삶기 → 채반에 퍼 밀가루에 계란풀어 묻혀서 기름에 지지기	양을 물에 녀코 한참 쥬물너 씨서서 알게 첨여가지고 칼로 조금식 가만가만 깃발 익여서(점인 것을 한장식 퍼늦코 소곰에 ○○ 익여서 삶어서도 여어 지지 안도록 할 것) 채반에 퍼늦코 소곰을 조금 뿌리고 말은 밀가루를 못쳐서 계란을 풀어 못쳐가지고 기름에 지지나니라.
	쪼개		큰 쪼	밀가루,	쪼개 살을 거내 톱을 버리고 두조각으로 썰	두멍쪼개(큰쪼개)를 쪼개고 살을 끄내서 검은 빗잇는 톱은 어여 바리고, 칼

전유어	개 (1)	계란, 기름 (3)	기 → 밀가루, 계란 씌워 기름에 지지기	로 둘에 점이되 두조각이 서로 썬러지 지안개 점여서 별려가지고 밀가루를 못치고 계란을 씌워서 기름에 지지나 니라.
천엽전유어	천엽 (1)	천엽 잎사귀, 소금, 밀가루, 계란, 기름 (5)	천엽을 천엽 잎사귀에 얹어 도마에 퍼서 잠간 익히기 → 소금 뿌리고 밀가루, 계란 씌워 기름에 지지기	천엽을 잘 썬서서 천엽 잎사귀를 각각 에여서 도마에 퍼눅코 칼로 잠간 익여서(이것도 것만 익일 것) 어여가지고 소금을 쵸끔 뿌린 후 밀가루를 못치고 계란을 씌워서 기름에 지지나니라
감자전유어	감자 (1)	고기, 기름, 깨소금, 간장, 후춧가루, 파 (6)	감자 껍질을 벗겨 짓이기 → 고기를 익혀서 넣고, 기름, 깨소금, 간장, 후춧가루, 파 익힌 것 넣고 계란 씌워서 지지기	감자는 껍질을 벗겨서 경그대를 눅코 잘 썬서 죽닉여서 덩이가 업시 하여가지고, 고기를 잘 익여서 넛코 기름, 깨소금, 간장, 후춧가루, 파 익인 것을 넛코 잘 석거서 계란을 씌워서 지지놓 나니라. 혹 쉽게 하려면 삶어서 익인 데다가 계란을 너허서 반죽을 허어 지지도 조흐니라.
호박전유어	애호박 (1)	밀가루, 계란, 기름 (3)	애호박을 등글지않게 썰기 → 밀가루, 계란 씌워 기름에 지지기	애호박 속들지 아니한 것으로 등근치 안케 썬으려 밀가루를 못치고 계란을 씌워서 기름에 지지나니라.
생선전유어	생선 (1)	소금, 밀가루, 계란, 기름 (4)	생선을 비늘을 벗기고 가시들지 않게 얇게 저미기 → 소금 약간, 밀가루는 한쪽에만 문혀 계란 씌워 지지기	생선전유어는 아모 생선으로던지 하는 것이니, 대개, 대구, 송어, 도미, 비웃, 이 외에 여러 가지 생선을 정하게 썬고, 비늘을 다 굽어서 깨끗하게 하여가지고 가시들지 아니하도록 얇게 점여서, 소금을 약간 뿌려 밀가루를 한쪽에 만 못치고 계란을 잘 풀어서 씌워서 기름 남비에 지지나니라.
초대	미나리, 파 (2)	밀가루 (1)	밀가루를 묽게 개어서 미나리, 파를 썰어 넣기 → 냄비에 지지기	초대는 미나리와 파로 만드는 거시니, 밀전병 부치듯이 밀가루를 묽게 개어서 미나리와 파를 한치기리식 잘너서 각각 너허가지고 지짐질 남비에 지지는 것이니 파로 한 것은 파초대라 하고, 미나리로 한 것은 미나리 초대라 하나니라.

『간편조선요리제법』에 기록된 전류의 재료, 조리법이다. 종류는 9가지이며 간전유어, 등골전유어, 양전유어, 쯔개전유어, 천엽전유어, 감자전유어, 호박전유어, 생선전유어, 초대가 나타나 있다. 간전유어는 간을 주재료로 씻어 갈아 채에 퍼서 소금, 밀가루, 계란 흰자를 묻혀 기름에 지지며, 초대는 미나리, 파를 주재료로 밀가루를 묻게 개어서 주재료를 넣고 냄비에 지진다고 설명되어 있다.

6. 산적류

표 6. 『간편조선요리제법』에 기록된 산적류의 종류와 재료

음식 종류	음식명		재료		조리	본문
	원문명	현대어명	주재료	부재료		
산적	너비아니	너비아니	고기 (1)	깨소금 (1)	고기를 얇게 저며 섞어 펴놓기 → 깨소금을 치고 술에 구워 네모로 썰어 먹기	연하고 조흔고기(등심이나 안심살이나 혹 ○○살)을 잘 써서서 얇게 접여서 그릇에 담고 한참 쪄물너 석근 후 고기 조각을 다시 펴 늦코 깨소금을 치고 ○○○에 노아 숯돌에 구어내여 네모지게 썰어 먹나니라.
	누름적		연한고기 (1)	도랏, 박오가리, 기름, 간장, 깨소금, 후춧가루, 파 (7)	연한 고기를 독에서 꺼내 두치씩 썰고, 파, 도랏, 박오가리 썰기 → 기름, 간장, 깨소금, 후춧가루, 파 익은 것을 섞기 → 꼬치에 한가지씩 꽂기 → 밀가루, 계란 씌워서 기름에 지지기	연한 고기를 잘 써서서 두어푼 독에서 집어가지고 넓이 두 푼 기리 두 치식 되에 썰어 늦코, 파도 두 치 기리식 자르고, 도랏을 두어 날 동안 불녀서 잠간 삶어 가지고 물에 올려서 고기처럼 써올고, 박오가리도 갖흔 모양으로 써으러 이 여러 가지를 다 함기 담은 후 기름, 간장, 깨소금, 후춧가루, 파 익인 것을 늦코 한참 쪄물는 후에 꽃챙이에 여러가지를 한가지식 꺾드려 색맛추어 ○여가지고 도마에 늦코 칼로 조곰식 익여서 밀가루를 못치고 계란을 씌워서 기름에 지지나니라.
	산적	산적	연한고기 (1)	기름, 간장, 깨소금, 후춧가루 (4)	고기를 얇게 저며 두치씩 썰기 → 기름, 간장, 깨소금, 후춧가루 치고 섞기 → 꼬챙이에 모양맞춰 꽂기 → 기름, 깨소금 치고 석쇠에 굽기	연한 고기를 얇게 접여서 두푼 넓이와 두치 기리식 써으러 기름, 간장, 깨소금, 후춧가루를 치고, 잘 쪄물는 후 꽃챙이에 꿰이고 좌우엽을 칼로 모양있게 잘너바린 후 또 잠간 칼로 것만 익여서 기름과 깨소금을 치고 석쇠에 노아 숯불에 굽나니라
	섭	섭	연	간장,	고기를 잘게 자르기 →	연한 고기를 잘게 익여서 간장, 기름,

산적	산적	한고기 (1)	기름, 깨소금, 후춧가루, 파 (5)	간장, 기름, 깨소금, 후춧가루, 파 익힌 것을 섞기 → 얇게 펴서 기름, 깨소금 치고 굽기	깨소금, 후춧가루, 파, 익힌 것을 넉코 한참 주물너서 얇게 반데기를 만드려 기름과 깨소금을 치고 굽나니라.	
장산적		연한고기 (1)	연한고기 (1)	간장, 설탕 (2)	고기를 여러 가지 고명에 주물러 얇게 펴 석쇠에 굽기 → 썰어서 간장, 설탕 넣고 끓이기	섭산적과 꼭 갖치 고기를 익여서 가진 고명에 주물너가지고 얇판하게 판대기를 만드려 석쇠에 잘 구어서, 골패짝만 큼식 반듯 반듯 하게 써으려서 진한 간장을 붓고 설탕을 만히 넉코 잘 끄려서 접시에 다가 모양있게 담는것이니라.(나쥔 밥산과 곁드려 늦기도 하나니라)
잡산적		연한살코기, 파, 염통천엽 (3)	연한살코기, 파, 염통천엽 (3)	간장, 후춧가루, 깨소금, 기름 (5)	살코기, 염통천엽을 한 치씩 썰기 → 간장, 후춧가루, 파 익힌 것, 깨소금, 기름 넣고 섞기 → 꼬치에 꿰어 깨문혀 간장넣어 굽기	연한 살코기와 염통천엽(천엽은 껍질 벗겨서 함)을 한치기리씩 썰어서 간장 후춧가루 파 익힌 것 깨소금 기름을 넉코 잘 석겨서 꼬챙이에 꿰여서 도마에 늦코 거죽만 약간 익여, 깨를 복가져 (깨를 ○○○○○○ 것이라) 못쳐가지고 가장자리를 암전하게 비여서 구어 먹나니, 일본 간장으로 하면 더욱 죠흐니라.
사슬적		생선 (1)	생선 (1)	간장, 고명, 깨소금 (3)	생선을 채 썰어 꼬치에 꿰기 → 고기를 익혀 간장, 고명 섞어 고기와 부치기 → 깨소금 뿌려 굽기	생선을 어채 만큼식 써을어서 꼬챙이에 꿰어 늦코 고기를 닉여서, 진한 간장을 치고 여러 가지 고명을 넉코 잘 석겨서 꼬챙이에 꿰인 고기 한편 에다가 펴 붓치고 암전하게 만드려서 깨소금을 뿌려서 구어 먹나니라.

『간편조선요리제법』에 기록된 산적류의 재료, 조리법이다. 종류는 7가지이며 너비아니, 누름적, 산적, 섭산적, 장산적, 잡산적, 사슬적이 나타나 있다. 누름적은 연한고기를 주재료로 사용하는데 파, 도랏, 박오가리를 썰어 기름, 간장, 깨소금, 후춧가루, 파 익은 것을 섞어 꼬치에 꽂아 지지며, 사슬적은 특히 생선을 주재료로 고기를 익혀 간장, 고명 섞어 고기와 부치고 깨소금을 뿌려 굽는다고 설명되어 있다.

7. 찜류

표 7. 『간편조선요리제법』에 기록된 찜류의 종류와 재료

음식종류	음식명		재료		조리	본문
	원문명	현대어명	주재료	부재료		
찜	가리찜	가리찜	가리 (1)	곰국거리, 파, 마늘, 간장, 기름, 깨소금, 후춧가루, 미나리, 표고, 석이버섯 (10)	가리를 토막내어 솥에 곰국거리와 함께 고우기 → 건져서 잘게 썰기 → 파, 마늘 익히고 간장, 기름, 깨소금, 후춧가루 넣고, 미나리 부친 것, 표고, 석이버섯을 채쳐 넣어 섞기 → 고기 삶은 물에 볶아 합에 차례로 담기	가리를 각각 때어서 한치거리씩 토막을 쳐서 솥에 넉코 양, 곤자손이, 홀데기, 부화, 창자 등 곰국거리를 함께 넉코 물만 붓고 불을 때어 오래동안 고와가지고, 건져내어 가리는 그냥 두고 다른 것들은 잘게 써으러 그릇에 담고, 파와 마늘을 익여 넉코 잔장, 기름, 깨소금, 후춧가루 등 각색 고명을 간맛추어치고 또 미나리 부친 것과, 표고 버섯, 석이들, 채쳐넉코 이거슬 부스러지지안케 손으로 슬슬 석거가지고 솥에 다시 너흔 후, 고기 삶은 물을 조금 치고 불을 때여 잠간 복가셔 합에 담고(후략)
	송어찜	송어찜	송어 (1)	간장, 기름, 깨소금, 후춧가루, 밀가루, 간장, 석이, 표고, 미나리, 파 (10)	살코기를 잘게 썰어 간장, 기름, 깨소금, 후춧가루 넣고 주무르기 → 밀가루, 간장넣고 석이, 표고, 물에 불려 넣기 → 송어, 미나리, 파, 알고명, 석이, 표고를 차례로 올리기	연한 살코기 한 근을 심줄발니고 잘게 익어서 간장, 기름, 깨소금, 호춧가루 들을 조금씩 치고 한참 쥘물너셔 남비에 담고 물을 조금 치고, 밀가루 한 숟가락만 물에 풀어 체에 맞혀붓고 간장 치고, 석이 다섯조각, 표고 두 개, 버섯 다섯 개를 물에 불려 빨아서 골패짜만큼씩 썰어 넉코 휘저어 한참 끄리다가, 송어 한 마리(비늘과 내장을 다 ○ 정히 써서)를 한치 닷분 기리식 토막을 쳐서 넉코 오래 끄리 빼가 물으르도록 익혀가지고 합에 담은 후(후략)
	붕어찜	붕어찜	붕어 (1)	녹말, 기름장, 밀가루, 계란 (4)	붕어의 비늘, 내장을 없애기 → 붕어 입속에 녹말 씨워 실로 묶기 → 기름장에 끓이기 → 밀가루를 물에 풀어 계란 풀기	굵은 붕어를 비늘을 긁고 돌을 다셔 배를 비고 또 내장을 업시 한 후 만두속처럼 맨드러 속에 넉코 조흔 초를 두어 솥 치고 붕어 입속에 반반 한 조각을 넉코 녹말을 씨워 실로 동여 노구에 물을 조금 붓고, 기름장에 끓이다가 밀가루를 조금 물에 풀어 붓고 계란을 풀지니라.
	계찜	계찜	계 (1)	맑은장국, 계란	닭계의 발을 자르고 배, 똥집, 내장을 꺼내기 → 완자를 계	계를 순노징하게 써셔서 발은 깨끗이 한마대식 잘너바리고 배딱지를 때고 배와 똥집을 씨바리고 계장은 굵어

			(2)	<p>딱지 속에 넣고, 장, 계란 푼 것을 차례로 바르기 → 맑은 장국에 끓이기 → 계란 황백청을 부어 채를 쳐 뿌리기</p>	<p>내여 그릇에 담어 늦코 완자 가음을 만드려 계딱지 속에다가 늦코 그 우에는 계 속에서 끄내 노앗던 계장을 퍼담고 또 그 우에 계란 푼 것을 발녀셔 알는 말은 장국에(꼭 물은 조금할 것) 가만이 너혀서 더 끄리셔 그릇에 퍼 늦코 계란 황백청을 붓혀서 채를 쳐 뿌리나니라.</p>
송이 찜	송이 찜	송이 (1)	<p>고기, 두부, 계란, 기름, 맑은장국, 표고, 석이, 후춧가루, 잣가루 (9)</p>	<p>송이 껍질을 벗겨 얇게 저미기 → 고기, 두부로 완자 만들어 송이로 감싸기 → 계란 푼 것을 묻혀 기름에 지지기 → 맑은 장국에 끓이기 → 표고, 석이버섯을 볶아 계란과 채쳐서 엇기 → 후춧가루, 잣가루 뿌리기</p>	<p>송이를 잘 찌서서 칼노 것껍질을 살살 긁어 벗기고 얇게 점여 늦코 고기와 두부로 완자 거리를 만드려서 송이 점인 것을 한조각 퍼 늦코 완자 가음을 송이에 납작하게 퍼서 늦코, 또다른 송이 점인 조각으로 덮혀서 별가로를 칠하고, 계란 푼 것을 못쳐서 기름에 지지서 맑은 장국에다가(꼭 물을 조금만 할 것) 너혀서 또 다시 끄리셔 그릇에 담고 버섯, 표고, 석이를 잘 불녀 찌서서 골패짝 모양으로 썰어가지 그 기름에 복가서 언고 계란 붓친 것을 채쳐서 언고, 후추 가로와 잣가로를 뿌리나니라.</p>
웨 무름		웨 (1)	<p>고기, 닭, 고추장, 두부, 황백청 (5)</p>	<p>웨의 대가리, 껍질, 속 제거 → 고기, 닭을 잘게 잘라 고추장, 두부 섞어 웨 속에 넣어 꼬치로 고정 시키기 → 고기국에 고추장을 풀어 끓이기 → 황백청 문힌 것을 썰어 뿌리기</p>	<p>큰 웨를 대가리 잘오고 껍질을 벗겨서, 속은 젓가락 갖흔 것으로 파내고, 고기나 닭을 잘게 익여서 고초장을 조금 늦코, 두부를 물 업시 꼭 짜서 늦코 잘 석겨서 껍 속에다 늦코, 꼭지도 마개를 하여 막고 빠지지 안케 꼬챙이로 빗장을 찢러 노앗다가 고기국을 고초장을 조금 풀고 끄리다가(중략) 대접에 담고 RP란 황백청 못친 것을 골패짝만큼식 썬서 뿌리나니라.</p>
계 중		닭 (1)	<p>밀가루, 간장, 깨소금, 파, 계란, 황백청, 석이, 목이버섯 (8)</p>	<p>닭의 내장, 발을 제거하고 삶아서 썰기 → 밀가루를 물에 풀어 간장, 깨소금, 파 넣고 끓이기 → 삶은 닭고기위에 계란, 황백청을 부쳐 채썰어 뿌리고 석이, 목이버섯도 볶아 채 썰어 뿌리기</p>	<p>닭을 잡아 거두절미하고 내장 빼고 정히 찌서 발을 잘르고 오래동안 삶어내어 내개로 썰어늦코 밀가루 두 종자쯤을 한사발 물에 풀어 간장과 깨소금을 조금식 치고 파 한 개를 익여 늦코 끄리셔 삶은 닭고기를 여긔 돌녀내여(결석한 어음 ○○○○ 고기에 넉히게 하야) 접시에 담어늦코, 계란 황백청을 각각 얇게 붓쳐 잘게 채를 썰어 뿌리고, 또 석이를 다섯조각쯤 물에 불려, 끝난 물에 빨어 채를 쳐서 기름에</p>

						복고 목이와 버섯도 열 개식만 물에 불려 더운물에 빨아서 잘게 썰어 기름에 복가 색스럽게 뿌리나니라.
--	--	--	--	--	--	--

『간편조선요리제법』에 기록된 찜류의 재료, 조리법이다. 종류는 7가지이며 가리찜, 승어찜, 부어찜, 계찜, 송이찜, 웨무름, 계중이 나타나 있다. 웨무름은 웨를 주재료로 대가리, 껍질, 속을 제거하고 고기, 닭을 잘게 잘라 고추장, 두부를 섞어 웨 속에 넣어 꼬치로 고정시켜 고기국에 고추장을 풀어 끓이고 황백청을 문힌 것을 썰어 뿌린다고 설명되어 있다. 그리고 계중은 닭을 주재료로 내장, 발을 제거하고 삶아서 썰고 밀가루, 간장, 깨소금, 파, 계란, 황백청, 석이, 목이를 부재료로 마지막에 황백청, 석이, 목이를 뿌린다고 나타나 있다.

8. 다식, 정관류

표 8. 『간편조선요리제법』에 기록된 다식, 정관류의 종류와 재료

음식종류	음식명		재료		조리	본문
	원문명	현대어명	주재료	부재료		
다식	흑임자다식	흑임자다식	흑임자 (1)	절구 (1)	흑임자를 볶아 절구에 넣고 찧기 → 데쳐서 다시 절구에 넣고 찧기 → 기름이 나오면 다식판에 박기	흑임자를 복가가지고 절구에 넛코 써어서 도듬이 데쳐서 ○○ 반죽을 ○○ ○○ 또 절구에 넛코 다시 오래 써은 후, 기름이 만히 나거던 툇 싸바리고 다식판에 박나니라.(양이 없으면 ○○ ○녹여서 하○○ 조호니라.)
	녹말다식	녹말다식	녹말 (1)	오미자국, 분홍가루 (2)	녹말을 방망이로 으깨고 체에 치기 → 오미자국에 분홍가루 넣고 반죽 → 섞어서 다식판에 박기	녹말을 그릇에 담고 방망이로 으개서 가루를 만드러가지고 체에 쳐서 오미자국에 분홍가루를 조금 넛코, 가루를 반죽하여 손으로 부비여 잘 석겨서 꿀에 반죽하여 다식판에 박어내는 것이니라.(덩어리가 되도록 반죽을 하면 못쓰나니, 바슬바슬하게 하라)
	밤다식	밤다식	황률 (1)	꿀 (1)	황률이 눅눅하면 씻고, 마른 것은 물 문혀 절구에 찧기 → 체에 치기 → 꿀에 반죽해서 다식판에 박기	황률을 가지고 하는 것인데 황률이 눅눅하면 그냥 씻고 너무 말는 것은 잠간 물을 못쳐서 절구에 넛코 써여 체에 쳐가지고 꿀에 반죽하여 다식판에 박어내나니라.
	송화다	송화다	송화가	꿀 (1)	송화가루를 꿀에 반죽 → 다식판에 박기	송화가루를 꿀에 반죽하여 다식판에 박어내나니라.

	식	식	루 (1)			
	신검초다식	신검초다식	신검초 (1)	밀가루, 콩가루, 계피가루, 꿀 (4)	신검초를 체에 치기 → 밀가루, 계피가루 섞어 꿀에 반죽 → 다식판에 박기	신검초를 가는 체에 쳐서 밀가루나 흑콩가루를 조금 섞고, 또 계피가루를 섞어 꿀에 반죽하여 다식판에 박어내 나니라.
	콩다식	콩다식	콩 (1)	꿀 (1)	콩을 볶아 가루내기 → 꿀에 반죽 → 다식판에 박기	콩을 볶아서 가루를 곱게 만드러가지고, 꿀에 반죽하여 다식판에 박어내 나니라.
	용안육다식	용안육다식	용안육 (1)	설탕 (1)	용안육을 ○○○ → 설탕물에 반죽 → 다식판에 박기	용안육을 짓서 설탕물에 반죽하여 다식판에 박나니라.
정 과 류	꿀정과	꿀정과	꿀 (1)	꿀 (1)	꿀 껍질 벗기기 → 속을 꿀에 재어놓기	꿀을 것껍질과 속껍질을 벗기고 살만 꿀이나 설탕에 재엿다가 쓰나니라.
	녹말편	녹말편	녹말 (1)	오미자 국물, 꿀, 분홍가루 (3)	녹말을 물에 풀어 끓이기 → 오미자 국물, 꿀, 분홍가루를 넣어 끓이기 → 접시에 퍼서 굳히기 → 썰기	녹말을 물에 풀리서 끄리 가지고(녹말 가로가 한물보이면 물은 네 ○○ 붓으) 오미자 국물과 꿀을 치고, 혹은 빛고흔 분홍(먹는 물스감으로하라) 가로를 조금 너혀서 잠간 더 끄려 접시에 조금만 퍼서 얇게 굿쳐(중략) 넓은 그릇에 퍼서 닷분 독계 쯤 되게 굿쳐 가지고 납작납작 하게 썰어서 접시에 담나니라.
	앵도편	앵도편	앵두 (1)	녹말 (1)	앵두를 체에 걸러 끓이기 → 녹말을 찬물에 풀어 조금 타서 다시 끓이기 → 접시에 퍼서 식히기	앵도를 체에 걸너 새옹에 끄리서 영길만 하도록 하여 녹말을 찬물에 푸러서 조금 타 가지고 다시 끄리서 접시에 떠보아 알맞게 굿거던 퍼서 식혀 쓰나니라.(복분자(딸기) 편파, 살구편, 과벗지편도 이 법대로 하나니라.)
	모과편	모과편	모과 (1)	녹말 (1)	모과를 삶기 → 녹말을 되게 개기 → ○○○	조흔 모과를 살마 건너 앵도편과 갖치 하되 녹말을 되게 개여서 어리도록 하게 할 것이니라.
	향설고		○ ○	후추, 생강 (2)	○○꺄질을 벗겨 후추 뿌리기 → 생강 넣어 끓이기	식고 단단한 ○○○ 꺄질을 벗겨 후추를 박고 ○○을 타서 노구에 붓고 생강을 겹여 너어 만화로 끄리면 맛이 달되 배가 만일 식지 안커든 오미자를 조금 치면 조흐며(후략)

인삼정과	인삼정과	인삼(1)	꿀(1)	인삼을 불려 삶기 → 물에 담아 두기 → 찼어서 꿀에 졸이기	인삼을 불려서 삶머가지고 오래스동안 물에 담이 올려 바린 후, 독게는 한푼, 넓이는 서푼, 기리는 한치식 되게 씨으러서 꿀이나 설탕물에 조리나니라.
들죽정과	들죽정과	들죽(1)	꿀(1)	들죽을 씻기 → 꿀에 잠간 졸이기	들죽을 물에 씨셔가지고 꿀에 잠간 조리나니라.(들죽업어)
련근정과	련근정과	련근(1)	설탕(1)	련근 불려놓기 → 삶아서 설탕물에 졸이기	련근을 두어날동안 물에 불려서 삶어가지고 설탕물에 조리나니라.
모과정과	모과정과	모과(1)	꿀, 설탕(2)	모과를 찼어 삶기 → 꿀에 졸이기	모과를 한푼 돕게 서푼 넓이, 한치 기리식, 씨으러서 물에 삶어낸 후 꿀물이나 설탕물에 조리나니라라.
맥문동정과	맥문동정과	맥문동(1)	설탕(1)	맥문동 설탕물에 졸이기	맥문동을 그대로 설탕물에 조리나니라.
생강정과	생강정과	생강(1)	설탕(1)	생강껍질을 벗겨 삶기 → 새 물에 다시 끓여 꺼내기 → 설탕물에 졸이기	생을 껍질을 벗기고 얇게 집여서 물에 삶어 매운 물을 따르고, 새 물을 붓고 다시 끄러 또 물을 따른 후 설탕물에 조리나니라.
유자정과	유자정과	유자(1)	무, 초, 설탕(3)	유자 껍질, 무를 찼어서 말리기 → 유자에 초, 설탕을 치고 땅에 묻기 → 한 두달 삭이기	유자 껍질을 납작 납작하게 씨우고 무는 생킨모양대로 얇게만 쓰으러서 삼사일간 말녀셔 유자를 한켜 뇨코 당것(초)을 조금 치고 설탕을 뿌리고 이갓치 어러기를 하여셔 땅에 못엇다가 한두달 삭 후에 먹으면 조흐니라.
솔잣		청솔(1)	실백(1)	청솔 잎에 실백을 넣기 → 과일과 담기	실백은 윈이로 청솔입에 너어서 접시에 모양잇게 둘러담어서 과일 접시와 갓치 상에 뇨나니라
청매정과	청매정과	청매(1)	꿀(1)	청매당을 꿀물에 끓이기	청매당을 꿀물을 끌리다가 잠간 잠겨내나니라.
행인정과	행인정과	행인(1)	꿀(1)	행인을 끓는 물에 넣어 껍질벗기기 → 꿀물에 졸이기	행인을(○○ 조흐니라) 끓는 물에 너허 껍질을 벗기고 꿀물에 조리나니라.

쪽 정 과	산 사 (1)	백 청 (1)	산사의 씨를 없애고 데 치기 → 물을 버리고 백 청을 부어두기	굵은 산사(○○) 물 쪽외에 씨 업시하 야 물에 대처서 물은 따라바리고 백청 을 부어두면 오래 두어도 빛과 맛이 여전하니라.
-------------	---------------	---------------	--	--

『간편조선요리제법』에 기록된 다식, 정과류의 재료, 조리법이다. 종류는 23가지이며 흑임자다식, 녹말다식, 밤다식, 송화다식, 신검초다식, 콩다식, 용안육다식, 굴정과, 녹말편, 앵도편, 모과편, 향설고, 인삼정과, 들죽정과, 런근정과, 모과정과, 맥문동정과, 생강정과, 유아정과, 솔жат, 청매정과, 행인정과, 쪽정과가 나타나 있다. 용안육다식은 용안육을 주재료로 곱게 가루내어 설탕물에 반죽을 하고 다식판에 박는다고 나타나 있다. 맥문동정과는 맥문동을 주재료로 설탕물에 졸이는 것이고 쪽정과는 산사를 주재료로 특히 씨를 제거하여 데치고 물을 버려 백청에 부어둔다고 설명되어 있다.

9. 밥, 죽류

표 9. 『간편조선요리제법』에 기록된 밥, 죽류의 종류와 재료

음 식 종 류	음식명		재료		조리	본문
	원 문 명	현 대 어 명	주 재 료	부재료		
밥	별 밥		밤 (1)	대추, 검정콩, 찹쌀 (3)	대추의 씨를 빼고, 밤의 껍질을 벗기기 → 찹쌀, 검정콩을 씻어 함께 담아 밥 짓기	대초를 물에 씨서 씨를 때고 물에 쌀애 눅코, 밤을 껍질을 벗기고 둘에 싸리어 노은 후, 찹쌀이나 조흔 햇쌀을 소용될 만치 씨서 함께 담고, 또 검정콩을 즈 물 씨너넛코 잘 석근 후, 밥을 짓나니 (후략)
	보 리 밥	보 리 밥	보 리 (1)		씻은 보리를 끓이기 → 물을 조금 뿌려 뜸들이기	보리를 잘 씨서 솥에 넛코 물을 맞추어 부은 후 뚝계를 덮고 불을 때어 끄리다 가 한참 끌커든 불은 꺾치고 잠간 잇다 가 다시 물을 쥌곰 뿌리고 잠간 더 쓰 려셔 뜸을 드려 푸나니, 이는 순보리로 만 하는 것이오(후략)
	부 빔 밥	비 빔 밥	쌀 (1)	무, 콩, 숙주, 도라지, 미나리, 고사리, 누루디, 산시,	무나물, 콩나물, 숙 주나물, 도라지나물, 미나리나물, 고사리 나물을 만들기 → 누 루디, 산시, 전유어 로 비비기 → 누루	몬져 밥을 되직하게 지어 큼직한 그릇 에 퍼 눅코, 무나물 콩나물, 숙쥬나물 도랏나물, 미나리나물, 고사리나물들을 만드려서 몬져 무나물과 콩나물을 솥에 넛코 그 우에 밥을 또 다녀흔 후 불을 쥌곰식 때여 더웁게 하고 누루디와, 산 시과, 전유어로 슬슬져어 부벼셔 각각

			전유어, 튀각, 팽란, 고춧가루, 깨소금 (13)	무 산적 전유어, 튀각, 팽란, 알고명을 썰어서 엮기 → 고춧가루, 깨소금 뿌리기	쥬발에 퍼담은 후에 누루미 산적 전유어를 잘게 쓰으러 가장자리로 돌린연고 또 그 우에 튀각을 부스르트리코 팽란을 잘게 쓰으러 언진 후 알고명을 잘게 쓰으러연고 고춧가루와 깨소금을 뿌리 놓나니라.
약밥	약밥	찰쌀 (1)	대추, 꿀, 기름, 설탕 (4)	찰쌀을 불려 시루에 안치기 → 생률, 대추를 채 쳐서 넣고, 기름, 꿀 넣고 섞기 → 시루 바닥에 설탕을 깔고 찌기	찰쌀을 씨서 불려가지고 시루에 안쳐서 제밥을 씨서 쏘다눓코 식기전에 생률을 채치고 혹 더러는 굵게 쓰으러넛코 또 대초는 씨를 빼고 채를 쳐 너은 후 기름과 꿀을 치고 한참 석거셔 이것을 다시 시루에 안치고 완화로 오래동안 씨나니, (중략)시루 바닥에 가랑닙흙 한겹 깔고 또 면우에도 한겹 덮고 씨면 빛이 검어지고 매우 죠흐니라.
잡곡밥	잡곡밥	잡곡 (1)	멥쌀, 찰쌀, 팥, 검정콩, 차, 조 (6)	멥쌀, 찰쌀, 팥, 검정콩, 차, 조를 씻기 → 팥, 콩을 먼저 끓이기 → 그 위에 나머지를 넣고 끓이기	멥쌀과, 찰쌀과, 윈팏과, 검정콩과, 차조를 각각 씨서셔 몬져 팏과 콩을 솟헤 넛코 물을 만히 붓고 끄리다가 한참 알커든 이우에 여러 가지를 한데 석거넛코 물을 맞쳐부은 후 다시 끄리나니 잡곡은 쌀의 삼분지일식 하나니라.
제밥	고두밥	찰쌀 (1)		찰쌀을 씻어 불리기 → 시루에 찌기	쥬흔 찰쌀을 씨서셔 반일동안만 물에 불려가지고 시루에 안쳐셔 찌나니라.
중등밥		팥 (1)	쌀 (1)	팥을 쌀의 반 정도 씻어 삶기 → 팥 건져내기 → 팥 삶은 물에 쌀을 넣고 끓이기	붉은 윈팏을 쌀의 반분쯤 씨서 솟헤 넛코 물을 만히 부은 후 불을 때여 팏을 삼다가 한참 끌커든 팏은 소리로 건져내고 팏 삶은 물에 쌀을 안치고 물을 맞춘 후 다시 끄리나니라.
죽	깨죽	흑임자 (1)	쌀, 깨, 꿀 (3)	흑임자와 쌀을 2:1로 불려서 갈기 → 쌀, 깨를 번갈아가며 한 손가락 넣어 갈기 → 체에 걸러 끓이기 → 꿀 치기	흑임자가 두보시기면 쌀은 한보시기를 하나니 본져 이것을 각각 씨서 물에 불려가지고 맏돌에 갈되 쌀 한슈가락을 넛코 갈다가 깨 한슈가락을 넛코 갈고 또 다시 그러케 련하여 번가러가며 너히 간어서 체에 밧져가지고 손해 붓고 끄려셔 꿀이나 설탕을 치셔 먹나니라
	녹두죽	녹두 (1)	쌀 (2)	녹두 삶기 → 그릇에 퍼 으깨기 → 굵은 체에 걸러 안치기 → 윗 물과 쌀을 녹두의 절반쯤 넣고 끓이기 → 녹두 가라앉은 것을 마저	녹두를 씨서 솟헤 넛코 물을 만히 부은 후 물을 빼어 삶어가지고, 녹두와 물을 그릇에 퍼 눗코 손으로 한참 욱겨셔 굵은 체에 걸은 후 잠간동안 가러안쳐셔 웃물만 본져 솟헤 붓고 또 쌀을 녹두의 절반쯤 씨서넛코 불을 때어 한참 끄리다가 녹두 가러안젓든 것을 마저 붓고

				붓기 → 계속 끓이면서 젓기	쥬격으로 쉬지 말고 저으며 불을 때어 끄리나니(후략)
묵물죽	묵물죽	묵물 (1)	쌀, 소금 (2)	불린 쌀, 묵물을 가라앉힌 윗물을 끓이기 → 쌀알이 퍼지면 나머지 물 붓고 끓이기 → 소금 치기	쌀을 씨서 불려가지고 솥에 넛코 녹두 같은 묵물을 가려안쳐 옷물만 몬져 붓고 불을 때어 끄리다가 쌀알이 퍼질만 하거든 가려안쳐든 물을 씩기를 마져 붓고 다시 한참 끄리셔 소곰을 치셔 먹나니라.
아욱죽	아욱죽	아욱 (1)	쌀, 고기, 고명 (3)	아욱을 으깨서 씻기 → 불린 쌀과 잘게 썬 고기, 고명, 물을 넣고 끓이기	아욱을 북북 익겨서 씨셔가지고 이것을 솥에 넛코 쌀을 불리너은 후 고기를 잘게 익여 가진 고명에 쥬물너 넛코 물을 붓고 끄리나니라.
жат죽	жат죽	жат (1)	실백, 쌀, 잣 (3)	쌀을 불려 실백과 섞어 갈기 → 쌀과 같은 양의 잣 갈기 → 체에 걸러 끓이기	쌀을 씨셔 불려가지고 실백을 석겨서 맷돌에 풀쌀갈듯이 가나니, 쌀이 한보 시기면 잣도 한보시기를 석겨가지고 갈어서, 체에 걸너가지고 남비나 흑 솥에 붓고 불을 때어 끄리나니라.(쌀이 세수가락이면 실백 네 손가락과 물은 두보시기를 끄리나니라)
장국죽		쌀 (1)	고기, 고명, 표고, 간장 (4)	불린 쌀, 잘게 썬 고기, 고명, 불린 표고를 넣고 간장으로 간 맞춰 끓이기	쌀을 씨셔 불려 솥에 넛코 물을 넉넉히 부은 후 연한 고기를 잘게 익여 가진 고명에 쥬물너넛코, 표고를 불려 채분쳐서넛코, 간장으로 간을 맞춰 끄리나니, (후략)
콩죽	콩죽	흰콩 (1)	쌀, 소금 (2)	흰콩 끓이기 → 퍼서 손으로 갈기 → 쌀을 콩의 3분의 1을 불려서 갈기 → 윗물만 먼저 끓이기 → 나머지 다 넣고 계속 저으면서 끓이기 → 소금 치기	쥬흔 흰콩을 씨셔 솥에 넛코 물을 만히 부어가지고 불을 때어 잠간 끓이셔 그릇에 퍼눗코, 손으로 한참 익겨서 껍질을 실한 후에 맷돌에 갈되 쌀은 콩의 삼분지일쯤 불려셔 석겨가지고 풀쌀 가는것처럼 갈어서 한참 가려안치다가 옷물만 몬져 솥에 붓고 물을 맛초어부은 후, 불을 때어 끄리다가 한참 끄를 때에 가려안쳐든 것을 마져 붓고 쥬격으로 쉬지 말고 저어가며 끄리셔 소곰을 쥬곰 치나니라.
팻죽	팻죽	팻 (1)	쌀 (1)	팻과 팥을 1:2로 끓이기 → 퍼서 손으로 으깨서 물을 쳐가면서 가라앉히기 → 윗물, 쌀을 넣고 끓이기 → 나머지 넣고 저으면서	팻죽은 쌀이 한되면 팻은 두되가량을 쓰나니, 먼저 팻을 씨셔 솥에 넛코 물을 만히 부은 후 오래동안 끓어서, 팻과 물을 그릇에 퍼 눗코 손으로 익겨 굵은 체에 물을 처가며 검너셔 하남 가라안친 후, 옷물만 솥에 붓고 쌀을 해서 넛코 물을 에어 끄리다가 한참 끌커

				끓이기	든, 주걱으로 저으면서 가라안쳤든것을 마져 붓고 끄리나니라.(찹쌀가루를 반죽해야 잘게 환을 비쳐서 만들어서 너히 익히면 조흐니라) 팓죽을 쑤 때에 대초를 만히 넛코 새알을 강죽에 반죽하면 더욱 조흐니라.
	흰죽	흰죽	쌀 (1)	쌀을 불려 기름을 쳐가며 으깨기 → 잇물, 쌀을 넣고 끓이기 → 나머지 넣고 저으면서 끓이기	쌀을 씨서 불녀서 삼분의 일쯤 오지그릇에 담고 기름을 조금씩 쳐가며 방망이나 혹 반반한 차들로 옥거 갈어서 체에 밧쳐 한참 가라안쳐 옷물만 몬져 솟헤 붓고 남겼든 쌀을 함께 너은 후 불을 때어 한참 끌커든 가라안쳤든 것을 마져 붓고 주걱으로 저어가며 끄리서 먹나니라.
	행인죽	행인죽	행인 (1) 쌀, 설탕 (2)	행인을 데쳐서 속껍질 벗겨가지고 쌀을 씨서 불리서 함께 석거가지고 맏돌에 갈어 체에 밧쳐서 솟헤 붓고 끄리서 설탕을 쳐서 먹나니, 행인이 한종자면 쌀도 한종자쯤 하는 것이 조흐니라.	행인을 잠간 데쳐서 속껍질을 벗겨가지고 쌀을 씨서 불리서 함께 석거가지고 맏돌에 갈어 체에 밧쳐서 솟헤 붓고 끄리서 설탕을 쳐서 먹나니, 행인이 한종자면 쌀도 한종자쯤 하는 것이 조흐니라.
	타락콩		쌀 (1) 우유 (1)	불린 쌀, 물을 갈기 → 우유랑 물을 같은 양으로 쑤는데 물 먼저 넣고 우유 넣기	쌀을 불리가지고 물이랑 갈아서 죽을 쑤는 것인데 우유 한사발이면 물이도 한사발이 드는 것이니, 몬져 무리로 죽을 쑤다가 반쯤 닉거든 우유를 부어서 쑤나니라.
미음	갈분의이		갈분 (1) 설탕 (1)	갈분을 물에 풀어 끓이기 → 숟가락으로 저으면서 끓이기 → 설탕 넣기	갈분을 물의 풀어넛코 남비에 물을 끄리 한참 끄를 때에 갈분을 붓고 숟가락으로 저어가며 끄리서 설탕을 쳐서 먹나니라.
	쌀미음	쌀미음	쌀 (1) 소금, 간장 (2)	물을 쌀보다 많이 넣고 끓이기 → 체에 걸러 소금 뿌리기	쌀 다섯숟가락을 씨서 솟헤 너은 후 물을 다섯차중만 넉넉히 붓고 오래동안 끄려서 두차중쯤 되거든 체에 밧히서 소금이나 진한 간장을 쳐서 먹나니라.
	송미음		찹쌀 (1) 황률, 대추, 인삼 (3)	황률, 대추, 인삼을 썰어 넣기 → 찹쌀이나 차조 넣어 끓이기 → 체에 거르기	조흔 황률을 통으로 한 이십개와 대초 삼십개쯤 정하게 씨서 남비에 담고 인삼 닷돈중음을 씨으러넛코 또 찹쌀이나 혹 차조 두어수가락쯤을 씨서 너흔 후 물을 두어사발 넉넉히 붓고 솟불에 끄리서 한보시기쯤되게 조려 체에 밧혀 먹나니라.(○○ 네숟가락에 물 ○○○ 대초 두보시 ○○ 끄리서 체에 걸어 먹기도 하나니라)
	수수		참수 (1) 꿀 (1)	끓는 물에 수수가루 넣기 → 저으면서	슈의이는 참수수가루로 하는 것인데 몬져 남비에 물을 붓고 불을 때어 물이

	의이		수가루 (1)		끓이기 → 꿀 넣기	팔팔 끄를 때에 수수가루를 물에 풀어 붓고 손가락으로 저으며 한참 끄리셔 꿀이나 설탕을 쳐서 먹나니라.
	좁쌀미음	좁쌀미음	좁쌀 (1)	백미, 소금 (2)	좁쌀, 백미를 씻어 물에 끓이기 → 좁쌀이 불려지면 체에 거르기 → 소금 넣기	좁쌀(○○)을 네숫가락쯤 잘 찌서 솥이나 흑 남비에 넋코 백미 두손가락을 식거 물을 네보시기쯤 부은 후, 오래동안 끄리셔 좁쌀안이 불닐만 하거든 체에 밧혀 소곰을 쳐서 먹나니라.
암죽	밤암죽	밤암죽	밤 (1)		밤의 겉껍질만 벗겨 불려서 갈기 → 체에 걸려서 천천히 끓이기	쪄흔 밤을 것껍질만 벗기고 물에 불려서 강판에 갈어가지고 물을 조곰 치고 체에 걸너서 남비에 붓고 솥불에 천천히 끄리나니라.
	쌀암죽	쌀암죽	쌀 (1)	기름 (1)	백설기를 말려두기 → 조곰씩 떼서 가루내기 → 끓는 물에 기름과 함께 넣어 저으면서 끓이기	몬저 백설기를 잘 만드려서 벅헤 환신 말리두고 암죽을 만들 때에 조곰식 떼어 이것을 다시 가루를 만드려 가지고 남비에 물을 끄리고 한참 끄를 때에 기름을 넋코 슈가락으로 저어가며 끄리셔 먹나니라.
	식혜암죽	식혜암죽	식혜 (1)		식혜를 익혀서 거르기 → 끓이기	몬쳐 식혜를 만드려서 익힌 후에 걸너서 남비에 붓고, 솥불에 끄리나니라.

『간편조선요리제법』에 기록된 밥, 죽류의 재료, 조리법이다. 종류는 26가지이며 별밤, 보리밥, 부빔밥, 약밥, 잡곡밥, 제밥, 중등밥, 깨죽, 녹두죽, 묵물죽, 아욱죽, 잣죽, 장국죽, 콩죽, 팟죽, 흰죽, 행인죽, 타락콩, 갈분의이, 쌀미음, 송미음, 수수의이, 좁쌀미음, 밤암죽, 쌀암죽, 식혜암죽이 나타나 있다. 중등밥은 팥을 주재료로 쌀의 반 정도 씻어 삶고 팥을 삶은 물에 쌀을 넣고 끓인다고 설명되어 있다. 그리고 묵물죽은 묵물이 주재료인데, 묵물은 녹두를 갈은 것이라고 나타나 있다.

(10. 김치, 장아찌

표 10. 『간편조선요리제법』에 기록된 김치, 장아찌류의 종류와 재료

음식종류	음식명		재료		조리	본문
	원문명	현대어명	주재료	부재료		
김	나	나	무	소금,	무를 얇게 썰어서 소금	무를 찌서 골패작만큼식 얇게 써으러서

치	백김치	박김치	(1)	미나리, 고추, 파, 마늘, 갓 (6)	에 절이기 → 건져서 굴 넣기 → 소금물을 가라앉혀서 윗물만 부어서 간 맞추기 → 미나리, 고추, 파, 마늘, 갓을 잘게 썰어 넣기	소금에 저려두었다가 약간 저른 후에 건져서 향아리에 담고 굴은 넉넉히 부은 후, 저렸든 소금물을 씻기를 가려안치서 윗물만 붓고 간을 맞춘 후 미나리, 고추, 파, 마늘, 갓들을 잘게 썰어 넛코 똑계를 덥혀두었다가 다 익거든 먹을것이니라.
	동침이	동치미	무(1)	소금, 고명, 청각, 생강, 고명 (5)	무의 대가리와 꼬리를 떼고 ○○뜯어 소금에 절이기 → 3일 뒤 무, 고명을 차례로 뿌리기 → 청각, 생강, 고명 뿌리기 → 무 절인 소금물을 체에 받쳐 넣기 → 냉수를 넣고 섞기	(전략) 대가리와 꼬리를 따고 간렬을 다 뜻은 후, 정히 씨서서 먼저 소금에 저리되 무 한농이에 소금 칠흙으작(○)의 비레로 목에다가 저려넛코(○) 똑계 덥혀 이, 삼일간을 두었다가 무가 다 젖거든 파에 못어 노흔 독에 옮겨 담그나니, 옮겨 담을 때에 무한켜넛코 고명 뿌리고() 또 무 한켜 넛코 고명뿌리고, 이렇케 해야 다 담은 후 맨 우에 청각과 생강과 고명을 뿌리고, 무 절인데서 생긴 소금물을 체에 받쳐붓고 물이 부족하거든 냉수를 넉넉히 붓고 휘저어서 석거(후략)
	배채김치	배추김치	배추(1)	소금, 미나리, 갓, 고추, 파, 마늘 (6)	배추 밑동을 자르고 한치 썬 씻어 소금에 절이기 → 건져서 새물을 부어 윗물만 붓기 → 미나리, 갓, 고추, 파, 마늘을 채 쳐서 넣기 → 익히기	배채를 밧둥줄기로만 한치기리식 썰어 정하게 씨순 후 소금에 저렸다가 향아리에 건져 담고, 새물을 알만치 부은 후 저렁든 소금물을 가리안쳐 윗물만 붓고 간을 맞힌 후 미나리와 갓을 한치기리식 썰어넛코 또 고초, 파, 마늘을 채쳐 넛코 똑계를 덥혀 넉히나니라.
	석박지	석박지	동배추(1)		동배추를 썰기 → 심심하게 담그기	석박지는 적국지와 갓한법으로 하는 것인데, 동배추가 적고 썰은 것을 만케하며 그 맛만 죠곰 슴슴하게 담그는 것이니라.
	외김치	오이김치	오이(1)	소금, 고추, 파, 마늘(4)	오이를 얇게 썰어 소금에 절이기 → 건져서 간 맞게 물 넣기 → 고추, 파, 마늘 넣기 → 익히기	외를 한 칠푼기리식 썰어서 기리로 또 다시 얇게 썰어가지고, 소금에 저렸다가 향아리에 건져 담고 물을 간맛츄어 붓고 고초 파 마늘을 채쳐 너은 후 익히나니라
	외지	오이지	오이(1)	소금(1)	오이를 씻어 향아리에 넣고 소금에 절이기 → 물과 소금을 1:2로 넣고 끓이기 → 끓인 물을 식혀서, 향아리에 넣기 → 익히기	외를 정히 씨서서 물스기를 말지닌 후 그대로 향아리에 담되 매 켜에 소금을 뿌려서 다 담은 후 무거운 돌로 단단히 눌러넛코 물을 넉넉히 붓나니, 물 한동이에 소금은 화인 두되(써승으로 석되) 써 풀어서 끄려 가지고, 디올베에 즉시

					항아리에 붓고(후략)
용인외지	늪은 오이 지	늪은 오이 (1)	뜯은 물, 정수, 소금 (3)	늪은 오이 꼭지를 제거하고 뜯은 물과 정수로 소금에 절이기 → 익으면 계속 반복하기	늪은외(콩과)를 꼭지 잘려 항아리에 넣고 맑은 뜨물과 정한 덩수를 합하여 소금을 물 한동이에 신승으로 석 되외 분량으로 타서 붓고, 또 그 잊흔날에 이와 갓치 하여 붓고 또 그 잊흔날 이렇게 물을 만드려 붓기를 룡칠차만 하면 맛이 호즈히(후략)
외소김치	오이소박이	오이 (1)	마늘, 고추, 물, 파 (4)	오이 꼭지를 제거하고 가장자리에 모양을 내기 → 가운데만 쪼개서 서로 속이 달게 하여 소금에 절이기 → 마늘, 고추를 잘라 고명과 함께 넣기 → 항아리에 절였던 윗물과 물, 파, 고추를 채 쳐서 넣기 → 익히기	잘고 연한 외를 정하게 씨서서 꼭지는 잘러바리고 그 잘는 가장자리의 모를 작거 모양을 낸 후 몸동이를 칼노 삼면으로 가운데만으로 쪼개서 속이 서로 통하게 하여 소곰에 저린 후 가, 마늘, 고초를 잘게 익여서 그 쪼갠 자리를 벌이고 고명을 각각 너허 항아리에 담고 물을 적당하게 부은 후 저렸든 물을 가러안쳐 웃물만 붓고 파와 고초를 또 채쳐 넛코 닉히나니라.(소 잇는 것을 해서도 넛나니라)
외찬국		오이 (1)	간장, 초, 파, 고춧가루 (4)	오이를 찢어 세 갈래로 쪼개어 얇게 썰기 → 간장, 초 치고 눌러두기 → 물을 간 맞춰 넣기 → 썬 파, 고춧가루 넣기	쓰지 아니한 연한 외를 씨서서 세 쪽에 쪼개여 가지고 풀넙갓치 얇게 썰어 그릇에 담은 후, 간장과 초를 치고 콕콕 눌러 두엇다가, 다 젓거든 보시기에 조곰 담고 물을 간맞쳐 만히 부은 후 파를 썰어 넛코 고춧가루를 쳐서 먹나니라.
장김치		배추 (1)	무, 간장, 소금, 참배, 밤, 생강, 마늘, 고추, 석이, 표고, 미나리, 갓, 실백, 설탕 (14)	배추 7푼, 무 6푼 길이로 썰기 → 각각 다른 항아리에 무, 배추는 진한 간장으로 절이고, 무는 소금으로 절이기 → 참배, 밤, 무를 얇게 썰고, 생강, 마늘, 고추, 석이, 표고, 미나리, 갓을 잘라 넣기 → 실백, 설탕 치기 → 익히기	배채와 무를 정하게 씨서서 배채는 살로만 칠푼 기리식 썰고 무는 육푼 기리식 썰어가지고 또 너푼 넓이와 한푼 독게쪼뵈게 썰어 무와 배추를 각각 다른 항아리에 담되, 무는 배채외 절반쪼넛코 진한 간장으로 배추를 저리고 무는 소금으로 저리두엇다가, 다 젓거든 다—항아리에 건저함에 담고 무 저린물을 알맞추 부은 후 참배와 밤을 무와 갓치 얇게 조곰식 씨으려 넛코, 생강과 마늘, 고초, 석이와 표고를 물에 씨서 김치거리가 한 동이면 표고와 석이는 열개식만 잘게 채쳐 넛코 또 미나리와 갓을 한 칠푼기리식 잘너 너은 후 실백을 조곰 뿌리고 설탕을 쳐서 뒤석근 후 봉해두엇다가 잘 익거든 먹을 것이라.(고초는 실고추로 썰고 해삼도 넛나니라)

짬지		무(1)	소금, 고추, 파, 마늘, 고명 (5)	무에 소금을 많이 뿌려 독에 담기 → 을 썰어 뿌리기 → 소금, 고명을 뿌리고 눌러두기 → 무에서 물이 나오면 먹기	굵은 무를 정하게 써서서 독에 담되 매켜에 소금을 만이 뿌리고(무가 한 동이면 쇼금은 십관승으로 수복하게 한되식) 또 고추를 비슷비슷 손게 썰고 파, 마늘을 국직국직하게 썰어 석겨서 매켜에 조곰식 뿌리고 다 너은 후 맨 우에도 소곰과 고명을 뿌리고 큰 돌로 눌러 노은 후, 독계를 덮허두었다가(후략)
장짬지		오이, 무, 배추(1)	파, 생강, 전복, 청각, 고추 (5)	오이, 무, 배추 ○○○에 파, 생강, 전복, 청각, 고추 켜켜이 넣기	여름에 어린 외와 무 배차를 잠간 상에 인이고 파, 생강을 점여 넛코 생점복이나 마른전복과 청각 고초등 속을 켜켜이 넛코 황욱을 조흔 장에 끌여 맹슈를 타서 부어 닉히나니라.
젓국지		배추(1)	소금, 조개젓, 석박지, 복어, 낙지, 전복 (7)	배추를 다듬어 소금에 절이기 → 물과 소금을 2:3으로 씻은 배추를 다시 절이기 → 소를 넣어 담그기 → 조개젓을 썰어서 박기 → 배추 앞으로 묶어서 담그기 → 석박지 버무린 것, 조개젓, 복어, 낙지, 전복을 썰어서 뿌리기 → 배추 속에 차례로 넣기 → 눌러두기 → 배추 절인 물, 조개젓국을 뿌리고 섞기	(전략) 이 쇼금물에 잠겨 한참식 지체하야, 쇼금물이 배츨속속드리 충분히 드러가지한후, 다른독에다가 건져서 옮겨(중략) 담배츨을 속속드리 다 벌리고 쇼를쇼는 아래그록 하노라(중략) 독에 담그나니, (후략)
전복김치	전복김치	전복(1)	유자 껍질, 배, 소금, 무, 생강, 파 (6)	전복을 불리고, 유자 껍질, 배를 가늘게 썰기 → 전복 속에 썰은 것을 넣기 → 소금물 붓고 무, 생강, 파를 넣기	전복을 물에 불려 얇게 점여 유자 껍질과 배를 가늘게 썰어 전복 점인 것을 쥬머니처럼 맨드러 그 속에 넛코 소금물을 붓고 무, 생강, 파동속을 너어 담그면 맛이 기이하니라.
닭김치	닭김치	닭(1)	고춧가루, 깍두기 (2)	외깍두기를 고춧가루에 담가 익히기 → 닭을 삶아 내장, 껍질을 버리기 → 살만 깍두기에 버무리기	외깍두이를 익인 고춧가루에 담가 익거든 닭을 삶아 내장과 껍질을 바리고 살만 뜻어서 깍두이에 버무리여 여름에 너였다가 먹난니라.
깍둑		무(1)	매운 고춧	무나 오이를 썰기 → 매운 고춧가루, 마늘,	(전략)무나 혹은 외를 골패짜만큼식(기리 오피넛 넓이 너푼, 독계를 한자중○

				가루, 마늘, 생강, 새우젓 (4)	생강, 새우젓을 섞어 넣기 → 젓국이나 물을 붓고 간 맞추기	○) 썰어서 그릇에 담어놓고, 붉은 고추(고춧가루멤○○조흐니라)와, 마늘을 잘게 익어넛되, 무 썰은 것이 한 동이면 익인 고추 한 보시기, 마늘 두톨을 익이고, 생강 큰 것으로 한 뿔을 익여서 함께 석고, 새우젓 한 사발을 잘게 익어서 넛코(정갈하고 보기에 조으니라) 오래동안 줌을너 석기서 향아리에 담고 젓국이나 물을(고추 버무리는 그물에 부어서 ○○) 한 사발쯤 붓고 맛을 보아 간이 맛도록 한 후 독계를 덥히 익히고(후략)
장아찌	고초넛장앗지	고춧잎장아찌	고춧잎(1)	간장, 파, 생강, 마늘 (4)	고추를 데쳐서 물에 3일 담가두기 → 줄기를 골라서 버리기 → 간장 붓고, 파, 생강, 마늘, 고추를 넣고 봉하기	(전략)고초넛을 골나 따서 정하게 씨스 후 솥에 넛코 물을 붓고 한번 데쳐서 다시 물에 담겨 이삼일동안 올려가지고 잘 빨아 물을 짜바리고 원만큼 말닌 후에 줄거리를 다 골라 바리고 장앗지를 담그나니, 향아리에 담고 간장을 고추넛 우에 올냐오도록 붓고 파, 생강, 마늘, 고초를 익여 넛코 꼭 봉해두나니라.
	마늘선	마늘장아찌	마늘(1)	초, 설탕 (2)	마늘의 겉껍질만 벗겨 초를 붓고 봉하기 → 초를 반 줌 버리기 → 간장에 설탕을 끓여 한 달 담가두기	마늘을 하지전에 매운맛들기전에 조금 일직이 뽑아서 것껍질만 벗기고 통으로 붓흔 채 향아리에 담은 후 조흔 초를 잠기도록 붓고 꼭 봉하야 한 서너달 동안 땅속에 깊이 무더두었다가 끄내서 초를 반쯤 따러바리고 진한 간장에 설탕을 끄려 식혀서 넛넛히 붓고 한달쯤 더 못었다가 먹나니라
	무장앗지	무장아찌	무(1)	간장, 기름, 소금, 고추, 마늘 (5)	무를 썰어 말리기 → 간장, 기름, 소금, 고추, 마늘 넣고 무치기	무를 씨서서 두푼 독계 룽푼 기리 두푼 넓이쯤 되게 썰러 빗헤 말리가지고 간장, 기름, 소금, 고초, 마늘들을 익여넛코 못치나니라.

『간편조선요리제법』에 기록된 김치, 장아찌류의 재료, 조리법이다. 종류는 20가지이며 나백김치, 동침이, 배채김치, 석박지, 외김치, 외지, 용인외지, 외소김치, 외찬국, 장김치, 짬지, 장짬지, 젓국지, 전복 김치, 닭김치, 깍득이, 고초넛 장앗지, 마늘선, 무장앗지가 나타나 있다. 용인외지는 늙은오이를 주재료로 꼭지를 제거하여 소금에 절이고 익으면 계속 반복한다고 설명되어 있다. 그리고 젓국지는 배추를 주재료로 소금, 조개, 젓, 석박지, 북어, 낙지, 전복을 부재료로 다양한 재료가 나타나 있다.

11. 찌는 떡

표 11. 『간편조선요리제법』에 기록된 병이류(찌는 떡)의 종류와 재료

음식 종류	음식 명		재료		조리	본문
	원 문 명	현 대 어 명	주 재 료	부 재 료		
찌는 떡	백 설 기	백 설 기	멥 쌀 가 루 (1)	파래, 석이, 청매, 호도 대추, 밤, 잣, 기름, 설탕, 소금	멥쌀 불림 → 가 루만들기 → 채 치기 → 시루에 찜	도흔 멥쌀을 자루를 만들되 겨울에는 쌀을 두어 날 불려서서 씻코 여름이 면 반날쯤 불려서 씻나니, 먼저 한번 씨어서 체에 치고 그 다음부터는 소 금물을 만드러 늦코 씨을 때마다 도 곰식 처가며 씨어서 고흔 체에 처가 지고 시루에 안치나니(후략)
	싱 검 초 떡	승 검 초 편	멥 쌀 가 루 (1)	석이, 대추, 청매, 호도 대추, 밤, 잣, 기름, 설탕, 소금	떡가루, 승검초가 루 → 떡찌기	떡가루가 한 되면 싱검초 가루는 한 보시기쯤 되게 석거 가지고 백설기 하는 법과 가치(중략) 먼저 떡가루에 싱검초와 설탕을 넉넉이 석거 안치나 니라.
	석 탐 병	석 탄 병	멥 쌀 가 루 (1)	감, 대추, 밤, 잣, 깨 소금	감 껍질 거피 → 쌀가루와 상반하 야, 잣가루, 계피, 개초, 황불을 섞 기	단단한 감 한접을 껍질 벗기고 얇게 깍가 말리셔 작말하야 쌀가루와 상반 하야, 잣가루, 계피, 개초, 황불을 석 기(후략)
	무 떡	무 떡	멥 쌀 가 루 (1)	찹쌀 가루, 팥, 녹두, 무	무 얇게 썰기 → 떡가루에 섞기 → 찌기	무떡도 무를 얇게 썰어가지고 채를 쳐서 떡가루에 석거서 거피톡두나 혹 거피 한팥을 두고 찌나니라.
	꿀 떡	꿀 떡	멥 쌀 가 루 (1)	대추, 밤, 잣, 꿀, 소 금	떡가루에 꿀이나 설탕을 섞기 → 백지를 깔고 안치 기	떡가루에 꿀이나 설탕을 만히 석거서 시루에 안치는 것이니, 밤, 대초, 잣 을 짝 이어 매켜에 색맛초어두고, 밋 켜에 백지를 깔고 안쳐서 찌나니라.
	팥 떡	팥 편	멥 쌀 가 루 (1)	팥, 소금	팥 삶기 → 이겨 서 찌기	붉은 팥을 밥 짓드시 삶어서 소금을 조곰 치고 주걱으로 약간 욱거서 익 에 두고 찌나니라.
	복	복	멥	잣, 설탕,	백복령 가루, 쌀	백복령 가루와 쌀가루를 갖흔 분량으

령병	령떡	쌀가루 (1)	계피	가루 섞기 → 기루에 안치기	로 석고 설탕물에 버무려 시루에 안치(후략)
썩떡	썩떡	멥쌀가루 (1)	썩, 설탕	썩을 떡가루에 넣기 → 시루에 안치기 → 계피넣고 찌기	봄에 해스썩을 정하게 씨서서 떡가루에 넛코, 또 설탕을 치고 잘 섞어서 시루에 안친 후 겨피 한 팻을 두고 찌나니라.
느티떡	느티떡	멥쌀가루 (1)	팥, 느티	앞사귀, 떡가루 섞기 → 찌기	느티떡은 느의나무 입사귀를 떡가루에 섞거가지고 거피한 팻을두고 썩떡하는 법으로 찌나니라.
녹두떡	녹두떡	멥쌀가루 (1)	녹두	녹두 갈기 → 불리기 → 거피 → 찌기	녹두를 매스들에 갈어서 팻 같듯이 두쪽에만 남게 갈어서 물에 불려 거피를 해가지고 그대로 떡에 두고 찌나니라.
찰떡	찰떡	찰쌀가루 (1)	팥, 녹두, 밤, 설탕	찰쌀가루 → 얇게 안치기	찰떡은 찰쌀가루로 하는 것인데 그 법은 이우에 만든 녹두떡과 가치 하는 것이니 떡을 안칠 때에 독게만 메떡보다 조금 얇게 안치고(후략)
감자병	감자병	찰쌀가루 (1)	감자	감자 찌기 → 쌀가루와 찌기	감자를 껍질채 찌서 말녀서 작말하여 가지고 쌀가루와 합하여 찌나니라.
두텁떡	두텁떡	찰쌀가루 (1)	팥, 꿀	팥 거피 → 볶기 → 거르기	양푼을 화로에 올리넛코 물을 부은 후 팻을 거피하여 잠깐동안 복그면 빛이 붉게 되다니 이것을 다시 열맹이에 걸녀서 떡에 두는 것인데(후략)
증편	증편	멥쌀가루 (1)	석이, 호도, 밤, 대추, 술	멥쌀가루, 물 넣고 반죽 → 더운 방에 하룻밤 두기 → 찌기	멥쌀가루가 닳되면 막걸리를 한사발 쯤 붓고 끌는 물에 질게 반죽하되, 반죽한 것을 손가락으로 떼서 솟아 보아 겨우 흘러 떠러질만큼 질게 반죽을 해가지고 그릇에 담고 독계를 덥혀서 매우 더운 방에 하룻밤을 두었다가(중략) 시루속에나 솟속에 넛코 찌나니라.
송편	송편	멥쌀	팥, 콩, 호도, 밤, 기	멥쌀가루, 끓는물과 반죽 → 찌기	멥쌀가루를 끌는 물에 반죽을 잘해가지고 거피한 팻이나 밤이나 흑 대초

			가 루 (1)	름, 솔잎	→ 기름칠	나 콩으로(무근 콩은 불녀셔 너흐라) 소를 박고 송편을 비져서 시루에 안치고 짜나니(중략) 물을 빼고 기름을 발너 먹나니라.
--	--	--	---------------	-------	-------	---

『간편조선요리제법』에 기록된 병이류(찌는 떡)의 재료, 조리법이다. 종류는 백설기, 검초떡, 석담병, 무떡, 꿀떡, 팻떡, 복령병, 쑥떡, 느티떡, 녹두떡, 찰떡, 감자병, 두텁떡, 증편, 송편이 나타나 있다. 복령병은 멥쌀가루를 주재료로 백복령 가루를 섞어서 만들며, 느티떡은 멥쌀가루를 주재료로 잎사귀를 섞어 찐다고 설명되어 있다.

12. 치는 떡

표 12. 『간편조선요리제법』에 기록된 병이류(치는 떡)의 종류와 재료

음식 종류	음식 명		재료		조리	본문
	원 문 명	현 대 어 명	주 재 료	부 재 료		
치 는 떡	인 절 미	인 절 미	찰 쌀 가 루 (1)	팥, 콩, 소금 (3)	찰쌀, 차조 불리기 → 찌기 → 떡메로 치기 → 콩가루 묻히기	찰살이나 흑 차조를 씨셔 불려셔 시루에 안치고 소곰물을 조금 쳐서 석근 후 시에 찌듯 잘 찌셔, 보자에 싸가지고 암반에 늦코 떡메로 쳐셔(중략) 거피한 팻이나 콩가루를 못치나니라.
	대 초 인 절 미	대 추 인 절 미	찰 쌀 가 루 (1)	대추 (1)	찰쌀 4~5일 불리기 → 찌기	찰쌀 도흔 것을 더운 물에 담겨 날마다 물을 갈아 사오일 후에 무루 녹게 찌고(후략)
	개 피 떡	개 피 떡	멥 쌀 가 루 (1)	팥, 녹두, 쑥 (3)	쑥 데치기 → 찌기 → 거피한 팥을 떡조각에 넣기	흰떡처럼 쳐셔 흰이로도하고 또 쑥을 대쳐셔 잘 을녀버리고 꼭 짜셔 흰 떡에 다 늦코 다시 찌어서 잘 식기거던 판에다 조곰식 대어 늦코 방망이로 빌어서 녹두나, 팻이나, 거피한 팻소를 그 떡조각에다가 조곰 질음하게 뭉쳐넛코(후략)
	흰 떡	흰 떡	멥 쌀 가 루		멥쌀 갈기 → 끓는 물과 섞기 → 찌기	몬져 멥쌀로 떡가루를 만드려 가지고 끌는 물을 쳐 가며 석겨셔 축축하게 석근 후 시루에 안치고 지에 찌듯 잘 찌셔(후략)

		(1)			
	잡과편	멧쌀가루 (1)	녹말, 호도, 대추, 밤, 잣, 석이, 꿀 (7)		
신검초단자	승검초단자	찹쌀가루 (1)	승검초, 팥, 계피, 소금 (4)	찹쌀가루, 승검초가루 체에 쳐서 섞기 → 삶기 → 끓는 물에 반죽 → 계피가루, 후춧가루 넣고 섞어 볶기	찹쌀가루 한사발에 신검초가루 한종자를 고흔 체에 쳐서 함께 석거 끓는 물에 반죽하여 다시 끓는 물에 삶어 내어 물기를 꼭 짜고 방망이로 저어 반죽을 하여가지고(중략) 계피가루와 호춧가루를 조금씩 넉넉히 꿀을 석거 솟혀 잠간 복나니라.
밤단주	밤단자	찹쌀가루 (1)	밤, 대추, 꿀 (3)	찹쌀가루 반죽 → 밤가루, 계피가루, 후춧가루, 꿀 섞기 → 경단반죽을 떼어 소를 넣어 만들기	찹쌀가루를 끓는 물에 반죽하여 납작 납작하게 반데기를 만드려 물에 삶어 건져 넉넉히 방망이로 힘있게 저어서 반죽을 잘 해놓고 삶은 밤을 가루가 되도록 잘게 익히고 계피가루와 호춧가루를 조금만 치고 꿀을 조금씩 쳐서 석거가지고 우애 만드려 노은 경단죽을 조금씩 떼어 가운데를 파고(후략)
석이단자	석이단자	찹쌀가루 (1)	석이, 대추, 밤, 잣, 소금 (5)	석이 불리기 → 찹쌀가루 섞기 → 계피가루, 꿀과 반죽 → 대추만큼 빚기	석을 물에 불려 끓는 물에 튀어야 빨아가지고, 가루가 되도록 익힌 것 한 보시기에 찹쌀가루 두 종자를 석거 솟둑게에 단어배어서 찌가지고 계피가루를 조금 치고 꿀에 반죽하여 대추만큼씩 비저서(후략)
유자단자	유자단자	찹쌀가루 (1)	건시, 유자, 밤, 설탕 (4)	유자껍질 말리기 → 찹쌀가루에 당귀가루 합쳐 설탕물에 반죽 → 찌기 → 고명 없기	유자껍질을 말려 작말하고 건시를 찌여 찹쌀가루에 당귀가루(싱검초가루) 조금씩 거합하여 설탕물에 반죽해가지고 정편틀에 찌되(후략)
생편	생편	생강 (1)	녹말, 잣 (2)	생강 삶기 → 계피가루, 꿀 치기 → 녹말과 반죽 → 빚기 → 고명 없기	생강을 껍질을 벗기고 오래동안 물에 삶아서 잘게 익여 가지고 계피가루와 꿀을 쳐 넉넉히, 이제 녹말로 물을 쑤어 함께 석거 반죽을 한 후 도토리알 만큼씩 비저서 잣가루를 못치나니라.

『간편조선요리제법』에 기록된 병이류(치는 떡)의 재료, 조리법이다. 종류는 9가지이며 인절미, 대초인절미, 개피떡, 흰떡, 신검초단자, 밤단주, 석이단자, 유자단자, 생편이 나타나 있다. 신검초단자는 찹쌀가루를 주재료로 승검초가루를 섞어 삶고 끓는 물에 반죽하고 계피가루, 후춧가루를 넣고 섞어 볶는다고 설명되어 있다. 생편은 생강을 주재료로 녹

말, 잣을 부재료로 반죽하여 빚는다고 나타나 있다.

13. 삶는 떡

표 13. 『간편조선요리제법』에 기록된 병이류(삶는 떡)의 종류와 재료

음식 종류	음식 명		재료		조리	본문
	원 문 명	현 대 어 명	주 재 료	부재료		
삶는 떡	보 풀 떡	보 풀 떡			찹쌀가루, 쑥 찌기 → 물에 삶아서 반죽하기 → 속에 녹두, 계피가루, 후춧가루 섞어 넣기 → 동글게 빚기 → 꿀 묻히기	찹쌀가루 한 되에 쑥 한되를 넉코 절구에 찌어 쑥과 가루가 합하여 반죽이 되거든(중략) 녹두를 거피하여 삶아서 얼마이 에걸너서 계피가루와 호춧가루를 조금씩 넉코 또 꿀을 쳐서 석거가지고 솥에 잠간 복가서 쇼를 넉코 동글게 비쳐서 꿀을 맞치고 녹두소가음을 거죽에다 맞치나니라.
팥 경 단	찹 쌀 가 루 (1)	팥, 설탕 (2)				

『간편조선요리제법』에 기록된 병이류(삶는 떡)의 재료, 조리법이다. 종류는 2가지이며 보풀떡, 콩경단, 팥경단이 나타나 있다. 보풀떡은 찹쌀가루, 쑥을 찌서 반죽하고 속에 녹두, 계피가루, 후춧가루를 섞어 넣고 빚어 꿀을 묻힌다고 설명되어 있다.

14. 지지는 떡

표 14. 『간편조선요리제법』에 기록된 병이류(지지는 떡)의 종류와 재료

음식 종류	음식 명		재료		조리	본문
	원	현	주	부재료		

	문명	대어명	재료			
지지 는 떡	화전	화전	찹쌀가루 (1) 두견, 장미, 국화, 기름, 꿀, 설탕, 소금 (7)	전병을 크게 부치기 → 설탕 묻히기 → 물에 소금 쳐서 더운물에 반죽 → 두견, 장미 넣기	(전략) 화전은 전병을 접시만큼 크게 붓쳐서 한치 기리와 닷분 넓이씩 쓰러 설탕을 못치나니라. 화전을 랭슈에 반죽하면 빛이 도치 못하고 기름이 만히 드나니, 물에 소금을 조금 쳐서 끌어 더운 김에 반죽하는 것이 도흐며, 또 두견, 장미를 만이 너어도 도쿄, 국화는 만흐면 쓰니라.	
	토련병	토련병	찹쌀가루 (1) 토란, 참기름 (2)	토란 삶기 → 찹쌀가루 반죽 → 참기름에 지지기	토란(土○)을 넉게 삶아 거피하여 찹쌀가루를 석거 잘 반죽을 하여 반데기를 만러 참기름에 지지나니라.	
	찰전병(돈전병)	찰전병	찹쌀가루 (1)	찰쌀가루 냉수에 반죽 → 기름 바르기 → 얇게부치기 →	찰쌀가루를 랭슈에 반죽하되 손가락으로 떠서 쏘으면 흘러나릴만큼 뭉게해 가지고, 지짐질 남비에 기름을 발너가며 얇게 부치나니(후략)	
	밀전병	밀전병	밀가루 (1) 애호박, 기름, 소금, 계란, 우유, 소다 (6)	밀가루, 애호박 반죽 → 기름바르기 → 얇게 부치기	밀가루에 애호박을 채쳐넛코 질게 반주하여 지짐질 남비에 기름을 바르고 한숫가락식 떠넛코 얇게 부치나니라.	
	수수전병	수수전병	수수 (1) 팥 (1)	찰수수가루를 냉수에 반죽 → 기름 바르기 → 지지기	찰수수가루를 랭슈에 반죽하되 뭉게 반죽을 해가지고 지짐질 남비에 기름을 발너가며 얇게 지지나니라.	

근대 병이류의 조리방법에 대한 기록으로 『간편조선요리제법』 문헌에 느티떡, 팥떡, 녹두떡, 찰떡, 흰떡, 생단자, 밀전병, 수수전병, 보풀떡, 팥경단의 조리방법이 이 시기에 처음 소개되었다. 근대시대 조리서의 조리방법은 현대와 비슷한 형태를 이루고 있으면서 상세하게 설명이 표기되어 있다.

『간편조선요리제법』에 기록된 병이류(지지는 떡)의 재료, 조리법이다. 종류는 4가지이며 화전토련병, 찰전병(돈전병), 밀전병, 수수전병이 나타나 있다. 토련병은 찹쌀가루를 주재료로 토란을 삶아 반죽을 참기름에 지지며, 찰전병은 특히 냉수에 반죽하고 얇게 부친다고 나타나 있다.

15. 젓갈류

표 15. 『간편조선요리제법』에 기록된 젓갈류의 종류와 재료

음식종류	음식명		재료		조리	본문
	원문명	현대어명	주재료	부재료		
젓갈	청어젓	청어젓	청어(1)	밤(1)	청어에 소금뿌리기 → 밤을 켜켜이 넣고 담그기	청어를 발우에 펴 노코 소곰을 뿌리고 켜켜히 노와 밤을 재우면 청어즙이 다 빠지나니, 젓 담그면 오래도록 허여지지 아니하나니라.
	방게젓	방게젓	방게(1)	간장, 고추(2)	방게를 씻고 간장을 끓여서 붓기 → 고추를 넣고 3일 덮어두기	방게는(조고만 게)(중략) 정하게 씨서서 물을 다 씨어바리고 간장을 끄려 식히 붓고 원고초를 잘너 넛코 독게를 덮혀두었다가 슈삼일 지는 후에 먹기를 시작하나니라.
	조기젓	조기젓	조기(1)	소금(1)	조기를 소금에 담가놓기 → 다듬어서 마른소금을 켜켜이 뿌리고 담가두기 → 조기 씻은 물을 체에 밭쳐 끓여서 봉해두기	굴고 성한 것으로 담그되 가령 조기가 백개면 물 한동이에 소금 석되만 풀어서 조기를 담겨 넛코 칼로 비늘을 굽어가며 정히 씨서 채반에 담어 노아 물을 뺀 후 낭편아감을 벌이고 마른 소곰을 하얗케 만히 넛코 항아리에 담그되, 켜켜로 소곰을 조기가 보이지 안토록 만히 뿌리고 또 이럿케 하여 이와 갓치 다 담은 후, 맨우헤도 쇼곰을 만히 뿌리고 그 조기 씨슨 물을 체에 밭혀 솟헤 붓고 팔팔 끄려서 식혀가지고 다시 체에 밭혀 조기항아리에 붓고 꼭 봉하야 두었다가 수삭지낸후에 쓰나니라.

『간편조선요리제법』에 기록된 젓갈류의 재료, 조리법이다. 종류는 3가지이며 청어젓, 방게젓, 조기젓이 나타나 있다. 청어젓은 청어에 밤을 켜켜이 넣으며 방게젓은 고추를 넣어 3일 덮어두어 숙성한다고 설명되어 있다.

16. 떡, 묵

표 16. 『간편조선요리제법』에 기록된 떡, 묵 종류와 재료

음식	음식명		재료		조리	본문
	원	현	주	부재		

종류	문명	대어명	재료	요		
-	떡국	떡국	흰떡 (1)	맑은 장국, 산적, 후춧가루 (3)	흰 떡을 어슷하게 썰기 → 맑은장국에 넣어 익히기 → 산적 굽기 → 산적, 후춧가루 뿌리기	흰 떡을 엇 비슷비슷하게 썰어노른 후, 맑은 장국을 끄리고, 한참 끄를 때에 너허 잠간 익히셔 그릇에 푸고 산적을 구어서 반듯반듯하게 썰어 언고 후춧가루를 뿌리 나니라.
	떡볶기	떡볶이	흰떡 (1)	제육, 쇠고기, 쥬, 석이, 표고, 파, 황화새, 간장, 기름, 깨소금 (10)	흰 떡을 손가락 굵기로 썰기 → 제육, 쇠고기 연한 것을 썰기 → 쥬를 넣은 고명 넣기 → 냄비에 표고, 석이, 파 익힌 것, 황화새를 썰어 넣고 간장, 물 넣고 끓이기 → 떡을 넣어 잠간 익히기 → 접시에 담고 기름, 깨소금 치기	흰 떡을 손가락 굵기만큼식 만드러, 기리가 칠푼쯤식되게 써으려서, 다시 각각 둘에 쪼기어 뇨코 제육을 그기리만큼식 넓이서푼쯤 되게 썰고, 또 쇠고기 연한 것을 얇게 썰어서 가진 고명에 쥬를 너 가지고, 이 두가지 고기를 남비에 담고 또 표고, 버섯, 석이를 골패작만큼식 썰고 파 익힌 것을 뇨코 황화새를 써으려 너은 후 간장과 물을 조곰만 치고, 간을 맞춰 솟불에 끄려서 한참 끌을 때에 떡 써으른 것을 너허 잠간 익힌 후에 합에 담고 기름과 깨소금을 쳐서 먹나니라
	만두	만두	밀가루 (1)	제육, 외고기, 배추, 숙주, 미나리, 고기, 숙주를 데치기 → 제육, 외고기 연한 살을 삶기 → 두부의 물기를 없애고 함께 주물러 섞기 → 배추 익힌 것, 숙주, 미나리, 고기, 두부, 파 익힌 것을 넣기 → 기름, 깨소금, 색고명 쳐서 주무르기 → 만두피에 소를 넣어 맑은 장국에 끓이기 → 후춧가루, 잣	백면가루는 두부, 계란으로 반죽, 밀가루는 물로 반죽하기 → 배추김치 줄기만 잘게 자르고, 고기 익히고, 숙주를 데치기 → 제육, 외고기 연한 살을 삶기 → 두부의 물기를 없애고 함께 주물러 섞기 → 배추 익힌 것, 숙주, 미나리, 고기, 두부, 파 익힌 것을 넣기 → 기름, 깨소금, 색고명 쳐서 주무르기 → 만두피에 소를 넣어 맑은 장국에 끓이기 → 후춧가루, 잣	만두는 백면가루나 밀가루로 만드는 것인데 백면가루는 두부나 혹 계란으로 반죽을 하고 밀가루로 하려면 물로 반죽을 하야 가지고 쇼를 너어 만두를 비지는 것이라. 이제 그 쇼를 작만하는 데는 배채김치를 줄기로만 잘게 익이고 숙주를 대처서 을고 고를 기익여 간을 맛초어 가진 고명에 주물너가지고 재육과 ○ 외고기를 연한 살로 익여서 삶어 내어 한참 익여 뇨코 또 두부를 슈건에 싸서 물기운을 싹 싸바리고 다모 함께 담은 후, 한참 주물너 석나니, 배채 익힌 것이 한사발이면 숙주와 미나리와 고기와 두부는 배채김치의 삼분일쯤 되게 하고 파 익힌 것을 조곰 뇨코 기름, 깨소금, 가색고명을 쳐서 주물러 뇨코, 반죽한 것을 극히 얇게파되 송편모양과 갓치하고, 크기는 송편갓절만큼식 하야 쇼를 너어 만두를 비져가지고 맑은 장국을 끄리다가, 한참 끄를 때에 한 개식 서로 붓지 안케 너허셔 잠간 익히나니, 익혀셔 그릇에 푸

				가루 뿌려 초장 찍어 먹기	고 후춧가루와 잣가루를 뿌려서 먹을 때에 초장을 찍어 먹나니, 랭슈에 삼는 것이 더 조흐니라.
묵	묵	녹두 (1)	물 (1)	녹두 껍질 벗겨 갈기 → 체에 바쳐 주물러서 거르기 → 윗물은 따라놓고 가라앉은 것으로 풀 쏘듯이 물 붓고 끓이기 → 익으면 그릇에서 굳히기	녹두를 불녀 거피하여가지고, 맷돌에 갈어서, 진대나, 고흔체에 밧쳐 한참 주물너서 다 걸너가지고, 가려안져다가, 윗물은 따르고 가려안즌것으만 물을 쏘나니, 솟해 붓고 풀 쏘듯이 물을 갓츨어 붓고 불을 때어 끄리셔 다 익은 후에 그릇에 피노아 굿치나니라.(후략)

『간편조선요리제법』에 기록된 떡, 묵의 재료, 조리법이다. 종류는 4가지이며 떡국, 떡복기, 만두, 묵이 나타나 있다. 만두는 특히 다양한 재료가 들어가는데 밀가루를 주재료로 하며 제육, 외고기, 배추, 숙주, 미나리, 고기, 두부, 파, 깨소금, 맑은 장국, 후춧가루, 잣가루, 초장이 부재료로 설명되어 있다.

【관련논저】

이성우, 『한국식경대전(韓國食經大典)』, 향문사, 1981

【집필자】

정혜경(호서대학교) · 우나리아(호서대학교) · 배은석(한국에코뮤지엄연구소)

【자료명】

『사계의 조선요리』

【정의】

1935년 영목상점(鈴木商店)에서 발행한 음식조리서로 한국음식 만드는 법이 97가지 소개되어 있다. 재료의 분량과 종류를 정확히 밝히고 있으며, 만드는 순서도 명확하게 설명하고 있다. 그 외에 당시 유입된 서양음식 만드는 법 11가지도 같은 방식으로 기술되어 있다.

책의 머리말에 따르면 시대가 변천함에 따라 유행과 제도가 바뀌는 것처럼 음식도 시대의 흐름을 따라 경제적이면서도 간편하게 만들 수 있는 조리 방법이 필요하다고 역설하고 있다. 그러면서 영목상점(鈴木商店)에서 발매하는 ‘아지노모도(味の素: 조미료의 일종)’가 경제성, 맛, 영양, 간편함의 모든 요건을 충족하고 있기에 음식의 현대화를 이룰 수 있으며 현대인의 음식 만들기에 이상적인 재료가 될 것이라고 소개하고 있다.

【음식관련 정의】

이 책에 소개된 모든 조리법에는 마지막에 ‘아지노모도를 넣어서 맛을 맞춘다.’는 표현이 있어서 책의 저자인 영목상점(鈴木商店)에서 자신들이 발매하고 있는 조미료를 판매하기 위한 홍보 수단으로 조리서를 편찬한 의도가 보인다.

음식 만드는 법이 재료와 함께 소개되는데, 간혹 3인분, 6인분, 9인분 등으로 표시된 것이 있어서 최종 완성된 음식의 양을 가늠하게 해준다. 그 외에 음식 제목 옆에 정월, 사철, 절기를 따라 등의 표시를 하였다.

【서지】

표제/책임표시사항: 사계(四季)의 조선요리(朝鮮料理)
 저자: 영목상점(鈴木商店)
 발행사항: 영목삼랑조(鈴木三郎助), 주식회사 영목상점내외요리출판부 (株式會社 鈴木商店 内外料理出版部) 소화 (昭和) 10, [1935]
 형태사항: 97p, 13X18 cm
 소장처: 서울대학교 규장각 한국학연구원(古 29001)

【목차와 구성】

구성은 전반부에 한국음식 만드는 법이 97가지 소개되어 있고, 후반부에 서양음식 만드는 법이 11가지 소개되어 있다. 음식의 재료와 분량을 기술하고, 만드는 법이 만드는 순서에 따라 서술되어 있다. 목차는 다음과 같다.

- | | |
|--------|--------|
| 一. 신선로 | 三. 전골 |
| 二. 버섯국 | 四. 완자탕 |

- | | |
|-------------|------------|
| 五. 육개장 | 三九. 닭볶음 |
| 六. 족볶기(주저탕) | 四十. 우육볶음 |
| 七. 애탕국 | 四一. 송이볶음 |
| 八. 곱탕 | 四二. 제육볶음 |
| 九. 도미국수 | 四三. 죽순채 |
| 十. 조기국 | 四四. 월과채 |
| 十一. 백숙 | 四五. 잡채 |
| 十二. 가리찜 | 四六. 도라지 생채 |
| 十三. 송어찜 | 四七. 게자채 |
| 十四. 계찜 | 四八. 탕평채 |
| 十五. 송이찜 | 四九. 밀만두 |
| 十六. 닭찜 | 五十. 모밀만두 |
| 十七. 외찜 | 五一. 어만두 |
| 十八. 애호박찜 | 五二. 책면 |
| 十九. 가지찜 | 五三. 국수비빔 |
| 二十. 무지집이 | 五四. 해삼초 |
| 二一. 풋고초전유어 | 五五. 강회 |
| 二二. 새오전유어 | 五六. 녹말편 |
| 二三. 굴전유어 | 五七. 앵도편 |
| 二四. 채소전유어 | 五八. 점복장앗지 |
| 二五. 미나리초대 | 五九. 토란장앗지 |
| 二六. 누름적 | 六十. 두부장앗지 |
| 二七. 사슬적 | 六一. 미나리장앗지 |
| 二八. 산적 | 六二. 닭조림 |
| 二九. 잡산적 | 六三. 붕어조림 |
| 三十. 섭산적 | 六四. 민어조림 |
| 三一. 가리구이 | 六五. 두부찌게 |
| 三二. 생선구이 | 六六. 방어찌게 |
| 三三. 제육구이 | 六七. 젓국찌게 |
| 三四. 어체 | 六八. 명란젓찌게 |
| 三五. 전복쌈 | 六九. 약포 |
| 三六. 해삼초 | 七十. 어포 |
| 三七. 전약 | 七一. 깨잎쌈 |
| 三八. 떡볶이 | 七二. 호박잎쌈 |

七三. 피마자잎쌈	八六. 수수외이
七四. 김치쌈	八七. 어회
七五. 외찬국	八八. 굴회
七六. 미역찬국	八九. 옥회
七七. 김찬국	九十. 잡회
七八. 복숭아화채	九一. 초장맛있게하는법
七九. 배화채	九二. 초고초장
八十. 식혜	九三. 초젓국
八一. 수정과	九四. 알고명
八二. 보리수단	九五. 초대멘드는법
八三. 즈만드는법	九六. 게자타는법
八四. 옥즙	九七. 김치맛있게하는법
八五. 갈분외이	

【음식관련 내용】

1. 국, 탕류

표 1. 『사계의 조선요리』에 기록된 국·탕 류의 종류와 재료

음식 종류	음식명		재료	조리법	본문내용
	원문 명	현대어 명			
신선 로 (1)	신선 로	신선로	생선, 천엽, 간, 전복, 표고, 버섯, 목이, 석이, 두부, 호도, 이 지노모도, 은행, 고기, 파, 계란, 해삼, 미나리, 기름, 후추, 깨소금, 실백, 밀가루, 간장 (24)	재료 손질 → 고기썰고 남은 부스러기 먼저 넣음 → 재료들을 색스럽게 곁들임 → 화통에 숯불을 놓고 장국을 붓고 끓임 → 아지노모도를 침 → 상 중앙에 놓음	간, 천엽, 생선들을 전유의 만드는 법대로 만들어서 너문 넓이 류문/ 룽문 진이 씩 떨어놓고 고기는 너비아니로 굽고 또 남은 고기로 맑은장국을 끓여놓고 너비아니도 골패 쪽만큼씩 떨어서 놓고 미나리와 파는 초대(초대 만드는 법 참조)를 만들어서 전유어만큼 떨어서 놓고 알고명 황백미를 바로 부쳐서 같은 모양으로 떨어놓고(후략)
국 (4)	버섯 국	버섯국	버섯, 아지노모도, 후추, 깨소금, 간장, 두부, 고기, 파, 물 (9)	재료 손질 → 고기와 버섯을 넣고 물을 부어 끓임 → 간을 맞춤 → 아지노모도를	고기를 얇게 저며서 파는 한 치 길이로 잘라서 채를 치고 후추(후추)와 깨소금을 치고 간장을 붓고 잘 섞어 놓고 버섯 한 개를

				치면 맛이 각별함	세 조각에 썰어서 고기와 함께 넣고 잘 섞어가지고 물 붓고 끓인 다음에 간을 맞추고 아지노모도(아지노모도 사시로 다섯사시)를 치면 맛이 각별합니다.
육개장	육개장	고기, 파, 홀데기, 연계(어린 닭), 깨소금, 간장, 아지노모도, 사태, 곱창, 양, 후추 기름, 물 (13)	재료 손질 → 펄펄 끓는 물에 데침 → 꼭 짜서 고기와 함께 간을 함 → 고깃국에 쏟아 넣고 다시 끓여 간을 맞춤 → 만화로 끓던 후에 아지노모도를 넣음	고기들을 정하게 씻어 솥에 넣고 물을 붓고 삶아서 잘 무른 후에 꺼내어 길이 칠푼 넓이 너푼 만큼씩 썰어서 넣고 파 잎을 한 치 길이씩 잘라서 펄펄 끓는 물에 넣어 데쳐서 꼭 짜서 고기와 함께 넣고 깨소금, 기름, 후춧가루(후춧가루), 간장과 파를 이겨 넣고 잘 섞어서 만든 후에 고깃국에 쏟아 넣고 다시 끓여서 간을 맞추어 만화로 끓던 후에 아지노모도를 치고 푸나니라.	
애랑국	애탕국	썩, 고기, 두부, 깨소금, 아지노모도, 간장, 물, 파, 계란 (9)	고기를 질긴 것으로 골라서 맑은 장국을 푹 끓임 → 연한 살코기는 잘게 이겨 조미료를 섞음 → 은행알만큼씩 빗어 계란을 씩음 → 펄펄 끓는 국에 한 개씩 넣어 익힘 → 아지노모도를 넣고 그릇에 담음 → 계란 부친 것을 골패 쪽만큼씩 썰어 실백과 같이 엷음	고기를 질긴 것으로 골라서 맑은장국을 푹 끓이고 연한 살코기는 잘게 이겨서 파와 깨소금과 간장을 섞어놓고 썩은 잠깐 끓는 물 데쳐서 곱게 이겨 고기 이긴 것과 함께 섞어서(후략)	
도미국수	도미국수	등골, 천엽, 양, 목이, 표고, 석이, 도미, 후추, 깨소금, 고기, 미나리, 계란,	재료 손질 → 완자를 빗어 계란을 씩워 지저눔 → 장국을 끓임 → 계란지단	등골, 천엽, 양, 간들을 전유어 만드는 법대로 전유어를 부쳐서 칠푼 길이 닳푼 넓이로 썰고 목이, 표고, 석이는 정하게 씻어서	

			기름, 두부, 물, 간장, 소금, 아지노모도 (18)	만듬 → 재료들을 등글러 올려담음 → 도미를 손질하여 구움 → 구운도미에 맑은장국을 부어 국수를 만듬	골패 쪽만큼씩 썰어 기름에 볶고 고기는 살코기로만 채 썰어서 소금으로 간을 맞추고 깨소금과 후춧가루(후춧가루)와 파를 이겨 넣고 잘 섞어서 접시에 담아놓고(후략)
	조기국	조기국	조기, 고기, 파, 아지노모도, 고추장, 미나리, 물 (7)	고기는 잘게 썰어 양념 → 물을 붓고 끓이다 고추장을 넣고 한참 끓임 → 미나리는 잘라 소금에 절여 기름에 볶음 → 조기는 손질하여 토막쳐 펄펄 끓는 국에 넣음 → 미나리 넣고 좀 더 끓인후 아지노모도를 침	고기는 잘게 썰어 양념을 하여 넣고 파는 채쳐 넣고 물을 붓고 끓이다가 고추장을 넣고 한참 더 끓여서 간을 잘 맞게 하고 미나리는 한 치 길이로 잘라서 정하게 씻어 소금에 약간 절였다가 꼭 짜가지고 기름에 볶아놓고(후략)
탕 (5)	전골	전골	안심, 천엽, 양간, 실백, 황화채, 목이, 버섯, 표고, 후추, 파, 미나리, 깨소금, 기름, 무, 숙주, 계란, 두부, 간장, 아지노모도 (20)	재료 손질 → 무, 미나리, 숙주를 한 돌레 돌려담음 → 황화채, 버섯, 표고, 목이, 알고명, 완자, 석이를 색 맞춰 돌려 엮음 → 계란을 한가운데에 그대로 올림 → 실백을 올려 상에 올림 → 고기 접시도 올리고 맑은장국을 끓임 → 고기와 채소를 조금씩 넣어 익힌후 아지노모도를 치고 공기에 덜어 먹음	안심이나 등심을 살로만 채쳐서 파를 이긴 것, 후추(후추), 깨소금을 넣고 간장 대신 소금으로 간을 맞추어서 담고 잣가루를 위에 뿌려놓고 천엽, 양, 간은 전유어 법대로 전유어를 부쳐 칠푼길이 닳푼 넓이로 썰어서 넣고 목이, 버섯, 표고는 불려서 골패 쪽만큼씩 썰어서 기름에 볶아놓고(후략)
	완자탕	완자탕	고기, 두부, 후추, 계란, 아지노모도, 깨소금,	고기를 이겨 완자를 빚음 → 맑은장국을 끓여	고기는 연한 살코기로 오래, 오래 이기고 피를 이겨 놓고 후추(후추), 깨소금 두

			파, 실백, 버섯 (9)	펼 펼 끓을 때 완자를 계란에 묻혀 하나씩 넣어 익힘 → 오래 끓인 후 아지노모도를 침 → 그릇에 푸고 알고명을 띄워 상에 놓음	부를 넣고 잘 섞어서 은행알만큼씩 둥글게 빗나니 실백을 한 개씩 넣고 빗어놓고 버섯을 잘게 썰어넣고 맑은장국을 끓이고 알고명 황백미를 얇게 붙여서 골패쪽 만큼씩 썰어놓고(후략)
족볶기(주저탕)	족볶기(주저탕)	쇠족, 무, 후추, 고기, 밀가루, 간장, 물, 아지노모도 (8)	고기와 무를 씻어 물을 붓고 족을 씻어 함께 대만화로 끓임 → 무는 곱국의 무처럼 썰고 고기는 잘게 썰어 국물에 넣고 조미료넣음 → 밀가루를 조금 풀어 오래 끓인후 아지노모도를 침	고기와 무를 정하게 씻어 넣고 물을 붓고 족을 정하게 씻어 함께 넣고 대만화로 끓여서 잘 무르거든 무는 곱국의 무처럼 썰고 고기는 잘게 썰어서 다시 국물에 넣고 후춧가루(후춧가루)와 간장, 밀가루를 조금 풀어 넣고 오래 끓인 후에 아지노모도를 치고 푸나니라.	
골랑	곰탕	등골, 고기, 표고, 물, 간장, 소금, 계란, 밀가루, 기름, 파, 깨소금, 아지노모도 (12)	등골을 껍질을 벗겨 넓게 갈라 썰어 소금을 치고 밀가루를 묻혀 계란을 씌워 기름을 바르고 지짐 → 맑은장국을 끓여 펼 펼 끓을 때 등골 지진 것을 넣고 잠깐 더 끓임 → 아지노모도를 치고 대접에 폼 → 계란지단을 얹어 상에 놓음	등골을 껍질을 벗겨서 도마위에 놓고 골진 골을 손가락으로 눌러 밀어서 넓게 갈라 펴서 한 치 길이씩 썰어서 펴놓고 소금을 약간 뿌려서 밀가루를 묻히고 계란을 씌워 번철에 기름을 바르고 지져놓고 맑은장국을 끓여서 펼 펼 끓을 때에 등골 지진 것을 넣고 잠깐만 더 끓인 후(후략)	
백숙	백숙	연계(영계), 찹쌀, 아지노모도, 인삼, 물 (5)	닭을 잡아 내장을 제거 하고 발, 날개 끝, 대가리를 잘라버림 → 배속에 찹쌀과 인삼을 넣음 → 물 한보시기	닭을 잡아 내장을 빼고 발과 날개 끝과 대가리를 잘라버리고 배속에 찹쌀과 인삼을 넣고 쏟아지지 않게 잡아맨 후에 물 한보시기쯤 붓고 만화로 끓여 한 보시쯤 되거든 아지노모도를 치	

				쫄 붓고 끓임 → 한 보시기쫄 되 면 아지노모도를 치고 싸먹음	고 싸서 먹느니라.
--	--	--	--	---	------------

『사계의 조선요리』에 기록된 국·탕류의 재료, 조리법이다. 종류는 11가지이며 신선로, 버섯국, 육개장, 애랑국, 도미국수, 조기국, 전골, 완자탕, 족볶기(주저탕), 골랑, 백숙이 나타나 있다. 신선로는 여러 가지 재료가 들어가며 재료들을 색스럽게 곁들인다고 설명되어 있다. 그리고 족볶기는 주저탕이라고도 하며 쇠족을 끓여 무를 넣고 오래 끓인다고 설명되어 있다.

2. 찜류

표 2. 『사계의 조선요리』에 기록된 찜 류의 종류와 재료

음식 종류	음식명		재료	조리법	본문내용
	원문명	현대어명			
찜 (8)	가리찜	갈비찜	가리, 기름, 간장, 깨소금, 후추, 석이, 미나리, 실백, 아지노모도, 파, 표고, 버섯, 계란, 밀가루 (14)	가리를 손질하여 깨소금, 후춧가루, 파 이긴것을 넣어서 잘 섞음 → 물을 한 되 쫄 넣어 한소끔 끓임 → 물을 자잘하게 졸인 후 버섯들을 넣고 간장으로 간을 맞춤 → 오래 끓여 흠뻑 무르도록 함 → 아지노모도를 넣고 미나리 초대와 황백미 부친 것을 갈게 썰어 엮고 실백을 뿌려 상에 올림	가리를 두 대만 떼어서 한치 길이로 잘라가지고 칼로 두 푼 넓이씩 앞뒤로 길이와 넓이로 이이 가지고 깨소금, 후춧가루(후춧가루), 파 이긴것을 넣어서 잘 섞은 뒤에 물을 한 되쫄 넣어 한소끔 끓은 후(후략)
	송어찜	송어찜	송어, 고기, 석이, 버섯, 표고, 미나리, 두부, 아지노모도, 간장, 기름, 깨소금, 후추, 밀가루, 물 (14)	고기는 맨살로만 골라 곱게 이겨 두부와 양념들을 넣어 완자재료를 만들 → 질긴 고기는 잘게 썰어 장국을 끓임 → 버섯들은 불려 기름에 대강 볶음 → 생선은 손질하여	고기는 맨살로만 골라서 곱게 이겨 두부와 양념들을 넣어서 완자재료를 만들어 놓고 질긴 고기는 잘게 썰어서 물 네 홉쫄 붓고 장국을 끓이고 버섯, 석이, 표고

				완자재료를 뺏속에 가득 넣고 실로 대강 맬 → 장국에 고기를 건지고 송어와 여러 양념을 넣고 끓임 → 생선이 잘 익은 후 아지노모도를 넣고 미나리 초대와 알고명 부친 것을 얹음	들은 불려서 정하게 씻어 골패 쪽만 큼씩 썰어서 기름에 대강 볶아서 놓고(후략)
	계찜	계찜	계, 고기, 아지노모도, 깨소금, 파, 물, 후추, 계란 (8)	계는 손질하고 계장만 따로 굽어 그릇에 담음 → 고기는 살로만 이겨서 완자가음을 만들 → 완자가음을 계딱지에 넣고 계장을 그 위에 펴놓고 계란을 풀어 위에 바름 → 펄펄 끓는 장국에 계를 넣어 아지노모도를 넣어 그릇에 꺼내어 알고명 체친 것을 뿌려 먹음	계를 솔로 정하게 씻고 발끝은 한마디씩 자르고 배딱지를 떼고 더러운 해감은 뽑고 계장만 따로 굽어 그릇에 담고 고기는 살로만 이겨서 완자가음을 만들어서 계딱지에 넣고 계장을 그 위에 펴놓고 계란을 풀어 그 위에 바르고 펄펄 끓는 장국에 계를 가만가만 넣어서 아지노모도를 넣어서 그릇에 꺼내어 놓고 알고명 체친 것을 뿌려서 먹나라.
	송이찜	송이찜	송이, 고기, 표고, 버섯, 석이, 밀가루, 두부, 아지노모도, 파, 물, 후추, 깨소금, 실백, 계란 (14)	송이는 2~4등분 하고 고기를 완자가음을 만들어서 송이 조각에 붙이고 또 한 조각을 맞붙여서 밀가루와 계란을 섞워 지짐 → 맑은 장국을 끓이고 지져놓은 송이를 국에 넣고 밀가루와 버섯을 넣고 끓임 → 물이 거의 줄어 갈 때에 아지노모도를 치고 알	송이를 가는 것은 들에 쪄내고 굵은 것은 세네 조각에 베어서 고기를 완자가음을 만들어서 송이 조각에 붙이고 또 한 조각에 맞붙여서 밀가루를 묻히고 계란을 섞워서 번철에 지져놓고 맑은 장국을 끓이고 지져놓은(후략)

				고명 부친 것을 쳐 쳐 었음	
닭찜	닭찜	연계, 버섯, 계란, 깨소금, 후추, 밀가루, 아지노모도, 표고, 석이, 간장, 소금, 물 (12)	닭을 잡아서 죽인 후 끓는 물에 잠깐 넣었다가 털을 깨끗이 뜯고 내장과 발, 대가리를 제거함 → 여덟 조각으로 썰어 냄비에 물을 붓고 오래 삶아서 뼈가 흠뻑 무를만한 때에 밀가루와 간장, 깨소금, 파 이긴 것을 넣어 끓임 → 버섯을 씻은 후 꼭 짜서 기름에 볶아 었고 황백미 부친 것도 었어 다시 끓인 후 아지노모도를 침	닭을 잡아서 죽인 후에 뜨거운 물(끓는 물)에 잠깐 넣었다가 털을(잔털까지) 깨끗이 뜯고 그 후에 배를 가르고 내장을 빼고 발목은 잘라버리고 대가리도 끊어버리고 여덟 조각에 썰어서 냄비에 넣고 물을 넉넉히 붓고 오래 삶아서 고기가 무르고 뼈가 흠뻑 무를만한 때에 (후략)	
외찜	오이찜	외, 고기, 버섯, 표고, 석이, 계란, 아지노모도, 파, 꿀, 깨소금, 후추, 밀가루, 간장 (13)	어리고 모양 좋은 외를 잘라 속을 파내고 고기로 완자를 만들어 속을 채움 → 대가리 베인 자리에 밀가루와 계란을 묻혀 지짐 → 맑은 장국을 끓이고 밀가루를 풀어 걸쭉하게 끓인 후 아지노모도를 쳐 함이나 대접에 담고 알고명 채친 것을 색스럽게 뿌림	어리고 모양 좋은 외를 꼭지 편으로 한 치쯤 자르고 속을 꼬챙이로 파내고 고기로 완자 재료를 만들어 외속에 가득히 넣고 대가리 베인 자리에 밀가루를 묻히고 계란을 씌워 번철에 지지놓고(후략)	
애호박찜	애호박찜	애호박, 고기, 표고, 버섯, 석이, 두부, 아지노모도, 파, 물, 깨소금, 후추, 밀가루 (12)	애호박은 여리고 얇은 것을 고름 → 만드는 법은 외찜과 같음	애호박은 여리고 얇은 것으로 골라서 만드는데 법은 외찜 하는 것과 꼭 같이 합니다.	
가지찜	가지찜	가지, 고기, 표고, 버섯,	외찜과 같음	가지찜도 위에 외찜이나 애호박찜	

			석이, 두부, 파, 물, 깨소금, 후추, 밀가루 (11)		하는 법과 꼭 같이 합니다.
--	--	--	------------------------------------	--	-----------------

『사계의 조선요리』에 기록된 찜 류의 재료, 조리법이다. 종류는 8가지이며 가리찜, 송어찜, 계찜, 송이찜, 닭찜, 외찜, 애호박찜, 가리찜이 나타나 있다. 가리찜은 갈비를 손질하여 깨소금, 후춧가루, 파를 이겨 섞고 물을 자잘하게 졸여 버섯을 넣고 오래 끓인다고 설명되어 있다. 송어찜, 계찜은 완자를 만들어 물이 거의 줄 때까지 끓인다고 설명되어 있다.

3. 전류

표 3. 『사계의 조선요리』에 기록된 전류의 종류와 재료

음식 종류	음식명		재료	조리법	본문내용
	원문명	현대 어명			
전 (5)	무지찜 이	무지 찜이	무, 고기, 콩나물, 고추, 아지노모도, 북어, 파, 물, 간장 (9)	무를 얇게 썬다 → 북어를 불려 토막침 → 콩나물, 고기, 파, 고추를 넣고 간장과 물을 치고 끓인다 → 아지노모도를 첨	무를 얇게 썰어 냄비에 담고 북어를 불려서 닷분 길이씩 토막을 쳐 넣고 콩나물을 꼬리를 따서 대강 썰어 넣고 고기를 얇게 썰어 넣고 파를 채를 쳐 넣고 고추를 조금 이겨 넣고 간장과 물을 치고 끓여서 아지노모도를 쳐서 먹으면 맛이 좋으니라.
	푼고초 전유어	푼고 추전	푼고추, 밀가루, 깨소금, 고기, 아지노모도, 후추, 기름, 두부, 간장, 파 (10)	푼고추를 데쳐 씨를 때고 찜 → 고기와 파를 이기고 두부와 갖은 양념을 잘 섞음 → 고추 모양대로 넣음 → 밀가루와 계란을 섞워 기름에 지짐	푼고추 양전한 것으로 얼른 데쳐가지고(아주 무르지 않도록 잘 삶아가지고) 씨를 떼어가지고 양전하게 찜가지고 고기를 곱게 이기고 파도 이겨서 두부와 갖은 양념들을 잘 섞어 또 다시 이겨가지고 고추를 펴고 고기를 고추모양대로 잘 펴서 넣고 밀가루를 묻히고 계란을 씌워서 번철에 기름을 붓고 지져냅니다. 밀가루와 계란과 치자

					물에 갠 것을 씌워도 좋습니다.
새오전 유어	새우 전	새우, 기름, 소 금, 밀가루, 계 란 (5)	새우 껍질을 벗기고 쪼개 넓적하게 펴 → 소금을 약 간 뿌리고 밀 가루와 계란을 씌워 기름에 지짐	새우를 껍질을 벗기고 정 하게 씻어 쪼개서 넓적하 게 펴놓고 소금 약간을 뿌 려가지고 밀가루를 칠하여 계란을 씌워가지고 번철에 기름을 바르고 지져서 만 드나니 새우가 적은 것은 두세 개를 함께 붙여서 지 져도 좋습니다.	
굴전유 어	굴전	굴, 기름, 아지 노모도, 밀가루 (4)	굴을 씻은 후 채반에 놓아 물기를 없앴 → 아지노모도 를 잘 섞어 밀 가루와 계란을 씌워 기름에 지짐	굴을 정하게 씻어서 두꺼 운 돌을 돌에 쪼개서 채반 에 놓고 물기를 없앴 후에 아지노모도를 잘 섞어가지 고 밀가루를 묻히고 계란 을 씌워서 번철에 기름을 바르고 지져냅니다.	
채소전 유어	채소 전	배추, 간장, 기 름, 계란, 아지 노모도, 후추, 고기, 밀가루, 깨소금 (9)	무슨 채소든지 끓는 물에 잠 깐 데쳐 물기 가 있도록 짬 → 간장, 깨소 금, 후추, 파, 아지노모도를 넣어 잘 섞음 → 밀가루와 계란을 씌워 얇게 지짐	배추나 연한 무청이나 그 외에 무슨 채소든지 한 치 길이씩 썰어 정하게 씻어 서 끓는 물에 잠깐 데쳐서 물기가 있도록 꼭 짜가지 고 간장, 깨소금, 후추, 파 이긴 것, 아지노모도를 넣 어가지고(후략)	

『사계의 조선요리』에 기록된 전류의 재료, 조리법이다. 종류는 5가지이며 무지짐이, 찢고 초전유어, 새오전유어, 굴전유어, 채소전유어가 나타나 있다. 무지짐이는 무를 얇게 썬 후 북어를 토막 쳐 넣고 끓이며 찢고초전유어는 찢고추를 데쳐 씨를 떼고 두부와 갖은 양념을 넣고 기름에 지진다고 설명되어 있다.

4. 산적류

표 4. 『사계의 조선요리』에 기록된 산적류의 종류와 재료

음식 종류	음식명		재료	조리법	본문내용
	원문 명	현대어 명			

산적 (6)	미나리초대	미나리초대	미나리, 밀가루, 기름, 아지노모도, 계란, 소금 (6)	미나리를 다듬고 소금을 뿌려듬 → 꼭 까서 밀가루와 계란을 풀어 아지노모도를 섞음 → 기름을 바르고 얇게 부침	미나리를 다듬어서 정하게 씻고 머리를 맞추어 가지고 한 치 길이씩 갈라 소금을 뿌려서 십분쯤 놓아두면 대강 지며지나니 꼭 까서 밀가루에 넣고 계란을 풀어 넣고 아지노모도를 치고 잘 섞어서 기름을 바르고 얇게 부쳐서 한 치 장광으로 썰어서 놓나니라.
	누름적	누름적	고기, 도라지, 배추, 파, 계란, 기름, 아지노모도, 간장, 깨소금, 후추, 밀가루, 꼬챙이 (12)	도라지를 삶아서 냉수에 담아 쓴 맛을 우려냄 → 배추도 삶아내고 고기는 저뭍 → 간장, 깨소금, 후추, 아지노모도를 넣고 잘 섞음 → 꼬챙이에 한 가지씩 꿰어 밀가루와 계란을 섞워 기름에 지짐	도라지를 적당하게 삶아서 냉수에 담아 쓴 맛을 다 우려다음에 한 치 닷분 길이로 자르고 배추도 잠깐 삶아서 도라지 길이와 같이 썰고 넓이가 너무 넓은 것은 반에 쪼개고 고기는 두 푼 두께로 저며 가지고 다시 서푼 넓이로 썰어서 놓고(후략)
	사슬적	사슬적	생선, 우육, 간장, 계란, 깨소금, 후추, 파, 아지노모도 (8)	생선을 손질하고 꼬챙이에 꿰어 놓음 → 우육을 이겨서 간장, 깨소금, 후추, 파, 아지노모도를 섞어 꿰인 생선 한편에 납작하게 만들어 계란을 묻히고 기름에 지짐	생선을 정하게 비늘을 긁고 내장을 꺼내고 두 푼 두께 서푼 넓이로 썰어서 꼬챙이에 꿰어놓고 우육을 이겨서 간장, 깨소금, 후추, 파 이긴 것, 아지노모도를 잘 섞어서 꿰인 생선 한편에 납작하게 만들어 붙여서 계란을 묻혀가지고 번철에 기름을 바르고 지저냅니다.
	산적	산적	고기, 간장, 파, 꼬챙이, 깨소금, 후추, 마늘, 아지노모도 (8)	고기를 저미고 아지노모도, 간장, 깨소금, 후추, 파를 넣고 섞음 → 꼬챙이에 끼워 기름을 바르고 깨소금을 뿌려 구움	고기를 정하게 씻어 두 치 길이 두 푼 두께 서푼 넓이로 저며서 아지노모도를 넣고 간장, 깨소금, 후추, 파를 잘 이겨 넣고 잘 섞어서 꼬챙이에 끼워 도마에 놓고 앞뒤로 잘 이겨서 가장자리를 얇전하게 만들어 놓고 기름을 바르고 깨소금을 뿌려서 굽습니다.

	잡산적	잡산적	고기, 간, 천엽, 깨소금, 송이, 파, 후추, 마늘, 기름, 아지노모도 (10)	연한 살코기와 간, 천엽, 파, 송이를 아지노모도를 넣고 갖은 양념을 넣음 → 꼬챙이에 끼워 구움	연한 살코기와 간, 천엽, 파, 송이들을 아지노모도를 넣고 갖은 양념을 넣어 잘 섞어서 꼬챙이에 끼워 굽습니다.
	섭산적	섭산적	고기, 기름, 깨소금, 마늘, 간장, 파, 후추, 아지노모도 (8)	연한 고기를 곱게 이김 → 깨소금, 간장, 후추, 파, 아지노모도, 기름을 넣어 잘섞음 → 네모반듯하게 만들고 기름을 발라 깨소금을 뿌려 구움	연한 고기를 먼저 잘게 썰어가지고 다시 곱게 이긴 후에 도마에 그대로 두고 이기면서 깨소금, 간장, 후추, 파 이긴 것, 아지노모도들을 다 넣고 잘게 이겨서 기름을 넣어서 잘 섞은 후에 서푼 온도로 하고(후략)

『사계의 조선요리』에 기록된 산적류의 재료, 조리법이다. 종류는 6가지이며 미나리초대, 누름적, 사슬적, 산적, 잡산적, 섭산적이 나타나 있다. 누름적은 도라지를 삶아 냉수에 담아 도라지의 쓴 맛을 우려내고 재료들을 꼬챙이에 꿰어 기름에 지지며, 섭산적은 연한 고기를 양념에 넣어 잘 섞고 네모반듯하게 만들어 기름을 발라 굽는다고 설명되어 있다.

5. 구이류

표 5. 『사계의 조선요리』에 기록된 구이류의 종류와 재료

음식 종류	음식명		재료	조리법	본문내용
	원문 명	현대 어명			
구이 (3)	가리 구이	갈비 구이	가리, 간장, 기름, 마늘, 깨소금, 파, 후추, 아지노모도 (8)	암소 갈비를 떼어 씻은 후 물기를 없앴 → 살을 양쪽으로 잘라 붙여 잔 칼집을 냄 → 파, 간장, 마늘, 기름, 후춧가루, 설탕, 아지노모도를 넣어 유장을 만듦 → 갈비에 유장을 바르고 또 갈비를 함께 놓고 바르고 하여 고르게 석쇠에 구	암소가리를 한 개씩 따로 떼어가지고 한 치 오 푼 길이씩 잘라서 정하게 씻어서 꼭 짜서 물기를 없앤 후에 살을 양쪽으로 잘라 붙여가지고 잘게 잔 칼집을 많이 내어가지고 (살이 떨어지지 않도록) 유장을 만들지니(후략)

				음	
	생선 구이	생선 구이	민어, 간장, 기름, 마늘, 아 지 노 모 도, 깨소금, 후추, 설탕, 고 추 가 루, 파 (10)	생선을 손질하고 너비 아니로 뜸 → 간장에 깨소금, 파, 후춧가루, 기름, 아지노모도, 설탕, 고춧가루를 섞음 → 생선에 고루 발라서 구움	민어, 송어, 비웃, 빙어, 칼치, 웅이, 붕어들을 도마 위에 놓고 비늘을 깨끗이 긁고 지느러미를 다 떼고 배를 가르고 내장을 다 빼낸 후에 너비아니로 떠가지고 간장에 깨소금, 파 이긴 것, 후춧가루, 기름, 아지노모도, 설탕, 고춧가루를 섞어서 생선에 고루 발라가지고 구워서 먹느니라.
	제육 구이	제육 구이	제육, 생강, 후추, 고춧가루, 간장, 파, 마늘, 아지노모도 (8)	제육을 얇게 저민 → 간장, 후춧가루, 깨소금, 생강, 파, 마늘, 고춧가루, 설탕을 넣고 섞음 → 석쇠에 구움	제육을 얇게 저며서 그릇에 담고 간장, 후춧가루, 깨소금, 생강 이긴 것, 파 마늘 이긴 것, 고춧가루, 설탕을 다 함께 넣고 잘 섞어서 석쇠에 놓아서 구워 먹느니라.

『사계의 조선요리』에 기록된 구이류의 재료, 조리법이다. 종류는 3가지이며 가리구이, 생선구이, 제육구이가 나타나 있다. 생선구이는 생선을 손질한 후 너비아니로 뜨고 양념장을 생선에 고루 발라서 굽고, 제육구이는 제육을 얇게 저민 후 석쇠에 굽는다고 설명되어 있다.

6. 볶음류

표 6. 『사계의 조선요리』에 기록된 볶음류의 종류와 재료

음 식 종류	음식명		재료	조리법	본문내용
	원문 명	현 대 어명			
볶음 (6)	떡볶이	궁떡이 중볶	흰 떡, 고기, 계란, 간장, 깨소금, 후추, 파, 버섯, 아 지 노 모 도, 미나리, 표고, 실백, 물 (13)	재료들을 썰어표고는 기름에 볶음 → 계란은 황백미만 풀어 반은 얇게 부쳐 썰고 반은 고기를 볶는데 섞음 → 미나리는 소금에 잠깐 절여 기름을 발라 볶음 → 미나리와 떡을 빼고 전부 볶음 → 고기가 익은 후 떡과 미나리를	(전략)흰떡은 칠 푼 길이로 잘라서 둘에 쪼개놓고 (서로 묻지 않도록 참기름을 발라놓을 것) 미나리와 떡만 남겨놓고서 전부 함께 넣고 볶아서 고기가 익은 후에 흰 떡과 기름과 미나리를 넣고 오 분 쪼 더 끓인 후 아지노모도를 넣고(후략)

			넣고 끓인 후 아지노모도를 넣고 고명을 얹음	
닭볶음	닭볶음	닭, 간장, 깨소금, 석이, 물, 파, 후추, 마늘, 계란, 아지노모도 (10)	닭을 잡아 손질을하고 굵은 밤톨만큼씩 쳐냄 → 냄비에 담고 닭의 간도 씻어 함께 담고 물을 부어 끓임 → 양념을 넣고 다시 끓여 국물과 건더기가 거의 섞여 자잘하게 볶은후 아지노모도를 침 → 계란고명을 얹음	닭을 먼저 잡아서 끓는 물에 넣어서 털을 깨끗하게 뜬어가지고 정하게 씻어 배를 가르고 내장을 다 꺼낸 후에 다시 정하게 서너 번 씻어 도마에 놓고 굵은 밤톨만큼씩 토막을 쳐서 냄비에 담고 닭의 간도 정하게 씻어 함께 담고(후략)
우육볶음	소고기볶음	고기, 간장, 기름, 후추, 파, 마늘, 깨소금, 물 (8)	고기를 얇게 저미 → 간장과 파채, 마늘, 깨소금, 후춧가루, 설탕, 모든 양념들을 다 넣고 잘 섞어 볶음 → 타지 않도록 물을 조금씩 넣으면서 고기가 익도록 볶은 후 아지노모도를 침	고기를 얇게 저며서 다시 한 푼 넓이로 가늘게(한치 길이로) 채로 썰어서 간장 치고 파채 넣고 마늘을 곱게 이겨 넣고 깨소금, 후춧가루, 설탕, 모든 양념들을 다 넣고 잘 섞어가면서 볶다가 타지 않도록 물을 조금씩 넣으면서 고기가 익도록 볶은 후 아지노모도를 치고 상에 놓나리라.
송이볶음	송이볶음	송이, 고기, 깨소금, 다마내기, 후추, 간장, 물, 아지노모도 (8)	송이를 씻어 얇게 저미고 물에 담아 두어 씹쓸한 맛을 뺏 → 양파를 썰고 고기는 저며 간장을 알맞게 침 → 물을 늦지 않을 만큼 부어서 볶음 → 아지노모도를 쳐서 먹음	송이를 정하게 씻어서 큰 것은 셋에 잘라서 둘에 쪼개가지고 다시 얇게 저며서 하고 중것은 둘에 잘라서 얇게 저미고 작은 것은 그대로 얇게 저며서 물에 담아 두어 시간 올려서 씹쓸한 맛을 빼버리고 다마내기를 썰어 넣고 (후략)
제육볶음	제육볶음	제육, 간장, 후추, 버섯, 물, 파, 설탕, 표고, 생강, 아지노모도 (10)	제육과 버섯들, 파는 채를 치고 생강은 잘게 이김 → 다 함께 냄비에 담고 간을 맞추고 볶음 → 볶은 후에 아지노모도를 침	제육을 알맞게 한 푼 넓이 한 치 길이로 채치고 표고, 버섯을 물에 불려서 채치고 파도 채치고 생은 잘게 이겨서 다 함께 냄비에 담고 간장 쳐서 간을 맞추고 간장 대신에 새우젓국에 볶으면 더 좋으니 마음대로 할 것이다.

					아지노모도는 볶아 놓은 다음에 칩니다.
--	--	--	--	--	-----------------------

『사계의 조선요리』에 기록된 볶음 류의 재료, 조리법이다. 종류는 5가지이며 떡볶이, 닭볶음, 우육볶음, 송이볶음, 제육볶음이 나타나 있다. 닭볶음은 특히 닭을 잡아 손질을 하고 닭의 간도 씻어 함께 끓인다고 나타나 있다. 송이볶음은 송이를 얇게 저미고 물에 담아 씹쓸한 맛을 빼야하며 물을 부어서 볶는다고 설명되어 있다.

7. 무침, 나물, 생채류

표 7. 『사계의 조선요리』에 기록된 무침, 나물, 생채류의 종류와 재료

음 식 종류	음식명		재료	조리법	본문내용
	원 문 명	현 대 어명			
나물 (6)	어 채	어채	생선, 녹말, 물, 전복, 석이, 표고, 버섯, 계란 (8)	생선을 손질하여 물에 씻어 연필 굵기로 썰음 → 녹말을 묻혀 끓는 물에 잠깐 데침 → 전복을 냉수에 불려 얇게 저미고 가늘게 썰음 → 석이, 표고, 버섯을 물에 불려 굵게 채를 쳐 녹말을 묻혀 끓는 물에 데침 → 생선위에 재료를 얹고 계란 황백미를 부쳐 뿌림	생선은 대개 도미, 민어, 송어, 가오리, 조개, 이것들을 절기를 따라 하나니 먼저 생선을 비늘을 정하게 굵고 대가기를 잘라내고 내장을 빼고 껍질을 벗긴 후 물에 씻어가지고 한 치 길이로 자르고 연필 굵기만큼씩 썰어서 녹말(녹말)을 묻히어가지고 펄펄 끓는 물에 넣어서 잠깐 데쳐서 접시에 담고 (후략)
			죽순, 고기, 표고, 석이, 아지노모도, 다마네기, 기름, 물, 밀가루 (9)	죽순을 껍질을 벗기고 씻어 물에 삶음 → 물에 담아 서너 시간 올려 쓴 맛을 제거도록 물을 자주 갈아줌 → 죽순을 건져 냄비에 담고 고기, 표고, 석이, 파들도 채썰어 넣음 → 간장과 깨소금으로 간을 맞추어 후춧가루와 밀가루를 물에 풀어 잘 끓임 → 아지노모도를 치고 계란 부친것을 뿌림	죽순을 껍질을 벗기고 정하게 씻어서 물을 넉넉히 붓고 잘 삶아서 한 치 길이씩 잘라서 닷분 넓이 한 푼 두께로 썰어서 물에 담아 서너 시간 올려 쓴 맛을 제하도록 물을 자주 갈아주어 건져가지고 냄비에 담고 (후략)
	월 과	월 과 채	애호박, 고기, 표고,	애호박을 씨 없는 것으로 얇게 썰어 소고기나 혹은 제육	애호박을 씨 없는 것으로 얇게 썰어 소고기나

채		<p>찹쌀가루, 마늘, 아지노모도, 파, 기름, 깨소금, 간장 (10)</p>	<p>을 잘게 이겨 넣음 → 파와 물에 불린 표고를 채쳐 간 맞게 볶은 후 아지노모도를 치고 찰전병을 동전만큼씩 부쳐 넣고 먹음</p>	<p>혹은 제육을 잘게 이겨 넣고 파를 한 치 길이씩 썰어서 채쳐 넣고 표고를 물에 불려서 채쳐 넣고 간 맞게 볶은 후에 아지노모도를 치고 찰전병을 동전만큼씩 부쳐서 넣고 먹으면 좋으니라.</p>
게자채	겨자채	<p>도라지, 게자가루, 초 아지노모도, 기름, 설탕, 소금 (7)</p>	<p>도라지를 물을 자주 갈아 이삼일 동안 불려 쓴 맛을 없앴 → 도라지를 잘게 찢어 물을 짜고 기름을 발라 볶음 → 겨자가루를 먹기 좋은 초를 치고 아지노모도를 치고 설탕을 넣고 갠 → 도라지 볶아 담은 그릇 옆에 놓아 찍어 먹음</p>	<p>도라지를 물을 자주 갈아 부으면서 이삼일 동안 불려서 쓴맛이 거진 없어지거든 잘게 찢어서 한 치 닷 푼 길이로 잘라서 물을 꼭 짜가지고 소금을 쳐서 번철에 기름을 바르고 바삭 볶아 놓고 게자가루를 보통 먹기 좋은 초를 치고 아지노모도를 치고 설탕을 넣고 한데 개어서 도라지 볶아 담은 그릇 옆에 다 놓아 상에 놓으면 먹을 때 게자를 찍어서 먹느니라.</p>
탄평채	탕평채	<p>노랑묵, 숙주, 물썩, 파, 초, 고추, 고기, 간장, 깨소금, 김, 아지노모도 (11)</p>	<p>고기를 잘게 이겨 간장과 여러 가지 양념을 넣고 볶아 식힘 → 숙주와 물썩은 데쳐 냉수에 즉시 식힘 → 미나리는 소금에 절였다가 꼭 짜서 기름에 볶음 → 재료들이 다 식은 후에 그릇에 담아 고추, 파, 간장, 초, 깨소금, 설탕, 아지노모도를 넣고 섞어 간을 맞추어 → 묵을 젓가락 굵기만 큼씩 잘라 함께 넣음 → 김을 잘 골라 불에 쪄서 손으로 비벼 넣고 그릇을 들고 까불려서 실고추를 대강 잘라 뿌림</p>	<p>고기를 잘게 이겨서 간장과 여러 가지 양념을 넣고 볶아서 식혀 놓고 숙주와 물썩은 데쳐서 냉수에 즉시 식혀서 꼭 짜서 놓고 미나리도 한 치 길이로 잘라서 소금에 절였다가 꼭 짜서 기름에 볶아 놓고 이것들이 다 식은 후에 그릇에 담아놓고(후략)</p>
잡채	잡채	<p>당면, 제육, 우육, 석이, 표고, 목이, 계란, 실</p>	<p>재료는 손질하여 채를 썰어 기름에 볶음 → 고기는 채썰어서 후추, 깨소금, 파, 기름, 간장을 넣어 볶음 → 당면은 펄펄 끓는 물에 넣어 속에 단</p>	<p>(전략)배는 얇게 저며서 채쳐서 놓은 후 당면만 남겨놓고 전부를 함께 섞어서 진한 간장으로 간을 맞추어 당면을 넣</p>

			백, 소금, 설탕, 마늘, 숙주, 전복, 해삼, 미나리, 파, 배, 실고추, 간장, 황화채, 깨소금, 아지노모도 (22)	단한 것이 없거든 꺼내 냉수에 식힘 → 배는 저며 당면을 빼고 전부 섞어 간장으로 간을 맞춤 → 당면을 넣고 설탕을 치고 아지노모도를 넣어 잠깐 볶아 고명을 얹음	고 설탕을 치고 아지노모도를 넣어서 잠깐만 볶아서 접시에 담고 맨 위에는 석이, 표고, 계란 채친 것들을 색스럽게 뿌리고 잣가루를 뿌려 놓나니라.
생채 (1)	도라지 생채	도라지 생채	도라지, 기름, 고춧가루, 파, 실고추, 설탕, 소금, 초, 깨소금, 간장, 마늘, 아지노모도 (12)	도라지를 이삼일동안 쓴 물이 없어지도록 물에 우려 가늘게 찢고 대가리와 속이 단단한 것은 따로 찢음 → 가늘게 찢은 것은 고춧가루를 넣고 무쳐 소금과 간장으로 간을 맞춤 → 파, 실고추, 초, 깨소금, 설탕, 아지노모도를 넣고 섞어 간이 맞도록 해서 실고추와 깨소금을 뿌림	도라지를 이삼일 동안 쓴 물이 없어지도록 물에 우려서 한 치 닷 푼 길이로 가늘게 찢고 대가리와 속이 단단한 것은 따로(된장에 지저도 좋으니라) 찢어놓고 가늘게 찢은 것은 먼저 고춧가루를 넣고 빨갱게 무친 다음(후략)

『사계의 조선요리』에 기록된 무침, 나물, 생채 류의 재료, 조리법이다. 종류는 7가지이며 어채, 죽순채, 월과채, 계자채, 탄평채, 잡채, 도라지생채가 나타나 있다. 죽순채는 죽순껍질을 벗겨 물에 삶고 물에 담아 서너시간 올려 쓴맛을 제거하도록 자주 물을 갈아주며, 계자채 역시 도라지를 물에 담그고 물을 자주 갈아 이삼일 동안 불려 쓴 맛을 없앤다고 설명되어 있다.

8. 찌개류

표 8. 『사계의 조선요리』에 기록된 찌개류의 종류와 재료

음식 종류	음식명		재료	조리법	본문내용
	원문명	현대어명			
찌개 (4)	두부찌개	두부 찌개	두부, 고추장, 고기, 표고, 아지노모도, 파, 물, 기름,	뚝배기에 고추장, 생강을 넣고 파, 고기, 표고는 채쳐 넣어 섞음 → 물을 치고 끓여 맛이 나면 두부를	뚝배기에 고추장을 담고 파는 한 치 길이씩 잘라서 채쳐넣고 고기는 잘고 얇게 썰어넣고 표고는 정하게 씻어 잘게 썰어넣고 생강은 곱게

			생강 (9)	잘라 넣고 더 끓임 → 아지노모도를 침	이겨서 넣고 잘 섞은 후 물을 치고 끓여서 본 맛이 생긴 후에 두부를 세 토막에 잘라가지고 한 푼 두께로 썰어서 넣고 더 끓인 후 아지노모도를 쳐서 먹는다.
	방어찌 게	방어 찌개	방어, 고기, 새우젓, 고 추, 두부, 파, 물, 아 지노모도 (8)	자반방어를 종일 물에 담아 올려 잘 씻음 → 토막쳐 냄비에 담고 고기, 파를 채쳐 넣고 물과 새우젓을 넣고 마늘, 고추와 끓임 → 한참 끓인 후 아지노모도를 침	자반방어를 종일 물에 담아 올려서 잘 씻어가지고 한 치 길이로 토막을 쳐서 냄비에 담고 고기를 잘게 썰어 넣고 파는 한 치 길이로 잘라 채쳐서 넣고 새우젓을 이겨서 물을 부어 체에 받쳐가지고 한데 넣고 마늘 이긴 것, 고추 채친 것 함께 넣고 끓여서 거진 익어가거든 두부를 길이로 둘에 쪼개서 두 푼 넓이로 썰어넣고 한참 더 끓여가지고 아지노모도를 쳐서 먹는다.
	젓국찌 게	젓국 찌개	무, 고기, 버섯, 젓국, 아 지 도 모 도, 파, 물, 고추, 기름 (9)	무, 고기, 버섯, 파를 채쳐 젓국, 기름, 고추 썬 것과 함께 끓임 → 만화로 끓이다가 아지노모도를 침	무를 얇게 썰어 놓고 고기는 잘게 썰어 대강 이겨 넣고 버섯을 정하게 씻어 잘게 채쳐놓고 파를 채치고 젓국, 기름, 고추, 썬 것 다 함께 넣고 만화로 끓여야 맛이 좋으니 먹을 때에 아지노모도를 치면 더욱 묘하다.
	명란젓 찌개	명란 젓찌 개	명란, 고기, 물, 파, 두 부, 아지노 모도 (6)	고기, 파를 채쳐 넣고 물을 부음 → 명란을 토막쳐 풀어지지 않도록 넣음 → 두부를 잘게 썰어 넣고 끓임 → 아지노모도를 침	고기를 잘게 썰어 넣고 파를 채쳐 넣고 물을 붓고 명란을 도마에 놓고 칼로 내리쳐서 토막을 넷에 내어 풀어지지 않도록 가만히 넣고 두부를 잘게 썰어 넣고 가만히 끓인 후 아지노모도를 먹는다.

『사계의 조선요리』에 기록된 찌개류의 재료, 조리법이다. 종류는 4가지이며 두부찌개, 방어찌개, 젓국찌개, 명란젓찌개가 나타나 있다. 방어찌개는 자반방어를 물에 담아 잘 씻고 고기, 파를 채쳐 넣고 물과 새우젓을 넣고 마늘, 고추와 끓이며, 젓국찌개는 재료를 넣고 만화로 끓인다고 설명되어 있다.

9. 장아찌류

표 9. 『사계의 조선요리』에 기록된 장아찌류의 종류와 재료

음식 종류	음식명		재료	조리법	본문내용
	원문 명	현대 어명			
장아 찌 (4)	전복 장아 찌	전복 장아 찌	전복, 간 장, 설탕, 마늘, 깨소 금, 파, 물, 아지노 모도 (8)	전복을 썰어 냄비에 물을 부어 넣고 끓임 → 파, 간장, 설탕, 깨소금, 아지 노모도를 넣어 졸여 간장 이 약간만 남게 함 → 그 릇에 담아 잣가루나 깨소 금을 뿌림	전복을 두 쪽에 쪼개서 가로 반 푼 두께로 썰어가지고 냄 비에 넣고 물을 붓고 만화로 두어 시간 끓여가지고 파를 채쳐 넣고 간장과 설탕을 넣 고 깨소금 치고 아지노모도 를 넣고 한시동안 졸여서 간 장이 약간만 있도록 하여 그 릇에 담고 잣가루나 깨소금 을 뿌려 놓나니라. (생복으로 하면 더욱 좋고 마른 것이면 하루 동안 물에 불려서 할지니라.)
	토란 장아 찌	토란 장아 찌	토란, 우 육, 파, 깨 소금, 마 늘, 간장, 설탕, 물, 고추, 아지 노모도 (10)	토란을 껍질을 벗겨 물에 삶음 → 물은 버리고 고 기를 썰어 함께 넣고 싱 겁고 진한 간장, 설탕, 파, 아지노모도, 물을 넣 어 만화로 졸임 → 국물 과 건더기가 혼합하여 빛 이 검고 물이 다 졸으면 그릇에 담음	토란을 껍질을 벗기고 큰 것 은 사분에 썰고 적은 것은 둘에 썰어 물에 삶아서 물은 따라버리고 고기를 잘게 썰 어 함께 넣고 싱겁고 진한 간장을 붓고 설탕과 파 채친 것과 물을 붓고 아지노모도 를 넣고 완화로 졸이면 국물 과 건지가 혼합할지니 빛이 검고 물이 다 졸아 알맞게 되거든 그릇에 담아 놓나니 라.
	두부 장아 찌	두부 장아 찌	두부, 기 름, 파, 마 늘, 간장 (진장), 설탕, 고추, 아지 노모 도 (8)	두부를 썰어 번철에 기름 을 바르고 지짐 → 진한 간장을 적당하게 붓고 양 념을 이겨 넣음 → 설탕 과 아지노모도를 치고 잘 졸여 그릇에 담음	두부를 사방 오 푼 서 푼 두 께로 썰어 번철에 기름을 바 르고 지져서 진한 간장을 적 당하게 붓고 양념들을 이겨 넣고 설탕을 넣고 아지노모 도를 치고 잘 졸여서 상에 놓나니라.
	미나 리장 아찌	미나 리장 아찌	미나리, 깨 소금, 파, 마늘, 고 기, 기름, 간장, 아지 노모도	미나리를 다듬에 씻은 후 채반에 건져 물을 뺀 → 냄비에 기름을 바르고 볶 음 → 간장을 치고 다시 볶음 → 고기를 잘게 이	미나리를 정하게 다듬어서 물에 깨끗하게 씻은 후 채반 에 건져 놓아서 물을 다 빼 어가지고 냄비에 기름을 바 르고 볶아 간장을 조금 치고

			노모도 (8)	겨 양념하여 볶아 미나리와 아지노모도를 함께 넣고 고춧가루, 파, 깨소금, 설탕을 넣고 섞어 그릇에 담음	다시볶아 고기를 잘게 이겨서 양념해서 볶아 미나리와 아지노모도를 함께 넣고 고춧가루와 파 이긴 것과 깨소금, 설탕 한 숟가락 넣고 잘 섞여서 상에 놓나니라.
--	--	--	------------	--	---

『사계의 조선요리』에 기록된 장아찌 류의 재료, 조리법이다. 종류는 4가지이며 전복장아찌, 토란장아찌, 두부장아찌, 미나리장아찌가 나타나 있다. 두부장아찌는 두부를 썰어 번철에 기름을 바른 후 지지고 진한 간장을 부어 양념을 한다고 설명되어 있다.

10. 음청류

표 10. 『사계의 조선요리』에 기록된 음청류의 종류와 재료

음식 종류	음식명		재료	조리법	본문내용
	원문 명	현대 어명			
음청 (3)	식혜	식혜	백미, 식혜가루, 설탕, 꿀, 실백, 아지노모도 (6)	물을 끓여 손 넣을 만큼 식으면 식혜가루를 넣고저어 가만히 놓음 → 옷물이 맑게 되면 가만히 따라 체에 받침 → 밥을 되게 지어 향아리에나 늦양푼에 담아 밥이 식기전 식혜물을 무음 → 더운 솥에 여덟 시간쯤 두었다가 밥알이 삭아 위에 뜨면 설탕을 알맞게 넣음 → 솥에 물을 붓고 펄펄 끓여 식으면 아지노모도를 치고 실백을 띄움	먼저 물을 끓여서 손 넣을 만큼 식거든 식혜가루를 넣고 나무 주걱으로 저어서 가만히 놓아두어 옷물이 맑게 되거든 가만히 따라 체에 받치고 백미는 밥을 되게 지어서 향아리에나 늦양푼에 담아놓고 밥이 식기전에 식혜물을 부어(후략)
	수정과	수정과	곶감, 설탕, 실백, 빠나나수, 생강, 물, 계피가루, 아지노모도 (8)	생강 껍질을 벗기고 씻어 얇게 저며 물, 설탕을 넣어 펄펄 끓임 → 체에 받쳐 향아리에 담고 식으면 곶감을 씨를 빼내 넣고 아지노모도를 쳐 봉함 → 그릇에 담아 계피 가루, 빠나나수 등을 쳐 실백을 띄움	생강을 칼로 껍질을 벗기고 정하게 씻어서 얇게 저며 물을 붓고 설탕을 넣고 펄펄 끓여가지고 체에 받쳐서 향아리에 담고 식거든 곶감을 씨를 빼내고 넣고 아지노모도를 쳐서 꼭 봉하여 두었다가 각각 그릇에 두 개씩만 담고 계피 가루, 빠나나수(양약방에나 과자점에

					있음)등을 조금씩만 치고 실백을 띄워서 상에 놓느니라.(후략)
	보리수단	보리수단	보리, 물, 녹말가루, 아지노모도, 실백 (5)	보리를 잘 맥겨서 잘 삶아 찬물에 건짐 → 물이 빠지면 녹말가루를 묻혀 다시 삶아 찬물에 건짐 → 찬물에서 건져 물에 담고 아지노모도를 치고 실백을 띄움	보리를 잘 맥겨서 잘 삶아가지고 찬물에 건져서 물이 다 빠지거든 녹말가루를 묻혀서 또 다시 잠깐 삶아가지고 다시 찬물에 넣었다가 건져서 물에 담고 아지노모도를 조금 넣고 실백을 띄워서 먹느니라.

『사계의 조선요리』에 기록된 음청류의 재료, 조리법이다. 종류는 3가지이며 식혜, 수정과 보리수단이 나타나 있다. 수정과는 생강 껍질을 벗겨 얇게 저며 물, 설탕을 넣고 끓이며 곱감은 씨를 빼내야 하며 아지노모도를 쳐서 봉한다고 설명되어 있다. 보리수단은 보리를 맥겨서 삶고 찬물에 건지며 물이 빠지면 녹말가루를 묻혀 다시 삶고 찬물에 건진다고 나타나 있다.

11. 조림류

표 11. 『사계의 조선요리』에 기록된 조림류의 종류와 재료

음식 종류	음식명		재료	조리법	본문내용
	원문 명	현대 어명			
조림 (3)	닭조림	닭조림	닭, 간장, 물, 옥초(다마네기), 후추, 아지노모도 (6)	암탉을 잡아 손질하고 토막 쳐 독배기에 담고 물을 부어 끓임 → 고기가 익을만하면 간장을 붓고 양파, 후춧가루, 아지노모도를 치고 졸임	암탉을 잡은 후 끓는 물에 담아 놓고 털을 다 뜯고 배를 가르고 내장을 다 빼낸 후 정하게 씻어 한 치 길이 썬 되게 토막을 쳐서 독배기에 담고 물을 부어서 순불에 놓아 끓여 고기가 익을만하거든 간장을 붓고(후략)
	붕어조림	붕어조림	붕어, 간장, 생강, 아지노모도, 파, 마늘, 설탕 (7)	붕어를 손질하여 씻고 냄비에 담고 간장을 부어 한소끔 끓임 → 설탕, 아지노모도, 파, 생강, 마늘을 넣고 타지 않도록 조림	붕어를 비늘을 긁고 내장을 다 빼낸 후에 정하게 씻어 냄비에 담고 간장을 붓고 한소끔 끓여가지고 설탕과 아지노모도와 파를 채쳐 넣고 생강, 마늘을 넣고 만화로 타지 않도록 조릴지니

					라.
	민어 조림	민어 조림	민어, 고기, 간장, 설탕, 파, 생강, 마늘, 아지 노모도 (8)	민어를 손질하여 씻고 토막쳐 냄비나 독배기 에 담음 → 고기를 잘 게 썰어 넣고 아지노모 도를 침 → 여러 가지 양념을 곱게 채쳐 넣고 조림	민어를 비늘을 굵고 내장을 다 빼고 정하게 씻어 한치 길이로 토막을 쳐서 냄비나 독배기에 담고 고기를 잘게 썰어 넣고 아지노모도를 치 고 여러 가지 양념을 곱게 채쳐서 넣고 조릴지니라.

『사계의 조선요리』에 기록된 조림류의 재료, 조리법이다. 종류는 3가지이며 닭조림, 봉어조림, 민어조림이 나타나 있다. 민어조림은 민어를 주재료로 손질하여 토막친 후 냄비나 독배기에 담고 고기를 잘게 썰어 넣고 아지노모도를 친 후 여러 가지 양념을 곱게 채쳐 넣고 조린다고 설명되어 있다.

12. 만두류

표 12. 『사계의 조선요리』에 기록된 만두류의 종류와 재료

음식종 류	음식명		재료	조리법	본문내용
	원문 명	현대어명			
만두 (3)	밀만 두	밀만두	밀가루, 우육, 숙주, 두부, 김치, 기름, 깨소금, 후추, 표고, 실백, 간장, 물, 마 늘, 아지노모 도, 파, 소금, 계란 (17)	숙주는 데쳐 물기를 뺀 → 숙주, 김치, 고 기, 두부, 는 잘게 이 김 → 이긴 반죽에 파, 깨소금, 후추, 마 늘, 소금, 계란, 아지 노모도, 고춧가루를 넣어 무침 → 밀가루 를 반죽하여 피를 만 둡 → 만두피 위에 소 를 떠놓고 둘에 접어 가장자리를 붙임 → 밀바닥은 평행으로 하 고 삼각형으로 만들 → 목판이나 소반에 밀가루를 바르고 만두 가 서로 닿지 않게 별 려놓 → 맑은 장국이 끓으면 만두를 하나씩 넣어 끓임 → 국위에 떠오르면 아지노모도	(전략)밀가루는 물에 반죽하여서 밤톨만 큼씩 잘라서 밀국수 밀듯 하여가지고 이 위에 만들어 놓은 소를 한 숟가락씩 떠놓고(중략)맑은장 국이 펄펄 끓을 때 만두를 하나씩 하나 씩 넣어서 끓이면 차차 국위에 떠오르 나니 떠오르게 되면 다 익은 표시니(후략)

				를 침 → 그릇에 떠서 고기와 표고를 양념하여 볶아놓고 곱이를 침	
	모밀만두	모밀만두	메밀가루, 계란, 물, 숙주, 두부, 김치, 간장, 우육, 아지노모도, 기름, 깨소금, 후추, 표고, 실백, 소금, 파, 마늘 (17)	밀만두와 꼭 같은데 반죽은 계란으로도 하고 물기가 부족한 경우는 물을 좀 붓고 알맞게 반죽하여서 밤톨만큼씩 떼어가지고 손가락으로 돌려 얇게 빚어가지고(후략)	
	어만두	어만두	고기, 생강, 후춧가루, 버섯, 표고, 기름, 간장, 깨소금, 생선, 갈분, 녹말, 물 (12)	고기를 잘게 이겨 생강, 후춧가루, 버섯, 표고, 기름, 간장, 깨소금을 넣고 잘 섞음 → 은행알 만큼씩 떼어 등글납작하게 기름에 지짐 → 중어나 민어를 맨살로 얇게 저며 소를 넣고 둘에 집어 반달모양으로 만들 → 갈분이나 녹말가루를 많이 묻혀 끓는 물에 넣어 끓임 → 끓은 후 즉시 냉수에 담아 채반에 쏟아 물기가 없도록 하여 먹음	어만두도, 꿩의 고기나 소고기나 닭고기나 잘게 이기고 (중략)송어나 민어를 맨살로만 얇게 넓게 저며서 만들어 놓았던 소를 가운데 놓고 둘에 집어서(후략)

『사계의 조선요리』에 기록된 만두류의 재료, 조리법이다. 종류는 3가지이며 밀만두, 모밀만두, 어만두가 나타나 있다. 모밀만두는 반죽은 밀만두와 같은데 반죽은 계란으로 하며 어만두는 다른 만두와 달리 중어나 민어를 맨살로 얇게 저며 소를 넣는다고 설명되어 있다.

13. 찜류

표 13. 『사계의 조선요리』에 기록된 찜류의 종류와 재료

음식	음식명	재료	조리법	본문내용
----	-----	----	-----	------

종류	원문명	현대어명			
쌈 (5)	전복쌈	전복쌈	전복, 물, 실백 (3)	전복을 물에 담아 하루 동안 불림 → 몸이 무르면 꺼내 얇게 저뭍 → 한가운데 실백을 놓고 한 자락을 덮으면 알쌈처럼 됨 → 자장 자리를 눌러 붙여 가위로 반달 모양으로 만듦 → 반찬을 곁들여 담음	전복을 몇 개든지 소용되는 대로 물에 담가 하루 동안이나 불려서 몸이 무르게 되거든 건져내서 젖은 수건에 싸놓고 한 개씩 꺼내어 얇게 저며 내니 배꼽에서부터 아무쪼록 극히 얇게 저며서
	깨입쌈	깨입쌈	깨잎, 간장, 기름, 마늘, 고기, 깨소금, 파, 아지노모도 (8)	연한 깨잎을 데쳐 냉수에 담아 물을 짜고 냄비에 담음 → 고기를 잘게 이기고 간장, 깨소금, 기름, 파를 다 넣고 잘 섞음 → 모두 냄비에 넣고 물을 조금 치고 볶은 후 아지노모도를 첨	연한 깨잎을 끓는 물에 데쳐서 냉수에 담아 물을 꼭 짜가지고 냄비에 담고 고기를 잘게 이겨 넣고 간장과 깨소금과 기름과 파 이긴 것 다 함께 넣고 잘 섞어서 물을 조금 치고 볶은 후 아지노모도를 쳐서 먹나니라.
	호박잎쌈	호박잎쌈	호박잎, 호박, 고추장, 된장, 아지노모도 (5)	호박속잎으로 연하고 깨끗한 것을 줄기에서부터 힘줄을 제쳐 떼어냄 → 호박안을 손질하여 밥술에 찜 → 된장과 고추장을 섞어 끓여 아지노모도를 치고 쌈을 먹음	호박속잎으로 연하고 깨끗한 것을 따서 줄거리에서부터 힘줄을 제쳐 떼어 낸 후 깨끗한 행주를 물에 적셔서 꼭 짜가지고 호박안에 먼지를 다 행주를 쳐가지고 밥술에 찜서 된장에 다 고추장을 섞어 끓여가지고 아지노모도를 치고 쌈을 먹으면 맛이 좋으니 다.
	피마자잎쌈	피마자잎쌈	피마자잎, 고기, 간장, 마늘, 깨소금, 기름, 파, 아지노모도 (8)	피마자 잎사귀를 연한 것으로 삶고 하루쯤 우려내 물을 꼭 짜냄 → 고기, 깨소금, 기름, 간장, 파, 마늘, 아지노모도를 넣고 섞어 물을 조금 넣고 볶아 먹음	피마자 잎사귀를 연한 것으로 마저 삶아가지고 하루쯤 우려서 물을 꼭 짜가지고 고기를 잘 이겨 넣고 깨소금, 기름, 간장, 파, 마늘, 아지노모도를 다 함께 넣고 잘 섞어서 물을 조금 넣고 볶아서 먹으면 맛이 좋으니 다.
	김치쌈	김치쌈	김치잎, 제육, 마늘, 아지노모도,	김치 잎사귀를 썰어 냄비에 담음 → 잘게 썬 제육, 기름, 깨소금, 마늘, 물을 부어 잠깐 볶아 아지노모도를	김치 잎사귀를 한 치 길이로 대강 썰어서 그대로 냄비에 담고 제육을 잘게 썰어 넣고 기름, 깨소금, 마

			기름, 깨 소금, 물 (7)	치고 밥을 싸먹음	늘, 물을 부어서 잠깐만 볶고 아지노모도를 쳐서 밥을 싸서 먹느니라.
--	--	--	-----------------------	-----------	--

『사계의 조선요리』에 기록된 쌈류의 종류와 재료이다. 쌈류는 총 5가지로 전복쌈, 깨입쌈, 호박잎쌈, 피마자잎쌈, 김치쌈이다. 피마자잎쌈은 피마자 잎사귀를 연한 것으로 삶고 하루쯤 우려내 물을 꼭 짜내 고기, 깨소금, 기름, 간장, 파, 마늘, 아지노모도를 넣고 섞어 물을 조금 넣고 볶아 먹는다고 나와 있다.

14. 죽류

표 14. 『사계의 조선요리』에 기록된 죽류의 종류와 재료

음식 종류	음식명		재료	조리법	본문내용
	원문 명	현대 어명			
죽 (2)	갈분 의이	갈분 죽	갈 분 , 소 금 , 물 (3)	갈분을 냉수에 푼 → 냄비에 물을 끓이다가 갈분 풀어 놓은 것을 주걱으로 저으면서 찬찬히 부음 → 잠깐 두었다가 그릇에 담아 소금과 아지노모도, 설탕을 침	갈분을 냉수에 풀어놓고(물 한반량계쯤) 냄비에 물을 펄펄 끓이다가 갈분을 풀어 놓은 것을 주걱으로 자주 저으면서 찬찬히 부어 잠깐 두었다가 그릇에 담아놓고 소금과 아지노모도와 설탕을 넣어 먹느니라.
	수수 의이	수수 죽	수 수가 루, 물, 소금 (3)	냉수에 수수가루를 푼 → 펄펄 끓는 물에 주걱으로 저으면서 천천히 부어 한참 끓임 → 그릇에 담고 설탕을 넣음	냄비에 물을 붓고 펄펄 끓이고 냉수 반 보시기에 수수가루를 풀어서 펄펄 끓는 물에 주걱으로 저으면서 천천히 부어 한참 끓여서 그릇에 담고 설탕을 넣어서 먹느니라.

『사계의 조선요리』에 기록된 죽류의 종류와 재료이다. 죽류는 총 2가지로 갈분의이, 수수의이가 있다. 갈분의이는 갈분을 냉수에 풀고 냄비에 물을 끓이다가 갈분을 풀어 놓은 것을 주걱으로 저으면서 찬찬히 붓고 잠깐 두었다가 그릇에 담아 소금과 아지노모도, 설탕을 친다고 나와 있다.

15. 회류

표 15. 『사계의 조선요리』에 기록된 회류의 종류와 재료

음식종류	음식명		재료	조리법	본문내용
	원문명	현대어명			
회 (4)	어회	어회	생선(절기를 따라), 참기름, 잣가루, 초고추장, 아지노모도 (5)	절기에 따라 생선을 손질하여 채로 쓸어 접시에 담음 → 참기름 한 숟가락을 쳐서 잘 섞고 잣가루를 뿌리고 초고추장에 아지노모도를 쳐 찍어먹음	어회는 대개 도미, 민어, 웅어, 병어, 이런 것들로 하나니 이외에도 절기를 따라 있는 생선들로 하나니 비늘을 정하게 긁고 대가리를 자르고 내장을 빼고 살로만 얇게 저며서(후략)
	굴회	굴회	굴, 초장, 마늘, 파, 고춧가루, 깨소금, 아지노모도 (7)	굴을 씻어 그릇에 담음 → 초장에 마늘, 파, 고춧가루, 깨소금, 아지노모도를 넣어 찍어먹음	굴을 정하게 씻어서 그릇에 담고 초장에다 마늘, 파를 이겨 넣고 고춧가루, 깨소금, 아지노모도를 넣어서 찍어 먹으면 맛이 대단히 좋으니라.
	육회	육회	불기살, 간장, 깨소금, 파, 후춧가루, 아지노모도, 초장 (7)	불기살을 얇게 저미고 젓가락 굵기로 채를 썰음 → 보자에 꼭 짜고 간장, 깨소금, 파, 후춧가루, 기름, 아지노모도를 넣고 잘 섞어 초장을 섞어 먹음	불기살을 사다가 먼저 한 푼 두께로 얇게 저며서 길이로 가는 젓가락 굵기만큼 썩 채로 썰어서 정한 보자에 꼭 짜가지고 간장, 깨소금, 파 이긴 것, 후춧가루, 기름, 아지노모도 조금 모두 함께 넣고 잘 섞어서 접시에 담고 초장을 섞어 먹나니라.
	잡회	잡회	고기, 양, 천엽, 간, 콩팥, 이, 간장, 깨소금, 후춧가루, 파, 마늘, 기름, 초장, 아지노모도 (14)	고기, 양, 천엽, 간, 콩팥, 이 등을 씻어, 보자에 꼭 물기를 짜서 간장, 깨소금, 후춧가루, 파, 마늘, 기름을 넣고 섞음 → 초장에 아지노모도를 넣어 찍어먹음	고기, 양, 천엽, 간, 콩팥(콩팥), 이 이런 것을 정하게 씻어서 정한 보자에 꼭 짜서 물기가 없도록 하여가지고 간장, 깨소금, 후춧가루, 파 이긴 것, 마늘 이긴 것, 기름 다 함께 넣고 잘 섞은 후 접시에 담고 초장에다 아지노모도를 조금 넣어서 찍어 먹느니라.
	강회	강회	미나리, 물, 우육편육, 제육편육, 알고명, 실고추, 실백, 아지노	미나리를 뿌리와 잎사귀를 씻어 끓는 물에 데쳐 냉수에 헤여서 물을 꼭 짬 → 우육편육, 제육편육을 저며 채를치고 미	미나리를 뿌리와 잎사귀를 정하게 씻어 끓는 물에 잠깐 데쳐 냉수에 헤여서 물을 꼭 짜서 놓고 우육편육, 제육편육을 칠 푼 길이로

			모도, 초고추장 (9)	나리에 아지노모도를 넣어 잘 섞음 → 미나리 대가리 끝에 편육하나 제육하나 실고추 하나 알고명 하나 색을 맞추어 줄기로 감아 대가리 끝을 가위로 자름	저며서 채를 치고 알고명을 부쳐서 채를 치고 실고추, 실백도 준비하고 미나리에 아지노모도를 넣어서 잘 섞어가지고(후략)
--	--	--	--------------	---	--

『사계의 조선요리』에 기록된 회류의 종류와 재료이다. 회류는 총 5가지로 어회, 굴회, 육회, 잡회, 강회가 있다. 잡회는 고기, 양, 천엽, 간, 콩팥, 이 등을 씻어 보자에 물기를 꼭 짜서 간장, 깨소금, 후춧가루, 파, 마늘, 기름을 넣고 섞은 다음 초장에 아지노모도를 넣어 찍어 먹는다고 나와 있다.

16. 편류

표 16. 『사계의 조선요리』에 기록된 편류의 종류와 재료

음식 종류	음식명		재료	조리법	본문내용
	원문 명	현대 어명			
편 (2)	녹말 편	녹말 편	녹말, 물, 설탕, 색소 (4)	물에 녹말을 잘 풀어 체에 거름 → 저어가면서 끓여 아지노모도를 치고 설탕과 색소를 적당히 넣어 잘 섞음 → 편편한 그릇에 쏟아 찬 곳에 두어 굳힘 → 납작하게 썰어 담음	물에 녹말을 잘 풀어서 체에 걸러서 화로에 올려놓고 저어가면서 끓여가지고 아지노모도를 치고 설탕과 색소를 식료품 상점에서 파는 먹는 물감이 있으니 옥색과 분홍과 녹랑을(후략)
	앵도 편	앵두 편	앵도, 녹말, 아 지 노 모 도, 물, 설탕 (5)	앵두를 물 한 홑쯤 붓고 끓임 → 펄펄 끓으면 체에 거름 → 앵두물에 녹말 풀은 물을 부어 저어가면서 끓임 → 설탕 풀은 물을 넣어 섞음 → 한참 끓은 후 아지노모도를 치고 편편한 그릇에 쏟아 굳힘	앵도를 물 한 홑쯤 붓고 끓여서 펄펄 끓거든 체에 걸러 놓고 녹말을 물 네홑에 풀어서 앵두물을 저어가면서 녹말 풀은 것을 함께 부어 섞고 자꾸 저어가면서 끓여가지고(후략)

『사계의 조선요리』에 기록된 편류의 종류와 재료이다. 편류는 총 2가지로 녹말편과 앵도편이 있다. 앵도편은 앵두를 물 한 홑쯤 붓고 끓이다가 펄펄 끓으면 체에 거르고 앵두물에 녹말 풀은 물을 부어 저어가면서 끓인 다음 설탕 풀은 물을 섞고 한참 끓은 후 아지노모도를 치고 편편한 그릇에 쏟아 굳힌다고 나와 있다.

17. 포류

표 17. 『사계의 조선요리』에 기록된 포류의 종류와 재료

음식종류	음식명		재료	조리법	본문내용
	원문명	현대어명			
포 (3)	전약	전약	소의 가죽, 꿀, 후춧가루, 대추, 아지노모도, 건강가루, 계피가루, 정향가루, 물 (9)	가죽을 손질하여 잘게 썰음 → 솔에 넣어 천천히 데워 가죽이 녹아 물이 되면 체에 받침 → 대추를 씨 빼고 이겨 여러 가지 반죽과 아지노모도를 넣어 섞음 → 목판에 담아 굳혀 반듯하게 썰음	가죽을 정히 씻고 털을 뜯고 잘게 썰어서 솔에 넣고 천천히 불을 데워 반동이쯤 되고 가죽이 녹아서 물이 다 되거든 체에 받쳐서 놓고 대추를 씨 빼고 잘게 이겨 넣고 여러 가지 가루를 넣고(후략)
	약포	약포	고기, 간장, 기름, 깨소금, 후춧가루, 파 마늘, 아지노모도, 잣가루, 초장 (10)	연한 고기를 얇게 저며 간장, 기름, 깨소금, 후춧가루, 파, 마늘, 아지노모도를 넣고 잘 주무름 → 채반에 퍼서 늘어놓고 잣가루나 깨소금을 뿌림 →別に 잘말려서 썰어 먹음	연한 고기를 얇게 저며서 간장과 기름과 깨소금, 후춧가루, 파 이긴 것, 마늘 이긴 것, 아지노모도를 넣고 잘 주물러가지고 채반에 퍼서 늘어놓고 잣가루나 흑깨소금을 뿌려서別に 말려서 팔 푼 길이 오 푼 넓이로 썰어 초장을 찍어 먹든지 그냥 먹든지 하느니라.
	어포	어포	-	-	-

『사계의 조선요리』에 기록된 포류의 종류와 재료이다. 포류는 총 3가지로 전약, 약포, 어포가 있다. 전약은 소의 가죽을 손질하여 잘게 썰어 솔에 넣어 천천히 데워 가죽이 녹아 물이 되면 체에 받쳐 놓고 대추의 씨를 빼고 이겨 여러 가지 반죽과 아지노모도를 넣어 섞어 목판에 담아 굳혀 반듯하게 썬다고 나와 있다.

18. 냉국류

표 18. 『사계의 조선요리』에 기록된 냉국류의 종류와 재료

음식종류	음식명		재료	조리법	본문내용
	원문	현대어			

	명	명			
냉국 (3)	외찬국	오이냉국	외, 파, 초, 마늘, 아지노모도, 간장, 실고추, 물, 깨소금 (9)	젊은 오이를 반을 갈라 얇게 썬 → 높고 큰 오이는 씨를 파내고 얇게 썬 → 간장과 초를 먼저 치고 파, 마늘, 깨소금, 실고추, 아지노모도를 넣어 한 시간쯤 두었다가 물을 부어 먹음	젊은 외를 반을 갈라가지고 얇게 썰고 높고 큰 것은 씨를 파내고 사절에 내어 얇게 썰어서 간장과 초를 먼저 치고 파를 채쳐넣고 마늘, 깨소금, 실고추, 아지노모도를 넣어서 한 시간쯤 두었다 물을 부어서 먹느니라.
	미역찬국	미역냉국	미역, 간장, 우육, 기름, 파, 깨소금, 후추, 마늘, 아지노모도, 고춧가루, 물 (11)	미역을 물에 담구었다가 빼내 줄기는 빼고 썰음 → 고기는 살로만 이겨 놓고 파, 후추, 깨소금, 간장, 아지노모도를 섞어 냄비에 기름을 바르고 고기를 볶음 → 고기가 식으면 초와 물, 고춧가루를 넣어 간을 맞춤	미역을 물에 담갔다 정하게 빨아 줄거리는 빼내고 썰고 고기는 순전한 살로만 잘게 이겨서 파 이긴것, 후추, 깨소금, 간장, 아지노모도들을 치고 잘 섞어서(후략)
	김찬국	김냉국	김, 간장, 기름, 고기, 마늘, 아지노모도, 초, 파, 고춧가루, 물, 깨소금 (11)	살코기를 잘게 이겨 간장, 파, 기름, 깨소금, 아지노모도를 넣어 섞음 → 냄비에 볶아 식혀 물을 부음 → 김을 정하게 톱을 골라서 약간 불에 구워서 손바닥으로 비벼어 넣고 초를 넣고 간을 맞추어 먹음	좋은 살코기를 잘게 이겨서 간장과 파 이긴 것과 기름, 깨소금, 아지노모도를 넣고 잘 섞어서 냄비에 볶아서 식혀서 물을 붓고 김을 정하게 톱을 골라서 약간 불에 구워서 손바닥으로 비벼어 넣고 초를 넣고 간을 맞추어 먹느니라.

『사계의 조선요리』에 기록된 냉국류의 종류와 재료이다. 냉국류는 총 3가지로 외찬국, 미역찬국, 김찬국이 있다. 김찬국은 살코기를 잘게 이겨 간장, 파, 기름, 깨소금, 아지노모도를 넣어 섞은 다음 냄비에 볶아 식혀 물을 붓고 김을 불에 구워 넣고 초를 넣어 간을 맞추어 먹는다고 나와 있다.

19. 화채류

표 19. 『사계의 조선요리』에 기록된 화채류의 종류와 재료

음식 종류	음식명		재료	조리법	본문내용
	원문 명	현대 어명			
화채	복송	복송	복송아,	복송아를 껍질을 벗겨 씨를	볶고 잘 익은 복송아를 껍질

(2)	야화 채	야화 채	꿀, 물, 실백 (4)	빼고 여섯 쪽으로 썰음 → 풀잎처럼 얇게 저민 → 꿀물 에 담아 두었다가 먹을 때 꿀물을 타고 아지노모도를 치고 나누어 넣고 실백을 띄 움	을 벗겨서 두 쪽에 내어가지 고 씨를 빼고 다시 세 쪽씩 내어 모두 여섯 쪽에 썰어 가 지고 풀잎같이 얇게 저며서 (후략)
	배화 채	배화 채	배, 오 미 자 , 설 탕 , 실 백 , 물 (5)	오미자를 씻어 더운 물에 담 아 오두어 맛과 빛이 우러나 도록 함 → 배는 껍질을 벗 겨 속을 빼내고 얇게 가로로 썰어 설탕을 뿌림 → 오미자 물에 아지노모도와 설탕을 타서 실백을 띄워먹음	오미자를 정하게 씻어서 더운 물에 담아서 오래 놓아두어 맛과 빛이 우러나도록 하여서 고운 헝겊에 받쳐서 놓고 배 를 껍질을 벗기고 반을 잘라 속을 빼내고(후략)

『사계의 조선요리』에 기록된 화채의 종류와 재료이다. 화채는 총 2가지로 복숭아화채, 배 화채가 있다. 복숭아화채는 복숭아를 껍질을 벗겨 씨를 빼고 여섯 쪽으로 썰어 풀잎처럼 얇게 저민 다음 꿀물에 담아 두었다가 먹을 때 꿀물을 타고 아지노모도를 치고 나누어 넣어 실백을 띄운다고 나와 있다.

【관련논저】

이성우, 『한국식경대전(韓國食經大典)』, 향문사, 1981

【집필자】

정혜경(호서대학교) · 우나리아(호서대학교) · 배은석(한국에코뮤지엄연구소)

【자료명】

『일일활용 신영양요리법』

【정의】

식품영양에 관한 지식을 가지는 것은 가정안전에 관하여 매우 중요한 일이다. 주부들은 식품의 영양가치를 알고 식품을 선택 할 수 있는 지식을 가져야 하며 이는 식생활의 기초가 된다.

【음식관련 정의】

영양지식의 필요성과 영양소의 내용에 대하여 설명되어 있어, 기초영양학의 지식이 수록되어 있다. 즉, 단백질, 지방, 함유탄소(탄수화물), 비타민, 무기질의 영양소 뿐 아니라, 소화작용과 관련된 효소 반응, 에너지 대사 메커니즘이 설명되어 있다.

【서지】

표제/책임표시사항: 일일활용 신영양요리법
저자: 이석만
발행사항: 신구서림, 1935
소장처: 개인소장

【목차와 구성】

一. 榮養問題(영양문제)에 對(대)하여

第一編(제1편) 緒論(서론)

第一章(제1장) 榮養(영양)과 榮養研究(영양연구)

第二章(제2장) 榮養知識(영양지식)의 必要(필요)

第三章(제3장) 生活(생활)과 榮養(영양)

第四章(제4장) 榮養(영양)과 健康(건강)

第五章(제5장) 榮養素(영양소), 食品(식품), 食物(식물)

第二編(제2편) 榮養素(영양소)의 化學的性狀(화학적성상)과 任務(임무)

第一章(제1장) 蛋白質(단백질)

一. 蛋白質(단백질)의 一體任狀(일체임상)

- 二. 蛋白質(단백질)의 分類(분류)
- 三. 蛋白質各論(단백질각론)
- 四. 아미노酸(산)
- 五. 蛋白質及(단백질급)아미노酸(산)의 營養價値(영양가치)

第二章(제2장) 脂肪(지방)

- 一. 脂肪(지방)의 一體性狀(일체성상)
- 二. 脂肪(지방)의 分類(분류)
- 三. 類似脂肪(유사지방)
- 四. 動物體內(동물체내)에 食用蓄積(식용축적)

第三章(제3장) 含水炭素(함수탄소)

- 一. 含水炭素(함수탄소)의 一體性狀(일체성상)
- 二. 含水炭素의 分類(분류)

第四章(제4장) 無機物質(무기물질)

- 一. 人體(인체)의 中性保護及無機物質(중성보호급무기물질)의 關係(관계)

第五章(제5장) [비타민]

- 一. [비타민]의 發見(발견)과 由來(유래)
- 二. [비타민]의 性狀(성상)과 其作用(기작용)

第三編(제3편) 食品(식품)의 營養價値(영양가치)

第一章(제1장) 卡路里(熱量(열량))의 測定(측정)

第二章(제2장) 化學的分析(화학적분석)

第三章(제3장) 消化吸狀率(소화흡수율)

第四章(제4장) 生理學的營養價(생리학적영양가)

第四編(제4편) 酵素及消化作用(효소급소화작용)

第一章(제1장) 酵素(효소)

- 一. 酵素(효소)의 作用(작용)

- 二. 酵素(효소)의 作用(작용)의 影響(영향)을주는 條件(조건)
- 三. 酵素(효소)의 分類(분류)
- 四. 酵素(효소)의 分布(분포)
- 五. 酵素(효소)의 生成(생성)과 生理的關係(관계)
- 六. 消化酵素(소화효소)의 運命(운명)

第二章(제2장) 消化作用(소화작용)

- 一. 口腔(구강)의 消化作用(소화작용)
- 二. 胃(위)의 消化作用(소화작용)
- 三. 腸(장)의 消化作用(소화작용)

第五編(제5편) 榮養素(영양소)의 新陳代謝(신진대사)

第一章(제1장) 蛋白質(단백질)의 代謝(대사)

- 一. 아미노酸(산) 物質分布(물질분포)
- 二. 蛋白質(단백질)의 作用(작용)
- 三. 蛋白質(단백질)로 含水尿素(함수요소)의 生良(생량)
- 四. 蛋白質(단백질)로 脂肪(지방)의 生成(생성)
- 五. 蛋白質(단백질)의 00와 00

第二章(제2장) 含水榮養(함수영양)의 代謝(대사)

- 一. 葡萄糖(포도당)의 酸化(산화)
- 二. 含水炭素(함수탄소)로 脂肪(지방)의 生成(생성)

第三章(제3장) 脂肪(지방)의 代謝(대사)

- 一. 代謝(대사)의 運命(운명)

第四章(제4장) 無機質(무기질)의 代謝(대사)

- 一. 00000와 代謝(대사)
- 二. 硫黃(유황)의 代謝(대사)
- 三. 磷(인)의 代謝(대사)
- 四. 人體(인체)의 代謝(대사)
- 五. 0의 代謝(대사)

第六編(제6편) 에넬기 - 代謝(대사)

第一章(제1장) 基礎新陳代謝(기초신진대사)

第二章(제2장) 에넬기新陳代謝(신진대사)를 支配(지배)하는 條件及人體(조건급인체)의 所要食量(소요식량)

- 一. 體格及體質(체격급체질)의 00
- 二. 內臟器管의 00
- 三. 에넬기 - 00筋肉 - 動(동)
- 四. 給食에넬기 - 代謝(대사)
- 五. 에넬기 - 代謝(대사)와 體溫調節
- 六. 에넬기 - 代謝(대사)와 生命成과의 關係

第七編(제7편) 人體蛋白質要求量(인체단백질요구량)

第一章(제1장) 蛋白質要求量(단백질요구량)을 決定(결정)하는 條件(조건)

- 一. 絶食時의 蛋白質代謝(단백질대사)
- 二. 酵素(효소)의 手術試驗
- 三. 脂肪(지방)과 含水炭素의 蛋白質節約(단백질절약)
- 四. 保護上必要(보호상필요)한 蛋白質量(단백질량)

- 二. 朝鮮飲食(조선음식)의 再吟味
- 三. 濟二歲(제2세)로 三歲(3세)까지의 兒童(아동)의 食單及營養價
- 四. 料理講座(其一(기일))
- 五. 料理講座(其二(기이))
- 六. 料理(요리)의 目的(목적)
- 七. 榮養價(영양가)많은 食卓0

【음식관련 내용】

1. 여름철 음식 보관법

여름철에는 음식이 쉽게 쉬어버린다. 따라서 더워지기 전에 이를 방지하여야 한다. 여름철에 제일 잘 쉬는 음식은 우유, 밥, 국, 떡, 두부, 국수 등 대개로 이런 것이다. 냉장고가 있어 잘 보관하면 오래 상하지 않게 할 수 있지만, 얼음이나 냉장고를 집집마다 사용하기는 어렵다.

냉장고를 사용하는 방법

: 냉장고는 여러 크기가 있는데, 작은 살림집이라면 작은 궤짝 형식을 구매하여 얼음을 하루 50여치를 넣어둔다. 이는 밤새 음식을 신선하게 보관할 수 있다. 탈이나기 쉬운 어린이에게 우유를 먹이는 집이라면 이것은 필수로 있어야 할 것이다.

얼음궤가 없을 경우의 방법

- 땅 속

: 별이 잘 들지 않고 서늘하며 통풍이 좋고 청결한 곳을 2, 3자정도 깊이로 파고, 넓이는 사방으로 서너 자를 반듯하게 판 후 시멘트로 발라 놓아 나무덮개를 덮어 만든다.

- 우물 속

: 그릇에 줄을 매어 우물속에 넣어 그 속에 음식을 넣어두면 신선하게 유지된다. 그러나 냉수에 채운다는 것은 일시적 방법이니 여러 번 물을 자주 길어주어야 한다.

표1. 『일일활용 신영양요리법』에 기록된 음식의 보관법

음식	보관법
밥	손가락을 대지 않은 솥밥으로 뜨기 그릇은 질그릇으로 된 질자배기에 담아 삼베 보자로 덮어 땅속에 넣거나 우물에 채워두기
떡	소쿠리나 바구니 같은 그릇에 담고 베보자로 덮어 별이 안 들고 통풍이 좋은 시원한 처마 끝에 매달아 두기 빙고나 땅속, 샘속에 넣어두기
두부	물속 깊이 담가 두어 자주 물을 갈아 주기 땅속과 우물속에 넣어두기
국수	넓은 그릇에 퍼 담고 베보자로 덮고서 땅속과 우물 속에 채워두기 소금물에 담가 서늘한 곳에 두기
곰국	간을 하지말고 백숙으로 끓여 오면 그릇에 담고, 베보자로 덮어 땅속에 두기 먹을 때마다 덜어내어 간을 맞추고 다시 끓여서 먹기 손가락을 대지 않고 솥으로 두기

『일일활용 신영양요리법』에 기록된 음식의 보관법에 기록된 음식은 밥, 떡, 두부, 국수, 곰국, 5가지가 기록되어 있다. 밥의 보관법으로는 손가락을 대지 않은 밥을 뜨는 것과 그릇은 질그릇으로 된 질자배기에 담아 삼베 보자로 덮어 땅속에 넣거나 우물에 채워두는

방법 두 가지가 기록되어 있다. 그 외의 음식들도 서늘하게 보관하기 위해 땅 속에 넣거나 우물 속에 넣어 보관하는 방법들을 소개하고 있다.

2. 생선요리 만드는 법

표 2. 『일일활용 신영양요리법』에 기록된 생선요리

요리	특징	재료	만드는 법
가재미식해	살이 많고 연하고 맛있는 생선	가재미 다섯 마리, 고춧가루반홉, 현미 한 홉, 소금 반 홉 채쳐서 사발	가재미를 비늘을 긁고 내장을 뺀 후 정하게 씻어 등을 쪼개기 → 다시 등을 갈라 그대로 손가락 굵기 만큼만 찢어서놓기 → 무를 채쳐 소금으로 약간 절여 물기를 대강 짜서 놓기 → 현미 밥을 축축하게 지어서 그릇에 퍼담고 식히기 → 절였던 가재미와 무채와 고추와 ---한 개를 섞어 향아리에 담고 꼭 분해 두었다가 보름후 쫄 먹기
은어식해			은어를 씻고 내장을 뺀 후, 잘게 토막을 쳐 소금에 절여 충분히 삭히기 → 밥을 식혀 은어와 섞고 고춧가루, 소금을 넣기 → 무를 채썰어 약간 절였다 함께 넣어 향아리에 담기 → 10여일 후에 먹기
대합식해		흰밥 한사발, 소금 적당히, 대합 두사발, 고춧가루 반홉	밥을 눅눅하게 지어서 그릇에 퍼서 식히기 → 대합은 검은 부분을 다 꺼내고 정하게 씻어서 소금에 약간 절였다가 건지기 → 대강 저어서 밥에 넣고 고춧가루와 소금을 치고 잘 섞이게 한 후에 향아리에 담아 익히기 * 무를 채치어서 절이다 함께 넣어도 좋음
개성찜		무 중 한 개 도- (삶아 쪼갠 것 한 보시기) 오육 밀가루 한 숟가락, 돈육, 은- 반홉, 계육 적당히, -- 반개, 밥, --, 계란 두 개 목--조각, 설탕 한숟가락, 석이 다섯조각, 참기름 한숟가락, 다시마 조금, 마늘 한통, 파두뿌리, 간장	무를 채썰어 반죽해놓고 다시마를 가위로 채치고 고기들을 잘게 썰어 여러 가지 양념을 해서 간을 맞춰 재워놓기 → 도랏을 삶아 쓰지 않게 -- 올려서 잘게 뜯어 놓기 → 은-은 껍질을 벗기고 번--를 잠깐 볶아 속 껍질 벗겨놓기 → 대초는 씻어서 씨를 빼서 씻어놓기 → 밥을 껍질 벗겨서 셋이나 넷에 찜고 숙이 --- 잠깐 물에 씻어 채썬 뒤 기름에 약간 볶아놓기 → 피와 마늘을 익혀놓은 후 솔에 이 여러 가지를 다 차례로 넣고 물을 자잘 자잘하게 부어 간을 맞춰 끓이기 → 계란을 삶아 껍질 벗겨서 대강 썰어넣고 -- 후 그릇에 담고 --을뿌리고 알고명과 양념-을뿌리기

		한종지, 심- 두수 가락, 후춧가루	
미꾸라지탕		미꾸라지 한보시 기, 무 한 개, 두 바 한 채, 파 두 뿌리, 고 반근, 마늘 한 쪽, 계란 두 개, 고추장 한 숟가락, 간장 한 숟가락, 호고초가 조금	미꾸라지를 씻어 물에 담고 소금을 뿌려 해감을 한 뒤 다시 씻기 → 물 한 사발 을 넉넉히 붓고 푹 끓여 체에 나르는 베 헝겊에 걸러 냄비에 담기 → 고기를 잘게 찢어서 갖은 양념을 해서 붓기 → 무나 호박을 썰어서 넣고 간을 맞추어 다시 잠깐 끓여 그릇에 퍼놓기 → 계란황-을 따로 부어서 꿀패-같이 찢어 얹기
녹두물냉회	맛이 구수 하고 달고 좋으며, 영 양상 가치도 상당히 많음	밀가루 한 근, 옥 두 000, 소금 조 금, 물 두 되	밀가루를 물에 되직하게 반죽하여 얇게 밀어서 밀국수처럼 잘게 썰기 → 녹두 는 모래 없이 씻어 솔에 넣고 물을 세 사발쯤 부어 끓이되, 한번 끓으면 냉수를 반 사발쯤 치고 다시 한 번 끓이기 → 이십분쯤 -- 들여가지고 다시 물을 한보시기쯤 붓고 또 다시 끓여서 뜸을 들이기 → 녹두가 훨씬 풀어지면 그릇에 퍼놓고 주걱으로 -- 옥거가지고 체에 걸러놓기 → 걸러 놓은 녹두를 솔에 붓고 소금을 반 숟가락쯤 치고 간을 맞추기 → 불을 때며 팔팔 끓이다가 준비해 놓았던 밀국수를 넓은 젓가락으로 살살 저어 국수가 서로 들러붙지 않도록 풀어 놓기 → 한소끔 더 끓여서 대접에 퍼놓고 먹기

『일일활용 신영양요리법』에 기록된 생선요리는 총 6가지이며, 가재미식해, 은어식해, 대합식해, 개성찜, 미꾸라지탕, 녹두물냉회가 기록되어 있다. 녹두물냉회를 만드는 방법은 다음과 같다. 밀가루를 물에 되직하게 반죽하여 얇게 밀어서 밀국수처럼 잘게 썰고, 녹두는 모래 없이 씻어 솔에 넣고 물을 세 사발쯤 부어 끓이되, 한번 끓으면 냉수를 반 사발쯤 치고 다시 한 번 끓인다. 녹두가 훨씬 풀어지면 그릇에 퍼놓고 체에 거른다. 걸러놓은 녹두를 솔에 붓고 소금 넣어 간을 맞추어 불을 때며 팔팔 끓이다가 준비해 놓았던 밀국수를 넓은 젓가락으로 살살 저어 국수가 서로 들러붙지 않도록 풀어 한소끔 더 끓여서 대접에 퍼놓고 먹는 음식이라고 기록되어 있다.

3. 요리의 목적(기이)

일일활용 신영양요리법에서는 식료품을 요리하여 먹는 목적에는 세 가지가 있는데, 유태물을 막기 위함, 식욕을 돋우고 식품의 영양가를 더하기 위함, 경제상의 이유 때문이라

고 말하고 있다.

식료품을 그대로 먹지 않고 요리를 만드는 것에는 세 가지 목적이 있다.

① 유해물을 막는다.

: 식품에 붙은 전염병균이 씻거나 끓이고 삶는 중에 사라진다. 또한 조리함으로써 고기 등에 붙은 기생충을 죽이게 된다. 또 상한 것을 요리하면서 부패한 독을 제거해 준다. 고유의 독 역시 열을 가하는 등으로 제거할 수 있다.

② 식욕을 돋우고 식품의 영양가를 더해준다.

: 먼저 조리를 하여 식품에 차가움 또는 뜨겁게 적당한 온도를 부여하여, 더운 기후나 추운 기후에서 체온 조절에 도움이 된다. 또한 음식이 생으로 있을 때에는 냄새가 심하거나 맛이 없는 경우가 있는데 이를 조리함으로써 식욕을 생기게 한다. 이는 보기에도 좋고 음식을 연하게 만들어 소화도 도와준다. 게다가 조리는 영양가 또한 더하여 주며, 식품 모양을 아름답게 해 준다.

③ 경제상 이-의함이다.

그냥 보아서 먹을 수 없을 듯한 재료를 잘 만져서 훌륭한 식품을 만들어 놓을 수가 있다.

4. 요리 만드는 이의 자격

『일일활용 신영양요리법』에는 요리를 하는 사람이 지녀야 할 자격으로 첫째, 요리에 대한 지식과 기능을 겸비할 것, 둘째, 경제 사상을 지닐 것, 셋째, 청결과 정돈에 신경 쓸 것, 넷째, 시간관념을 가질 것, 다섯째, 인정스럽고 친절할 것을 강조하고 있다.

요리를 하는 이는 반드시 몇 가지 생각을 하고 있어야 한다.

① 요리에 대한 지식, 기능을 겸비해야 한다.

: 식품의 영양가치와 식료품과 식품선택에 대한 것, 식물 배합에 대한 것. 식료품감별에 대한 일반지식을 가져야 할 것이다.

② 경제사상을 가져야 한다.

: 식료품을 사 들일때 남는 것이 없도록 해야 하며 조리 시간, 노력, 연료, 기구에 대하여 낭비가 없도록 한다.

③, 청결과 정돈에 신경써야 한다.

: 부엌에 있는 기구들을 깨끗하게 하고, 조리시에는 의복과 머리와 손을 청결하게 한다. 그릇들을 깨끗하게 닦고 음식에 이물질이 들지 않도록 해야 한다.

④ 시간관념을 가져야 한다.

: 손님을 청해 놓고 정한 시간이 지나도록 음식이 나오지 않는 일이 없도록 해야 한다.

⑤ 인정스럽고 친절해야 한다.

: 음식상 앞에서는 좋은 얼굴로 사람을 대하여야 기쁜 마음으로 음식을 먹을 수 있다.

5. 음식 만들 때의 주의

『일일활용 신영양요리법』에는 음식을 만들 때 주의할 사항으로 몸과 조리기구, 주변을 청결히 하는 것을 강조하고 있다. 그 내용은 다음과 같다.

- ① 음식을 만드는 이의 그럴듯하게 몸을 간단 청결하게 만들 것
- ② 요리할 때는 반드시 손톱을 깨끗이 깎고 할 것
- ③ 요리에 소용될 기구와 재료를 전부 찾아서 정돈해 놓고서 시작할 것
- ④ 음식 만들면서 말하지 말 것
- ⑤ 자기 몸으로부터 일반 가구전부가 청결하고 정돈 되어 있어야 할 것

6. 일년감(토마토)

『일일활용 신영양요리법』에서는 일년감이라 불리는 토마토에 대해서도 상세히 설명하고 있다. 토마토의 신체에 유익한 점과 외국에서 유래된 토마토를 낫설어 하는 한국사람들이 처음 먹을 때에 먹는 것을 연습하는 방법, 사용하는 방법에 대해 상세히 설명하고 있다.

일년감(토마토)의 유익

일년감이 우리 몸에 얼마나 유익한지 알아보자.

- ① 일년감은 소화를 상쾌하게 돕는다
- ② 일년감은 위장을 강건케 한다
- ③ 일년감은 혈액을 정화한다
- ④ 비타민과 이밖에 유익한 성분이 풍부하게 함유해있다
- ⑤ 시일하게도 --- 면케한다.
- ⑥ 여러 가지 맛을 구비하게 가지고 있다
- ⑦ 몹시 더운 담을 흘리는 때에 시원케 하는 능통을 갖고 있다

일년감을 먹는 것을 연습하기에 좋은 방법

: 일년감을 처음 먹는 사람들은 비리다고도 하고 아니-다고도 해야 먹지 않으려 한다. 그러나 일년감을 깨끗이 씻어서 한 칸 두께로 얇고 동글게 썰어 접시에 담고 흰색 당을 뿌린

뒤, 삭산을 약간 쳐서 먹으면 좋다. 이렇게 차차 먹기 시작하면 이보다 더 좋은 영양가가 있는 것이 없다.

일년감 사용 하는 법

: 먼저 정한 물에 씻어 뜨거운 물에 넣은 뒤 즉시 건진다. 이를 냉수에 담어 다시 식혀 껍질을 살살 손끝으로 벗기면 잘 벗겨진다. 뜨거운 물에 오래 담아두면 너무 익어서 부스러지고 만다. 이렇게 껍질을 벗겨 소금을 약간 짝어 먹어도 좋다.

7. 정월음식 상차림 몇 가지

日日(일일)의 食○

正月食○(정월음식)

조선에는 정월 음식으로 딱 한가지로 정해져있지 않다. 집집마다 차이가 있어 일정하다고 할 수 없다. 하지만 대개로 정초에는 정월 한 달 내내 떡국을 먹는다. 또한, 초승에 친분 있는 지인끼리 모여 화로가에 둘러 앉아 인절미를 구워 꿀을 짝어 먹으며 사교의 재미를 다진다. 때문에 흰떡이나 인절미를 만드는 법은 모든 가정에 익숙하다. 아래로는 정월음식 몇 가지의 상 차리는 법과 조리법이다.

◇ 상 차리는 법 ◇

표 3. 정월음식 상차림 첫 번째

○正月食○			
	아침	점심	저녁
수요일	떡국 김치 전유어 초장 편육 간장	국수장국 편육 (○어서) 장김치 잡채 초장, 간장 전유어 과일	흰밥 시금치, ○ ○국 ○나물, 김 김치 고기구이 전유어 시케
목요일	흰밥 어리굴젓 미역국 장김치 동침이(김치) 과일(사과)	만두(떡국에 만두) 초장 김치 잠느르미 전유어 수정과 편육 과일(굴)	팥밥 무나물 떡국 깍둑이 김치 시케 마늘선 과일(○)
금요일	잡곡밥(검은콩밥) 김치 깍둑이 맑은장국 실과(굴) 두부찌개	떡국 녹두불임이 생선전유어 나물 초장 시케 김치 실과	흰밥 김 굴국 생선구이 김치 수정과 메리치젓 과일
토요일	떡국 초장 편육 도랏나물	흰밥 김 배추지짐이 굴전유어	흰밥 김 굴국 생선구이

	녹두불임이 과일(사과) 김치	김치 수정과 깍둑이 과일(굴)	김치 수정과 메리치젓 과일
일요일	흰밥 배추나물 무채국 계장 김치 과일(굴) 김	흰밥 튀각 두부전골 굴젓 김치 과일(사과) 깍둑이	흰밥 감자전 생선국 나물 김치 장아찌 깍둑이 과일(배)
월요일	떡국 편육 김치 과일 나물	흰밥 김치 김치지짐이 깍둑이 김 과일	만두 김치 편육 나물 산적 약식 초장 시케, 과일
화요일	흰밥 깍둑이 맑은장국 김 김치 과일	떡국(국수와 섞어서 혹은 만두와 섞어) 편육 초장 ○○적 약식 김치 실과	잡곡밥 계란찌개 무국 깍둑이 김치 장아찌 과일

표 4. 정월음식 상차림 두 번째

○正月食○			
	아침	점심	저녁
월요일	떡국 편육 김치 실과	흰밥 지짐이 나물 김치 (잠누르미)	팔밥 김치 팻국 깍둑이 전유어
화요일	흰밥 김치 곰국 장아찌 김	국수장국 편육 나박김치 나물(채소)	팔밥 마른반찬 전골 깍둑이 김치
수요일	흰밥 튀각 채소국 너비아니 김치	만두 김치 나물(잡채) 파○ 전유어	잡곡밥 시금치나물 생선국(우파숙주 섞어서) 김치 깍둑이
목요일	흰밥 콩나물 감자국 장산적 김치	밀국수 약식 김치 실과 편육	흰밥 김치 무지짐이 깍둑이 도랏생채
금요일	흰밥 김치 맑은장국 깍둑이 김	흰밥 김치 황석어 숙주나물 (무를 새우젓에 볶은 것) 깍둑이	밥(콩 팥 기장) 무생채 고초장찌개 김치 (미역 조개 고기) 실과
토요일	흰밥 생선조림 두부국 실과 김치	비빔밥 튀각 무국 깍둑이 김치	흰밥 약고초장 곰국 김치 배차쭈대○ 깍둑이
일요일	흰밥 배차장아찌 미역국 실과 깍둑이	수접이 깍둑이 김치 과일 나물	닭발 김치 무지짐이 깍둑이 명란찌개 실과

표 5. 정월음식 상차림 세 번째

三月食○○			
	아침	점심	저녁
월요일	흰밥 햇깍두기 채소국(된장) 쑥갓나물 나박김치 실과(굴)	흰밥 나박김치 고초장찌개 계젓 김 실과(사과)	팔밥 나물 옥어지국 깍두기 김치 실과(배) 장아찌
화요일	흰밥 깍두기 맑은장국 너비아니 나박김치 실과(배) 김	떡국 쑥갓나물 김치 편육 파산적 시케	잡곡밥 생선조림 토장국 무생채 김치 실과(사과) 깍두기
수요일	귀리죽 커피차 수란 우유 면보 실과(굴)	흰밥 배차무침 무지짐이 마늘선 김치 실과(사과) 깍두기	잡곡밥 김무침 생선국 시금치나물 김치 실과(배) 깍두기
목요일	흰밥 깍두기 냉이국 김 김치 굴젓 깍두기	흰밥 깍두기 감가지짐이 계란찌개 김치 실과(굴)	콩국 인절미 김치 실과(사과) 시금치나물
금요일	흰밥 감자전 무국 콩나물 김치 실과(굴) 깍두기	흰밥 굴전유어 채소전골 미나리나물 김치 실과(사과) 깍두기	김치밥 무생채 맑은장국 튀각 깍두기 실과(배)
토요일	흰밥 장조림 토장국 건대나물 김치 실과(굴) 깍두기	흰밥 깍두기 스끼야끼 신선한나물 김치 실과(배)	잡곡밥 깍두기 콩나물국 계장 구기구이 무생채 김치 실과(사과)
일요일	흰밥 김치 김 깍두기 미역국 실과(굴)	흰밥 장조림 두부전골 풋나물 김치 실과(사과) 깍두기	콩나물밥 배차나물 곰국 명란젓 김치 실과(배) 깍두기

표 6. 정월음식 상차림 네 번째

四月食○○			
	아침	점심	저녁
월요일	흰밥 김치 냉이국 계란찌개 도라트생채 실과(사과) 취찜	검은콩밥 어리굴젓 두부전골 김치 물쑥나물 실과(굴) 조기구이	흰밥 김치 김치지짐이 무생채 고기구이 실과(배) 배차장앗지
화요일	흰밥 깍두기 시금치국 김치	흰밥 쑥갓나물 고기볶음 김치	잡곡밥 미역볶음 된장찌개 김치

	탕평채 실과(빠나나) 송어조림	계절 실과(굴) 잡채	누름적 깍둑이 무생채 실과(사과)
수요일	흰밥 명란 애당국 김치 시금치나물 실과(사과) 감자전	양파전골 숙주나물 흰밥 김치 어리굴젓 실과(굴) 무장아찌	기장밥 채소무침 미역지짐이 계란전 마늘선 김치깍둑이 산적 실과(배)
목요일	흰밥 무생채 모시조개국 김치 김 깍둑이 채소뎀부라 실과(굴)	배차지짐이 복어구이 흰밥 김치 조기조림 깍둑이 콩나물 실과(배)	보리밥 파산적 된장찌개 김치 배차○찜 깍둑이 미나리강회 실과(빠나나)
금요일	흰밥 무생채 소두장어국 김치 송어조림 깍둑이 장아찌 실과(사과)	흰밥 김치 고초장찌개 깍둑이 파초대 실과(빠나나) 장산적	팔밥 채소나물 김치지짐이 김치 튀각 깍둑이 계란찌개 실과(굴)
토요일	흰밥 김치 토장국 깍둑이 숙주나물 실과(사과) 김치뎀부라 장아찌	비빔밥 실과 장산적 어류사탕 너비아니	잡곡밥 김치 된장찌개 깍둑이 무생채 실과(배) 조개전유어 시금치나물
일요일	귀리죽 커피차 면보 수란 빠터 우유 딸기잼 실과(사과)	흰밥 생선조림 채소국 계장 너비아니 김치깍둑이 무나물 실과(굴)	곰국 물썩나물 흰밥 묵무침 양파전유어 실과(배) 썩게나물

표 7. 정월음식 상차림 다섯 번째

五月食○○(○○)			
	아침	점심	저녁
일요일	배추국 흰밥 수란, 조개회 초고추장, 나물 (호배추, 담근 무양념들) 김치, 실과	비빔밥 무채국, 튀각 김치, 깍둑이 실과 「이날 점심은 특별한 음식을 나가사 잡수셔 도 ○○○○」	잡곡밥 무뽕음 조기구이(자반조기) 시금치나물 썩갓쌈, 김치 깍둑이, 실과
월요일	맑은장국 흰밥 수란 채소뎀부라 김치 무생채 실과(굴)	흰밥 보리송늬(뜨겁게) 생치, 썩갓쌈 고추장찌개 김치 너비아니(우육) 실과(수외로)	두부전골 서속밥 산나물 굴회 초고추장 김치 실과
화요일	민어국	냉면	된장찌개 보리밥, 굴뎀

	흰밥 나물(채소) 김치 깍둑이 조개전(미명조개) 실과	나물(신선한 채소 여러 가지 섞어서) 김치 편육 초장 실과	부라(푸라이오이스터) 탕평채(묵초나물) 배추속대쌈(호배추) 김치 깍둑이 실과
수요일	시금치국 흰밥 수란 김치 메루치뎀부라 무나물 실과	고추장찌개(두부넣고) 팔밥 생선구이 썩갓나물 김치 깍둑이 실과	흰밥 콩비지 치볶음 약고추장 김치 제육구이 실과
목요일	조개국 팔밥 연계구이 무생채 김치 깍둑이 실과	편수 김치 전유어 초장 나물(채소) 실과 개피떡	채소지짐이 콩밥(검은콩) 도랏생채 튀각(다시마) 김치 깍둑이 실과
금요일	콩나물국 흰밥 수란 잡산적(고기, 파, 담근 도랏) 어리굴젓 김치, 실과	흰밥 생치쌈 고추장찌개 김치 복어구이 깍둑이 실과	무악저지(새우젓으로) 잡곡밥 콩나물 마늘선 알찌개 김치깍둑이 실과
토요일	조기국 흰밥 김치 깍둑이 감자전 나물 신선한채소 실과	국수비빔 김치 깍둑이 썩갓나물 증편 실과	잡곡밥 조개찌개 김치 깍둑이 실과 파전(동근파) 조기조림

실과를 끼니마다 일정하게 한 사람이 한 개씩만 종류를 바꾸어 먹는다면 경제상 큰 부담도 없고, 영양상으로 아주 좋다. 또는 채소를 여러 가지로 바꾸어 가며 채소반찬의 분량을 늘이고 밥의 분량을 조금 줄이면 매우 좋다. 쌀은 백미밥이 먹기에는 좋으나 중요한 영양소 ‘빠이타민’이 부족하므로 각기병이 생길 수 있다. 따라서 덜 찜은 노란배자가 쌀에 붙어 있는 것을 섭취하여 영양을 보전하는 것이 좋다.

표 8. 정월음식 상차림 여섯 번째

五月食○○(○○)			
	아침	점심	저녁
월요일	콩나물국 흰밥 김치 오증어채복음 깍둑이	흰밥 김치 깍둑이 무장아찌	팥밥 된장찌개 김치 깍둑이 비웃구이
화요일	팥밥 시금치국 김치 깍둑이 복어조림	팥밥 복어조림 김치 깍둑이 고추장	보리밥 콩나물 김치 깍둑이 무말랭이무침
수요일	흰밥 미역국 김치 깍둑이 감자조림	흰밥 새우젓 김치 깍둑이 시금치나물	죽(녹두나 팥이나 ○○ ○이나) 김치 나물
목요일	흰밥 두부국 김치 깍둑이 풋나물	흰밥 김치 깍둑이 콩나물	팥밥 김치 무지짐이 깍둑 배치나 생치쌈
금요일	흰밥 복어지짐이 김치 깍둑이 무나물	수접이 김치 깍둑이	검은콩밥 된장지짐이 배차○ 넣고 찐지 깍둑이 비웃조림
토요일	흰밥 파국 김치 깍둑이 콩자반	흰밥 숙주나물 김치 깍둑이 장아찌	콩나물국 김치 시금치나물
일요일	흰밥 시금치국 김치 장아찌	밀국수 김치 실과(한 주일에 한 번이 라도 굴이나 빠나나를 먹어야 합니다) 고기구이	서속밥 김치 깍둑이 미역무침 된장찌개

위의 여섯 가지 표는 정월음식의 상차림의 예를 보여주는 것으로 일주일동안의 아침, 점심, 저녁 식단을 보여주고 있다. 흰밥과 국, 나물, 김치, 장아찌로 구성되는 간단한 상차

림에서부터 흰밥과 송늬, 생치, 썩갓쌈, 고추장찌개, 김치, 너비아니와 과일로 구성된 식단, 비빔밥이나 국수장국을 포함한 식단 등 다양하게 구성되어 있다.

8. 여러 가지 음식 만드는 법(가~하)

표 9. 여러 가지 음식 만드는 법. -가-

음식명	재료	만드는 법
각독이	무 썰은 것 한 동이, 고추 한 되, 미나리 잘은 것 두 사발, 청각 반 사발, 생각 익은 것 한 종자, 소금 두 홉, 배추 썰은 것 반 동이, 파 채친 것 한 사발, 마늘 익은 것 한 종자, 젓국 한 사발, 갓 썰은 것 한 사발	<p>절은 무를 칠푼 장광에 서푼 두께로 썰고 배추는 잘 ○은 것으로 칠푼 길이 되게 썰어서 놓기 → 고추는 무거리(엄맹이로 친 것)고초를 만들고 파는 한 치 길이씩 썰어 채치고 미나리는 한 치 길이로 잘라놓고, 파 생은 곱게 낙여서 놓고 청각은 대강 뜯어 놓기 → 큰 그릇에 무를 담고 고초가로를 넣고 새우젓젓국을 넣은 후 두 손으로 오래 섞어서 무에 고초들이 들도록 문질러 섞기 → 배추 썰은 것과 여러 가지 양념 한 것을 다 넣고 잘 섞어서 독에 담고, 씻은 우거지로 위를 덮고 돌을 눌러 넣은 후 꼭 봉해서 잘 덮어 두기</p> <p>* 절일 때는 무 한 동이에 소금 신관승으로 칠홉○비레로 저리고 새우젓은 잘 익혀서 물을 조금 붓고 잘 풀어서 고은 체에 받혀서 국물을 부음. 분량은 집에 따라 다르되 버무리는 분량만 기록한 것으로 한 동이의 무에 넣는 양념 분량임</p>
간장	콩 한말로 만든 분량의 메주, 물 다섯 동이, 소금 한 말 두 되, 대초 열 개, 고초 열 개	<p>잘 씻은 독에 소금물을 풀어놓기 → 메주를 솔로 씻어서 독 속에 차례로 쟁여 넣기 → 준비해 두었던 소금물을 체에 받쳐 붓고 고초와 대초를 ○이로 넣고 망사로 봉해 덮개로 덮어 삼사일 두기 → 날마다 덮개를 열어 별을 쪼이고 저녁이면 다시 잘 덮기를 사십일 동안 지낸 후에 장을 뜨기</p> <p>*장 뜨기 : 독을 준비하고 체를 올려놓고 장을 퍼서 체에 받쳐 가지고 가마솥에 부어 달이기. 간장 한 동이에 검은콩 반 되씩만 넣고 끓이면 장 빛이 검고 좋으며 다 끓여서 식혀 독에 붓고 망사로 봉해서 잘 덮은 뒤 매일 뜨거운 별을 쪼이기. 이렇게 여러 해 묵은 것일수록 장맛과 빛이 좋음</p>
감자가루		마령서를 껍질 벗기고 얇게 저며서 물에 담아 올리기 → 자주 물을 갈아 부어서 아린 맛을 없이

		<p>하기 → 멧돌에 오랫동안 갈아 앉힌 후 윗물만 따라버리고 얇게 펴놓아 말리기 → 곱게 채에 쳐서 두고 쓰기</p> <p>* 물에 올린 감자를 멧돌에 갈지 않고 별에 말려서 절구에 찧어 고운 체에 쳐서 하는 방법도 있음</p>
감가루		<p>뚫지 않고 단단한 생감을 껍질을 벗기고 얇게 저미기 → 별에 바삭 말려서 절구에 찧어 고운 체에 치기</p> <p>* 떡을 만드는 등 여러 가지 음식에 쓰임</p>
계젓(방계)	계, 고초, 생강, 간장	<p>물에 넣고 솔로 문질러 씻어 항아리에 담아 넓적한 덮개로 덮기 → 절구로 엮어 놓아 불을 다 빼기 → 항아리에 담고 붉은 고초를 씨 빼고 세 토막으로 잘라 넣기 → 생도 얇게 저며서 넣기 → 간장을 계가 잠길 만큼 펄펄 끓여서 다시 식혀 붓고 꼭 봉해두어 익히기</p>
계자		<p>계자가루(Mustrard)를 사서 만들 때에 가량 五人分(오인분)을 만들려면 계자가루 적은 한 손가락을 그릇에 담은 후, 손가락으로 먼저 가루를 잘 저어가면서 물은 한 손가락을 가지고 한 방울씩 한 방울씩 떨어뜨리면서 잘 섞어서 씬. ○를 대신으로 초를 한 손가락 넣어서 만들어도 좋으니 식성에 맞게 할 것</p>
깨소금		<p>참깨를 먼저 씻어서 모래 없이 잘 널어가지고 체에 건져 놓기 → 물이 다 빠진 후에 솔에 넣고 불을 때어서 볶는데, 주걱으로 빨리빨리 저어가면서 볶다가 손가락 끝으로 깨를 비벼보아서 잘 부서지거든 퍼내기 → 많은 것은 절구에 찧고 적은 것은 회구에 찧음, 깨 五○이면 소금 한 손가락 비레로 넣어서 하고 깨 빛은 누런 빛이 나기 전에 급히 꺼내어야 함</p>
갓김치	갓 썰은 것 두 사발, 파 네 개, 고초 세 개, 소금 적당히, 마늘 반 쪽, 미나리 반 보시기	<p>갓 줄거리는 껍질을 벗겨 한 치 길이로 썰기 → 미나리를 씻어 한 치 길이로 자르고 갓 연한 속잎을 넣기 → 고초, 마늘, 파도 곱게 채쳐서 넣고 간을 잘 맞추어 익히기</p>
굴깍두기	무 큰 것 세 개, 생강 조금, 굴 한 보시기, 마늘 반쪽, 파 네 개, 배추 큰 것 한 통, 미나리 썰은 것 한 보시기, 젓국 적당히, 고초 다섯 개	<p>배추를 씻어 한 치 길이로 잘라서 채치기 → 미나리도 다듬어서 깨끗하게 씻어 한 치 길이로 썰기 → 무를 채치고 파와 고추를 채쳐 놓고 생과 마늘은 잘게 이겨서 굴과 함께 이 모든 것을 다 섞기 → 젓국으로 간을 맞추어 항아리에 담아 잘 썬 우거지로 위를 덮고 꼭 봉해서 익히기</p>

<p>곤쟁이젓 김치</p>	<p>배추 큰 것 두 통, 마늘 반 쪽, 무 두 개, 생강 조금, 파 다섯 개, 소금 한 보시 기, 고초 큰 것, 젓국 적당히</p>	<p>배추와 무를 씻어 배추는 칠푼 길이로 자르고 무는 넓은 장광과 한 푼 무게로 썰어서 소금에 잘 절이기 → 소금물을 다 따라 버린 후 고초와 파는 채치고 마늘과 생강은 잘게 이겨서 다 합쳐 넣고 섞기 → 곤쟁이젓으로 간을 맞추되 싱거울 때는 소금을 좀 넣어서 간을 잘 보아 향아리에 담기 → 형겅이나 정한 종이로 꼭 봉해서 잘 덮어 익히기</p>
<p>굴김치</p>	<p>굴 한 사발, 파 두 개, 고초 세 개, 물 반 사발, 소금 한 종자</p>	<p>굴을 돌 없는 것으로 잘 골라서 씻어가지고 채반에 담아 놓아 물을 다 빼기 → 향아리에 담고 소금, 고초 대강 이긴 것과 파 채친 것들을 넣고 물을 붓기 → 서너 시간 후에 그 물을 가만히 따라서 펄펄 끓여 다시 식히기 → 미지근할 때에 다시 붓고 잘 덮어 더운 곳에 두고 보자로 덥게 그릇을 덮어 놓아두면 하루 지난 후에는 익음 * 잘 절은 배추와 잘 절은 무를 채쳐 넣던지 혹은 나백김치처럼 썰어 넣고 담아도 좋음</p>
<p>김찬국</p>	<p>김 열 장, 초 적당하게, 간장 반 종자, 파 두 개, 기름 반 숟가락, 고초가루 약간, 고기 반의 반 근, 물 네 홉</p>	<p>좋은 살코기를 잘게 이겨서 간장과 파 이긴 것과 기름을 넣고 잘 섞어 냄비에 볶기 → 식혀서 물에 넣고 김을 정하게 ○를 다 ○고서 불에 약간 구어 부스러트려 고기에 넣고 초를 쳐서 간을 알맞게 만들기 * 고기 없이 김으로만 하여도 됨</p>
<p>고초장찌개</p>	<p>고초장 두 숟가락, 파 두 뿌리, 고기 반의 반근, 물 한 홉, 고기 세 조각, 기름 한 방울</p>	<p>○○이에 고초장을 넣기 → 파 이겨놓고 기름 치고 표고를 정하게 씻어 잘게 썰어넣기 → 고기를 잘게 이겨 넣던지 채를 썰어 넣던지 하고 물치고 끓임</p>
<p>가리구이</p>	<p>가리 두 대, 깨소금 한 숟가락, 간장 두 숟가락, 파 한 개, 기름 반 숟가락, 후추 조금, 마늘 조금</p>	<p>암소의 가리를 한 개씩 따로 떼어, 한 치 길이씩 잘라서 정하게 물에 씻어서 보자에 꼭꼭 싸서 물기 없이 하기 → 칼로 살을 잘게 여며 놓기(살이 떨어지지 않도록) → 간장에 파 이긴 것, 깨소금 마늘 이긴 것, 기름, 후추 등을 다함께 섞기 → 그릇에 가리토막을 펴 놓고 간장을 바르고 또 가리를 한 켠 놓고 장을 바르고 이렇게 고르게 하기 → 번철에 기름을 바르고 지져 먹을 때는 석쇠에 구워 먹기</p>
<p>국수장국(온면)</p>	<p>고기 반 근, 깨소금 한 숟가락, 국수 열 두 손, 기름 반 숟가락, 간장 반 종자, 후추 조금, 계란 한 개, 파 두 뿌리</p>	<p>먼저 맑은 장국을 끓여놓기(국법 참고) → 고기를 가늘게 채쳐서 파 익은 것과 깨소금, 후추, 간장, 기름(두어 방울만)을 넣고 잘 섞어서 냄비에 볶아놓기 → 국수를 더운 물에 넣어서 잘 흔들어 체에 건져서 물을 다 빼어 대접이나 함에 담기 → 장국에는 계란을 깨뜨려 넣고 휘휘 저어</p>

		서 대강만 풀리게 해서 국수에 붓기 → 고기 볶은 것을 국수 위에 얹고 계란 양념 채친 것을 얹기. *국수 위에 얹는 고기는 혹은 섭산적을 만들어 다시 이겨서 얹기도 함
국수비빔	고기 반의 반근, 간장 두 숟가락, 국수 열 손, 깨소금 한 숟가락, 김치 채친 것 반 보시기, 후추 조금, 편육 십근, 파 한 뿌리, 미나리 썰은 것 한 보시기, 설탕 반 숟가락, 계란 한 개, 생강 조금	고기는 섭산적을 만들어 잘게 이겨놓기 → 파와 생강은 잘게 이기고 김치는 잘게 채치고 편육도 잘게 채치고 미나리는 한 치 길이로 잘라서 소금에 잠깐 절여서 물기 없이 꼭 짜가지고 기름에 볶기 → 계란은 황백청을 얇게 부쳐서 닷 분 길이로 가늘게 채쳐 놓기 → 국수를 물에 빨되 붓지 않도록 속히 하여 큰 그릇에 담기 → 이 위에 만들어 놓은 여러 가지 양념들을 다 넣고 장국이나 혹은 맛있는 김치국을 조금 치고 부쳐서 그릇에 넣기 → 맨위에 계란 채친 것을 얹기
김무침	김 열 장, 파 한 개, 간장 반 숟가락, 깨소금 반 숟가락, 기름 반 숟가락, 설탕 조금	김을 티 없이 정하게 골라서 불에 약간 구어서 손으로 부스러트리기 → 간장, 깨소금, 파 이긴 것, 설탕, 기름, 고초가르들을 치고 섞기
굴정과		굴을 껍질 벗기고 힘줄을 뜯어내고 쪽이 떨어지지 않도록 하여 ○으로 두툼 두께로 썰어서 접시에 모양있게 놓고 설탕을 뿌리기 쪽쪽이 떼여서 힘줄을 다 뜯고 설탕을 넣고 물 조금 치고 졸여서 씹
급히 장 만들기		소금 칠 홉을 볶다가 밀가루 팔 홉을 섞어서 빛이 누르게 볶기 → 묽은 된장을 섞고 물 여섯 사발을 붓고 끓여 세 사발이 되도록 졸임

『일일활용 신영양요리법』에는 요리를 가나다순으로 나누어 소개하고 있다. 그 중 가 그룹에 속하는 음식으로는 19가지가 있으며, 각뚝이, 간장, 감자가루, 김가루, 계젓, 계자, 깨소금, 갓김치, 굴각두기, 곤쟁이젓 김치, 굴김치, 김찬국, 고초장찌개, 가리구이, 국수장국, 국수비빔, 김무침, 굴정과, 급히 장 만들기 방법이 기록되어 있다. 굴정과는 굴을 껍질 벗기고 힘줄을 뜯어내어 썰고, 접시에 모양 있게 놓아 설탕을 뿌리고 물을 조금 뿌려 졸여 먹는 음식이라 설명되어 있다.

표 10. 여러 가지 음식 만드는 법. -나-

음식명	재료	만드는 법
나백김치	무 큰 것 두 개, 움 파 채친 것 한 종자.	무를 정하게 씻어 오 픈, 장광으로 한 픈 두께로 썰어서 소금에 절여 놓기 → 미나리를 뿌리와 잎

	미나리 썰은 것 한 보시기, 마늘 반 쪽, 생강 조금, 고초 마른 것 두 개	사귀를 자르고 정하게 씻어 한 치 길이로 자르기 → 파를 한 치 길이로 잘라서 채치기 → 실고초도 썰고 마늘과 생도 가늘게 채쳐서 놓기 → 무를 건져서 여러 가지 양념을 다 넣고 조심하여 섞어 항아리에 담기 → 무 절인 소금물을 간 보아서 간 맞게 하여 붓고 잘 덮어 두기
녹말편	녹말 한 종자, 설탕 차 숟가락으로 반 숟가락, 물 네 종자, 색소 적당히	물에 녹말을 풀어서 체에 걸러 화로에 올려놓고 잘 저어가면서 끓이기 → 설탕과 색소는 식료품상점에서 구입하여 옥색과 분홍과 노랑을 각각 적당히 넣고 잘 섞기 → 평평한 그릇에 담아서 찬 곳에 놓아 굳히기 → 사방 팔푼쯤 납작 납작 썰어 접시에 담아 놓거나 생실과와 함께 놓음
누름적	고기 반 근, 간장 한 종자, 도라지 썰은 것 반 사발, 깨소금 두 숟가락, 박오가리 한 사발, 후추 조금, 파 썰은 것 한 보시기, 밀가루 반 보시기, 계란 두 개, 꼬챙이 적당히, 기름 한 종자	도라지를 적당히 삶아서 냉수에 담고 쓴 맛을 다 빼기(너무 무르지 않게 적당하게 삶을 것) → 돌에 쪼개서 한 치 닷분 길이로 자르고 고기는 두 푼 두께로 저며 다시 서푼 넓이로 썰기 → 박오가리도 같은 모양으로 썰고 파는 잘게 이기고, 간장과 깨소금 후추를 치고 잘 섞기 → 꼬챙이에 한 가지씩 결들여 끼워가지고 도마에 놓고 칼로 약간 떨어지지 않도록 이겨 끝을 가지런히 베기 → 밀가루를 묻히고 계란을 씌워서 번철에 기름을 바르고 지지기

『일일활용 신영양요리법』에 나그릅 음식으로는 나백김치, 녹말편, 누름적 3가지가 기록되어 있다. 녹말편은 물에 녹말을 풀어서 체에 걸러 화로에 올려놓고 잘 저어가면서 끓이다가 식료품상점에서 구입한 옥색과 분홍과 노랑을 각각 적당히 넣고 잘 섞고, 평평한 그릇에 담아서 찬 곳에 놓아 굳혀 먹는 음식이라 설명하였다.

표 11. 여러 가지 음식 만드는 법. -다-

음식명	재료	만드는 법
동김치	무(잘고 연하고 몸이 곱고 가늘고 얇전한 것) 한 동이, 소금 한 되, 고초 반 홉, 생강 네 쪽, 청각 반 홉, 물 한 동이	무의 대가리와 꼬리를 따고 잔털을 다 뽑고 정하게 씻어서 소금에 절이기(이 절였던 소금물로 국물을 할 것이니 정하게 할 것) → 무 한 동이에 소금 칠 홉 오작의 비례로 절여놓기(절이는 법 : 무 한 켠 놓고 소금뿌리고, 또 무 한 켠 놓고 소금 뿌리고 이와 같이 할 것) → 잘 덮어서 이 삼일간 두기 → 무가 다 절은 후 땅에 묻은 독에 옮겨 담되 옮겨 담을 때에는 무 한 켠 놓고 양념을 뿌리고 또 무 한 켠 놓고 양념을 뿌려 다 담기 → 맨 위에 남은 양념을 넣고 무거운 돌을 정결하게 씻어서 눌러 엮기 → 무 절였던 소금물을 가는 체에 여러 번 받쳐 무 독에

		붓고 맛보아 삼삼하면(동침이는 무보다 국물을 많이 먹는 것이므로 물을 넉넉히 붓고 또 깨끗이 담을지라) 꼭 봉하여 두었다가 겨울에 먹기
대하무침	대하 열 개, 깨소금 한 숟가락, 기름 한 숟가락, 고초 한 개, 간장 반 종자, 후추 조금	대하(새우)를 껍질 벗기고 보자에 싸서 방망이로 째어 잘게 부스러트려서 그릇에 담기 → 간장과 여러 가지 양념을 넣어 잘 섞어서 접시에 담아 놓기 * 설탕은 조금 넣어 무치면 좋음
도토리묵		도토리를 물에 담아 불릴 때에 자주자주 물을 갈아 붓고서 떼은 맛이 없도록 올리기 → 껍질을 다 벗기고 맷돌에 갈아서 고운 체에 받쳐 갈아 앉쳐서 윗물을 버리기 → 가라앉은 것을 솔에 붓고 물을 치고 저어가면서 따라 묽은 죽과 같이 되면 퍼서 그릇에 담아 굳히기
돌나물김치	돌나물 한 사발, 고초 세 개, 소금 한 종자, 마늘 한 쪽, 파 두 개, 밀가루 한 숟가락	돌나물을 뿌리를 따고 정하게 다듬어 물에 여러 번 씻기 → 소금에 약간 절였다가 건져서 그릇에 담기 → 파와 고초는 채치고 마늘은 잘게 이겨서 함께 섞어 항아리에 담기 → 소금물을 간 맞게 만들어 밀가루를 잘 풀어 넣고 펄펄 끓여서 식히기 → 이를 부어서 잘 덮어 하루동안 익히기
두부찌개	두부 한 채, 고추장 한 숟가락, 물 세 홑, 고기 반의 반 근, 기름 한 방울, 표고 세 조각, 생강 조금	뚝배기에 고추장을 담고 파는 한 치 길이씩 잘라서 채쳐 넣고 고기는 잘고 얇게 썰어 넣고 표고는 정하게 씻어서 잘게 썰어 넣고 생강은 곱게 위여 넣고 잘 섞기 → 물을 치고 끓여서 완화에서 오래 끓이기 → 본맛이 생긴 후에 두부를 세 토막에 잘라가지고 한 푼 두께로 썰어서 넣고 잠깐 더 끓여 먹기
된장찌개	된장 한 종자, 파 두 개, 고기 반의 반 근, 물 세 홑, 버섯 네 개, 고초 반 개, 생강 조금	고기를 곱게 이겨서 뚝배기에 넣고 버섯과 생강과 파와 고초들을 모두 잘게 이겨서 넣기 → 물을 치고 만화에 오래 끓이기
닭구이	닭 한 마리, 깨소금 한 숟가락, 간장 반 종자, 후추 조금, 기름 한 숟가락, 파 한 뿌리, 생강 약간	닭을 먼저 잡아서 죽인 후에 끓는 불에 넣고 털을 다 뜯고 배를 갈라서 내장을 빼고 정하게 씻기 → 살을 얇게 저며서 이 위에 적은 양념을 다 넣고 잘 섞어서 꼭꼭 눌러놓기 → 석쇠에 구어서 먹기 *생강과 마늘과 파는 곱게 이겨서 넣음
떡국	(2인분) 흰떡 십오가래, 간장 반 종자, 고기 반 근, 깨소금 한 숟가락, 계란 한 개, 후추 조금, 파 큰 한 뿌리, 물 세 그릇	산적이나 섭산적(산적○○○○○ 둘 것)을 만들어 육 푼 길이 서푼 넓이로 썰기 → 맑은 장국을 맛있게 끓이고 국이 펄펄 끓을 때 흰 떡을 한 푼 두께 비슷 비슷 썰어서 넣어 잠깐 끓이기(너무 오래 끓이면 떡이 풀어짐) → 계란을 한 개 깨뜨려 넣고 휘휘 저어서 대접에 담고 산적 썰은 것을 맨 위에 얹기
생떡국	쌀가루 오 홑, 후추 조금, 고기 반 근, 파 한 뿌리,	쌀가루를(맵쌀을 불려서 짰어 가로를 만들어) 반죽할 때에 계란 한 개 넣고 물에 반죽해서 도토리만큼씩

	<p>간장 한 종자, 물 세 대 접, 기름 두어 방울, 깨소금 반 숟가락, 계란 두 개</p>	<p>만들어 놓기 → 고기로 맑은 장국을 끓이고 펄펄 끓을 때 빗어놓은 생떡을 넣고 등등 뜨기까지 끓이기 → 계란 한 개를 깨트려 넣고 휘휘 저어서 그릇에 담고 혹 산적을 얹기</p>
<p>떡볶이</p>	<p>흰떡 십오가래, 간장 반 종자, 고기 반 근, 깨소금 한 숟가락, 계란 한 개, 후추 조금, 파 큰 한 뿌리, 물 세 그릇 될 만큼, 표고 네 조각, 석이 두 조각, 버섯 네 조각, 실백 한 숟가락, 미나리 썰은 것 한 보시기, 물 한 보시기</p>	<p>고기를 얇게 골패짝만큼씩 썰고 파는 한 치 길이로 잘라서 대강 채치고 표고 버섯 석이는 골패짝만큼씩 썰기 → 계란은 그릇에 잘 풀어서(황백을 각각 할 것) 반은 얇게 부쳐서 서푼 넓이 닷분 길이로 썰고 남은 반은 고기 볶는데 섞기 → 미나리는 정하게 다듬어서 한 치 길이로 잘라서 소금에 잠깐 절여서 꼭 짜가지고 번철에 기름을 바르고 잠깐만 볶아놓기(파란 빛이 돌때 즉시 꺼내 식힐 것) → 흰떡은 칠푼 길이로 잘라서 둘에 쪄개놓기(서로 붙지 않도록 참기름을 발라놓을 것) → 미나리와 떡만 남겨놓고서 전부 함께 넣고 볶아서 고기가 익은 후에 흰떡과 기름과 미나리를 넣고 오분쯤 더 끓이기 → 맨위에 계란 양념을 색스럽게 얹고 실백을 뿌리기</p>
<p>떡볶이별법</p>		<p>살고기와 양과 고들개와 등심살을 풀잎같이 얇게 저며서 오픈 장광으로 썰기 → 석이와 표고와 버섯도 같은 모양으로 썰어 넣고 파 채쳐 넣고 깨소금, 기름, 후추 적당히 넣기 → 애호박오가리를 물에 불려서 꼭 짜가지고 고기와 같은 모양으로 썰어서 기름에 잠깐 볶아 다함께 넣어 잠깐 볶기 → 고기가 익을 만하거든 흰떡을 칠푼 길이로 썰어서 둘에 갈라서 넣고 오분간 더 끓이기 → 위에는 계란양념과 실백을 얹기</p>
<p>두부</p>	<p>콩 두되 가량, 간수 두 홉(약 200그램), 돼지기름 두 숟가락</p>	<p>콩을 씻어 물에 담아 불리기(여름에는 냉수, 가을 겨울 봄때는 미지근한 물) → 하루 동안쯤 지나 맷돌에 가는 것이니 물을 섞어 가면서 곱게 갈기(물은 얼마던지 넉넉히 부어도 관계치 않음) → 솥에 붓고 주걱으로 쉬지 말고 저으면서 불을 때어 손이 잠길 만큼 따뜻하게 데우기 → 배자루에 담고 주물러 거르나니 거품이 나지 않게 하기 위하여 도야지 기름이나 참기름을 한술씩 섞어서 오랫동안 주물러 거르기 → 물을 다시 부어 또다시 거르고 또 새물을 부어서 또다시 주물러 맑은 물이 나도록(치울 때는 더운 물을 붓고 거름) 솥에 붓고 저으면서 불을 때어 한 소끔만 끓이기 → 큰 그릇에 퍼놓고 약 십오분간쯤 지내서 약간 김이 난 후 간수를 조금 쳐보기 (먼저 한 종자쯤 숟가락으로 떠서 골고루 떨어트리고 숟가락으로 곱게 살짝 한 번 돌려 저어서 곱게 한 번 섞은 후 다시 삼십분 간쯤 식힌 후에 다시 나</p>

		<p>머지 간수를 국자로 조금씩 떠서 골고루 치고 풀리지 않게 조심하여 한번 저어서(거품이 생기거든 자로 걷어낼 것) 놓으면 두부가 엉기고 맑은 물이 따로 남) → 다른 큰 그릇에 배보자를 펴고 두부 엉긴 것을 틀째 부어 보자로 재료를 짰 후 널판으로 돌이나 무거운 것으로 눌러두어 이십분 동안 후에 적당히 썰어서 찬물에 담그기</p> <p>* 너무 오래 눌러두면 두부가 굳고 너무 잠깐 누르면 두부가 무르니 적당한 시간을 취할 것.</p> <p>콩은 쉬기가 아주 쉬운 물건인즉 추울 때에는 데워서 말 것이며 삼복중에는 데우지 말고 그냥 걸을 것.</p> <p>(처음으로 엉긴 순두부는 매우 영양이 좋으니 더운 김에 초장을 넣어서 먹으면 맛이 좋음</p>
<p>떡고치장</p>	<p>콩 닷 되, 찹쌀 녀 되, 백미 두 되, 고초가루 석 되, 소금 되가웃, 물 두 되</p>	<p>맵쌀은 백설기를 썰놓고 콩은 메주콩을 찌는데 물 한 동이 가량을 붓고 삶기 → 절구에 넣고 찼을 때에 백설기 찼 것을 넣고 함께 지어서 곱게 찼기 → 적은 주먹만큼씩 떼어 동글납작하게 만들어서 별에나 온돌에 놓아 꾸득꾸득 말려가지고 섬에나 독에나 넣고 띄우기 → 서로 살이 닿지 않도록 놓고 짚으로 격지격지 덮어 재여서 더운 곳에 일주일 동안 두었다가 꺼내어 별에 넣었다가, 다시 섬에 넣고 일주일 동안 두었다가 꺼내어 말리기 → 곱게 가루를 만들어서 찹쌀로 질게 밥을 지어서 메주가루에 섞어 두어 시간 놓아두었다가 고초가루를 섞어서 하룻밤 지난 후에 소곰을 넣고 잘 섞어서 향아리에 담고 범으면 그릇을 부시여 붓고 맨위에는 소곰으로 고초장이 보이지 않도록 덮고 망사로 꼭 봉해서 덮어 두고 매일 별에 덮개를 열어서 뜨거운 별을 쏘여 한 달 뒤에 먹기</p>
<p>닭각두기</p>	<p>고초 여섯 개, 닭 암탉으로 한 마리, 마늘 반 쪽, 생강 반 쪽, 파 세 개</p>	<p>붉은 햇고초를 잘게 이기고 외각독이를 만들어서 함께 섞어서 잘 익히기 → 닭을 삶아서 내장과 껍질을 버리고 맨살만 뜯어서 각독이에 함께 섞어서 그릇에 담아 얼음에 채워두기</p>
<p>들죽정과</p>		<p>들죽을 정하게 씻어가지고 설탕을 넣고 조리기</p>
<p>담복장 (급히 만드는 고초장)</p>	<p>콩 한 되, 무 두 개, 물 반 되, 생강 반 톨, 고초 한 홉, 소금 반 홉</p>	<p>끓은 콩을 볶아 맷돌에 타서 껍질을 까불어 버리기 → 솥에 넣고 물을 붓고 삶아서 바구니에 건져 담고 짚이나 가랑잎을 정하게 씻어 콩을 덮어 더운 방에 사요일 동안 두기 → 주걱으로 떠보아서 실 같은 진이 생겼거든 솥에 넣고 무를 썰어 넣고 생강을 이겨 넣고 무거리 고초가루를 넣고, 소곰을 넣고 여서 향아리에 담고 꼭 봉해서 일주일 가량 별을 쏘이기</p>

		*매주가루에 굵은 고초가루와 물을 적당히 치고 생강을 이겨 넣고 소곰을 맞게 쳐서 일주일동안 두었다가 먹으면 맛이 좋음
닭산적		닭이나 생치나 같은 법으로 하나니 산적 법과 같음

『일일활용 신영양요리법』에서 다 그룹으로 기록된 음식은 총 18가지이며, 동김치, 대하무침, 도토리묵, 돌나물김치, 두부찌개, 된장찌개, 닭구이, 떡국, 생떡국, 떡볶이, 떡볶이별법, 두부, 떡고치장, 닭깍두기, 들죽정과, 닭복장, 닭산적이 있다. 대하무침은 대하(새우)를 껍질 벗기고 보자에 싸서 방망이로 찜어 잘게 부스러트려서 그릇에 담고, 간장과 여러 가지 양념을 넣어 잘 섞어 먹는 것으로 설탕을 조금 넣어 무치면 좋다고 설명하였다.

표 12. 여러 가지 음식 만드는 법. -라-

음식명	재료	만드는 법
록말		록두를 맷돌에 잘 갈아서 냉수에 담아 잘 불려 두 손바닥으로 비벼서 껍질을 벗겨 정밀하게 거피(去皮)하기 → 맷돌에 곱게 갈아서 체에 쳐서 다시 형 겹주머니에 넣어서 짜가지고 가만히 가라앉혀서 윗물만 가만히 따라버리고 별에 놓아서 잘 말리기 → 거진 말라갈 때에 자주 자주 덩어리를 깨트려서 바삭 말려두고서 씹 * 이 록말을 만드는 시기는 이른 봄(삼월초생)
련근정과	련근 오 흡, 물 오 흡, 설탕 세 흡	상점에서 파는 련근을 사다가 물에 삶아서 물을 따라버리고 새로 물을 부어 한 번 더 끓이기 → 그 물을 따라버리고 새로 물 오 흡쯤 붓고 설탕을 넣고 물이 거진 졸도록 졸이기 → 련근 조각을 손으로 만져보아 끈끈하게 되거든 꺼내기
록두묵	녹두 넉 되, 물 한 동이	좋은 녹두를 맷돌에 갈아서 냉수에 담아 칠팔 시간 불려서 거피하기 → 맷돌에 곱게 갈아서 고은 주머니나 고은 체에 걸러서 가라앉혔다가 윗물은 따르고 가라앉은 것으로만 묵을 쑤기 → 솥에 붓고 풀썩듯이 물을 맞추어 붓고 주걱으로 저어가면서 불을 때어 끓여서 다 익은 후에 그릇에 퍼놓아 굳히기
랭면 (동절랭면)	국수 열 손, 고기 반의 반 근, 김치국 당히, 고초가루 반 손가락, 설탕 한 손가락, 김치 썰은 것 한 보시기	국수를 정하게 삶아서 즉시 건져 물을 다 빼어서 대접에 담기 → 맛있는 김치국을 붓고 제육을 얇게 저며서 칠푼 길이 너푼 넓이로 썰어 넣기 → 김치는 채쳐서 위에 얹고 고초가루 뿌리고 계란 부쳐서 채친 것 색스럽게 얹고 실백을 넣어서 놓기
랭면(하절랭)	국수 열 손, 고기 반	기름없는 살고기로 맑은 장국을 끓여서 식히기 →

면)	의 반 근, 미나리 썰은 것 한 보시기, 석이 한 조각, 간장 반종자, 계란 한 개, 실백 한 숟가락, 고초가루 조금	고기는 섭산적을 만들어 구어서 다시 잘게 이겨놓기 → 미나리를 한 치 길이로 갈라서 소곰을 약간 쳐서 대강 절여서 꼭 짜가지고 기름에 볶고, 미나리 없을 때에는 외를 얇게 저며서 닛분 길이로 가늘게 채쳐서 소곰이 잠깐 절였다가 꼭 짜가지고 기름에 볶아서 놓기 → 석이와 표고도 물에 정히 씻어서 채쳐서 기름에 볶아놓기 → 계란 황백미를 따로 얇게 부쳐서 닛분 길이로 썰어서 곱게 채쳐서 국수를 물에 속히 빨아 건져서 대접에 담고 국물을 붓고 그릇에 여러 가지 양념 만드는 것을 ○여서 놓나니 실백을 맨 위에 먼저 놓기
----	---	---

『일일활용 신영양요리법』에서 라그룹에 기록된 음식은 룽말, 런근정과, 룽두묵, 동절랭면, 하절랭면, 5가지이다. 랭면은 계절에 따라 그 음식 재료와 만드는 방법이 달라지는데, 겨울에는 김치국에 면을 넣고 먹으며, 여름에는 살코기로 장국을 끓이고, 섭산적을 구워 넣어 먹는다고 설명하였다.

표 13. 여러 가지 음식 만드는 법. -마-

음 식 명	재료	만드는 법
무장		메주를 좋은 콩으로 썬지 않게 잘 썰어서 잘게 빻어 별에 바싹 말리기 → 솔로 정하게 씻어서 먼지와 곰팡이를 잘 씻기(물에 넣고 솔로 문질러 정하게 씻을 것) → 채반에 건져 별에 바싹 말려서 단단하게 되면 메주 주먹 만한 것 한 덩이에 대해서 물은 큰 한 사발 만큼 붓고 붉은 고초를 씨 빼고 두 세 개 쯤 대강 썰어서 넣고 두부를 세 채만 넷이 썰어서 넣고 꼭 봉하기 → 먹을 때 소곰을 간맞게 치고 고초가루와 파 채친 것과 당것(초)을 넣어서 먹기
맵쌀 고장	메주가루 삼승, 소곰 이승 사흙, 고초가루 일승 사 흙, 싘 사승	메주를 절구에 찧어 그릇에 담아 넣고 백미로 줄을 썰어서 하나니, 소곰을(물 한동이에 소곰을 두되를 풀어)을 넣어서 죽을 쑤어 메주가루에 부어 잘 섞어 하룻밤을 지내기 → 고초가루를 넣고 잘 섞어서 항아리에 담아 꼭 봉하여서 매일 별을 쏘이기 * 주의할 것은 된장과 같이 할 것(○든지 말든지는 소곰물로 가감하라)
메 주 (집 메 주)		흰 콩을 반날쯤 헹썬 불려서 일어 건지기 → 시루에 얹쳐서 떡 찌듯 반날동안이나 찌기 → 뜨거운 그대로 절구에 쏘아 넣고 콩 짜애가 조금도 없도록 곱게 찧기 → 보시기 만큼씩 떼여 동글납작하게 멩쳐서 가운데는 손가락으로 구멍을 뚫어 별에 놓아 말려서 꾸덕꾸덕 하거든 섭속에나 혹 독속에 담는데, 맨 밑에 짚을 한 겹 깔고 메주 한 켠 놓고 또 짚 한 겹 덮고 또 메주 한 켠 퍼놓고 이렇게 다 담은 후 잘 덮기 → 더운 방에 한주일쯤 두었다가 꺼내 하루 동안 바람을 쏘이기 → 다시 전과 같은 법

		으로 담나니 메주가 서로 닿지 않도록 해서 다 담아 더운 방에 두었다가 다시 일주일 만에 꺼내어 하루 동안 말려서 또 전과 같은 법으로 담아서 또 한 주일 동안 두기 → 꺼내어보면 메주가 하얗게 될지니 꺼내어 색기로 꺾어서 높은 곳 별 잘 드는 곳에 매달아서 속까지 전부 잘 말려서 두었다가 정월에 장 담을 때 솔로 곰팡이와 먼지를 쓸어 정하게 닦아서 씹
밀장		가을에 밀을 잘 맥겨서 콩 닷 되를 다 볶아 거피하여가지고 함께 가루를 만들어 물에 반죽하기 → 반죽을 밤 알만큼씩 크게 뭉쳐서 시루에 찌서 콩잎을 격지격지 깔고 곁들여 놓고 또 잘 덮어두기 → 누른 빛이 덮이거든 잘 말려서 청결히 씻어 가루를 만들어가지고 간장에 반죽을 하기 → 어린 외와 가지를 꼭지 따고 정히 씻어 말려가지고 항아리에 가로 반 넣은 후 꼭 봉하여 더운 곳에 두었다가 십일 후에 열어서 설탕을 타기
무거리 고초장 (벽락장)		메주가루를 만들고 남은 메주무거리에 굵은 고초가루를 넣고 물을 붓기 → 한참동안 저어서 더운 곳에 하루쯤 두었다가 소금을 간맞게 쳐서 먹기 * 후 고초장 지게를 만들려면 고기와 두부 기름을 넣고서 찌먹기
명란젓		찌개 : 명란을 오 푼 길이씩 되게 잘라서 그릇에 담고 파를 채쳐 얹기 → 고초를 약간 썰어 넣고 물을 적당히 친 후에 끓이던지 찌던지 해서 먹는 것 생으로 먹는 것 : 명란을 도마에 놓고 잘드는 칼로 오픈 길이로 잘라서(○○○○○○○○○○) 접시에 담아놓기 → 움파를 한 치 길이로 잘라서 채쳐서 접시 한 옆에 곁들여 놓고 초를 조금 치기
미수가루		좋은 찹쌀을 정하게 씻어 잘 일어서 바구니에 건져 놓아 물을 다 빼기 → 솥에 넣고 타지 않도록 주걱으로 저어가면서 볶아 빛이 약간 누른 미색이 되거든 꺼내 맷돌에 갈아 고은 체로 쳐서 쓰기 * 찹쌀로만 하지 않고 멥쌀이나 보리나 조이나 다 할 수 있음
마요네즈	명란 세 개, 초 큰 두 숟가락, 우유 큰 세 숟가락, 설탕 큰 한 숟가락, 계자 가루 약간, 후추 약간	명란 누른자위만 뿔구에 담고 충분하게 짓이겨서 고은 가루가 되도록 하기 → 설탕과 계자와 소금과 후추나 후 고춧가루를 넣고 모두 한데 잘 섞기 → 우유(○○있는 ○○○)를 한 방울씩 한 방울씩 떨어트리면서 잘 저어가지고 초를 또한 한 방울씩 천천히 떨어트리면서 잘 저어서 쓰기 * 저을 때에는 큰 나무 젓가락이나 주걱으로 저을 것으로, 초는 조선초 그대로 하고 약방에서 파는 초(○○)은 물을 절반 섞어서 씹
미나리		미나리를 정하게 다듬어서 깨끗하게 씻은 후 한 치 길이씩 자르기 → 소금에 잠깐 불렸다가 물기 없이 꼭 짜기 → 번철에 기름을 바르고 잠깐만 볶는데, 오래 볶으면 빛이 누르게 되나니 파란색이 있을 때 꺼내 그릇에 담고 얇게 펴놓아 식혀서 쓰기
마늘		김치에 넣는 것은 가늘게 채치고 깍둑이에 넣는 것은 잘게 이겨서 쓰며 고기 이긴데 넣는 것이나 나물 무치는데 넣는 것은 모

		두 이겨서 넣음
멧 젓 (경상도)	무청 열 개, 고초가루 한 홉, 무청 썰어서 두 사발, 메리치젓 한 사발, 물 한 사발	무를 두 톨 가량으로 넓이와 길이는 닷분쯤 되게 썰어 소금에 약간 절이기 → 무청도 한 치 길일로 썰어서 정하게 씻어서 소금에 절이기 → 메리치 젓국 한 홉에 고초가루(무거리 가루)를 넣어 놓기 → 무를 젓국에 넣은 고초가루를 붓고 오래 문질러서 무에 고초물이 빨강게 들거든 항아리에 넣고 무청을 꼭 짜서 그 위에 얹고 그릇을 부시여 붓고 젓국을 부어 이삼일 두었다가 먹기
미역 창국	미역 물에 빨아서 썰은 것 한 사발, 기름 반 숟가락, 간장 한 종자, 파 두 개, 우육 반의 반 근, 깨소금 조금, 후추 약간, 고춧가루 약간, 물 두 사발	미역을 물에 담아 정하게 빨아 줄거리는 때고 잘게 썰어 놓기 → 고기는 기름 없는 순전한 살코기로만 잘게 이겨서 파 이긴 것과 후추와 깨소금을 넣고 간장을 치고 한 참 섞기 → 미역과 함께 냄비에 기름을 바르고 담아서 화로에 올려놓고 숟가락으로 저어가면서 볶기 → 고기가 다 익거든 퍼놓고 다 식혀서 초와 물과 간장을 적당히 넣고 맛을 만들어서 먹는데 김치 대신으로 먹는 반찬인고로 물이 많고 건지는 약기 넣고 고초가루를 조금 쳐서 상에 놓기 *고기 없이 그냥 해도 좋음
무장 아찌	무 이십 개, 고초 열 개, 간장 한 동이, 파 열 개, 마늘 다섯 개, 생강 두 쪽, 청각 한 보시기, 미나리 두 단, 갓 두 단, 외 이십 개	외를 원이로 소금에 대강 절여서 보자에 싸서 멧돌로 눌러서 물을 다 빼기 → 무는 단단하고 크고 좋은 것으로 두 쪽에 내어서 발에 말려 수둑 수둑 하게 하기 → 청각은 대강 뜯어놓고 갓과 미나리는 잘 다듬어서 한 치 길이씩 썰기 → 파 고초 생강 마늘들은 다 채쳐서 모두 함께 섞어서 독에 넣고 우거지로 잘 덮고 돌로 눌러 놓기 → 진하고 맛있는 간장을 부어서 꼭 봉하여 땅에 묻었다가 다음해 봄쯤 꺼내어 암전하게 썰기. *만일 할 수 있으면 맑은 대구와 닭 삶은 것과 배추를 크고 좋은 ○으로 정하게 씻어서 물기 없이 하여 넣고 우육(양지머리)과 소라와 낙지들을 다 함께 양념에 버무려 넣었다가 먹을 때에는 고기들을 썰고 무도 썰어서 함께 담고 기름 깨소금 후춧가루 파 이긴 것을 넣고 잘 섞으면 유명한 반찬이 됨
무지 집이	무 한 개, 북어 서너 토막, 고기 반의 반 근, 파 한 개, 콩나물 한 보시기, 물 한 되, 고초 한 개, 간장 한 종자	무를 얇게 썰어 냄비에 담고 북어를 불려서 닷분 길이씩 토막을 쳐 넣기 → 콩나물을 꼬리를 따서 대강 썰어 넣기 → 고기를 얇게 썰어 넣고 파 채쳐 넣고 고초 이겨 넣고 간장을 치고 끓이기
명란 젓찌 개	명란 두 개, 파 한 개, 고기 반의 반 근, 구부 반 채, 물 두 홉	고기를 잘게 썰어 넣기 → 파 채 쳐넣고 물 붓고 명란을 도마에 놓고 칼로 내리쳐서 토막을 넷에 내어 풀어지지 않도록 가만히 넣기 → 두부는 잘게 썰어 넣고 끓이기
밀만	밀가루 작은 부대로 반, 기름	숙주를 꼬리 따고 정하게 씻어서 펄펄 끓는 물에 잠깐 데쳐서 즉시 냉수에 담아 채반에 담아 물을 빼기 → 정한 보자에 꼭

<p>두</p>	<p>두 손가락, 우육한 근, 깨소금 두 손가락, 숙주 삶아서 꼭 짠 것 한 사발, 후추 조금, 두부 한 채, 표고 세 조각, 김치 채친 것 한 보시기, 실떡 한 종자, 간장 반 종자, 파 두 뿌리, 물, 소금 반 손가락</p>	<p>짜서 물기 없이 하여 잘게 익여 놓기 → 김치는 냉수에 대강 씻어서 채쳐서 정한 보자에 꼭 짜서 잘게 익이기 → 두부는 정한 보자에 짜서 물기를 꼭 짜 놓고 고기는 순전한 살로만 잘게 익여서 함께 담아 놓기 → 표고는 물에 불린 후 잘게 익이고 파도 잘게 익여서 여러 가지를 다 함께 섞고 깨소금 후추 기름 소금 간장 이것을 전부 섞어서 맛있게 간을 맞추어 놓기 → 밀가루를 물에 반죽하여서 밀국수처럼 얇게 밀어가지고 큰 종자나 도는 적당한 등근 형으로 떼어 내어 위에 만들어 놓은 만두소를 한 손가락 놓고 틈에 접어서 가장자리를 마조 붙인 후에 만두를 마조 붙잡고 양편 가운데 손가락으로 만두피를 받치고 엄지와 다음 손가락으로는 마조 잡고서 마조 붙은 가을 한편으로 접어 붙이고 밑바닥은 평행으로 하고 꼭 삼각형을 만들면 궤불형상과 꼭 같게 되는데, 이렇게 만들 때 마다 잣을 한 개씩 만두 속에 넣어서 만들어 목판에나 소반에나 밀가루를 바르고 만두가 서로 닿지 않도록 벌려 놓기 → 맑은 장국에 펄펄 끓을 때 하나씩 하나씩 넣어서 끓이면 차차 국 위에 떠오르나니 떠오르게 되면 익은 표이니 즉시 그릇에 떠서 먹기. 장국이 없을 때는 맨 물을 펄펄 끓이고 끓을 때에 하나씩 하나씩 넣어서 물 위에 뜨면 그 물째 그릇에 담아 상에 놓기 → 옆에 공기 하나씩 놓으면 먹는 법은 만두를 공기에 차게 담고 손가락으로 허리를 쪼갠 후 초장을 조금 쳐서 먹는 법. 또 이렇게 삶은 만두를 국수장국에 함께 담아 놓기도 하고 떡국에 함께 담기도 함</p>
<p>메밀 만두 (=백면만두)</p>	<p>메밀가루 다섯 홉, 기름 한 손가락, 계란 네 개, 깨소금 한 손가락, 물 반 홉, 후추 조금, 숙주 생것으로 반 사발, 표고 세 조각, 두부 반 채, 실떡 한 종자, 김치 익힌 것 반 보시기, 소금 반 손가락, 우육 반 근</p>	<p>죽은 계란으로 하고 너무 물기가 부족할 경우에는 물을 좀 붓고 알맞게 반죽하여서 만들기(만두소는 위에법대로 할 것) 또 계란 대신으로 편율분(○○○ 콩가루) 으로 물을 섞어가지고 반죽을 하여도 좋음 또 소에는 돈육이나 닭고기나 생치나 아무것으로나 할 수 있는데 이 고기가 매우 맛있게 해 줌</p>
<p>미역 무침</p>	<p>미역 썰은 것 한 보시기, 파 한 개, 간장 한 손가락, 고추 반 개, 기름 조금, 깨소금 반 손가</p>	<p>미역은 조각이라는 것이 좋은 것이니 이것을 모래 없이 마른 행주로 정하게 안팎을 닦아 가위로 오픈 넓이 두문길이 되게 썰어서 간장치기 → 파 이겨 넣고 그 외에 여러 가지 양념을 치고 잘 섞어 무치나니 또 미역을 같은 모양으로 썰어 번철에 기름이 펄펄 끓을 때 썩은 미역을 넣어서 곧 꺼내어 기름을 쪽 찌문 후에 설탕을 뿌리기</p>

	락, 설탕 조금	
메리 치젓	메리치 한 말, 물 두 되, 소금 두 되	메리치를 정히 하여가지고 소금을 섞어서 그릇에 넣고 소금물을 붓고 짚으로 마개를 치고 소금을 뿌려두되 물이 메리치 위로 올라오도록 하여서 자주 자주 해변에 내놓아 별을 쏘이면 한 달 후쯤 익음
메밀 묵		메밀을 더운 물에 담가 불려서 거피하기 → 찜구에 찌여서 물을 부어가면서 체에 받쳐 갈아 내기 → 우물은 - 어내리고 솔에 쏟아 붓고 물을 쳐가면서 불을 때고 쉬지 않고 주걱으로 저어가면서 쭈어 그릇에 담아서 굳히기 (분량은 위의 법과 비슷)
물이 가루		찹쌀을 정하게 씻어서 모래 없이 일어가지고 냉수에 오륙일동안 담아 불리기 → 맷돌에 갈아서 여러 번 고운 체에 받쳐 다시 고운 헝겂주머니에 다시 받쳐 가라앉히기 → 윗물은 따러버리고 얇게 펴놓아 별에 말려서 두고 씹 * 면주옷에는 이것을 풀썩어 먹으면 매우 좋음
무어 리 고추 장		메주가루 만들고 남은 메주무거리에 굵은 고추가루를 넣고 물을 적당히 붓기 → 한참동안 저어서 더운 곳에 하루쯤 두기 → 소금을 간맞게 쳐서 만듬 * 고추장 찌개를 이것으로 만들려면 고기, 파, 두부, 기름을 넣고 찌서 먹으면 됨
모과 정과	모과 두 개, 물 한 홑, 설탕 한 홑	모과를 껍질 벗기고 한 푼 두께 서푼 넓이 한 치 길이로 썰어서 물에 삶아 신맛을 대강 빼버리기 → 물을 붓고 설탕을 넣어서 다시 조려 물과 건지가 반반 되면 품
맹문 동 정과	맹문동 삼습, 물 二습, 설탕 반 홑	물을 냄비에 붓고 설탕을 넣고 끓이나니 숟가락으로 젓지 말고 가만히 끓여서 숟가락으로 떠보아 무엇만큼 엉크러지면 맹문동을 넣어서 잠깐 두었다가 꺼내기

『일일활용 신영양요리법』에 기록된 마그룹의 음식으로는 총 26가지가 있으며 그 종류로는 무장, 멍쌀고초장, 메주, 밀장, 무거리고초장, 명란젓, 미수가루, 마요네즈, 미나리, 마늘, 멧젓, 미역창국, 무장아찌, 무지집이, 명란젓찌개, 밀만두, 메밀만두, 미역무침, 메리치젓, 메밀묵, 물이가루, 무어리 고추장, 모과정과, 맹문동 정과가 있다. 그 중 무어리 고추장은 메주가루를 만들고 남은 메주무거리에 굵은 고추가루를 넣고 물을 부어 한참동안 저어서 더운 곳에 하루쯤 두었다가 소금으로 간을 맞추어 먹는 것이라 설명되어 있다. 이 고추장으로 찌개를 만들거든 고기와 두부 기름을 넣고 찌먹으라 설명하였다.

표 14. 여러 가지 음식 만드는 법. -바-

음식명	재료	만드는 법
보리고추장	보리가루 닷 되, 메 주가루 닷 되, 고춧 가루 녀 되, 소금	보리가루와 쌀가루를 소금물을 붓기 → 죽을 쭈어 가지고 메주가루에 붓고 잘 섞어서 하룻밤을 지내기

	석 되, 쌀가루 두 되, 물 반동이 반	→ 고춧가루를 넣고 주걱으로 잘 섞어 항아리에 담고 망사로 꼭 봉해서 두고 매일 덮개를 열어 별을 쪄여 한 달 정도 익히기
버터	-	우유기름에서 나는 것인데 면보에 발라 먹고 또 무엇에던지 발라 먹으며 지지는 데도 이것으로 하면 대단히 아름다운 맛이 있음
본령(해령)	-	바다에 짠물을 이용해야 끓여 만듦
밤가루	-	밤을 속껍질까지 벗겨서 얇게 절여 별에 바짝 말려가지고 맷돌에 갈던지 절구에 찝던지 해서 고운 체에 쳐서 두고 압죽이나 다식이나 만드는 데 쓰임
박김치	보통 김치와 같은 양념	박이 굳기 전에 연한 것으로 따서 껍질을 벗기기 → 오 푼 장광으로 한 푼 두께로 썰어서 소금에 잠깐 절이기 → 나백김치 담는 법과 꼭 같이 담음 *햇-은 고추를 넣으면 좋음
방어찌개	방어 한 개, 두부 반 체, 고기 반의 반 근, 파 두 뿌리, 새우젓 한 종자, 물 세 홉, 고추 반 개	자반방어를 종일 물에 담아 올려서 잘 씻기 → 한 치 길이로 토막을 쳐서 냄비에 담고 고기를 잘게 썰어 넣기 → 파는 한 치 길이로 잘라서 채쳐서 넣고 새우젓을 이겨서 물을 붓기 → 체에 쳐서 붓고 끓여서 거진 익어가면 두부를 반 체를 길이로 -에 쪼개서 두 푼 넓이로 썰어 넣고 한참 더 끓이기
붕어찌개	붕어 두 마리, 파 한 뿌리, 고기 반의 반 근, 물 세 홉, 간장 반 종자, 고추 반 개	붕어를 잘 씻어 꼬리와 주둥이 끝만 잘라 버리기 → 아가미 밑으로 내장을 빼고 정하게 씻어서 냄비에 담고 고기를 얇게 썰어 넣기 → 파 채친 것과 간장과 고추 이긴 것과 물을 치고 오래 끓이기
복어찌개	복어 한 개, 파 한 뿌리, 고기 반의 반 근, 물 세 홉, 두부 반 체, 고추장 한 숟가락	복어를 대가리 자르고 배를 갈라서 속에 뼈를 꺼내 한 치 길이씩 잘라서 독배기에 넣기 → 고기와 파를 썰어 넣고서 물에 고추장이나 간장이나 간 맞게 풀어 붓기 → 두부를 잘게 썰어 넣고 끓이기
복어무침	복어 다섯 개, 깨소금 반 숟가락, 간장, 고추 한 개가량, 기름 반 숟가락, 설탕 조금	복어를 대가리를 데고 물에 담아 불리기 → 껍질 벗기고 뼈를 다 떼어낸 후 잘게 뜯어서 손으로 부벼 부늘하게 만들어가지고 가위로 대강 베이기 → 간장과 고추 익인 것 깨소금 설탕 기름을 다 넣고 잘 섞어서 그릇에 담되 또 잘게 뜯어서 하지 말고 불린 복어를 닷분길이 두 푼 넓이로 베여서 같은 법으로 무치기도 함
배추소	(배추 한 통 분량) 무 가늘게 채친 것, 실고초 세 사발, 굵은 마늘 채친 것	채친 무에 소금을 뿌리고 실고추를 넣고 오랫동안 두어서 고추물이 무에 말아케 들게 하기 → 미나리와 갓과 파와 마늘과 배와 밤과 생강청과 각들을 넣고 잘 섞기

	여섯 통, 파 채친 것 한 대접, 생강 채친 것 큰 것으로 세 통, 큰 배 채친 것 열 개, 굵은 밤 채친 것 한 되, 미나리 썰은 것 한 대접, 갓 가늘고 연한 줄기로 썰은 것 세 대접, 청각 잘게 뜯어서 다섯 줄기, 소금 한 보시기	
--	---	--

『일일활용 신영양요리법』에는 보리고추장, 버터, 본럼, 밤가루, 박김치, 방어찌개, 붕어찌개, 북어찌개, 북어무침, 배추소가 기록되어 있다. 서양에서 온 음식인 버터에 대한 설명도 있다.

버터는 유기름에서 나는 것인데 면보에 발라 먹고 또 무엇에 던지 발라 먹으며, 지지는 데도 이것으로 하면 대단히 아름다운 맛이 있다고 설명하고 있다.

표 15. 여러 가지 음식 만드는 법. -사-

음식명	재료	만드는 법
쌈김치	배추 큰 통 열통, 표고 열 개, 무 큰 것 다섯 개, 배 두 개, 낙지 썰은 것 한 사발, 밤 열 통, 고추 열 개, 파 다섯 뿌리, 소금 한 사발, 물 적당히	굵고 좋은 배추통을 잘 절여서 한 치 길이 되게 썰어놓기 → 잘 짠 무를 육 푼 장판과 한 푼 두께로 썰어서 놓기 → 낙지는 껍질을 벗기고 정히 씻어서 오 푼 길이로 썰고 고추는 곱게 채치기 → 배와 밤과 파를 다 채쳐놓고 표고는 물에 정하게 씻어서 잘 불려 가지고 물을 꼭 짜서 채치기 → 이 재료 외에 북어도 넣으면 특별히 좋으니 마른 북어를 물에 불려서 껍질과 뼈를 다 제하고 오 푼길이서푼 넓이로 썰기 → 생강을 채치고 잘라놓은 배춧잎에 넣고 빛 깨끗한 것으로 많이 골라놓기 → 골라 놓았던 배춧잎을 도마 위에 얇게 펴서 넓게 해 놓고 배추 토막 친 것을 올려놓고 배추 틈틈에 어우에 준비해 놓은 여러 고명을 놓기 → 맨 위에 북어와 락지를 얹어놓고 실맥을 덧쳐 틈틈에 넣고 무를 두어 쪽 얹어 놓기 → 잎으로 잘 싸서 독에 차례로 잘 담은 후 간 맞게 국물을 만들어 붓고 봉해서 두기 * 간은 소금으로만 하거나 도는 젓국으로나 원하는 대로 할지니라

<p>석박지</p>	<p>무 썰은 것 한 동이, 배추 썰은 것 반 동이, 실고추 한 사발, 미나리 한 치 길이로 썰어 세 대접, 파채 썰은 것 한 사발, 마늘 이긴 것 한 종자, 생강 이긴 것 한 종자, 갓 썰은 것 한 대 접, 배 채친 것 반 사발, 밤 채친 것 반 사발, 조기젓 맨살로만 세 마리, 낙지 썰은 것 이십개, 전복 불려 한 개</p>	<p>재료를 다 함께 넣고 잘 섞어서 독에 담되 통김치 처럼 소 넣은 배추통을 독에 한 치 넣고 이 버무린 석박지를 한 켠 넣고 이렇게 번갈아가며 넣기 → 잘 섞은 시래기로 많이 덮고 무거운 돌로 눌러서 이삼일 두기 → 국물을 붓되 물 한 동이에 진한 조기젓국으로 다섯 사발을 넣고 끓여서 잘 식혀 체에 곱게 받쳐 붓고 오래 둔 김치는 국물을 끓일 때 소금을 좀 넣어서 끓여 독에 붓기</p>
<p>생강가루</p>		<p>생을 정하게 씻고 껍질을 벗겨 절구에 찧던지 잘게 저며 멧돌에 갈던지 하여 체에 곱게 쳐서 갈아 앉히기 → 윗물을 따라버리고 가라앉은 것을 얇게 펴 놓아 별에 말리기</p>
<p>새우젓</p>		<p>*빛이 희고 꼬리가 붉고 배가 통통한 것이 좋은 것이니 대게 오월 유월에 담고 또는 가을에도 담음 새우젓에 기름을 치고 붉은 고추나 혹은 풋고추를 이겨서 넣고 초를 치고 반찬으로 먹으면 훌륭한 젓국 찌개하는 데 넣고 나물 볶는 데 넣고 깍두기 하는 데 넣고 여러 가지로 살림에 없지 못할 물건이라 수독 수독 말린 무를 이 새우젓 속에 넣었다가 일년만에 끄내 반찬을 하문 매우 좋음</p>
<p>쌀가루</p>		<p>좋은 백미를 정하게 씻고 모래 없도록 잘 일어서 냉수에 담아 겨울에는 하루 밤 동안 두고 여름에는 여섯 시간 동안쯤 두기 → 아침에 소쿠리에나 바구니에 건져놓아서 물이 다 빠진 후에 정한 절구에 넣고 별 없는 곳에서 찧되 찧을 때에 쌀에 신승 두 되가량이면 물 반 사발에 소금 큰 한 숟가락을 섞어서 놓았다가 가루를 치고 다시 찧을 때마다 이 소금물을 약간씩 뿌려가면서 찧기 *별 없는 곳에 놓았다가 떡을 만들면 쉬는 법이 절대로 없나니 가루대로 두고서 쓰려고 할 때에는 그늘에서 말려서 두고 쓰기</p>
<p>생강가루</p>	<p>생강 오 흡, 물 삼 흡, 설탕 일 흡</p>	<p>생강을 껍질 벗겨서 얇게 저며 물을 많이 붓고 끓이기 → 매운 물을 따르고 새물을 부어서 다시 끓이기 → 또 따르고 물삼흡을 분고 설탕을 넣어 졸이기 → 물과 생강의 분량이 비등이질 때 곧 꺼냄</p>
<p>수수가루</p>		<p>수수를 정하게 닦겨서 자주 물을 갈아 부으면서 불리기 → 뽕은 맛을 올려낸 후에 멧돌에 갈아 윗물을 따라 버리고 얇게 펴서 별에 말리기 → 바삭 말</p>

		<p>린 후에 곱게 가루를 만들어두고 씬</p> <p>먼저 물을 펄펄 끓이고 한참 끓을 때에 석이를 그대로 넣어서 잠깐 후에 그릇을 내려 놓고 뜨거운 물에서 석이를 하나씩 꺼내어 손바닥에 떠놓기 → 두 손바닥으로 비벼서 정하게 되도록 하나니 자주 자주 더운물을 무쳐 가면서 한참 부비면 검은 물이 많이 빠지나니 석이 가운데 모래와 조개 껍질같은 단단한 것들을 잘 떼어내기 → 정한 냉수에 여러 번 담은 후에 물기 없도록 꼭 짜가지고 번철에 기름을 바른 후 숯불에 올려놓고 석이를 넣어 잠깐 볶아서 씬</p> <p>* 국에 넣는 것은 두푼넓이 너푼길이로 썰어넣고 나물에 넣는 때는 채를 가늘게 썰어서 쓰기</p>
석이		
사슬적	<p>생선 한 마리, 깨소금 한 숟가락, 우육 반 근, 후추 조금, 간장 반 종자, 파 반 뿌리, 계란 두 개</p>	<p>생선을 정하게 비늘 굵고 내장을 꺼내고 두 푼 두께 서푼 넓이로 썰어서 꼬챙이에 꿰여놓기 → 우육을 익여서 간장 겨소금 후추 파 이긴 것을 넣고 잘 이기기 → 꿰인 생선 한편에 납작하게 만들어 붙여서 계란을 무쳐가지고 번철에 기름을 바르고 지지기</p>
산적	<p>고기 반 근, 깨소금 한 숟가락, 간장 두 숟가락, 후추 조금, 파 반 뿌리, 꼬챙이 조금</p>	<p>고기를 정하게 씻어 두 치 길이 두 푼 두께 서푼 넓이로 썰기 → 파 이겨 넣고 간장 깨소금 후추 넣고 잘 섞기 → 꼬챙이에 끼여서 도마에 놓고 약간 겉으로만 앞뒤로 익히고 가장자리를 암전케 만들어 놓고 기름을 바르고 깨소금을 뿌려서 굽기</p>
속깍두기		<p>무를 삼 서 오피장광으로 두 푼 운두로 썰어서 다른 깍두기에 넣는 양념법대로 만들어 넣어 섞어서 항아리에 담았다 익은 후에 먹음</p> <p>노인을 위하여 무척 좋음</p>
수수고추장	<p>수수가루 닉 되, 소금 두 되, 메주가루 닉 되, 소금 석 되, 고초가루 한 되 가량</p>	<p>수수가루를 소금물로 죽을 쑤어서 매주가루에 잘 섞어서 하룻밤 지내기 → 고춧가루를 안고 충분히 섞기 → 옛기름가루를 약간 넣어 섞어서 항아리에 넣고 망사로나 종이로 꼭 봉해서 덮개로 덮어두고 매일 별을 쏘이기</p>
수접이	<p>밀가루 한 곱보, 베이킹 파우더 한 숟가락, 고기 반 근, 후추 조금, 소금 차 숟가락으로 반 숟가락, 물 두 사발, 파 한 뿌리</p>	<p>밀가루와 베이킹 파우더와 소금을 넣고(소금은 분량가운데서 서필반량너을 것) 체로 쳐가지고 틀에 반죽할 때에 된 죽만큼 하기 → 고기는 얇게 접어서 꿀패짜만큼씩 썰어서 물 붓고 소금 넣고 잘 끓이기 → 고기가 익은 후 펄펄 끓을 때 밀가루 반죽한 것을 도토리만큼씩 떼여 넣어서 국위에 둥둥 뜨개 되면 즉시 퍼서 먹기</p>
산포		<p>산포는 우둔(불기살)으로 하나니 삼 푼 두께로 두툼하게 저면서 소금을 치고 오랫동안 주물러 가지고 채반에 퍼서 별에 말려서 팔 푼 길이 닷분넓이로 버혀서 초장을 찍어 먹음</p>

송이산적	송이 여섯 개, 간장 두 숟가락, 고기 반 근, 깨 소금 두 숟가락, 후추 조금, 기름 반 숟가락, 꼬챙이 적당히	고기는 두 치 길이 두 푼 넓이 두 푼 두께로 썰기 → 송이도 똑같이 썰어서 이 위에 있는 양념들을 넣고 잘 섞어서 꼬챙이에 꿰어서 굽기
섭산적	고기 반 근, 간장 두 숟가락, 깨소금 반 숟가락, 기름 반 숟가락, 후추 조금	연한 살코기를 먼저 잘게 썰어가지고 다시 곱게 이기기 → 도마에 그대로 두고 이기면서 간장 깨소금 기름 후추 파 이긴 것들을 다 함께 두고 다시 이기기 → 칼로 다 썰은 후에 너푼 운두로 하고 크기는 자유로 하여서 넓고 네모반듯하게 만들고 칼로 곱게 굵을 내어 이리 저리 칼금을 내고 기름을 바르고 깨소금을 뿌리기 → 모양이 상치 않도록 석수에 놓아 구어서 팔 푼 장광으로 썰어서 접시에 놓음

『일일활용 신영양요리법』에 기록된 음식에 쌈김치, 석박지, 생강가루, 새우젓, 쌀가루, 생강가루, 수수가루, 석이, 사슬적, 산적, 숙깍두기, 수수고추장, 수접이, 산포, 송이산적, 섭산적은 사그룹으로 나누어져 있으며, 총 16가지였다. 사슬적은 생선을 손질하고 썰어서 꼬챙이에 꿰어 놓고, 우육과 간장, 겨소금, 후추, 파 다진 것을 넣고 잘 이겨서 꿰인 생선 한 편에 납작하게 만들어 붙여서 계란을 문혀 번철에 기름을 바르고 지진다. 산포는 우둔(불기살)으로 만드는 음식으로, 두툼하게 저며서 소금을 치고, 오랫동안 주물러 가지고 채반에 퍼서別に 말려서 초장을 찍어 먹는 음식이라고 설명하고 있다.

표 16. 여러 가지 음식 만드는 법. -아-

음식	재료	만드는 법
외김치	외 중자 열 개, 소금 반 보시 기, 파 네 개, 마늘 반 쪽, 고추 다섯 개, 물 두 사발	외를 정하게 씻어 쓴 꼭지는 버리고 칠 푼 길이로 잘라서 넷에 쪼개기 → 소금에 절였다가 절은 후 건져서 항아리에 담기 → 파 고추 마늘들을 다 곱게 채쳐 넣고 잘 섞기 → 외절렸던 소금물을 간맞춰서 두 사발가량 부어 잘 덮어서 익히기
외소김치	외 이십 개, 고추 여섯 개, 파 열 개, 소금 반 사발, 마늘 큰 것 한 쪽, 물 적당히	잘고 연한 외를 정하게 씻어서 꼭지는 잘려 버리고 그 잘은 가장자리의 모진 것을 칼로 돌려깎아 모양을 내기 → 칼로 가운데만 삼면을 쪼개서 속이서도 통하게 하여 소금에 절인 후 파 마늘 고추 들을 잘게 이겨 외 쪼갠 자리를 버리고 그 속에 양념 이긴 것을 가득이 넣기 → 절인 배추나 열무를 한 치 길이씩 잘은 것을 함께 항아리에 담기 → 파와 고추 채친 것을 넣고 소금으로나 간장으로나 간 맞게 물을 적당히 붓고 잘 덮어 익히기
외지	외 네거리, 소	외를 냉수에 정하게 씻어 채반에 건져놓아 물기가 다

	<p>금 석 되 반, 물 한 동이</p>	<p>빠지면 향아리에 담기(담을 때에 외 한 켠 넣고 외가 겨우 보이지 않을 만큼씩 소금을 뿌리기 → 이와 같이 매 켠을 다 넣은 후에 무거운 돌로 단단히 눌러놓기 → 소금물을 팔팔 끓여서 더운 그대로 향아리에 넣고 망사로 봉해서 파리가 못 들어가게 하여 잘 식히기 → 덮개를 덮어서 익히기 *익는 동안은 짜고 싱거운데 관계있으나 대게 담은 지 십일 가량이면 먹게 됨</p>
<p>어육장</p>	<p>둔육 한 보, 꿩 한 마리, 닭 두 세 마리, 민어 혹은 도미 열 마리, 전복 두 되, 홍합 두 되, 간장, 소금</p>	<p>독을 정히 씻어놓고 고기를 기름과 힘줄이 없도록 만 들기 → 꿩과 닭을 각각 내장을 빼기 → 도미나 민어를 비늘을 긁고 내장을 빼어 밀어 대강 말리기 → 생 전복과 홍합을 정하게 씻어놓기 → 먼저 고기를 독에 넣고 다른 고기들을 차례로 넣은 후 물에 소금을 풀어 끓여 식히기 → 장 담는 법대로 메주를 넣고 장을 담 어 꼭 봉해서두었다가 일주일 만에 먹기</p>
<p>약고추장</p>	<p>고추장 한 보 시기, 생강 한 ○, 고기 반 종 근, 기름 반 종 자, 사탕, 물 반 종자, 파 굵 은 것 다섯 개</p>	<p>먼저 파를 네개만 잘게 이겨서 냄비에 담기 → 고기를 잘게 이겨서 냄비에 볶아내며 다시 한참 이기기 → 파 위에 퍼 넣고 고추장을 붓고 생과 파를 잘게 이겨 넣고 물을 치기 → 완화에 볶나니 눅지 않도록 손가락으 로 저어가면서 거무스름한 빛이 되도록 볶기 → 사탕 과 기름을 치고 썰어 뜸을 들이기</p>
<p>앵도편</p>	<p>앵도 한 사발, 물 네컵 반, 녹 말 한 컵, 설탕 한 종자</p>	<p>앵도를 물 한 컵을 붓고 끓여서 펄펄 끓으면 체에 걸 러놓기 → 녹말을 물 네 컵에 풀어서 앵도들을 저어가 면서 녹말 푸른 것을 함께 부어 섞기 → 자꾸 저어가 면서 끓여가지고 물 반 컵에 설탕을 풀여가지고 함께 섞어서 한참 끓이기 → 편편한 그릇에 담아 굳쳐 적당 히 썰어서 접시에 놓기 *모양 있는 과자형에 담아서 굳쳐가지고 그대로 담아 놓으면 더욱 모양이 좋음 딸기(복분자)나 살구나 벗찌나 굴이나 다 이 같은 법대 로 함</p>
<p>옛기름</p>		<p>옛기름보리 -○에 대한 옛기름은 건으로는 1○五습 가루로는 -○을 넣고 수수 -○로 옛을 만들면 열 근이고 좁쌀 -○로 옛을 만들면 십륙근이 됨</p>
<p>알고명</p>	<p>계란 한 개, 기 림 한 손가락</p>	<p>계란을 먼저 누른 자위와 흰자위를 각각 내여서 따로 잘 풀어 놓기 → 번철(지짐냄비)에 기름을 바르고 불에 올려놓아 뜨겁게 할 때에 계란 풀어놓았던 것을 쏟아 서 빨리 철을 이리 저리 기울여서 계란이 얇게 퍼지도 록 하여서 겨우 굳을만 할 때에 찢어지지 않도록 조심 해서 뒤집어 놓아가지고 즉시 번철에서 꺼내기 → 국 에 넣는 것은 서푼넓이 서푼 길이로 썰고 나물에 넣는</p>

		것은 칠푼넓이로 먼저 썰어가지고 이것을 다시 곱게 썰어서 씬
외창국	외 두 개, 간장 한 맛도록, 파 반 뿌리, 고추 한 개, 초 적당히, 물 세 홑	가늘고 어린 외는 등근 그대로 얇게만 썰고 굵은 외는 셋에 쪼개어 속을 오여내고 얇게(풀잎같이얇게)썰기 → 초와 간장과 파 채친 것과(파는 오 푼 길이로 잘라서 가늘게 채쳐서 하라) 고추 익인 것 조금을 다 넣고 섞기 → 두어 시간 두었다가 저어 먹을 때 물을 적당히 부음
외지무침	외지 두 개, 깨 소금 반 숟가락, 고추장 반 숟가락, 기름 조금, 파 조금	외지를 가는 것은 그대로 하고 굵은 것은 돌에 쪼개서 얇게 착착 썰어서 정하게 물에 빨아 꼭 짜 위에 양념을 넣기(파는 익여넣을 것) → ` 고추장이나 간장에 무 치기
인삼정과		인삼을 삶아 오랫동안 물에 담아 올려내고 한 푼 두께서 푼 넓이 한 치 길이로 썰어서 설탕을 넣고 물 치고 조림
외깍두기	외 열 개, 파 두 개, 새우젓 반 보시기, 생강 조금, 미나리 썰은 것 반 보시기, 마늘 작은 것 반쪽, 고춧가루 한 종자	외를 칠푼 길이로 썰고 네 쪽에 쪼개서 소금을 약간 치고 썰어서 그릇에 담아놓기 → 고춧가루 새우젓국(새우젓을도마에 익이고 물을 조금 쳐서 체에바침) 생강 이긴 것과 파 이긴 것 마늘 이긴 것을 다 넣고 섞기 → 미나리를 넣고 다시 잘 섞어서 항아리에 담나니 배추나 열무나 잘 절여서 함께 섞어 해도 좋고 항아리에 담은 후 꼭 봉해서 익히기
우거지지짐이	우거지 반 사발, 된장 반 종자, 고기 반의 반 근, 파 두 개, 고추장 한 종자, 물 한 되, 무 반 개	우거지를 정하게 씻어서 데쳐가지고 잘게 썰어 놓고 고기를 잘게 썰어 넣고 무를 얇게 썰어 넣고 파를 채쳐 넣고 된장과 고추장을 넣고 섞어가지고 물을 붓고 끓이기
외지짐이	외 세 개, 파 한 개, 고기 반의 반의 반 근, 물 오 홑, 고추장 반 종자, 버섯 세 개	외를 얇게 썰어 냄비에 넣고 고기를 잘게 썰어넣고 버섯을 씻어서 잘게 썰어 넣고 파를 이겨 넣고 고추장과 물을 치고 끓이기
알찌개	계란 한 개, 파 한 뿌리, 고기 반의 반의 반 근, 물 계란분량의 반, 간장	고기를 곱게 익이고 파도 익이고 계란을 깨뜨려 잘 풀어서 이 위에 재료를 다함께 썰어서 알뚝배기에 부어서 밤술해 넣어서 찌기 젓국으로 하려면 계란 한 개에 대해서 젓국 반 숟가락을 치고 하기

	조금	
우거지찌개	우거지 말린 것 한 보시기, 파 한 뿌리, 고기 반의 반 근, 기름 조금, 된장 두 숟가락, 물 네 홉	우거지를 되쳐서 냉수에 빨아 꼭 짜기 → 대강 털어서 냄비에 담기 → 고기를 얇게 털어 넣고 기름 치고 파는 채쳐 넣고 물을 붓고 오래 끓이기 → 된장을 간 맞게 풀어 넣고 당토록 만화에 오래끓이기
옹어찌개	옹어 세 개, 파 두 개, 고기 반의 반 근, 물 네 홉, 고초장 두 숟가락, 버섯 네 개	옹어를 비늘을 굵고 대가리 자르고 꼬리도 자르고 내장을 꺼내 정하게 씻고 두토막으로 자르기 → 고기를 얇게 썰어서 고추장과 파친 것과 버섯을 정히 씻어 잘게 썰어 넣기 → 물붓고 끓여서 고기가 무르게 익으면 생선 토막을 쳐놓았던 것을 넣고 더 끓여 생선이 익었던 먹음
우육볶음	고기 반 근, 파 다섯 개, 간장 반 종자, 마늘 반 쪽, 기름 반 숟가락, 깨소금 반 숟가락, 후추 조금, 물 반 보시기	고기를 얇게 저며서 다시 한 푼 넓이로 가늘고 길게 (길이는 한치 길-가량) 채로 썰어서 간장치기 → 파 채쳐 넣고 마늘 곱게 이겨 넣고 깨소금 후춧가루 넣고 잘 섞어서 냄비에 담아 화로에 올려놓고 숟가락으로 잘 저어가면서 볶기 → 타지 않도록 물을 조금씩 부으면서 고기가 익도록 볶기
양볶음	양 한 근, 파 다섯 개, 표고 다섯, 생강 조금	볶아서 국물이 따로 들지 않고 견지와 서로 조화가 되어 지질지질 하고 살이 아주 연하게 무르도록 하여서 그릇에 담고 실고추와 계란 황백미 채친 것을 뿌리기
어만두		평이나 닭고기나 소고기나 잘게 익이고 생강조금 이겨 넣고 후춧가루 조금 치고 버섯 표고 이겨 넣고 기름 간장 깨소금을 넣고 잘 섞기 → 은행만큼씩 떼여 둥글 납작하게 만들어서 번철에 기름을 바르고 지지기 → 송어를 껍질 벗기고 맨살로만 얇고 넓게 저며서 만들어 놓았던 소를 가운데에 놓고 둘에 접어서 가위로 돌려 비여 반달 모양으로 만든 후 갈분이나 녹말을 많이 무치기 → 펄펄 끓는 물에 넣어 잠깐 익혀서 즉시 냉수에 담어 채반에 담에 물기 없도록 하여가지고 초장을 찍어서 먹음
웁적이	무 썰은 것 반 사발, 고초 반 개, 고기 반의 반 근, 깨소금 한 숟가락, 간장 반 종자, 파 한 개, 물 오 홉	무를 닷 푼길이로 잘라서 서푼넓이와 서푼운두로 썰어 놓고 간장 깨소금 넣고 파 채쳐 넣고 고추는 대강 이겨넣고 고기를 얇게 저며 넣고 간장과 물을 치고 끓이기

어포		성하고 좋은 생선(민어나 혹은 도미)을 비늘을 다 굵고 정하게 씻어서 내장을 다 떼고 얇고 넓게 저며서 간장 깨소금 후춧가루를 쳐서 잘 주물러 가지고 채반에 펴 놓고 깨소금을 뿌려서別に 말리기
약고추장	고추장 한 보시기, 생강 반근, 고기 五十匁, 기름 반 종자, 설탕 五十匁, 물 한 종자, 파 다섯 뿌리	고기와 파를 곱게 이겨서 냄비에 담고 익히기 → 다시 도마에 놓고 곱게 이겨서 냄비에 넣고 생강 이긴 것과 고추장을 넣고 설탕을 넣고 물 치고 기름도 함께 넣고 저으면서 볶되 빛이 거무스름 하도록 볶음
염통산적	염통 사분일, 깨소금 한 손가락, 간장 반 손가락, 후추 조금, 기름 반 손가락, 파 한 뿌리	염통을 대강 썰어서 물에 정하게 씻어서 두 치길이씩 자르기 → 두 푼운두와 서푼넓이로 썰어서 간장 기름 깨소금 후춧가루 파 이긴 것과 함께 넣고 잘 섞어서 꼬창이에 끼기 → 도마에 놓고 서로 떨어지지 않도록 대강 닦여서 기름을 바르고 깨소금을 뿌려서 굽기
약포		연한 고기를 얇게 저며서 간장과 기름과 깨소금 후춧가루 파 이긴 것을 넣고 한참 주물러가지고 채반에 펴서 늘어놓고 잣가루나 혹은 깨소금을 뿌려서別に 말려서 팔분길이 오피넓이로 썰어 초장을 찍어 먹기
약포별법		고기를 연한 살로만 곱게 닦여서 아주 부드럽게 만들기 → 생강과 파를 곱게 닦여넣고 후춧가루와 깨소금과 기름과 좋은 간장을 적당하게 넣고 잘 섞기 → 넓은 잎사귀에 얇게 펴놓고 잣가루를 뿌려서 말려 가지고 초장을 찍어서 먹기
암치지지미	무 큰 한 개, 고기 반의 반근, 암치 적당히, 파 한 개, 젓국 반 종자, 물 한 되, 고추 반 개	암치뼈를 잘게 깨뜨려놓고 무를 얇게 썰어 넣고 고기를 얇게 저며 놓고 파 채치고 고추는 대강 익이고 젓국과 물을 치고 끓이나니 완회에 오래 끓여서 뼈가 무르도록 하기
유자정과		유자 껍질을 납작 썰고 무도 같은 모양으로 썰어서 삼사일동안 말리기 → 유자 한 켠 놓고 무한 켠 놓고 설탕을 뿌리고 이렇게 여러 켠을 하여서 다 담기 → 초를 조금 쳐서 꼭 봉해서 땅에 묻고 평토쳤다가 두어달 후에 꺼내기

『일일활용 신영양요리법』에 기록된 아 그룹의 음식으로는 외깍두기, 우거지지짐이, 외지짐이, 알찌개, 우거지찌개, 웅어찌개, 우육볶음, 양볶음, 어만두, 왓적이, 어포, 약고추

장, 염통산적, 총 13가지이다. 그 중 약적이라는 음식은 무를 썰어놓고 간장, 깨소금을 넣고, 파를 채쳐 넣고 고추는 대강 이겨 넣고 고기를 얇게 저며 넣고 간장과 물을 넣고 끓여 먹는 음식이라고 기록되어 있다.

표 17. 여러 가지 음식 만드는 법. -자-

음식명	재료	만드는 법
짬지	무 한 섭, 소금 소두 한 말, 물 한 동이, 마늘 반 홉, 파 한 단, 고초 반 되, 생 반 홉, 청각 반 홉	굵고 좋은 무를 정하게 씻어놓기 → 마늘 파 생들은 그대로 얇게만 썰고 고추는 반 붉은 고추로 비슷비슷 굵게 어슷썰어서 놓기 → 청각은 큰 것은 대강 두셋에 뜯어놓은 후 독에 물을 한 켠 넣고 양념을 뿌리고 소금을 무가 보이지 않도록 뿌리고 다시 무를 한 켠 넣고 또 양념을 얹고 소금을 무가 보이지 않도록 뿌려 이와 같이 한 독을 담기 → 맨 위에는 다소금을 좀 더 많이 얹어서 잘 덮어 삼사일 두기 → 절은 후에 열어 보아 물이 있으면 그대로 잘 담은 정한 무청이나 배추-어지로 잘 덮고 무거운 돌로 눌러서 무가 떠오르지 않도록 하고 만일 국물이 적거든 소금물을 더 부어 무가 잠기도록 붓고 여전히 우거지로 덮고 돌로 눌러서 꼭 봉하여 잘 덮어 두기
지 림 김치		김장김치를 위해서 담그는 것으로 겨울 김치를 익기 전에 먹기 시작하면 맛도 변하고 여러가지로 손해가 되는 탓에 겨울김치 담기 전에 먹을 준비 김치인 것. 만드는 법은 같음
즙장	밀기울 한 말, 물 석 되, 콩 닷 되, 소금 네 홉, 누룩가루 닷 되	가을에 밀가을과 콩을 물에 불려서 둘 다 시루에 때 절구에 넣고 찧기 → 밤알 만큼식 멍어리를 만들어 둥구미에 담되 가랑잎이나 집을 적지적지 놓고 잘 털기 → 메주가 누렇게 되고 거죽이 하얗게 잊어지면 꺼내 잘 말리기 → 가루를 만들어 누룩가루와 물을 함께 섞고 소금을 넣고 잘 섞은 후에 꼭 봉해서 따듯한 양지에 묻어 두었다가 십여일 후에 설탕을 타서 먹기
장김치	배추 큰 통으로 다섯 통, 미나리 썰은 것 한 보시기, 무 큰 것으로 두 개, 간장 반 사발, 배 한 개, 소금 한 보시기, 밤 다섯 개, 생강 약간, 파 다섯 개, 마늘, 갓 썰은 것 한 보시기, 고초 큰 것 다섯 개, 표고 열 개, 석이 큰 것 다섯 개, 실백 반	배추와 무를 정하게 씻기 → 배추는 것대와 잎사귀는 제해 버리고 칠푼 길이씩 썰고 무는 육푼길이 너푼 넓이 한 푼 두께씩 되게 썰어 무와 배추를 각각 간장에 절이기(배추는 우이젓는고록 물오리할 것) → 그릇에 건져서 함께 담고 미나리는 한 치 길이로 썰고 배와 밤은 너 푼 넓이로 썰어서 다 함께 넣고 식히기 → 향아리에 담고 무 절였던 간장 물에 물과 간장을 더 쳐서 간을 적당하게 맞춰 붓고 설탕을 친 후에 주걱으로 저어서 골고루 섞기 → 간을 잘 보아서 너무 달지 않도록 하고 실맥을 넣어서 꼭 봉하고 잘 덮어 두기 *간장은 진하고 짜지 않은 맛좋은 장으로 하여야 김

	종자, 설탕 한 종자	치가 맛있음 이것을 통김치로 만들면 더 좋으니 큰 통배추를 먼저 설탕을 문혀두면 얼마간 절을 것이니 그 후 간장을 부어서 다시 절여 가지고 만들어 놓은 소(양념)을 통김치하는 법대로 배추 잎틈틈에 골고루 퍼놓아서 소가 빠지지 않도록 잎사귀로 잘 매어서 간장으로 간을 맞추어 담아서 먹을때는 한 치 길이로 썰어서 보시기에 보기 좋게 담아놓기
조기젓	조기 종자로 이십 개, 물 한 되, 소금 신관승으로 두 되	물에 넣고 조기 대가리를 붙들고 설설 흔들어서 거죽만 대강 씻고 다시 소금물에 씻기 → 칼로 비늘을 굵고 내장을 다 빼고 정하게 씻어 채반에 건져 놓아 물을 다 빼기 → 조기 아가리 속과 양편 아가미를 벌리고 마른 소금을 그 속에 딱 차도록 넣고 항아리에 한 컵 넣고 소금 뿌리고 조어와 갈치 매 켜마다 하기(조기가 보이지 않도록 소금을 하얗게 뿌릴 것) → 맨 위에는 소금을 더 많이 뿌리고 조기 비늘 굵은 물을 솔에 붓고 펄펄 끓여서 가려 얹쳐 식히기 → 체에 곱게 맞쳐서 조기 항아리에 붓고 꼭 봉해 두었다가 두어 달 지낸 후에 먹음
조개젓		조개젓은 진조개젓과 물조개젓이 있나니 먹을 때에 고추가루와 파 익힌 것을 넣고 먹는 것
잣가루		실백(껍질을 벗긴 것)을 속껍질까지 정밀하게 벗겨서 물기 없는 도마에 올려놓고 칼로 닉여서 좁쌀알만큼씩 잘게 만들기(이보다 더 닉이면 기름이 나고 빛이 흉하게 됨) * 잣이 없는 경우에는 낙화생(혹칭 호종)을 대신 하여도 좋음
전복김치	전복 다섯 개, 유자 두 개, 배 큰 것 한 개, 생강 조금, 무 한 개, 파 두 개	전복을 물에 불려서 무르게 하여가지고 얇게 저며서 주머니 처럼 만들기 → 유자 껍질과 배를 가늘게 채쳐서 그 속에 넣고 무는 너푼 장광과 한 푼 운두로 썰기 → 생강과 파는 실같이 채쳐서 다함께 항아리에 담기 → 물에 소금을 간맞게 쳐서 끓여가지고 다시 식혀서 적당히 부어 익히기
전복장아찌	전복 세 개, 우육五十匆, 간장 두 홉, 깨소금 한 숟가락, 설탕 반 홉, 파 두 뿌리	전복을 하루 동안 물에 담어 잘 불리기 → 닷 푼 장광 한 푼 두께로 썰어서 냄비에 담기 → 고기도 얇게 저며서 전복과 꼭 같이 썰어 전복과 함께 담기 → 물을 반보시기쯤 붓고 끓이다가 진한간장(짜지 않고 진한 간장)을 붓고 깨소금과 설탕과 파 채친 것을 넣고 물기가 없도록 졸이기(국과 건지가 물합이 띠도록) → 접시에 담고 잣가루를 뿌려 상에 놓음 *생전복으로 하면 더 좋음
젓국찌개	무 종자 한 개, 파 두 뿌리, 고기 반의 반 근,	무를 얇게 썰어 넣고 고기는 얇게 저며 넣고 버섯을 정하게 씻어 잘게 넣고 파 채쳐 넣고 젓국과 기름과

	물 세 홉, 버섯 네 개, 고추 반 개, 젓국 반 종자, 기름 조금	고추 이긴 것과 물을 다 함께 넣고 오래 끓이기
자반		성한 생선을 정하게 씻고 비늘을 긁고 내장을 빼서 채반에 건져 놓아 물기 없이 하기 → 그릇에 한 컵을 넣고 소금을 생선이 보이지 않도록 뿌리고 생선을 한 컵 놓고 또 그와 같이 소금을 뿌려서 켜켜 이와 같이해서 절인 후에(생선 입 속 다 아가미 속에 소금을 가득이 넣을 것)別に 넣어서 대강 말리기
장산적		섭산적을 오 푼 넓이 칠 푼 길이로 썰어서 진한 간장을 붓고 설탕을 쳐서 오래 졸여서 흔히 찬합 반찬으로 쓰임
족편	소의 족 네 개, 물 반동이, 석이 세 조각, 실고추 조금, 표고 세 조각, 실백 한 종자	족을 한 치 길이씩 자르고(가죽 그대로) 두 쪽으로 쪼개기 → 솥에 넣고 물을 부은 후 불을 천천히 때며 갑자기 졸지 않도록 오래오래 끓여서 가죽이 흐물흐물하고 국물은 손으로 만져보아서 끈끈 하면 뼈를 꺼내어 가죽을 벗기고 살만 긁어 잘게 이기기 → 석이는 정하게 씻어서 가늘게 채치고 표고는 대강 이기고 실고추를 대강 썰어서 넣고(서푼길이쯤 되도록) 다시 끓여가지고 목판에 담기 → 계란황백미 얇게 붓친양념을四分길이로 실같이 채쳐서 약간 뿌리기
조기찌개	조기 한 마리, 파 한 뿌리, 고추장 한 숟가락, 고기 반의 반 근, 생강 조금, 물 세 홉	생선조기는 고추장이나 젓국에 찌고 자반조기는 맨 물에 찌되, 먼저 조기를 정하게 씻어 비늘을 긁고 대가리를 떼고 꼬리 자르고 내장을 빼고 정하게 씻어 한 치길이로 토막을 쳐서 냄비에 담고 고기를 얇게 썰어 넣고 생강과 파를 익여 넣고 물에 고추장을 풀어 넣고 끓이기
제육볶음	제육 한 근, 파 네 개, 간장 반 종자, 설탕 한 숟가락, 후추 조금, 표고 네 조각, 버섯 네 조각, 생강 조금	실맥을 대강 엮은 후 식히기 → 묵과같이 다 굵은 후에 팔 푼 길이 육 푼 넓이로 썰어서 초장을 찍어서 먹음
족편별법		분량은 위엿 것과 같음. 족을 끓여서 기름이 많이 생긴 것을 걸지 말고 그대로 -판에 삼분두께로 붓고 한 곳에 놓아서 굳히기 → 편육을(--편육이-----) 얇게 너며 굵은 족편 위에 펴 얹고 후춧가루와 잣가루를 붙이고 같은 운두로 또 한 컵을 붓기 → 맨 위에는 알고명 채친 거와 실백과 실고추를 약간 뿌려서 굳혀가지고 모양 있게 썰어서 접시에 놓고 초장을 찍어서 먹기 *소의 꼬리를 잘게 깨뜨려서 솥에 넣고 물을 거진 반동이가량 붓고 오래 끓여서 살이 무르면 살을 다 긁어서 대강 익이고 표고 석이 계피 실맥과 양념들을 위에 족편법과 꼭 같이 만들면 매우 좋음

전약	소가죽 열 근, 건강가루 반 종자, 꿀 한 사발, 계피가루 반 종자, 후춧가루 반 숟가락, 정향가루 반 종자, 대추 한 보시기, 물 세 동이	가죽을 정히 씻고 털을 뜯고 잘게 썰어서 솥에 넣기 → 천천히 불을 때어 반동이쯤 되고 가죽이 녹아서 물이 다 되면 체에 받쳐서 놓기 → 대추를 씨 떼고 잘게 닉여 넣고 여러 가지 가루를 넣고 썰기 → 목판에 담아서 닷 푼 두께로 굳혀서 반듯하게 썰어 접시에 놓고 초장을 찍어서 먹기도 하고 만드는 모양은 과자형으로 떼내거나 -리형에 담아서 무쳐가지고 곱게 놓던지 마음대로 할 것
제피수정	도야지껍질 한 마리, 후추 반 숟가락, 물 한 말, 파 세 뿌리	도야지 껍질을 기름을 떼어내고 정하게 씻어 솥에 넣고 물 붓고 후추와 파를 넣고 만화로 삶기 → 잘 불오거든 건져서 잘게 썰어 다시 국물에 넣고 끓이기 → 조금 걸직하게 되면 체에 받쳐서 굳히기 → 팔 푼 길이로 자르고 육 푼 넓이로 썰어서 접시에 담아 초장을 찍어 먹기
짚지무침	짚지 썰은 것 한 보시기, 간장 적당히, 기름 두 방울, 파 한 개, 깨소금 반 숟가락, 고추 한 개	짚지를 채쳐서 물에 두어 시간을 넣기 → 꼭 짜가지고 파와 고추는 잘게 익여서 넣기 → 간장기름 깨소금을 넣고 간을 맞추기
장산적		연한 살코기와 간과 양과 천엽과 파와 송이와 이외에 무엇이던지 있는대로 다 섞어서 양념에 잘 섞어가지고 꼬챙이에 끼어서 굽기

『일일활용 신영양요리법』에는 짚지, 지럼김치, 죽장, 장김치, 조기젓, 조개젓, 잣가루, 전복김치, 전복장아찌, 젓국찌개, 자반, 장산적, 족편, 조기찌개, 제육볶음, 족편별법, 전약, 제피수정, 짚지무침, 장산적, 총 20가지의 자 그룹의 음식이 기록되어 있다. 제피수정은 돼지껍질을 기름을 떼어내고 깨끗하게 씻어 솥에 넣고 물과 후추, 파를 넣고 만화로 삶는다. 잘 불으면 건져서 잘게 썰어 다시 국물에 넣고 끓이기 조금 걸직하게 되면 체에 받쳐 굳힌 것을 썰어 초장을 찍어 먹는다. 지럼김치는 김장김치를 위해서 담그는 것으로 겨울 김치를 익기 전에 먹기 시작하면 맛도 변하는 등의 문제가 있기 때문에 겨울 김치를 담그기 전에 먹기 위해 준비하는 김치를 말한다.

표 18. 여러 가지 음식 만드는 법. -가-

음식명	재료	만드는 법
청태장		청태콩을 껍질을 벗기고 속알만 시루에 찌서 절구에 찧기 → 칼자로만큼씩 뭉쳐서 섭에나 혹은 등구미에 담을 때 정한 짬이나 콩잎으로 적지적지 하여담고 또 덮기 → 매주 띄우듯이 띄워 누른 옷을 입으면 별에 말려가지고(단단히 말려야 하나니라) 장을 담기

찰쌀고추장	찰쌀 녀 되, 소금 두 되, 메주가루 석 되, 물 석 되, 고춧가루 되가웃	물에 소금을 풀어가지고 찰쌀로 되다케 죽을 쑈기 → 메주가루에 잘 섞어서 하루 밤쯤 지난 후에 고춧가루를 풀어서 항아리에 넣고 망사로 꼭 봉해서 덮어두기 → 매일 뜨거운 물에 덩개를 열어 별을 쪼일지니 삼십일쯤 지나면 익음
초	누룩가루 녀 되, 물 한 동이, 찰쌀 닷 되, 도라지 열 개, 대추 이십 개	누룩을 깨뜨려서 노랑게 볶아 가루를 만들기 → 항아리에 담고 물을 부어 꼭 봉해야 두어날 두었다가 찰쌀을 지예를 찌서 뜨거운 김에 항아리에 함께 넣고 잘 저어 풀어서 꼭 봉하기 → 양지에 놓아 더웁게 하면 초가 되나니 도라지와 대추를 대강 구어서 함께 넣어 꼭 봉해둘 것 초를 쓰다가 거진 다하기전에 막걸리나 보통 술을 부어두면 좋은 초가 없어지지 않음
초 2	기장 두 되, 누룻가루 한 되, 백미 한 되, 대추 열 개, 물 석 되, 도라지 다섯 개	기장과 백미로 밥을 짓고 끓는 물에 누룩가루를 타서 잘 섞어 뜻뜻하게 하기 → 함께 붓고 꼭 봉해서 두기 → 거진 익을만 한 때에 누룩을 계란만큼씩 깨뜨려서 불에 구어 함께 넣고 대추와 도라지도 구워서 넣기 초가 다 없어지기 전에 술을 더 부어 가면서 쓸것
초 3	흰 밥 반사발, 대추 열 개, 누룩가루 한 사발, 도라지 다섯 개	흰 밥을 지어 항아리에 담고 누룩을 바삭 구워서 가루를 만들기 → 뜨거운 밥에 섞고 대추와 도라지를 타도록 구워서 넣기 → 꼭 봉해서 더운 곳에 두어 익히면 초맛이 되나니 초냄새가 날 때에 약주나 술을 부어서 더운 곳에 두기
청포(노랑묵)	녹말 한 홑, 물 네 홑 반, 치자 반 개	녹말을 물에 풀어서 솥에 붓고 주걱으로 저어가면서 불을 때어 끓여서 묽은 죽 같이 만들기 → 즉시 치자물을 쳐서 식혀가지고 그릇에 담어 굳혀서 쓰기 (치자물은 물 한 종자에 치자 한 개를 깨뜨려 넣어 올릴 것)
초장	당것(초), 간장	간장을 소용될 만큼 그릇에 담아 놓고 초는 간장보다 삼배를 잡게 붓고 냉수는 알맞게 짐작하여 조금 붓고 섞어서 종자에 담고 잣가루를 약간 뿌려서 쓰는 것이니 잣가루가 없을 때에는 파를 대강 익여서 뿌려도 씬
초고추장		암전한 고초장에 초와 설탕을 맛보아가면서 알맞게 넣어서 잘 섞어서 쓰기
초젓국		맛좋은 새우젓 국물에 물을 알맞게 치고 고춧가루를 약간 넣어서 쓰기
초대	미나리 생것으로 썰은 것 한 보시기, 기름 한 숟가락, 밀가루 한 홑, 소금 조금	미나리 초대 : 미나리를 깨끗이 다듬어 잘 씻어가지고 한 치 길이씩 썰어 소금을 약간 붙여가지고 잠깐만 절이기 → 물기가 없도록 꼭 짜서 그릇에 담고 밀가루를 넣고 물을 부어 잘 섞기 → 번철에 기름을 바르고 얇게 펴서 지지되 타지 않도록 안팎으로 지지서 삼 푼 넓이 오 푼 길이로 썰어서 쓰기 파초대 : 꼭 같은 법으로 하되 먼저 소금에 절이지 않고 그대로 할 것. 또 파는 채를 썰어서 하는 것

『일일활용 신영양요리법』에 기록된 차 그룹의 음식은 청태장, 찰쌀고추장, 초 만드는 방법 3가지, 청포묵, 초장, 초고추장, 초젓국, 초대이며, 총 10가지 음식 만드는 방법이 있

다. 그 음식들 중 청포묵을 만드는 방법은 녹말을 물에 풀어서 솥에 붓고 주걱으로 저어가면서 끓여서 묽은 죽같이 만들고, 즉시 치자물을 쳐서 식혀, 그릇에 담아 굳히는 것이다.

표 19. 여러 가지 음식 만드는 법. -카-

음식	재료	만드는 법
콩가루	콩	콩을 물에 정하게 씻어서 즉시 일어가지고 솥에 넣고 불을 때여 볶아서 맷돌에 갈어 고운 체에 쳐서 쓰기

『일일활용 신영양요리법』에는 콩을 물에 깨끗이 씻어 솥에 넣고 볶아서 맷돌에 갈아 고운 체에 쳐서 콩가루로 쓴다고 기록되어 있다.

표 20. 여러 가지 음식 만드는 법. -타-

음식	재료	만드는 법
통김치		배추를 통이 크고 좋은 것을 택하여 누렁잎을 채치고 잘 다듬어서 물에 정하게 씻기(씻을 때에 부서지지 않도록 조심해서 잎사귀 틈틈이에 모래가 없도록 정밀하게 씻기) → 소금에 다시 절이되 물 두동이에 소금 석 되만 풀어서 큰 그릇에 부어놓고 씻은 배추를 이 소금물에 하나씩 잡아서 배추 속에 소금물이 깊은 속까지 들어가도록 해서 다른 데 담고 소금물을 붓고 덮개로 덮어 하루동안 두기 → 다 젖거던 큰 광주리에 내어 놓고 배추를 한 동이씩 잡아 헤쳐서 속속들이 다 벌이고 소를 골고루 뿌려 잎잎이(잎사귀 층마다) 넣기 → 다시 바로잡아 잎사귀 줄기 한자락을 붙들고 돌려서 배추 허리를 삼어매어 놓기(소 넣은 것이 빠지지 않도록) → 절인 무를 칼로 이리저리 비늘처럼 비슷 비슷 어여서 그 틈틈이 소금을 뿌려서 저린 배춧잎으로 차서 독에 담을 때에 배추 한 켠 놓고 무 한 켠 놓고 이와 같이 번갈아 담기 소금물에 저린 무청으로 위를 많이 덮고 무거운 돌을 얹어서 누른 후 이삼일 지내어 정한 물에 소금을 풀어서 고운 체에 바쳐가지고 김치독에 넣어서 꼭 봉하고 잘 덮어서 두었다 먹기
토란장아찌	토란 오 흡(반되), 간장 한 보시기, 우육 반의 반 근, 설탕 한 종자, 파 네 뿌리, 물 반 보시기	토란을 껍질 벗기고 큰 것은 사분에 썰고 적은 것은 둘에 썰어서 물에 삶기 → 물은 따라 버리고 고기를 잘게 썰어 함께 넣고 간장을(짜지 않고 깊은 장으로) 붓기 → 설탕과 파 채친 것을 넣고 물을 좀 붓고 끓이기 → 완화에 오래 졸여 국물과 건지가 서로 부드럽게 되면 그릇에 담기

『일일활용 신영양요리법』에는 통김치와 토란장아찌, 2가지가 타 그룹으로 소개되었

다. 그 중 토란장아찌는 토란을 손질하여 물에 삶아 잘게 썬 고기와 간장을 넣고 설탕, 채친 파, 물 약간을 넣어 오래 졸여 국물과 건지가 부드럽게 되면 먹는 음식이라고 설명하고 있다.

표 21. 여러 가지 음식 만드는 법. -파-

음식	재료	만드는 법
파		국에 넣는 것 : 한 치 길이씩 잘라서 굵게 채로 썰어 넣기 나물이나 무치는 데나 고기를 익여서 만드는 것 : 파도 잘게 가로 되도록 익여 넣나니 익일때에는 파를 도마에 놓고 칼로 끝으로 짓이겨가지고 다시 칼로 잘게 썰어 그다음에 잘게 이기기
편수	만 두 와 같음	밀가루로만 반죽하여 얇게 밀어서 사방 한 치 되도록 네모반듯하게 썰기 → 소를 가운데 놓고 네 귀를 마저 꼭꼭 서로 붙여서 만들되 이렇게 만들어서 맨 물을 펄펄 끓이고 한 개씩 넣어서 끓는 물위에 동동 뜨면 건져서 식혀 가지고 기름기 없는 순전한 살코기로만 국을 끓여서 식혀 가지고 찬국물에 넣어서 먹는 것. 또 이렇게 빚은 편수를 송편처럼 시루에 찌던지 솥에 찌고 → 참기름을 바르고 잣가루를 무쳐서 접시에 담어 놓기 → 초장을 찍어서 먹는 것 또 다른 옛 법 : 만두를 빚을 때 반죽을 색을 풀기(식료용색소를사용할 것) → 밤알만큼씩 빚을 때에 새 모양이나 여러가지 재미있는 모양으로 빚어서 밀반데기를 넓게 만들기 → 빚을 만두를 여섯 개씩이나 다섯 개씩 싸서 장국에 넣어 끓여서 잘 익으면 먹기
파 고추장	적두 칠 승, 찹쌀 닷 되, 콩 한 말, 소금 석 되 가 량, 고춧 가루 두 되 가량, 물 석 되, 백미 닷 되	콩을 삶다가 불을 만큼 되면 팔을 넣고서 삶기 → 팔물이 콩에 훑싹 들도록 익힌 후 절구에 넣고 찞을 때 백미 닳되는 흰 무리로 만들어서 콩과 함께 넣고 곱게 찞어서 종자 덩어리만큼씩 둥글려서 납작하게 눌러서 불에나 더운 방에 놓아 거죽이 부득부득 하게 말오거던 실에나 속에나 둥글이에나 넣되, 서로 몸이 닿지 않도록 놓기 → 짚으로 덮고 또 한 켠 펴놓고 짚으로 덮고 이렇게 격지격지 담아서 일주일만 두었다가 꺼내어別に 바삭 말려 찌어서 고운 체로 쳐서 가루를 만들어 놓기 → 찹쌀을 물에 죽을 쑤어 가루에 섞어 놓았다가 다 식은 후에 고춧가루와 소금을 넣어서 망사로 꼭 봉해서 잘 덮어 두기 → 매일 햇볕에 덮개를 열어놓아 뜨거운 물을 쫓아 한 달 후 먹기

『일일활용 신영양요리법』에 기록되어 있는 파 그룹의 음식과 식품으로는 파, 편수, 파고추장이 있다. 파고추장이란 콩과 팔을 삶고 팔물이 콩에 들도록 익힌 후 절구에 넣고 찞을 때 백미 닳되는 흰 무리로 만들어서 콩과 함께 넣고 곱게 찞어서 종자 덩어리만큼 둥글려서 납작하게 눌러 불이나 더운 방에 놓아 걸이 말랐을 때 몸이 닿지 않도록 놓고 짚으로 덮어 일주일만 두었다가 꺼내어別に 바삭 말려 찌어 고운 체로 쳐서 가루를 만

들어 놓고 찹쌀로 뭉게 죽을 쑤어 가루에 섞어 놓았다가 다 식은 후에 고춧가루와 소금을 넣어서 망사로 봉해서 잘 덮어 둔다. 매일 햇볕에 덮개를 열어 놓아 한달 후에 먹으라고 설명되어 있다.

【관련논저】

없음

【집필자】

정혜경(호서대학교) · 우나리아(호서대학교) · 박준희(호서대학교) · 배은석(한국에코뮤지엄연구소)

【자료명】

『割烹研究(할팽연구)』

【정의】

국립학교인 경성여자사범학교는 1939년 일본어로 된 조리교재 『할팽연구(割烹研究)』를 출간하였다. 할팽(割烹 かっぼう)은 썰어 삶아서 음식을 조리하는 것과 완성된 요리를 뜻하는 일본어이다. 이 책은 1쪽에 1가지 음식씩 편집하여 음식명, 시기, 기구 그리고 완성 그림이 있다. 재료 칸에는 실제 수업 때 필요한 분량을 6인 실습대 1대 분량과 1학급 8대 50인 분량이 정확하게 적혀 있다. 하단에는 조리법을 번호를 붙여서 소상히 적었고, 어렵고 복잡한 조리과정은 그림이 있다.

【음식관련 정의】

이 책의 내용은 전반부 일본요리, 후반부 한국요리가 나온다.

후반부에 나오는 한국요리는 가장 먼저 소고기 조미 그리고, 주식류는 조밥, 팥죽, 온면, 밀국수, 고기만두 등 5종, 찬물류로 완자탕, 신선로, 미역국, 송어찜, 소고기찜, 나물은 외생채, 가지나물, 무나물, 콩나물, 묵무침, 미나리강회, 잡채 등 7종이고, 전·구이류는 민어전유어, 호박전, 두부부침, 김구이, 내장전, 소고기구이 등 6종이고 그 외에 장조림, 수란, 북어무침, 튀각, 뱅어포구이, 풋김치, 통김치 등 7종이 있다. 후식인 떡류로 전병, 경단, 송편, 떡볶이 등 4종과 음료로 화채와 배수정과 2종으로 총 38종이 나온다. ‘가사과 실습에 대하여’ 항에는 예습 및 준비, 학습, 복습의 요령이 나오고, 실습실 비품을 그린 그림과 일람표가 나온다.

【서지】

표제/책임표시사항: 할팽연구(割烹研究)
저자: 경성여자사범학교 가사연구회
발행사항: 서울, 한성도서(漢城圖書), 소화(昭和)14[1939]
형태사항: 496p., 19cm
소장처: 한양대학교 백남 학술정보관

【목차와 구성】

(朝鮮料理)(조선요리)

14. 牛肉の調味法(소고기의 조리법)

15. 飯類(밥 류)

1. 粟飯(조밥)

2. 小豆粥(팥죽)

16. 汁物、煮物、麵類(국, 조림, 면류)

- | | |
|---------------|-------------|
| 1. 温麵(온면) | 2. 小麦麵(밀국수) |
| 3. 丸子湯(완자탕) | 6. ぼら煮(송어찜) |
| 4. 神仙爐(신선로) | 7. 若布汁(미역국) |
| 5. 肉饅頭(고기 만두) | |

17. 和へ物類(무침류)

- | | |
|------------------|----------------|
| 1. 胡瓜生菜(오이생채) | 5. むく酢和へ(묵무침) |
| 2. 茄子酢和へ(가지초무침) | 6. せり巻(미나리 강회) |
| 3. 大根熟菜(무나물) | 7. 雑菜(잡채) |
| 4. 豆もやし菜(콩나물 무침) | |

18. 煮込(조림)

1. 牛肉煮込(장조림)

19. 鶏卵の茹方(계란 삶는 법)

1. 水卵(수란)

20. 焼物類(구이류)

- | | |
|----------------|-----------------|
| 1. 魚煎油(민어전) | 4. 海苔焼(김 구이) |
| 2. 南瓜衣揚(호박전) | 5. 内臓の衣焼(내장 구이) |
| 3. 豆腐味附焼(두부부침) | 6. 牛肉焼(고기 구이) |

21. 干物(건어물)

- | | |
|----------------|-----------------|
| 1. 明太裂和へ(복어무침) | 3. 白魚干焼(백어포 구이) |
| 2. 昆布揚(튀각) | |

22. 餅類(떡류)

- | | |
|-----------|-----------|
| 1. 煎餅(전병) | 2. 瓊團(경단) |
|-----------|-----------|

- | | |
|-------------|--------------|
| 3. 松餅(송편) | 4. 餅の寄煮(떡볶이) |
| 23. 飲物(음료) | |
| 1. 花菜(화채) | 1. 富座漬(풋김치) |
| 2. 水煎果(수정과) | 2. 冬漬(통김치) |
| 24. 漬物(절임류) | |

【음식관련내용】

1. 밥류

표 1. 밥류

음식명		재료(재료가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
粟飯	조밥	백미, 조, 팥, 물 (4)	백미, 조 씻기 → 반나절 불린 팥을 솥 밑에 넣음 → 팥 위에 백미를 넣어 물을 넣어 밥 짓기 → 끓으면 조 넣기	1. 白米、粟をよくといておく。[중략] 小豆を釜の底にしく。3. 小豆の上に白米を入れて小豆が浮いてこない様に水を定量丈入れて炊く。4. 沸騰した時粟を白米の上にかけて更に白米飯と同様に炊く。
小豆粥(팥죽)	팥죽	팥, 쌀, 쌀가루, 소금, 물, 설탕(6)	팥 삶기 → 껍질 제거 후 침전시키기 → 씻은 쌀을 팥물과 함께 가열 → 쌀가루로 경단 만들기 → 죽에 경단과 설탕 첨가 → 끓이기	[전략]2. お米をといて鍋に入れ小豆の上澄を取りて一緒に加へて火にかける。[중략]3. 新粉は団子を拵へて沸騰する汁粉の中へ入れて絶へずかくはんし、団子が浮いて来たら砂糖を加へて火を止める[후략]

『할팥연구』에 기록된 밥류의 종류와 재료이다. 밥류는 총 2가지로 속반(粟飯), 小豆粥(팥죽)이 있다. 小豆粥(팥죽)은 팥을 삶아 껍질 제거 후 침전시켜 씻은 쌀을 팥물과 함께 가열시킨 뒤 쌀가루로 경단을 만들어 죽에 경단과 설탕을 첨가한 후 끓인다고 나와 있다.

2. 국, 조림, 면류

표 2. 국, 조림, 면류

음식명		재료(재료가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
温麵	온면	메밀, 소고기, 계란, 간장, 깨, 참기름, 후추, 소금(8)	메밀 씻기 → 소고기, 파는 잘게 썰기 → 양념해 볶기 → 육수 만들기 → 계란 지단 부치기 → 그릇에 담기	1.蕎麦は温湯できれいに洗ひ水をきりざるに上げておく。[중략]5.蕎麦を器に盛り、煮出しを注ぎ其の上に前記の2, 4を飾り、胡椒を少々ふると出来上がる。
小麦麵 (밀국수)	밀국수	밀가루, 소고기, 계란, 파, 간장, 깨, 참기름, 후추, 실고추, 소금(10)	면 만들기 → 육수 만들기 → 면 삶기 → 이하 온면의 조리법과 동일	1.小麦粉は固く捏ねて麵棒で板の上に半糰程の厚さに伸ばして、[중략]2.温麵の場合と同じく肉で出しを取り、[후략]
丸子湯	완자탕	소고기, 계란, 전분, 간장, 파드득 나물, 파, 소금, 깨, 참기름(9)	육수 만들기 → 고기 완자 만들기 → 익히기 → 파드득 나물 삶기 → 계란 지단 부치기 → 모든 재료 담기	1.牛肉は三分之一程では煮出しを取り、後の分はみじん切りにして肉の調味法により調味して梅程の大きさに丸めて片栗粉をきせて、沸騰する湯に入れて茹でて出す。[후략]
神仙爐	신선로	소고기, 송어, 어묵, 석이버섯, 표고버섯, 목이버섯, 두부, 계란, 밀가루, 은행, 당면, 미나리, 파, 무, 파드득 나물, 참기름, 간장, 깨, 후추, 전복, 아지노모토(16)	육수 만들기 → 고기 굽기 → 생선 완자 만들기 → 표고버섯은 불려서 볶아 둠 → 계란 지단 부치기 → 두부 굽기 → 무 삶기 → 파, 미나리 전 부치기 → 파드득 나물 삶기 → 송어 손질하기 → 은행 볶기 → 아지노모토 첨가 → 신선로에 모든 재료 담기 → 끓이기	[전략]13.神仙爐に1から12までのものを體裁よく好みに盛り付け、頂く時に汁に調味して神仙爐に注ぎ、眞中の火入れる所に炭火をよく燃やして入れてよく煮えている所を頂くのである。
肉饅頭	고기만두	밀가루, 소고기, 돼지고기, 두부, 콩나물, 배추, 파, 간장, 소금, 설탕, 후추, 참기름(12)	밀가루 반죽 → 소고기 양념해두기 → 두부 물기 제거 → 배추, 콩나물은 삶아서 물기 제거 → 모두 섞기 → 만두 피 만들기 → 만두 빚기	1.小麦粉を水で固くこねておく。[중략]9.ぬき取ったものに混ぜたものを包み空氣穴を少し許りあけてシュウマイの如くよく合わせておく。10.沸騰する湯に投じ茹

			→ 뜨거운 물에 삶기 → 간장과 식초를 섞어 짝어 먹음	で出す。[후략]
ほら煮 (송어찜)	송어찜	송어, 소고기, 석이버섯, 미나리, 표고버섯, 계란, 파, 생강, 참기름, 깨, 후추, 물, 실고추(13)	소고기 양념 → 옥수 만들기 → 버섯 불리기 → 파, 미나리전 부치기 → 송어손질 → 끓는 옥수에 송어를 넣고 가열	[전략]4.ぼらは鱗を取り腸を出して、きれいに洗ひ、その中に一を入れて糸で縫っておく。5.煮出の中の肉を取出し、醤油で汁を味つけて尚火にかけ沸騰する時拵へておいた魚を入れ、その上へ茸等をばらまいて、充分に煮えたら[후략]
若布汁	미역국	미역, 소고기, 간장, 참기름, 깨, 물(6)	미역 불리기 → 소고기 양념하고 볶기 → 미역도 넣기 → 물을 첨가 → 끓이기	[전략]2.牛肉と葱をみじん切り、胡麻、胡麻油、胡椒、醤油で味をつけて(1)の若布と一緒に混ぜて鍋に入れ中火にかけていためる。肉が煮えた頃定量の水を加えて煮沸したら[후략]

『할팡연구』에 기록된 국, 조림, 면류의 종류와 재료이다. 국, 조림, 면류는 총 7가지로 温麵, 小麦麵(밀국수), 丸子湯, 神仙爐, 肉饅頭, ほら煮(송어찜), 若布汁이 있다. 温麵은 메밀을 씻고, 소고기와 파는 잘게 썰어 양념해 볶고 옥수를 만들고 계란지단을 부쳐 그릇에 담는다고 나와 있다.

3. 무침

표 3. 무침

음식명		재료(재료가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
胡瓜生菜 (외생채)	오이생채	오이, 간장, 식초, 파, 실고추(5)	오이 씻기 → 잘라서 소금을 뿌려 둠 → 파는 잘게 썰기 → 오이 물기 제거 후 양념하기	1.胡瓜はきれいに洗って輪切りにし、[중략]3.1を手で絞って井に入れ葱、醤油、酢で好みに調味し、[후략]
茄子酢和へ (가지나물)	가지나물	가지, 간장, 파, 식초, 마늘, 후추(6)	가지 씻기 → 찌기 → 찢어서 씨 제거 → 양념하기	1.茄子をきれいに洗って、へたを取り二つに割り蒸して、手で出来る丈細く裂いて、水に洗って種子を去り

				水を切る。[후략]
大根熟菜 (무나물)	무나물	무, 파, 마늘, 생강, 실고추, 간장, 소금, 깨, 참기름(9)	무채썰기 → 삶기 → 파, 마늘, 생강 다지기 → 재료를 전부 섞기	1.大根を斜に輪切りにし更に縦切りにする。2.鍋に大根を入れて煮る。[중략]4.大根が煮えたら材料の全部を一緒にして混ぜて皿にもる。[후략]
豆もやし菜 (콩나물)	콩나물무침	콩나물, 간장, 참기름, 마늘, 생강, 파, 실고추, 깨(8)	콩나물 다듬어 씻기 → 콩나물 삶기 → 파, 마늘, 생강 다지기 → 양념하기	[전략]2.お鍋に少量の水と胡麻油とを入れて蓋をして柔らかくなるまで煮る。途中蓋をとるともやくさくなる。[후략]
むく酢和へ (묵묵침)	묵묵침	묵, 소고기, 계란, 콩나물, 김, 실고추, 파, 깨, 참기름, 후추, 식초, 간장	묵 썰기 → 소고기 양념해두기 → 김 굽기 → 콩나물 삶기 → 계란 삶기 → 흰자는 채 썰기 → 노른자는 체에 내리기 → 모든 재료 섞어 양념하기	1.むくを出来る限り細く短冊に切っておく。[중략]皆一緒にして胡麻、胡椒、酢、醤油、で味つけて器にもりつけ海苔、唐辛子、黄卵を付合はせにする。
せり巻 (미나리강회)	미나리강회	미나리, 잣, 고추장, 간장, 식초, 설탕(6)	미나리 손질하기 → 삶기 → 미나리에 잣을 끼워 말기 → 조미료 섞기	[전략]2.せり一本づつをとってそれに松の実をはさんで巻いて皿にもりつけておく。3.別に唐辛子味噌に醤油を加えて尚酢、砂糖を加えてよく混ぜて猪口についでおく。[후략]
雜菜	잡채	소고기, 당면, 계란, 목이버섯, 석이버섯, 표고버섯, 미나리, 파, 원추리, 배, 전복, 해삼, 물, 간장, 깨, 참기름, 후추, 설탕(18)	소고기는 잘게 썰어 양념 → 당면, 돼지고기는 각각 삶음 → 지단 부치기 → 버섯류는 불려서 볶아둠 → 미나리 데치기 → 원추리 볶기 → 전복, 해삼 채썰기 → 석이, 계란을 제외한 모든 재료를 같이 볶음	1.牛肉はみぢん切りにし調味してためておく。2.唐麵は茹でて切っておく。[중략]10.以上の中石茸、卵焼を除くものをみな一緒にして火にかけ水を一盃許り加えて温めて味をみる。[후략]

『할팽연구』에 기록된 무침의 종류와 재료이다. 무침은 총 7가지로 胡瓜生菜(외생채), 茄子酢和へ(가지나물), 大根熟菜(무나물), 豆もやし菜(콩나물), むく酢和へ(묵묵침), せり巻(미나리강회), 雜菜가 있다. 大根熟菜(무나물)은 무채를 썰어 삶은 뒤 파, 마늘, 생강을 다져 재료를 전부 섞는다고 나와 있다.

4. 조림

표 4. 조림

음식명		재료(재료가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
牛肉煮込 (장조림)	장조림	소고기, 간장, 물 (3)	소고기를 삶음(한시간 정도) → 간장을 넣고 삶음(30분정도)	1.油氣のない柔らかい牛肉擇びて、鍋に入れてとろ火で長らく煮て柔らかくなった時分(一時間以上かかる)醬油を加へて三十分間位煮て火から下す[후략]

『할팍연구』에 기록된 조림의 종류와 재료이다. 조림은 총 1가지로 牛肉煮込(장조림)이 있다. 牛肉煮込(장조림)은 소고기를 한시간 정도 삶은 다음 간장을 넣고 30분 정도 삶는다고 나와 있다.

5. 계란 삶는 법

표 5. 계란 삶는 법

음식명		재료(재료가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
水卵	수란	계란, 참기름, 간장, 잣, 실고추(5)	냄비에 수란반을 띄우고 참기름을 바른 → 계란을 넣음 → 익히기 → 잣가루, 실고추를 뿌려 내기	1.お湯を沸かず鍋或は釜の中に水卵盤を浮かせて(湯から入らぬ程度に)胡麻油をひいておく。 [후략]

『할팍연구』에 기록된 계란 삶는 법의 종류와 재료이다. 계란 삶는 법은 총 1가지로 수란(水卵)이 있다. 수란(水卵)은 냄비에 수란반을 띄우고 참기름을 바른 다음 계란을 넣고 익혀 잣가루와 실고추를 뿌려 낸다고 나와 있다.

6. 구이

표 6. 구이

음식명		재료(재료가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
魚煎油	민어	민어, 밀가루,	민어 손질 → 밀가루	[전략]2.粉を平な器に取り先の

(민어전유)	전	계란, 참기름, 소금, 간장, 식초, 잣(8)	를 문히기 → 계란 옷 입히기 → 굽기 → 초간장 곁들이기	魚の切をその中でまぶして[중략]4.魚の表面にまぜた玉子をぬり。フライパンに胡麻油を一寸ひき[중략]焼いて紙に取りて油を切る。[후략]
南瓜衣揚(호박전)	호박전	호박, 밀가루, 계란, 참기름, 소금, 간장, 식초(7)	호박 썰기 → 밀가루 문히기 → 계란 옷 입히기 → 굽기 → 간장 곁들이기	[전략]2.南瓜に小麦粉をきせておく。3.鶏卵を割りよく混ぜて鹽味をつけて南瓜にきせる。4.フライパンに油をひき南瓜を両面共焼く。[후략]
豆腐味附焼(두부부침)	두부부침	두부, 참기름, 간장, 실고추, 깨, 아지노모토(6)	두부 굽기 → 조미료를 섞어 찍어서 냄	[전략]フライパンに胡麻油をひいて熱くなった時豆腐を焼く。[중략]2.別器に醤油、胡麻、唐辛子、味の素を混ぜておいてこれに豆腐をつけて皿にもるのである。
海苔焼	김구이	김, 기름, 소금(3)	김의 불순물 제거 → 기름 바르기 → 소금 뿌리기 → 2장씩 굽기	1.海苔を雜物を除去しておく。2.鳥の羽または松葉に油を含ませて海苔の一面にひき食鹽を手につまみその上にばらまく。[중략]5.二枚づづ火に炙る。[후략]
内臓の衣焼	내장구이	소의 간, 응모, 밀가루, 계란, 소금, 간장, 식초, 잣(8)	간, 응모 씻기 → 간은 데쳐서 자르기 → 응모 자르기 → 밀가루 뿌리기 → 굽기 → 초간장에 잣가루 뿌려 내기	1.肝と絨毛を鹽で揉み洗ひして水を切っておく。[중략]6.フライパンをきれいにし油をひいて5をきれいに焦がさぬ様にやく。[후략]
牛肉焼(고기구이)	고기구이	소고기, 파, 마늘, 간장, 깨, 참기름, 후추, 설탕, 소금(9)	소고기를 얇게 자름 → 파, 마늘은 잘게 썰어 둠 → 소고기는 양념해 구움	1.脂肪分のあまり多くない上肉を纖維に沿って、出来る丈薄く、[중략]切って[중략]調味したものを金網の上で焦げぬ様に焼く。[후략]

『할팽연구』에 기록된 구이의 종류와 재료이다. 구이는 총 6가지로 魚煎油(민어전유), 南瓜衣揚(호박전), 豆腐味附焼(두부부침), 海苔焼, 内臓の衣焼, 牛肉焼(고기구이)가 있다. 内臓の衣焼는 소의 간, 응모를 씻어 간은 데쳐서 자르고 응모는 잘라 밀가루를 뿌린 다음 구워 초간장에 잣가루를 뿌려서 낸다고 나와 있다.

7. 건어물

표 7. 건어물

음식명		재료(재료가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
明太裂和 へ (복어못침)	복어 무침	명태, 간장, 깨, 참기름, 설탕, 고 춧가루(6)	명태를 봉으로 침 → 겉질을 벗김 → 찢음 → 양념을 전부 넣어 무침	明太魚を棒で叩いて 皮を剥き骨をぬいて 手でなる丈細く[중 략]裂いて、それに [중략]調味する。
昆布揚 (튀각)	튀각	다시마, 참기름, 설탕(3)	다시마 자름 → 튀김 → 설탕을 뿌림	昆布を[중략]切りよ く伸ばして沸騰する 油の中に入れて揚げ 砂糖をふりかけるの である。[후략]
白魚干焼 (백어포구 이)	백어포 구 이	흰살 생선, 간장, 참기름, 깨, 설탕 (5)	흰살 생선 말린 것을 자름 → 양념하기 → 굽기	白魚干を[중략]切っ て、醤油、胡麻油、 胡麻、砂糖を混ぜた ものをつけ乍ら金網 の上のにせてさっと やくのである。[후 략]

『할팽연구』에 기록된 건어물의 종류와 재료이다. 건어물은 총 3가지로 明太裂和へ(복어못침), 昆布揚(튀각), 白魚干焼(백어포구이)가 있다. 明太裂和へ(복어못침)은 명태를 봉으로 쳐 겉질을 벗겨 찢은 다음 양념을 전부 넣어 무친다고 나와 있다.

8. 떡류

표 8. 떡류

음식명		재료(재료가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
煎餅	전병	쌀가루, 참기름, 소금, 물, 설탕 (5)	쌀가루에 물 첨가 → 반죽 → 둥글게 굽기 → 설탕을 뿌려 줌	1.鉢に粉を入れて定量の水の 半分位を加へてよく混ぜ て、[중략]3.(1)の材料を大匙 一匙位づつ掬ってフライパン に円形に半糰程の厚さに延 ばして焼くのである。[후략]
瓊團 (경단)	경단	쌀가루, 콩가루, 깨(흰깨, 검은 깨), 설탕, 소금, 뜨거운 물(5)	쌀가루에 물 첨가 → 반죽 → 둥글리기 → 데침 → 깨 또는 콩가루를 묻혀서 냄	1.白玉粉は井或は鉢に入れて 鹽を少々利かせた熱湯を注 ぎ両手で充分に捏ねて[중략] 丸めた團子を茹でる。[후략]
松餅	송편	쌀가루, 팥 앙 금, 밤, 대추, 팥	소(팥, 대추, 밤, 팥콩, 깨) 손질 → 쌀가루 반죽 →	[전략]梅程の大きに丸めて親 指は中にして穴を掘り、他

		콩, 깨, 참기름, 설탕(8)	송편 빚기 → 솔잎과 함께 찌기 → 참기름 바르기	の指では外をきれいにする。 [중략]たこの頭の中に小豆あんを入れて口を合わせてはまぐりの様な形にする。栗、棗、豆、胡麻も小豆あんの際と同じく皮をこしらへて入れるのである。[후략]
餅の寄煮	떡볶이	흰 떡, 소고기, 파, 표고버섯, 석이버섯, 목이버섯, 미나리, 물, 달걀, 간장, 잣, 참기름, 깨, 후추, 실고추 (15)	소고기, 파 썰기 → 버섯류 불려서 썰기 → 계란 지단 부치기 → 미나리 볶기 → 떡 썰기 → 떡, 지단외의 재료를 전부 넣고 볶기 → 물, 떡, 미나리를 넣고 조림 → 고명으로 지단, 잣, 실고추를 얹어서 내기	[전략]7.鍋に餅とせりと卵焼とを残した以外の分を一緒に入っていためて、水を加へ、肉が煮えたら、餅、せりを加へて暫らく煮て、皿に盛つけてその上に玉子焼、松の実、唐辛子線切をあしらへて出すのである。

『할팍연구』에 기록된 떡류의 종류와 재료이다. 떡류는 총 4가지로 煎餅, 瓊團(경단), 松餅, 餅の寄煮가 있다. 餅の寄煮는 소고기, 파는 썰고 버섯류는 불려서 썰고, 계란 지단은 부치고, 미나리는 볶고, 떡은 썰어서 떡, 지단 외의 재료를 전부 넣고 볶은 다음 물, 떡, 미나리를 넣고 조린 후 고명으로 지단, 잣, 실고추를 얹어 낸다고 나와 있다.

9. 음료

표9. 음료

음식명		재료(재료가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
花菜	화채	앵두, 젤라틴, 오미자, 잣, 설탕, 물(6)	오미자 우리기 → 젤라틴 굳히기 → 앵두 씻기 → 젤라틴 썰기 → 시럽 만들기 → 컵에 앵두, 젤라틴, 오미자즙, 시럽을 넣어 섞음	1.五味子はきれいに洗って三立位の水につけて半日位おいてその溶け汁をつかふ。[중략]6.硝子ユップ又は硝子大椽にゆすら、ゼラチンを入れて、1、5を混ぜて注ぎ味をみ松の実をその上に浮かせるのである。
水煎果	수정과	꽃감, 생강, 통후추, 설탕, 물, 배, 잣,につけー(8)	생강 썰기 → 생강 즙내기 → 설탕 첨가 → 식히기 → 후추,	[전략]2. 鍋に定量の水を取り(1)を入れて中火にかけて生姜汁

			꽃감 넣어 담그기	を煮出しておく。 [중략]4. 煮えたら壺に入れて、それに丸胡椒、干柿を入れて蓋を固くして温突の温い所に一晝夜位おいておくと食されるやうになる。[후략]
--	--	--	-----------	---

『할팡연구』에 기록된 음료의 종류와 재료이다. 음료는 총 2가지로 花菜, 水正果가 있다. 花菜는 오미자를 우려 젤라틴으로 굳히고 앵두를 씻은 다음 젤라틴을 썰어 시럽을 만든 후 컵에 앵두, 젤라틴, 오미자즙, 시럽을 넣어 석는다고 나와 있다.

10. 절임류

표 10. 절임류

음식명		재료(재료가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
富座漬 (꽃김치)	꽃김치	배추, 무, 파, 소금, 마늘, 고춧가루, 실고추, 생강, 물(9)	배추, 무 썰기 → 소금에 절이기 → 파, 마늘, 생강 다지기 → 배추, 무 물기제거 → 고춧가루 첨가해 양념 → 맛보고 싱거우면 간장, 소금첨가	[전략]4. 浸けておいた白菜、大根は暫く立った後水を切って3と唐辛子粉を加へて、つぼに入れ暫く立ってから水を加へて味を見る。薄かったら醤油少々と鹽少々を加へて調味するのである。時期により違ふが秋だと三四日の後には食べられるのである。
冬漬 (통김치)	통김치	배추, 무, 파, 마늘, 생강, 미나리, 갓, 청각채, 소금, 석수어 젓갈, 새우젓, 석수어 젓갈 즙, 실고추, 고춧가루(14)	배추 절이기 → 무 썰기 → 파, 마늘, 생강, 미나리, 갓 썰기 → 석수어 젓갈 다지기 → 채썬 무에 고춧가루, 실고추, 미나리, 갓, 젓갈류를 넣어 섞기 → 배추 한 장, 한 장에 양념을 끼워 넣기 → 독에 배추와 무를 함께 넣기 → 맛보고 석수어 젓갈 즙을 더하기 → 3주 후에 먹기	[전략]10. 白菜をきれいに洗って水を斷り一枚々々開き乍ら9をはさんでおく。11. この大根の残りを二つ割り所々に包丁を入れて實をはさんでおく。12. かめに白菜一重、大根一重と伝ふ風にかさねてつめる二、三日後には汁が上に浮き上がるからその味をみて石首魚汁を一度加熱して冷したものを注ぐのである。[후략]

『할팍연구』에 기록된 절임류의 종류와 재료이다. 절임류는 총 2가지가 있으며 富座漬(푼김치), 冬漬(통김치)가 있다. 冬漬는 배추는 절이고 무, 파, 마늘, 생강, 미나리, 갓은 찢고 석수어 젓갈을 다져 채썬 무에 고춧가루, 실고추, 미나리, 갓, 젓갈류를 넣어 섞은 다음 배추 한 장, 한 장에 양념을 넣어 독에 배추와 무를 함께 넣고 맛본다. 그 후 석수어 젓갈 즙을 더하고 3주후에 먹는다고 나와 있다.

【관련논저】

이성우, 『한국식경대전(韓國食經大典)』, 향문사, 1981

【집필자】

정혜경(호서대학교) · 우나리아(호서대학교)

【자료명】

『서양요리제법』

【정의】

1929년부터 국내에 선교사로 있으면서 이화여대에서 서양요리를 가르쳤던 해리엣 모리스가 만든 한글판 서양요리책이다. 책 구성을 아침, 점심, 저녁으로 나누고, 각각 전체에서 후식에 이르기까지 요리별로 만드는 법을 상세하게 설명하고 있다.

【서지】

표제/책임표시사항: 서양요리제법
저자: 해리엣 모리스 Harriett Morris
발행사항: 서울, 이화여자대학교 출판국, 1937
형태사항: 150p.: 21cm
소장처 : 개인소장

【목차와 구성】

- 第一篇(제일편) 朝飯準備(조반준비)와 食事(식사)의00
- 第二篇(제이편) 0食準備(0식준비)와 食事(식사)의00
- 第三篇(제삼편) 夕飯準備(석반준비)와 食事(식사)의00
- 第四篇(제사편) 00한00의0000와 食事(식사)의00

- 第一篇(제일편)
問題(문제) 朝飯準備(조반준비)와 食事(식사)에對(대)하야
- 第二篇(제이편)
問題(문제) 0食準備(0식준비)와 食事(식사)에對(대)하야
- 第三篇(제삼편)
問題(문제) 夕飯準備(석반준비)와 食事(식사)에對(대)하야
- 第四篇(제사편)
問題(문제) 00한00의0000와 食事(식사)에對(대)하야

- 第一篇(제일편)
解答(해답) 朝飯準備(조반준비)와 食事(식사)에對(대)하야
- 第二篇(제이편)
解答(해답) 0食準備(0식준비)와 食事(식사)에對(대)하야
- 第三篇(제삼편)

解答(해답) 夕飯準備(석반준비)와 食事(식사)에對(대)하야

第四篇(제사편)

解答(해답) 00한00의0000와 食事(식사)에對(대)하야

第一篇(제일편) 朝飯準備(조반준비)와 食事(식사)

問題(문제)A, 西洋料理(서양요리) 朝飯(조반)에 實果(실과)를 食事(식사)하는 理由(이유)가 무엇이뇨?

解答(해답) 一(일)五(오)

問題(문제)B, 實果(실과)를 어떻게 調理(조리)하야 食事(식사)하게하나뇨?

解答(해답) 一(일)一三(일삼)

00 第一0(제일0) 實果(실과)

生0果(생0과)(raw fruits)

一(일), 포멜로핍-푸(pomelo Halves)

二(이), 포멜로썬(pomelo sections)

三(삼), 오렌지핍-푸(Orange halves)

四(사), 슬라이스오렌지(sliced oranges)

五(오), 오렌지쥬스(Orange Juice)

六(육), 픽닉오렌지(Picnic Oranges)

七(칠), 탠지린섹션(Tangerine Sections)

八(팔), 뷔레쉬파뻥인애플(Fresh Pine Apple)

九(구), 펄시몬(Persimmons)

一〇(일영), 뽀나나(Banana)

一一(일일), 뷔룩컵(Fruit Cup)

000(Cooked Fruits)

一(일), 애플소-쓰(Apple Sauce)

二(이), 뽀익드애플(Baked Apple)

三(삼), 뷔라이드애플(Fried Apple)

四(사), 젤리드애플(Jellied Apple)

五(오), 스페쓰페어(Spiced Pears)

00

問題(문제)(二)A, 朝飯(조반)의 00는 무엇들이뇨?

解答(해답) 一(일) 六(육)

問題(문제)(二)B, 朝飯(조반)의00는 어떻게 食事(식사)하게 할것이뇨?

解答(해답) 一(일) 八(팔)

00 第二0(제이0) 00

00

一(일), 티(Tea)

二(이), 아이스티(Iced Tea)

三(삼), 뽀일커피(Boiled Coffee)

四(사), 아이스크림(Iced Coffee)

五(오), 초콜렛(Chocolate)

六(육), 코코아(Cocoa)

00

問題(문제)(三)A, 朝飯(조반)에00로 料理(요리)하여 食事(식사)하는것이 爲 必要(필요)하
뇨?

解答(해답) 一(일) 五(오)

問題(문제)(三)B, 죽은 어떻게 料理(요리)하여 食事(식사)하게 하나뇨?

解答(해답) 一(일) 一(일일)

00 第三0(제삼0) 00

一(일),00한마른00(Cooked Cereals)

二(이),00한00죽(Partially Cooked Cereals)

三(삼),000죽(Uncooked Cereals)

00

問題(문제)(四)A, 朝飯(조반)에흔히 鷄卵(계란)을 섞어 食事(식사)함은 무슨理由(이유)이
뇨?

解答(해답) 一(일) 五(오)

問題(문제)(四)B, 鷄卵(계란)은 어떻게 調理(조리)하여 食事(식사)하나뇨?

解答(해답) 一(일) 一(일일)

00 第四0(제사0) 鷄卵(계란)

一(일), 소프트쿱엑(Soft cooked Eggs)

二(이), 하드쿱엑(Hard Cooked Eggs)

- 三(삼), 포-취드엑(Poached Eggs)
- 四(사), 스크램블엑(Scrambled Eggs)
- 五(오), 빼익드엑(Baked Eggs)
- 六(육), 크림엑(Creamed Eggs)
- 七(칠), 오물렐(Puffy Omelet)
- 八(팔), 스텝엑(Stuffed Eggs)

00

問題(문제)(五) 西洋料理00(서양요리00)은 어떻게 00하여 食事(식사)하게나뇨?

解答(해답) 一(일) 六(육)

00 第五0(제오0) 0000(其一)(기일)

00 第六0(제육0) 0000(其二)(기이)

00 第七0(제칠0) 0000(其三)(기삼)

問題(문제)(六)A, 西洋料理00(서양요리00)을 잘하라면 무슨料理(요리)를 00하여 00해서 食事(식사)하게할것이뇨?

解答(해답) 一(일) 五(오)

문제(문제)(六)B, 우리의 朝飯(조반)이 잘 되고 못된 것을 어떤00으로 評(평)할것이뇨?

解答(해답) 一(일) 四(사)

00 第八0(제팔0) 0000(其四)(기사)

00 第九0(제구0) 0000(其五)(기오)

第二篇(제이편) 0食準備(0식준비)와食事(식사)

問題(문제)(一)A, 누룩 들지않은 떡00를 만들때에 잘 되고 잘못 되는 理由(이유)가 무엇이뇨?

解答(해답) 一(일) 一(일이)

問題(문제)(一)B, 빼킹가루 넣는 떡들은 누룩들지 않은 떡보다 어떻게 만들어 食事(식사)하게 하나뇨?

解答(해답) 一(일) 六(육)

00 第一0(제일0) 빼킹00은00

一(일), 빼킹파우드00(Baking powder)

二(이), 꾸리들케익(Criddle Cakes)

三(삼), 와플(Waffles)

四(사), 뿌라운뿌래드(Brown Bread)

- 五(오), 머퐁(Muffins)
- 六(육), 꾸타함머퐁(Craham Muffins)
- 七(칠), 콘-밀머퐁(Corn Muffins)
- 八(팔), 콘-뿌래드(Corn Bread)
- 一〇(일영), 뽀나나부래드(Banana Bread)
- 一一(일일), 떼일뿌래드(Date Bread)
- 一二(일이), 뽀킹파우드뽀쓰켈(Baking Powder Biscuits)

00

問題(문제)(二)A.00의 잘되고 못됨은 어떠한 00을 받음이뇨?

解答(해답) 一(일) 四(사)

問題(문제)(二)B.00는 어떻게 만드러서 食事(식사)하게 하나뇨?

解答(해답) 一(일) 七(칠)

00 第二0(제이0) 00(Yeast Bread)

- 一(일), 누룩불(Liquid Yeast)
- 二(이), 화일뿌래드(White Bread)
- 三(삼), 구래함뿌래드(Craham Bread)
- 四(사), 레이슨뿌래드(Raisen Bread)
- 五(오), 스와이뽀(Zwie-back)
- 六(육), 파-커하우스로-르(Parker House Rolls)
- 七(칠), 클러에뢰-뿌로(clover Leaf Rolls)
- 八(팔), 판씨-로-르(Fancy Rolls)
- 九(구), 씨너몬로-르(Cinnamon Rolls)
- 一〇(一영), 웨이스드또널(Raised Doughnuts)
- 一一(일일), 뽀터-스카취로-르(Butter Scotch Rolls)

00

00 第三0(第三0) 국(SOUP)

問題(문제)(三) 국을 어떻게 만들어 食事(식사)하게 할 것이뇨?

解答(해답) 一(일) 七(칠)

화일씨-쓰00(White Sauce)

국00

- 一(일), 크림오푸토마토쑥(Cream of Tomato Soup)
- 二(이), 피-쑥(Pea Soup)
- 三(삼), 포테토쑥(Potato Soup)
- 四(사), 콘-쑥(Corn Soup)
- 五(오), 아스파라커스쑥(Asparagus Soup)
- 六(육), 머쉬룸쑥(Mushroom Soup)
- 七(칠), 라이마뻬쑥(Lima Bean Soup)

00

問題(문제)(四)A, 감자料理(요리)는 우리에게 무엇을 供給(공급)하나뇨?

解答(해답) 一(일) 八(팔)

問題(문제)(四)B, 감자는 어떻게 調理(조리)하야 食事(식사)할 것이뇨?

解答(해답) 一(일) 六(육)

00 第四0(제사0) 000

- 一(일), 뽀일드포테토(Boiled Potatoes)
- 二(이), 크림포테토(Creamed Potatoes)
- 三(삼), 빼익포테토(Baked Potatoes)
- 四(사), 스텡드포테토(Stuffed Potatoes)
- 五(오), 라이쓰포테토(Riced Potatoes)
- 六(육), 매쉬드포테토(Mashed Potatoes)
- 七(칠), 룡요비이스포테토(Lyonnais Potatoes)
- 八(팔), 포테토칩(Potato Chips)
- 九(구), 쇼-스트링포테토(Shoe-string Potatoes)
- 一〇(일영), 뿌렌취푸라이(French Fried Potatoes)
- 一一(일일), 뽀일스윌포테토(Boiled Sweet Potatoes)
- 一二(일이), 빼익스윌포테토(Baked Sweet Potatoes)
- 一三(일삼), 글로스스윌포테토(Glazed Sweet potatoes)
- 一四(일사), 스윌포테토언스퀘어(Sweet Potatoes on Skewers)
- 一五(일오), 스윌포테토뿔-르(Sweet Potato Salts)

00

00 第五0(제오0) 00

問題(문제)(五)A.00한00의 必要(필요)가 무엇이뇨??

解答(해답) 一(일) 六(육)

問題(문제)(五)B.00를 어떻게 調理(조리)해야 食事(식사)하게 하나뇨?

00 一(일) 一四(일사)

000

一(일), 미나리(Celery Strips)

二(이), 생치(Lettuce)

삼(삼), 당근(Carrots)

00

一(일), 크림캐베지(Creamed Cabbage)

二(이), 크림어니언(Creamed Onions)

三(삼), 크림캐로-트(Creamed Carrots)

四(사), 삶은달은00(Other vegetables)

1, 시금치(Lettuce)

2, 꽃배차(00flower)

3, 일년감(Tomato)

4, 파스닙(Parsnips)

5, 스트링뻘(String Beans)

6, 버섯(Mushrooms)

7, 무(Turnips)

8, 완두(Beets)

五(오), 뼈터만00한00(Buttered vegetables)

1, 완두(Beets)

2, 당근(Carrots)

六(육), 뼈터만넣은달은00(Other Buttered Vegetables)

1, 옥수수(Corn)

2, 파스닙(Parsnips)

3, 배차(Cabbage)

4, 뼈-트(Beets)

5, 무(Turnips)

6, 둥근파(Onions)

7, 꽃배차(00flower)

8, 미나리(Celery Strips)

9, 아스파라커스(Asparagus)

10, 스트링뻘(String Beans)

七(칠), 지진00(Frying Vegetables)

1, 가지(Egg plant)

2, 호박(Squash)

八(팔),00에 지진00을

1, 파-스늪(Parsnips)

2, 당근(Carrots)

3, 푸른일년감

4, 등근파(Onions)

九(구), 일년감찜(Scalloped Tomatoes)

—O(일영),0000찜(Other Vegetables)

1, 감자(Potato)

2, 배차(Cabbage)

00

問題(문제)(六)A,00에 00이 워 必要(필요)하뇨?

解答(해답) —(일) 五(오)

問題(문제)(六)B,00들은 어떻게 調理(조리)하야 食事(식사)케 할 것이뇨?

00 —(일) 九(구)

00 第六0(제육0) 썩00뚜레싱(Salads and salad dressing)

뚜레싱(Salad Dressings)

—(일), 뚜레싱쿡(Cooked Dressing)

二(이), 푸렌취뚜레싱(French Dressing)

三(삼), 마요비-스뚜레싱(Mayonnaise Dressing)

0000(Fruit Salad)

—(일), 사과 호도 000000(Apple, Nut,000 Salad)

二(이), 뽀나나00(Banana Salad)

三(삼), 파인애플00(Pine-apple Salad)

四(사), 파인애플과흰앵도00(Pine-apple & White Cherry Salad)

五(오), 대추00(Date Salad)

六(육), 복송아00(Peach Salad)

七(칠), 오렌지00(Orange Salad)

八(팔), 배00(Pear Salad)

九(구), 포멜로00(Pomelo Salad)

0000(Vegetable Salad)

- 一(일), 아스파라커스00(Asparagus Salad)
- 二(이), 케베치00(Cabbage Salad)
- 三(삼), 배차와달은것섞은00(Combinations with Cabbage)
- 四(사), 당근00(Carrot Salad)
- 五(오), 당근과무섞은00(Carrot and Turnip Salad)
- 六(육), 오이00(Cucumber Salad)
- 七(칠), 생치00(Lettuce Salad)
- 八(팔), 만두와00000(Pea and Peanut Salad)
- 九(구), 감자00(Potato Salad)
- 一〇(일영), 일년감00(Tomato Salad)
- 一一(일일), 일년감 컵00(Tomato Cups)
- 一二(일이), 일년감 오이00(Tomato-Cucumber Salad)
- 一三(일삼), 일년감과젤리00(Tomato jelly Salad)

魚類(어류)0肉類(육류)00(Fish and Meat Salad)

- 一(일), 연어00(Salmon Salad)
- 二(이), 닭고기00(Chicken Salad)
- 三(삼), 소고기00(Beef Salad)

00

00 第七0(제칠0) 젤리(Jelly)

00(七) 젤리는 어떻게 만드나뇨?

- 一(일), 애플젤리(Apple Jelly)
- 二(이),00젤리(Crape Jelly)
- 三(삼), 자두젤리(Plum Jelly)
- 四(사), 딸기잼(Strawberry Jam)
- 五(오), 사과와생강잼(Apple and Ginger Jam)
- 六(육), 포도말머렐(Grape Marmalade)

00

問題(문제)(八)A, 食品(식품)을貯藏(저장)하는 方式(방식)들이 무엇이뇨?

解答(해답) 一(일) 六(육)

問題(문제)(八)B, 飲食(음식)을 어떻게 00로 만드나요?

解答(해답) 一(일) 一(일이)

00 第八0(제팔0) 00(Preservation of food)

一(일), 일년감(Tomatoes)

二(이), 일년감0(Tomatoes Juice)

三(삼), 스트링빈(String Beans)

四(사), 복숭아(Canned Peaches)

五(오), 배(Canned Pears)

六(육), 000(Grape Juice)

七(칠), 피클(Pickels)

00

問題(문제)(九)A, 魚類(어류)가 飲食(음식)에 必要(필요)한理由(이유)가 무엇이뇨?

解答(해답) 一(일) 五(오)

問題(문제)(九)B, 생선은 어떻게 調理(조리)해야 食事(식사)케 할 것이뇨?

解答(해답) 一(일) 五(오)

00 第九0(제구0) 魚類(어류)

一(일), 구운생선(Baked Fish)

二(이), 기름에지진생선(Fried Fish)

三(삼), 크림올닌생선(Creamed Fish)

四(사), 연어완자(Salmon Croquette)

五(오), 굴전(Fried Oysters)

六(육), 굴국(Oyster Soup)

00

問題(문제)(一0) 00의00과 00와 食事(식사)는 어떻게 하겠나요?

解答(해답) 一(일) 七(칠)

問題(문제) 第一00(제일영0) 0000(00)

00

問題(문제)(一一) 00을 훌륭히 차리는데 00과 00와 食事(식사)와 000을 어떻게 할 것이
뇨?

解答(해답) 一(일) 七(칠)

00 第一—0(제일일0) 0000(00)

第三篇(제삼편) 夕飯(석반)準備(준비)와食事(식사)

問題(문제)(一)A, 夕飯(석반)에 肉類(육류)는 무슨種類(종류)를 주나뇨?

解答(해답) 一(일) 八(팔)

問題(문제)(一)B, 肉類(육류)를 어떻게 調理(조리)해야 食事(식사)케 하나뇨?

解答(해답) 一(일) 一一(일일)

00 第一0(제일0) 肉類(육류)

一(일), 卍-푸스틱(Beef Steak)

二(이), 팔도-스트오뿌비푸(Pot Roast of Beef)

三(삼), 卍일드卍-푸 윗 덤볼링(Boiled beef with Dumplings)

四(사), 스위스스틱(Swiss Steak)

五(오), 비푸크로켈(Beef Croquettes)

六(육), 로-ㄹ卍푸(Rolled Beef)

七(칠), 리버(Liver)

八(팔), 햄(Ham)

九(구), 포-ㄹ찰(Pork Chops)

一〇(일영), 卍리-데드찰(Breaded Chops)

00

問題(문제)(二) 00은 어떻게 00해야 食事(식사)케하 나뇨?

解答(해답) 一(일) 一〇(일영)

00 第二0(제이0) 雞肉(계육)

一(일), 닭 잡는 법)

二(이), 지진닭고기(Fried Chicken)

三(삼), 삶은닭고기(Stewed Chicken)

00

00 第三0(제삼0) 케익(Sponge Cake)

問題(문제)(三)A, 케익을 어떻게 00해야 食事(식사)케 하나뇨?

解答(해답) 一(일) 一三(일삼)

問題(문제)(三)B.00을00하야 만든 00떡은 어떻게 00하야 食事(식사)케 하나뇨?

解答(해답) 一(일) 五(오)

케익00(Sponge Cakes)

一(일), 엔젤폴케익(Angel Food Cake)

二(이), 옐로-스폰지케익(Yellow Sponge Cake)

三(삼), 빼킹파우드스폰지케익(Baking Powder Sponge Cake)

四(사), 플랜케익(Plain Cake)

1, 스파이스케익(Spice Cake)

2, 마-블케익(Marble Cake)

3, 넬케익(Nut Cake)

4, 푸를케익(Fruit Cake)

5, 티-케익(Tea Cake)

五(오), 초콜렛케익(Chocolate Cake)

六(육), 케익아이썩(Cake Icing)

1, 뽀일드아이썩(Boiled Icing)

2, 파우드슈거-크아이썩(Powdered Sugar Icing)

3, 캐라멜아이썩(Caramel Icing)

4, 오렌지아이썩(Orange Icing)

5, 裝飾(장식)하는아이썩(Ornamental Icing)

00

問題(문제)(四) 菓子(과자)는 어떻게 만드려 食事(식사)케 하나뇨?

解答(해답) 一(일) 一〇(일영)

00 第四0(제사0) 菓子(과자)(Cookies)

一(일), 슈거-크쿠키(Sugar Cookies)

二(이), 초콜렛슈거-크쿠키(Chocolate Sugar Cookies)

三(삼), 피넬버터쿠키(Peanut Butter Cookies)

四(사), 초콜렛쿠키(Chocolate Cookies)

五(오), 드롭데이일쿠키(Drop Date Cookies)

六(육), 푸를쿠키(Fruit Cookies)

七(칠), 데일바(Date Bars)

八(팔), 펄지스퀘어(Pudge Squares)

九(구), 피-넬매캐룬(Peanut Macaroons)

—O(일영), 세슴쿠키(Sesame Cookies)

—(일일), 아이스박스쿠키(Ice Box Cookies)

00

00 第五0(제오0) 後食(후식)(Desserts)

問題(문제)(五) 後食(후식)을 어떻게準備(준비)해야 食事(식사)케 하나뇨?

解答(해답) —(일) 二O(이공)

—(일), 콘-스다칩푸딩(Corn Starch Pudding)

二(이), 계란푸딩(Custard)

三(삼), 초콜렛푸딩(Chocolate Pudding)

四(사), 타피오카푸딩(Tapioca pudding)

五(오), 오렌지젤라틴푸딩(Orange Gelatine Pudding)

六(육), 파이(Pie)

1, 파이반죽하는法(법)(Pie Crust)

2, 애플파이00(Apple Pie)

七(칠), 버터스콜취파이(Butter Sscotch Pie)

1, 파이소00(Filling)

八(팔), 크림퓌스(Cream Puffs)

1, 크림소00(Cream Filling)

—O(일영), 떠일푸딩(Date Pudding)

—(일일), 빠인애플페셜트(Pine-apple dessert)

—二(일이), 토넬(Doughnuts)

00

00 第六0(제육0) 얼린後食(후식)(Frozen Desserts)

問題(문제)(六) 얼린後食(후식)들은 어떻게 해야 食事(식사)케 하나뇨?

解答(해답) —(일) —六(일육)

—(일), 00아이쓰(Grape Ice)

二(이), 오렌지아이쓰(Orange Ice)

三(삼), 복숭아아이쓰(Peach Ice)

四(사), 파인애플아이쓰(Pineapple Ice)

五(오), 쉬-벨(Sherbet)

六(육), 오렌지크림쉬-벨(Orange Cream Sherbet)

七(칠), 아이스크림(Plain Ice Cream)

八(팔), 커스타-드아이스크림(Custard Ice Cream)
 九(구), 초콜렛아이스크림(Chocolate Ice Cream)
 一〇(일영), 뽀나나아이스크림(Banana Ice Cream)
 一一(일일), 딸기아이스크림(Strawberry Ice Cream)

00

00 第七〇(제칠〇) 엿(Candy)

문제(七)A, 00의 00이 무엇이뇨?

解答(해답) 一(일) 五(오)

問題(문제)(七)B, 엿은 어떻게 만드나뇨?

解答(해답) 一(일) 一一(일일)

00와 00에 00하는0

엿00(Candy)

一(일), 플레인판덴트(Plain fondant)

二(이), 버터판덴트(Butter fondant)

판덴트엿의 使用方法(사용방법)

三(삼), 핏지(Fudge)

四(사), 피노치(Penochi)

五(오), 뿌라운슈거-르캐라멜(Brown Sugar Caramels)

六(육), 디비니티(Divinity)

七(칠), 타피(Taffy)

八(팔), 피넬뿌리틀(Peanut Brittle)

九(구), 라리팝(Lolly-Pops)

一〇(일영), 펄도라이쓰부리틀(Puffed Rice Brittle)

一一(일일), 피-넬클러스터(Peanut Clusters)

一二(일이), 캔디오렌지필(Candied Orange Peel)

一三(일삼), 팝콘-르(Pop Corn)

一四(일사), 떤일로-푸(Date loaf)

00

第三篇(제삼편) 夕飯準備(석반준비)와 食事(식사)

問題(문제)(一) 夕飯(석반)의 00과 00는 어떻게 하여 食事(식사)케 하나뇨?

解答(해답) 一(일) 九(구)

問題(문제)(二)A, 夕飯(석반)의 잘되고 잘못된 것은 어떠한 00에0하여 評(평)할 것이뇨?

解答(해답) 一(일) 七(칠)

問題(문제)(二)B, 西洋料理(서양요리)의 夕飯(석반)은 食事(식사)함에 어떻게 하여야 서두르지 않고 平凡(평범)하게 食事(식사)할 것이뇨?

解答(해답) 一(일) 六(육)

00 第一(제일) 夕飯(석반)

第四篇 0000의 料理準備(요리준비)와 食事(식사)

問題(문제)(一) 宴會(연회)에는 어떤 飲食(음식)을 食事(식사)케 할 것이뇨?

解答(해답) 一(일) 八(팔)

00 第一(제일) 宴會料理(연회요리)(Party Refreshments)

宴會料理(연회요리)의 00

問題(문제)(二) 午後(오후)에는 00을 어떻게 할 것이뇨??

解答(해답) 一(일) 一〇(일영)

00 第二(제2) 00

00000의00

00의 00

一(일), 씨너몬(Cinnamon Toast)

二(이), 000와호도딘썬드위치

三(삼), 햄샌드위치(Ham Sandwiches)

四(사), 솔티넬(Salted nuts)

五(오), 띠콜렐이슈거-크(Decorated Sugar)

六(육), 오픈샌드위치(Open Sandwiches)

七(칠), 로-크드 뽀스켓(Rolled Biscuits)

八(팔), 민쓰(Mints)

00

一(일), 料理器具(요리기구)

A, 西洋料理(서양요리)를 만들때 반듯이 必要(필요)한 器具(기구)

B, 其他(기타) 必要(필요)한 器具(기구)들

二(이), 代用(대용)할수있는 0000들

三(삼), 오븐의 溫度(온도)(Oven Temperature)

四(사), 定時器(정시기)

-0-

第一篇(제일편) 朝飯準備(조반준비)와 食事概括(식사개괄)

- 一(일), 朝飯(조반)은 00으로00 죽 0 000000을 00한00로 00할 것
- 二(이),000는 00과 그中(중)에도 000를 00하여 만들 것
- 三(삼), 朝飯(조반)은 00 00하고 가벼운 飮食(음식)이라야 할 것
- 四(사), 朝飯(조반)은 口味(구미)에 맞게 하고 0000함에 따라 000을 이르킬수있는 음식으로 할 것
- 五(오), 朝飯(조반)은 00다르게 해서 食事(식사)하기에 00를 주도록 할 것
- 六(육), 飮食(음식)은 먹음직하게 準備(준비)할 것
- 七(칠), 飮食(음식)은 食事(식사)하는 사람에게 滿足(만족)을 주도록 準備(준비)를 能率(능률)있게 하여 오래 기다리지 않고 正刻(정각)에 食事(식사)할 수 있게 할 것
- 八(팔), 무슨 料理(요리)를 어떻게 하리라는 00은 時間(시간)과 努力(노력)의 큰 00가됨
- 九(구), 食床準備(식상준비)와 000은 00히 할 것

第二篇(제이편) 晝食準備(서식준비)와 食事概括(식사개괄)

- 一(일),00은 00으로 국과 00 00의 000있는 飮食(음식) 00 0넬 00 0 000으로 準備(준비)할것
- 二(이), 料理(요리)의 00에 00하여 00함이 없게 할 것
- 三(삼),00은 하로 세끼의 00을 00해서 가볍게 하기도 하며 기름지고 00많은 것으로도 할 것
- 四(사),00은 朝飯(조반)보단 00을 많게 할 것
- 五(오), 훌륭한 00은 00와 00와 00料理(00요리) 00를 00하게 섞어서 차릴 것
- 六(육),00은 그00의 00를 가지고만들것
- 七(칠), 飮食(음식)은 먹음직하게 準備(준비)할 것
- 八(팔),00食床(00식상)은 朝飯食床(조반식상)보담 여러가지이므로 더00함
- 九(구), 무슨料理(요리)를 어떻게 調理(조리)하리라는 00은 時間(시간)과 努力(노력)의 큰 00가됨

第三篇(제삼편) 夕飯準備(석반준비)와 食事概括(식사개괄)

- 一(일), 夕飯(석반)은 00으로 00 혹은 화채 00 00 0넬 00 0 000으로 準備(준비)할 것
- 二(이), 料理(요리)의 00은 00되지않게 할 것
- 三(삼), 夕飯(석반)은 하로세끼의 00을 00해서 가볍게 하기도하며 기름지고 00많은것으로도 할 것
- 四(사), 夕飯(석반)은 세끼中(중)에서 第一(제일) 잘 채리도록 할 것
- 五(오), 夕飯(석반)은 흔히 건건한 料理(요리)로 할 것

六(육), 훌륭한 夕飯(석반)은 珍味(진미)와 色彩(색채)와 料理(요리)의 00를 00게 할 것

第四篇(제사편) 00한00의 料理準備(요리준비)와 食事概括(식사개괄)

一(일), 宴會(연회)의 料理(요리)는 흔히 茶(다)와 샌드위치나 茶(다)와 菓子(과자)나 餠과 茶(다)나 혹은 아이스크림 같은 찬 것으로 함

二(이), 00에는 더운茶(다) 00 000(화채)0으로 설고 샌드위치 0은 아이스크림0을함께 食事(식사)케함

三(삼), 손님00에 따라서 대접하는 法(법)이 같지 아니함

四(사), 料理(요리)는 口味(구미)가 생기도록하고 모양을 좋게 만들것

五(오), 00은 00를 따라서 할것

六(육), 茶菓會(다과회)의 00한 準備(준비)는 00한 00를냄

第一篇(제일편) 朝飯準備(조반준비)와 食事(식사)

問題(문제)

一(일),

1西洋料理朝飯(서양요리조반)에 靑果(청과)를 食事(식사)케 하는 理由(이유)가 무엇이뇨?

2 靑果(청과)를 어떻게 調理(조리)하야 食事(식사)케 하나뇨?

二(이),

1朝飯(조반)의 飲料(음료)는 무엇들이뇨?

2朝飯(조반)의 飲料(음료)는 어떻게 調理(조리)하야 食事(식사)하게 할 것이뇨?

三(삼),

1朝飯(조반)에 00로料理(요리)하야 食事(식사)하는 것이 必要(필요)하뇨?

2 죽은 어떻게 調理(조리)하야 食事(식사)하게 하나뇨?

四(사),

1朝飯(조반)에 흔히 00을 섞어食事(식사)함은 무슨 理由(이유)이뇨?

200은 어떻게 調理(조리)하야 食事(식사)하나뇨?

五(오),

西洋料理朝飯(서양요리조반)은 어떻게 準備(준비)하야 食事(식사)하나뇨?

六(육),

1西洋料理朝飯(서양요리조반)을 잘하랴면 무슨 料理(요리)를 選擇(선택)하야 準備(준비)해서 食事(식사)하게 할 것이뇨?

2. 우리의 朝飯(조반)이 잘 되고 못된 것을 어떤 0作(0작)으로 評(평)할 것이뇨?

第二篇(제이편) 0食準備(0식준비)와 食事(식사)

問題(문제)

一(일),

1누룩 들지 않은 떡00를 만들 때에 잘되고 잘못되는理由(이유)가 무엇이뇨?

2빼킹가루 넣은 떡들은 누룩들지 않은 떡보다 어떻게 만들어 食事(식사)하게 하나뇨?

二(이),

100의 잘되고 못됨은 어떠한 00을 받음이뇨?

200는 어떻게 만드러서 食事(식사)하게하나뇨?

三(삼),

국은 어떻게 만들어 食事(식사)케 하나뇨?

四(사),

1감자 料理(요리)는 우리에게 무엇을 供給(공급)하나뇨?

2감자는 어떻게 調理(조리)하야 食事(식사)할 것이뇨?

五(오),

1 00한00의 필요가 무엇이뇨?

2 00는 어떻게 調理(조리)하야 食事(식사)하게 하나뇨?

六(육),

100에 썰넬이 워 必要(필요)하뇨?

2, 썰넬들은 어떻게 調理(조리)하야 食事(식사)하게 하나뇨?

七(칠),

젤리는 어떻게 만드나뇨?

八(팔),

1食品(식품)을 貯藏(저장)하는 方式(방식)들이 무엇이뇨?

000을 어떻게 00로 만드나뇨?

九(구),

1魚類(어류)가 飲食(음식)에 必要(필요)한 理由(이유)가 무엇이뇨?

2, 생선은 어떻게 調理(조리)하야 食事(식사)케 할 것이뇨?

一〇(일〇),

00의 00과 準備(준비)와 食事(식사)는 어떻게 할것이뇨?

一一(일일),

00을 훌륭히 차리는데 00과 準備(준비)와 食事(식사)와 000을 어떻게 할 것이뇨?

第三篇(제삼편) 夕飯準備(석반준비)와 食事(식사)

問題(문제)

一(일),

1 夕飯(석반)에肉類(육류)는 무슨00를 주나뇨?

2肉類(육류)는 어떻게 調理(조리)하야 食事(식사)케 하나뇨?

二(이),

00은 어떻게 調理(조리)하야 食事(식사)케 하나뇨?

三(삼),

1케익은 어떻게 準備(준비)하야 食事(식사)케 하나뇨?

200을加入(가입)하야 만든 00떡은 어떻게 準備(준비)하야 食事(식사)케 하나뇨?

四(사),

菓子(과자)는 어떻게 만드려食事(식사)케 하나뇨?

五(오),

後食(후식)은 어떻게 準備(준비)하야 食事(식사)케 하나뇨?

七(칠),

100의00이 무엇이뇨?

2엿(0)은 어떻게 만드나뇨?

八(팔),

夕飯(석반)의00과 00는 어떻게 하야 食事(식사)케 하나뇨?

九(구),

1 夕飯(석반)이 잘되고 잘못된 것은 어떠한 00에0하야 0할 것이뇨?

2西洋料理(서양요리)의 夕飯(석반)은 食事(식사)함에 어떻게 하야 서투리지 않고 平凡(평범)하게食事(식사)할 것이뇨?

第四篇(제사편) 特別時期(특별시기)의 料理準備(요리준비)와 食事(식사)

問題(문제)

一(일),

宴會(연회)에는 어떤飲食(음식)을 食事(식사)케 할 것이뇨?

二(이),

午後茶(오후다)에는 00을 어떻게 할 것이뇨?

第一篇(제일편) 朝飯準備(조반준비)와 食事(식사)

問題(문제)(一)

A. 西洋料理朝飯(서양요리조반)에 靑果(청과)를 食事(식사)하는 理由(이유)가 무엇이뇨?

解答(해답)

一(일), 靑果(청과)는 000과 비타민『비타민』B, C와 炭水化物(탄수화물)을 含有(함유)하

고 00과 000도 000으로 있음

二(이), 靑果(청과)는 口味(구미)를 도와줌

三(삼), 靑果(청과)는 體內(체내)에서 中性(중성) 0은 000의 00을 하고 있음

四(사), 靑果(청과)는 消化(소화)를 도우며 00을 잘하게 함

五(오), 果汁(즙)은 0000에 必要(필요)함

問題(문제)(一)

B, 靑果(청과)를 어떻게 調理(조리)하야 食事(식사)케하나뇨?

解答(해답)

一(일), 一般果實(일반과실)은 먼저 0하게 씻을 것

二(이), 靑果(청과)는 여러 가지로 料理(요리) 하야서 0과 風味(풍미)를 더 00하도록 할 것

三(삼), 舐-쓰(Sauce)는 靑果(청과)를 삶아서 육개여 만든 것 0과는 靑果(청과)를 00에 담가서 만든 것

靑果(청과)는 굽기도 하고 찌기도 함

四(사), 00가있는 靑果(청과)는 0하게 삶으면 00가 00됨

五(오), 靑果(청과)는 그00함과 00과 00된 00에 따라서 料理(요리)하는 時間(시간)에 差異(차이)가있음

六(육), 靑果(청과)를 調理(조리)하면 000에는 0함이 없으나 비타민들이 조금 00됨

七(칠), 乾果(건과)는 0하게 찌서 물에 담겨 천천히 끓여 충분히 붓도록 할 것

八(팔), 乾果(건과)는 本來(본래) 水分含有0(수분함유0)이 많은 것을 말여서 水分(수분)을 除去(제거)할것

九(구), 乾果(건과)는 冷水(냉수)에 오래동안 불닌것이 더운물에 暫間(잠간) 불닌것보다 맛이없음

一〇(일영), 00은 靑果(청과)를 끓인後(후)에 加入(가입)할것

一一(일일), 00한 靑果(청과)은 00를 먹을 때 食事(식사)할것

一二(일이), 靑果(청과)는 食事(식사)하기에 맛있는 것으로 0할것

一三(일삼), 靑果(청과)를 生(생)으로 食事(식사)하라면 아조 新鮮(신선)하게 두었다가 食事(식사)할것

【음식관련 내용】

『서양요리제법』은 이화여대 가정과에서 실습교과서로 사용된 조리서이다. 아침, 점심, 저녁, 후식의 메뉴를 구분하여 기술하였고, 각 장의 마무리 부분에는 주요 질문사항과 답이 있다. 예를 들어, 과일요리 부분에서는 “1. 西洋料理朝飯(서양요리조반)에 靑果(청과)를 食事(식사)케 하는 理由(이유)가 무엇이뇨?”, “2. 靑果(청과)를 어떻게 調理(조리)하야

食事(식사)케 하나뇨?”와 같은 질문사항을 있어, 조리과학적 이론과 식사관리 이론을 함께 다루었다.

과일요리는 생과요리와 애플소스와 같이 조리한 과일요리로 분류하였고, 씨리얼(cereal)요리는 죽이라 하였다. 계란요리는 오믈렛을 포함한 8종의 요리가 소개되고 있다.

제과 제빵 요리는 베이킹파우더와 이스트(누룩)에 의해 부풀게 되는 원리를 설명하여 케익과 빵, 쿠키(과자) 쿠키의 조리법을 분류하여 설명하였다. 채소를 이용한 샐러드와 드레싱 제조법을 비롯하여 어육류의 요리법이 있다.

후식은 푸딩, 파이, 도넛 등과 얼린 후식이라 아이스크림제조법이 있다. 캔디류를 엿이라 하여 14종의 캔디류 제조법이 있다.

조리법 이외에, 일상의(아침, 점심, 저녁)의 식사 준비법, 연회 요리준비법, 상차림, 메너 등의 식사개괄이 설명되어 있다. 또한 서양요리를 만들 때 반드시 필요한 기구들과 이를 대용할 수 있는 기구들, 요리시 적정 오븐 온도까지 기술되어 있다.

그 외에 청과류의 영양소(비타민), 소화 효소 등, 건조법을 이용한 수분함량 조절 등 영양학적 이론과 가공이론이 있는 가정학 교재이다.

【관련논저】

없음

【집필자】

정혜경(호서대학교) · 우나리아(호서대학교)

【자료명】

『가정주부필독』

【정의】

이정규가 지은 경성명저보급회에서 발간한 『가정주부필독(家庭主婦必讀)』(1939)은 서명에 나타난 바와 같이 가정생활서이다. 한국요리뿐만아니라 외국음식이 반 이상이고, 그 밖에 유아양육법과 세탁법이 나온다.

【음식관련 정의】

한국음식은 감자국, 법국, 완자탕, 닥찐(닭찐), 붕어찐, 송이찐, 오이찐, 애호박찐, 락화상밥(낙화생밥), 두부와 양미나리, 어만두 등이 있고, 김치류는 채김치, 닭각두기, 갓김치, 전복김치, 들나물김치 등 이다.

그 외에 병과류 옛 만드는 법, 잣엿, 깨엿, 콩엿, 대초엿, 밤엿, 강정엿, 굴정과, 인삼, 들죽, 과자, 사탕과자, 번철에 지지는 과자, 도낫설고, 대초가락과자, 옥수수설고, 밀기우리 설고, 설고, 녹말편, 앵도편, 모과편, 산사편 등 이다.

【서지】

표제/책임표시사항: 家庭主婦必讀
 저자: 이정규
 발행사항: 서울, 경성명저보급회, 1939
 소장처: 개인소장

【목차와 구성】

- | | |
|--------|-------------|
| 1. 국류 | 5) 애호박 찐 |
| 1) 감자국 | |
| 2) 법국 | 3. 차류 |
| 3) 닥국 | 1) 차제법(오미자) |
| 4) 굴국 | 2) 국화차 |
| 5) 완자탕 | 3) 삼차 |
| | 4) 매화차 |
| 2. 찐류 | 5) 포도차 |
| 1) 닭찐 | 6) 코코차 |
| 2) 붕어찐 | |
| 3) 송이찐 | 4. 옛만드는법 |
| 4) 오이찐 | 1) 잣엿 |

- | | |
|--------|--------------|
| 2) 깨엿 | 1) 감자떡 |
| 3) 콩엿 | 2) 서속떡 |
| 4) 호두엿 | 3) 굴병떡 |
| 5) 대초엿 | 4) 감떡 |
| 6) 밤엿 | 5) 토란떡 |
| 7) 강정엿 | |
| 8) 굴정과 | 8. 초 |
| 9) 인삼 | 9. 김치류 |
| 6. 편류 | 1) 채김치 |
| 1) 녹말편 | 2) 닭깍두기 |
| 2) 앵두편 | 3) 갓김치 |
| 3) 모과편 | 4) 전복김치 |
| 4) 산사편 | 5) 멸치젓 절이는 법 |
| 7. 떡류 | 10. 들죽 |

【음식관련 내용】

1. 국

표 1. 『가정주부필독』에 기록된 국의 종류와 재료

음식명		재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어 명			
감자국	감자국	감자, 기 름, 파, 소 고기, 소 금, 후추 (6)	재료를 썬다 → 물에 넣고 삶음 → 파를 지 짐 → 물에 같이 넣고 삶음 → 다진 소고기 를 넣음 → 끓임 → 간을 맞춤	감자를내모지게살라서물에삼고파를기 름바른번철에지저서감자살문물넉잔증 해가지고파를너다시쓰릴제소고기한매 줌다저너코아지노모도조곰너코후추소 곰으로간맞치고쿠림을조곰쳐서먹을것
법국	법국	소갈비뼈, 흰무, 는 징, 파, 감 자, 물, 우 유, 쌀가 루(8)	뼈에다가 물과 채소를 넣고 삶음 → 체에 밧 쳐 물을 내림 → 우유 와 쌀가루 물을 넣고 끓임	뼈에다가물잔을붓고채소를다합해서채 소가녹도록쓰린후체에밧쳐서우유와쌀 가루를너코물2잔을더붓고다시슬려먹 나이다
닭죽	닭죽	닭, 찬물, 소금, 후 추,	닭고기에 재료들을 섞 어 끓임 → 체에 바쳐 놓음 → 30분동안 식	닭을각을써서너코이상재료를섞거서슬 려서체에밧쳐너코삼+분동안쓰릴후에 국그릇에써노을것

			혀 국그릇에 내놓음	
완자탕	완자탕	고기, 두부, 후추, 계란, 깨소금, 파, 실백, 버섯(8)	고기를 잘게 다짐 → 고명을 넣고 동그랗게 모양냄 → 실백을 한 식물임 → 계란을 풀어 완자에 입힘 → 맑은 장국에 넣음 → 고명을 띄움 → 간은 따로 함	고기연한알을잘게익여서고명을합하여야가지고은행만치동글게비비여서실백을한식물여서계란을푸러가지고비빈완자를계란을씨여가지고말근장국에한개식너어킨후에버섯과부침란을반듯하게써러서우에뜨여가지고후춧가루를조금언저상에노을것

『가정주부필독』에 기록된 국은 총 4가지이다. 그 종류에는 감자국, 법국, 닭죽, 완자탕이 있다. 그 중 법국은 뼈, 물, 채소를 넣고 삶아 체에 받쳐서 우유와 쌀가루, 물을 넣고 끓여 먹는 음식이라고 설명하고 있다.

2. 찜

표 2. 『가정주부필독』에 기록된 찜의 종류와 재료

음식명		재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
닭찜	닭찜	영계, 버섯, 계란, 깨소금, 후추, 밀가루(6)	재료 손질 → 닭을 조각냄 → 냄비에 물을 넉넉히 부어 닭을 넣음 → 물이 줄어든 후 → 밀가루와 양념을 넣어 간을 함 → 졸여냄	닭을잡아서정이씨순후8쪽에죽여서남비에담고물을넉넉히붓고쓰려서물이반쯤줄거든밀가루2종자를푸고간을치고양염을한후다시쓰려상의노을것
붕어찜	붕어찜	붕어, 고기, 두부, 계란, 표고, 석이, 생강, 파, 문, 기름, 후추, 깨소금(12)	붕어와 재료를 손질 → 고기를 완자처럼 양념함 → 붕어 배속에 넣음 → 버섯류를 계란에 붓혀 얇게 썬다 → 붕어를 냄비에 넣어 양념을 넣어 끓인다	붕어는기리세치쪼뉘는것으로비늘을벗기고내장을빼고고기를완자처럼양염하야붕어배속에너어지지고버섯, 표고, 석이버섯 계란붓친것을골패갓치써러지저노코붕어를남비에담고그우에이상양염을모양있게덥고국올고붓쓰릴것
송이찜	송이찜	송이, 고기, 표고, 석이, 밀가루, 두부(6)	송이를 알맞은 크기로 썬다 → 고기완자를 만듦 → 송이에 붙임 → 밀가루를 문힘 → 계란을 입혀 기름에 부쳐냄	송이가가느면돌에쓰게고굴근것이면 四分에갈나서한치기너푼널비로잘라서고기를완자감처럼난도하야송이조각에붓치고송이조각을맛붓치여밀가루를뭇치고계란을씨여번철에지저노코장국을쓰려서지진

			→ 장국을 끓임 → 부쳐낸송이를 넣고 밀가루와 양념을 넣어 끓임	송이를너코밀가루를한술국에풀고이상양념을모양잇게편이신설노와갓치덥퍼서잘간쓰려상에노을것
오이찜	오이찜	오이, 고기, 버섯, 표고, 석이, 계란(6)	오이를 손질하여 알맞은 크기로 자른다 → 속을 파냄 → 고기를 완자처럼 만듦 → 오이속에 완자를 넣음 → 밀가루와 계란을 입혀 부쳐냄 → 장국을 끓여 양념을 넣고 끓여냄	어리고모양조흔외를썩지편으로한치쭈자르고솟창이로속을파내고고기완자처럼만드러속에가득이넛코밀가루를칠하야계란을씨워별철의지저서장국을쓰려서너코이상양념을하야잠간쓰려상에노을것
애호박찜	애호박찜	애호박, 고기, 표고, 석이, 밀가루(5)	애호박은어리고입분것으로하는대이우에외찜과갓치함	애호박은어리고입분것으로하는대이우에외찜과갓치함

『가정주부필독』에 기록된 찜류는 총 5가지이며, 닭찜, 붕어찜, 송이찜, 오이찜, 애호박찜이 있다. 그 중에서 오이찜은 오이를 손질하여 속을 파내고 고기를 완자처럼 만들어 오이 속에 넣고, 밀가루와 계란을 입혀 부쳐낸 것을 장국에 양념을 넣어 끓인 음식이라 기록되어 있다.

3. 차

표3. 『가정주부필독』에 기록된 차의 종류와 재료

음식명		재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
차제법 (오미자)	차제법 (오미자)	오미자, 백 청, (2)	백청을 끓임 → 오미 자와 끓인 백청을 유 리병에 담음 → 삭힌 후 찬물에 타먹음	오미잘세말하야백청을끓이다가한 데합하야유리병이나백항아리갓튼 넙조은그릇에너어잘봉하엿다가여 름에냉수에타서먹나니
국화차	국화차	말린 강국 꽃, 설탕 혹은 꿀(2)	말린 강국꽃 준비 → 끓는 물에 잠깐 담굼 → 설탕(꿀)을 타서 내놓음	강국꽃이반쯤필재에짜서말여두엇 다가펼펼슬는물에 잠간잠갓다가 설탕을타서먹나니그양꽃을꿀물을 타서디여먹기도합니다
삼차	삼차	홍삼뿌리, 생강, 계피, 설탕(4)	홍삼뿌리를 생강이나 계피를 섞어 끓임 → 체에 바쳐놓음 → 물 에 설탕을 타서 마심	삼차홍삼뿌리를생강이나계피를섞 거쓰려서체에반쳐서설탕을타서마 시나니

매화차	매화차	말린매화봉오리, 설탕(2)	말린 매화봉오리 준비 → 끓는물에 우려냄 → 설탕물에 타서 먹음	십이월에반쯤핀매화봉오리를싸서 말여두었다가여름에펼펼끓는물에 올려서설탕물을타먹나이다
포도차	포도차	포도, 문배, 꿀혹은 설탕(3)	포도와 문배를 즙을 내어 섞음 → 백비당을 끓여 섞음 → 설탕을 섞어 먹음	포도차포도와문배를즙을내어석고배비당을쓰러석거서술이나설탕을 석거먹나이다
코코차	코코차	코코차가루, 설탕, 우유(3)	코코아가루에 설탕과 우유를 넣음 → 끓는 물을 부음	코코차가루를차술로반에설탕과우유를너어펼펼끓는물을부어한잔을 만드나이다

『가정주부필독』에 기록된 차의 종류는 차제법, 국화차, 삼차, 매화차, 포도차, 코코차, 총 6가지가 있다. 포도차는 포도와 문배의 즙을 섞어 백비당과 설탕을 섞어 먹는 차이며, 매화차는 말린 매화봉오리를 끓는 물에 우려 설탕을 섞어 먹는 것을 말한다.

4. 옛

표 4. 『가정주부필독』에 기록된 옛의 종류와 재료

음식명		본문내용
원문명	현대어명	
жат옛	жат옛	옛을쓰러жат을석거슬러식히면жат옛
깨옛	깨옛	우에옛을녹여깨를복가무치면깨옛
콩옛	콩옛	콩옛콩옛도우에깨옛과갓치
호도옛	호두옛	호도를싸서겉질을벗기고옛을녹여붓치면호도옛
대초옛	대추옛	대초를씨를뽑고셋쪽에쓰러서옛물에뭇칠것
밤옛	밤옛	밤을살마서겉풀을벗기고옛물을뭇치면밤옛이됩니다
강정옛	강정옛	속나개를설탕을석거끓는물에반죽하야기름에지저서옛을녹여바르고찹살을물에불여제를써서말여가지고기름에복가뭇칠것
굴정과	굴정과	굴을쪽쪽이째여서힘줄을다뽑고설탕물조곰붓고잠간쓰러쓰나니
인삼	인삼	인삼을살마쓴맛을다우려서한푼두게로서푼널비한치기리로잘라 설탕물을치고쓰러쓰나니

『가정주부필독』에 기록된 옛의 종류로는 жат옛, 깨옛, 콩옛, 호도옛, 대초옛, 밤옛, 강정옛, 굴정과, 인삼, 총 9가지이다. 옛을 만들 때 들어가는 부재료들에 의해 그 종류가 달라지며, 굴정과는 굴에 있는 힘줄을 다 떼내고 설탕물을 부어 굳혀서 먹는 것을 말한다.

5. 편

표 5. 『가정주부필독』에 기록된 편의 종류와 재료

음식명		재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문 명	현대 어명			
녹말 편	녹말 편	녹말, 물, 설탕, 색 소[익지고 물감](4)	물에 녹말을 푼다 → 체에 바 친 후 잘 저어 화로에 끓인다 → 설탕색소를 넣음(옥색, 노 랑, 분홍색) → 굳힘 → 편편 한 곳에서 납작하게 자름	물에 녹말을 풀어 체에 밍쳐서 화로에 올려 노코 잘 저어서 익을 후에 설탕색소 를 옥색, 노랑, 분홍색 각각 적당히 넣어 편 편한 널판에 노아서 굳힌 후 사발, 팔분 줌, 납작 납작 잘라서 접시에 담아 노키 도하고 생실과 갖치 노키도 합니다
앵두 편	앵두 편	앵두, 녹 말, 물, 설탕(4)	앵두를 물에 넣고 끓임 → 녹 말을 풀어 받침 → 앵두에 넣 고 짓는다 → 설탕을 넣는다 → 끓인다 → 굳히다 → 모양 내어 자른다.	앵두를 물 四 흡 줌 붓고 펄펄 끓여 서 체에 밍치고 녹말을 물 4 흡에 풀어가 지고 밍쳐서 앵두 물에 저어가며 부어 가지고 끓이면서 설탕을 물 4 흡에 푸 러 넣어 석거서 편편 철 널판에 굵치여 알맞게 래서 접시에 담을 것
모과 편	모과 편	모과, 녹 말, 물, 설탕(4)	모과를 물에 넣고 끓임 → 녹 말을 풀어 받침 → 모과에 넣 고 짓는다 → 설탕을 넣는다 → 끓인다 → 굳히다 → 모양 내어 자른다.	조흔 모과를 살마체에 밍치고 녹말을 푸러 앵두편 솟 갖치 하나니라
산사 편	산사 편	산사, 녹 말, 물, 설탕(4)	산사를 물에 넣고 끓임 → 녹 말을 풀어 받침 → 산사에 넣 고 짓는다 → 설탕을 넣는다 → 끓인다 → 굳히다 → 모양 내어 자른다	조흔 산사를 살마가지고 모과편과 갖 치 하나니라

『가정주부필독』에 기록된 편의 종류는 총 4가지로, 녹말편, 앵두편, 모과편, 산사편이 있다. 물에 녹말을 풀어 체에 바친 후 잘 저어 화로에 끓이고, 옥색, 노랑색, 분홍색의 설탕 색소를 넣고 굳힌 후 편편한 곳에서 납작하게 잘라 먹는 음식이라 설명하고 있다.

6. 떡

표 6. 『가정주부필독』에 기록된 떡의 종류와 재료

음식명		재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어 명			
감자떡	감자떡	감자, 설탕,	감자를 손질 후 → 삶	감자 껍질을 벗기고 알갱이 써서 살문

		콩가루, 계피가루(4)	는다 → 계피가루, 설탕, 소금을 넣어 간을 맞춤 → 절구에 넣고 친다 → 알맞은 크기로 자른다 → 콩가루를 칠함	후계피가루설탕소곰조곰치고안반에나절구에다오래오래쳐서인절미처럼잘라서콩가루를칠해야먹나니
서속떡	서속떡	백미, 서속, 설탕, 대추, 밤(5)	청초와 백미를 씻음 → 불인다 → 찌어서 가루를 냄 → 밤과 대추를 알맞게 잘라 넣음 → 설탕을 넣음 → 시루에 찐다.	청초를정하게씻고백미도정이씨서함게붙여찌어가루를만들어밤을세쪽에살고대초도역시갓치살라서설탕과다합해가지고시루에찐것
재과병	재과병	찹쌀, 밤, 굴병, 대추, 청매, 설탕(6)	모든 재료를 손질하고 알맞은 크기로 준비한다 → 설탕을 체에 쳐서 찹쌀가루에 넣음 → 모든 재료를 합해 시루에 찐다 → 뜸든후에 썰어서 내어낸다	굴병과청매는잘게썰고밤을겉풀벗겨서셋쪼개쪼개고대초는두쪽에썰고설탕은체에쳐서찹쌀가루를노코모든양념을다함해서시루에찐것뜸든후에씨러먹나이다
굴병떡	굴병떡	백미, 굴병, 기름, 황설탕, 백지(5)	떡가루에 굴병을 썰어 넣음 → 설탕을 체에 쳐서 섞음 → 시루에 넣을 때 가루 사이사이에 기름 바른 종이를 켜켜이 쌓음 → 익힘	떡가루에굴병을씨러석고설탕을체에쳐서석겨서시루에안칠때손가락두마대독게만치하고매켜마다기름바른종이를덥고안쳐찐것뜸든후에적당히잘러먹나니
감떡	감떡	찹쌀, 곱감, 호두, 대추, 실백, 잣가루(6)	곱감가루를 만듬 → 찹쌀가루를 곱게친다 → 곱감가루와 섞음 → 대추도 썰어 시루에 넣고 섞음 → 찌냄 → 실백을 가루를 만듬 → 경단처럼 모양냄 → 잣가루를 문힘	곱감을잘게채쳐서말여가루를만들고차살가루를가는체에쳐곱감가루와갓치석고대도가늘게가루를만드러석겨서시루에안쳐씨고호도실백을가루를만드러썬떡을경단처럼잘러서잣가루를뭇쳐먹나니
토란떡	토란떡	토란, 찹쌀, 기름(3)	토란을 손질하여 물에 담구어 놓음 → 찌서 무른후에 찹쌀가루를 넣고 반죽 → 기름에 지져냄	토란을썬질벗기고쪼개서물에담갓다가(자주물을갈것)씨서무른후에찹쌀가루를너코잘반죽하여적당히반대기를만드러기름에지져내나니라

『가정주부필독』에 기록된 떡의 종류는 감자떡, 서속떡, 재과병, 굴병, 감떡, 토란떡으로 총 6가지이다. 재과병은 찹쌀, 밤, 굴병, 대추, 청매를 손질하여 먹기 좋은 크기로 손질하고, 설탕을 체에 밭쳐 찹쌀가루에 넣는다. 손질한 재료들을 합하여 시루에 찌고 뜸이 든 후에 먹는 음식이라고 설명되어 있다.

7. 초

표 7. 『가정주부필독』에 기록된 초의 종류와 재료

음식명		재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어 명			
초만드 는법	초만드 는법	기장, 백미, 물, 누룩가 루, 대초, 도라지(6)	기장, 백미를 밥을 지 음 → 끓는물에 누룩가 루를 넣고 불림 → 따듯 하게 되면 섞음 → 봉 해둠 → 익을만할 때 누룩을 깨뜨려 구어서 넣음 → 대초와 도라지도 구어서 넣음 → 잘익힘 → 술을 넣음	기장과백미를밥을짓고끓는물에누 룩가루를타서잘씻거뚝뚝하거든함 게붓고곡봉해서두었다가거진익을 만할때에누룩을게란만콤식깨뜨려 서구어서너코대초와도랏도구어너 서잘익힌후마르지안토록술을부어 가며먹을것

『가정주부필독』에는 초를 만드는 방법에 대해서도 설명되어 있다. 우선 기장과 백미로 밥을 짓고, 끓는 물에 누룩가루를 넣고 불려 따뜻한 상태가 되면 섞어서 봉해두고 익을만할 때 누룩을 깨뜨려 구어서 넣고 대초와 도라지를 넣어 잘 익힌 후 술을 넣어 만든다고 기록되어 있다.

8. 김치

표 8. 『가정주부필독』에 기록된 김치의 종류와 재료

음식명		재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문 명	현대어 명			
채김 치	채김치	어린무, 어린배 추, 조기젓, 실 고추, 마늘, 파 (6)	무, 배추를 채친다 → 조 기젓국을 끓여 넣음 → 모든 재료를 섞음 → 향 아리에 넣어 익힘	어린무와어린배추면잔것으로채쳐 서조기젓국을잘뜨려식혀서간맛도 록치고실고추, 마늘, 파, 함께섞 거서향아리에부어두었다가겨울에 먹습니다
닭각 두기	닭각두 기	외, 닭, 생강, 고추, 마늘, 파 (6)	붉은고추를 다짐 → 재료 를 넣고 깍두기를 만들 → 닭을 씻어 손질하여 잘게 찢다 → 외각두기에 섞음	불근고초를잘게익이고외씩두기를 맨드러서함게섞거익은후에닭을정 이써서내장을빼고살마서잘게깍어 서외씩두기에섞거먹습니다
갓김 치	갓김치	갓, 고추, 파, 마늘, 소금, 미 나리(6)	갓줄기를 껍질을 벗김 → 모든 재료를 알맞게 찢다 → 갓은양념을 넣고 섞음	갓줄기는껍질을벗기고한치기로썰 고미나리도갓과갓치썰고갓연한닙 을너코고추마늘파양념을섞거서소

			→ 소금으로 간을 맞춤 → 익힘	곰으로간을잘맞쳐서익켜먹습니다
전복 김치	전복김 치	전복, 배, 무, 유자, 생강, 파 (6)	전복을 물에 불여 삶아 얇게 썰어 준비 → 유자 껍질과 배를 잘게 채를 썬다 → 무와 모든재료를 주비 → 합해 향아리에 담음 → 소금으로 간을 맞춤 → 식혀서 붓고 봉 합	점복을물에불여무르게살마가지고 얇게점여주머니처럼만들고유자껍 질과배를가늘게채쳐서그속에너코 무를너꾸기장과한푼두푼두게로슬 고생강과파는실갓치채쳐서다함께 합하여향아리에담고물에소곰을간 맞치여쓰려가지고식혀서붓고잘봉 하여익힌후먹을것
돌나 물 김치	돌나물 김치	돌나물, 소금, 파, 고추, 마 늘, 밀가루(6)	돌나물을 손질함 → 소금 에 살짝 절임 → 양념을 하여 향아리에 담음 → 소금물로 간을 맞춤 → 밀가루를 끓여서 식혀 부 음 → 익혀먹음	푼나물을뿌리를싸고정이씨서서소 곰에약간저려서저린국은바리고고 추와이상양념을해서향아리에담고 소곰물로간맞치고밀가루를잘푸러 서쓰려식혀붓잘익혀먹습니다
메루 치젓 저리 는법	멸치젓 절이는 법	멸치, 소금, 물 (3)	멸치를 손질함 → 소금을 섞음 → 그릇에 담음 → 소금을 뿌림 → 향아리에 넣음 → 별에서 익힘	메루치를정하게해가지고소곰을석 거서그릇에너코소곰을뿌려두나니 물이메루치우에오르도록붓고향아 리를자조벧에내노아익히면한달후 에먹습니다

『가정주부필독』에 기록되어 있는 김치의 종류는 채김치, 닥각두기, 갓김치, 전복김치, 돌나물김치까지 총 5가지가 있으며, 메루치젓 저리는 법이 추가적으로 설명되어 있다. 멸치젓 절이는 방법은 멸치를 손질하여 소금을 섞어 그릇에 담고 소금을 뿌려 향아리에 넣어 별에서 익히라 되어 있다. 또한 채김치는 무, 배추를 채치고, 조기젓국을 끓여 넣고, 나머지 재료를 섞어 향아리에서 익히는 것이라 되어 있다.

9. 들죽

표 9. 『가정주부필독』에 기록된 들죽

음식명		본문내용
원문명	현대어명	
들죽	들죽	들죽을정이씨서서설탕물을붓고끓일것

『가정주부필독』에는 들죽에 대해서도 언급이 되어 있으며, 설탕물을 붓고 끓이라 기록되어 있다.

10. 죽숙채

표 10. 『가정주부필독』에 기록된 죽순채

음식명		재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
죽순채	죽순채	죽순, 고기, 표고, 석이, 기름, 물, 밀가루(7)	죽순을 손질함 → 냄비 에 넣음 → 나머지 재 료를 썰어 넣음 → 밀 가루를 풀어 넣고 간장 으로 간을 맞춤 → 끓 여냄	죽순을닷분기리너푼널비두푼독게 로써러남지에담고이상재료를써러 언고밀가루을푸러붓고간장으로간 을맞쳐서잠간쓰러먹을것

『가정주부필독』에는 죽순채에 대해서도 언급하고 있으며, 죽순채는 죽순을 손질하고, 표고, 석이, 고기를 썰어 넣고, 밀가루를 풀어 넣고, 간장으로 간을 맞춰 끓여낸 음식이라 기록되어 있다.

【관련논저】

없음

【집필자】

정혜경(호서대학교 식품영양학과) · 우나리아(호서대학교 식품영양학과)

【자료명】

『조선요리법』

【정의】

『조선요리법』은 1943년에 조자호에 의해 출간되었고, 각 가정별로 전승되어 오던 맛과 조리방법을 공개해서 대중적으로 공유하고, 전통적인 우리 맛을 후대에도 전승시키고자 하는 의도로 저술하였다. 조자호는 서울반가요리를 잘 계승받은 사람으로 떡과 과자 솜씨가 탁월하였다.

【음식관련 정의】

절식을 비롯한 425가지의 음식과 43가지의 음식·의례상식을 근대적 문체로 상세하게 기술하였다. 상세히 분류하면 고명(10종), 메주(2종), 간장 및 고추장(9종), 각종가루(6종), 김장(16종), 창국(4종), 나물(16종), 생채류(8종), 갈랍류(21종), 잡채류(6종), 장국류(14종), 화채류(16종), 자반류 및 포류(19종), 회류(25종), 구이류(24종), 조치류(9종), 죽류(8종), 토장국류(9종), 떡종류(27종), 전골류(12종), 약식 및 갇은 편류(11종), 맑은 장국류(19종), 구자와 찜류(16종), 미음류(5종), 찜류(3종), 생실과 웃기(4종), 젓갈(8종)의 조리법이 적혀 있다. 후반부에는 음식 곁드리는 법과 음식 절기, 상보는 법, 식사예법 등이 나온다.

【서지】

표제/책임표시사항: 조선요리법 朝鮮料理法
 저자: 조자호
 발행사항: 경성(京城) : 경성가정여숙 京城家政女塾, 1943
 형태사항: 6, 14, 291 p. ; 19 cm
 소장처: 국립중앙도서관 보존용자료

【목차와 구성】

목차를 살펴보면 고명(10종), 메주(2종), 간장 및 고추장(9종), 각종가루(6종), 김장(16종), 창국(4종), 나물(16종), 생채류(8종), 갈랍류(21종), 잡채류(6종), 장국류(14종), 화채류(16종), 자반류 및 포류(19종), 회류(25종), 구이류(24종), 조치류(9종), 죽류(8종), 토장국류(9종), 떡종류(27종), 전골류(12종), 약식 및 갇은 편류(11종), 맑은 장국류(19종), 구자와 찜류(16종), 미음류(5종), 찜류(3종), 생실과 웃기(4종), 젓갈(8종)의 조리법이 적혀 있다. 후반부에는 음식 곁드리는 법과 음식 절기, 상보는 법, 식사예법 등이 나온다.

목차

1. 고명 만드는 법

지단
완자
파지단
미나리지단
모루기
윤집
겨자집
초장
초장
초젓국

2. 메주 쪼는 법

간장 메주
고추장 메주

3. 각종 장 담그는 법

정월장
이월장
삼월장
고추장(1)
고추장(2)
무장
담복장
청국장
합장

4. 각종 가루 담그는 법

녹두녹말
감자가루
수수가루
미시가루
꿀소
콩가루

5. 김장 하는 법

보쌈김치

배추김치

짬무김치

동치미

배추짬지

배추콩깍두기

6. 햇김치와 술안주김치

물김치

물전무

조개전무

오이깍두기

판전자

겨자김치(1)

닭김치

장김치

나박김치

열무김치

오이김치

겨자김치(2)

생선김치

7. 창국 하는 법

미역창국

김창국

오이창국

파창국

8. 나물 하는 법

무나물

계묵나물(1)

자들나물(2)

오이나물

무동나물

호박나물

가지나물

숙주나물

콩나물	두부조림
무나물	11. 생채류
시금치나물	무생채
고비나물	도라지생채
도라지나물	숙주초나물
썩갓나물	미나리초나물
미나리나물	더덕생채
풋나물	오이생채
9. 장앗지류	늪은오이생채
무장앗지	갓채
오이장앗지	12. 갈랍류
오이쫐장앗지	족전
칼미장앗지	양전유어
마늘장앗지	간전유어
배추고리장앗지	생선전유어
고추장앗지	조개전유어(1)
장산적	조개전유어(2)
정복초	자충이전유어
홍합초	고추전유어
10. 조림류	알쌈
민어조림	미쌈
도미조림	계전유어
송어조림	두릅전유어
조기조림	묵전유어
고등어조림	잡느령이
병어조림	동아느령이
준치조림	박느러미
닭조림	향느러미
정치조림	누릅적
붕어조림	수란
비웃조림	소금수란
풋고추조림(1)	숙란
풋고추조림(2)	13. 잡채류
감자조림	잡채(1)

잡채(2)	편수
족채	밀국수
겨자선	장국냉면
탄평채	김치국냉면
구절판	도미국수
14. 장국류	조기국수
만두	칼삭두기
생치만두	수제비
준치만두	국수비빔
온면	15. 화채류
떡국	

【음식관련 내용】

1. 김장

표 1. 『조선요리법』에 기록된 김장하는 법의 종류와 재료

음식명		재료(재료가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
보쌈김치	보쌈김치	배추, 무, 파, 생전복, 밤, 낙지, 배, 굴, 미나리, 마늘, 생강, 실고추, 갓, 청각, 소금, 조기젓국, 표고, 실백(18)	배추와 무를 젓국과 소금에 절임 → 재료를 크기에 알맞게 준비 → 간을 하며 모든 재료를 섞음 → 실고추를 넣음 → 배추잎으로 싸서 실로 동여맨다 → 향아리에담는다 → 이틀 후 국물(조기 젓국, 소금)을 만들어 넣음	[중략] 실고추를 알맞게 넣고 다 버무렸거든 넓은 배추잎을 펴놓고 고루고루 높아서 허트러지지 않게 싸서 실로 동여 매서 알맞은 향아리에 담고 위를 꼭쳐 놓았다가 그 이튿날 국물을 해서 붓습니다. 국물은 조기젓국과 소금으로 간을 맞추십시오.
배추통김치	배추통김치	배추, 무, 미나리, 갓, 청각, 파, 마늘, 생강, 실고추, 소금, 젓국, 밥, 배, 낙지, 굴, 생전복, 조기젓, 실백(18)	배추를 절여 씻음 → 재료를 찢어 양념을 섞어 소를 준비함 → 절여진 배추에 겹겹이 넣음(→ 조기, 굴, 배, 밥, 낙지, 전복은 바로 먹을 것에만 넣음) → 독에 담음(늦게 쓸 김치에는 꽃소금 첨가) → 사흘 후 국물을 부음	속 잘 들고 좋은 배추를 걸대를 대강 제쳐 버리고 소금물을 간간하게 타서 저렸다가 이튿날 정히 씻어 놓고 미리 양념을 준비해 놓아야 한다. [중략] 분량을 대강 쓰기는 했지만 소를 많이도 넣고 적게도 넣을 뿐더러 배추도 작고 큰데 따라서 일정한 분량을 말하기는 곤란합니다. 참작만 하십시오.
짬무김	짬무	무, 소금, 물	독에 한칸씩 무를 넣음	[중략] 뒤치는 것은 짬으로 쳐

치	김치	(3)	→ 소금을 뿌림(반복함) → 돌로 눌름 → 소금물을 끓여 식혀 부음	야 좋습니다. 그 위에는 돌을 무겁게 눌러 놓으십시오. [후략]
동침이	동치미	무, 청각, 통고추, 마늘, 소금, 파, 생강, 갓	무를 독에 담음 → 소금을 뿌림 → 각 각재료들을 알맞게 잘라 넣음 → 무와 소금에 절인 무청으로 덮음 → 사흘만에 국물을 부음	[중략] 이와 같이 다 한 후 위를 치는데 파 뿌리를 버리지 말고 두었다가 정히 씻어서 엇고 갓 줄거리 같은 것을 넣고 정한 무청을 소금에 절였다가 위를 치십시오 . [후략]
배추짠지	배추짠지	배추잎, 무, 생강, 소금, 맛고춧가루	배추와 무를 섞음 → 생강을 다져 넣음 → 소금을 많이 넣고 고춧가루를 섞음 → 소금을 엇어 봉함	속을 넣고 남은 허드레 배추를 무하고 섞어서 다른 고명은 말고 생강만 다져넣고 젓국도 치지 말고 소금을 아주 짜게 넣고 맛고춧가루를 빛 곱게 섞어서 군물 안들어가게 향아리에 담고 소금을 많이 엇어서 꼭 봉해 두었다가 이듬해 여름에 잡수시면 신성하고 좋습니다.
배추통깍두기	배추통깍두기	배추, 무, 미나리, 갓, 청갓, 파, 마늘, 생강, 고춧가루, 실고추, 새우젓, 소금, 조기젓	배추를 절임 → 나머지 재료들을 넣고 섞음 → 새우젓 같은 것과 소금으로 간함 → 배추와 소를 넣고 버무림 → 향아리에 담음 → 국물을 붓는다	[중략] 이외에도 깍두기가 여러 종류고 젓갈도 여러 가지가 있어서 마음대로 담그면 그만입니다. 모든 것이 일정한 분량이 없이 하는 이 식성대로 하면 그게 분량이 되고 마는 것입니다.

조선요리법에 기록된 김장하는 법의 종류와 재료이다. 그 종류로는 6가지가 있으며, 보쌈김치, 배추통김치, 짠무김치, 동침이, 배추짠지, 배추통깍두기가 있다. 짠무김치는 독에 한칸씩 무를 넣고 소금을 뿌리는 것을 반복한 뒤 돌로 누르고 소금물을 끓여 식혀 붓는다고 설명되어 있으며, 배추통깍두기는 배추 절인 다음 나머지 재료들과 같이 섞고 젓과 소금으로 간을 한 뒤 배추와 소를 넣고 버무린 다음 향아리에 담아 국물을 붓는다고 나와 있다.

2. 술안주 김치

표 2. 『조선요리법』에 기록된 햇김치와 술안주 김치의 종류와 재료

음식종류 (음식)	음식명		재료 (재료 가짓수)	조리법	본문내용
	원문명	현대어명			

가짓수)					
깍두기	굴젓무	굴젓무	배추, 무, 굴, 배, 미나리, 실고추, 파, 생강, 마늘, 소금, 새우젓, 고춧가루, 설탕(13)	배추, 무를 알맞게 썬다 → 배추를 절임 → 무에 고춧가루와 실고추를 침 → 절인 배추와 나머지 재료들을 넣고 섞음 → 항아리에 담음 → 설탕과 김치에서 생긴 국물만 넣음 → 익힘	[중략] 배도 같은 치수로 썰어 놓고 굴도 정하게 씻어서 같이 넣고 미나리도 한데 전부 섞어 버무려서 알맞은 항아리에 넣은 후 다른 국물은 붓지 말고 제 몸에서 난 물과 설탕을 조금만 타서 붓고 꼭꼭 누려 놓았다가 익거든 잡수십시오.
	조개전무	조개전무	배추, 무, 무명조개, 고춧가루, 새우젓, 소금, 파, 생강, 마늘, 미나리, 설탕, 배, 실고추(13)	배추는 소금에 절여 행구어 놓음 → 나머지 재료도 알맞게 썰어 놓음 → 무에다 먼저 고춧가루를 입힘 → 나머지재료를 넣고 섞음 → 항아리에 담음 → 설탕과 김치에서 생긴 국물만 넣음 → 익힘	[중략] 여러 가지 양념을 다 섞는데 조개를 무명조개를 까서 퐁집을 바르고 지느러미를 잘르고 된살만 섞는데 두꺼운 것이면 반에쫄개 넣으십시오. 간 맞게 버무렸으면 알맞은 항아리에 담고 국물은 치지 말고 제 국에다가 설탕을 조금만 쳐서 붓고 꼭꼭 눌러 놓았다가 익거든 잡수십시오. 이것은 가을 한 철 술안주로 가장 적당합니다.
	오이 깍두기	오이 깍두기	애오이, 열무, 고춧가루, 파, 마늘, 생강, 새우젓, 소금, 실고추, 설탕(10)	오이 밑 작업 후 준비함 → 열무도 절임 → 소를 준비 → 소를 넣음 → 열무를 버무림 → 오이와 열무를 같이 넣음 → 설탕과 김치에서 생긴 국물만 넣음 → 익힘	오이를 자잘한 것으로 대가리는 자르고 소금으로 짹짹 비벼서 간이 들거든 정한 보에 싸서 매에다 꼭 눌러 놓았다가 꺼내서 정한 물에 씻어서 넣고 열무도 다듬어서 정히 씻어 소금에 저립니다. 파를 오이소 넣을 것은 다지고 조금만 채치고 마늘 생강도 조금은 다지고 남은 것은 채쳐 놓습니다. [중략][후략]
김치	굴김치	굴김치	배추, 무,	배추와 무를	배추는 하얀 줄거리와 속대만

			<p>굴, 실고추, 소금, 파, 마늘, 생강, 설탕, 배, 미나리 [11]</p>	<p>절임 → 나머지 재료 밑작업 → 미나리를 제외한 나머지 재료를 넣고 버무림 → 미나리를 넣음 → 향아리에 넣음 → 국물은 딱 맞게 넣음 → 약간의 설탕을 침</p>	<p>나박김치 썰듯하고 무도 같은 치수로 썰어서 소금에 잠깐 절였다가 버무립니다. 파, 마늘 생강등은 체치고 배도 나박김치같이 썰고 굴은 적 없이 골라 정히 씻어서 물을 뺍니다. 준비가 다되었거든 무 배추 굴 다른 고명등을 전부 한데 넣고 실고추는 너무 많이 넣으면 덜 좋으니 조그만치만 넣고 [후략]</p>
관전자 (뽕김치)	관전자 (뽕김치)	<p>뽕, 오이, 죽순, 표고, 전복, 해삼, 정육, 배, 소, 설탕, 실고추, 간장, 실백, 석이, 젓국지(배추통김치) [15]</p>	<p>뽕 밑작업을 함 → 정육을 다짐 → 정육에 갖은 양념 후 물 붓고 볶음 → 생치에 고기국물을 넣음 → 나머지 재료도 볶음 → 김치와 나머지 재료들은 번갈아가며 접시에 담음 → 설탕, 간장, 단것으로 국물은 만들어 부음</p>	<p>[전략] 배추통김치를 하얀 줄거리만 납작스럼하게 한 공기만 썰어 놓은 후 알맞은 유리대접에다 김치 한 켠 놓고 석이하고 실고추 등만 빼놓고 준비해놓은 고명을 전부 한데 섞어서 김치 위에다 한 켠만 놓고 그 위에 다시 김치를 담고 이와 같이 섞 바꾸어가며 다 담은 후 실백과 실고추 석이체를 얹고 푹 삶아 놓은 국물에다 설탕, 간장, 단것등을 간맛게 쳐서 부어 놓습니다. 정월에 연회 같은 때 특별히 합니다.</p>	
겨자김치 (1)	겨자김치 (1)	<p>배추, 배, 밤, 실백, 표고, 석이, 미나리, 파, 마늘, 생강, 소금, 전복, 해삼, 무채, 겨자 [15]</p>	<p>재료들을 데침 → 고명과 양념을 준비 → 소를 만들며 소금간을 함 → 배추에 소를 넣음 → 향아리에 담음 → 겨자집을 뿌림 → 채쳐 놓은 배추를 뿌림 → 익힘</p>	<p>[전략] 다 되거든 알맞은 향아리에다 한 켠 놓고 겨자집을 위에다 고루 뿌리고 배추 한 켠을 또 담 습니다. 이와 같이 섞바꾸어가며 다 한 후 위에는 먼저 제쳐놓은 배추잎을 덮고 꼭꼭 눌렀다가 익거든 보자기에다가 배추통김치처럼 썰어 놓으십시오. 이것은 특히 가을에 술안주로 적합합니다.</p>	
닭김치	닭김치	영 계 닭	재료준비 →	영계를 뜨거운물에 뒤해서 털을	

		열무김치, 열음, 정육, 고추장, 간장, 설탕, 깨소금, 파 [9]	닭 속에 고기와 갖은 양념을 넣고 삶음 → 속이 든 고기를 빼내고 닭의 살만 발라냄 → 익은 열무김치 건더기와 닭고기를 담음 → 김치국물을 붓는다 → 고명을 함	뜯고 대가리와 다리를 잘르고 배를갈라 내부는 꺼내고 정히 씻어가지고 고기를 곱게다져서 고추장 깨소금 파다진것 등을넣고 양념해서 닭 배속에다 덩어리를 만들어넣고 실로 찬찬등여매서 물은 몸 잠길만 촉만붓고 삶어 무르거든 건져서 속에 든 고기는 빼내고 살만짜짜 찢어눌습니다. [후략]
장김치	장김치	배추, 무, 표고, 석이 실고추, 파, 마늘, 생강, 실백, 진 간장, 설탕, 밤, 미나리, 배 [14]	배추와 무에 간장물 들이기 → 나머지 재료준비 → 배추 무와 나머지 재료와 양념을 넣고 버무린다 → 향아리에 담기 → 장물에 설탕을 넣고 봉해둠	배추속대를 나뭇나뭇하게썰고 무도 알맞히토막을내서 배추와 같은치수로썰어서 간장을부어서 간장물을 가무스럽하게 들여놓고 밤을까서 가로놓고 착착얇게 썰고 배도 이와같은치수로 썰어놓은후 표고는 불쳐서 줄기를빼어버리고 나뭇나뭇하게 썰어놓고 석이는 더은물에 휘쳐서체칩니다. [후략]
나박김치	나박김치	무, 파, 마늘, 생강, 실고추, 소금, 미나리, 설탕, 꿀 [9]	무를 절임 → 나머지 재료준비 → 재료들을 한데 섞음 → 고명(실고추) → 국물을 붓는다	무를 나뭇나뭇하고 얇팍하게 썰어서 양념할동안 소금을 조금 흘흘뿌려놓고 마늘 생강 파를 곱게체치는데 움과 ◦의의가는 것은 채치지말고 한치걸이쯤 자릅니다. [후략]
열무김치	열무김치	열무, 배추, 파, 마늘, 생강, 실고추, 소금, 밀가루 [8]	열무와 배추를 살짝 절임 → 나머지 재료준비 → 열무에 물기를 뺌 → 밀가루 풀을 끓임 → 재료를 다섞어 버무림	[중략] 고명을넣고 살살채쳐가며 버무려서 향아리에 담고 밀가루를 조금하는김치에는 두어손가락만 풀어서 팔팔끓여서 체에발여서 식혀가지고 소금을조금쳐서 간맞추어봅니다. 열무김치는 버무릴때든지 저릴때 손질을너무하면 빛이피대져서 후합니다.
오이김치	오이김치	애 오이, 열무, 파, 마늘, 생	재료 준비 → 소를 준비 → 오이에 넣음	먼저애오이를 꼭지자르고 소금으로 몸둥이를 싹싹문질러비벼놓고 파를두개만채치고 마늘도

			강, 고춧가루, 실고추, 소금 [8]	→ 고명 → 국물을 부음	두쪽만채치고 생강 [중략]
겨자김치 (2)	겨자김치 (2)	배추, 배, 표고, 석이, 미나리, 전복, 파, 마늘, 생강, 소금, 설탕, 겨자집, 실고추 [13]	배추절임 → 표고불림 → 나머지 재료 준비 → 재료를 한데 섞음 → 소금과 설탕으로 간 → 국물은 적당히 부음	[전략] 준비가 다되었으면 저려놓은 배추를 정한물에 살살흔들어가지고 여러 가지로 고명을 다넣고 겨자집을 맛있게 타서치고 버무리는데 간은 소금과 설탕으로만 간을 맞추어서 꼭꼭눌러놓았다가 잡수십시오. 국물은 많으면 덜좋으니 자작하게 하십시오. 가을에 배추가 좋을때 하는것입니다.	
생선김치	생선김치	조기(여름-민어), 무, 배추, 실고추, 마늘, 파, 생강, 소금, 녹말, 실백, 표고, 미나리 [12]	배추속고갱이와 생선 절이기 → 나머지 재료 준비 후 섞기 → 간 맞추기 → 향아리에 담기 → 국물을 붓기	[전략] 유리대접같은데다가 김치 건더기 한켜 생선한켜 달고 표고도 정히씻어서 나뭇나뭇하게 썰어서 민철돌뜨겁게 달구어가지고 볶아서 식혀진후 켜켜로 얹고 국물을 부은후 실백을 얹습니다. 여름에는 민어로 합니다	

『조선요리법』에 기록된 햇김치와 술안주 김치의 종류와 재료이다. 그 종류에는 굴젓무, 조개전무, 오이깍두기, 굴김치, 관전자(뽕김치), 겨자김치(1), (2), 달김치, 장김치, 나박김치, 열무김치, 오이김치, 생선김치로 13가지가 있다. 조개전무는 배추를 소금에 절여 행군 다음 나머지 재료도 준비해 놓고 무에다 먼저 고춧가루를 입히고 준비한 나머지 재료와 같이 섞어 향아리에 담가 설탕과 김치에서 생긴 국물만 넣어 익힌다고 설명되어 있다. 관전자(뽕김치)는 밑작업한 뽕을 다져 갖은 양념을 한 후 물을 붓고 볶아 생치에 고기국물을 넣어 나머지 재료와 볶은 다음 김치와 나머지 재료들을 번갈아 접시에 담고 설탕, 간장으로 국물을 만들어 붓는다고 나와 있다.

3. 창국

표 3. 『조선요리법』에 기록된 창국하는 법의 종류와 재료

음식명		재료(재료가 짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			

미역창국	미역창국	미역, 간장, 고춧가루, 실파, 얼음, 살코기, 깨소금 [7]	재료준비 → 고기 양념 후 볶기 → 간장 간 → 나머지 재료를 섞음 → 물을 붓고 얼음을 넣음	[전략] 곱게다져서 양념해볶아서 넣고 간장 초를 간맞게치고 실파를 곱게조금만썰어넣고 고춧가루로 약간쳐서 뒤적어려놓았다가 물을 적당히붓고 얼음을 잘게깨쳐서 지룹니다.
김창국	김창국	김, 간장, 고춧가루, 깨 [4]	김을 구운 후 부순다 → 물 → 갖은 양념	[전략] 김을 넣고 고춧가루를 약간 뿌리고 깨소금을 약간칩니다.
오이창국	오이창국	오이, 간장, 고춧가루, 깨소금, 파[5]	오이를 썬다 → 나머지 재료를 넣음 → 물은 붓는다	어린오이를 둥글게 착착썰어서 간장 초를 알맞히 간맞게치고 [후략]
파창국	파창국	실파, 간장, 고춧가루, 깨소금 [4]	실파 준비 → 물을 넣는다 → 나머지 재료를 넣음	실파를 잘게썰어서 물에다가 간장 초를 간맞게타고 고춧가루를 약간치고 깨소금도 약간 쳐서 썰어놓은 파를넣어서 김치대신 놓읍니다.

『조선요리법』에 기록된 창국하는 법의 종류와 재료이다. 그 종류로는 4가지가 있으며, 미역창국, 김창국, 오이창국, 파창국이 있다. 김창국은 김을 구운 후 부수고 물과 갖은 양념을 하며, 파창국은 실파에 물을 넣고 나머지 재료를 넣는다고 나와 있다.

4. 나물

표 4. 『조선요리법』에 기록된 나물하는 법의 종류와 재료

음식명		재료(재료가 짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
물썩나물	물썩나물	물썩, 미나리, 숙주, 편육, 참기름, 깨소금, 설탕, 초, 파, 마늘, 고춧가루, 배 [12]	물썩을 삶아 헹구어 껍질을 벗김 → 미나리, 숙주도 헹구어 넣음 → 편육에 양념 → 재료 섞음 → 깨뿌림	물썩을 묶고좋은 것으로 알맞히삶아서 찬물에헹겨가지고 껍질을벗기고 미나리로 줄거리만 한치가량으로잘러 체쳐서 찬물에헹겨놓고 숙주로 아래위를 따버리고 삶아 찬물에 건져놓읍니다. [후략]
게묵나물(1)	게묵나물(1)	게묵, 겨자집, 설탕, 초, 소금, 참기름 [6]	게묵을 삶아준비 → 겨자집을 뿌림 → 양념과 함께 무침	끓고좋은 게묵을 알맞히 삶아서 찬무령 담겨놓고 껍질을벗겨서 찬물에담겨서 쓴맛을 우려가지고 겨자집을 맛있게 [후략]

계목나물(2)	계목나물(2)	계목, 고추장, 초, 설탕, 깨소금, 참기름, 파, 마늘 [8]	계목을 삶아 준비 → 여러양념과 함께 무침	끓고좋은 계목을 알맞히삶아서 껍질을벗겨 찬물에담겨 쓴맛을 울구어버리고 맛있는 고추장을 치고 여러 가지양념을 간을보아가며 무치십시오. 싱거우면 간자용으로 간을맞추십시오.
오이나물	오이나물	애오이, 소금, 간장, 파, 마늘, 참기름, 깨소금, 고춧가루, 정육[9]	오이를 절임 → 고기를 다져 양념해 볶음 → 모든 재료를 섞어 볶음	어떤오이를 꼭지를자르고 등근대로 얇게 찍찍썰어서 소금에 저려놓고 연한살코기를 조금만 곱게다져서 양념해볶고 내려놓은 오이를 정한물에빨아서 꼭짜가지고 번철에 기름을두르고 열것볶아서 빛안내가지고 볶아놓은 고기를 넣고 갓은양념을 간맞게 하십시오. 고춧가루는 약간 넉넉하게 치시고 깨소금도약간만 치십시오.
두릅나물	두릅나물	두릅, 고추장, 간장, 초, 설탕, 깨소금, 참기름, 파 [8]	두릅을 삶음 → 갓은 양념과 무침	두릅을 알맞게삶아서 껍질을 벗기고 잎을따서 허드레로 무쳐먹고 줄거리만 얇팍얇팍하게 썰어서 넓은것이면 두서너쪽에 내가지고 갓은양념을해서 간맞게 무치십시오.
호박나물	호박나물	애호박, 소금, 파, 마늘, 깨소금, 참기름, 고춧가루, 간장[8]	1)호박을 소금에 절임. → 여러 양념과 함께 무침 2) 호박을 익힘 → 초장에 재워둠	호박을 네쪽에내서 속을빼내고 얇게착착썰어 소금에 살짝저려놓았다가 저한물에 빨어가지고 번철에 기름을 두르고 볶아서 여러 가지 양념을해서 무칩니다. 고춧가루는 아주조금만치시고 깨소금도 조금만치십시오. 고기를 다져넣어도 좋습니다.[후략]
가지나물	가지나물	가지, 초, 파, 간장, 참기름, 깨소금, 풋고추 (붉은고추) [7]	가지를 찢 후 껍질을 벗김 → 가늘게 찢음 → 갓은양념과 무침	가지를 꼭지를잘르고 반에쪼개 알맞히무르게 찢서 껍질을 따로 벗겨 허드레로무쳐먹고 속만가늘게찢어서 초 파 간장 참기름 깨소금등을 알맞게쳐서 무치는데 풋고추(붉은고추)를 곱게 다져넣고 무쳐서 매상에 놓습니다.

숙주나물	숙주나물	숙주, 파, 나물, 깨소금, 참기름, 간장, 고춧가루[7]	숙주를 삶음 → 찬물에 행굼 → 갖은 양념 후 무침	[전략] 고춧가루는 약간 기운 만합니다. 양념할때는 언제든 지 기름은 나중에치십시오.
콩나물	콩나물	콩나물, 소금, 간장, 파, 마늘, 참기름, 깨소금, 고춧가루, 다진고기[9]	콩나물에 소금을 넣고 삶음 → 양념을 넣고 무침 → 고기는 다져넣음(생략가능)	콩나물은 뿌리르다고 정히씻어서 삶는데 간장을치지말고 소금을조금쳐서 삶어야 빛이깨끗합니다. 그래가지고 간장 파 마늘 참기름 깨소금 고춧가루 등을 알맞게 치고 무칩니다. 고기를 곱게다져서 넣어도 좋습니다.
무나물	무나물	무, 간장, 생강, 참기름, 깨소금, 파, 마늘[7]	무를 채썬다 → 양념 → 볶음	무를 잘게채쳐서 간장과 생강을 조금만다져넣고 익혀가지고 참기름 깨소금 파 마늘 다져넣고 간맞게 무칩니다.
시금치나물	시금치나물	시금, 고추장, 간장, 깨소금, 설탕, 초, 참기름, 설탕, 파, 마늘 저육[11]	시금치를 삶은 후 행굼 → 저육을 잘게썰어 양념해 볶음 → 시금치와 섞음 → 갖은 양념 → 무침	시금치를 다듬어 삶어서 찬물 에헿겨 짜가지고 칼로 두어번에 썰어놓읍니다. 저육을 조그 만치만 잘게채쳐서 양념해볶아서 시금치하고 섞어서 [후략]
고비나물	고비나물	고비, 참기름, 간장, 파, 마늘, 깨소금 [6]	고비를 한나절 동안 쌀뜨물에 담구어 놓음 → 삶음 → 갖은 양념과 볶음	고비는 미리 한나절동안만 쌀뜨물에다가 담겨놓았다가 정한뜨물에다 삶어야 잘무릅니다. 그래가지고 정한물에 담겼다가 [후략]
도라지나물	도라지나물	도라지, 기름, 파, 마늘, 간장, 깨소금[6]	도라지 쓴물 빼기 → 손질 후 → 기름에 볶음 → 양념을 넣어 다시 볶음	도라지를 한나절만 쌀뜨물에다가 담겼다가 삶아서 한이틀 동안만 물을자주 갈어붓고 담겨올귀가지고 대가리를자르고 속을빼고 잘게찢어서 기름에 먼저 충분히볶아가지고 파 마늘 다지고 간장치고깨소금을쳐서 무칩니다.
썩갓나물	썩갓나물	썩갓, 파, 마늘, 간장, 초, 깨소금, 참기름, 설탕 [8]	썩갓 삶기 → 갖은 양념 후 무침	썩갓나물은 알맞히 삶어 찬물 에헿겨서 칼로 두어번에 썰어가지고 파 마늘을 곱게다져서 조금만넣고 간장 초 깨소금 참기름등을치고 설탕을 약간치십시오.

미나리나물	미나리나물	미나리, 파, 깨소금, 간장, 참기름, 고춧가루[7]	미나리를 삶아 행굼 → 양념 후 무침	미나리는 줄거리만 알맞히잘려 삶아서 찬물에 행겨 찌가지고 파를 조금만 다져서 넣고 깨소금도 [후략]
풋나물	풋나물	풋, 간장, 고추장, 참기름, 깨소금, 파, 마늘 초, 설탕[9]	풋나물 삶기 → 양념 후 무침	풋나물은 잘무르게 삶어건져서 찬물에담겼다다 정히씻어서 칼로두어번 썰어가지고 고추장과 간장을섞어 간을맞추고[후략]

『조선요리법』에 기록된 나물하는 법의 종류와 재료이다. 그 종류는 16가지로 물썩나물, 계묵나물(1), (2), 오이나물, 두릅나물, 호박나물, 가지나물, 숙주나물, 콩나물, 무나물, 시금치나물, 고비나물, 도라지나물, 썩갓나물, 미나리나물, 풋나물이 있다. 계묵나물(1)은 계묵을 삶아 준비한 다음 겨자집을 뿌려 양념과 함께 무친다고 나와 있으며, 고비나물은 고비를 한나절동안 쌀뜨물에 담구어 놓은 다음 삶아 갖은 양념과 볶는다고 나와 있다.

5. 장아찌

표 5. 『조선요리법』에 기록된 장아찌류의 종류와 재료

음식명		재료(재료가 짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
무장아찌	무장아찌	무, 정육, 미나리, 실고추, 느타리, 진간장, 깨소금, 마늘, 설탕, 참기름, 소금[11]	무를 알맞게 썬다 → 절임 → 보자기에 싸서 눌러놓음 → 정육에 양념 후 볶음 → 미나리, 느타리 준비 → 무에 끓인 진간장을 넣고 볶음 2번 → 다른재료들과 볶음 → 마지막에 미나리를 넣음 → 고명	[전략] 볶아논 고기를 곱게다져서 섞고 느타리도 한데섞어서 장을 끓이다가 장아찌를 넣어 볶어낸후 빛을보아서 밧그스럼 가 무스럼하거든 다 된것입니다. 그럴때에 마지막에 미나리를 넣어 빛만내서 내놓고 여러가지 양념을 간맛게 하시고 실고추를 잘게 썰어 넣으십시오.

<p>오이장앗지</p>	<p>오이장앗지</p>	<p>애오이, 정육, 표고, 실고추, 참기름, 깨소금, 설탕, 소금, 파, 마늘, 미나리, 간장 [12]</p>	<p>오이 겹겹질만 절임 → 고기다짐 → 고기, 표고에 양념 → 미나리 줄거리만 데침 → 오이 꺼내어 짜기 → 볶은고기에 장을 부어끓임 → 오이, 파, 마늘은 빛내어 볶음 → 양념간하기</p>	<p>오이를 거죽만 저며서 칠푼길 이로잘려서 한푼넓이로썰어 소금에 살짝저려서 정한형겉에 싸서 맷돌에다 꼭눌러놓고 연한살코기를 조금만 곱게다지고 표고도 불려서 장앗시치수만큼씩 썰어서 고기와같이 양념해서 볶읍니다. [후략]</p>
<p>오이통장앗지</p>	<p>오이통장앗지</p>	<p>애오이, 정육, 파, 참기름, 깨소금, 후추, 서랑, 진간장[8]</p>	<p>오이 준비 후 매에 누름 → 다진 고기에 양념 → 오이를 삼발로 가름 → 양념고기소를 오이에 넣음 → 남은고기와 설탕간 후 장을 끓임 → 오이를 넣음</p>	<p>손가락만큼씩한 어린오이를 소금으로 싹싹문질러 메에꼭 눌러놓고 고기를 힘줄을꺼어내고 곱게다져서 양념해놓고 눌러놓았던 오이를끄내 정한물에 씻어가지고 가운데를 삼발대로 갈려서 양념해놓은고기 [후략]</p>
<p>달레장앗지</p>	<p>달레장앗지</p>	<p>달레, 미나리, 움과, 깨소금, 참기름, 설탕, 진간장, 고춧가루, 소금[9]</p>	<p>달레를 살짝 절임 → 물기제거 → 나머지재료 준비 → 한데 섞어 눌러놓음</p>	<p>달래를 대가리를 칼자루로 두어번 두들겨채쳐서 소금에잠깐 저몐다가 걸다란물이 다없어지도록고 정한물에빨어서 물기[후략]</p>
<p>마늘장앗지</p>	<p>마늘장앗지</p>	<p>풋마늘, 진간장, 초, 설탕, 통고추, 생강[6]</p>	<p>껍질 벗긴 풋마늘 준비 → 일주일동안 초에 담금 → 설탕을 버무린 후 하룻밤재움 → 향아리에 담음 → 진간장을 부음 → 통고추와 생강을 넣음 → 사일 후 장만따로 부어 끓인 후 식혀 다시 넣음 2번반복</p>	<p>쇠지않은 풋마늘을 통만잘러 뿌리를자르고 겹겹질만벗겨서 정한물에한번씻어 건져서 물기를 없이해가지고 맛있는초에다가 몸이 잠기도록담겨서 한일주일 두었다가 채반같은데건져서 물기를 대강뺀후 알맞은 그릇에담고 설탕 [후략]</p>

배추꼬리 장앗지	배추꼬리 장앗지	배추꼬리, 배 추, 진간장, 뽕은장, 생 강, 실고추, 마늘[7]	배추꼬리 말림 → 배추절인 후 눌러 놓은 후 말림 → 배추, 배추꼬리를 씻어서 짬 → 진 간장, 뽕은장을 반반씩 섞음 → 나흘후 → 장만끓 임 → 서너번반복 → 나머지 재료넣 기 → 갓은양념	[전략] 실고추와 전부 한데섞어서 버 무려서 알맞은 향아리에담고 우거지를치고 돌로꼭눌러서 서늘하게 두었다가 봄에 끄내 서 설탕 참기름 깨소금 파다 진것등을 쳐서 무쳐잡수시오.
고추장앗지	고추장앗지	풋고추, 고추 잎, 무말랭 이, 간장, 마 늘, 생강, 실 고추[7]	끓는물에 살짝데 침 → 말림 → 씻음 → 물기뺀 → 간장부음 → 삼일후 → 장만끓 임 → 나머지재료 와 함께 향아리에 넣음 → 갓은양념	[만뜨러서 충분히끓여 식혀 불제 실고추와 마늘채 생강채 를 넣고 버무려○ 다시 향아 리에담고 돌맹이로 꼭눌르고 장을부어서 꼭덮어 놓았다가 봄에끄내서 참기름 설탕 깨소 금등을쳐쳐서 무쳐잡수십시 오.
장산적	장산적	정육, 진간 장, 설탕, 후 추, 깨소금, 참기름[7]	다진고기에 양념 → 납작하게 구움 → 알맞게 썬다 → 진간장, 설탕 을 넣고 조림	[전략] 장만뜨러서 충분히 끓 여 식혀불제 실고추와 마늘채 생강채를 넣고 버무려○ 다시 향아리에 담고 돌맹이로 꼭 눌르고 장을 부어서 꼭 덮어 놓았다가 봄에 끄내서 참기름 설탕 깨소금 등을 쳐서 무쳐 잡수십시오.
점복초	전복초	전복, 정육, 진간장, 설탕, 파, 마늘, 참기름 [7]	점복 저며 삶기 → 물을 따라내고 진간장 붓기 → 나머지 재료 넣기 → 간맞추기	고기를 힘줄 안섞이게 곱게 다쳐서 갓은 양념을해서 알팍 하게 조각을 만들어 구워서 납작납작하게 썰어서 알맞은 남비(냄비)에다가 담고 진장 에다가 설탕을 타서 붓고 조 립니다. 너무 바삭조리면 재 미있으니 자작하게 하십시오.
홍합초	홍합초	홍합, 진간 장, 설탕, 과, 마늘, 참 기름 [6]	홍합 삶기 → 간 장 붓고 조리(빛 내기) → 갓은양 념 후 살짝 가열	[전략]설탕과 기름은 나중에 간맞게 칩니다. 이것은 소대기애나 큰찬치때 합니다. 보통때도 맛게잘차리 면 합니다.

『조선요리법』에 기록된 장앗지류의 종류와 재료이다. 그 종류는 10가지로 무장앗지, 오이장앗지, 오이통장앗지, 달레장앗지, 마늘장앗지, 배추꼬리장앗지, 고추장앗지, 장산적,

점복초, 홍합초가 있다. 오이통장앗지는 오이를 때에 누른 뒤 다진고기를 양념하고 오이를 삼발로 갈라 양념고기소를 오이에 넣고 남은 고기와 설탕간 후 장을 끓여 오이를 넣는다고 설명되어 있다. 점복초는 점복을 저며 삶은 뒤 물은 따라내고 진간장을 부은 다음 나머지 재료를 넣고 간을 맞춘다고 나와 있다.

6. 조림류

표 6. 『조선요리법』에 기록된 조림류의 종류와 재료

음식명		재료(재료가 짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
민어조림	민어조림	민어, 정육, 생강, 설탕, 진간장, 깨소금, 기름, 실고추[9]	민어손질 → 나머지 재료를 넣기 → 갖은 양념 → 고명 → 끓이기 → 장물얻기	성하고 좋은 민어를 정히다져서 대가리를 잘르고 내부를 고내놓고 너무 크도 작도않게 알맞히 토막을 쳐서 살진것 같으면 반에 쪼개서놓고 고기를 조금만 곱게다지고 [중략]
모미조림	도미조림	도미, 진간장, 설탕, 파, 깨소금, 참기름, 생강, 실고추 [8]	도미손질(통) → 나머지 재료 넣기 → 고명 → 갖은 양념 → 장을 떠서 생선위에 올리 기	[전략]끓거든 숟가락으로 장을자꾸만 떠서 뒤에 다엮어가며 끓여야 빛이 좋습니다. ○으로 조리는 것은 교자상에 놓을제는 그렇지만 반상으로 놀제는 토막을쳐서 합니다.
송어조림	송어조림	송어, 고기, 진간장, 설탕, 깨소금, 참기름, 파, 생강, 실고추 [9]	송어손질 → 나머지 재료넣기 → 고명 → 갖은양념 → 초, 술넣기 → 끓이기	성한송어를 정하게다져서 내장을고내고 대가리를 잘른후 크도작 도않게 토막을 내고 반에 쪼개서 놓고 연한살코기를 조금만 곱게 다져서 놓고 파[후략]
조기조림	조기조림	조지, 고기, 진간장, 설탕, 파, 생강, 실고추, 깨소금, 참기름 [9]	조기손질 → 나머지 재료 넣기 → 고명 → 갖은양념 → 장을 떠서 생선위에 올리 기	성하고 좋은 조기를 정하게다려서 지느러미만 자르고 대가리를 자르고 알맞히 토막을 쳐놓고 고기를 조금만 곱게 다져서놓고 파를[후략]
고등어조림	고등어조림	고등어, 진간장, 참기름, 깨소금, 파, 생강, 설탕, 초, 약주, 실고추 [10]	고등어손질 → 나머지 재료 넣기 → 고명 → 갖은 양념 → 초, 술넣기 → 끓이기	생선고등어를 정히 다져서 지느러미는 잘르고 대가리를 잘른후 알맞히 토막을쳐서 반에 쪼개서 물만붓고 한소끔 끓여 서 그물을따러버리고[중략]

병어조림	병어조림	병어, 진간장, 고기, 설탕, 깨소금, 참기름, 실고추 [7]	병어손질 → 나머지 재료 넣기 → 고명 → 갖은양념 → 장을 떠서 생선위에 올리기	[전략] 양념을 엷읍니다. 이와 같이 다피면 양념갠것을 전부 붓고 끓이다가 장물을 떠서 위에다부어가며 조리는데 바○하게 조리야합니다.
준치조림	준치조림	준치, 고기, 진간장, 설탕, 파, 깨소금, 참기름, 생강, 실고추, 초 [10]	준치손질 → 나머지 재료 넣기 → 고명 → 갖은양념 → 장을 떠서 생선위에 올리기	성한준치를 비늘을금고 정히 다러서 ○○잘라 내장을고내고 대가리를 잘른후 알맞히 토막을쳐놓고 고기는 곱게 다지고 파를 채치고 [후략]
닭조림	닭조림	닭, 진간장, 설탕, 파, 생강, 깨소금, 참기름, 후추, 마늘 [9]	닭 손질 → 토막치기 → 물을붓고 끓임 → 갖은양념 후 → 가열	[중략] 물을붓고 끓이다가 조금 무른듯하거든 진장을치고 파는채치고 생강과 마늘을다져넣고 갖은양념을해서 조립니다. 물을붓고 끓일때 물을 조금붓고 끓여야합니다.
생치조림(뽕)	생치조림(뽕)	생치, 진간장, 후추, 참기름, 설탕, 사페개, 생강, 마늘[8]	생치손질 → 나머지 재료 넣기 → 고명 → 갖은양념 → 장을 떠서 생선위에 올리기	[전략] 진장을치고 파는 채치고 생강과 마늘을 다져넣고 갖은양념을해서 조립니다. 물을 붓고 끓일때 물을 조금붓고 끓여야 합니다.
붕어조림	붕어조림	붕어, 진간장, 설탕, 파, 생강, 정육, 깨소금, 참기름, 실고추 [9]	붕어손질 → 나머지 재료 넣기 → 고명 → 갖은양념 → 장을 떠서 생선위에 올리기	붕어를 비늘을 글고 지느러미만잘르고 배운데로 창자만 빼고 쓸개 안터지게 곱게 빼버리고 정히씻어서 주둥이 끝만 잘러버리고 고기를 곱게다지고 생강을 다진후 [후략]
비웃조림	비웃조림	생선, 진간장, 설탕, 생강, 파, 깨소금, 참기름, 실고추	비웃손질 → 나머지 재료 넣기 → 고명 → 갖은양념 → 장을 떠서 생선위에 올리기	[전략]양념을 언족 몇켜든지 이와같이 다한후 양념장을 붓고 끓이는데 장불은 위로 더부으며 조리야 빛이 가무스럽하고 좋습니다.
푼고추조림(1)	푼고추조림(1)	푼고추, 멸치, 참기름, 파, 마늘, 설탕, 깨소금, 진간장[8]	푼고추을 반으로 가름 → 고기에 갖은양념 → 모든 재료와 진간장을 넣어 조림	약오르지않은 푼고추를 꼭지 따고 반에갈려 물에씻고 자○구어한 멸치를 대가리를 자르고 고기를 조금만 곱게 썰어 넣고 참기름을 조금치고 파채치고 마늘약간 다져서 너흔후 (넣은후) 설탕과 깨소금을 알맞히치고 진장을 자작하게붓고 조립니다.

푼고추조림(2)	푼고추조림(2)	푼고추, 더덕, 복어, 참기름, 파, 마늘, 설탕, 깨소금, 진간장 [8]	푼고추을 반으로 가름 → 고기에 갖은양념 → 모든 재료와 진간장을 넣어 조림 (1), (2) 재료의 차이	위의것과 같이하는데 멸치대신 더덕복어를 두들겨서 반에 갈고 뼈를 빼고 자잘하게 잘라서 같이 조립니다.
감자조림	감자조림	감자, 멸치, 고기, 파, 마늘, 설탕, 깨소금, 진간장 [8]	감자손질 → 모든 재료를 넣음 → 진간장을 넣고 조림	감자를 껍질을 벗기고 도톰하고 나뭇하게 썰어서 놓고 자잘한 멸치를 씻어 한데 넣고 연한 고기를 곱게 썰어 한데 섞고 파 채친 것과 [후략]
두부조림	두부조림	두부, 녹말, 진간장, 깨소금, 파, 설탕, 참기름 [7]	두부에 소금을 뿌림 → 두부에 녹말을 묻혀 부침 → 두부와 갖은양념을 넣고 자작하게 끓임	[전략] 알맞은 남비에다 두부 부친 것 한겨 놓고 양념 간 것을 엮고 이와 같이 색 바꾸어가며 다 익힌 후 양념장을 남은 대로 자작하게 붓고 끓여 놓습니다.

『조선요리법』에 기록된 조림류의 종류와 재료이다. 그 종류는 15가지로 민어조림, 모미조림, 송어조림, 조기조림, 고등어조림, 병어조림, 준치조림, 닭조림, 생치조림(뽕), 붕어조림, 비웃조림, 푼고추조림(1), (2), 감자조림, 두부조림이 있다. 모미조림은 도미를 통으로 손질하여 나머지 재료를 넣고 고명과 갖은 양념을 장을 떠서 생선위에 올린다고 기록되어 있으며, 생치조림(뽕)은 생치를 손질하여 나머지 재료를 넣고 고명과 갖은 양념을 장을 떠서 생선위에 올린다고 나와 있다.

7. 생채류

표7. 『조선요리법』에 기록된 생채류의 종류와 재료

음식명		재료(재료가 짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
무생채	무생채	무, 소금, 설탕, 간장, 초, 파, 마늘, 깨소금, 미나리, 실고추, 참기름 [11]	무를 잘게 썬다 → 소금에 주물러 담금 → 나머지 재료를 준비 → 재료를 한데 넣어 무침	[전략] 무치는데 빛이 곱지 않으면 고추가 두꺼워서 빛을 내고 무생채는 초마이 있어야 하니 간을 잘 맞춥시오. 미나리는 안넣어도 좋습니다.

도라지생채	도라지생채	도라지, 설탕, 깨소금, 파, 고춧가루, 간장, 파, 마늘, 참기름 [9]	도라지 불림 → 잘게 찢음 → 고춧가루 물들임 → 갇은 양념하여 무침	생도라지를 물에담겨불려가지고 속을빼내고 걸만 대포챙이 같은 것으로 잘게빳어서 고춧가루로 먼저물을들여가지고 파 마늘을 곱게다져넣고 깨소금은약간친후 기름도조금만치고 초와 설탕을 간맛게잘치십시오. 간장은 묽은장으로 간을 맞추십시오.
숙주 초나물	숙주 초나물	숙주, 편육차돌박이, 배, 미나리, 간장, 설탕, 초, 깨소금, 참기름, 과, 마늘, 고춧가루 [12]	재료손질 → 데침 → 갇은양념과 나머지 재료를 넣고 무침 → 참기름은 맨 나중에 넣음 → 배는 먹기 직전 넣음	[전략] 간장 참기름 초 설탕 깨소금 여러 가지양념을해서 무쳐가지고 고춧가루는 약간기은만하고 참기름은 맨나중에치십시오. 배는 다 무쳐서 상에놓을제 섞어무쳐서 놓으십시오.
미나리 초나물	미나리 초나물	미나리, 간장, 파, 마늘, 초, 깨소금, 고춧가루, 참기름, 홍무, 전육 [10]	미나리를 살짝 데침 → 나머지 재료 준비 → 갇은 양념 후 섞음 → 배는 맨 나중에 넣음	미나리를 줄거리만 한치길이 썬썰어 끓는물에 살명건져 찬물에담겨놓고 편육채치고 홍무는 너무무르지않게 ◦ 짝익혀채칩니다. ◦ 도쳐넣고 [후략]
더덕생채	더덕생채	더덕, 고춧가루, 간장, 참기름, 초, 설탕, 마늘, 파, 깨소금 [8]	더덕을 저뭍 → 잘게 찢음 → 갇은 양념 → 무침	더덕을 껍질을벗겨 당겨다가 저며서 모두망치로 나른히 ◦ ◦겨잘게씻어가지고 여러 가지양념을합니다. 초맛과 설탕 맛이있도록 무치십시오
오이생채	오이생채	애오이, 설탕, 깨소금, 간장, 소금, 파, 마늘, 참기름, 초, 고춧가루[10]	푼오이 속은 버림 → 오이물빼기 → 갇은양념 → 참기름 넣음	[전략]조금만 다져넣고 고춧가루와 다른 양념을 하는데 기름은 나중에 약간만 치십시오. 설탕과 초를 간맛게 넣어야 좋습니다.
늪은 오이생채	늪은 오이생채	노각, 소금, 파, 마늘, 고춧가루, 설탕, 초, 깨소금, 고추장, 참기름 [10]	노각을 얇게 썬 → 소금에 주무름 → 갇은 양념 → 참기름 넣기	[중략] 여기만은 맛있는고추장을 조금만섞으면 더욱좋습니다. 참기름은 나중에간을다해가지고 조금만 치십시오.

갓 채	갓 채	갓뿌리, 표고, 석이, 배, 실고추, 파, 마늘, 설탕 [8]	갓뿌리를 소금에 절임 → 석이를 끓는 물에 데침 → 표고 불림 → 모든 재료 체침 → 갓은 양념 후 무침	[전략] 채쳐섞은후 파 마늘 생강을 조금만 다져서 넣고 실고추도 조금만 섞어 양념하는데 간은 설탕화 소금으로만 간을 맞추어서 꼭꼭눌러 넣어다가 잡수십시오.
-----	-----	------------------------------------	--	--

『조선요리법』에 기록된 생채류의 종류와 재료이다. 그 종류는 8가지로 무생채, 도라지생채, 숙주초나물, 미나리초나물, 더덕생채, 오이생채, 늙은 오이생채, 갓채가 있다. 숙주초나물은 재료를 손질하여 데친 다음 갓은 양념과 나머지 재료를 넣고 무치는데 참기름은 맨 나중에 넣도록 하며, 배는 먹기 직전에 넣는다고 나와 있다. 갓채는 갓뿌리는 소금에 절이고 석이는 끓는 물에 데치며, 표고는 불린 다음 모든 재료를 체 쳐 갓은 양념 후 무친다고 나와 있다.

8. 갈랍류

표8. 『조선요리법』에 기록된 갈랍류의 종류와 재료

음식명		재료(재료가 짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
족 편	족 편	소족, 꿩, 정육, 계란, 석이, 송이, 잣가루, 간장, 소금 [9]	족을 손질 → 족, 꿩, 고기를 한데 넣고 삶음 → 다짐 → 간을 한 후 국물에 넣음 → 고명 → 그릇에 담아냄	소족을 털을 불에 거슬러서 가 족을 벗겨서 물을붓고 푹삶아서 ○니다. [중략] 준비해놓은 잣가루 지만재 고기 다진것 석이 소이등을 고루뿌려 놓읍니다.
양전유어	양전유어	양젓머리, 계란, 밀가루, 참기름, 소금 [5]	양을 다짐 → 소금간 → 밀가루 입힘 → 계란흰자와 노른자를 나눔 → 흰자 입혀 구움 → 한쪽은 노른자를 입혀 구움	[전략] 기름을 두르고 알팍하게 불이는데 한쪽이 익어 뒤집거든 계란노른자 빼놓은것을 한쪽에다 입혀서 익힙니다. 그러면 한쪽은 노랗고 한쪽은 하얗게됩니다. 양전유어는 잘다지지않으면 ○○니다.

간전유어	간전유어	간, 밀가루, 계란, 참기름, 소금 [5]	간을 저밌 → 살짝 데침 → 밀가루와 계란 옷을 입혀 붙여냄	○간 좋은것을 소금을 칠해가며 얇게저며서 펄펄끓는 물에 슬쩍 데쳐서 물기를 빼가지고 밀가루를 묻히고 계란을 서워 번철에 붙입니다. 계란○○ 소금을 묻쳐서 간을맞추십시오.
생선전유어	생선전유어	생선, 밀가루, 계란, 소금, 참기름 [5]	생선을 손질 → 얇게저밌 → 소금을 뿌림 → 밀가루와 계란을 입혀 구워냄	성하고좋은 생선을 비늘을 굵고 정히다서 내부를 끄내고 대가리를 자른후 반에 쪼개서 가운데 빼는빼버리고 얇게 저며서 소금을 훌훌뿌려 채반에 벌겨놓았다가 밀가루와 계란을 든혀서 번철에 붙입니다.
조개전유어(1)	조개전유어(1)	조개, 정육, 계란, 밀가루, 참기름, 소금, 간장, 파, 후춧가루 [9]	조개까서 곱게 다짐 → 갖은양념 → 밀가루와 계란을 입혀 붙여냄	조개를 까서 검은것은 빼버리고 씻어서 물기를 쪽빼가지고 곱게 다져놓고 고기를 힘줄없이 곱게 다져서 한데섞어 양념해서 밀가루와 계란을 잘풀어섞어서 둥그스럽하고 자그만츄씩하게 번철에 붙입니다.
조개전유어(2)	조개전유어(2)	대합, 밀가루, 소금, 계란, 참기름 [5]	대합을 저밌 → 밀가루와 계란을 입혀 붙여냄	대합을 까서 동집을 빼버리고 알팍하게 저며서 간칼질을해서 밀가루와 계란을 묻혀 번철에 부칩니다.
자충이전유어	자충이전유어	자충이(쪽파뿌리), 정육, 계란, 밀가루, 소금, 참기름, 깨소금 [7]	파 쪽을 까서 곱게 다짐 → 갖은 양념 → 밀가루와 계란을 섞음 → 기름을 두르고 붙여냄	파 쪽을까서 곱게다지고 고기를 힘줄없이 곱게 다져서 한데섞어 양념해가지고 밀가루와 계란을 풀어 섞어서 번철에 기름을 두르고 둥글고 자기만 하게 붙이십시오.
고추전유어	고추전유어	풋고추, 정육, 계란, 밀가루, 깨소금, 간장, 설탕, 참기름, 파, 후추[10]	고추의 배를 가름 → 씨를 털어냄 → 모든 재료 다져서 소를 만듬 → 고추속에 소를 넣음 → 밀가루와 계란을 입혀 붙여냄	○○○도지않은 풋고추를 꼭지를 뜯고 배를갈려서 씨를털어버리고 칼자루로 약간둥을무○겨 ○겨러지지 않게해놓고 연한 살코기를 곱게다져서 갖은양념을해서 고추속에다 차게넣어 가지고 밀가루와 계란을 씨워 번철에 기름을 두르고 붙이십시오.

알 찜	알 찜	정육, 계란, 참기름, 깨소금, 설탕, 후춧가루, 간장, 소금, 파 [9]	고기 다짐 → 고기에 양념 → 계란물 만들어 소금간 → 계란 한손가락을 떠 놓음 → 계란위에 고기를 놓음 → 익혀 반달모양을 만듦	연한살코기를 곱게다져서 갖은양념을 해놓고 계란을 잘저어서 소금을 약간쳐가지고 번철에다가 기름을 두르고 한손가락 썩떠놓고 고기 양념한것을 조금씩 떼어서 한쪽에 놓고 거진익어든 계란한쪽을 살짜뒤집어썩워 익히면 반달같이 모양이됩니다.
미 찜	미 찜	해삼, 정육, 두부, 파, 마늘, 깨소금, 숙주, 후추, 설탕, 간장, 참기름, 밀가루, 계란[13]	해삼을 손질 후 삶음 → 고기와 숙주를 삶은 후 다짐 → 두부도 으깨어 놓음 → 소를 만듦 → 해삼속에 넣음 → 밀가루와 계란을 입혀 붙여냄	굵고좋은 해삼을 푹삶어서 배를 갈려 속을정하게 씻어서 정한물에 깨끗이 씻어놓고 [중략] 전부 한데섞어 양념해가지고 해삼속에 다 차게넣고 밀가루와 계란을 썩워 번철에 부칩니다. 파 마늘은 곱게다집니다.
계전유어	계전유어	암게, 정육, 소금, 밀가루, 계란, 깨소금, 참기름, 파, 마늘 [9]	계속살을 굵어냄 → 갖은양념과 섞음 → 계란흰자만 밀가루, 계살과 섞음 → 알팍하게 붙여냄 → 한쪽은 노른자를 입힘	[전략] 알팍하게 붙이는데 한쪽이익거든 뒤집어놓고 계란노른자를한번입혀서 익히면 한쪽은노랑게되고 한쪽은 불그레합니다.
두릅전유어	두릅전유어	두릅, 고기, 밀가루, 참기름, 설탕, 깨소금, 계란, 소금, 간장 [9]	두릅을 익힘 → 손질 후 저임 → 고기다진 후 양념 → 두릅 한쪽면에 고기를 올림 → 밀가루와 계란을 입혀 붙여냄	두릅을 삶어서 너무 무르지않게 익혀 건져서 껍질을 벗기고 잎을따고 얇게 저며서놓고 연한고기를 곱게다져서 갖은양념을해서 두릅이 넓은거면 두어쪽씩맞히어서 고기를 얇게한쪽에만 붙여가지고 밀가루와 계란을썩워 번철에 붙입니다.
목적유어	목적유어	묵, 정육, 밀가루, 계란, 참기름, 간장, 소금, 깨소금, 설탕, 후추, 파[11]	백묵을 얇게 저임 → 고기를 다져 양념함 → 묵한쪽에 올림 → 밀가루와 계란은 입혀 붙여냄	백묵을 알팍하게 저며서 사방 육칠준가량으로 썰어놓고 연한고기를 곱게다져서 조금만○고 갖은양념해서 문학쪽에다 얇게입히고 묵한쪽을 맞붙이고 밀가루와 계란을썩워 번철에 붙입니다.

<p>잡느렁이</p>	<p>잡느렁이</p>	<p>양, 대창, 도라지, 전복, 해삼, 표고, 고기, 참기름, 후추, 간장, 파, 잣, 설탕, 깨소금, 대꼬창이 [15]</p>	<p>모든 재료 손질 → 양, 대창을 삶아 양념 → 해삼, 전복, 표고, 도라지는 기름에 볶아 양념 → 대꼬창이에 껌 → 양념을 뿌림 → 잣가루 뿌린 후 재워놓음</p>	<p>양을 〇해 껌질을벗기고 대창을정히씻어 한데삶어익혀서 건져가지고 길이는 한치닷분쯤 〇게썰고 넓이는 두푼쯤되게 썰어서 갖은 양념을하고 해삼도 삶어 죽불려가지고 반에갈러 정하게 씻어서 같은치수로 썰어 기름에 볶아서 양념합니다. [후략]</p>
<p>동아느렁이</p>	<p>동아느렁이</p>	<p>동아, 고기, 표고, 석이, 파, 마늘, 계란, 밀가루, 참기름, 깨소금, 설탕, 후추, 대꼬창이, 실백[14]</p>	<p>동아를 손질 후 얇게 저밌 → 무르지 않게 삶음 → 나머지 재료 갖은 양념 후 체쳐 복음 → 동아안에 고명들을 넣어 돌돌 만다 → 다섯 개에서 여섯 개 대꼬창이에 껌 → 밀가루와 계란을 씌워 붙여냄</p>	<p>[전략]곱게다져서 양념해 볶아놓고 표고도 불려채 처기름에볶고 석이도 〇해서채쳐볶아 한데전부 양념해서 동아한쪽을펴놓고 준비해놓은고명을 조금씩 갈춤하게놓고 돌돌말아서 대꼬창이에다가 퍼는데 다섯 개나 여섯 개피어서 밀가루와 계란씨워 번철에 붙입니다.</p>
<p>박느러미</p>	<p>박느러미</p>	<p>박, 고기, 표고, 계란, 밀가루, 석이, 실백, 참기름, 간장, 설탕, 깨소금, 소금, 대꼬창이 [13]</p>	<p>박 손질 → 얇게 저밌 → 삶아냄 → 찬물에 건져놓음 → 고기를 다져 양념 → 나머지 재료 들은 체쳐 양념한 후 기름에 볶음 → 섞어 양념 → 박위에 올림 → 실백을 올림 → 만다 → 대꼬창이에 껌 → 밀가루와 계란을 씌워 붙여냄</p>	<p>[전략] 그다음엔 한데섞어양념해가지고 박을한조각씩펴놓고 고명을조금씩 가느스럼하게놓고 실백을몇개씩 느러놓아가지고 가느스럼하게 말아서 대꼬창이에다가 대여섯개씩 〇어서 밀가루와 계란을씨워 번철에붙입니다.</p>

향느러미	향느러미	도라지, 정육, 파, 느타리, 깨소금, 간장, 참기름, 설탕, 후추, 꼬챙이 [10]	도라지를 삶에 쓴물을 빼냄 → 모든재료를 갖은 양념 후 볶음 → 대꼬챙이에 꿰 → 깨소금을 뿌림	도라지를 삶아서 알맞히 무르거든 건져서 물을 자주갈아부어올귀가지고 삭을빼고 너무잔지않게 썰어서 기름에 볶아가지고 갖은 양념[중략]대꼬챙이에다가 섞바꾸어 색맞추어퍼고 양편을 가지런히 거두절미해가지고 거피한 깨소금을 앞뒤로 뿌려 놓읍니다.
누름적	누름적	정육, 양, 대창, 표고, 전복, 흥무, 도라지, 간장, 깨소금, 참기름, 후추, 설탕, 계란, 밀가루, 대꼬챙이[15]	모든재료를 삶음 → 같은 크기로 맞춤 → 갖은양념 → 대꼬챙이에 꿰 → 밀가루와 계란을 섞어 붙여냄	[전략] 도라지도 삶아서 담겨 쓴맛을 올귀 가지고 속을빼고 대가리를 잘른후 다같은치수로 썰어서 양념해가지고 대꼬챙이에다가 고루 퍼어서 밀가루와 계란을씨워 번철에다가 붙읍니다.
수란	수란	계란, 잣가루, 초장 [3]	끓는물에 계란 한 개를 깨뜨림 → 익으면 담구었다 꺼냄 → 찬물에 헹굼 → 잣가루뿌림 → 초장을 곁드림	[중략] 초장을 타놓으십시오. 이렇게 한 것은 자수단 이라하고 많이 할제하는데 조금씩 급히 하는것은 물을 끓이다가 그냥 알을깨쳐 넣어 익혀도넵니다.
소금수란	소금수란	기름, 계란, 초장[3]	번철에 기름을 두름 → 계란을 깨어서 부침 → 한쪽이 익으면 반으로 접음	번철에 기름을두르고 계란을 한 개씩 깨드려놓아 한쪽 이거진익거든 뒤에다 소금을 약간뿌려서 반에 접어서익힙니다. 모양이 반달같이 됩니다. 여기도 초장을 타놓으십시오.
숙란	숙란	계란 [1]	계란을 물에 삶어냄	계란을 물에 삶어까지 고여씹니다. 이것은 특히 큰잔치 같은때 갈○으로씹니다. [후략]

『조선요리법』에 기록된 갈랍류의 종류와 재료이다. 그 종류는 20가지로 족편, 양전유어, 간전유어, 생선전유어, 조개전유어(1), (2), 자충이전유어, 고추전유어, 알쌈, 미쌈, 계전유어, 두릅전유어, 목적유어, 잡느령이, 동아느령이, 박느러미, 향느러미, 누름적, 수란, 소금수란, 숙란이 있다. 자충이전유어는 파 쪽을 까서 곱게 다져 갖은 양념을 한 다음 밀가루와 계란을 섞어 기름을 두르고 부쳐낸다고 나와 있다. 잡느령이는 모든 재료를 손질하고 양, 대창을 삶아 양념 한 뒤 해삼, 전복, 표고, 도라지는 기름에 볶아양념하고 대꼬챙이에 꿰어 양념을 뿌린 후 잣가루를 뿌려 재워 놓는다고 나와 있다.

9. 잡채류

표9. 『조선요리법』에 기록된 잡채류의 종류와 재료

음식명		재료(재료가 짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
잡채(1)	잡채(1)	정육, 도라지, 당면, 미나리, 숙주, 목이버섯, 느타리, 표고, 송이, 계란, 파, 마늘, 설탕, 간장, 참기름, 깨소금, 황화채 [17]	도라지를 삶어 찬물을 부어 쓴맛을 빼냄 → 정육은 채쳐 양념해 볶음 → 버섯류는 양념해 볶음 → 숙주를 데쳐 볶음 → 당면 삶아 놓음 → 전부한데 섞음 → 그릇에 담음 → 계란고명을 올려냄	먼저 도라지를 삶아서 찬물을 갈아 부어가며 속을 빼내고 잘게 찢고 정육은 잘게채쳐 양념해서 볶습니다. [중략] 전부한데섞고 잦은고명을 간맞게합니다. 계란은 지단을붙여채쳐서 잡채를 그릇에담고 위에다뿌립니다. 잦가루도 뿌립니다.
잡채(2)	잡채(2)	정육, 죽순, 홍무, 양파, 표고, 송이, 느타리, 오이, 점복, 우설, 배, 소금, 겨자, 저육, 설탕, 초, 참기름 [17]	고기, 양파, 점복을 썰어 기름에 볶음 → 홍무는 살짝 찌내어 썰음 → 오이는 절여 썰은 후 기름에 볶아냄 → 죽순도 체침 → 모든재료를 섞음 → 겨자집, 소금, 설탕으로 간을 맞춤	고기를 힘줄 안섞이게 잘채쳐서 갓은양념을 해서볶고 다마네기도 곱게 채쳐서 기름에 볶아놓고 점복도 불려서 얇게썰어 기름에 볶습니다. [중략] 전부한데 섞어가지고 계자집을치고 소금으로 간을맞추고 간을 보아가며 설탕 초를쳐서 간을 맞추십시오.
족채	족채	소족, 저육, 편육, 배, 목이, 미나리, 숙주, 겨자집, 간장, 깨소금, 참기름, 참기름, 설탕, 실백, 계란, 점복 [16]	소족을 삶아 뼈를 발라냄 → 모든재료를 손질 후 준비 → 잦은 고명을 볶아냄 → 실백은 가장먼저 넣음 → 겨자집을 상에 놓을 때 뿌려냄 → 계란 지단을 위에 뿌림	[전략] 다해서 화로에 올려놓아 덥게해서 계란은 지단을○○○○다가 위에 다뿌리고 실백은 먼저섞어야 합니다. 겨자집을 만들어 놓았다가 상에놓을제 위에부어 드러깁니다. 지단채는 맨위에 뿌리십시오.

<p>겨자선</p>	<p>겨자선</p>	<p>양배추, 우설, 저육, 표고, 해삼, 점복, 오이, 홍두, 감자, 숙주, 우유, 겨자집, 설탕, 초, 소금 [15]</p>	<p>감자와 홍무 삶음 → 애오이는 등근 모양으로 썰어 소금에 살짝 절임 → 호박, 표고를 볶음 → 배추살짝 절임 → 묵은 채침 → 해삼 삶아 체쳐 볶음 → 전복은 불려서 얇게 썰어 볶음 → 숙주 기름에 볶음 → 배추는 찬물에 행굼 → 재료를 다 섞음 → 겨자집, 설탕, 소금, 우유를 넣고 버무리림 → 채소잎을 깔고 담음</p>	<p>자와 홍무(닌징)는 삶어서 과히 무르지않게 알맞게 익거든 건져서 ○○○같이썰고 애오이○ 등근모양대로 삭삭썰어서 소금에 살짝저려(절여) 정한물에 담겨서 꼭짜가지고 번철에 기름두르고 살짝볶고 표고도 담궜다가 나뭇하게썰어 번철에 볶아 놓습니다. [중략] 간을 보아서 초와 다른양념을 더해간을맞추어 알맞은 그릇에 밑에다가 채소잎을 깔고 담어 놓으십시오.</p>
<p>탄평채</p>	<p>탄평채</p>	<p>백묵, 미나리, 편육, 정육, 김, 고춧가루, 깨소금, 진간장, 설탕, 초, 참기름, 파, 마늘 [12]</p>	<p>고기를 다짐 → 갓은양념 → 편육 채침 → 미나리 줄거리만 사용 → 김은 바싹 구움 → 묵을 얇게 썬다 → 양념</p>	<p>고기를 곱게다져서 갓은양념해서 볶아놓고 편육도잘게채치고 미나리는 줄거리만 한치길이로 잘려 삶아놓고 김은기름바르지말고 구워서 싹싹비벼놓는다. 묵은 껍질을벗기고 구○구께로저며서 얇게 작작○이서 기름은 나○에치고 여러 가지 양념을해서 묻히는데 초맛이 짙나게 묻히십시오.</p>
<p>구절판</p>	<p>구절판</p>	<p>메밀가루, 천엽, 무, 콩잠, 숙주, 미나리, 표고, 석이, 간장, 깨소금, 파, 마늘, 설탕, 참기름, 후추 [12]</p>	<p>메밀가루로 밀전병 붙이는 작게 부침 → 나머지 재료들을 삶아 채침 → 구절판에다가 담음 → 초장 준비</p>	<p>[중략] 여러 가지 준비해놓은것을 각자 담아서 상에다 놓으면 식성대로 메물 전병에다 싸잡수시게 됩니다. 초장을 간맞게 타놓으십시오. 구절판이 없으면 요리접시에 담어도 좋습니다. 이것은 큰잔치에 술안주로 하는것입니다.</p>

『조선요리법』에 기록된 잡채류의 종류와 재료이다. 그 종류는 6가지로 잡채(1), (2), 족채, 겨자선, 탄평채, 구절판이 있다. 족채는 소족을 삶아 뼈를 발라내고 모든 재료를 손질하여 준비한 후 잦은 고명을 볶아내어 실백을 가장 먼저 넣고 겨자집은 상에 놓을 때 뿌리고, 계란 지단을 위에 뿌린다고 나와 있다.

10. 장국류

표10. 『조선요리법』에 기록된 장국류의 종류와 재료

음식명		재료(재료가 짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
만 두	만 두	백면가루, 밀가루, 백면, 정육, 찜, 배추 통 김 치, 무, 숙주, 미나리, 실백, 두부, 파, 마늘, 후추, 참기름, 간장, 설탕, 고춧가루[19]	배추통김치의 속을 빼낸다 → 다시물에 담구어 놓는다 → 잘게 다져서 꼭 짜냄 → 미나리와 무는 알맞게 썬다 → 두부는 보에 짜서 눌러놓음 → 꿩고기와 정국을 곱게 다져 갖은양념을 함 → 모든재료를 한데 섞음 → 백면가루와 밀가루를 곱게 친다 → 반죽 → 반죽에 소를 넣음 → 맑은 장국에 만두를 넣고 삶음 → 겉고명 올림 → 조미	먼저배추통김치를 속을 터터내버리고 잎사귀는 잘르고 정하게 찧어(씻어)가지고 송송잘게 썰어서 다시 물에다 한참 담갔다 김치냄새 안나게 정히빨아서 곱게 다져서 물기 없이꼭짜놓고 [중략]그릇에 뜨고 위에는 고기다져볶은 겉고명을 얹고 후춧가루는 약간 뿌리십시오. 초장을타 놓으십시오. 만두는 속을 얇게과서 해야 합니다. 만일 백면가루가 없으면 밀가루에다가 감자가루를 섞어하십시오.
생치만두	생치만두	생치, 무, 실백, 계란, 녹말, 표고, 간장, 깨소금, 참기름, 점복, 후춧가루, 파, 마늘, 설탕 [14]	생치 손질 → 생치, 무를 넣고 푹 삶음 → 갖은양념 후 → 모양을 만듬 → 실백을 박음 → 녹말을 문힘 → 끓는장국에 삶음 → 표고, 계란 지단을 체친 후 고명으로 올림	먼저 생치를 털을뜯어서 대가리와 발을 자르고 내장을 빼버리고 정히씻어서 무와한데 넣고 삶습니다. 푹무르거든 건져서 살을금고 무를 몽그려서 갖은양념을해 놓고 고기는 쭈미로지워서 맑은 장국을끓이다가 양념해놓은 생치를 대추만큼씩 빼어서 모양있게 만들어서 실백을 두어개씩 박어가지고 [후략]

<p>준치만두</p>	<p>준치만두</p>	<p>준치, 녹말, 정육, 표고, 참기름, 간장, 후추, 깨소금, 파, 마늘, 설탕, 실백 [12]</p>	<p>준치 손질 → 살에만 양념 → 고기는 꾸미를 재움 → 닭은 장국을 끓임 → 세손가락으로 모양을 냄 → 실백을 박음 → 녹말을 씩음 → 끓는 장국에 넣어 끓임 → 고명을 올림</p>	<p>성한 준치를 정히다려서 내장을 끄내고 대가리를 잘라서 빼가지고 가시를 골라내고 살만 갖은 양념해서 놓고 고기는 꾸미를 재워 닭은 장국을 끓이다가 조금의어서 세손가락을 마주대고 바싹 눌러서 실백을 두어개씩 박고 녹말을 씨워 [후략]</p>
<p>온면</p>	<p>온 면</p>	<p>백면, 정육, 파, 마늘, 계란, 후추, 깨소금, 참기름, 간장</p>	<p>살코기를 곱게 다짐 → 갖은 양념 → 맑은 장국 끓임 → 끓인 장국에 계란을 부음 → 익으면 건져냄 → 국수를 삶음 → 국수와 고명을 그릇에 담음 → 장국을 붓고 → 계란고명을 올림</p>	<p>[전략] 이것을 부서지지 않게 잘 건져내 놓고 국수는 빨아서 수코리 같은데다가 건져 물을 빼가지고 그릇에 알맞히 담아서 장국으로 〇〇을 해가지고 다시 장국을 붓고 볶아 놓은 고기와 계란을 얹고 후춧가루를 조금씩 뿌립니다.</p>
<p>떡국</p>	<p>떡국</p>	<p>흰떡, 정육, 깨소금, 설탕, 파, 마늘, 간장, 후추, 참기름, 설탕, 계란 [11]</p>	<p>흰떡을 썰어 준비 → 고기를 저림 → 닭은 장국을 끓임 → 계란을 깨뜨려 익으면 건져냄 → 끓은 장국에 떡을 넣음 → 고기를 얹어 잘 삶아 줌 → 떡 위에 올림</p>	<p>[전략] 썰어 노흔떡을 정한불에 한번 씻어서 넣고 끓여서 위로 뜨면 다 된 것입니다. 저며 놓은 고기는 잔칼질을 해서 양념해서 누워 기름하게 썰어서 떡국을 뜨고 위에다 얹고 계란도 얹은 후 후춧가루를 약간 뿌립니다. 설탕은 옷고명 양념할 때 만넣으십시오.</p>

<p>편 수</p>	<p>편 수</p>	<p>밀가루, 계란, 정육, 간장, 오이, 표고, 석이, 실백, 파, 마늘, 참기름, 후추, 설탕, 깨소금[14]</p>	<p>모든 재료 손질 → 오이는 절여 볶음 → 표고, 석이는 체쳐서 볶음 → 고기는 양념하여 볶음 → 밀가루는 간하여 반죽 → 반죽을 밀어서 알맞게 자름 → 가운데 소를 넣음 → 네 귀퉁이를 접는다 → 한쪽구멍은 남겨둠 → 끓인 장국에 전수를 넣음 → 고명을 올림</p>	<p>오이는애오이를 꼭지를자르고 거죽만얇게저며서 소금에살쪄저뻤다가 물에빨어 꼭짜가지고 기름에살쪄볶고 표고도채쳐볶고 석이도튀해서 채쳐볶아놓습니다. [중략] 이것도 우후로뜨면다된거시니 그릇에뜨고 꾸미를건져서곱게다저위에다엮고 후춧가루를 조그만치 뿌리십시오.</p>
<p>밀 국 수</p>	<p>밀 국 수</p>	<p>밀가루, 영계, 애호박, 정육, 간장, 파, 계란, 후춧가루, 깨소금, 참기름 [10]</p>	<p>닭 손질 → 닭은 잘게 찢음 → 고기는 고명으로 준비 → 닭 장국 끓임 → 애호박 손질 후 체쳐 볶음 → 밀가루 반죽 → 반죽 가늘게 썰기 → 면을 삶이 찬물에 건져놓기 → 면 그릇에 담기 → 장국을 부음 → 고명을 올림</p>	<p>먼저 닭을잡어 끓는물에 튀해서 털을뜯고 갈러서 내장을끄내고 정히씻어서 대가리와 발은 잘르고 [중략] 그릇에 알맞히담고 끓여놓은 닭온장국을 훨씬 식혀서 기름기 같은것은 건어버리고 닭 삶은물도 식히서기름기를 건어내고 조금만 섞어서 간을맞추어 국물을 붓고 닭고기와 호박나물을 엮고 후춧가루를 조금만 뿌리십시오.</p>
<p>장국냉면</p>	<p>장국냉면</p>	<p>백면, 정육, 계란, 오이, 표고, 실백, 배, 겨자집, 얼음, 깨소금, 설탕, 간장, 후추, 참기름, 파 [15]</p>	<p>고기로 장국을 끓여 식혀놓음 → 오이, 표고, 계란지단을 붙여냄 → 국수를 삶아 행구어 놓음 → 국수를 넣고 장국을 부음 → 고명을 올림 (양념을 선택)</p>	<p>[중략]국수를 빨아서 소쿠리 같은데 건지서 물을빼서 그릇에 알맞히담고 준비해놓은 고명을 고루엮고 국물에 설타은식성대로 넣고싶으면 नी이붓고 실백을 엷읍니다. 겨자집도 식성에 알맞분이 계시니 따로 그릇에 놓는게 좋을듯 싶습니다. 얼음을 잘깨개치지 드십시오.</p>

<p>김치국냉면</p>	<p>김치국냉면</p>	<p>백면, 나박김치, 얼음, 저육, 편육, 배, 실백, 설탕, 겨자집, 고춧가루 [10]</p>	<p>저육을 얇게 썰어 놓음 → 전육차돌박이, 배 같은 크기로 썰어 놓음 → 국수를 삶에 건져놓음 → 김치국으로 국물을 만듦 → 국수를 담고 → 국물을 붓고 → 고명을 올림</p>	<p>[전략] 준비해놓은 고명을 고루 얹으신후 김치건더기도엿고 국물을부이고 실백을 얹은후 고춧가루를 조금만 뿌리십시오. 겨자집을 타서 따로담어 놓으시오. 식성이 따로니만큼 국수만 데다 겨자집을 아주넣지마십시오.</p>
<p>도미국수</p>	<p>도미국수</p>	<p>도미, 정육, 계란, 밀가루, 간장, 과, 깨소금, 참기름, 후추, 썬갓, 백면 [11]</p>	<p>도미를 손질하여 겉옷을 입혀 부쳐냄 → 고기 장국을 끓임 → 장국에 생선을 넣고 끓임 → 썬갓을 넣음 → 국수를 끓임 → 그릇에 담음 → 장국을 붓고 → 고명을 올림</p>	<p>[전략] 만일 이렇게 하는게 재미없는 경우에는 국수를 대접에다담고 위에다 도미 토막을엿고 썬갓을 익혀 국물을 부어 다각기놓아도 좋습니다. 이분량이면 삼인분은 됩니다.</p>
<p>조기국수</p>	<p>조기국수</p>	<p>조기, 백면, 정국, 지단, 밀가루, 간장, 파, 깨소금, 참기름, 후춧가루, 썬갓[11]</p>	<p>조기를 손질하여 겉옷을 입혀 부쳐냄 → 고기 장국을 끓임 → 장국에 생선을 넣고 끓임 → 썬갓을 넣음 → 국수를 끓임 → 그릇에 담음 → 장국을 붓고 → 고명을 올림</p>	<p>조기국수는 도미국수하듯 똑같은 방법으로 만드는것이고 재료만 적었습니다.</p>
<p>칼삭두기</p>	<p>칼삭두기</p>	<p>백면, 정육, 간장, 파, 마늘, 깨소금, 후춧가루, 참기름 [8]</p>	<p>백면가루를 반죽 국수를 뽑음 → 고기장국을 끓여냄 → 장국에 국수를 넣어 삶음(→ 김치도 잘게 넣음) → 그릇에 담아냄</p>	<p>[전략] 맑은장국을끓이다가 충분히하거든 국수를넣어 한번주경도 저어놓고 배추봉김치 알맞은것을 속을떠버리고 줄거리만곰게재쳐서 위에흠흠뿌려놓았다가 한소끔 끓어 위로국수가뜨거든 그릇에뜨십시오. 김치는 너무많이넣지마십시오.</p>

수제비	수제비	밀가루, 영계, 미역, 파, 마늘, 간장, 깨소금, 후춧가루, 계란 [8]	닭 손질 → 삶는다 → 잘게 찢어 양념 → 다시 국에 넣어 끓임 → 미역잎사귀만 넣음 → 밀가루 반죽 → 반죽을 떼어 장국에 넣어 끓임	[전략] 가루에다가 계란물 깨쳐 넣고 후춧가루를 조금만 넣고 간장을 조금쳐서 반죽을 조김지○하게 채서 주걱에다 알뜰하게 느려 놓고 숟가락○같은걸로 가늘게쳐서 넣고 끓여서 위로뜨면 다된것이니 그때대접에 뜨십시오.
국수비빔	국수비빔	백면, 정육, 편육, 미나리, 계란, 깨소금, 진간장, 참기름, 파, 후추, 설탕 [11]	모두기, 알쌈 만들어 놓기 → 나머지 재료는 삶아 체절기 → 양념장만들기 → 국수를 삶아 건져놓음 → 한데다가 섞음 → 무다기, 알쌈을 곁명으로 올려놓음	[전략] 진장과 참기름 설탕 여러 가지양념을 간맛제한후 그릇에 나누어 담은제 무다기와 알쌈을 섞어담으십시오. 이분량이 정인분은될듯합니다. 다음 남겨놓은 고기를 맑은장국을 끓여서 놓으십시오. 국수비빔에는 반드시 닭온장국이나 잡황이 따웁니다.

『조선요리법』에 기록된 장국류의 종류와 재료이다. 장국류는 총 14가지로, 만두, 생치만두, 준치만두, 온면, 떡국, 편수, 밀국수, 장국냉면, 김치국냉면, 도미국수, 조기국수, 칼삭두기, 수제비, 국수비빔이 있다. 편수는 모든 재료 손질하고, 오이, 표고, 석이, 고기를 볶고 밀가루반죽을 밀어서 알맞게 자르고, 소를 넣은 다음 네 귀퉁이를 접는다. 대신 한쪽 구멍은 남겨두고, 끓인 장국에 전수를 넣고 곁명을 올린다고 나와 있다.

11. 화채류

표 11. 『조선요리법』에 기록된 화채류의 종류와 재료

음식명		재료(재료가 짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			

<p>식혜</p>	<p>식혜</p>	<p>멥쌀, 찹쌀, 유자, 실백, 설탕, 옛기름 [6]</p>	<p>옛기름을 차가운 물에 담구어 놓음 → 주물러서 고운체에 받쳐 놓음 → 멥쌀과 찹쌀에 시루에 찜 → 옛기름이 가라 앉을때 → 향아리에 넣음 → 찌쌀들도 넣음 → 더운곳에서 육칠일 삭힘 → 밥알이 뜨면 시원한 곳으로 옮김 → 냉수에 헹굼 → 찬물을 담음 → 식혜삭힌물, 밥알뺀물을 합함 → 물을 붓고 설탕을 넣음 → 충분히 끓임 → 거품을 걷어냄 → 고운체에 받침 → 유자를 잘라 넣음</p>	<p>먼저 옛기름가루를 차가운물에담겨서 잠깐만 두었다가 주물러서 고운체 로발여서 가려얹습니다. 그리고 멥쌀과 찹쌀을 도둑이 같은데다 ○라기는쳐내고 온몽쌀만 정하게씻어 일이서 당겼다가 한육칠시간만에 건져서 시루에 찌니다. [중략] 건더기를 보아서 다 할만큼 국물은 잡아끓여 부었다가 식혜 잡술때마다 국물을뜨고 건더기를 천조○미로 건져서 넣고 실백을 띄웁니다.</p>
<p>수정과</p>	<p>수정과</p>	<p>꽃감, 생강, 계피이나 멩게피, 실백, 설탕 [5]</p>	<p>생강을 얇게 썬다 → 물에 넣고 끓임 → 고운체에 받쳐 식힘 → 향아리에 담음 → 꽃감을 넣음 → 계피나 멩게피는 보에 싸서 넣음 → 익힘</p>	<p>[중략] 따로건져서 다른향아리에다 담어놓고 잡술때마다 국목을뜨고 건더기를 건져넣고 실백을 띄우십시오. 그러면 여러날되어도 건더기가 풀어질 염려가 없습니다.</p>
<p>배숙</p>	<p>배숙</p>	<p>배, 생강, 통후추, 실백, 설탕, 실백 [6]</p>	<p>생강을 얇게 썬다 → 배를 쪼개에 통후추를 박음 → 생강차에 배를 넣고 끓임 → 식힘</p>	<p>[전략] 그속에다 배를넣고끓이는데 ○빛이 불그스럼하고 거므스럼하면 다된것인데 배쪽이 너무흐물거려도 못씹니다. 다되ㄴ면 내놓아서 식은후에 실백을띄우십시오.</p>
<p>원소병</p>	<p>원소병</p>	<p>찹쌀가루, 굴병, 설탕, 오미자국, 실백, 녹말 [6]</p>	<p>찹쌀가루 반죽 → 굴병을 잘게썬 → 반죽에 굴병을 박는다 → 둥글게 하여 녹말가루에 입혀 삶음 → 냉수에 헹굼 → 다시 녹말가루를 입혀 삶음 → 물기를 뺌 → 오미자국에 설탕을 넣음 → 삶아 놓은 떡과 실백을 띄움</p>	<p>먼저 오미자를 담겨우려놓고 찹쌀가루를 고운겉체로쳐서 반죽을해서놓고 굴병을 아주잘게 썰어놓은후 반죽해놓은찹쌀을 콩알만큼씩दै 썰어놓은굴병으로조금씩속을박고 둥글게만들어 녹말을불려서 펄펄끓는물에다 살명건져 냉수에헹겨가지고 녹말가루를 다시한번물혀서 [후략]</p>

화 면	화 면	구견화, 오미자국, 실백, 설탕, 녹말 [5]	구견화 솔을 빼냄 → 녹말을 가루를 씌움 → 끓는물에 삶음 → 냉수에 행굼 → 오미자국에 띄워냄	[전략] 펄펄끓는물에다 삶어건져서 냉수에 행겨체에건져 물을빼고 준비해놓은 오미자국에다 물을 알맞히타고 설탕을 달게타서 삶어놓은○을 넣고 실백을 띄우십시오.
청 면	청 면	녹말, 오미자국, 설탕, 실백[4]	녹말물을 끓는 물에 넣음 → 건져냄 → 찬물로 행굼 → 오미자국을 만듬 → 실백을 띄워냄	[전략] 이와같이 다한후 가늘게 착착 썰어서 준비해놓은 오미자국에 물을 알맞히타고 설탕을 달게타서 거기에 다넣고 실백을 띄웁니다.
떡 수 단	떡 수 단	흰떡, 실백, 꿀, 녹말 [4]	가는 흰떡 준비 → 녹말가루를 씌어 삶아냄 → 꿀물을 맑게 탐 → 떡과 실백을 띄워냄	[전략] 냉수에 행겨체에건져 물을 빼놓고 꿀물을 맑게타서 떡을넣고 실백을 띄웁니다. 건더기는 보통 자그마 한대 접이면 칠흙공기쯤 만너지면 알맞을 줄입니다.
보리수단	보리수단	보리, 설탕, 오미자국, 녹말가루, 실백 [5]	보리를 삶음 → 녹말을 씌움 → 찬물에 행굼 → 오미자국에 보리를 띄워냄	[전략]오미자는 담겨 미리 준비해놓았다가 고은체에 밍여서 알맞히물을 ○고 설탕을 달게타서 삶어놓은 보리를 알맞히 넣고 실백을 띄웁니다.
딸기화채	딸기화채	딸기, 설탕, 실백 [3]	딸기 손질 → 설탕물에 띄워냄	잘익은 딸기를 꼭지를 따고 소금 물에 씻어서 ○○○겨가지고 끝을 쪽직어버리 설탕에 다달게 ○었다가 숟가락으로 반씩되게 쪼개서 설탕물을타서 한데 혼합을해가지고 실백을 띄웁니다.
앵두화채	앵두화채	앵두, 설탕, 얼음, 밀감, 바나나 [5]	앵두를 달게 재워냄 → 물을 알맞게 탐 → 바나나와 실백을 함께 띄워냄	[전략] 물을알맞게타고 바나나를 몇조각만 둥글게썰어띄우고 실백을띄우면 보기가좋습니다. 앵두만해도좋으나 이렇게하면 더욱 ○시가납니다.

여름밀감 (미강)화 채	여름밀감 (미강)화 채	여름밀감, 설 탕, 딸기물, 실백, 얼음 [5]	밀감의 속껍질을 벗겨냄 → 설탕에 재워냄 → 물에 타서 내놓음	[전략]딸기물이있거든 조 금 쳐서빛만내고 실백을 띄웁니다. 미강화채는 알이 터지거나 밑으로 가라앉으면 못씹니다. 얼음을 잘게깨쳐서 조금 넣으십시오. 오미자국에 타면 더욱 좋습니다.
미 시	미 슷	설탕, 미시가 루, 얼음 [3]	설탕물을 준비 → 미시가 루를 타서 → 얼음을 잘게 쳐 띄움	설탕물을 달게타서 한 그릇에 큰손가락으로 한 손가락씩만 미시가루를 타시고 얼음을 잘게깨쳐 서 지도십시오. 미시가 루는 찹쌀미시가루가 좋 습니다.
복숭아화 채	복숭아화 채	복숭아, 설 탕, 얼음, 실 백 [4]	복숭아 껍질을 벗겨 얇게 썬다 → 설탕에 재워둠 → 물과 얼음을 섞음	만만한 복숭아를 껍질을 벗기고 어슷배슷하게 착 착 저며서 설탕에 달게 재워놓았다가 물을 알맞 히붓고 얼음을 잘게깨쳐 시치로고 실백을 띄웁니 다.
수박화채	수박화채	수박, 설탕, 꿀, 얼음 [4]	수박을 알맞게 썬다 → 설 탕에 재움 → 얼음을 잘게 깨뜨림	[전략]씨는 죄다빼고 설 탕에다 달게 재웁니다. 꿀이 너무 적을듯싶거든 다른꿀를 조금만 치시고 얼음을 잘게 깨뜨려서 쳐드십시오.
순 채	순 채	연잎순, 물, 녹말, 오미자 국, 설탕, 실 백 [6]	연잎순을 녹말을 입혀 삶 아냄 → 오미자국에 띄워 냄 → 설탕을 탐 → 실백 을 띄움	[전략] 잠깐중간에 끄내 서 찬물에 행겨놓고 미 리오미자국을 준비해놓 았다가 설탕을 달게 타 서 그속에 다삶어놓은 술을 넣고 실백을 띄웁 니다.
복근자화 채	복분자화 채	명석딸기, 실 백, 설탕이나 꿀 [3]	명석딸기를 설탕에 재움 → 물을 탄다 → 설탕, 꿀 을 타고 → 실백을 띄움	명석딸기를 부서지지 않 게 씻어서 설탕에나 물 에 재워서 꿀을타고 실 백을 띄웁니다.

『조선요리법』에 기록된 화채류의 종류와 재료이다. 화채류는 총 16가지로 식혜, 수정과, 배숙, 원소병, 화면, 청면, 떡수단, 보리수단, 딸기화채, 앵두화채, 여름밀감(미강)화채, 미시(미숫), 복숭아화채, 수박화채, 순채, 복근자화채가 있다. 순채는 연잎순에 녹말을 입혀

삶고 오미자국에 띄워 설탕을 타고, 실백을 띄운다고 나와 있다.

12. 자반류, 포류

표 12. 『조선요리법』에 기록된 자반류와 포류의 종류와 재료

음식명		재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
약 포	육 포	우돈, 진간장, 설탕, 참기름, 후추, 잣가루[6]	우돈살을 포뎀 → 갖은 양념 → 채반에 말림 → 잣가루 뿌림	고기를 기름기 섞이지 않게 얇게 떠서 위에 쓴양념중에서 잣○○만 내놓고 양념을 [중략] 약포는 너무마르면 못씹습니다. 뽀뽀뽀뽀하게 마르거든 더말리지 마십시오.
편 포	편 포	우돈, 진간장, 참기름, 설탕, 후춧가루, 소금 [6]	고기를 잘게 다짐 → 갖은 양념 → 얇은 두께로 모양냄 → 구워냄	고기를 힘줄없이 곱게 다져서 위에있는대로 약념(양념)을해서 간을보아 소금을 약간쳐가지고 가름하게 덩어리를 만드는데 넓이는 칠팔준가량되고 온무는 너준가량반되게 만들어서 ○○니다. 기진마○거든 한준두께로썰어서 구워서줍니다.
대추편포	대추편포	우돈, 진간장, 설탕, 후춧가루, 실백, 참기름, 소금 [7]	고기를 곱게 다짐 → 고기양념 → 대추모양으로 만듦 → 양쪽에 잣을 박음 → 채반에 말림	고기를 힘줄 안섞이게 곱게 다져서 실백만 내놓고 양념을 간 맞게해서 대추 만큼씩떼어 대추모양으로 다시 만들어서 끝에다가 잣을두개 혹은 한개 맘대로 박아서 채반에 놓아 꼬꼭꼬꼭하게 말립니다.
산 포	산 포	우돈, 소금, 후추, 간장 [4]	고기를 도통하게 뜬다 → 고기에 양념 → 펴놓고 말림 → 폭식하게 망치로 누름	[전략]여름에는 집에있는 보통장으로 하십시오. 이것은 마른후모두망치로 폭신폭신히게 두들겨서 납작납작하게 썰어서 진간장찍어 먹읍니다.
장 포	장 포	우돈, 진간장, 참기름, 설탕, 깨소금, 파, 마늘, 후추 [8]	고기에 갖은양념을 함 → 석쇠에 올려놓음 → 망치로 두들김 → 석쇠에 구움 → 반복 → 양념을 고루 문힘 → 썰어놓음	[전략] 이와같이 몇 번하면 고기가 폭신폭신히집니다. 폭신폭신히지거든 양념을 고루문혀서 그릇에 착착쟁여두고 쓸 때는 납작납작하게 썰어놓읍니다.

어 포	어 포	생선, 진간장, 설탕, 참기름, 후추, 잣 가루 [6]	어육살을 포똥 → 갓은 양념 → 체반에 말림 → 잣가루 뿌림	어포도 육포만들듯 똑같은 ○으로합니다. 흔히 겨울에 많이 하는데 얼려말리수록 좋습니다.
점복쌈	전복쌈	점복, 실백 [2]	전복을 불러 얇게 저민 → 망치로 자근히 두들김 → 실백을 넣음 → 반달모양을 만듦	점복을흠신불려서 얇게저며가지고 모두망치같은 것으로 자근자근 두들겨 보드럽게해가지고 실백을넣는데 점복넓이를보아 작은것이면 그대중해서 몇개씩 한쪽에놓고 한쪽을덮어서 반달모양같이 만듭니다. ○을 꼭붙여서 갓을가위로 모양있게 사로로 도려놓습니다.
어란	어란	민어, 송어 어란	어란을 행주에 물을 묻혀 싸놓음 → 알팍하게 썰어냄	어란은 민어어란과 송어어란이 제일상품인데 너무 만든경우에는 정한행주에다 물을추겨서 꼭싸놓았다가 알팍하게 썰어놓습니다.
똑똑자반	똑똑자반	정육, 진간장, 설탕, 마늘, 파, 후추, 참기름, 깨소금 [8]	고기를 포똥 → 같은치수로 잘라냄 → 물을 넣고 끓임 → 물은 버리고 갓은양념 → 국물에 조림	연한고기를 포뜨듯이 도톰하게 저며서 저민치수와같이 사방을 같튼치수로 잘게 썰어서 물만붓고 끓이다가 그물을다퍼내고 파 마늘을 곱게다저넣고 여러 가지 양념을해서 조리는데 국물이 자작자작하면 다된 것입니다.
철유찬	철유찬	정육, 진간장, 후추, 설탕, 참기름, 파, 마늘 [7]	고기를 다짐 → 갓은양념 → 끓여냄 → 자작하게 끓임	연한살코기를 곱게다저 갓은양념을해서 남비에 볶아가지고 다시 곱게다집니다. 그런후 장과 여러 가지 양념을해서 다시 끓이는데 국물이많으면 못쓰니 자작자작하게 되어야합니다.
복어무침	복어무침	복어, 진간장, 묽은장, 파, 깨소금, 설탕, 참기름, 고춧가루[8]	복어를 두드려 손질 → 실오라기처럼 만듦 → 갓은양념 → 섞음	더덕복어 좋은 것으로 폭신하게두들겨서 꺾질을벗기고 가시를 하나도없이 죄다발려서 잘게실오리같이 찢어서 두손으로 조금씩 들고 쓱쓱비벼 보드럽게해서 가위로 두어번에 썰어놓고 파를곱게다저넣고 갓은양념하는데 진장과 묽은장을 섞어 쓰십시오.

오징어채 무침	오징어채 무침	오징어채, 기름, 진간장, 깨소금, 파, 고춧가루 [6]	오징어채 썰어놓음 → 기름에 볶음 → 갖은 양념을 함	오징어채를 가위로 서너번썰어서 번철에 기름볶고 바삭바삭하도록 볶아서 진장과 깨소금 설탕 파 다저넣고 고춧가루는 약간치고 간맞추어 무칩니다. 진장이 없을때는 묽은장도 좋습니다.
대화무침	대화무침	마른대화, 참기름, 설탕, 식탁염 [4]	대화를 부드럽게 만듬 → 망치로 두들김 → 푹신하게 만듬 → 갖은양념 → 무쳐냄	굵고좋은 대화를 꺾질을벗기고 발을다빼고 너무마른것이면 정한 행주같은데다가 물을 〇져서 꼭싸놓았다가 모두망치로 푹신히두들겨서 솜같이보풀어가지고 참기름과 설탕 소금등을 자맞게쳐사 무칩니다.
굴비	굴비	조기, 소금, 진간장 [3]	조기에 소금은 저며 눌러 말려놓음(굴비) → 마른 후 방망이도 두들김 → 껍질을 벗김 → 납작히 모양냄 → 진간장과 같이 놓음	[전략]마르거든 방맹이로 대강 두들겨서 껍질을벗기고 반에쪼개서 그넓이대로 과히두껍지않게 납작납작하게 저며놓고 진자를놓습니다.
관목	관목	관목, 진간장 [2]	관목을 눌러놓음 → 납작하게 말린 후 → 껍질을 벗김 → 나뭇하게 저밌 → 진장을 같이 내놓음	관목은 굵은알박이〇어를 간하지않고 매에다 꼭눌러놓았다가 납작하게지질러진후에 말리는데 너무마르지않을정도로 말려서 껍질을벗기고 반에쪼개서 그넓이대로 나뭇나뭇하게 저며놓고 진장을 놓으십시오.
복어포	복어포	복어, 실백, 진간장[3]	복어를 대강 두들김 → 복어 손질 → 촉촉하게 만듬 → 실백을 앞뒤로 놓음 → 칼자루로 두들김	대덕복어도 바삭마르지 않은것을 대강두들겨서 껍질을벗기고 가시를 떼인후 촉촉한것이 좋는데 그렇지못하면 정한보에 물을추겨 싸놓았다가 납작납작하게 저며서 실백을두어개씩앞뒤로놓고 칼자루로 자근자근 두들겨서 잣이 〇저봉게해놓고 진장을 놓으시오.

암 치	암 치	민어, 참기름 [2]	민어를 소금에 절임 → 말림 → 축축할 때 펴놓음 → 맷돌로 눌러놓음 → 말려서 → 저며서 사용 → 참기름과 같이 먹음	암치는 민어로하는것인데 이것은 등성마루를 반에갈려서 쪄개가지고내장을 다 빼버리고 소금에 푹저려서 말리는데 어둠에 말리느니만큼 과리가위험하니까 굵은 바지○대같은데다가 지어내서 ○이넣어 말립니다. [후략]
건 대 구	건 대 구	건 대 구, 참 기 림 [2]	건대구 손질 → 소금에 절임 → 말림 → 저미	군대구로 동성마루를 반에쪄개서 내장을꺼내고 대가리를 자르고 소금에저렸다가 말립니다. 쓸때는 정한물에 담겨놓고 솔로닦아 별에놓았다가 뽀독하게 마르거든 암치저미듯이 저며서 씹니다. 참기름을 찍어잡수십시오.
고추장볶음	고추장볶음	고 추 장, 참 기 림, 설탕, 실백 [4]	고추장을, 기름, 설탕을 알맞게 섞음 → 볶음 → 실백을 넣음 → 간을 보며 볶아냄	찹쌀고추를 남비에다가 기름 설탕을 알맞게 섞어서 되다○ 될때까지 볶읍니다. 실백○ 아주넣고볶읍니다. 설탕은 간지 ○인 고추가에는 더드는것이니까 간보아가며 치십시오.

『조선요리법』에 기록된 자반류와 포류의 종류와 재료이다. 자반류·포류는 총 19가지로 약포(육포), 편포, 대추편포, 산포, 장포, 어포, 점복쌈(전복쌈), 어란, 뚝뚝자반, 철유찬, 북어무침, 오징어채무침, 대화무침, 굴비, 관묵, 북어포, 암치, 건대구, 고추장볶음이 있다. 암치는 민어를 소금에 절여 말리는 데 축축할 때 펴놓고 맷돌로 눌러서 말린 후, 저며서 참기름과 같이 먹도록 나와 있다.

13. 회류

표 13. 『조선요리법』에 기록된 회류의 종류와 재료

음식명		재료(재료가 짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			

12) 대하

조기회	조기회	조기, 실고추, 파잎, 소금, 참기름, 고추장, 초, 설탕. [7]	조기 비늘 및 내장 손질 → 가운데 뼈를 뺌 → 칼에 기름칠 후 얇게 썰음 → 갓은양념 → 초장 준비	[전략] 손질된 조기에 파를채쳐넣고 실고추를 실같이썰어 약자넣고 소금을 약간쳐서 고루물히어 알맞은그릇에 담어놓고 맛좋은 고추장을 맛난초에다타서 설탕을 알맞히쳐서 개어 작은그릇에다 담어놓읍니다
잉어숙회	잉어숙회	잉어, 참기름, 소금, 물 [4]	잉어 비늘 및 내장 손질 → 갓은양념 → 잉어에 양념을 바름 → 솔에 찜 → 초장 준비	[전략] 참기름 뱃방을만 물에타고 소금을약간넣어 섞어서 잉어 온몸둥이에다 살살바릅니다. 그래서는 기름한접시를 담아서 성그○위에 놓고 솔에다가 찜냄 [후략]
미나리강회	미나리강회	미나리, 저육, 편육, 실고추, 계란, 실백 [6]	미나리 손질 → 편육 저육 채침 → 흰자 노른자 각각 부쳐 채침 → 실고추 채침 → 미나리로 채친 재료를 감음	[전략] 미나리썰어놓은것을 서너오리씩 집어들고 준비해놓은 편육 저육 지단 실고추등을 모두색맞추어가며 가으로병몰아가며대고 설치않은 미나리를 한오리만들고 찬찬감어서 풀어지지않게 감아서 꿀에다 실백한개씩 끼어놓고 은집을타놓읍니다.
육회	육회	정육, 배, 황화재, 참기름, 설탕, 잣가루, 깨소금, 진간장, 과대○리, 후춧가루, 마늘 [10]	살코기를 채침 → 황화재를 물에 담근 후 속을 빼고 가늘게 찢음 → 파마늘을 다짐 → 갓은양념 → 버무리 → 배를 채침 → 잣가루를 뿌림	[전략] 고기썬것을 물에잠깐 담겨놓았다가 건져서 ○행주같은데다 싸서 물을꼭짜가지고 황화재와 갓은양념을 줌루러 무쳐서 그릇에담을제 배를곱게채쳐서 켜켜도담고 잣가루를 뿌려놓읍니다. 겨자집이나 운집에먹읍니다.
조개회	조개회	대합, 녹말, 썩갓 [3]	대합조개를 삶음 → 썩갓을 깔음 → 그 위에 조개를 담음 → 조개와 썩갓을 켜켜이 놓음	대합조개를까서 똥집을빼고 반에저며서 정히씻어가지고 녹말을씨워 펄펄끓는물에 삶어건져서 냉수에헹겨 물을빼가지고 알맞은접시에 담는다.[후략]
뱅어회	뱅어회	뱅어, 썩갓, 운집. [3]	뱅어를 담구어 놓음 → 썩갓을 깔음	뱅어를 물에한창 담겨놓았다가 건져서 끝을뺀후 접시에다 썩갓을깔고 보기좋게열을지어 썩느러놓고 운집을 만들어놓읍니다. 뱅어회를 삶어서도합니다.

두릅회	두릅회	두릅 [1]	두릅을 삶음 → 입사귀를 따냄	두릅을 너무무르지않게 삶어건져서 껍질을벗기고 입사귀를따내고 굵은것이면 반씩짜개서 모양있는접시에 담어놓고 운집을타놓읍니다.
대화 ¹²⁾ 회	대화회	대화, 녹말, 썩갓 [3]	대화의 껍질을 벗김 → 녹말을 씌움 → 끓는 물에 삶은 후 건짐	대화를 껍질을벗겨내고 알팍하게 저며서 녹말을씨워 끓는물에 삶어건져서 썩갓이나 기타 모양있는 푸성귀잎을깔고 담어놓읍니다. 은집에먹읍니다.
전어회	전어회	전어, 파잎, 참기름, 소금, 실고추 [5]	전어 손질 → 칼에 기름칠 후 저침 → 갓은양념	[전략] 손질된 전어를 칼에 기름칠을해가지고 얇게저며 가늘게채친후 과입을 곱게 조금만채쳐넣고 실고추약간섞고 소금으로 간맞추어 담어놓읍니다. 운집을 찍어먹읍니다.
굴회	굴회	굴 [1]	굴을 씻음 → 푸성잎 위에 담음 → 초장 준비	굴고좋은굴을 ○은고르고 정히씻어서 끝을빠서 그릇밑에 푸성귀잎을 깔어놓고 담은후 배○○게 채쳐서 위에다덮어놓고 초장을 맛있게타놓읍니다.
낙지회	낙지회	낙지, 녹말, 썩갓 [3]	낙지껍질을 벗김 → 녹말을 문힘 → 물을 뺌 → 썩갓 위에 올림	낙지를 껍지를벗기고 닻본길리로 잘라서 발이크면 반에쪼갬후 녹말을문혀 살명건져서 내웃에행겨 물을빠서 접시에 썩갓을펴고 담어놓읍니다.
병어회	병어회	병어, 과일, 실고추, 소금, 참기름. [5]	병어 손질 후 채침 → 과일 채침 → 갓은양념	병어 손질 후칼에다 굽기름을 발러가지고 얇게저며서 가늘게채칩니다. 과일은 곱게채치고 실고추를 약간넣고 소금을 조금쳐서 간을맞추어 문○담어놓고 운집을 타놓으십시오.
청어선	청어선	청어, 정육, 숙주, 미나리, 녹말가루, 흥두, 간장, 참기름, 후춧가루, 깨소금, 파 [10]	청어 손질 → 진장을 바른 후 구워냄 → 곱게다짐 → 갓은양념 → 숙주를 데친 후 양념 → 미나리 데쳐서 고명 → 흥두를 재친 후 양념 → 녹말을 씌운 후 찌냄 → 초장 준비	[전략] 연한살코기를 곱게다져서 갓은양념해가지고 청어한팍에 입혀놓고 숙주는 아래위를 따서데쳐서 양념해놓고 미나리로 줄거리만 한 치길리로 잘러대쳐서 갓은고명한 후 흥두도 재가지고 잘게재쳐 양념해서 청어몸에다 색맞추어 느러놓고 녹말을씨워 솔에다쳐서놓음.

오이선	오이선	애오이, 정유꽃금, 녹말, 깨소금, 간장, 설탕, 후춧가루, 겨자집, 참기름, 파.[11]	오이를 소금에 저린 후 씻음 → 고기를 다짐 → 갖은 양념 → 오이에 양념을 넣음 → 녹말을 섞어 찌냄 → 찬물로 헹궈 겨자집을 안김	오이를 꼭지를 잘르고 소금에 저렸다가 정하게 씻어서 가운데를 ○ 발대로 갈러놓고 고기를 곱게 다져 갖은 양념을 해서 오이속에 다 넣고 녹말을 씨워서 솔에 찌서 찬물에 헹궈 물을 빼고 겨자집을 안겨 놓습니다.
호박선	호박선	애호박, 정육반, 표고, 석이(대), 실백, 녹말, 간장, 실○, 후춧가루, 참기름, 깨소금, 지단채[12]	호박을 반으로 쪼갬 → 찌냄 → 고기를 다진 후 양념 → 표고를 채쳐 볶음 → 고기와 표고를 양념 → 호박새에 끼움 → 녹말가루 섞은 후 찜 → 겨자 준비	[전략] 석이도 튀해서 채쳐 볶습니다. 그것을 전부한테 섞어 양념해서 어여놓은 호박새에 다 끼우고 실백을 끼워서 녹말가루를 씨워서 찌놓고 겨자집을 맛있게 타놓으십시오.
양선	양선	양깃머리, 소금, 잣가루, 잣물[4]	양깃머리 껍질을 벗김 → 잔칼질을 함 → 잣국에 담가 익혀냄 → 잣국에 갖은 양념 → 양에 잣가루를 뿌림	[전략] 먼저 잣국을 남비에 붓고 소금을 약간 넣어 간을 맞추어서 양을 넣습니다. 익혀내놓은 양을 그릇에 담고 잣가루를 뿌립니다.
태극선(1)	태극선(1)	연어, 우설, 홍무(닌징), 표고, 석이, 오이, 참기름, 녹말가루, 깨소금, 간장, 계란[11]	우설과 오이를 채침 → 소금에 절인 후 볶음 → 갖은 양념 → 홍무, 표고, 채쳐 볶음 → 갖은 양념 → 석이를 채쳐 볶음	[중략] 계란은 지단 붙여 채쳐놓고 물들달어서 녹말가루를 묻혀 솔에다 ○그○를 놓고 채반같은 것을 얹고 달여 찌서 동글동글하게 썰어놓고 초장을 타놓으십시오.

태극선(2)	태극선(2)	생선, 정육, 표고, 석이, 미나리, 숙주, 녹말가루, 참기름, 간장, 깨소금, 계란 [11]	고기 양념 후 볶음 → 미나리는 줄기만 사용 → 숙주는 데쳐 체침 → 표고와 섞이는 체쳐 볶음 → 생선은 얇게 저민 → 계란 지단 부침 → 생선을 펴서 → 고명들을 넣어 만다 → 녹말을 씌어 → 둥글게 썰어놓음	[전략]그다음 생선을 정히다려서 내부불고내고 대가리를잘른후 반에쪼개서 가운데뼈 를빼내고 얇게저며펴놓고 준비해놓은 고명을 고루펴놓은후 돌돌말어서 녹말을 씨워 둥글게 썰어놓읍니다. 초장을 타놓으십시오.
어만두	어만두	민어, 정육, 표고, 오이, 실백, 녹말, 석이, 간장, 깨소금, 참기름, 설탕, 후춧가루 [12]	민어 손질 → 얇게 저민 → 고기를 다진 후 양념 → 표고는 불려 잘게 쳐서 볶음 → 오이는 소금에 절여 볶음 → 생선위에 재료를 넣고 모양냄 → 녹말을 체움 → 찌냄 → 찬물에 행굼	[전략] 기름에 살쪄볶아 한데섞어서 양념해가지고 생선저며놓은 한쪽에다 조금씩놓고 한쪽을 덮어서 칼자루로 꼭꼭눌러 가위로 살살 모양있게도려서 녹말을세워 상에다 체를놓고 담장이잎이나 [후략]
어채	어채	민어, 황국잎, 오이, 석이, ㅇ고추, 녹말가루[7]	민어 손질 → 민어를 저민 → 녹말을 씌움 → 끓는 물에 삶아 찬물에 행굼 → 나머지재료도 녹말을 문혀 조리해놓음 → 접시에 썩갓, 상추를 깔아 위 재료들을 담아놓음 → 겨자집, 초장은 곁들임	[중략] 삶어 건져놓읍니다. 석이 도튀해서 납작하게썰어 녹마리워 삶고 오이도 거죽만 얇게저며서 녹말을씨워 삶어가지고 찬물에 행겨놓은 접시에 썩갓이나 상치 잎을깔고 색맞추어 담어놓고 겨자집이나 초장을타놓읍니다.
두부만두	두부만두	실백, 간장, 파, 깨소금, 참기름, 두부, 정육, 녹말가루, 초장[9]	두부에 물기를 짜냄 → 고기를 다짐 → 두부, 고기에 갖은 양념 → 둥글게 모양을 만듬 → 녹말을 문혀 삶아냄 → 접시에 담아냄 → 초장을 곁들임	[전략]찬물에 행긴후 체에다건져서 물을 빼가지고 알맞은 그릇에 채소잎을깔고 담어놓읍니다. 초장에 잡수십시오. 이것은 서늘한 때 술안주로 적당합니다.

생회	생회	생대화, 생점복[2]	생대화, 생전복을 손질 → 끓는물에 살짝 데침 → 저며냄	[전략]물러내가지고 나뭇나뭇하게 저며서 대화하고 곁드려놓습니다. 이것도 산뜻한 술안주인데 진간장을 찍어 잡수십시오.
잡회	잡회	정육, 콩팥, 천엽, 양배, 표고, 석이, 점복, 미나리, 숙주, 계란, 해삼, 간장, 파, 마늘, 설탕, 깨소금, 후춧가루, 황화채, 참기름[19]	정육, 콩팥, 양을 채침 → 갓은 양념 → 배, 표고, 석이, 점복, 해삼을 채친 후 기름에 볶음 → 갓은 양념 → 미나리, 숙주 대친 후 양념 → 계란 황백 각각 지단	[전략]미나리는 한치길이쯤 썰어서 살짝대쳐서 양념하고 숙주도 아래위를 따서 대쳐서 양념합니다. 계란은 황 백을 각각 지단 붙여서 ○쳐놓습니다. [중략]겨자 집이나 은집에 잡수십시오. 본량은 맘대로 하십시오. 이것은 특별히 큰잔치때 구비하게 차딜게 술안주도 하는것입니다.
고등어숙회	고등어숙회	고등어, 정육, 표고, 지단채, 초, 간장 [5]	고등어 손질 → 대가리를 진간장과 초를 섞어 담궈놓 → 살코기를 다짐 → 갓은양념 → 지단과 표고를 채침 → 배속에 넣음 → 고등어에 참기름을 바름 → 찌냄 → 식힘 → 초장 준비	[중략]그대가리도 진간장에다 초를 조금 섞어 가지고 한십분동안만 거놓았다가 건져놓음 [중략]초장에 잡수십시오. 이것은 보통 술안주에 지나지 않습니다.

『조선요리법』에 기록된 회류의 종류와 재료이다. 회류는 총 24가지로 조기회, 잉어숙회, 미나리강회, 육회, 조개회, 방어회, 두릅회, 대화회, 전어회, 굴회, 낙지회, 병어회, 청어선, 오이선, 호박선, 양선, 태극선(1), (2), 어만두, 어채, 두부만두, 생회, 잡회, 고등어숙회가 있다. 고등어숙회는 고등어를 손질해 대가리를 진간장과 초를 섞어 담궈 놓고 살코기를 저며 갓은양념을 하고 지단과 표고를 채쳐 배속에 넣어 고등어에 참기름을 발라 찌내고 식혀 초장을 같이 준비하라고 나와 있다.

14. 구이류

표 14. 『조선요리법』에 기록된 구이류의 종류와 재료

음식명		재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			

13) 파의 한 종류로 잎의 수가 많은 굵기가 굵은 것을 대파 또는 움파라고 한다.

가리구이	가리구이	가리, 참기름, 마늘, 후춧가루, 깨소금, 설탕, 배 진간장[8]	가리를 토막내어 잔칼질을 함 → 핏물빼기 → 헹겅에 물기를 뺌 → 배를 곱게 갈음 → 가리에 묻힘 → 꼭 짜냄 → 갖은 양념 → 석쇠에 구움	[전략] 배를 강판에 곱게 갈어서 가리에다가 묻혀놓았다가 한 개씩 넣고 물기없이 두손으로 꼭눌러 짜놓고 마늘과둔곱게다지고 여러가지 양념을 고루해 묻혀서 석쇠에 구웁니다. 그릇에담고 잣가루를 뿌려놓으십시오.
고기너비아니	고기너비아니	못심, 참기름, 설탕, 진간장, 후춧가루, 과대가리, 마늘, 깨소금, 배[9]	못심을 얇게 저땀 → 핏물뺌 → 헹겅으로 물기 제거 → 배를 갈아 고기에 버무리 → 갖은 양념 → 고기에 짜서 양념함 → 알맞게 구움 → 잣가루 뿌림	[전략] 물기없이 해놓고 배를 강판에 갈아서 고기를 버무리놓고 파 마늘은 곱게다져 갖은양념을 다준비해놓고 고기를 꼭 짜가지고 양념을 간맞게해서 구워놓웁니다. 고기 구워놓은 위에다 잣가루를 뿌리십시오.
염통너비아니	염통너비아니	우심(소), 진장, 설탕, 참기름 반, 후춧가루, 깨소금, 과, 마늘[8]	염통 손질 → 소금에 씻어냄 → 얇게 저땀 → 헹겅에 물기를 짜냄 → 갖은 양념을 함 → 구워냄	염통을 거죽기름기는 떼어 버리고 줄거리는 잘터놓고 반에쪼개서 속에 피덩이를 끄내버리고 정히 씻어서 얇게입힌진겅질을 소금을씩씩 문질러벗기고 얇게저땀 [중략] 과 마늘을 곱게다지고 갖은양념을해서 구웁니다. [후략]
저육구이	저육구이	저육, 진장, 고추장, 참기름, 설탕, 깨소금, 후춧가루, 파, 마늘 [9]	저육을 알팍하게 저땀 갖은양념 후 → 구워냄	저육은 날것으로 비계도없는것을 양큰뻑하게저땀 잔칼질을해놓고 과 마늘을 곱게다져 갖은양념을해서 묻혀 구웁니다. 고추장은 안넣고 간장에만 갖은양념해서 구워도 좋습니다.

도미구이(1)	도미구이(1)	도미(소), 진장, 파, 깨소금, 설탕, 참기름 [6]	도미를 손질 → 잔칼질을 함 → 진간장에 갖은 양념을 앞 뒤로 바름 → 구워냄	성하고 좋은도미를 정히다 저서 대가리를 바짝자르고 꽂지는 잘러버리고 잔칼질 을 앞뒤로해놓고 파를곱게 다져 진간장에다가 갖은양 념을해서 앞뒤로 발러가며 구워놓읍니다.
도미구이(2)	도미구이(2)	도미(소), 참기름, 설탕, 소금 [4]	도미를 손질 → 잔칼질을 함 → 기름에 소금설탕 탕 갖은양념을 앞 뒤로 바름 → 구워냄	도미를 대가리끝만자르고 내장만끄낸 후 잔칼질을해 놓고 기름에다 소금설탕만 섞어서 개가지고 앞뒤로 고 루발러가며 구워놓읍니다.
조기구이(1)	조기구이(1)	조기, 진 장, 파, 깨 소금, 설탕, 참기름 [6]	조기 손질 잔칼 질을 함 → 진 간장 갖은양념 을 앞 뒤로 바 름 → 구워냄	알박이조기 대가리를 자리 고 꽂지를잘러서 앞뒤로 잔 칼질을해가지고 갖은양념을 해서 앞뒤로 고루여러번 발 라가며구웁니다.
조기구이(2)	조기구이(2)	조기, 파, 깨소금, 설탕, 참기름 [5]	조기 손질 잔칼 질을 함 → 기 름에 소금설탕 갖은양념을 앞 뒤로 바름 → 구워냄	조기의 대가리와 꽂지를자 르고 잔칼질을 앞뒤로해가 지고 참기름에다가 설탕소 금등을개서 앞뒤로 발러굽 기로합니다.
병어구이	병어구이	병어(소), 진간장, 설탕, 참기 름, 깨소 금, 파 [6]	병어를 손질 → 잔칼질을 함 → 진간장에 갖은 양념을 앞 뒤로 바름 → 구워냄	성한병어의 지느러미와 대 가리를 자르고 잔칼질을 앞 뒤로해가지고 갖은양념을해 서 앞뒤로발러가며 구웁니 다. 다구워가지고 기름철을 해야 윤이납니다.
민어구이(1)	민어구이(1)	민어(소), 진간장, 참 기름, 파, 깨소금, 설탕 [6]	민어를 손질 → 잔칼질을 함 → 진간장에 갖은 양념을 앞 뒤로 바름 → 구워냄	성한민어의 내장을끄내고 대가리를자리고 반에쪼개서 토막을 갈끔하게만들어놓고 갖은양념해가지고 앞뒤로발 러가며 구워놓읍니다. 생선 을굽기전에 잔칼질을해야 간이듭니다.

<p>민어구이(2)</p>	<p>민어구이(2)</p>	<p>민어, 진간장, 참기름, 파, 깨소금, 설탕 [6]</p>	<p>도미를 손질 → 잔칼질을 함 → 고기를 다져 양념 → 진간장에 갠양념을 앞뒤로 바름 → 고기도 같이 구워냄</p>	<p>민어를 살만 도톰하게 빼서 나뭇하게 썰어놓고 연한살코기를 곱게다져서 갠양념하고 생선도 갠양념해서 민어한쪽에다가 고기를 알파하게 붙여서 구워놓습니다.</p>
<p>염통산적</p>	<p>염통산적</p>	<p>염통(소), 진간장, 설탕, 깨소금, 파, 마늘, 후춧가루, 참기름, 대꼬챙이[9]</p>	<p>염통 손질 → 알맞게 썰어놓음 → 갠양념 → 대꼬챙이에 끼움 → 모양을 가지런히 맞춤 → 잔칼질 → 구워냄</p>	<p>염통을 줄거리자르고 반에 뽀개서 거죽에 얇게입혀 진 껍질을벗기고 썰어가지고 부피는한손반가량되게 썰어서 과 마늘을 곱게다져놓고 갠양념을해서 문혀가지고 대꼬챙이를 잘게닥어서 양념해놓은고기를떼어서 정한 도마에놓고 앞뒤로 잔칼질을약간해서 구워놓습니다.</p>
<p>고기산적</p>	<p>고기산적</p>	<p>고기, 진간장, 설탕, 깨소금, 파, 마늘, 후춧가루, 참기름, 대꼬챙이[9]</p>	<p>고기손질 → 알맞게 썰어놓음 → 갠양념 → 대꼬챙이에 끼움 → 모양을 가지런히 맞춤 → 잔칼질 → 구워냄</p>	<p>고기산적도 연한고기를 염통산적과 같이 합니다.</p>
<p>어산적</p>	<p>어산적</p>	<p>민어(소), 정육, 진간장, 묽은장, 깨소금, 후춧가루, 설탕, 참기름, 파, 마늘, 대꼬챙이 [11]</p>	<p>민어손질 → 알맞게 썰어놓음 → 갠양념 → 대꼬챙이에 끼움 → 모양을 가지런히 맞춤 → → 구워냄</p>	<p>민어를 다져서 내장을끄내고 대가리를 자른후 반에쪼개서 자르고 두어문가량으로 썰어서 갠 양념을 합니다. 고기도 힘줄안섞이게 곱게다져서 갠양념을해놓고 대꼬챙이에다가 생선을 먼저 약간드물게○입니다. 그○○마다 양념해 놓은고기를 생선 부피만큼부쳐서 뜯어지지않게 구워놓습니다.</p>

<p>옴파¹³⁾산적</p>	<p>옴파산적</p>	<p>옴파, 정육, 진장, 물은장, 설탕, 참기름, 깨소금, 후춧가루, 대꼬챙이 [9]</p>	<p>재료들을 알맞게 썰어놓음 → 갓은양념 → 과와 고기를 번갈아가며 대꼬챙이에 끼움 → 모양을 가지런히 맞춘 → 구워냄</p>	<p>정육을 힘줄안섞이게 한푼 반쯤무게로 저며서 그와같은 치수로씹니다. 길이는 한치서너넨이면 알맞습니다. 그래서 갓은양념을 해놓고 과도다듬어서 같은치수로 잘더서 양념한후 대꼬챙이에다가 고기과를 섞바꾸어서 구웁니다.</p>
<p>떡산적</p>	<p>떡산적</p>	<p>정육, 흰떡, 진장, 물은장, 설탕, 깨소금, 후춧가루, 참기름, 파, 마늘 [10]</p>	<p>떡을 썬다 → 떡에 양념 → 고기는 떡과 같은 크기로 알팍하게 썬다 → 갓은 양념 → 평평히 굽는다</p>	<p>흰떡을 반에쪼개 물에한번 씻어 갓은 양념을하고 힘줄안섞인 고기를 같은길이로 잘더서 저며가지고 알팍하게썰어 갓은 양념을해서 떡과 고기를 구워 한○경드○늘웁니다.[후략]</p>
<p>섭산적</p>	<p>섭산적</p>	<p>정육, 진간장, 물은장, 설탕, 깨소금, 후춧가루, 참기름, 파, 마늘 [9]</p>	<p>고기를 곱게 다짐 → 갓은 양념 → 동글납작하게 모양을 냄 → 잔칼질 → 구워냄</p>	<p>고기를 힘줄안섞이게 곱게 다져서 과 마늘을 나른하게 다져넣고 갓은 양념을해서 동글납작하게만들어서 잔칼질을약간해서 구워놓웁니다. 크기는 중지둘레만큼하면 알맞웁니다.</p>
<p>송이구이</p>	<p>송이구이</p>	<p>송이, 간장, 설탕, 참기름[4]</p>	<p>송이를 소금물에 담금 → 씻어서 → 얇게 썰어냄 → 양념 → 구워냄</p>	<p>날송이를 소금물에담겼다가 정히씻어서 알팍하게저며진장과 참기름 설탕물을 간 맞게쳐서 양념을해 구워놓웁니다.</p>
<p>콩팥구이</p>	<p>콩팥구이</p>	<p>콩팥, 진간장, 설탕, 깨소금, 후춧가루, 파, 마늘, 참기름[7]</p>	<p>콩팥 손질 → 알팍하게 썰어냄 → 갓은 양념 → 구워냄</p>	<p>콩팥을 씻어서 둥근모양대로 알팍하게썰어서 과 마늘을 나른히다져서넣고 갓은 양념을해서 구웁니다. 콩팥 가운데봄은 기름덩이는 떼어내십시오.</p>

닭구이	닭구이	닭, 진간장, 묽은장, 설탕, 깨소금, 후춧가루, 기름, 파, 마늘[9]	닭을 손질 → 부위별로 나누어 저뭍 → 잔칼질 → 얇게 토막을 냄 → 갓은양념 → 간을 맞춤 → 구워냄	닭손질 후 양쪽가슴쪽에 붙은살은 얇게 너비아니로 저미고 다리와 날개등은 가리 헤이듯이 고루잘 에여놓고 다른뼈도 잔칼질을잘해서 알맙히토막을내가지고 파 마늘을 곱게다져넣고 갓은양념을 간맞게해서 구워놓습니다.
생치구이	생치구이	생치, 소금, 설탕, 깨소금, 후추, 기름, 파, 마늘 [8]	생치를 손질 → 부위별로 나누어 저뭍 → 잔칼질 → 얇게 토막을 냄 → 갓은양념 → 간을 맞춤 → 구워냄	
청어구이	청어구이	청어, 진간장, 깨소금, 파, 참기름, 설탕, 고춧가루[7]	청어 손질, 거두절미 → 잔칼질 → 갓은 양념 → 앞뒤로 발러 구워냄 → 고춧가루는 선택	굴고좋은 청어를 저히다려 거두절미만해서 앞뒤로 잔칼질해놓고 파를곱게다져 간장에다 갓은양념을해서 앞뒤로발러구웁니다. 고춧가루는넣어도좋고 안넣어도 좋습니다.
더덕구이(1)	더덕구이(1)	더덕, 정육, 진간장, 깨소금, 후춧가루, 설탕, 파, 마늘, 참기름[9]	더덕의 쓴맛 우려냄 → 망치로 두들김 → 보들보들하게 만듬 → 갓은양념 → 고기양념 → 더덕한쪽에 부침 → 구워냄	더덕 손질 후 모두망치로 두들겨가지고 보들보들하게 만들어서 갓은양념을만들어가지고 주무르지말고 양념을 고루발러놓고놓고 고기를곱게다져서 갓은양념을해서 더덕한쪽에다 알팍하게 부쳐서 구워놓습니다.
더덕구이(2)	더덕구이(2)	더덕, 진간장, 고추장, 깨소금, 설탕, 파, 마늘, 참기름[7]	더덕의 쓴맛을 우려냄 → 망치로 두들김 → 고추장과 진간장으로 갓은 양념 → 구워냄	더덕을 고추장과 진장에다 갓은양념으렙서 곱기도합니다.

『조선요리법』에 기록된 구이류의 종류와 재료이다. 구이류는 총 24가지로 가리구이, 고기너비아니, 염통너비아니, 저육구이, 도미구이(1), (2), 조기구이(1), (2), 병어구이, 민

어구이(1), (2), 염통산적, 고기산적, 어산적, 음파산적, 떡산적, 섭산적, 송이구이, 콩팥구이, 닭구이, 생치구이, 청어구이, 더덕구이(1), (2)가 있다. 염통산적은 염통을 손질해 썰어 놓고 양념하여 대꼬창이에 끼워 모양을 가지런히 맞추고 구워낸다고 나와 있다.

15. 조치류

표 15. 『조선요리법』에 기록된 조치류의 종류와 재료

음식명		재료(재료가 짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
조기조치	조기조치	조기, 정육, 고추장, 파, 참기름[5]	조기를 손질 → 알맞은 냄비에 넣음 → 모든재료를 넣음 → 물을 부어 끓여냄	조기손질 후 토막쳐 독배기에다 안치고 고기를 잘게 썰어서 고추장과 참기름을 치고 파를 잘러채 쳐서 한데 주물러 위에다담고 물을부어 바릇하게끓임
계란조치	계란조치	계란, 정육, 새우젓젓국, 과일, 소금 [5]	계란을 풀어냄 → 물을 붓기 → 고기를 곱게 다짐 → 파는 곱게 다져 올림 → 간을 맞춤 → 끓여냄	계란과 물을 섞고 고기를곱게다 저널고 파잎 조금만잘게썰어서 맨위에뿌려지는데 고기가 덩어리 안지게 박박개서 재야합니다. [후략]
명란조치	명란조치	명란, 두부, 파, 참기름, 계란 [5]	두부는 도톰하게 썬다 → 냄비에 넣음 → 고기는 잘게 썬다 → 갖은 양념을 올림 → 국물을 부어 끓여냄 → 다 입을 때쯤 계란을 넣어 반숙함	두부를 썰고 냄비에 안치고 명란을 얹고 고기를 잘게 썰어서 파 채치고 참기름을 쳐 양념하고 맨 위에 얹고 국물을 부어 끓이는데 국물이 너무 흥건하면 못씹니다. 다 끓어 상에 놓을 때 계란 한 개를 깨뜨려서 반숙이 되도록 합니다.
게알조치	게알조치	게알, 두부, 정육, 고추장, 파, 참기름[6]	게알의 물기를 뺀 → 고기와 과를 가늘게 체침 → 갖은 양념을 함 → 두부를 도톰하게 썰어 냄 → 국물을 붓고 끓여냄	게알을 물기를 빼고 들어서 고기를 가늘게 썰어 한데 섞고 과일 체 치고 참기름을 치고 고추장을 넣고 양념을 해 놓은 후 두부를 썰어서 냄비에 담고 재워놓은 꾸미를 얹고 물을 알맞게 붓고 끓입니다. [후략]
명태조치	명태조치	생 명태, 정육, 고추장, 파, 참기름 [5]	명태손질 → 알맞게 토막 → 냄비에 안쳐놓음 → 고기를 다짐 → 갖은양념을 함 → 물을 부어 끓여냄	명태를 물에 담가서 손질 후 토막을 내서 알맞은 냄비에 안치고 고기를 조그만치만 잘게 썰어서 파를 채치고 기름과 고추장을 치고 양념해서 위에다 얹고 물을 부어 끓입니다.

민어조치	민어조치	민어, 애호박, 정육, 파, 고추장, 참기름 [6]	애호박을 썰어 냄비에 갈아 놓음 → 생선토막을 넣음 → 갇은양념 → 물을 부어 끓임	애호박을 닷 분 길이로 잘라서 도톰하게 썰어서 냄비 밑에다 담고 생선 토막을 안친 후 고기를 조금만 잘게 썰어서 파를 채치고 참기름과 고추장을 한데 섞어 위에다 얹고 물을 붓고 끓입니다.
비웃조치	비웃조치	생선, 고추장, 파, 참기름, 정육, 두부 [6]	생선 손질 → 두부를 도톰하게 썰어 놓음 → 냄비에 담음 → 비웃을 담아 냄 → 갇은 재료를 넣고 끓여냄 → 물을 부어 끓음	비웃을 손질하고 두부를 나뭇하고 도톰하게 썰어서 냄비 밑에 담고 비웃을 안친 후 고기를 잘게 썰어서 파를 채쳐 넣고 참기름 고추장을 치고 양념해 얹고 끓입니다.
계조치	계조치	계, 정육, 밀가루, 파, 후춧가루, 기름, 간장, 계란, 고추장 [9]	계 손질 → 고기를 다짐 → 밀가루를 치고 → 갇은양념 → 냄비에 재료를 넣음 → 양념을 넣어 끓여냄 → 계란을 풀어 입힘	암계를 손질 후 고기를 조그만치만 곱게 다져서 섞은 후 파 마늘을 곱게 다져서 조금만 남기고 [중략] 냄비 밑에 깔고 계발을 안친 후 고추장을 풀어 붓고 끓이다가 계딱지를 위에다 쪽 늘어놓고 끓이다가 계란을 풀어 위에다 띄워 익힙니다.
송어조치	송어조치	송어, 정육, 고추장, 파, 참기름, 무 [6]	송어를 거두절미한다 → 냄비에 무를 얇게 깎다 → 생선을 넣음 → 갇은양념을 넣음 → 물을 알맞게 넣고 끓여냄	송어를 손질 후 토막을 내서 굵거든 반에 쪼개고 무를 얇작하게 썰어서 냄비에 담고 생선 토막을 안치고 고기를 썰어서 파는 채치고 기름 고추장을 양념해서 위에 얹고 물을 붓고 끓입니다.

『조선요리법』에 기록된 조치류의 종류와 재료이다. 조치류는 총 9가지로 조기조치, 계란조치, 명란조치, 게알조치, 명태조치, 민어조치, 비웃조치, 계조치, 송어조치가 있다. 명란조치는 냄비에 두부, 명란을 얹고 고기를 잘게 썰어서 파 채치고 참기름을 쳐 양념 후, 맨 위에 얹고 국물을 부어 끓이는데 국물이 너무 흥건하면 안 되며, 다 끓어올랐을 때 계란 한 개를 깨뜨려서 반숙이 되도록 하라고 나와 있다.

16. 죽류

표 16. 『조선요리법』에 기록된 죽류의 종류와 재료

음식명		재료(재료가 짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
타락죽	타락죽	생우유, 물, 쌀가루, 소	멥쌀을 빵아서 고운 겹체로 볶	먼저 멥쌀을 빵아서 고운 겹체로 쳐가지고 정한 냄비 같은 데다가

		금, 설탕이나 꿀 [5]	는다 → 우유와 물을 섞는다 → 쌀가루 볶은 것을 섞는다 → 소금으로 간을 함	비지를 깔고 조금씩 부어 몽근한 불에 살살 저어서 볶습니다. 쌀가루 빛이 약간 노르스름해지고 물기가 없이 [중략] 다 되면 불에서 내려놓고 소금으로 약간 간을 맞추고 꿀이나 설탕을 타서 잡수십시오.
행인 ¹⁴⁾ 죽	행인죽	행인, 멍쌀, 소금, 설탕이나 꿀 [4]	행인을 물에 담금 → 쌀을 섞고 거름 → 물을 넣고 쏜다	[전략] 너무 되거나 묽어서 안 엉기면 못쓰니까요. 다 되거든 소금으로 얼껏 간을 맞추고 꿀이나 설탕을 타서 잡수십시오.
장국죽	장국죽	정육, 표고, 석이, 멍쌀, 간장, 파, 후추, 깨소금, 참기름 [9]	쌀을 쏘고 → 키도 까불려 → 베에다 씻어 담금 → 고기를 곱게 다짐 → 갖은 양념을 함 → 맑은 장국을 끓임 → 쌀을 부움 → 표고와 석이 볶기	먼저 쌀을 정하게 쏘어서 키도 까불러가지고 베에다 싸다기가 되게 드드타서 정하게 씻어 일어서 담겨 놓고 고기를 곱게 다져서 갖은 양념 해서 맑은 장국을 끓입니다. [후략]
흰죽	흰죽	멍쌀, 참기름, 종기, 장산적, 소금 [5]	멍쌀을 불림 → 참기름을 두름 → 방망이로 갈아서 고운 체에 받침 → 반복 → 갈기전 쌀물을 두 → 숟가락 남겨둠 → 쌀끓이기 → 쌀같은 물 뿌기 → 소금간	[전략]처가지고 또 갈어서 먼저 발여 놓았던 물을 부어서 휘저어 또 발여 놓습니다. 몇 번이고 이와 같이 다 한 후 먼저 갈기 전조금 담고 쌀을 먼저 끓여서 거진 쌀알이 퍼지거든 발여 놓은 [중략] 혹은 식성에 다터서 장산적 간장이나 진간장에다가 붓고 추를 다져도 놓읍시다
원미	원미	멍쌀, 설탕, 얼음, 약소주 [4]	멍쌀 씻기 → 홍체로 가루 치기 → 싸라기만 끓이기	멍쌀을 정히 씻어 일어서 건져 말려가지고 메에다 반씩 쪼개지게 다시 홍체로 가루를 쳐버리고 [중략] 그런 후 썰어 놓은 죽을 자실 만큼 드고 소주를 조금 타고 설탕을 적당히 타고 얼음을 잘게 깨서 질러 잡수십시오.
жат죽	жат죽	실백, 멍쌀, 설탕이나 꿀 [3]	쌀 씻어 담그기 → 돌메에 갈기 → 냄비에 쪄기 → 끓임	쌀을 정히 씻어 일어서 담그고 실백을 속껍질을 벗겨서 한데 섞어 돌메에 되직히 갈아서 고운체에 걸러서 정한 냄비에 쪄니다. 끓여서 다익거든 대접에도 뜨고 꿀이나 설탕을 놓읍시오.

흑임자죽	흑임자죽	흑임자, 멍쌀, 소금, 설탕[4]	쌀 씻어 담구기 → 돌메에 갈기 → 소금간 하기	[전략] 고운 돌메에 갈아서 고운체에 걸러서 나무주걱으로 저어가며 쭈어서 소금으로 간을 맞추어서 대접에 뜨고 설탕이나 꿀을 놓으십시오.
콩나물죽	콩나물죽	콩나물, 멍쌀, 고기, 표고, 두부, 간장, 파, 깨소금, 참기름, 후춧가루, 마늘 [12]	콩나물 뿌리 따기 → 고기 잘게 다지기 → 양념하기 → 콩나물 끓이기 → 쌀붓기 → 표고 볶기 → 두부 채치기	[전략]콩나물이 거의 무르거든 쌀을 정하게 씻어 일어 붓고 씹니다. 표고는 불려서 채쳐 기름에 볶아 놓았다가 죽이 거진 다 되었을 때 넣고 두부도 채쳐서 죽이 다 되어갈 때 넣어 섞으십시오.

『조선요리법』에 기록된 죽류의 종류와 재료이다. 죽류는 총 8가지로 타락죽, 행인죽, 장국죽, 흰죽, 원미, 잣죽, 흑임자죽, 콩나물죽이 있다. 원미는 멍쌀을 씻고 말려서 체에 가루를 내고 쭈어 놓은 죽에 소주를 조금 타고 설탕을 적당히 타고 얼음을 잘게 깨서 먹으라고 나와 있다.

17. 토장국류

표 17. 『조선요리법』에 기록된 토장국류의 종류와 재료

음식명		재료	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
육개장국	육개장국	양, 사태, 대창, 곤자소니, 흘더덕이나 씨앗가리, 다진 파, 마늘, 후춧가루, 깨소금, 고춧가루, 참기름, 간장 [14]	곰거리 고우기 → 양 사태 곤자소니 대창 등 썰기 → 씨앗가리, 흘더덕 잘게 찢기, 파다듬기 → 양념하기 → 고춧가루로 빛내기	[전략]알맞히 길이를 잘려 한데 섞고 갖은 양념을 하는데 고춧가루를 쳐서 빛을 냅니다. 만일 고춧가루를 쳐서 빛이 안 나거든 맛있는 고추장을 조금만 섞어도 좋습니다. 여름 한 철 복중에 끓이는 것입니다.
민어지짐이	민어지짐이	민어, 정육, 애호박, 파,	민어 트기 → 대가리 자르기 → 토막치	민어를 정히 다터서 대가리를 자르고 알맞히 토막을 쳐서 가운데 빼는 빼내고 두 쪽에 냅니다. [중략]기름과 깨소

14) 살구의 씨로 주로 한약재로 많이 이용된다.

15) 참당귀의 뿌리를 건조시킨 약재.

		깨 소금, 참기름, 고추장, 간장 [8]	기 → 고기 조금만 잘게 썰기 → 양념하기 → 끓이기 → 기름과 깨 소금으로 간 치기	금을 약간 치십시오.
조기 지짐이	조기 지짐이	조기, 정육, 애호박, 파, 깨 소금, 참기름, 고추장, 간장 [8]	조기 트기 → 대가리 자르기 → 세 토막 내 놓기 → 고기 조금 잘게 썰기 → 양념함 → 끓임	성하고 좋은 조기를 정히 다터서 대가리를 자르고 보통 것이면 세 [중략]국이 거의 다 되어 ○씩 넣었다 빛만 내서 국을 뜨고 위에다 엷읍니다.
명태 지짐이	명태 지짐이	생 명태, 정육, 파, 무, 콩나물, 마늘, 깨 소금, 참기름, 고추장, 간장 [10]	명태 손질 → 토막냄 → 고기를 잘게 썬다 → 무는 얇게 썬다 → 콩나물 넣기 → 갖은양념 → 간맞추기 → 물을 붓고 끓임 → 생선을 넣음 → 충분히 끓임	동태를 정히 다터서 내장을 고내고 살에 박힌 흰 벌레 같은 것이 있으니 죄다 빼 버리고 대가리를 자른 후 알맞히 토막을 내 놓고 고기를 조금만 잘게 썰고 무를 얇작하게 나박김치같이 썰어 놓고 콩나물을 [후략]
숙음 배춧국	숙음 배춧국	숙음 배추, 고기, 파, 참기름, 고추장, 된장, 간장 [7]	배추를 잘게 썬다 → 고기를 잘게 썰어 양념 → 고추장, 된장을 걸러서 물에 푼다 → 모든재료를 넣음 → 끓여냄 → 간 맞추기	배추를 다듬어서 정히 씻어서 데쳐 놓고 곱창을 속을 훑어 내고 깨끗이 씻어서 잘게 썰고 고기를 잘게 썰어 한데 양념하고 고추장과 된장을(된장은 조금만) 걸러서 붓고 끓여서 고기가 다푸르거든 데쳐놓은 배추를 넣고 한소끔 끓이십시오. 만일 간이 싱겁거든 간장으로 간을 맞추십시오.
승검초 ¹⁵⁾ 국	승검초국	승검초, 정육, 고추장, 된장, 파, 깨 소금, 기름, 모	승검초 다듬기 → 고기는 잘게 썰어 양념 → 다른재료 손질 → 고추장, 된장	승검초를 다듬어서 정하게 씻어 데쳐 놓고 고기를 잘게 썰어 파 채쳐 놓고 양념을 하고 콩나물을 조그만치만 아래 위를 따서 정하게 씻고 모시조개도 까서 정한 물에 한번 행귀 전부 한데 섞고 고추장과 된장을 걸러서 국물을

		시 조 개 , 콩 나 물 [9]	을 알맞게 넣 고 → 국물을 만듬 → 재료 를 넣고 끓여 냄 → 콩나물 먼저 익힘 → 승금초 나중 에 익힘	알맞히 붓고 끓이는데 콩나물이 거의 익거든 승금초를 넣고 끓이십시오. 너 무 오래 끓이면 승금초 빛이 까매져서 못씹니다.
오이 지짐이	오이 지짐이	오이, 고 기, 파, 깨 소 금 , 참 기 림 , 된장, 고 추장[7]	오이를 어긋 하게 썬다 → 고기를 다져 갖은 양념 → 된장, 고추장 을 넣어 국물 냄 → 모든 재료를 넣어 끓여 내 다 가 → 맨마지막 에 오이를 넣 음	오이지짐이는 꼭지를 자르고 어긋비슷 하게 척척 쳐서 놓고 고기를 기름기로 조금만 썰고 파잎을 채치고 깨소금 참 기름 등을 조금씩만 쳐서 양념하고 된 장을 약간 섞고 고추장과 한데 걸러서 국물을 알맞히 붓고 끓이다가 오이를 넣고 바뻗하게 달굽니다.
냉이국	냉이국	냉이, 된 장, 고기, 파, 참기 름, 깨소 금, 고추 장, [7]	냉이를 손질 → 고기를 잘 게 썰어 양념 → 고추장, 되 장으로 국물 냄 → 물을 넣어 끓임 → 냉이를 넣고 푹 끓여냄	냉이를 다듬어 정하게 씻어서 삶어 냉 수에 건져 놓고 고기를 잘게 썰어가지 고 파잎을 채치고 참기름 깨소금 등을 약간 치고 주물러 양념해서 고추장과 된장을 섞어 걸러서 붓고 끓이다가 빼 쳐 놓은 냉이를 넣고 충분히 끓입니 다. 보통 다른 국보다 시간이 좀 오래 걸리도록 충분히 끓이십시오.
콩나물 지짐이	콩나물 지짐이	콩 나 물 , 무, 된장, 고 추 장 , 파, 참기 름 [6]	콩나물 뿌리 제거 → 무는 어긋썰기 → 고추장, 된장 으로 국물내 기 → 나머지 재료 넣기 → 참기를 약간 넣기 → 끓여 냄	콩나물을 뿌리를 따고 무는 어긋비슷 하게 썰어 넣고 된장과 고추장을 섞어 걸러 붓고 파잎을 채치고 참기름을 약 간 쳐서 끓입니다. 맑은 장국엔 무를 납작하게 썰어 넣지만 토장국에는 언 제든지 어긋비슷하게 썰어 넣읍니다.

『조선요리법』에 기록된 토장국류의 종류와 재료이다. 육개장국, 민어지짐이, 조기지짐이, 명태지짐이, 속음배춧국, 승금초국, 오이지짐이, 냉이국, 콩나물지짐이가 있다. 오이지

집이는 오이를 어슷하게 썰고 고기를 다져 갖은 양념을 넣고 된장, 고추장을 넣어 국물을 내서 모든 재료를 넣어 끓여내다가 맨 마지막에 오이를 넣으라고 나와 있다.

18. 전골류

표 18. 『조선요리법』에 기록된 전골류의 종류와 재료

음식명		재료(재료가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
두부전골	두부전골	두부, 정육, 표고, 미나리, 석이, 숙주, 계란, 홍부, 죽순, 녹말, 간장, 참기름, 깨소금, 후춧가루, 파, 마늘(16)	두부를 일정한 크기로 썬다 → 두부 한쪽에다가 양념한 고기를 얹어 부쳐냄 → 갖은 채소를 알맞게 썰어놓음 → 고기를 썰어 재워서 간다 → 두부를 엮고 → 나머지 재료들을 넣음	두부를 한 준 반쯤 두께로 저며서 닷 분 넓이와 칠 준 길이 썬 되게 일정한 치수로 썰어 놓고 고기를 조금만 남기고 곱게 다져 갖은 양념을 해서(중략)남비에다가 남겨 놓은 고기를 썰어 재워서 깔고 두부 한 채를 담고 준비해 놓은 고명을 고루 엮고 두부들도 엮고 색 갖추어 가으로부터 고명을 담고 장물을 숨슴하게 타서 붓고 끓여서 상에 놓을 제 지단체를 끌어 갑니다.

<p>갓은전골</p>	<p>갓은전골</p>	<p>정육, 콩팥, 양, 천엽, 송이, 죽순, 계란, 무, 석이, 설탕, 참기름, 깨소금, 진간장, 후춧가루, 마늘, 파 (16)</p>	<p>양 손질후 양념을 해 놓음 → 모든 재료에 양념한 후 준비 → 그릇에 담고 잣가루를 뿌림 → 무를 채쳐서 다른 그릇에 담아 놓음 → 계란 지단을 붙여 채치고 석이를 뒤해 채쳐 놓음 → 따로 담은 것을 한 상에 놓고 냄비에 기름을 두름 → 주재를 넣고 거의 익으면 고기 등 곳을 넣어 익히고 계란을 풀어서 먹음</p>	<p>[전략] 이와 같이 다 되면 알맞은 그릇에 싹 맞추어 담고 위에다 잣가루를 뿌려 놓습니다. 무는 곱게 채쳐서 다른 그릇에 담고 계란 한 개를 지단 붙여 채치고 석이를 뒤해 채쳐서 위에다 푹 덮어서 따로 따로 담은 것을 한 상에 놓으면 전골냄비에 기름을 두르고 주재를 먼저 넣어 거진 익게 되면 고기 등 속을 넣어 익혀서 계란을 풀어 잡숫게 됩니다. 이것은 큰 잔치 때나 연회 때 하는 것입니다.</p>
<p>썩갓전골</p>	<p>썩갓전골</p>	<p>정육, 썩갓, 계란, 황화채, 설탕, 깨소금, 참기름, 파, 마늘, 진간장, 후춧가루(11)</p>	<p>황화채를 불려 속을 빼고 잘게 찢어 놓음 → 정육을 채쳐서 물에 씻어 물기를 짜 양념을 해 잣가루를 뿌려놓음 → 썩갓은 씻어서 놓음 → 전골냄비에 기름들 두르고 고기를 넣어 익힘 → 고기가 익으면 썩갓을 넣고 계란을 푼.</p>	<p>황화채를 담가 불려서 속을 빼고 잘게 찢고 정육을 곱게 채쳐서 찬물에 잠깐 담갔다 빨아서 정한 형겅에 싸서 물기 없이 꼭 짜가지고 한데 섞어 양념해 담고 잣가루를 뿌려 놓고 썩갓은 정히 씻어서 도로 담어 상에 놓으십시오[후략]</p>
<p>조개전골 (1)</p>	<p>조개전골 (1)</p>	<p>조개, 정육, 계란, 파, 마늘, 참기름, 깨소금, 진간장, 후춧가루, 설탕 (10)</p>	<p>조개를 까 뚱집을 빼고 다져놓음 → 정육을 다져서 양념을 함 → 냄비에 기름을 두르고 볶다가 계란을 풀어 익힘</p>	<p>조개를 까서 뚱집을 빼서 곱게 다지고 정육도 곱게 다져 갓은 양념을 해가지고 알맞은 냄비에다 기름을 두르고 볶다가 계란을 풀어서 익힙니다.</p>

조개전골 (2)	조개전골 (2)	조개, 정육, 계란, 파, 마늘, 깨소금, 참기름, 설탕, 후춧가루(9)	조개를 손질 → 정육을 곱게 다짐 → 갖은 양념 → 냄비에 기름을 두른후 볶음 → 계란을 풀어 익혀냄	조개를 까서 뚱집을 빼서 정히 씻어서 나뭇하게 썰고 고기를 채쳐서 각각 양념해서 곁드려 놓면 식성대로 그냥 잡숫게도 되고 냄비에 기름을 두르고 볶다가 계란을 풀어 익혀 잡수십시오.
낙지전골 (1)	낙지전골 (1)	낙지, 정육, 계란, 파, 마늘, 설탕, 후춧가루, 참기름, 깨소금, 진간장(10)	낙지를 손질 후 양념을 해 놓음 → 정육은 채를쳐서 양념을 해 그릇에 담아 놓음 → 냄비 위에 물을 얹어 익혀 계란을 푼	[전략] 낙지 물을 뺀 후 한 치 길이쯤 잘라서 굵은 것이면 반에 갈려서 갖은 양념을 하고 정육도 곱게 채쳐서 양념을 해 알맞은 그릇에 곁드려 담어 놓으면 식성대로 그냥도 잡숫게 되니까 그냥 놓으시고 냄비를 불 위에 얹어 익혀서 계란을 풀어 잡숫게 됩니다.
낙지전골 (2)	낙지전골 (2)	낙지, 소금, 파, 마늘, 설탕, 후추, 참기름, 깨소금, 진간장(9)	낙지 손질 후 양념 → 볶음 → 계란을 풀어 놓음	낙지를 소금에 주물러 껍질을 벗겨서 돌을 빼 버리고 한 치 가량의 길이로 썰어서 갖은 양념을 해 가지고 볶다가 계란을 풀어 익혀 먹읍니다.
조개전골	조개전골	대합, 양념, 계란(3)	대합 손질 → 얇게 저뭍 → 양념 → 볶음 → 계란을 풀어냄	대합을 까서 뚱집을 빼고 얇작하게 저며서 양념해서 순전히 조개만 볶다가 계란을 풀어 익혀 먹읍시다.
버섯전골	버섯전골	버섯, 소금, 고기, 양념, 계란	버섯 손질 → 고기를 채침 양념 → 볶아냄 → 계란을 풀어냄	버섯이 푹 것으로 마르지 않은 것이면 소금물에 담갔다가 정히 씻어서 고기를 조금만 채쳐서 한 데 갖은 양념해서 볶다가 계란을 풀어 익혀 먹읍니다.

<p>닭전골</p>	<p>닭전골</p>	<p>닭, 계란, 파, 마늘, 후춧가루, 설탕, 깨소금, 참기름, 물, 느타리버섯(10)</p>	<p>닭 손질 → 토막내어 잔칼질 → 갖은 양념 → 느타리를 불림 잘게 찢음 → 닭 양념과 함께 넣어놓음 → 물을 붓고 끓여냄 → 계란을 부어 끓여냄(국물은 자작하게 끓임)</p>	<p>[전략] 닭 양념하는 데 같이 양념해 놓읍니다. 물을 먼저 붓고 펄펄 끓이다가 양념해 놓은 닭을 넣고 충분히 익히시고 계란은 거진 다 익어 상에 놓을 제 끓여 익히십시오. 국물은 자작하게 하십시오.</p>
<p>생치전골 (띵)</p>	<p>생치전골 (띵)</p>	<p>생치, 파, 마늘, 후추, 설탕, 깨소금, 참기름, 물, 느타리버섯(10)</p>	<p>생치 손질 → 토막내어 잔칼질 → 갖은 양념 → 느타리를 불림 잘게 찢음 → 생치를 넣은 양념과 함께 놓음 → 물을 붓고 끓여냄(국물은 자작하게 끓임)</p>	<p>생치전골로 닭전골 하듯 하는데 내장은 빼 버리고 생강을 조금만 다져 넣고 하십시오. 붙은 고기를 보아서 부십시오. 물이 흥근하면 덜 좋으니 자작 자작하게 하십시오.</p>
<p>채소전골</p>	<p>채소전골</p>	<p>일년감, 감자, 양파, 정육, 간장, 설탕, 깨소금, 참기름, 계란, 후춧가루, 파, 마늘(11)</p>	<p>고기를 채쳐서 양념해 놓음 → 양파, 감자의 껍질을 벗겨 채쳐서 썰어 놓음 → 일년감도의 껍질을 벗겨 씨를 빼고 썰어 놓음 → 냄비에 양파를 먼저 넣고 익으면 감자를 넣음 → 그 다음 고기를 넣어 익힘 → 일년도감을 넣어 익히고 계란을 푼</p>	<p>고기를 채쳐 양념해 놓고 양파를 껍질 벗기고 반에 쪼개서 채쳐 놓고 감자도 껍질 벗겨 나뭇하게 썰고 일년감도 껍질을 벗겨 씨를 빼고 반에 쪽에서 알맞히 썰어 놓은 후 전골 냄비에다가 양파를 먼저 넣고 익히다가 감자를 넣어서 거의 익거든 고기를 넣어 익힙니다. 거의 익거든 일년도감을 넣어 익혀서 계란을 풀어 익힙니다.</p>

『조선요리법』에 기록된 전골류의 종류와 재료이다. 전골류는 총 12가지로 두부전골, 갖은전골, 썩갓전골, 조개전골(1), (2), 낙지전골(1), (2), 조개전골, 버섯전골, 닭전골, 생치전골(띵), 채소전골이 있다. 썩갓전골은 황화채를 불려 속을 빼 잘게 찢고, 정육을 채쳐서 씻고 물기를 짜 양념을 해서 잣가루를 뿌린 후, 고기가 익으면 썩갓을 넣고 계란을 푼다고 나와 있다.

19. 편류

표 19. 『조선요리법』에 기록된 약식과 같은 편류의 종류와 재료

음식명		재료(재료가 짓수)	조리법	본문내용
원문 명	현대어 명			
약식	약식	찹쌀 소주, 밤, 대추, 흑설탕, 꿀, 진간장, 참기름, 실백, 환설탕, 꿀(10)	찹쌀을 하루 불림 → 술밥찌듯이 찜 → 갠재료를 설탕을 넣고 끓여냄 → 큰그릇에 넣고 나머지 재료를 넣고 버무리 → 솔에 넣고 중탕함 → 실백은 위에 얹음	[전략] 여러가지 고명을 다 넣고 고루 버무려서 오지자배기나 뇨양푼 같은 데 담아서 솔에 물을 붓고 중탕을 해서 익히비다. 시루에 하는 것보다 경편하고 좋습니다. 실백을 그릇에 담고 위에다 얹습니다. 시루에 찜 제는 안친 위에다 밀가루 반죽해서 얇게 밀어위를 푹 덮어 찜하십시오.(약식 속히하는법 생략)
백편	백편	멥쌀가루, 석이채, 실백 (3)	멥쌀가루를 알맞은 크기로 모양냄 → 고명을 뿌림 → 찜냄	멥쌀가루 석이채 실백. 멥쌀가루를 손가락 한 마디 두께로 안치고 석이채와 실백을 고루 뿌려 찜니다.
꿀편	꿀편	멥쌀가루, 설탕, 대추, 밤 [4]	멥쌀가루에 설탕물을 넣음 → 알맞은 크기로 모양냄 → 고명을 뿌림 → 찜냄	[중략]물 내리는 데는 한 번이면 물은 한 사발이면 되는데 가루가 너무 데지면 보아 가며 조금씩 더 쳐도 좋습니다. 설탕은 달만큼 알맞게 넣으십시오.
승금초편	승금초편	승금초가루, 밤채, 대추채, 설탕, 멥쌀가루 [5]	멥쌀가루에 승금초가루를 섞음 → 설탕물을 부음 → 고루 비빔 → 체에 쳐냄 → 시루에 안침 → 찜냄 → 고명	멥쌀가루에다가 승금초가루를 고운체로 쳐서 빛만 내는 것이니까 조금 섞고 물에다 설탕을 알맞게 타서 붓고 고루 섞어 비벼가지고 체에 쳐서 시루에 안치는데 이것 역시 손마디 한 금이면 알맞습니다. 그 위에는 준비해 놓은 고명을 뿌려서 찜니다.
녹두거피편	녹두깍질편	녹두, 소금, 멥쌀가루, 고물 [4]	녹두를 불림 → 껍질을 걸러냄 → 멥쌀가루에 섞음 → 물을 부음 → 비벼서 체에 침 → 찜냄 → 고물	녹두를 메에 타서 물에 담갔다 붓거던 거피를 정하게 해가지고 소쿠리 같은 데 건져서 소금을 조금 훌훌 뿌려놓았다가 물이 빠지거든 멥쌀가루를 물을 붓고 섞어 비벼서 체에 쳐가지고 안치는데 이것 역시 켜를 먼저것과 같이 해가지고 고물을 뿌립니다.

팔거 피편	팔겹질 편	팔, 소금, 멧 쌀가루, 대 추, 밤, 고물 [6]	팔을 불림 → 소금 간을 함 → 멧개놓 음 → 멧쌀가루를 물을 내림 → 고물 을 뿌림 → 고명을 끼워놓음	팔을 메에 타서 담겼다가 거피를 정히 해서 찌 가지고 소금을 쳐서 간 맞추 어 멧개가지고 도듬이에 걸터 놓고 멧 쌀가루를 물을 내려서 먼저번 켜와 같 이 안치고 고물을 뿌립니다. 대추를 씨를 빼서 두서너 쪽에 내고 밤을 벗 겨 쪼개서 드문드문 박어도 좋습니다.
팔거 피 찰편	팔겹질 찰편	팔, 소금, 찹 쌀가루, 대 추, 밤, 고물 [6]	팔을 불림 → 소금 간을 함 → 멧개놓 음 → 찹쌀가루를 물을 내림 → 고물 을 뿌림 → 고명을 끼워놓음	팔을 메에 타서 담겼다가 붓거든 거미 를 정히 해서 찌가지고 소금을 약간 쳐서 간을 맞추어서 멧개가지고 도듬 이에 걸터 놓고 찹쌀가루를 위에 말한 대로 같은 켜로 안치고 대추를 씨를 빼서 서너 쪽에 안치고 밤을 까서 반 쪽에 내서 드문드문 박고 고물을 뿌립 니다.
꿀소 편	꿀소편	꿀소, 설탕, 계 피 가 루, 찰 쌀 가 루 [4]	꿀소를 설탕과 계 피가루를 섞음 → 찰쌀가루 반죽 → 꿀소를 뿌림	꿀소를 설탕물과 계피가루를 섞어 촉 촉하게 해 놓고 찹쌀가루를 손 한 마 디 두께로 안치고 꿀소를 뿌립니다.
깨편	깨편	참깨, 찹쌀 가루, 깨소 금, 고물 [4]	참깨를 손질 → 볶 아서 곱게 빻음 → 찰쌀가루에 깨소금 을 뿌림 반죽함 → 간을 맞춤	[전략] 갓은 편을 하는 데는 찰편이나 메컨 고물을 양편을 같이 하기도 하고 양편 을 각각 색다른 고물을 안치기도 하는 데 이것은 음양편이라 합니다. 미신 같지만 음양편은 제사에는 금물이라 합니다.

『조선요리법』에 기록된 약식과 같은 편류의 종류와 재료이다. 약식·편류는 총 9가지로, 약식, 백편, 꿀편, 승금초편, 녹두거피편, 팔거피편, 팔거피찰편, 꿀소편, 깨편이 있다. 팔거 피편은 멧쌀가루를 넣어 만들고, 팔거피찰편은 찹쌀가루를 넣어 만든다고 나와 있다.

20. 맑은 장국

표 20. 『조선요리법』에 기록된 맑은 장국류의 종류와 재료

음식명		재료(재료 가지수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
곰 국(1)	곰 국(1)	양, 곤자소 니, 씨앗가 리, 훌더더 기, 사태.	국거리를 한데 넣 고 끓임 → 국거 리가 익으면 따로 건져서 썰어놓음	[중략]다 익은 것이니 건져서 써 는데 길이는 한 팔구 준쯤 되게 썰고 넓이는 한 서너 준 되게 썰어서 갓은 양념을 해 놓고 무

		뼈뚫안이, 무, 깨소금, 참기름, 후춧가루, 파, 마늘, 간장 [13]	→ 갖은 양념 → 국물에 다시 넣고 끓여냄	도 육질 준 길이쯤 잘라서 나즌하고 도톰하게 썰어 양념해 놓읍니다. 국물에 다시 넣고 몽근히 불을 때 놓읍니다.
곰 국(2)	곰 국(2)	홀더더기, 사태, 뼈뚫안이, 무, 깨소금, 참기름, 후춧가루, 파, 마늘, 간장 [9]	사태, 홀더더기, 양만으로 국물을 끓임 → 국거리를 건져내어 썰어놓음 → 갖은양념 → 국물에 무와 재료를 넣고 끓여냄	보통 국거리는 곱창 대창 부아떡심 이것 등인데 여기다가 사태 홀더더기 양증속만 더 넣고 무를 넣어 국을 끓이면 훌륭한다.
골 탕	골 탕	소 등골, 정육, 지단, 밀가루, 파, 후추, 깨소금, 간장, 참기름 [9]	소등골을 손질 → 알맞은 크기로 자름 → 밀가루와 계란을 섞워 부침 → 고기를 썰어 갖은 양념 → 맑은장국을 끓임 → 골을 썰어 넣음 → 끓여냄	[중략] 갖은 양념을 해서 맑은장국을 끓이는데 물은 이인분가 ○서 붓고 끓이다가 충분히 끓거든 불여 놓은 골을 보기 좋은 만큼 나뭇하게 썰어서 넣고 잠깐 동안만 끓이다 잡수십시오. 오랜 시간 끓이면 풀어져서 못습니다.
애 탕 국	애 탕 국	애탕썩, 정육, 녹말가루, 계란, 간장, 설탕, 후추, 참기름, 마늘, 파, 깨소금 [11]	썩을 삶아 놓음 → 고기에 양념을 함 → 맑은 장국을 끓여냄 → 고기 양념해놓은 것은 녹말을 묻히고 계란을 묻혀 입힘 → 맑은장국에 넣음 → 끓여냄	썩을 삶아 건져서 곱게 다져 체에 담여가지고 정한 물에 담겨썩물을 빼가지고 물기 없이 꼭 짜 놓고 연한 살코기로 골라 곱게 다져서 썩과 한데 섞어 갖은 양념 [중략] 이것도 이인분가량 되리만큼 그릇에 뜨는 것과 작은 그릇에 뜨는 것이 충분히 있으니까 적당히 드십시오.
조기국(1)	조기국(1)	조기, 정육, 썩갓, 깨소금, 간장, 계란, 밀가루 [7]	조기를 살코기만 발라냄 → 밀가루와 계란을 섞음 → 고기를 가지고 맑은장국을 끓임 → 생선을 넣음 → 끓여냄 → 초에 고춧가루를 넣음	성하고 좋은 조기를 정하게 다터서 대가리를 잘르고 콩지를 잘르면 보통 것이면 두 토막에 내서 반에 쪼갬 후 가운데 [중략] 끓거든 넣어서 숨만 죽여 따로 건져 놓았다가 국을 그릇에 뜨시고 위에다 얹으십시오. 그리고 맛있는 초에다 고운 고춧가루를 조금 넣어 놓으십시오. 이것도 두사람분으로 한 것입니다.

조기국(2)	조기국(2)	조기, 썩갓, 정육, 파, 마늘, 깨소금, 참기름, 간장[8]	생선을 토막을 냄 → 맑은 장국을 끓임 → 생선을 넣어 끓여냄 → 썩갓을 넣음	[중략] 거진 끓어 익거든 썩갓을 넣어 숨만 죽여서 따로 내 놓았듯 국을 뜨고 위에다 얹으십시오. 맛있는 초에다 고추가루를 약간 쳐서 종지에 담으십시오.
도미국	도미국	도미, 정육, 썩갓, 밀가루, 계란, 깨소금, 참기름, 파, 마늘, 간장 [10]	도미를 손질 → 생선살만 발라냄 → 밀가루와 계란을 입혀 부쳐냄 → 고기로 장국을 끓임 → 끓인 장국에 생선을 넣음 → 썩갓을 올림	[전략] 충분히 끓거든 생선을 넣어 한소끔만 끓이십시오. 썩갓은 거진 다 끓어 국을 뜰 제 넣어 빛만 내어서 국을 뜨고 위에다 얹으십시오. 맛있는 초에다 고추가루를 쳐서 놓으시오.
준치국(1)	준치국(1)	준치, 정육, 계란, 밀가루, 파, 깨소금, 참기름, 썩갓, 간장, 후추 [9]	준치 손질 → 살만 발라냄 → 갖은 양념 후 납작하게 모양을 잡음 → 밀가루와 계란을 입혀 부침 → 맑은 장국을 끓임 → 생선을 넣어끓임 → 썩갓을 올려놓음	[전략] 밀가루와 계란은 씨워 번철에다가 붙여 놓고 꾸미를 재워 맑은 장국을 끓이다가 충분히 끓거든 붙여 놓은 생선을 넣어 잠깐 동안만 끓여서 거진 다 될 제 썩갓을 넣어 익혀서 그릇에 뜨시고 위에다가 얹으시오. [후략]
준치국(2)	준치국(2)	준치, 썩갓, 정육, 미나리, 깨소금, 간장, 참기름, 파, 초 [9]	준치 손질 → 살만 발라냄 → 초를 쳐놓음 → 맑은 장국을 끓임 → 생선을 넣어 끓임 → 썩갓을 올려놓음	준치를 정히 다터서 대가리를 자르고 알맞히 토막을 쳐서 동성마루를 드문드문 잔칼질을 해서 초를 앞뒤로 쳐 놓았다가 한으분지나거든 정한 물에 정히 씻어 놓고 꾸미를 재워 맑은 장국을 끓이다가 생선을 넣어 한참 끓여 달굽니다. 썩갓은 다 끓여 그릇에 뜰 제 넣어 익혀서 위에다 얹읍니다. 초에다 고추가루를 타서 놓으십시오.
오이무름국	오이무름국	애오이, 정육, 밀가루, 계란, 파, 마늘, 깨소금, 참기름, 후추, 간장 [10]	애오이 손질 → 속을 긁어냄 → 갖은 재료를 양념을 함 → 오이속에 재료를 채움 → 밀가루와 계란을 씩음 → 기름에 부쳐놓음 → 맑은 장국을 끓임	너무 어리지 않고 웬만큼 큼직한 오이를 꼭지를 자르고 얇게 껍질을 벗겨서 팔 푼 길이쯤 잘러가지고 속을 젓가락 같은 것으로 뚫어 긁어내고 고기를 연한 것으로 곱게 다지고 갖은 양념을 해서 오이 속 긁어낸 구멍에다 넣어 밀가루와 계란을 씨워 번철에 기름을 두르고 붙여놓고 남은 고

			→ 오이를 넣어 끓임	기를 꾸미로 재워 맑은 장국을 끓이다가 붙여 놓은 오이를 넣어 탁아묻어지게 끓이십시오.
뱅 어 국	병 어 국	뱅어, 계란, 밀가루, 정육, 참기름, 깨소금, 간장, 파 [8]	뱅어를 찬물에 살짝 담근다 → 대가리는 버림 → 생선을 잘게 다짐 → 고기는 양념하여 맑은 장국을 끓임 → 뱅어를 밀가루와 계란에 굴려 끓임	뱅어를 찬물에 잠깐 동안만 담겨 놓았다가 정히 씻어서 대가리는 있는 데까지만 잘려 버리고 고기를 잘게 썰어 양념해서 맑은 장국을 끓이다가 뱅어를 밀가루와 계란을 굴려 넣어 끓이십시오.
두 부 국	두 부 국	두부, 정육, 파, 참기름, 깨소금, 간장, 계란 [7]	두부를 도톰하게 채썬다 → 맑은 장국을 끓임 → 두부를 넣고 끓임 → 파를 채쳐서 넣음 → 계란을 풀어 넣음	두부를 길이는 두부 넓이대로 가를 놓고 두어 줄 두께로 저며가지고 그보다 좀 조붓한 치수로 썩니다. 그러면 도톰하게 채친 것과 같이 됩니다. 꾸미를 재워 맑은장국을 끓이다가 두부를 넣고 끓입니다. 파는 채쳐서 넣으십시오. 국이 다 끓거든 계란을 깨쳐 풀으십시오.
움 파 국	움 파 국	움파, 정육, 계란, 참기름, 깨소금, 간장 [6]	움파를 대가리만 손질 → 끓는 물에 살짝 데침 → 찬물에 담겨놓음 → 맑은 장국을 끓임 → 계란을 넣어 익힘	움파를 대가리는 잘르고 잎사귀만 끝을 따 버리고, 두 토막에 내서 끓는 물에 잠깐 데쳐 찬물에(307p) 담겨 놓고 꾸미를 채워서 맑은 장국을 끓이다가 넣고 잠깐 끓이다가 계란을 넣어 익히십시오.
미 역 국	미 역 국	미역, 정육, 간장, 참기름, 후추 [5]	미역을 불림 → 고기를 잘게 썬다 → 간장, 후추, 참기름, 양념 → 물을 붓고 끓임	좋은 장각(미역 이름)을 담겼다가 줄거리를 뜯어내고 과히 잘지 않게 찢어 놓고 고기를 잘게 썰어서 간장과 후춧가루 참기름 등만 치고 양념해서 물을 조금만 치고 볶다가 물을 아주 붓고 끓이십시오. 미역국에는 파 마늘은 안넣습니다.
어 굴 탕	어 굴 탕	복어껍질, 정육, 숙주, 계란, 밀가루, 간장, 깨소금, 참기름, 파, 후추, 두부	복어껍질을 손질 → 자잘하게 썬다 → 뜨거운물에 담구어 씻어냄 → 고기는 다짐 → 숙주는 손질 후 데쳐 썰어냄 →	복어껍질을 가에 붙은 가시를 쳐다 없이 하여가지고 가위로 자잘하게 썰어서 [중략] 동글납작하게 자그만하게 만들어서 밀가루와 계란을 씨워 담방담방 넣어 끓입니다. 위로 뜨면 다 익은 것이니 너무 오래 끓이지 마십시오.

		[11]	두부는 약간 첨가 → 갓은양념 → 맑은 장국을 끓임 → 재료를 동그랗 게 만들어 밀가루 와 계란을 씌움 → 끓여냄	오.
대 구 국	대 구 국	대구, 정육, 파, 마늘, 간장, 참기 름, 깨소금 [7]	대구 손질 후 토 막침 → 고기를 재움 → 무를 넣 고 장국을 끓임 → 양념을 넣음 → 물을 부어가며 끓임 → 볶음 → 물을 많이 넣어 끓임 → 끓는 물 에 생선을 넣어 끓여냄	정한 대구를 정히 다터서 대가리 를 자르고 내부도 끄내서 정히 씻어 놓고 알맞히 토막을 쳐 놓 고 꾸미를 재우고 무를 맑은 장 국을 끓이듯 알팍하게 썰어서 꾸 미하고 한데 양념해서 물은 조금 씩 붓고 볶다가 물을 아주 잡아 끓이다가 충분히 끓거든 생선을 넣어 끓이십시오. 파는 채쳐 넣 으십시오.
잡 탕	잡 탕	양사태, 곤 자, 뼈도가 니, 무, 실 백, 계란, 미나리, 밀 가루, 정육, 간장, 깨소 금, 후추, 파, 마늘 [14]	국거리를 넣고 끓 여냄 → 건더기를 다져냄 → 갓은양 념을 국물에 넣고 끓여냄 → 고명을 만듬 → 음식을 담고 → 고명을 올림	[중략] 모두기를 만들고 지단을 노른자 흰자를 각각 붙여서 미나 리는 지단과 같은 치수로 썰어 놓았다가 국을 뜨고 모두기를 넣 고 지단 부쳐 썬 것과 실백을 엮읍니다. 이것은 특히 비빔국수에 제일격 이고, 보통 밥상에 놓아도 관계 없읍니다.
초 교 탕	초 계 탕	영계, 닭, 오이, 점복, 표고, 해삼, 배, 실백, 깨, 계란, 간장, 깨소 금, 후추, 파, 참기름 [14]	깨를 손질 → 볶 아서 물을 부어 체에 걸러냄 → 닭손질 → 닭끓임 → 살만 발라냄 → 닭에 양념을 함 → 나머지 재 료준비 → 조리 → 전부 한데 섞 음 → 얼름과 고 명을 올려냄	깨를 거품을 정하게 해서 솥에다 백지를 깔고 조금씩 붓고 살살 볶아서 물을 조금 붓고 메에 갈 어가지고 체에다 걸르는데 너무 진하면 재미없으니 알맞히 물을 타십시오. [중략]해삼도 꼭 삶아 서 반에 갈러 속을 정하게 씻어 서 같은 치수로 썰어 놓읍니다. 배도 이와 같은 치수로 썰읍니 다. [후략]
추 탕	추 어탕	미꾸라지, 표고, 계란, 통고추, 두 부, 석이,	미꾸라지 해감 → 손질 → 물을붓고 끓여냄 → 건더기 만 건져냄 → 뼈	[전략] 다 익거든 건더기만 건져 서 대가리에서부터 살살 잡아당 겨서 뼈를 빼고 살은 도로 국물 에 다 넣고 두부는 얇게 저며서

		파, 마늘, 생강, 참기름, 깨소금, 간장 [9]	를 발라냄 → 나머지 재료를 체를 침 → 나머지 재료를 국에 넣어 끓임 → 계란을 풀고 고명을 올림	번철에다가 빛을 노릇하게 볶여 가지고 채로 썰어 넣고 표고도 붙여 채쳐서 넣습니다. [중략] 이것은 특히 약한 사람에게 좋은 거시니 자양분이 퍽 많은 것이며 어린애에게 더욱 좋은 것입니다.
--	--	-----------------------------	---	---

『조선요리법』에 기록된 맑은 장국류의 종류와 재료이다. 장국류는 총 19가지로, 곰국(1), (2), 골탕, 애탕국, 조기국(1), (2), 도미국, 준치국(1), (2), 오이무름국, 뱀어국, 두부국, 옴파국, 미역국, 어굴탕, 대구국, 잡탕, 초교탕, 추탕이 있다. 뱀어국은 뱀어를 찬물에 살짝 담갔다가 대가리는 버리고 잘게 다져놓고, 고기는 양념하여 맑은 장국을 끓이면 뱀어를 밀가루와 계란에 굴려 한 번 더 끓여준다고 나와 있다.

21. 찜류

표 21. 『조선요리법』에 기록된 찜류의 종류와 재료

음식명		재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어 명			
대화찜	대화찜	대화, 정육, 파, 간장, 참기름, 후춧가루, 계란, 밀가루, 송이(9)	생대화를 쪄놓고 썰어서 양념을 함 → 밀가루와 계란을 섞워 국에다 익힘 → 송이를 썰어서 계란을 얹고 끓임	생대화를 껍질을 벗겨서 반에 쪄 놓고 연한 살코기를 조금만 곱게 썰어서 양념해 맑은 장국을 맛있게 끓이다가 저며 놓은 대화를 밀가루와 계란을 섞워 [중략] 국물이 너무 많으면 덜 좋으니 바옥하게 탁 앙 그러지게 끓여야합니다.
가리찜	가리찜	가리, 계란, 간장, 설탕, 파, 마늘, 후춧가루, 깨소금, 참기름, 실백(10)	암소가리를 잘라 고아서 다짐 → 파 마늘을 다지고 후춧가루 깨소금 참기름 등을 침 → 설탕 간장으로 간을 쳐서 끓임 → 계란은 지단을 채쳐서 위에다 뿌림	연하고 좋은 암소가리를 한 치 길이쯤 잘라서 물이 잠길 만큼 붓고 고아서 잘 무르거든 건져서 파 마늘을 곱게 다져 넣고 [중략] 만일 간이 싱거우면 보통 집에 장을 쳐서 간을 맞추십시오. 계란은 지단을 붙여 채쳐서 그릇에 담고 위에다 뿌립니다.
떡찜(1)	떡찜(1)	흰떡, 양대창 사태 곤자소니, 정육, 참기름, 깨소금,	양 곤자소니 사태 대창 등을 고아서 양념을 함 → 육회 하듯 채쳐서 썰어줌 → 계란과 떡을 썰	먼저 양 곤자소니 사태 대창 등을 전부 국거리 고듯이 고아서 잘 무르거든 건져서 보통 국거리 썰듯 해서 갖은 양념을 간 맞게 하는데 이런 때는 집에 묶은장으로 간을

		간장, 애호박꼬지, 석이, 표고, 미나리 계란, 실백, 설탕, 파, 마늘, 후춧가루(17)	어서 끓임 → 간은 간장으로 함 → 석이채와 계란채를 얹음	맞추고 [중략] 간도 간장으로 하십시오. 다 되어서 그릇에 담을 제 석이채와 계란채를 얹습니다.
떡찜(2)	떡찜(2)	위와 같음		
배추찜	배추찜	배추속대, 양 사태 곤자소니 대창 정육, 파, 마늘, 후춧가루, 깨소금, 참기름, 간장(8)	양 사태 곤자소니 대창 등을 고아서 찢어줌 → 고기를 채쳐서 갖은 양념해서 끓임 → 배추속대만 데쳐서 찢임 → 실백도 넣어 끓임 → 계란은 채쳐서 위에 얹음	먼저 양 사태 곤자소니 대창 등을 국거리고릇 죽무르게 고아서 익혀둔 건져서 보통 국거리 썰듯 해 놓고 고기를 잘게 채쳐서 갖은 양념해서 한데 섞어 끓입니다.(중략) 계란은 지단 부쳐서 채쳐놓았다가 위에 얹습니다.
영계찜	영계찜	영계, 녹말, 잣가루, 계란, 정육, 석이, 표고, 숙주, 간장, 깨소금, 파, 후춧가루, 참기름(13)	영계 대가리와 발을 자르고 내장을 빼냄 → 살코기를 다져 양념을 하고 실로 몇 번 둘러메어줌 → 숙주를 넣고 표주와 찢어줌 → 닭에 온몸에다 녹말을 발라서 끓임 → 계란을 채쳐 지단체와 잣가루를 뿌려 줌	영계를 잡아 끓는 물에 뒤해서 대가리와 발을 잘르고 배를 내장을 끄내고 정히 씻어 놓고 연한 살코기를 다져 갖은 양념을 해서 닭배속에다(중략) 계란은 지단을 붙여서 채쳐 놓았다가 점을 뜨고 그 위에다가 지단체와 잣가루를 뿌려 놓습니다.

『조선요리법』에 기록된 찜류의 종류와 재료이다. 찜류는 총 6가지로 대화찜, 가리찜, 떡찜(1), (2), 배추찜, 영계찜이 있다. 영계찜은 속을 채워 실로 묶어두고, 닭의 온 몸에 녹말을 발라서 끓인다고 나와 있다.

22. 미음과 양집

표 22. 『조선요리법』에 기록된 미음과 양집류의 종류와 재료

음식명		재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
송미음	송미음	인삼, 황유, 대추,	인삼은 잘게 썬다 → 재료 손질 →	인삼은 대가리를 잘라서 잘게 썰고 대추는 벌레가 없는가 쪼개 보

		청정미 16) [4]	한데 섞음 → 물을 넣고 끓여냄 → 끓인 후 체에 걸러냄 → 설탕 넣음	아 넣으십시오. [중략] 삼십분은 잘못합니다. 달이거든 체에 걸르십시오. 설탕을 타서 잡수시오.
대추미음	대추미음	끓은대추, 청정미, 향, 설탕 [4]	모든재료를 넣음 → 물을 붓고 끓여냄 → 체에 걸러냄 → 설탕을 넣음	대추와 밤은 벌레 없이 골르고 청정미는 정히 씻어서 한데 고는데 물을 넉넉히 붓고 오래동안 몽근히 고아야 합니다. 건더기가 흐물흐물하게 될 제 체에 밍쳐 먹는데 설탕을 놓십시오. 이 분량은 대개 사인분은 될 듯 합니다.
조미음	조미음	메 곱쌀, 멍쌀, 생강, 설탕, 소금 [5]	조, 쌀을씻어 물을 붓고 끓여냄 → 고운체에 걸러냄 → 생강과 설탕, 소금을 넣음	조를 정히 쓸어서 일고 쌀을 씻어 일어서 남비에나 양은솔에다 물을 넉넉히 붓고 곱니다. 오래 끓어 퍼져서 아우러지거든 고운 체에다 밍치십시오. 생강집을 하시고 설탕이나 소금을 타서 잡수십시오.
쌀미음	쌀미음	멍쌀 [1]	멍쌀을 씻음 → 물을 넣고 끓여냄 → 체에 걸러냄	쌀미음은 멍쌀로 고는 것인데 보통 때는 별로 하지 않지마는 어디 초상집에 행웅 고아갑시다.
양집	양집	양지머리, 정육, 실백, 후추, 파, 마늘, 소금 [7]	양지머리를 양념을 넣고 끓여냄 → 고기를 다짐 → 모든 재료를 넣음 → 볶아냄 → 국물을 부음 → 실백을 넣음 → 양집을 짜냄	[중략]국물을 조금 다터 가지고 실백을 방명이 끝으로 자근자근 이겨서 양집 짤 때 섞어 가지고 고운 베형걸 같은데다가 꼭 비틀어 짜서 소금에 간맞추어 잡수십시오.

『조선요리법』에 기록된 미음과 양집류의 종류와 재료이다. 미음과 양집류는 총 5가지로 송미음, 대추미음, 조미음, 쌀미음, 양집이 있다. 4가지의 미음은 모든 재료를 삶거나 끓여낸 후, 체에 걸러 간을 하고, 양집은 양지머리를 끓이고, 형겅에 꼭 짜서 간을 한다고 나와 있다.

23. 정과류

표 23. 『조선요리법』에 기록된 정과류의 종류와 재료

음식명		재료(재)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			

16) 청정미 : 과다스럽하고 피색빛나는 차조

		료가짓수)		
산사정과	산사정과	산사, 설 탕 이 나 꿀 [2]	산사를 솔에 찌냄 → 으깨놓음 → 설 탕이나 꿀은 넣음	산사를 멀대 없이 골라서 솔에 찌 가지고 식기 전에 뭉개서 체에다 걸러 설탕이나 꿀을 적당히 타서 씹습니다. 혹 뭉으로 설탕에 조려서도 씹습니다.
무과정과	무과정과	무과, 설 탕 이 나 꿀[2]	무과 손질 → 솔에 찌냄 → 체에다가 걸러냄 → 설탕이 랑 꿀을 넣음	무과를 껍질을 벗기고 얇작하게 저 며서 솔에 찌가지고 식기 전에 체 에다 걸러서 설탕이나 꿀을 타서 쓰는게 색을 내려면 반씩 갈려서 말기 등을 섞어 쓰면 좋습니다.
행인정과	살구씨정 과	행인, 설 탕[2]	행인을 물에 불림 → 설탕물을 쳐서 끓임	행인을 물에 담겨 불려서 속껍질을 벗기고 설탕에다가 물을 조금 쳐서 끓이다가 넣고 조려 냅니다.
청매정과	청매정과	청매, 설 탕 [2]	청매를 설탕을 넣 음 → 볶아냄	청매를 설탕에다 물을 조금만 쳐서 끓이다가 넣어서 볶아 냅니다.
생정과	생정과	설 탕 물, 생 강 (민 강) [2]	생강을 얇게 저밌 → 물을 넣고 끓임 → 건더기만 건져 냄 → 설탕을 넣고 조려냄	전에서 민강으로 정과감으로 만들 어 과는 것이 있는데 그런 것을 사 면 얇게 저며서 설탕물(311p)가 볶아냅니다. 생강이면 껍질을 벗겨 서 얇게 저며 한소끔 끓여 버리고 설탕을 달게 넣고 조려 냅니다.
문동과 ¹⁷⁾	문동과	문 동 과, 설 탕 물 [2]	문동과에 설탕을 넣어 조려냄	문동과도 설탕물을 끓이다가 조려 씹습니다.
연근정과	연근정과	연근, 설 탕물 [2]	연근 손질 → 알맞 게 썬다 → 설탕물 을 끓여 조려냄	연근도 정과거리로 만들어 놓고 파 는 것을 사다가 알맞은 두께로 썰 어서 설탕물을 끓이다가 조려냅니 다. 만일 날것이면 껍질을 벗겨서 썰어가지고 흠설탕과 꿀을 섞은 후 불을 조그만치 타서 끓이면서 볶아 조립니다. 빛이 가무스럼해야 합니 다.
건포도정 과	건포도정 과	건 포 도, 설 탕 물 [2]	건포도에 설탕물을 넣음 → 끓여냄	건포도두 설탕물을 끓이다가 조려 냅니다.
굴정과	굴정과	굴, 설탕 [2]	굴의 껍질 깐다 → 알맞게 썬다 → 설 탕에 재워둠	굴을 껍질을 벗기고 등글게 썰어 설탕에 재우는데 다른 정과하고 결 드려 쓸 제는 공으로 썰지를 말고 쑥쑥히 떼어서 설탕에 재워 씹니다.

17) 한액재의 한 종류로 천문동(天門冬)을 의미한다. 이명으로는 薺冬(문동), 顛勒(전럭), 顛棘(전극), 天棘(천극), 萬歲藤(만세등)이 있다.

『조선요리법』에 기록된 정과류의 종류와 재료이다. 정과류는 총 9가지로 산사정과, 무과정과, 행인정과, 청매정과, 생정과, 문동과, 연근정과, 건포도정과, 굴정과가 있다. 청매 정과는 물에 설탕 넣고, 끓이다가 매실을 넣어 볶아낸다고 나와 있다.

24. 찜류

표 24. 『조선요리법』에 기록된 찜류의 종류와 재료

음식명		재료(재료가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
상치찜절차	상추찜절차	상치, 실과, 썩갓, 상갓. 섭산적, 민어찌개, 햇갓두기, 햇김치, 무맑은장국, 도미조림, 생선보싱이, 고추장볶음, 비빔밥, 겨자집 [15]	쌈채소류는 손질 후 물기를 빼놓음 → 섭산적만 들기(다진고기에 양념하여 모양내어 굽기) → 민어찌개(호박을조금 넣어 고추장을 넣고 민어를 넣어 끓여냄) → 무맑은장국 끓이기(다시마를 제외하고 끓여냄) → 생선보싱이(민어를 손질하여 솔에 찌서 살코기를 부수어 볶아내어 갖은양념을 하여 문혀논다) → 고추장볶음(고기와 동어를 다져서 양념을 하여 끓여냄) → 비빔밥(밥을 짓고, 채소류들을 준비, 정육을 볶아넣고, 알쌈을 만듦, 한데넣고 비빈다.)	상치는 넓은 잎을 그리마나 죽 없는 것으로 골라서 정하게 씻어 마지막 씻을 제 물에다 참기름을 두어 방울 떨어뜨려 행귀서 착착 개켜서 놓고 썩갓 상갓 실파 등도 각자 씻어서 썰썰이 놓음(312p)니다. [중략]상치쌈에 적은 비빔밥이지마는 비비지 않고 휘밥으로도 좋습니다. 겨자집도 맛있게 다 놓으십시오.
곰취쌈	곰취쌈	곰취, 고	방법1) 날로 먹	곰취는 날로 잡수셔도 향취가 나

		기, 갓은 양념, 고추장 [4]	어도됨 방법2)말린것은 → 삶음 → 양념 방법3)취를 편다 → 양념한 고기를 올린다 → 솥에서 찌낸다.	서 매우 좋습니다. 말린 것은 알맞게 삶어서 갓은 양념하고 고기도 곱게 다져서 갓은 양념을 합니다. 취를 펴서 착착 접어 놓고 양념한 고기를 얇게 한켜를 켜 놓읍니다. 이와 같이 다 해서는 밥솥에다 찌서는 다시 불에 잠깐 올려 놓았다가 고추장에 잡수십시오.
깻잎쌈	깻잎쌈	들깨잎, 갓은 양념, 고기, 고추장[4]	들깨잎을 손질 → 갓은양념 → 고기 다져서 양념 → 한켜씩 번갈아가며 올려놓고 솥에서 찌낸다.	들깨잎을 끓는 물에다 얼핏 불려내서 갓은 양념하고 고기도 곱게 다져서 양념해서 한 켜씩 섞바꾸어가며 얹혀서 밥솥에다가 찌서 불에 잠깐동안 끓여서 고추장에 잡수십시오.

『조선요리법』에 기록된 쌈류의 종류와 재료이다. 쌈류는 총 3가지이며, 상치쌈절차(상추쌈절차), 곰취쌈, 깻잎쌈이 있다. 곰취쌈은 조리법이 3가지인데, 1번은 날로 먹고, 2번은 삶아서 양념과 먹고, 3번은 삶은 곰취에 양념한 고기를 올려 찌내는 조리법이 나와 있다.

25. 생실과 웃기

표 25. 『조선요리법』에 기록된 생실과 웃기의 종류와 재료

네가지 음식은 전부 한 데 곁드리는 것인데, 소대기에나 큰 잔치 때 생실과 웃기로 하는 것이다.

음식명		재료(재료가 짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어 명			
울안	울안	질은밥, 꿀, 설탕, 잣가루, 계피가루 [4]	생롤 삶기 → 뭉개어 걸러냄 → 계피가루, 설탕, 꿀을넣어 반죽 → 밤모양으로 만듦 → 꿀을 바르고 잣가루 문힘	생롤을 삶어 까서 방멍이 같은 것으로 뭉개가지고 도듬이에다 팔거도릇 걸릅니다. 그래가지고 계피가루를 치고 설탕을 넣은 후 꿀을 조금만 넣고 고루 섞어서 반죽합니다. 그것을 적은 밤톨만큼씩 떼어가지고 모양을 밤모양으로 만들어서 꿀을 바르고 잣가루를 문힙니다. 이것은 큰 잔치 때 생실과 웃기로 하는 것입니다.
조란	조란	대추, 밤.	대추를 손질 → 설	대추를 찌서 도듬이에 걸러서 설탕과

		계 피 가루, 설탕, 꿀, 잣가루[6]	당과 꿀을 친다 → 밤삶기 → 멩개어 걸러냄 → 계피가루와 설탕을 약간 쳐서 반죽 → 대추모양으로 냄 → 안에 대추와 밤을 넣음 → 꿀을 바르고 잣가루를 묻힘	꿀을 알맞게 쳐서 섞어 놓고 밤도 삶아 방명이 같은 것으로 멩개서 도듬이에 걸러서 계피가루와 설탕을 약간 쳐서 반죽해 놓읍니다. 그 다음 대추를 조금 떼어가지고 밤을 대추만큼씩 떼어서 씨를 박아 대추모양과 같이 만들어서 꿀을 바르고 잣가루를 묻힙니다. 이것도 큰 잔치 때 생실과 웃기로 합니다. 소대기에 합니다.
생편	생편	생강, 녹말가루, 설탕, 꿀, 잣가루 [5]	생강을 얇게 저밌 → 끓여냄 → 다져냄 → 녹말가루를 넣음 → 설탕, 꿀을 넣음 → 냄비에 넣고 익혀냄 → 생강모양냄 → 꿀을 바르고 잣가루를 묻힘	생강을 껍질을 벗기고 얇게 저며서 한소끔 끓여 내서 곱게 다집니다. 다 다져지거든 녹말가루를 치고 설탕을 섞고 꿀을 조금만 쳐서 냄비에 담어 불에 놓고 익힙니다. 익어 덩어리가 되거든 불 위에서 내려놓고 조금씩 떼어 생강모양으로 요모조모나오게 만들어가지고 꿀을 바르고 잣가루를 묻힙니다.
녹말편	녹말편	녹말가루, 설탕, 오미자국, 딸기물 [4]	오미자국을 만들어 물에 타서 고운체에 발여놓음 → 녹말을 푼다 → 딸기물을 넣음 → 고운체에다가 발여놓음 → 불에 올려놓음 → 설탕을 넣음 → 식혀냄 → 모양낸다	[중략]다 식은 후에 썰어서 씹니다. 만일 반죽이 된 듯하면 물을 더 치고 녹을 듯싶으면 마른 찬물에다가 가루를 조금만 개서 붓고 저어 익히십시오. 위에서부터 네 가지는 전부 한 데 결드리는 것인데 소대기에나 큰 잔치 때 생실과 웃기로 하는 것입니다.

『조선요리법』에 기록된 생실과 웃기의 종류와 재료이다. 4가지 음식(울란, 조란, 생편, 녹말편)은 전부 한 데 곁들이는 것인데, 소대기에나 큰 잔치 때 생실과 웃기로 하는 것이다. 이 중, 녹말편은 오미자국에 물에 타서 체에 받쳐 녹말을 풀어 딸기물을 섞고 한번 더 체에 받쳐 불에 올린 후 식혀서 모양을 내도록 나와 있다.

표 24. 『조선요리법』에 기록된 젓갈 담는 법의 종류와 재료

음식명		재료(재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
조기젓	조기젓	조기, 소금[2]	조가 손질하여 준비 → 채반에 건져 물기뺀 → 아가미와 아가리 쪽	조기는 굵고 잠깐축한듯 해야 젓국이 많이 나고 조기젓이 뽀뽀한 것이 좋습니다. [중략] 이와 같이 다 되거든 돌로 무겁게 꼭 눌러놓고

			에 소금을 가득넣음 → 향아리에다가 담음 → 소금을 수북히 쌓음 → 돌로눌러 봉함	공기 안 들어가게 꼭 봉해 두십시오. 소금은 육텃이 대야 합니다. 그리고 소금빛이 눈빛같이 너무 흰 것은 도리어 감미가 적고 약간 재빛같은 보요스럼한 기 있는 것이 좋습니다.
준 어 젓	준 어 젓	준치, 소금[2]	준치 손질하여 준비 → 채반에 건져 물기 뺌 → 아가미와 아가리 쪽에 소금을 가득넣음 → 향아리에다가 담음 → 소금을 수북히 쌓음 → 돌로눌러 봉함	준치젓은 내장을 끄내고 역시 조기젓 담그듯이 합니다.
병 어 젓	병 어 젓	병어, 소금[2]	병어 손질하여 준비 → 채반에 건져 물기뺌 → 아가미와 아가리 쪽에 소금을 가득넣음 → 향아리에다가 담음 → 소금을 수북히 쌓음 → 돌로눌러 봉함	병어젓은 그대로 조기젓 담그듯 합니다. 이 세 가지는 김장 때 가장 필요한 것입니다.
굴 젓	굴 젓	굴, 생돔, 배, 파, 무, 마늘, 생강, 소금, 고춧가루[9]	굴에 소금을 쳐서 씻어 체에 걸러놓음 → 갇은재료도 손질 → 한곳에 담아 물을 부어 끓여냄 → 갇은양념 → 버무림 → 배를 무쪽처럼 썰어 향아리에 같이 담아냄	[전략] 먼저 두들 얇게 곧대짝만하게 썰고 밤도 같이 채치고 해서 고추가루를 먼저 섞어 물을 붙여서 훌훌 섞읍니다. 그런 후 파 마늘 생강 등을 곱게 채쳐 넣고 고루 버무려서 고추물을 다 들여 가지고 간을 맞춥니다. 향아리에 담을 적에 배를 무쪽같이 썰은 지 채를 쳐서 섞어 담아 익히십시오.
게 젓	게 젓	암게, 진간장, 생강, 마늘, 통고추[5]	암게 해금내 안나도록 손질 → 물기를 다 빼냄 → 끓인 진간장을 식혀 게에 부음 → 갇은재료를 넣음 → 봉해둠 → 안에 넣은 간장을	[전략]장 많이 든 암게를 정하게 솔도른 길러 씻어서 해금내 안 나도록 정히 씻어서 향아리에 담고 채반 같은 것으로 덮어 놓아 물을 죄다 빼가지고 진간장을 충분히 끓여서 식혀 부어야 됩니다. 그리고 통고추를 몇개만 두어 토막에 내고 마늘을 반쪽에만 쪼개고 생강도 넓

			끓인 후 식혀 넣음, 서너차례 반복 → 익힘	적넓적하게 저며 넣어서 꼭 봉해두었다가[후략]
속 찻	속 찻	조기, 준어, 갈치의 내장, 소금, 고춧가루 [3]	조기, 준어, 갈치의 내장을 준비 → 소금과 고춧가루를 넣어 버무리 → 향아리에 담아 봉해둠 → 삭힘	가조기 만들 제 끄낸 조기 내장을 군물 안 들어가게 소금과 고춧가루만 섞어 버무리서 김 안들어가게 꼭 봉해두었다가 익거든 잡수십시오. 소금을 간이 조금 센 듯하게 해야 여름을 지내도 변함이 없습니다. [후략]
뱅어 찻	뱅어 찻	뱅어, 고춧가루, 소금, 생강[4]	뱅어를 씻어 물기를 빼냄 → 고춧가루와 생강, 소금을 적당히 넣음 → 간을 맞춤 → 향아리에 담아 봉해둠 → 삭힘	뱅어를 정히 씻어서 소쿠리 같은데다가 건져서 물을 빼가지고 고춧가루를 빛이 곱게 치고 생강을 조금만 다져 넣고 소금을 적당히 쳐서 간을 맞추어서 향아리에 담아 익혀 잡수십시오. 텅고 신기한 감미는 없으나 담박하여 좋습니다.

『조선요리법』에 기록된 찻갈 담는 법의 종류와 재료이다. 찻갈은 총 7가지로 조기찻, 준어찻, 뱅어찻, 굴찻, 계찻, 속찻, 뱅어찻이 있다. 계찻은 끓인 진간장을 식혀 붓고 봉해두었다가 안의 간장을 끓이고 식혀 넣는 것을 서너 차례 반복해 익히라고 나와 있다.

【관련논저】

이성우, 『한국식경대전(韓國食經大典)』, 향문사, 1981

【집필자】

정혜경(호서대학교) · 우나리아(호서대학교) · 배은석(한국에코뮤지엄연구소)

【자료명】

『조선요리학』

【정의】

홍선표가 1940년에 지은 한국음식 재료와 식사법, 음식유래 등을 적은 책이다. 홍선표는 해방후 서울에서 굴비, 젓강, 장아찌등을 반찬가게에서 팔면서 한국 고유의 반찬에 대하여 신문에 연재하였고, 이를 바탕으로 ‘본대로 또는 먹어본 대로, 순서없이 기록하였다’고 서문에 책의 저술의도를 밝히었다.

【서지】

표제/책임표시사항 : 조선요리학(朝鮮料理學)
저자: 홍선표
발행사항 : 경성(京城): 조광사(朝光社), 소화(昭和) 15[1940]
형태사항 : 265p.: 삽도: 19cm.
소장처 : 국립중앙도서관

【목차와 구성】

제1편에는 ‘식물(食物)원칙’으로 신선, 생물(生物), 천연물, 수명장수, 치밀한 조직, 유치물(幼稚物), 근처식물(近處食物)을 취할 것, 자극이 무(無)한 것을, ‘요리(料理)원칙’으로 천연미(天然味) 주장, 천연에 배합, 소화배설의 조화, 오미(五味)를, ‘식사법(食事法)원칙’으로 대기이식(待飢而食), 저작(咀嚼), 부족(不足)식사, 천연표준을 각각 다루고 있다.

다음으로 제2편에는 영양분, 취반(炊飯), 고명(高名)과 양념(藥鹽), 생강, 백청(蜂蜜), 육미육진(六味六珍), 신선로와 전골의 유래, 진장(陳藏), 야채류, 와거(萵苣, 상치), 과류(瓜類, 오이), 송이, 해의(海衣, 김), 어류(魚類, 생선), 백하젓, 어란(魚卵), 창란(腸卵)젓, 염려(鹽蠟, 어리굴젓), 멸치젓, 명난젓, 소·돼지·닭고기(牛豚鷄肉), 산계(山鷄, 雉), 두부, 장산(醬蒜), 과종(果種), 약식 등을 서술하였다.

마지막으로 제3편은 승기악탕(勝妓樂湯, 도미찜), 설농탕(設農湯), 구탕(狗湯)과 삼복일, 정초와 탕병(湯餅), 탕평채(蕩平菜, 초나물·묵나물), 동과(冬瓜), 청근(菁根)의 약효, 저(箸), 궁중음식, 감별법, 식탁기담(食卓奇談), 기식물(忌食物), 차(茶) 등에 관하여 집필하였다.

【음식관련 내용】

1. 고명과 약염

고명과 약염의 분류

: 같은 말이라고 볼 수 있고 대부분 뜻이 혼동되어 사용되고 있으나, 이는 고명이 약염이

되고 약염이 고명이 되는 경우가 빈번하여 일어난 현상으로 보인다. 고명은 대개 음식의 식감을 좋아 보이게 하기 위하여 외양을 보기 좋게 만들면서도 음식의 맛에 변화를 주지 않는 것인 반면 약염은 이를 첨가함으로써 음식의 맛에 변화를 주는 것으로, 한자로는 양념이라고 쓸 수도 있을 것이다.

표 1. 고명과 약염 중 생강과 꿀의 쓰임과 나는 시기, 생산지, 품질

고명과 약염		쓰임 용도	나는 시기	생산지	품질
원문명	현대어명				
-	생강	고명, 감칠맛내기, 맛의 유지, 차, 편 등	가을	전라도 완주 외 전국 각지	상등 품질 : 여름내 자란 것을 가을에 수확한 것, 전라도 완주에서 나는 것
백청	꿀	영양공급, 피부미용, 감기·혈액순환·변비·기생충제거 등에 도움	-	-	상등 품질 : 하절기에는 심히 맑고 액체 형태인 것, 동절기에는 백색으로 흰돌맹이 같은 고체로 된 것. 잡물이 섞이지 않은 것, 양봉꿀보다 자연꿀이 더 좋은 것(수분이 함유되지 않았기 때문)

조선요리학에 기록된 고명과 약염 중 생강과 꿀의 쓰임과 나는 시기, 생산지, 품질이다.

생강과 백청(꿀)이 있는데, 생강은 고명, 감칠맛을 내는 용도이고, 백청은 영양공급, 피부미용, 감기 등에 도움을 준다고 나와 있다.

2. 六味(육미)八珍(팔진) 神仙爐(신선로)氈骨(전골)의 由來(유래)

신선로의 차별성 : 만드는 법에 있어서 전골보다 가짓수가 많다. 품질 좋고 값있는 재료로 사치스럽게 만드는 음식이라는 점과 그릇 자체에서 전골과는 차별성을 지닌다. 불에 내리 끓여 먹는다는 점에서 국과 찌개와도 다른 음식이다.

신선로의 유래 : 산수 간을 유랑하며 이름을 ‘이천년’이라 지은 승이 있었는데, 사람들로 부터 신선 의 풍이 있다 평가되었다. 그가 화로를 만들어 조석으로 화로 하나로 밥을 지어 먹으니 그가 신선이 되어간 후에 세상 사람들이 그 화로를 신선로라 일컫은 것이 유래가 되었다.

일기회 : 신선로가 상품으로 판매된 것이 불과 십 년도 되지 않아 그 이전에는 가정집에서 각자의 방법으로 신선로를 만들어 먹었다. 각각 가정의 솜씨를 자랑하고 친한 사람들끼리 음식을 나누어 먹자는 뜻으로 만들어진 모임이 일기회이다. 평양의 어복장군과, 여러 사람이 한 가지 재료씩을 가지고 모여 끓여 먹는 잡탕국도 이에서 유래되었다.

3. 전골

정의

: 냄비에 음식물을 한 데에 넣고 끓이는 것으로, 신선로와 같이, 끓이는 음식을 담은 그릇이다. 찌개는 한 가지 물건에 고명을 넣어 끓이는 것이지만, 전골은 여러 찌개를 합한 것으로 찌개와는 다르다. 끓이는 물건에 따라 이름이 다양하다.

유래

① 상고시대에 군사들이 머리에 쓰는 철모를 이용해 음식들을 끓여 먹었다. 이 때, 불규칙하게 아무 음식을 넣어 끓여먹던 것이 습관이 되어, 가정에서도 냄비를 전(甑)모양으로 만들어 끓여먹던 것을 전골이라 하여 왔다.

② 이토정 선생이 항상 철을 머리에 쓰고 다니다가 고기나 생선을 얻으면 이 철에 끓여먹었다는 것에서 유래되었다.

4. 김치

예로부터 김장철이 되면 평상시 출입을 일절 않던 규방 처녀들도 김장을 하러 나왔다는 점이나, 관아와 나라에서 김장을 중히 여긴 점, 김장철에 다른 상점들은 돈이 돌지 않았다는 점 등으로 미루어 보아 김치가 우리 생활에 얼마나 중요한 음식인지 알 수 있다.

유래

: 김장김치가 어느 때부터 시작되었는지에 대한 기록은 없다. 단, 지나(중국)의 기록을 본다면 주문왕 때에 처음으로 창포김치를 만들어 먹기 시작하였고, 현대에도 사천지방의 특별한 잔치에는 이 김치를 만들어 먹는다. 이 점과 우리의 일반적 문화가 지나로부터 수입된 것을 미루어보았을 때 김치 역시 지나로부터 들어왔을 것으로 추정한다.

김치의 시초

: 처음에는 야채를 그대로 먹다가, 오래 두면 먹지 못하게 되니 지식이 발전됨에 따라 소금에 절이겠다는 생각을 하게 되었다. 기술 진보에 따라 이것저것 다른 것을 섞어서 조미료를 하기 시작하였는데, 백채가 다른 야채보다 재배가 쉽고 단점이 적은 까닭으로 이를 채하여 김치를 만든 것이 그 시작이다.

표 2. 김장김치의 종류와 통김치를 담그는 조건, 통김치 속, 조리시기와 조리법

종류	통김치 조건	통김치 속	조리시기	조리법
백채, 청순, 열무, 오이, 박, 가지, 콩나물, 상갓, 돌나물 등	좋은 백채 선택, 김치를 담는 오지독의 바른 선택(봄에 만든 독, 크기가 작은 것, 짙뚜껑)	고초, 파, 마늘, 생강, 갓, 미나리, 이외에 소고기, 굴 락지 등	입동 - 구월 입동 : 입동이 지난 뒤 김장 - 시월 입동 : 입동 전 김장	손대중으로 집집마다 다름. 대개 백채 백통 기준으로 소금 일과 두삼승, 마늘 오합, 실고초 이백문, 생강 이백문, 조기 이십개, 청각 오합, 파 일○, 갓 일○, 미나리 일○, 무채 이○의 비율

『조선요리학』에 기록된 김장김치의 종류와 통김치를 담그는 조건, 통김치 속, 조리시기와 조리법이다. 통김치를 담는 조건은 오지독이 봄에 만들고 크기가 작은 것으로 짙뚜껑이 필요하다고 나와 있다.

표 3. 동치미와 전라도지, 개성 보김치의 재료와 특이성, 고명·약염, 조리법

종류		재료	특이성	고명·약염	조리법
원문명	현대어명				
동침이	동치미	마늘, 생강, 파, 배, 밤, 준치젓, 청각, 갓, 유자, 실고초 등	-	파, 배, 마늘, 밤, 생강, 준치젓, 유자	백채에 고명 넣고 동임 → 무와 백채를 소금에 절임 → 고명, 무, 백채 한 켠씩 그릇에 가득 담음 → 파뿌리와 갓으로 덮음 → 소

					금물, 조기젓국물 붓고 서늘한 광속에 한주일간 묻어둠
-	전라도 지(=경성 동치미, 짬지)	-	-	고초가루, 파, 마늘, 생강, 갓, 청각, 깨소금, 찹쌀가루, 소고기, 생선복, 조기젓, 락지, 배, 밤, 메리치젓, 배채 등	백채에 소금 치기 → 고초가루와 실고초로 빨개지도록 무치기 → 멸치젓으로 간하기 → 파, 마늘, 생강, 깨소금, 찹쌀죽 부어 골고루 문지르기 → 속 넣기 → 돌로 눌러 그대로 익히기(경성 지방은 물 넣음)
-	개성 보김치	-	개성 백채는 백채 중 잎사귀가 유난히 넓어 보김치는 개성에서만 제작 가능, 고명을 보에 싸서 익히는 탓에 맛이 깊음	온갖 고명을 보같이 싸서 익힘	고명을 보에 싸 익히기 → 배춧잎에 여러 가지 물건을 찢어 넣기 → 봉하였다가 통째 먹음

『조선요리학』에 기록된 동치미와 전라도지, 개성 보김치의 재료와 특이성, 고명·약염, 조리법이다. 동치미, 전라도지, 개성 보김치가 있는데, 이 중 전라도지는 멸치젓으로 간을 하고 양념을 부어 문질러 속을 넣는데, 경성지방은 물을 넣는다고 나와 있다.

5. 야채류

우리 생활에 있어 어류나 조류보다 훨씬 많이 사용되는 중요한 요소이다.

표 4. 야채류의 종류와 용도, 시기, 효능과 선별 방법

종류		쓰임 용도	나는 시기	효능	품질
원문명	현대어명				
거와, 상치	상추	반찬, 쌈채소 등	사시사철.	비타민 ABCE 함유, 빈혈증·신	뽑은지 오래 되지 않은 신선한

			먹는 시기로는 삼복 안에 먹는 것이 보통이고, 가장 좋은 때는 복중	경과민·불증에 효과	것이 상등 품질
과온	오이	오이창국, 무침, 장앗지, 소배기, 김치, 외지, 오이채나물, 통김치	여름	빈혈에 효과, 혈관의 화를 막음, 혈액 정화	구부러지지 않고 뺏뺏하며 가운데가 가늘고 초록색이 돌고 광택이 있는 것이 상등 품질
-	송이	-	가을 추석 전 후 많이 캐냄	영양 풍부	대가리가 둥근 것, 줄거리가 잘고 굵은 것, 색이 변하지 않은 것, 단단한 것, 벌레가 없는 것이 상등 품질

『조선요리학』에 기록된 야채류의 종류와 용도, 시기, 효능과 선별 방법이다. 야채는 총 3가지로 거와, 상치(상추), 과온(오이), 송이가 있다. 과온(오이)은 빈혈에 효과가 있고, 혈관의 화를 막고, 혈액 정화에 효능이 있다고 나와 있다.

6. 해의(=김)

유래

: 조선시대 전라남도 완도에서 시작한 것이 오늘날까지 전래하였다. <동국여지승람>에 보면 전남 완도에서 400년 이전에 흙으로 진중이 알든 기록이 있다.

효능

: 수산물 중 가장 영양 풍부, 편리함, 식물임에도 동물성 영양분인 단백질 함유

품질

: 김의 고유한 색의 흑색은 삼색이 조화된 것이므로 이 색이 완전한 것, 손으로 만져 보아 표면이 미끄럽고 일직선이 되는 것이 상등품이다.

보관법

: 공기가 통하지 않는 곳에 밀봉, 김을 담은 것 밑에 대삼을 깔아두거나 나무분말을 깔아 둘 것 등

7. 생선

우리 국토의 삼면이 해양인 까닭에 해산물이 상당한 지위에 있을 뿐 아니라, 일년 내내 시기를 따라 먹기 때문에 그 조리법과 종류가 다양해 야채류 다음으로 중요한 산물이다. 생선은 단백질과 영양이 풍부한 장점이 있고, 산란기의 생선이 가장 맛있다.

표 5. 몇 가지 생선과 다양한 명칭, 가장 맛있는 시기, 품질과 특이성

종류	명칭	맛 최상 시기	품질	특이성
조기	조기, 석수어, 굴비(말린 것)	입하가 지나고 소만이 가까워졌을 시기	영광이 유명 산지	-
준치	준치, 시어, 진어	오월 초	-	잡는 방법에 따른 이(二)종류 a. 비늘준치 : 낚시대로 잡아 비늘이 있는 것 b. 골준치 : 그물로 잡아 비늘이 없는 것. 쉽게 상함
도미	도미	겨울을 지나 따스기 시작할 때, 3~4월 경	해산·서해 충남이 유명 산지. 육질이 굳세지 않은 것, 적색포가 발달되어 고발도색의 포가 선명한 것, 삼백문~칠백문 이하의 것	-
갈치	갈치(남선지방과 경기 이남지방), 칼치(서선 지방).	-	경남 강 연해가 유명 산지	-

	대도어 등			
송어	송어, 모장이, 목연옷, 모그래기, 수어, 살뭇치, 모쟁이, 사시, 뚝다리, 동어 등 지방마다 다양	-	전남 영산강이 가장 좋은 산지, 하류·전북 만경강 구·충남 아산·평남 대동강 등이 유명 산지	-
삼치	삼치, 망어, 만어	-	-	'망어'라는 명칭 중 '망(亡)'자의 어감이 좋지 않다 하여 조선시대 어촌에서는 식용하지 아니함, 최근까지도 관혼상제에는 사용하지 않는 풍습이 존재
붕어	부어, 붕어, 싸리붕어, 왕붕어	산란기(5~7월) 직전, 산란기 일개월 후 하절간	-	-

『조선요리학』에 기록된 몇 가지 생선과 다양한 명칭, 가장 맛있는 시기, 품질과 특이성이다. 생선은 7가지이고, 조기, 준치, 도미, 갈치, 송어, 삼치, 붕어가 있다. 준치를 잡는 방법은 2가지가 있는데, 비늘준치는 낚시대로 잡아 비늘이 있는 것이며, 골준치는 그물로 잡아 비늘이 없는 것으로 쉽게 상하는 특징이 나와 있다.

8. 白(백) ○ 것

조선시대부터 일년에 3~4회씩 반찬 ○○에 큰일을 삼는 일이 있으니 이 중 하나가 젓갈이다. 따라서 젓갈은 우리네 밥상에 있어 ○○(상)으로나 시간상으로나 적지 않은 부분을 차지한다고 할 수 있다. 젓갈이 만들어진 까닭으로는 첫째 교통의 불편과, 둘째 상업이 발달되지 못하였던 점이 있다.

어란

: 어란의 경우 송어란과 민어란의 두 가지 종류가 있다.

송란은 생선 자체가 민어같이 크기 못하여 민어란보다 송어란의 크기가 작다. 맛이 민란보다 뛰어나 비록 민란에 비해 적게 생산되지만 어란을 사려는 사람들은 대개 송란을 찾게

된다. 그러나 송란이 희귀하여 상인들이 민란을 송란으로 속여 파는 일이 간혹 있다. 송란은 민란보다 속 분자란이 잘고 또렷하면서 민란에 비해 약간 검은색을 띄고 있어 구분이 가능하다.

민란은 민어가 삼복이 가까울수록 기름지기 시작하여 초복을 지나며 성체가 되는 탓에 란도 이 시기에 성란이 된다. 건민어가 나기 전에도 민란이 생기는 것은 란을 입으로 잡아 빼서 다 자라지 않은 것으로 만들기 때문에 란이 성치 못한 것도 더러 있다.

표 6. 여러 젓갈의 정의, 명칭, 효능, 시기, 품질, 조리법

종류	정의	명칭	효능	시기	품질	조리법
새우젓	-	오젓, 육젓, 추젓, 밤불잡이, 낮불잡이, 새얼룩	-	-	6월에 나는 육젓이 최상품. 그 중에서도 초복을 지나 중복이 되기 전의 것. 색깔이 원물에 있는 밤불잡이가 최상품이고 머리와 콩지가 붙은 새얼룩이 중품. 소산지에서부터 독에 담아 수도로 온 것, 잡것이 섞이지 않은 것, 새우가 단단하고 희면서도 약간 붉은 것이 좋은 것	-
어란	-	-	-	-	배를 짜고 란을 성하게 꺼낸 것, 분자가 또렷하고 전체적으로 황적색의 에아모선이 없는 것이 좋은 것	란을 꺼내는 즉시 소금에 절이기 → 3~4일 뒤 뽀뽀하고 단단해진 란을 꺼내 앞을 물에 담그되 태양을 보게 하기 → 물에 씻은 뒤 물에 4시간가량 담그기 → 위에서 아래로 정하게 씻

						은 뒤 채판에 위가 아래로 되도록 하여 말리기(수분 유지) → 태양에 이틀 말리기 → 물에 한 시간 담가 두었다가 씻어 이틀 말리기 → 물에 담구었다가 다시 말리기
장란젓	복어 창자로 만든 젓	장란젓, 창란젓	풍부한 영양	-	-	-
조기젓	-	-	풍부한 영양, 내장을 제거하지 않고 담구어 깊은 맛	-	성한 것보다 약간 냄새가 나고 상한 것이 좋은 것(성한 것은 어름에 섞어오는 까닭으로 다른 잡물 즉, 수분이 섞여있는 것이나 조금 상한 듯한 것은 생선대로 어름을 채지 아니하고 그대로 가지고온 순진한 조기), 신선한 것보다 부패한 기운이 있는 것 즉 내장이 발효되어 무조기가 된 것이 맛이 있고 국물도 순진하여 좋은 것	-
어리 굴젓	-	-	패류 중 가장 많은 영양분	-	소산지인 간월도 것이 가장 좋은 것. 그 중에서도 ○氏(씨)家(가)에서 數百(수백)年(년)을 두고 만든 어리굴젓이 가장 유명	8월 초순때부터 딴 좋은 적굴을 껍질이 붙지 않도록 고른 뒤 수분이 없도록 하기 → 고초를 잘 말린 후 씨를 모두 빼내어 가루 만들기 → 2~3일

					(○氏(씨)家(가)의 어리굴젓 만드는 법 : 늦그릇으로 만 든 밥주발 두 개 에 간월도 굴을 담아, 뚜껑한 개 분량의 소금으로 절이기 → 7일 뒤 물을 버리고 뚜껑 한 개분 소 금과 뚜껑 한 개 분 고초가루를 합하여 굴을 격 지격지 담아두기 → 익히기)	동안 밤이슬 맞혀 몹시 매운기를 제 거하기 → 멧돌에 갈아 다시 걸죽하 게 된 것을 알맞게 넣고 소금 넣기 → 덥거나 따뜻한 방 에 수일간 덮어두 기 → 부걱부걱 고 여올라오다가 가라 앉으며 비린 냄새 가 나지 않으면 다 익은 것
멸치젓	-	멸치젓, 메루치젓, 오어, 계어, 온어, 약어	지방질이 많고 영양분이 풍부	7, 8월경	산지에서 7, 8월 경에 잡는 것(오 사리)이 가장 성 숙하고 기름지고 살이 찌서 최상 품, 전라도 목포 근 처 근자도에서 나는 것. 몸이 성하고 담홍색이 약간 있는 것이 좋은 것	시장에서 파는 것 은 상품화하는 관 계로 국물이 적고 부족한 감이 있어 다시 만들어 쓰는 것이 좋음 : 쌀뜨물을 두어 사 발 끓여 식히기 → 독에 붓고 소금 한 사발을 섞은 뒤에 더운방에 2~3일 두 어 삭히기 → 고운 형겉에 받쳐 국물 을 받기 → 빛깔이 검은 국물을 가라 앉혀 국물만 곱게 따르기(가장 안전 함) ⇒ 가장 완전한 젓 국이 되지만 적어 도 5~6일이 경과되 므로 멸치젓은 미 리 사 두었다가 사 용하는 것이 바람

						직
명란젓	복어란을 약간 절여서 만드는 젓	-	-	-	복어 체격이 완전하게 자란 것에서 상등품의 명란이 나오는데, 좋은 복어가 신통 퇴조로 물리는 까닭에 신통 퇴조에서 나오는 복어와 명란이 가장 좋은 것. 포가 성하고 란이 또렷또렷하게 영글어 조금 굵은 듯한 것, 색깔이 너무 곱게 붉지 않고 조금 붉으면서도 노른색이 띄이는 것, 포 전체가 과히 크지 않고 훌쭉한 기운이 있는 것이 좋은 것. 소금에 약간 절였다가 태양에 말리어 먹는 것도 좋은 것	-

『조선요리학』에 기록된 여러 젓갈의 정의, 명칭, 효능, 시기, 품질, 조리법이다. 젓갈은 총 7가지이며, 새우젓, 어란, 장란젓, 조기젓, 어리굴젓, 멸치젓, 명란젓이 있다. 명란젓은 소금에 약간 절였다가 태양에 말리어 먹는 것도 좋은 것이라고 나와 있다.

9. 牛(우) 豚(돈) 鷄(계) 肉(육)

육류 가운데 우육이 가장 많이 쓰이고, 그 다음이 돈육과 계육이다. 돈육은 성질이 냉하고 지방질이 많아 특유의 향기가 있어 선호하지 않는 경우도 있다.

표 7. 牛(우) 豚(돈) 鷄(계)의 역사와 효능, 맛있는 부위, 품질, 주의할 점

종류	역사	효능	부위	품질	주의점
우	우육은 과거 군중·농사에 사용하는 소와 식용소를 구분한 까닭에 제사, 대객, 혼상용 소고기가 따로 존재하였으나 현재에는 그러한 구별은 없음, 사람이 우육을 섭취하게 된 것은 적어도 3000년 전	음식 가운데 가장 풍부한 영양, 소화 용이	동일 우육 중에도 부위별로 가격, 맛에 차등 존재(7급 53종으로 구분) ⇒ 등심로스가 좋은 부위, 보통 일등이란 곳은 ○○로부터 ○○내 ○○으로 장 이 척 ○이촌되는 곳, 이 등이라는 곳은 가슴 으로부터 목까지 기 인줄거리, 삼등은 ○부로부터 ○부까지의 육부	생후 5년 즉 '사 세생'이 가장 좋은 것, 지방이 섞인 연한 것	○○○, 회충 지 스토마란이 기생 되는 일이 있으니 주의할 것
돈	-	-	뒤 넓적다리 ~ 배 사이에 있는 세겹살 이 가장 맛 좋은 부위	-	-
계	-	하절 삼복의 약용성	등분이께가 가장 맛있는 부위, 그 다음으로 껍질과 삶은 국물	-	○○의 ○수가혼 합하면 화학적 작용으로 일종의 독소가 발생하는 까닭에 사람이 간혹 기해를 입는 일이 있으니 주의할 것

『조선요리학』에 기록된 牛(우) 豚(돈) 鷄(계)의 역사와 효능, 맛있는 부위, 품질, 주의할 점이다. 우, 돈, 계로 총 3가지이며, 우(소고기)는 음식 가운데 가장 풍부한 영양과 소화 작용을 하고, 계(닭고기)는 하절 삼복의 약용성이라는 효능이 나와 있다.

10. 山 鷄(산계)(雉(치))

평은 닭과 흡사한 것으로 산계라 한다.

먹는 방법

: 구워먹거나 삶아 먹는 것보다 떡따귀까지 칼로 이기어 만두소를 넣는 방법으로 많이 먹는다. 이는 다른 조류보다 껍이 깊은 산중에 서식하면서 좋은 산〇를 먹는 까닭에 〇血모양으로 떡따귀속에 들어 있는 혈액이 맛있고 〇재가 되기 때문이다.

주의할 점

: 껍이 좋아하는 먹이 중에 〇촌의 반하가 있다. 〇평 이전에 잡힌 껍은 먹어도 〇평 이후에 잡은 껍은 먹지 못한다하는 말이 있는데, 이는 반하 때문이다. 사람이 반하를 먹으면 〇한 까닭으로 해가 되는데, 반하를 먹은 껍인지 먹지 않은 껍인지 알아 볼 수 없는 까닭에 〇평 이후에 잡힌 껍은 먹지 말라는 뜻이다. 이 말고도 껍을 먹을 때 생강을 먹는 것도 도움이 된다. 반하의 〇을 제하는 때에는 생강이 제일인 까닭으로 껍의 고기를 먹을 때에는 반드시 생강을 섞어 먹는 것이 좋다.

11. 豆腐(두부), 〇〇

두부는 값이 싸고 구하기가 쉬워 빈부 귀천을 막론하고 모두가 즐겁게 먹는 음식이다. 두부의 재료는 대두이며, 육류 못지않은 풍부한 영양을 지니고 있다. 두부에는 수분, 단백질, 지방분, 함수, 탄소 등의 성분이 고로 섞여 있으며, 두부를 먹으면 장수한다는 말은 예로부터 유명하다. 그만큼 두부의 영양이 풍부하고 몸에 유익하다는 것이다. 오죽하면 서양 학자들로부터 “장차 식료품 중 육류는 없어질 것이고 대신 두부의 시대가 올 것이다”라는 말도 나오고 있다.

다양한 두부 음식

- ①두부를 만들 때 영키기 전에 물 위에 뜬 것을 〇유를 쳐 먹는 것을 두부탕이라 한다.
- ②두부를 동절기에 얼려 두부 속이 과자 속같이 된 것을 볶아 먹는 음식
- ③기름없는 〇육을 썰어 국처럼 끓이다가 두부를 넣고 끓인 뒤, 먹을 때 젓국으로 간을 맞춰 먹는 것을 〇갈이 된 육두부탕이라 한다.
- ④미꾸라지를 넣고 끓이다 미꾸라지가 아직 살아 있을 때 두부 한 채를 반듯하게 네 쪽내어 국에 넣으면 미꾸라지가 이에 파고들어가 익는다. 이를 탕두부국이라 한다.
- ⑤다양한 두부 찌개가 있다. 고초에 끓인 고초장 두부찌개, 새우젓이나 간장에 끓이는 두부찌개, 두부를 간장에 졸여 만드는 두부 장아찌, 명란젓과 두부를 끓여 만드는 명란젓 두부찌개 등이 있다.
- ⑥완자를 만들어 고명으로 사용하거나, 기름에 지지거나 전골과 부침을 만들 수 있다. 또 한 김치를 잘게 썰어 함께 주물러 두부 김치를 만들 수 있다.
- ⑦소금에 약간 절였다가 기름을 발라 구워 반찬을 만들 수 있고, 고초장에 두부를 넣어두

었다가 꺼내어 장아찌맛과 비슷한 반찬을 만들 수 있다.

이처럼 두부는 모든 음식에 유용하게 쓰인다.

12. 호산¹⁸(葫蒜)

만드는 법

: 하지 전후 7일 이내 마늘이 성열되지 전에 캐어 잎사귀와 뿌리지는 잘라 버리고, 구형이 된 마늘을 잘 다듬어 냉수 인두에 ○○ 이합을 타서 섞는다 → 마늘을 담가 4~5일 지나면 마늘의 색이 청백색으로 변하는데, 다른 그릇에 이것을 건져 초기운이 없어지도록 한 뒤 간장에 담궈 둔다 → 10여 일 지나거든 간장을 따라 다시 끓여서 식힌 뒤에 부어 둔다 → 20일 가량 후에 다시 간장을 따라내어 끓여 식힌 뒤에 마늘에 부어두면 해가 지날수록 맛이 깊어지고, 상하거나 변화가 생기지 않는다.

마늘 잎사귀는 일촌 가랑씩 잘라 조선간장 내지 간장을 반씩 혼합해 담가 둔다 → 6~7개월 지나 마늘 잎사귀를 꺼내어 고명과 약염을 하여 먹으면 별미의 반찬이 된다.

13. 果 種(과종)

西瓜(서과), 眞瓜(진과), 石(석)○, 빠나나, 一年柑(일년감), 레몬
파인애플, 林(임)○, 葡萄(포도), 栗(울), 大棗(대조), 柿(시), 梨(이)

표 8. 각종 과종

종류	명칭	나는 지방	용도	효능	먹는 법	주의점
서과	-	원산지 : 아프리카 국내 : 300여년 전. 무등산 서과가 가장 좋음	과육은 서과 찢 ○○ 등에, 과피는 오이와 같이 생채 나물에, 종자는 달여 서 차에, 종자를 초하여 조미료에, 과육을	약간의 함수 탄소, 비타민 B·C, 무기질의 칼슘 함유, 소화 도움, 이○ 순도 작용, ○○병과 신장병 치료에 도움, 탕한 것을 없게	-	지나치게 섭취할 경우 ○화 작용, 약자·허약자·○○자는 대량으로 먹지 말 것

18) 호산(葫蒜)은 마늘을 의미한다.

			된장장아찌 에 이용	하고 열을 냉하게 함, 생즙은 한병 과 회충병 치료에 도움		
진과	-	국내 농촌 각지. 수 원 유동 진과가 유 명	-	-	-	-
참외	이류동 참외, 청참외, 골참외	-	-	풍부한 수 분, 진한 단 맛, 이수도 와 야○병 치료에 도움	여름 참외를 물 속에 묻어두면 동절에도 식용 가능	-
석○	-	나 포 리 나 코 스타 지 노 불	알 맹 이 를 뽑아 구바 네 르 라 는 음 료 수 를 만듬. 과즙, 차에 섞음	신맛이 있어 목마름 방 지, 식용 증 진, 약용, 기 생충 제거	-	-
빠나나	바나나	열대 지방 에서만 나 는 산물이 였으나 현 대에는 세 계 각국	생으로 먹 음, 가루로 만들어 가 루 우 유 에 타먹음	과실 중 영 양가치가 가 장 높음, 변 비 치료 도 움, 영양보 충	-	상한 것이나 잘 익지 않 은 것을 잘 못 섭취할 경우 기생충 감염 우려
일년감	-	-	-	칼슘·마그네 슘 포함하여 아이 성장에 좋음, 비타 민 A·B·C보 충	끓는 물을 끼얹 어 껍질을 벗기 고, 그것을 잘게 썰어 형겅으로 짠 뒤 걸러서 아 래 가라앉는 맑 은 물을 마심	-
레몬	-	-	물 속에 타 먹는 신맛 을 내는 ‘리 모나네’ 만 들	레몬에 풍부 한 산은 몸 에 이익, 호 열자 방지, 비타민 B·C 가 풍부해 ○혈병 치료 에 도움, 비 타민 보충	날것에 레몬즙을 섞어 먹음	-
파인	-	-	-	날것으로 섭취	-	산소작용이

애플				취시 산소가 풍부해 소화 도움, 호르몬 자극하여 활기 띄게 함, 부인건강에 도움		강하여 날것으로 잘못 섭취시 중독을 일으킴
임○	-	-	간식, 식물로 야채와 함께 먹음	소화에 도움, 약효성분이 있어 이질·변비·위장병 등 각종 질병 치료에 도움	-	껍질재 사분한 삼○의 분량을 냄비에 담아 물을 붓고 10여분 끓인 뒤 약처럼 짜서 그 물을 마심(이질 치료). 식전에 외피째 생식(변비 치료). 구워서 흑사○ 섞어먹을 것(위장병 치료). 가라편에 싸서 짠 뒤 그 물을 식후에 술잔 한 잔만큼 먹고 식전에 반잔 마시기(불면증). 흑색이 되도록 구워 오전 오후에 한 개씩 섭취(만성 신장병). 매일 식전에 3개씩 먹을 것(두통 치료).
포도	-	-	-	단백질·지방·	생것 혹은 즙,	-

				합수탄소 함유, 비타민 A·B·C 함유	술, 건조시킨 건포도	
율	율, 밤	국내 : ○주 특산품	황율, 율○, 생율, 밤초윤, 반, 율분, 기외, 수종 등 다양한 음식, 율○를 만들어 과자 만들	풍부한 영양, 구운 밤은 어린아이나 노인들의 음식 중에 가장 유효함	구운 밤, 삶은 밤, 날밤, 밤가루	삶은 밤은 소화가 잘 되지 않음
대조	대추	국내 : 충청도 보은 대조	○○, ○물로 고상한 음식물에 사용, 모든 음식에 사용, 혼인 폐백시 사용	인체의 보재로 약용 효과	-	-
시	생시를 ○, 마른 것을 건시 즉 곱감이 라 함	국내 : 柿柿那, 전라도	-	-	뽕은 맛이 있어 나무에서 딴 뒤 태양에 며칠 쬐인 뒤 먹음, 더운 물에 소금을 쳐 감을 찢러 구멍을 낸 뒤 담그고 술을 뿌려 봉해 두었다가 5~7일 두었다 먹음	소화가 잘 되지 않음
이	배	국내 : 풍산 참배가 유명하였으나 외래 수입종의 도입으로 배가 다니질 못함(수요가 없음), 그러나 맛은 외래종보다 뛰어난	-	-	-	-

『조선요리학』에 기록된 각종 과종의 종류이다. 과종은 총 14가지로 사과, 진과, 참외, 석류, 빠나나, 일년감, 레몬, 파인애플, 임○, 포도, 울, 대조, 시, 이가 있다. 참외는 여름에 수확해 물 속에 묻어두면 동절에도 식용이 가능하고, 일년감은 끓는 물을 끼얹어 껍질을 벗기고, 그것을 잘게 썰어 헹겍으로 짠 뒤 걸러서 아래 가라앉는 맑은 물을 마시는 방법이 나와 있다.

14. 식혜

식혜는 집집마다 만드는 법이 달라 그 맛이 제각각 다르다.

용도

: 간식, 과자 대용, 차 대용, 요기거리

효능

: 소화에 유익하여 음식을 많이 먹은 뒤 먹으면 더부룩함 제거, 불면증 치료에 도움, 혈액 순환에 도움, 마음을 상쾌하게 함

만드는 법

: 가을 보리 중 통통한 것을 골라 두 되쯤 가지고 씻은 뒤 물에 담가 싹이 시작되거든 물이 잘 빠지는 시루같은 그릇에 13~14정도의 온도에 다섯치 가량의 부피 두께가 되도록 담고 물에 축인 헹겍으로 위를 덮어 3, 4일 담아두기 → 맑은 찬물에 서너번 씻어 전과 같이 두었다가 3~4일 지나면 보리몸은 뿌리가 나고 위로 싹이 자람 → 싹이 보리 몸 길이보다 배 반 가량 되면 씻어 말리기(싹이 자랄 동안 구회선을 하되 이 시점에서 주의하여야 좋은 식혜가 나옴) → 태양에 바짝 말려 모두 부스러뜨린 뒤 키로 까불고 맷돌에 갈아 속가루만 남겨 미지근한 물(3배 가량)에 담가 5~6시간 두기 → 고운 체에 걸러 물을 가라앉혀 찹쌀은 물에 불리었다 찌고 식혜물은 더운 곳에 덥게 6시간 덮어두기 → 밥풀이 뜨고 물이 맑게 되면 100도 이상의 물에 중탕을 하기

식혜의 원리

: 보리가 싹이 나면 화학 작용으로 인해 효소가 나오게 된다. 효소가 생긴 뒤에는 ○분○을 ○화 시키게 되어 밥과 합하면 달게 된다. 찹쌀뿐 아니라 곡물은 모두 가능하나 찹쌀이 가장 흔하고 색깔이나 모양이 좋아 찹쌀을 사용한다.

15. 약식

유래

: 신라 소지왕이 신하 몇몇과 정자로 나아가 앉으려 하는데, 옆의 못에서 이상스러운 까마귀가 날아와 봉서를 떨어뜨리고 날아가 버렸다. 이 날이 마침 정월 15일이었으며 동행한 신하들 또한 무척 점잖았던 터라 이를 성스러운 징조라 여기었다. 봉서에는 이러한 내용이 적혀 있었다.

봉한 것을 띄어보면 두 목숨이 죽고

떼어보지 않으면 한 목숨이 죽으리라

소지왕이 봉서를 떼어 보니 “ 지체말고 어서 宮中(궁중)으로 돌아가서 內(내)○別○(별○)에 있는 ○○을 쏘라 ”라는 글귀가 적혀 있어 대궐로 돌아가니 궐내에서 모의되던 역모를 발견하였다. 이를 응징한 소지왕이 비록 말 못하는 미물이나 까마귀가 가상하다 하여 매년 정월 15일마다 까마귀에게 약식을 주도록 한 것이 그 유래가 되었다.

약식 만드는 법

: 좋은 찹쌀을 골라 물에 10여시간 불리기 → 제밥을 뜬 뒤 쏟아서 대중자를 발라내고 씨를 따로 골라내 즈을 만들기 → 그 즈에 흑사탕을 풀어 찹쌀밥에 붓고, 대조를 발라내었던 살과 울 불린것과 백청, 진유, 진○에 버무려 시루에 24시간 찌기(화력을 몽근하게 할 것) → 쏟아내어 실백자 고명을 얹어 먹기

16. 第(제) 三(삼)編(편)

勝妓樂湯(승기약탕)(도미찜) ○農湯(설농탕) 狗湯三伏日(구탕삼복일)

표 9. 제삼편의 종류와 유래, 효능, 지역, 만드는 법과 주의점

종류	유래	효능	지역	만드는 법	주의점
승기약탕 (도미찜)	성종 시, 명나라로부터의 침입으로 조선 중요 처에	-	-	날무를 잘게 채치고 숙주나물을 써서 황화채 불린것과 미나리와 ○을 일촌가랑씩 자르기 →	-

	<p>육○라는 이름의 여섯 균영을 두었음. 이를 환호한 백성들이 수장인 오종에게 가지 고명을 얹은 도미를 진상하여 이것이 승기약탕이 됨</p>			<p>파는 채치고 표고와 목이를 더운 물에 불려 기름에 볶기 → 골패짝 만큼씩 썬 것과 란고명으로 흰자위와 노른자위를 각각 부쳐 썰기 → 이것을 골패짝 만큼씩 썰고 버섯을 썰어 큰 접시에 색을 마초와 모양 있게 담되, 접시 언저리에서 시작하여 위에는 뽕죽스름하게 모양 있도록 담고 그 위에 완자를 잘게 만들어 둘네이고 → 민우에는 계란 한 개를 얹어놓은 뒤 고기 한접시를 쟁여놓기 → 도미의 비늘을 긁고 내장을 빼 칼로 드문드문 어여가지고 진장을 발라 구워 기름을 발라 냄비에 담아두기 → 먹을 때 냄비에 물을 붓고 고기 쟁인것과 넣어 한참 끓여 접시에 담았던 날무순을 넣어 익혀 먹는 것</p>	
설농탕	<p>세종조에 선농당에서 왕이 친히 농사를 지어 백성에게 농사를 권하는 풍습이 있었음. 어느 날 기후 변화로 신태하들이 굶게 되자, 왕이 소를 잡게 하여 맹물에 끓인 뒤 소금을 타 나누어 먹은 것에서 유래</p>	<p>겨울 한철의 한음과 해국, 몸의 보신</p>	<p>지방에서는 잘 알지 못하나 경성에서 즐겨 먹음</p>	-	-
구탕삼복일	<p>삼복은 6월에 매양 드는 것으로, 12월의 ○평을 의미하며 일</p>	<p>(미신적 요소) 개의 성질이 더워 사람이</p>	-	-	<p>개 고기와 마늘이 조합되면 화학 반응이</p>

	<p>년 중 평년을 벌써 지냈음으로 ○평년을 송별하는 의미와 ○평년을 맞이하는 의미를 지님. 삼복에 개국은 물론 팔죽을 먹으면 가내가 평안하고, 복일에 죽을 하면 다리가 건강해진다는 믿음으로 전래되는 풍습임</p>	<p>먹을 경우 양기에 도움, 허한곳의 보충과 보신, 냉병과 부스럼 치료에 도움, 부인이 개의 발목을 삶아 먹으면 유○이 잘되어 젖이 잘 남, 금주에 도움, 시력증진과 각종병 치료 도움, 더위를 먹지 않게 도움</p>			<p>일어나 몸에 해로우니 마늘을 넣지 말 것, 구탕을 먹은 뒤 얼음을 먹으면 촌충이 생긴다는 설 존재</p>
--	---	---	--	--	---

『조선요리학』에 기록된 제삼편의 종류와 유래, 효능, 지역, 만드는 법과 주의점이다. 제삼편은 총 3가지이고, 승기약탕(도미찜), 설농탕, 구탕삼복일이 있다. 구탕삼복일의 주의점으로는 개고기와 마늘이 조합되면 화학반응이 일어나 몸에 해로우니 마늘을 넣지 말 것, 구탕을 먹은 뒤 얼음을 먹으면 촌충이 생긴다는 설이 존재한다고 나와 있다.

17. 正初(정초)와 ○湯(탕)

의미

: 앞으로의 일년 동안 생활이 늘어나고 복되라는 의미를 지니고 있다. 또한 경주 평야의 산물인 탕과 산간의 산물인 과실, 해중의 산물인 포 등을 함께 먹어 신년부터 생활이 ○○하게 되라는 의미를 지닌다. 정초에 나이 한 살 더 먹는 것을 치하하며 장수를 하라는 축복의 의미 또한 지닌다.

형태

: 백○을 어긋하게 길게 썰어 먹는 것은 전선적으로 통일된 모양이나, 개성만은 이조 ○○초에 고려의 신심으로 떡을 비비어서 경단같이 잘라내 생떡국 모양으로 끌어먹는 조롱떡국이 있다.

18. 초나물(목나물)(蕩平菜(탕평채))

유래

: 초봄이 되면 흔히 '봄탄다'는 현상인 주춘증이 찾아온다. 주춘증을 앓는 사람은 원기가 약해지고 아주 먹지 못해 병든 것처럼 되는 경우도 종종 있다. 봄이 되어 생기를 띄고 싹이 트는 초목 등을 봄타는 사람이 먹지 못하는 것은 <동양 의서>에서 알 수 있듯이 '위경이 약해지는 것'인데, 사람의 오〇 중에 있는 흙의 성질이 봄이 되어 싹을 움트는 초목의 흙의 성질과 충돌하기 때문에 음식을 소화시키지 못하는 까닭이다. 봄을 타는 사람들은 신 것을 찾게 되는데, 이것이 위에 잘 맞기 때문이다. 따라서 묵청포 같은 것을 잘 먹게 된다. 본래 조선에서도 묵을 기름에 무쳐 먹을 줄은 알았으나, 200년 전 영조가 노·소론을 〇지하는 잔치에서 묵에 나물을 섞어 만든 음식을 '탕평채'라 일컫기 전까지는 다른 것을 섞어 먹지 않았다. 이것이 초나물의 시초가 된다.

효능

: 봄철에 흔히 있는 〇〇랭이는 봄 타는 사람에게 하여금 눈을 밝게 하고 인혈〇〇하는 성질이 있으며, 비타민을 함유하였고 약용 효과가 있어 위장을 튼튼하게 하는 등 몸에 이롭다.

19. 동 瓜(동과)

동과의 희소성

: 동과는 반 초과 중 가장 귀한 것으로, 그 까닭은 동과 수확의 요행성에 있다. 수효는 다른 것과 같으나 자라는 동안 한 곳에라도 작은 힘이라도 가해지면 가죽은 멀쩡하되 속이 썩어 버린다. 다 자란 뒤라도 조금 실수하면 역시 가죽만 남기고 속이 썩어 버린다. 이러한 요행성 탓에 동과는 높은 희소성을 지닌다.

용도와 장점

: 호박이나 박보다 향기로운 맛과 씹싹하고 청신한 맛이 있어 국과 김치 정, 나물 이외에도 많은 음식을 만드는 데에 쓰인다. 값이 배임에도 물구하고 많이 쓰이는 까닭으로는, 동과의 장점으로 단백질과 지방질 이외의 것이 모두 수분으로 이루어져 높은 수분 함량과 열량이 8kcal로 적다는 것과, 청신한 맛과 좋은 향기가 요리를 할 경우 크게 이바지한다는 것에 있다.

정과 만드는 법

: 동과를 겉껍질과 속을 얇게 벗겨 손뼉만큼씩 네모지게 자르기 → 미명조개 껍질을 불에 넣어 2주일간 굳힌 뒤 분을 만든 합회로, 동과를 조기젓 절이듯灰에 2주가량 묻어두기 →灰를 털어 버리고 동과만 물에 담궈 한여름동안 우려기 → 동과가 뽀뽀하면서도 사각사각한 식감을 지니게 되면 꿀에 조리기

20. 菁根(청근)의 藥效(약효)

청근의 효능

: 특별한 맛이 없이 무맛이나, 음식의 맛에 조화하는 능력이 강하다. 예를 들어, 고깃국이나 생선국에 청근을 넣으면 고기와 생선의 맛이 한결 좋아진다. 지방질이 많지 않고 일년 내내 먹을 수 있어 부담이 없다. 맛이 담백하고 감미가 있으며 소화를 빠르게 하도록 돕는데, 이는 청근의 성분 중 95%가 수분으로 이루어져 있고 여(餘)에 영양이 많은 까닭이다. 비타민 A·B·C를 함유하고 있으며 그중 비타민 C가 비상이 많아서 비타민 결핍증 치료에 효과적이다.

궁중음식

궁중음식은 전복초, 홍합초, 관전자, 느르미, 족편, 가리구이, 구절판, 송어찜, 생치만두, 조란·울란, 두툽떡, 대추주악, 제증병, 명태조치 15종류가 기록되어 있다.

표 10. 궁중음식의 종류와 재료

음식의 종류 (음식가짓수)	음식명		재료 (재료가짓수)	양념	조리법	원문내 음식
	원문명	현대어명				
초 (2)	전복초	전복초	전복, 다진 소고기	진장, 파, 마늘, 설탕	전복불리기 → 저며 삶기 → 진장넣고 끓이기 → 다진쇠고기 양념해 넣기 → 설탕 넣기	전복을 물에 불린 뒤 가장자리를 도려내고 얇게 저미고 폭무르도록 삶아서는 좋은 진장을 치고 빛이 까맣게 다시 한번 끓인 뒤에 쇠고기를 곱게 다져서 양념해 넣고 파 마늘을 곱게 다져서 조금 넣고 설탕을 치고 간을 마치는 것

	홍합초	홍합초	홍합, 다진 소고기	진장, 파, 마늘, 설탕	홍합 삶기 → 진장넣고 끓이기 → 다진쇠고기 양념해 넣기 → 설탕 넣기	홍합을 푹 무르게 삶아가지고 진간장에 끓여서 전복초같이 고기를 양념하고 파 마늘을 곱게 다져 넣고 설탕을 치는 것
	관전자	관전자	생치 오이 표고 해삼 전복 배○ 실백자	간장, 설탕, 초	생치손질 → 나뭇나뭇 썰기 일부 다지기 → 생치 볶기 → 오이, 표고, 해삼, 전복, 배○ 썰기 → 부재료와 생치를 간장, 설탕, 초로 간을 한 생치 삶은 물에 넣기 → 실백자 띄우기	생치(生雉)를 털을 뜯고 내장(內臟)을 꺼낸 뒤 물에 정철어서 살짝 데쳐가지고 나뭇나뭇하고 조금조금하게 모양있이 떼내어 한편으로는 고기를 곱게 다져서 양념을 한 귀 물을 조금 쳐서 볶가가지고 는 생치를 저며 낸 조각을 남비에 펴 놓고 그 고기 볶가난 국물을 쳐서 숟가락으로 꼭꼭 눌러가면서 지져내는 것이니 그 다음 오이 표고 해삼 전복 배○ 속을 생치와 같이 썰어서 생치 삶은 물에 간장 설탕, 초를 퍼서 간을 마치여 가지고 그 속에다가 모두 넣는 것이니 그위에 실백자를 띄우고 또 그 국물을 미맛나게 하기위하여 ○즙도 좀 치는 것이다.
적	느르미	느름적	도라지 연한 고기, 연한 고기, 전복, 소외동물, 계란, 움파	가진 양념, 초장	도라지 삶아 쓴맛 뺀뒤 우리기 → 한치 다품 썰기 → 고기 삶은 크기로 썰어 볶기 → 소외동물 계란 부치기 → 전복, 움파 삶은 크기로 썰기 → 꼬치에 꽃기 → 초장 찍어 멧기	좋은 도라지를 알맞게 삶아서 쓴물을 빠지도록 물을 자주 갈아서 한이틀동안 우려 내가지고 속을 바발며서 국지도 않고 가늘지고 얇게 기리 한치 닷푼 썸 되게 썰러 다시 연한 고기를 그대 중에서 썰어서는 가진 양념하야 살짝 볶고 양을 즉 물려서 그것역시 고기만큼 썰고 고기와 함께 양념하야 삶는 것이니 또 소외동물을 계란에 부치고 전복고 푹불리어 도라지만 하게 썰러서 또한가지 더 할 것은 움파의 누런 잎을 살짝 데쳐서 다른 것과 기리니 마찬가지로 잘으는것이니 그래

						서는 도라지 고기 양 동안 전복 움파등을 사이사이로 가는 대꼬창이에 띄는데 그기리도 일촌오분쯤되게 할 것이니 먹을 때는 물론 초장을 타노아서 거기 찍어먹게 되는 것이다.
족편	족편	족편	족, 고기, 계란, 실백가루, 송이버섯	간장, 고춧가루	족과 삶기 → 고기 삶아 다지기 → 간장간하기 → 그릇에 구치기 → 기단채, 실백가루, 송이버섯채, 고춧가루 뿌리기	족 두개를 가져다가 뼈를 발라가지고 슬쩍 빼쳐낸 뒤 정고기 반마리와 함께 삶아서 곱게 다지어가지고는 문근한불에 조리하는 것이니 조금떠서 대접에 담으면 곳구려 버리도록 되니까 지 조리여야하겠다 그래서는 그릇에 퍼가지고 간장을 조금 쳐서 간을 마친 뒤 널다란 그릇에 얹꽉하게 담아서 미리 계란한자와 실백가루를 준비해두고 송이버섯도 채쳐두었다가 고춧가루와 함께 그 세가지를 골고루 뿌리어서 구친뒤 반듯 반듯하게 써는 것이다.
구이	가리구이	가리구이	소가리	갓은 양념, 배, 마늘, 파, 간장, 참기름, 깨소금, 후춧가루	소 갈비 손질 → 간장, 배, 참기름, 깨소금, 후춧가루, 설탕, 파, 마늘을 섞어 양념장에 양념하기 → 굽기	소가리를 한차 닷푼씩 잘라서 사루 잘게 의이고 기리도 고기가 떨어지지 않도록 곱게 꺼내서 정히 행주에 씻어 꼭 불을 켜내인뒤에 양념을 하는데도 먼저 배를 강판에다가 갈아서 가리안팎에 마른 뒤에 마늘과 파를 곱게 곱게 가자고 진간장과 보통장을 반반씩 탄데다가 참기름 깨소금 후춧가루 설탕과 아울러 파마늘다진 것을 섞어서는 가리안팎으로 바르는데 그가리를 석수에 밧삭굽는 것이다.
숙채	구절판	구절판	고기, 미나리, 표고, 소	양념, 갓은	고기 채썰어 양념하여 볶기 → 미나리 잘	첫째 정한고기를 가늘게 실같이 썰어서 양념하여 볶고 둘째 미나리를 정히 씻어서 일촌만

			양, 계 란, 속 주, 무, 천엽, 밀 가루	양 념,	<p>라 볶기 → 표고 채쳐 양념하여 볶기 → 양 벗겨 가늘게 채설어 볶기 → 황백지 단부치기 → 숙주 거두절미하여 데쳐 양념하기 → 무나물 가늘게 설어 볶기 → 밀가루 죽만들기 → 밀전병 만들기 → 구절판 그릇에 담기 → 초장 만들기</p>	<p>큰씩 잘나게 기름에 볶아서 가진 양념을 하고 셋째 표고를 채쳐서 양념하여 볶고 넷째 소양을 검은 것은 뺏기어내고 하얀것만 가늘게 썰어서 양념하여 볶고 다섯채와 여섯채 계란을 흰자 노른자 갈러 가지고 부쳐서 채치고 일곱채 숙주를 아래위 따서 데쳐서는 가진양념을 하고 여덟채 무나물을 가늘게 썰고 양념하여 볶고 아홉채 천엽을 가늘게 실같이 썰어서 가진 고명하여 볶고 열채 밀가루를 물로 반죽하여 중 보시기에 아가리만큼씩 조금조금하게 부쳐서 갖을 동그라게 모양있게 다듬어서 중간에 한군덕 사방을 돌려서 아홉그릇을 동그라게 판 구절판 찬합에다가 팬 가운데 구덕에 밀정병을 담고 사방 아홉 구덕에는 그이외 아홉가지를 따로따로 담아 놓으면 그 아홉가지를 밀전병에 싸가지고 초장에 찍어 먹게 되는 것이다.</p>
					○ 찌내어 초고추장에 찍어먹는 것이다.	
찜	송어찜	송어찜	송어, 밀가루, 계란, 표고, 석이, 실고추	갖은 양념	<p>송어손질 → 밀가루와 계란 입혀 부치기 → 고기 갖은 양념하기 → 냄비에 송어, 표고, 석이, 실고추뿌리기 → 물 붓고 간하여 끓이기</p>	<p>송어를 내장을 꺼내어 정히 씻어서 반에 쪼개가지고는 밀가루를 부치고 계란을 쓰이여 부치는 것이니 고기를 가진 양념을 하여 냄비에 담고 그 위에 송어 부친 것을 놓은 뒤 표고한개를 세쪽씩 비고 석이 버섯을 티하여 실고초와 함께 뿌리어서는 물을 붓고 간을 맞치여 끄리는 거이다.</p>
만두		생치만	생 치 ,	고기	<p>생치를 무와 생치 한 마리를 다 뜯고 내장</p>	

	생치만 두	두	무, 실백 자, 녹두 녹말, 갖 은고명, 계란채, 표고채, 실백자,	장국	함께 삶기 → 살만 갖은고명 을 하여 대초 만하게 만들기 → 실백자 넣 어 녹두녹말 씩우기 → 고 기장국에 넣기 → 계란채, 표 고채 실백자 띄우기	을 발러버리고 정히 씻어가지 고 무한개와 같이 푹 무르게 삶아서는 생치를 빼 바르고 무 와 한데 주물러서 가진고명을 하여 대초만큼씩 단단히 뭉쳐 모양있게 맨들어 실백자를 두 서너개씩 박고 녹두녹말가루를 많이 씨워서는 고기장국을 맛 있게 끄리다가 넣어서 더끄러 가지고 국물과 함께 담고 계란 채와 표고채를 약간 뿌리고 실 백자도 조금씩 띄우는 것이다.
병과	조란·울 란	조란·울 란	대추, 실 백자 가 루, 밤	백청 계피 가루	대추 체에 걸 러 백청으로 반죽하기 → 대초모양 만들 에 실백자가루 무치기 밤을 무르게 삶기 → 체에 걸러 계피가루 백청에 반죽하 기 → 밤모양 만들기	대초를 가지고 체에 걸러서는 백청과 한데 반죽을 하여서 대 초모양으로 맨들어서는 실백자 가루를 무치여 놓는 것이 조란 이며 밤을 푹 무르게 삶아서 껍질을 벗기어 가지고는 방맹 이고 지어서 체에 걸러서 계피 가루와 백청을 쳐서 반죽을 해 서 밤모양으로 맨드니 이것이 올란이한 것이다.
병 (떡)	두텁떡	두텁떡	팥, 굴 병, 대 추, 찹쌀 가루	계피 가 루, 설탕,	팥 계피하여 찌서 어레미로 내리기 → 계 피가루, 설탕 넣기 → 볶기 → 다진굴병, 대초 채썰기 → 찹쌀가루를 끓는 물에 반 죽하기 → 속 에 다진굴병 넣어 경단처럼 만들기 → 팥 가루 식우기 → 찌기	팥을 계피하여 찌서 어레미로 걸러가지고 계피가루와 설탕을 넣어가지고 소에다가 불을 웅 근하게 때여가며 복가서 팥빛 이 계피가루빛처럼 되도록 복 가서 고운체로 친 다음 굴병을 곱게 다지고 대초를 가늘게 체 치는 한편으로는 찹쌀가루를 끓는 물에 설탕쳐서 반죽을 질 게 하여가지고는 속에는 굴병 다진 것을 넣고 경단처럼 동글 게 맨들어서 복근 팥가루를 씨 우는 것이니 시루에 팥가루를 뿌려가며 케케히 놓아서 후병 떡처럼 찌는 것이다.
	대추주	대추주	대추, 찹	참기	대추씨빼서 다	대초를 씨를 빼서 다지고 찹쌀

	악	악	쌀 가루, 팔	름, 설탕, 꿀	지기 → 찹쌀가루와 섞기 → 골무모양만 들어 속에 꿀팔소 넣기 → 참기름에 지지기 → 설탕 바르기	가루를 대초다진 것보담 조금 많게 섞어서 꿀을 불에 녹신하게 반죽하여서 골무만큼씩 이쁘게 비쳐서는 속에 꿀팔을 넣고 참기름을 끄리다가 넣어서 지져내어 끓이다가 설탕을 바르는 것이다.
	제증병	제증병	흰 떡, 팔, 녹두, 녹말, 솔잎.	꿀	흰떡을 쳐서 골무모양을 만들기 → 꿀팔소 넣기 → 녹두, 녹말가루 바르기 → 솔잎 넣고 찌기	흰떡을 쳐서 가래를 만들지 말고 시루에 다시 넣어서 더듬게 두고 그걸로 골무만큼씩 비쳐서는 꿀팍으로 소를 넣고 녹두, 녹말 가루를 거죽에 발려서 솔잎으로 쪄를 놓아서 송편같이 찌는 것 것이다.
조치	명태조치	명태조치	명태, 고기	고운 고추장.	명태 토막내기 → 고운고추장 풀기 → 고기 썰어 간하기 → 끓이기	명태를 정히 씻어서 지느럼이를 자르고 내장을 바르고 살에 하얀뼈에다 백히어 잇는 것을 다 뽑아버리고 토막을 친 뒤에 고운 고추장을 물에 풀고 고기를 썰어 넣고 물을 나뭇나뭇하게 썰어 넣고 간을 마치어 명태토막과 함께 끓이는 것이다.

『조선요리학』에 기록된 궁중음식의 종류와 재료이다. 궁중음식은 총 15가지로 전복초, 홍합초, 관전자, 느르미, 족편, 가리구이, 구절판, 송어찜, 생치만두, 조란, 울란, 두텁떡, 대추주악, 제증병, 명태조치가 있다. 대추주악은 대추씨를 빼내어 찹쌀가루와 섞고 골무모양으로 만들어 꿀팔소를 속으로 넣어 지지고, 제증병은 대추주악처럼 골무같이 빚어서 소를 넣고 녹두녹말가루를 발라 송편처럼 찌도록 나와 있다.

표 11. 각종 감별법과 좋은 것과 나쁜 것

방법	좋은 것	나쁜 것	기타
미(米)의 감별법(鑑別法)	쌀알이 견경하고 풍비하며 중량이 무겁고 외피가 얇은 것이 좋은 것임. 상등미(上等米)는 1석중량이 39관, 보통미는 1석309작임. .좋은 쌀로 밥을 지으면 맛, 향기(香氣)가 나며, 밥알이	쌀알이 무르고 중량이 경하고 쌀알이 부스러진 것이 많이 있는 것.	미(米)의 성분(成分과 영양가(營養價) 단백질(蛋白質) 6.16 지방(脂肪) 0.20 함수탄소(炭水化合物) 9.16 목섬유(〇〇〇) 0.40

	<p>투명(透明)하고, 타원형(橢圓形)으로 길쭉함.</p>		<p>회분(灰分) 0.30 수분(水分) 19.60</p> <p>백반(白飯)의 성분(成分)과 영양가(營養價) 단백질(蛋白質) 3.16 지방(脂肪) 0.05 함수 탄소(炭水化合物) 31.14 수분(水分) 46.21</p>
<p>현미(玄米)로부터 백미(白米)까지 호불호(好不好)의 감별법(鑑別法)</p>	<p>쪽정이가 없고 토사가 불후한 것 청미·적색미 기타 홀종이 없는 것 잎형 크기가 정일하고 고른 것 타원형이고 반투명인 이색광택이 있는 것. 견경하고 중량은 무거워서 건조가 심분 된 것. 표면에 있는 근선이 소던하고도 입에 넣고 치아로 깨물면 점착력이 있는 것</p>	<p>미(未)는 원래(原來) 계원형 또는 본형(本形)이나 만약(萬若) 너무 심장하든 이형의 미(未)가 혼합(混合)된 것은 외국미가 혼합된 것이고, 반투명(半透明)의 이색의 광택(光澤)이 본질이라 하겠으나 광택이 없는 것은 비료(肥料)가 불충분(不充分)하든지 저장법(貯藏法)이 불완전(不完全)하든지 건조(乾燥)의 과부족(過不足)으로 되는 것이니 좋지 못한 쌀이라 하겠다.</p>	<p>미(未)는 재래(在來) 승(升)으로부터 투석(投石)으로 매매(賣買)하여 지금(只今)까지 기승기두라는 것이 일반(一般)의게 인식(認識)하든 것이, 소리삼년칠월(所利三年七月) 중량으로 계산하여 「끼로그람」으로 계산하는 것이나 재래승(在來升)으로 되어 넘기는데, 부정미상(不正米常)등이 별별협잡(別別挾雜)을 다하여 고객을 속이는 일이 부수(不少)하였다. 근년(近年)에 와서는 백미(白米)보다 배아미(胚芽米)가 각기병(脚氣病)도 제한할뿐 아니라 영양가치(營養價値)가 있다하여 학자간(學者間)에 논쟁이 있으며, 당국에서는 백미반(白米飯)보다 배야미(배夜味)를 장려(獎勵)하고 있다. 배야미(胚夜味)라는 것은 ○○로써 백미(白米)를 제작(製作)할 때 ○미(○米)의 싹눈을 성하게 남기어 상하지 않도록 쌀을 찼어 만드는</p>

			<p>것을 뜻한다. 쌀에 눈이 성할수록 영양가치(營養價値)가 있다는 것이다.</p>
<p>장 유 감 별 법 (醬 油 鑑 別 法)</p>	<p>조선○○장(朝鮮○○醬)은 메주 콩 한되 쏜 것과 소금을 일승(一升)과 청수팔승(淸水八升)의 비(比)로 담궈다가, 사십일후(四十日後)에 뜬 뒤 화력으로 졸여 다림으로써 삼중 혼합물 한두가 8승의 보통장이 되는 것이다.</p> <p>절메주(○○○)는 조선○○장(朝鮮○○醬)을 만드는 메주를 말하는 것이니 상고시대(上古時代)에는 진잔에서만 만드는 것으로 절메주라하나 혹(或)은 절메주라고도 하는 것이다. 절메주는 보통(普通)메주처럼 콩으로 제조(製造)하는 것이나 그(飢) 방법(方法)이 다르다. 보통(普通)메주는 11~12월(十一月)에 쏘아 해를 묵혀 띄여 가지고 명년 이삼월(二三月)경에 간장을 담그는 것이나, 절메주는 1~2월(一二月)에 콩을 삶아 방바닥에 섬이나 가마니같은 자리를 깔아 부어 놓은 뒤에 배보선을 신고 발로 밟아 으깨서 반죽을 만든 후(後)에 널판대기모양으로 얇게 만지여가지고 칼로 두부(豆腐)썰듯 삼각형으로 비여가지고 땅을 이척(二尺)가량 모지게 연못 파듯 판 후에 섬이나 가마니를 깐 우으로 메주를 짚으로 케케 놓아가며 메주를 재인 뒤에 섬이나 가마니로 덮어 띄는 것이 보통(普通)주와는 다르다. 담그는 시기는 오월초순에 보통 간장 담그듯 담가서 구십일되는 칠월 종순에 간장을 뜨는 방법</p>		

	<p>이 다른 것이며, 또 한 가지는 다 뜯것을 금년(今年)에 만들어 놓은 진장(眞藏)에 간장을 또 담글때 물대신으로 작년장을 다시 붓고 두 번째 담그는 것이니 이러하게 사오번(四五〇)담그면 간장은 옛물같은 검은 〇〇이 된다. 이삼십년전(二三十年前)까지도 국가 혹은 관가에서도 창의문 외에 진메주 전문가에게 추수절에 콩두석을 주면 일석은 공림으로 하고 일석만 메주를 띄우는 것이니 가량 이십석이면 십석(十石)만 백석(百石)이면 오십석만 메주를 썬어오는 행사(〇〇)를 하였다.</p>		
<p>내 지 장의 감법의 鑑別(內地醬의 鑑別)</p>	<p>1. 색(色)을 볼 때에 시험관(試驗管)이나 흑(或)은 무색(無色) 투명한 곱뿌에 장유(醬油)를 입(醬油)하고 광선을 통과하여 보면, 투명(透明)하고도 적색(赤色)을 대한 흑색(黑色)은 우량품(優良品)</p> <p>2. 약간의 향기(香氣)가 상쾌(爽快)하여야 하는 것인데 이(以)를 검수하려면 장유(醬油)를 담은 기구(器口)에 코를 근접(近接)하여 장유(醬油)의 특유(特有)한 식욕(食慾)을 느끼는 향기(香氣)가 많을수록 우량품(優良品)</p> <p>3. 맛을 검수하려면 장유(醬油)를 입 속에 넣고 이삼차(二三回) 설단(舌端)으로 맛을 본다. 짠맛이 있으면서도 잡미(雜味)가 없고 감미(甘味)가 감도는 것과, 간장을 입에 무었다가 뱉은 후에 입속에 남아 있는 맛이 담쾌(淡快)하게 되는 것이 우량품(優良品)이라 하겠다.</p>	<p>I. 풍비(風痺)의 양부(良否)를 알아 보려면 색(色), 향기(香氣), 미(味), 농(濃)후의 사점(沙點)으로 조사하는 것이 가장 안전(安全)하다 할 수 있다.</p> <p>1. 색을 볼 때에 담갈색(淡褐色)이나 황갈색(黃褐色)은 좋다고 할 수 없다.</p> <p>2. 메주냄새나 된장냄새나 흑(或)은 신냄새가 나든지 무슨 다른 내음새가 나는 것은 다른 장물(物)이 들어있는 것으로 좋지 않은 것이다.</p> <p>3. 맛 검수시 쓴맛이나 신맛이나 흑(或)은 악취(惡臭)가 있는 것은 열등품(劣等品)</p> <p>4. 내지장도 물론(勿論) 농후(濃厚)한 장유(醬油)가 좋은 것이나</p>	

	<p>4. 장유(醬油)는 농담(濃淡)의 관계(關係)가 있는 것이니 조선진장은 거위 고체(固體)에 가까울 만치 육칠십년(六七年)묵은 장이 호품(好品)이라 한다.</p> <p>Ⅱ. 푸른 색깔 다완(茶○)에 장유(醬油)를 주입한 뒤에 수저(水底)로 저어 보면 황색(黃色)거품이 일어나다가 잠시 소멸하면 우량품(優良品)이다. 또 한가지는 진유가 든 그릇을 잠간 기울이면 잘 흐르지 아니하고 잠간 너무 기울여 흐르다가도 다시 본물○(本物○)로 응집(凝集)하는 것은 우량품(優良品)이다.</p> <p>Ⅲ. 시험관(試驗管)에 장유(醬油)를 담아 초장병중에 꽂고 열탕중(熱湯中)에 집어넣고 보면 우량품(優良品)은 심백면(○白綿)과 같은 기운이 연기 같이 되는 것이며 이것이 주저앉으면 침전물(寢殿物)이 되는 것이다. 시험관을 식혀도 침전물이 없는 것은 진유중에 단백질(蛋白質)이 고열(高熱)로 인하여 일시유리(一時○○)하는 것이다.</p>	<p>조선진장은 년년(年年)이 간장으로 간장을 담그는 까닭으로 그와 같이 끈적끈적하도록 될 수 있는 것인 반면, 내지간장은 일년에 한 번 담그는 관계로 그토록 끈적끈적하게 될 수 없다. 만약 그러할 경우 다른 것이 혼합된 것으로 열등품이다.</p> <p>Ⅱ. 푸른 색깔 다완(茶○)에 장유(醬油)를 주입한 뒤에 수저(水底)로 저어 보면 그 거품이 적흑색(赤黑色)이 일어나는 것은 불량품(不良品)이다.</p> <p>Ⅲ. 불량품(不良品)은 단백질이 없는 까닭으로 아무리 열탕(熱湯)중(中)에 넣드래도 투명하고 아무 것도 가라앉는 것이 없는 것이다.</p>	
<p>초(醋)의 품 질 감별(品質鑑別)</p>	<p>식용우량품(食用優良品)은 투명(投命)하게 말거야 하는 것이다.</p>	<p>초에 산의 미(味)가 있는 것은 초산(醋酸) 때문이다. 식용(食用)초의 함유한 산은 백분지삼사가 보통(普通)이나 ○산이나 혹은 ○산이나 주석산(朱錫酸) 등이 혼합한 것이니 불량품이다.</p> <p>보통초산(普通醋酸)의 주성분된 초는 입에 넣으면 치아가 쓰린 것이나, 광산이 들러</p>	

		<p>있으면 치아(齒牙)가 찌르르하고 또는 초가 혼탁한데 이는 초○이라고하는 미균(黴菌)이 있는 것이니 불량(不良)한 초이다.</p> <p>양조(釀造)한 초와 인공(人工)한 초의 구별로 맛터보면 인공초는 초산의 내음새가 코를 찌르는고로 얼른 알아볼수 있는 것이나 초중(中)애 ○혹은 ○의 해(害)가 되는 금속(金屬)이 포함도니 이것은 불량품이다.</p>	
<p>해 태 감 별 법 (海 苔 鑑 別 法)</p>	<p>해태(海苔)의 양부의 食石을 알아보는 데에는 색의 모양을 가지고 알아내는 방법이 있다.</p> <p>1. 해태(海苔)의 고유한 색깔은 대개 흑색(黑色)이나 흑색 중에서도 자(紫), 남(○), 녹(綠), 흑(黑) 네색의 조화로 된 것이 양품이다.</p> <p>2. 해태(海苔)는 손바닥으로 문질러 미끄럽고도 섬유선(纖維線)이 평행이라야 양품이다.</p>	<p>1. 해태의 색깔이 자색(紫色), 남색(藍色)이 희박하고 광택이 없는 것은 좋지 못한 것이다.</p>	<p>저장법으로는 습기를 없애는 것이 첫째임으로 해태를 전부 불에 쪄 습기를 없앤 뒤 사양철통에 넣어 밀봉하는 법이 있다. 또한 서양 청통 밑에 대맥을 볶아 깔거나 혹은 목탄을 주머니에 넣어 깔면 모든 습기를 제할 수 있다. 또 유산지를 켜켜 넣어 두어도 좋다.</p>
<p>해 장 감 별 법</p>			<p>1. 암계가 중량(重量)이 무겁고도 검은 것이 장이 든 것</p> <p>2. 엉덩이께가 가볍고 두꺼워야 할 것</p> <p>3. 뱃때기딱지를 들어 보아서 지느러미가 성하게 있는 것은 장이 든 것이나, 속에 있는 지느러미가 없던지 혹은 불규칙(不規則)하게 있는 것은 장이란(卵)으로 부화(孵化)한 것</p> <p>4. 장이 있는 게는 걸러보면 배를 땅에 대고</p>

			<p>걸어나 알듯기는 배를 땅에 대지 않고 발로 걸어나는 것</p> <p>5. 인공(人工)으로 사람이 기른 계는 털이 작고 도발톱이 닳아 뭉그러지고 빛깔도 누른 색깔이 나는 것.</p>
<p>계란 감별법(鷄卵鑑別法)</p>	<p>외관으로만 보고는 산란후기일(産卵後幾日)이나 되었는지 알수 없으나 아래의 방법으로 검사하면 알 수 있다.</p> <p>1. 신선한란은 일반적으로란각(卵殼)이 선명하고도 광택(光澤)이 있으며 껍질표면에 석회분말(石灰分末)이 있는 것이다.</p> <p>2. 모지손톱 끝으로 계란껍질을 긁으면 소리가 나는 것은 부패하지 않은 것이다.</p> <p>3.란(卵)을 가로로 굴리면 그대로 굴러가는 것은 부패치 아니한 것이다.</p> <p>4. 좋은란은 흔들어 보았을 때 중신(中身)이 조금도 동요하지 않는 것</p> <p>5.란(卵)의 양단을 설단이나 ○육에 대어보아 첨단(尖端)이 한랭(寒冷)하고 원단이 습감(褶坎)을 득하게 하는 것은 신선한 것</p> <p>6.란(卵)의 첨단으로부터 일광(日光)이나 혹은 등화에 향하여 비치어보아 균일(均一)하게 반투명(半透明)한것은 신선한 것</p> <p>7. 청수오합(淸水五合)에 식염이십사○가량한 물을 조금 길죽한 그릇에 담고 계란(鷄卵)을 넣어보았을 때, 가라앉아서 거꾸로 되는 것이 신선한란</p>	<p>1. 사람의 손이 자주 가서 여러번 만지는 관계로 석회분말이 없어지고 뻘뻘하게 되고 내부(內部)의 액상물질(液狀物質)이 겉으로 나와 항상 란피(卵皮)에 기름으로 광택이 있는 것이나 그것도 없는 것은 오래되어 좋지 않은 것이다.</p> <p>2. 손톱 끝으로 긁었을 때 소리가 없는 것은 오래된 것이다.</p> <p>3.란을 가로로 굴렸을 때 부패한란은 종횡(縱橫)으로 불규칙(不規則)하게 굴러가는 것</p> <p>4. 흔들어 보았을 때 오래될수록 중신이 껍질에 부딪혀서 소리가 나며, 이는 가령 난황이 성하게 있다 할지라도 보건상 좋지 못한 것이다.</p> <p>5.란(卵)의 양단을 설단이나 ○육에 대어보아 양단(兩端)이 한랭하면 부패한 것</p> <p>6.란(卵)의 첨단으로부터 일광(日光)이나 혹은 등화에 향하여</p>	<p>계란(鷄卵)은 기후(氣候)가 온난하면 부패(腐敗)가 용이한고로, 만약 부패하면 「푸도마잉」이라는 독소(毒素)와 산화수소(酸化水素)와 여한악성와사(惡性瓦肆)가 생겨 사람에게 해를 끼치기 때문에 주의하여야 한다.</p>

		<p>비치어보아 암색으로 변하는 것은 부패한 것이다.</p> <p>7. 청수오합(淸水五合)에 식염이십사(食鹽十石)가량 한 물을 조금 길쭉한 그릇에 담고 계란(鷄卵)을 넣어보면 이삼 일지낸것은 가라앉기는 하나 밑바닥에는 닿지 않고, 낳은 지 팔일쯤 된 것은 중간에서 있게 되고 더 오래된 것은 첨단(尖端)이 하향(下向)하여 직립부상(直立浮上)하는 것이니 일수가 오렐수록 란(卵)의 원단향으로 공기가 들어가서 가볍게 되는 관계이다.</p> <p>8. 계란을 일수가 경과할수록 수분이 증발하는 동시에 공기가 대입(代入)하는 까닭으로 란(卵)의 비중(比重)은 점차경감하는 것이다. 란(卵)의 비중은 평균(平均) 1.0845이나 일시가 경과할수록 경감하는 까닭으로 삼사주일후에 비중은 1.05가 되는 것이니 부패에 지하는 것이다.</p>	
<p>우 유 감별법(牛乳鑑別法)</p>	<p>신선한 우유는 인유(人乳)보다 색택(色澤)희고도 농후(濃厚)한면서도 황색(黃色)을 대하여 우유의 특징(特徵)인 고유(固有)한 내음새와 감미가 유한 좌(左) 신구양부(新舊良否)를 감별(鑑別)하는 것이다.</p>	<p>1. 물이 들어간 것은 약간 청색(靑色)을 대 한 것으로 그릇과 우 유 사이에 약간 란색(覽色)이 있어 보이고 또는 진도(○○)하여보 면 용기에 유백색의</p>	

	<p>1. 색 위선 색(色)을 보는 것이니 약간 황색(黃色)의 유백색(乳白色)이 된 것이 좋은 것</p> <p>2. 초자(硝子)고뿌에 담아 우유가 한갈 같이 희고 흐린 것은 좋은 것</p> <p>5. 지두(指頭)로 문질러보아서 끈끈한 것은 신선한 우유이며 원래 신선한 좋은 우유는 백분의 삼의 지방을 함유하고로 미끈미끈한 것</p> <p>6. 우유일적을 손톱위에 떨어뜨려보면 발음이 저서 둥글게 뭉키인 것은 좋은 우유</p> <p>7. 고뿌에 물을 담아가지고 우유 미삼적(二三滴)을 떨어뜨려보면 유적(乳滴)이 그대로 밑으로 가라앉는 것은 좋은 것</p> <p>8. 유리로 맨든 세자한 관형(管形)된 그릇에 사오시간두어 두면 하편(下○)은 우유(牛乳)가 그대로 있으나 상편(上○)으로는 담황색의 덩어리가 상하이층(上下二層)으로 분리하는 것이니 상층(上層)은 크림으로 중류(中乳) 중(中) 주요 성분(主要成分)된 지방(脂肪)의 집합체(集合體) 덩어리가 많을수록 자양가치가 많아 좋은 것</p> <p>9. 신선한 우유는 한 번 끓이면 그 상면에 백막죽(白膜卽) 크림이 생하나 응고치는 않는 것</p> <p>10. 우유에 식염수를 가하여 끓이면 침전이 생하는 것은 신선한 우유</p>	<p>류흔(○○)이 없고 도리어 기려(奇麗)한 색깔이 나타나는 것이나 주위에 무색투명(無色透明)한 부분(部分)은 물이 들어있는 증거이다.</p> <p>2. 초자(硝子)고뿌에 담아 우유가 농후한 곳에 담박한 기운이 쉬이거나 담(○), 황(黃), 적(赤) 색(色)의 다른 빛깔이 나거나 또는 두부가 뭉크러진 덩어리가 있던지 점란(點卵)한 사형(絲形)의 물(物)이 혼재한 것은 병적 불량품이다.</p> <p>3. 향기로운 내음새에 구수한 동물성 내음새가 나는 것이나 고약한 소독의 내음새가 나는 것은 다른물건이 들어있는 것으로 나쁜 것</p> <p>4. 상쾌한 내음새나 단맛이 있지 않고 신맛이있는 것은 다른 것이 들어있어 나쁜 것</p> <p>5. 지두(指頭)로 문질러보아서 미끈미끈함이 없는 것은 탈취유(脫臭乳)</p> <p>6. 우유일적을 손톱위에 떨어뜨려보면 방울이 지지아니하고 흠어해뜨려지면 다른 물건이 혼재한 것</p> <p>7. 고뿌에 물을 담아가지고 우유 미삼적(二三滴)을 떨어뜨려보</p>	
--	--	---	--

		<p>면 물에서 풀어져 해 뜨러지는 것은 다른 것이 섞이어 있는것.</p> <p>8. 유리로 맨든 세자한 관형(管形)된 그릇에 사오시간두어두면 하편(下○)은 우유(牛乳)가 그대로 있으나 상편(上○)으로는 담황색의 덩어리가 상하이층(上下二層)으로 분리하는 것이니 덩어리가 작던지 없는 것은 불량한 우유이다.</p> <p>9. 한 번 끓여 만약 응고(凝固)한다면 잡물이 섞이었거나 부패한것</p> <p>10. 우유에 식염수를 가하여 끓이면 침전되지 않는 것은 나쁜 것</p> <p>11. 우유중에 옥도정기액(沃度丁幾液)을 우적(○○) 떨어뜨리면 람색(藍色)으로 변하는 것은 미(米)나 혹은 기타 곡물(穀物)의 분말이 혼재한것</p>	
<p>관 결 감 법 법(罐 ○鑑別 法)</p>			<p>관결감법법(罐○鑑別法)에 있어 주의할 점</p> <p>1. 위선 관(罐)이 안전하며 녹이 슬지 않고 멧○무가 더럽지 않고 오래되지 않고 수침(水沈)이 아니 된것이라야 하는 고로 이상 두가지를 주의하여야 할것</p> <p>2. 관(罐)에 뚜껑이나 밑바닥이 요형(凹形)으로 들어가든지 혹은 팽창한 것은 좋지못한 것이니 지두(指頭)로 눌러</p>

		<p>수평이 되는 것이라야 부패치 아니하는것 원래가 관결(罐○)의 제 조할 때 고열을 가하는 고로 ○중공기(○中空 氣)는 자연발거(自然拔 去)되는 관계로 이에 따 라 내용이 수축되는 고 록 기분간(氣分間) 요면 을 ○하는 것이다. 그리 나 ○저가 팽고(膨高)하 는 것은 관결내용이((罐 ○內容)이 잘 살균이 되지 못하거나 혹은 관 (罐)의 봉납(封蠟)이 안 전치 못하여 공기(空氣) 중(中)세균(細菌)이 혼 입하여 와사(瓦肆)가 유 전(○○)하면 부패한 물 건이 되는 것이다.</p> <p>3. 일개관(○)에 이개이 상 구멍을 막은자리가 없는 것은 해하여야 하 는 것이니 혈흔(穴痕)은 공기를 빼어낸 흔적이 나 이상 있는 것은 재 료시 십분공기를 빼어 내지 못하고 추후(追後) 에 다시 빼어낸 것으로 중도(中途)에 발생(發 生)한 와사(瓦肆)를 빼 어낸 위험한 불량품이 다.</p> <p>4. 젓가락 같은 막대기 로 관결(罐○)의 뚜껑을 두들기어보아서 소리가 맑게 나고 흔들어 보아 ○내(○內)의 액체소리 가 약하게 나지 않고 맑게 나는 것이 명품(名 品)인것</p> <p>5. 혹은 약물(良物)을</p>
--	--	--

			<p>검사한 인장(印章)이 있는 것이 좋은 것이니 뎃떼루에 검사인(檢査人)을 조사할 것 6. 관((罐)을 개봉할 때 상쾌한 향기를 방산(放散)하는 것은 물○○(勿○○)은 것이다. 내용물 집이(內容物○)이 원형을 잃어버리고 둥그러졌거나 부스러지고 악취(惡臭)가 유(有)한 것은 불량한 것 과실관결(果實罐○)에는 빠나나 피파등은 보통 안심할 것이 있으나 도, 리(梨), 참) 등 관결(罐○)에는 좋지 못한 것이 있는 것을 주의할것</p>
<p>사 당 감 별 법 (砂 糖 鑑 別 法)</p>	<p>1. 색에 광택이 있는 것이니 양품(良品)일수록 몹시 흰것이 라야 다른 것이 섞이지 아니 한 것 2. 응고(凝固)한 모양을 보아 조그마한 덩어리 지두(指頭) 로 문질러 보면 연하게 부스 러지는 것이 좋은 것 4. 사탕(砂糖)물이 많은 것은 양품이다. 5. 각사탕(角砂糖)의 감별법 (鑑別法)은 약품(良品)일수록 가배에서 잘 녹는것</p>	<p>2. 응고(凝固)한 모양 을 보아 단단하여 잘 부스러지지 아니하면 다른 것이 섞여있는 것 3. 중량물(重量○)을 보아 동일한 분량에도 약품(良品)일수록 부경 (浮輕)하고 불량품은 무거운 것이니 대개 전분이 섞이어 있는 것이 있는 것이다. 4. 사당을 느끼어 보 아 찌꺼기가 있는 것 은 전분이 들어있는 것 5. 가배에서 잘 녹지 않는 각사탕은 좋지 못한 것이다.</p>	
<p>백 청 감 별 법 (白 淸 鑑 別 法)</p>	<p>2. 중량(重量)의 비중(比重)이 일반 액체중에는 가장 무거운 것 3. 하절에는 말근 진유같이</p>	<p>꿀 일(一)과 수사(水 四)외 비(比)로 물에 뇌기어 초산염을 한방 을 떨어뜨리면 물이</p>	

	<p>막다가 동절(冬節)에는 석고(石膏)모양으로 응고하는것</p> <p>4. 여름이 되면 약품(良品)백청은 맛이 불변하는 것이나 혼잡한 불량품은 속히 시니어지는것</p> <p>5. 내음새가 꿀의 향기(香氣)가 나는 것</p> <p>6. 숟가락에 꿀을 떠서 도루다시 반 따라보면 약품(良品)꿀은 숟가락에서 떨어지다가 중등이 끓어지면 끓어지는 자리가 수축(收縮)하여 지령이 모양으로 바르르 떨어지며 오므러지는 것이 좋은 것</p>	<p>뜨물같이 희터지는 것은 잡물이 섞여 있는 것</p> <p>5. 내음새가 좋지 못한 것은 내음새가 없는것</p> <p>7. 꿀에는 전분이나 사탕(砂糖)이나 혹은 이수(飴水)를 섞는다고는 하나 사탕은 값에 관계로 혼합이 곤란하고 전분은 찌기가 관계되고 옛이 적당할가 하나 맛이 쉬이 시여지는것</p>	
<p>어 류 감 별 법 (魚 類 鑑 別 法)</p>	<p>1. 안(眼)과 새(鰓)를 보는 것인데 신선한 고기는 안구(眼球)가 수정(水晶)같이 투명한고 새(○)의 색(色)은 홍색</p> <p>2. 신선한 생선은 림편(○片)도 광택이 버서지지 아니하고 지두(指頭)로 내부를 눌러보면 경결(硬結)한 까닭으로 손자죽이 나지 않음</p> <p>3. 신선한 생선은 심 비린내음새가 나고 수중에 집어넣으면 가라앉음</p> <p>5. 전체를 보지 아니하고는 어려운 경우에는 고기토막을 비어 벤 자리를 보면 역시 광택이 나고 단단한 것은 약품(良品)</p> <p>6. 일반이 노성(老成)한 고기보다 조금 어린고기가 맛이 좋음</p>	<p>1. 안(眼)과 새(鰓)를 보는 것인데 안구가 요면(凹面)이든지 적색을 대한 불투명하다던지 새내(○內)가 창백한 것은 부패한 것</p> <p>2. 조금 부패한 것은 손으로 누른 손자죽이 우묵들어가는 것이니라.</p> <p>3. 부패한 것은 수중에 들어가면 위로 뜨는 것이니라.</p> <p>4. 간상(奸商)들은 새내나 혹은 물둥이에 적색염료를 바르는 일이 있는 것이라.</p> <p>5. 고기토막을 베어 그 자리에서 수분이 방울방울생기거나 몸이 무른것은 부패한것</p>	<p>어육(魚肉)이나 조수육(鳥獸肉) 오래되면 일반히 단백질(蛋白質)이 분해(分解)하여 「푸드마잉」이라는 독소가 발생하는 고로 어류종류(魚類種類)를 먹을 때에는 십분주의하는 것이 필요하며 항상(恒常) 신선(新鮮)한 것을 택(擇)하는 것이 제일 좋은 고로 좌의 감별법(鑑別法)이란것은 그에 해당하는 것이다.</p> <p>일미생선에 제일 맛이 있는 곳은 복부장부(腹部腸部) 부분이나 제일 속히 부패하는 곳도 복부이니 특별주의할 것이다. 또한 8. 어류를 매수할 때 토막으로 사는 것이 안전한 것은 토막생선은 항상 신선한 것으로 파는 소이(所以)이다</p>
<p>초 감 별 법 (醋 鑑 別 法)</p>	<p>1. 생선을 끓일 때 이삼적 초를 떨어뜨리면 생선몸이 백색(白色)으로 변하는 것이 양품</p>		

	<p>이다.</p> <p>2. 란(卵)을 살때 초를 조금 치면 피각(皮角)이 깨어지지 않고 물을게 되는 것이 양품이다.</p> <p>3. 수가락이나 사시같은 물건이 오반(汚斑)이 생기어 더러울 때 초에 닦은 수가락을 씻으면 광택이 생기어 새것같이 되는 초는 좋은 초이다.</p> <p>4. 가구(家具)이나 잉크가 묻은 오점(汚點)이잇는곳에 삼합온탕(三合溫湯)에 소시일적초를 쉬어서 씻어서 기려(綺麗)하게 정하게 되면 좋은 초이다.</p> <p>5. 유지(油紙)에 서자(書字)를 쓰고저할 때 묵(墨)을 물에 갈지 말고 초에 묵(墨)을 가라 유지(油紙)에 쓰면 잘써지는 것</p>		
--	--	--	--

『조선요리학』에 기록된 각종 감별법과 좋은 것과 나쁜 것의 내용이다. 감별법은 14가지이고, 미의 감별법, 현미로부터 백미까지 호불호의 감별법, 장유감별법, 내지장의 감별법, 초의 품질감별, 해태감별법, 해장감별법, 계란감별법, 우유감별법, 관결감별법, 사당감별법, 백청감별법, 어류감별법, 초감별법이 있다. 백청감별법은 손가락에 꿀을 떠서 도루 다시 반 따라보면 약품(良品)꿀은 손가락에서 떨어지다가 중등이 끓어지면 끓어지는 자리가 수축(收縮)하여 지령이 모양으로 바르르 떨어지며 오므러지는 것이 좋은 것이며, 초감별법은 생선을 끓일 때 초를 떨어뜨리면 생선 몸이 백색(白色)으로 변하는 것이 양품이라고 나와 있다.

표 12. 각종 저장법

종류	설명
장유저장법(醬油貯藏法)	<p>장유저장법(醬油貯藏法). 장유는 곰팡이가 나기 쉬운 까닭으로 방부제(防腐劑)를 사용하는 것이 좋으나 방부제도 조금잘못하면 위험(危險)한 관계(關係)가 유(有)한고로 좌(左)에 ○방법을 알지아니하면 아니될것이다.</p> <p>장유는 수분이 혼동(混同)하면 이삼일 경하여 곰팡이 나는 까닭으로 두고 먹으려면 ○○ 제일수분(第一水分)이 혼동아되지 않도록 해야할 것이니 그</p>

	<p>용기로부터 수분이 없도록 주의할 것이다.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 장유를 사거든 일치 솥에 붓고 끈린 뒤에 장유일승에 대하여 이삼개의 고초를 불에 구어 장유물에 넣어두면 곰팡이나지 아니 하는 것. 2. 장유한말(一斗)에 대하여 계자실(界磁○)이나 ○속○ 두 개 가량 모시나 베주머니속에 넣어 장유통속에 넣어두면 곰팡을 방지할것 3. 장유한말(一斗)에 대하여 오합(五合)가량 소금을 까맣게 타도록 구어 역시 주머니에 넣어 장유통속에 넣어두면 곰팡을 방지할것 4. 장유가 공기(空氣)에접촉한 면이 아모조록 적도록 하여 아가리가 좁은 병(病)이나 항아리가 좋은 것이며 ○이나 항아리주둥이에는 초나 흑(或)은 초산(醋酸)을 장유일승(醬油一升)에 대하여 한숟가락쯤 흘려넣어 두면 안전할것. 5. 장유에 주정(酒精)을 백분리지가량부어두면 맛도나어지고 아므리 하절(夏節)이라도 곰팡이가 나지아니하는 것 6. 장유담은 그릇을 아모조록 동치아니하는 것이 곰팡방지(防止)에 안전한 것 <p>곰팡이 생긴 장유를 없이곳치려면 소량(少量)의 곰팡이 있을때에는 모시흔 겹에 바치서 복근소금을 조금 넣어둘것. 만약 과다할때에는 장유 이승(二升)에 대하여 계란(鷄卵)흔자위 일개분을 넣고 젓가락으로 자주 저어가며 끄리면 거품이 일어나고 끄른뒤에는 흰겉품을 우에 뜰거시니 장유가 냉각(冷却)한 후에는 흰겉품을 건져버린 뒤에 두면 다시 곰팡이 나지 아니하는 것.</p>
<p>초(醋의 저장법(貯藏法))</p>	<p>초는 부패성이 속한고로 필요(必要)할 때면 조금씩 매식(買食)하는 것이 좋으나 만약 나머지 초를 두는 경우에는 소금을 조금 복가서 초에 넣고 흔들어서 단단한 마개로 병을 꼭 봉(封)한뒤에 서늘한 곳에 두는것이 안전하다.</p>
<p>란(卵)의 저장방법(貯藏方法)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 각류(各類). 각류(各類)껍질 회분 말은 모래가 온대 첨단경(尖端○)을 하로 향하여 란(卵)과 란(卵)이 호상(互相)달지 아니하도록 묶어둘 것 2. 춘추시기에는 평편한 광주리에 서로 되어 담아 가지고 서늘한 곳에 매어 달아둘 것. 3. 아리비아 호박수(○○○)를 껍질에 발라 습기가 없는 탐말중(炭末中)에 묻어 둘 것. 와세링도 바를 것 4. 약간의 소금을 친 풀이나 또는 오십○석회를 일승수(一升水)에 뇌긴 물에 담아둘것 5. 사리진산(酸)이나 ○산(○酸)은 뇌긴물에 담아둘것 6. 더운물에 십 초내지 십오초 가량을 담것다가 내어둘 것

『조선요리학』에 기록된 각종 저장법이다. 저장법은 3가지로 장유저장법, 초의 저장법, 란의 저장법이 있다. 장유저장법은 장류가 곰팡이가 나지 않게 하기 위한 저장법이고, 초의 저장법은 초의 부패 부패를 방지하기 위한 것이고, 란의 저장법 또한 알류의 부패를 막기 위한 것이다.

【관련논저】

이성우, 『한국식경대전(韓國食經大典)』, 향문사, 1981

【집필자】

정혜경(호서대학교) · 박준희(호서대학교 식품영양학과)

【자료명】

『Korean Recipes(조선요리법)』

【정의】

이화여자전문학교 가사과에서 교수로 재직 중인 해리엣 모리스(Harriett Morris)가 1945년에 미국에서 방신영의 조선요리제법을 기초로 하여 『Korean Recipes(조선요리법)』을 출판하여 8,000여 권이나 판매하였다. 저자는 이 책을 통하여 한국인들만 알고 있는 한국음식을 미국의 일반대중들에게 알리고자 편찬하였다고 한다. 또한 이 책은 한국여성들의 교육과정에서 이미 교과서로 사용된 내용이다.

【음식관련 정의】

한국음식은 준비의 시간이 필요하다. 젓가락을 사용하고, 이것을 이용하여 매우 작은 것까지 집을 수 있다. 또한 한국음식은 일반적으로 양념이 매우 다양하게 사용되어 지고 있다.

【서지】

표제/책임표시사항 : Korean recipes(조선요리법)
저자: 해리엣 모리스 Harriett Morris
발행사항 캔자스주 위치타 (Wichita, Kan.) : [s.n], c1945
형태사항 96 p. :ill. ; 17 cm
소장처: 국립중앙도서관 보존용

【목차와 구성】

없음

【음식관련 내용】

1. 밥류(Cereals)

표 1. 『Korean Recipes(조선요리법)』에 기록된 밥의 종류와 재료

이름		재료 (재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
WHITE RICE	흰 밥	rice, water (2)	쌀을 깨끗이 5회 이상 씻기 → 뚜껑을 잘닫고 가열하기 → 점점 불을 줄이고 30분간 뜸들이기	Pick over the rice carefully and wash five times. Add the cold waters to the rice, cover tightly and bring quickly to a boil.[후략]

RICE AND BEAN SPROUTS	콩나물 밥	rice, water, bean sprout, salt(4)	씻은 쌀에 콩나물을 엮고 밥하기 → 30분간 뜸들이기 → 젓지 않기	[전략] Pick over the rice and wash it five times and put it on top of the bean sprout. [후략]
RICE AND BEANS	팥 밥	rice, red bean, water (3)	콩을 잘씻고 2시간 이상 불리기 → 잘 씻은 쌀에 콩을 넣고 밥하기	[전략] Pick over the rice and wash it five times and add it to the beans. [후략]
RICE AND SWEET POTATO	고구마 밥	rice, water, sweet potato, soybeans (4)	고구마 껍질 벗긴 후 1.5인치 크기로 자른다 → 쌀, 콩, 고구마를 넣고 밥을 한다.	[전략] Pick over the rice and wash it five times and add peas or soybeans, sweet potato and cold water [후략]
RICE WATER	송늬	-	솥에서 밥을 굵어 내고 약간을 물을 넣어 끓인다.	After the rice has been removed from the kettle there is always some that adheres to the bottom of the pan. Add several cups of water, bring quickly to a boil and serve hot.
RICE AND VEGETABLES	비빔밥	rice, water, beef, onion, garlic, sesame seed, oil, soy sauce, celery, salt carrot, cucumber, sprout, egg, firm pear (15)	밥하기 → 고기, 채소를 잘게 섞어 볶는다. → 황백지단을 붙인다. → 밥을 볼에 담고, 배, 달걀, 오이, 당근장식해서 대접한다.	[전략] Put aside the pear, egg, cucumber and one half of the carrot. Add all the other prepared foods to the rice, mixing lightly
WHEAT FLOUR NOODLES	밀국수	beef, green onions, garlic, soy sauce, sesame	양파, 마늘을 잘게 썰고 양념한다. → 고기를 삶아 놓는다. → 국수 삶기 → 뜨거운 육수를	[전략] put noodles in individual bowls and cover with the boiling hot soup. Decorate the top of each bowl with

		seed, speke pepper, oil, water, egg (11)	붓고 고명장식 하기	stipes of egg and shredded red chile pepper if desired.
RICE AND BEAN "JOOK"	팥죽	red bean, rice, water, salt, flour, b a k i n g powder (6)	팥 씻은후 삶기 → 쌀과 같이 끓이기	[전략] Combine the rice and beans, add 3cups hot water and cook until well done and of the consistency break fast cereal.
RICE AND BARLEY	보리밥	r i c e , p e a r l e d b a r l e y , water (3)	쌀, 보리에 물을 가하여 뚜껑을 단단히 닫고 끓인다	[전략] Combine the rice and barley, add 2 cups cold water, cover tightly and bring quickly to a boil.[후략]
RICE AND MUSHROOM S	송이밥	rice, sliced mushroom, s l i c e d o n i o n , c h o p p e d lean beef, soy sauce, oil, sesame seed, water, salt, speck pepper (10)	버섯, 양파, 쇠고기를 얇게 썰기 [전략] 간장, 호추, 기름, 참깨를 넣고 혼합 → 쌀과 양념된 쇠고기를 섞어서 밥을 한다	[전략] Add meat miture to the rice and salt, cover tightly and bring quickly to a boil [후략]
RICE AND POTATOES	감자밥	rice, diced potato, salt, water (4)	감자껍질을 벗기고 썰고 쌀과 함께 밥을 한다.	[전략] Peel the potato and dice one half inch pieces, and add to the rice. [후략]
RICE AND DATES	대추밥	rice, seeded date, water (3)	대추씨를 제거 하고 쌀과 함께 밥을 한다.	[전략] Add dates to the rice, cover tightly, and bring quickly to a boil.

『Korean Recipes(조선요리법)』에 기록된 밥은 흰밥, 콩나물밥, 팥밥, 고구마밥, 송늡, 비빔밥, 밀국수, 팥죽, 보리밥, 송이밥, 감자밥, 대추밥로 총 12가지이다. 밀국수는 양파, 마늘을 잘게 썰고 양념하고, 고기와 고기를 삶아 뜨거운 육수를 붓고 고명으로 장식하여 먹는 음식이라고 설명되어 있다.

2. 김치류(KEEM-CHEE)

표 2. 『Korean Recipes(조선요리법)』에 기록된 김치류의 종류와 재료

이름		재료 (재료 가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
SPRING KEEM-CHEE	봄김치	celery cabbage, salt, green onions, clove garlic, red chile pepper, candied ginger, water (7)	마늘, 고추를 잘 게 썰기 → 배추 절이기 → 배추 속 넣기 → 익히 기	[전략] Mix the prepared vegetables with the cabbage, add 1 슈네 [후 략]
WINTER KEEM-CHEE	동김치	celery cabbage, salt, cloves garlic, red chile pepper, candied ginger, green onions, stalks c e l e r y , chestnuts, firm pear, water (11)	배추절이기 → 물빼기 → 마늘, 고추, 생강, 파를 다지기 → 버무 리기	[전략] Add the chopped garlic, red peppers chopped and chopped ginger. [중략] Mix well.
KEEM-CHEE IN SOY SAUCE	장김치	celery cabbage, sliced turnip, cucumber. soy sauce, cloves garlic, candied ginger. chile pepper, salt, green onions, s h r e d d e d celery, firm pear, chestnuts. date, pine nut, sugar (16)	다듬은 배추를 간장을 넣고 잘 절인다. → 배추 에 간장을 빼기 → 마늘, 고추, 생강, 파를 다지 기 → 버무리기	[전략] Add 1/2 cup soy sauce, mix well and let stand 3 hours or until the cabbage is soft. [후 략]
CUCUMBER KEEM-CHEE	오이김치	large cucumber. salt, green onions, cloves garlic, red chile pepper, water (6)	양파, 마늘, 고춧 가루를 잘게 다 지기 → 오이를 절이기 → 소금 물에 잘 절이기	[전략] Wash the salt from the cucumbers, add onion, garlic, red pepper, 1/2 tbsp, salt and water and mix well [후략]

『Korean Recipes(조선요리법)』에 기록된 김치의 종류는 총 4가지이며, 봄김치, 동김치, 장김치, 오이김치가 있다. 장김치는 배추를 간장에 넣어 절이고 간장을 뺀 후 마늘, 고추, 생강, 파를 다져 함께 버무려 먹는 음식이라 기록되어 있다.

【관련논저】

없음

【집필자】

정혜경(호서대학교) · 우나리아(호서대학교)

【자료명】

『우리음식』

【정의】

일본에 우리 음식문화의 우수성을 소개한 책으로서 일본어로 『조선요리』로 발간되었다. 일본인들이 조선음식 참고서로 읽혀졌으나, 8.15 광복 후 1948년에 『우리음식』으로 한글로 번역되어 삼중당에서 재출간되었다.

저자는 책을 쓴 의도를 우리나라에는 전통조리가 있어 우리의 문화를 계승하고 있으나, 일본인들은 의도적으로 우리의 조리가 그저 초근을 아무렇게나 먹는 것처럼 업신여기려는 것에 반하여 우리의 조리법을 일본어로 써서 우리의 훌륭한 조리를 소개하고 나아가서는 우리의 문화를 자랑하려고 하였다. 이렇게 출판된 것이 『조선요리』이고, 후에 한글로 재출간되어 우리나라 여성들에게 조리를 통하여 자부심을 갖게 하는 책이 되었다.

【서지】

표제/책임표시사항: 우리 음식
 저자: 손정규
 발행사항: 서울, 삼중당(三中堂), 1948
 형태사항: 203p., 18 cm
 소장처: 단국대학교 퇴계기념도서관(중앙도서관)

【목차와 구성】

제 1 조선요리의 종류

- | | |
|----------------|-------------------|
| 반상(飯床) | 뚜레기상(改良床) |
| ○상 | 식기(食器)의 명칭(名稱) |
| 면상(麵床) | |
| 교자상(轎子床) | 제 3 음식과 기명(器皿) |
| 주안상(酒案床) | |
| 큰상 | 제 4 조미료 약념(藥念) 고명 |
| 들상 | 일용 조미료(日用 調味料) |
| 제상(祭床) | 약념 준비(藥念 準備) |
| 대소상 제상(大小祥 祭床) | |

제 5 일일의 식사와 단체식

제 2 상의 규모와 식기의 종류

- | | |
|----------|---------------------|
| 내모반(角盤) | 제 6 재료 쓰는 법과 빛갈의 배합 |
| 둥그렁반(圓盤) | |

제 7 반류(飯類)

흰밥(白飯)	비빔밥(○○飯)
팥밥(赤豆飯)	연어밥(○飯)
조밥(栗飯)	굴밥(牡蠣飯)
보리밥(麥飯)	김치밥(沈菜飯)
오곡밥(五穀飯)	콩나물밥(豆菜飯)
감자밥(甘○飯)	무밥(蕪飯)
약밥·약식(藥食)	

제 8 김치류(沈菜類)

김치 국물 마련	짬뽕김치(○○沈菜)
김장 준비	무 싱건지
통김치(○沈菜)	김치
석박지(○沈菜)	양배추 김치(洋菜沈菜)
비늘김치(○沈菜)	깍뚜기(紅○菜)
보김치(○沈菜)	무 깍뚜기(○紅○)
장김치(○沈菜)	굴 깍뚜기(牡蠣紅○)
나박김치(片沈菜)	오이 깍뚜기(胡瓜紅○)
박김치(○沈菜)	메르치젓 깍뚜기
동치미(冬沈菜)	곤쟁이젓 깍뚜기
채김치	젓 무
꽃김치(菁根沈菜)	알무 깍뚜기
오이 소박이(胡瓜沈菜)	무청 깍뚜기
가지 김치(茄子沈菜)	소금 깍뚜기
오이지(胡瓜○沈菜)	

제 9 우육류(牛肉類)

쇠고기의 종류(種類)	염포(○脯)
너비아니	육란(肉卵 또는 大○○)
섭산적	육전(肉煎)
갈비 구이	간전(간(肝)煎)
염통 구이	천엽전(千葉煎)
파산적	골전(骨煎)
육포(肉脯 또는 醬脯)	편육(片肉) 또는 수육(水肉)

쇠머리 편육	골탕(骨湯)
우설과 우신(牛舌, 牛腎)	별탕(別湯)
전골(煎骨)	송치곰
갈비찜(煎肉)	양집(○○)
족편(足片)	장조림(○肉)
곰국(肉湯)	육회(肉膾)
간조림	

제 10 돈육류(豚肉類)

돼지고기 구이	제육(猪肉)
고추장 구이	돼지 누룽지
돼지고기 조림	돼지 대가리 편육

제 11 계육류(鷄肉類)

영계백숙(○鷄白熟)	
닭 찜(一)	평포(○○)
닭 찜(二)	평구이
닭고기 구이	평국물
닭적	평조림
닭조림	

제 12 어패류(魚貝類)

생선 굽는 방법	
도루묵(○) 구이	북어(北魚) 구이
민어(鮓魚) 구이	송어(○魚) 구이
되미(○味) 구이	송어적 구이
조기(石首魚) 구이	조기(石首魚) 소금구이
동태(凍太) 구이	자반 민어(○○魚) 구이

전유어(煎油魚) 만드는 방법

민어(鮓魚) 전유어	조개(貝類) 전유어
되미(○味) 전유어	새우(○) 전유어
송어(○魚) 전유어	대구 이리(大口○魚) 전유어
대구(大口) 전유어	굴(牡蠣) 전유어

조림 만드는 방법

비웃(○) 조림
 비웃(○) 찜
 송어(○) 조림
 고등어(○) 조림
 정어리(○) 조림
 북어(北魚) 조림
 동태(凍太) 조림
 대구(大口) 조림
 붕어(鮪魚) 조림
 잉어(○魚) 조림
 민어(鮠魚) 조림
 농어(○魚) 조림
 빙어(○魚) 조림
 가재미(○○魚) 넙치 조림
 되미(○味) 조림
 준치(○) 조림
 조기(石首魚) 조림
 갈치(秋刀魚) 조림

도루묵(○) 조림
 자반 비웃(○○) 찜
 자반 연어(○○) 찜
 자반 전어(○○魚) 찜
 두부 새우젓 찜
 무 새우젓 찜
 새우젓 젓국 찜
 비웃(○) 찜
 조기(石首魚) 찜
 대구 명태 이리 찜(一)
 대구 명태 이리 찜(二)
 굴(牡蠣) 찜
 민어(鮠魚) 찜
 되미(○味) 찜
 가재미(比目魚) 넙치 찜
 웅어 찜
 생선 지지미

생선국(魚湯) 만드는 방법

조기국(石首魚湯)
 준치국(○○)
 가재미 넙치 국
 민어국(鮠湯)
 되미국(○味湯)
 대구국(○湯)
 동태국(凍太湯)
 북어 계란 물치 국
 백숙(白熟)
 어포(魚脯)
 어회(魚膾)
 어채(魚采)

홍합 전복 초(紅蛤 全鰓 炒)
 북어(北魚) 문침
 장작 북어 문침
 북어 보풀
 북어 껍질 문침
 북어 대가리 찜
 미쌈(海○○)
 게장(蟹○)
 게(蟹) 찜
 게(蟹) 찜
 방게 볶음
 대합(大蛤) 찜

제 13 난류(卵類)

수란(水卵)	명란구이
계란부침	명란찌개
알쌈	명란 오징어 문침
알찌개	연란(○卵)
어란(魚卵)	연란찌개
명란(明卵)	게알(蟹卵) 찌개

제 14 채소류(菜蔬類)

배추찜	오이생채(一)(老瓜生菜)
왓저지	오이생채(二)
무생채	오이선
무말랑이 장아찌(○○○○只)	오이 장아찌(一)
무 고추장 장아찌	오이 장아찌(二)
콩나물(豆菜) 볶이	오이 숙장아찌
콩나물국	오이 고추장 장아찌
숙주나물(○○)	오이냉국(老瓜冷)
시금치 나물	호박나물(○瓜菜)
미나리(水芹) 강회	호박 새우젓 찌개
미나리(水芹) 장아찌	호박 고추장 찌개
미나리 잎 찌개	호박전
아욱(○) 국	호박○
아욱 죽	호박○
양파통찜(玉蔥○○)	호박범벅
파(○) 장아찌	호박순국
파 강회	가지나물(○子菜)
달래 장아찌	가지전
마늘(蒜) 장아찌	가지○
마늘종(蒜○) 장아찌	가지 장아찌
마늘 잎 장아찌	푼고추(○苦草) 조림
마늘 대 이용	푼고추전
마늘 뿌리 이용	푼고추찜
오이나물(胡瓜菜)	고추볶음

풋고추 장아찌
고추 잎 나물
고추 잎 장아찌
깨잎나물(○○菜)
깨잎 장아찌
도라지(桔梗) 나물
도라지 생채
도라지적
더덕(○○) 구이
우영(桔梗) 장아찌

우영 나물
고사리(○) 나물
고미(○) 나물
취(○) 쌈
피마주(蓖麻子) 잎 나물
토란탕(土卵湯)
감자(○○○) 요리
씀바귀 나물
씀바귀 장아찌

제 15 해초류(海草類)

미역국(○○湯)
미역 구이
다시마(昆布) 튀각
김(海苔) 구이
김 문침
김 자반
김 튀각
파래(靑苔) 문침

제 16 음료(飲料)

화채집(花菜汁) 만드는 법
앵두 화채(櫻桃花菜)
딸기(○) 화채
귤(橘) 화채
복숭아(桃實) 화채
배(梨) 화채
순채(○菜) 화채
진달래(○○) 화채

노랑장미(黃薔薇) 화채
보리 수단(麥水團)
흰떡 수단
미수(米水)
얼음 수박(冰○瓜)
수전과(水煎果)
식혜(食醴)
소주 온미(燒酒溫米)

제 17 전과(煎果)와 과자(菓子)

연근(蓮根) 전과
인삼(人蔘) 전과

생강(生姜) 전과
산사(○○) 전과

문동(門冬) 전과	과줄(菓○)
모과(木果) 전과	만두과(饅頭菓)
청매(青梅) 전과	한과(漢菓)
행인(杏仁) 전과	중백기(中桂)
건포도(乾葡萄) 전과	타래과
귤(橘) 전과	매작과(○○菓)
울란(栗卵)	밤다식(栗茶食)
밤초(栗炒)	흑임자 다식(黑荳子茶食)
밤단자(栗團子)	송화 다식(松禾茶食)
밤주약(栗酒○)	찹쌀 다식(糯米茶食)
밤경단(栗○團)	강정(○○)
대추단자(大○○子)	연시(宴沙)
조란(棗卵)	빈사과(賓沙果)
대추초(大○炒)	잣엿(栢飴)
잣박선(實柏片菓)	호두엿(胡桃飴)
은행단자(銀杏團子)	밤엿(栗飴)
석의단자(石衣團子)	깨엿(荳子飴)
약과(藥果)	호콩엿(○花生飴)
귤병(橘餅)	
제 18 병류(餅類)	
개피떡(蓋皮餅)	꿀편(○片)
수수 경단(○○餅)	싱검치편(○○末片)
찹쌀 경단	느티떡(○餅)
울무(○○) 경단	백설기(白蒸餅)
대추(大○) 경단	콩버무리(콩설기)
청매(青梅) 경단	숙버무리
생률(生栗) 경단	인절미(引切味)
흰떡(白餅)	증편(蒸片)
절편(節片)	송편(松片)
잔절편	고사떡(告祀餅)
골무떡(骨○餅)	두텃떡(二重餅)
백편(白片)	쑥구리
녹두편(綠豆片)	잡과병(雜果餅)

화전(花煎)	밀전병(小○煎餅)
찰전병(○煎餅)	개떡
제 19 특별 요리(特別料理)	
신선로(神仙爐)	떡국(餅陽)
되미 국수	장국밥
되미 찜	육개장(肉介湯)
어만두(魚饅頭)	추탕(鰵湯)
구절판(九折坂)	설령탕(雪濃湯)
온면(溫麵)	순댓국(○○湯)
냉면(冷麵)	밀쌈
닭냉면(鷄冷麵)	떡볶이(○餅)
동치미 냉면	잡채(雜菜)
국수비빔	빈자떡(貧者餅)
만두(饅頭)	식용산채(食用山菜)
편수(片水)	조선 식물 명회

제 20 이소화성 식품(易消化性)

미음(米飲)	묵물죽
조미음(粟米飲)	콩죽
대추미음(大○米飲)	콩국
속미음(人○米飲)	깨국
흰죽(粥)	팥죽
부추죽(○○粥)	깨죽
장국죽	잣죽
콩나물죽	호콩죽

제 21 목과 두부(豆腐)

녹두묵	두부
모밀묵	순두부
도토리묵	

제 22 찻상(茶床)의 실례(實例)

봄 철	여름 철
-----	------

가을 철

겨울 철

제 23 식단(食單)의 실례(實例)

봄

가을

여름

겨울

제 24 조선요리의 연중행사

正月 설

六月十五日 유두

正月 十四日 석찬

七月 七日 칠석

二月 한식

八月 十五日 추석

二月 一日

九月 十月 中の 길일

三月 三日

十月 동지

四月 八日

十二月 그믐날

五月 五日 단오

밑반찬 예비

제 25장 담그는 법(○○法)

메주 만드는 법

막장

고추장용 먹맥주

담뱃장

간장과 된장

햇고추장

진장(○○)

무장(水○)

찹쌀 고추장

청국장(통통장 낫또)

보리 고추장

초(醋)

제 26 기타 잡류(雜類)

생선 다루는 법

닭 다루는 법

빛 다른 재료 취급의 소고(小考)

【음식관련 내용】

1. 밥류

표 1. 『우리음식』에 기록된 밥류의 종류와 재료

음식명		재료 (가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현 대 어명			

흰밥	흰밥	백미 (1)	쌀 씻기 → 물과 같이 솔에 넣기 → 끓이기 → 뜸들이기	쌀을 서너 번 잘 씻어서 물과 같이 솔에 넣고, 쌀이 익은 다음 [중략] 잠간 동 안 뜸을 들인다.
팔밥	팔밥	백미, 팔 (2)	쌀, 팔 갈기 → 물과 같 이 솔에 넣기 → 끓이기 → 뜸들이기	쌀과 팔 간 것을 쌀밥과 똑 같이 짓는다. 팔은 멧돌 로 갈아 쓴다.
조밥	조밥	백미, 조 (2)	-	쌀과 조는 반반(半半) 섞는 때, 7할(○) 5할(○) 섞는 때, 전부 조만으로 만드는 때, 여러 가지 방법이 있지 만, [후략].
보리밥	보 리 밥	보리 (1)	-	[전략] 통보리를 한 번 삶 은 후 쌀과 섞어서 밥을 짓는 것이 보통이다. [후략]
오곡밥	오 곡 밥	백미, 찹쌀, 차조, 김장콩 (4)	-	[전략] 물은 보통 쌀밥 때 보다 더 많이 붓고, 쌀알을 잘 익힌다. [후략]
감자밥	감 자 밥	쌀, 감자 (2)	-	쌀에다 감자를 섞어서 짓는 것인데, [중략] 껍질을 벗긴 후 큼직큼직하게 두셋으로 자르든지 채를 썰어서 넣는 다. [후략]
약 밥 · 약식	약 밥 · 약식	찹쌀, 흑설탕, 백 설탕, 장, 참기름, 대추, 장, 계피, 밤 (9)	찰밥 짓기 → 대추씨 끓 여 국물 받기 → 각종 재료와 찰밥 섞고 찌거 나 증탕하기 → 물 식혀 꺼내기	[전략] 각종 재료를 찰밥에 고루 섞이어 저어서 시루에 다 넣고 찌든지, [중략] 한 시간쯤 똑 같은 온도로 물 을 넣어서 반(半) 시간쯤 찜 뒤, 또 한 번 불을 조금 넣어서 뜨거운 물이 저절로 식을 때까지 둔 후, [후략].
비빔밥	비 빔 밥	쌀, 쇠고기, 콩나 물, 숙주, 고사리, 오이 또는 미나리, 장, 참기름, 깨소 금, 후춧가루, 설 탕, 다진 파, 다진 마늘, 고춧가루 (14)	-	여러 가지 고명을 섞는다. 고춧가루는 이 때 넣으며 맛을 보아서 싱거우면 다른 고명을 더 넣는다. [후략]
연어밥	연 어 밥	쌀, 연어, 장, 미 정, 소금 (5)	연어를 데쳐 껍질과 뼈 부스러뜨리기 → 소금에 절이기 → 다지기 → 껍 질, 가시를 발라 밥 위 에 얹기	연어가 생선일 때는 살짝 디쳐서 껍질과 뼈를 떼서 부스러뜨리고, 소금에 저린 것을 디쳐서 [중략], 껍질과 가시를 발리고 부스러뜨려

				[후략].
굴밥	굴밥	쌀, 굴, 장, 소금, 미정 (5)	쌀 씻기 → 소금, 장, 미정 넣고 밥 짓기 → 끓기 시작할 때 굴 넣고 뚜껑 덮기	[전략] 굴은 [중략] 밥이 끓기 시작할 때 밥 위에다 빨리 놓고 솥뚜껑을 덮어서 보통밥 같이 짓는다. [후략]
김치밥	김치밥	쌀, 돼지고기, 장, 통김치, 파, 마늘, 고춧가루, 후춧가루, 참기름, 깨소금 (10)	통김치 썰기 → 돼지고기 양념에 절이기 → 쌀 섞어서 물 붓고 김치 넣기 → 끓으면 고기 넣기 → 뜸들이기	[전략] 쌀을 섞어서 물을 붓고 김치도 썰어서 솥에 넣어 밥이 끓기 시작한 때 고기를 밥 위에다 늘어 놓고, 충분히 뜸을 들인 후, [후략].
콩나물밥	콩나물밥	쌀, 돼지고기, 콩나물, 장 (4)	쌀 씻기 → 콩나물 다듬기 → 돼지고기 썰기 → 쌀, 콩나물, 돼지고기 넣고 장 붓기 → 밥 짓기	[전략] 콩나물을 다듬어서 솥 밑에 간 위에다 쌀을 붓고, 그 위에다가 돼지고기를 적당히 썰어서 넣고 장만 부어서 짓는다. [후략]
무밥	무밥	쌀, 무, 쇠고기 (3)	무 채 치기 → 장 넣고 밥 짓기	무를 채 쳐서 쌀에 섞어 밥을 짓는다. [후략]

우리음식에 기록된 밥류의 종류와 재료이다. 밥류는 13가지이며, 흰밥, 팔밥, 조밥, 보리밥, 옥곡밥, 감자밥, 약밥, 약식, 비빔밥, 연어밥, 굴밥, 김치밥, 콩나물밥, 무밥이 있다. 보리밥은 통보리를 한번 삶은 후 밥을 짓고, 김치밥은 쌀을 섞어 물을 붓고 김치도 썰어서 솥에 넣어 밥이 끓기 시작하면, 고기를 밥 위에 놓고, 충분히 뜸을 들이도록 나와 있다.

2. 김치류

표 2. 『우리음식』에 기록된 김치류의 종류와 재료

음식명		재료 (가지수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
통김치	통김치	배추, 무, 미나리, 파, 마늘, 갓, 생강, 고추, 소금, 청각, 미정, 저린 조기, 새우젓, 낙지, 굴 (15)	배추 다듬기 → 소금물에 담갔다가 물기 짜기 → 소금 뿌리기 → 무 채 쳐서 고춧가루에 버무리기 → 무 채와 고명 버무리기 → 우거지로 옷 덮기하기 → 국물 붓고 뚜껑 덮기	[전략] 배추의 속 쪽은 [중략] 소금을 뿌려서 쌓아 놓는다. [중략] 무 채 썬 것과 기타 고명 전부를 한데 버무리고, [중략] 배추 사이에 고루 나누어 넣고 [중략] 우거지로 옷덮기를 하고, 뚜껑을 덮어서 [후략].

석박지	석박지	배추, 무, 미나리, 파, 마늘, 갓, 생강, 소금, 고춧가루, 실 고추 (10)	조기새우젓 끓인 국물 마련하기 → 배추, 무 썰고 고명과 버무리기 → 향아리에 담그기	[전략] 배추만은 [중략] 썰고, 무도 배추만 하게 저며서 다른 고명과 버무리기 → 향아리에 넣고 눌러 담근다. [후략]
비늘김치	비늘김치	배추, 무, 미나리, 파, 마늘, 갓, 생강, 고추, 소금, 미정, 새우젓, 낙지, 굴 (13)	무를 쪼개 칼집내기 → 사이에 고명 넣기 → 배추 옆으로 싸서 독에 넣기 → 국물 끼얹기 → 돌로 눌러주기	[전략] 무를 새로 길게 쭉 쪼개서 [중략] 고명을 넣고 배추 옆으로 싸서 독에다 넣는다. [후략]
보김치	보김치	배추, 무, 미나리, 파, 마늘, 갓, 생강, 고추, 소금, 미정, 새우젓, 낙지, 굴, 전복, 밤, 배 (16)	배추, 무 자르기 → 소금 치기 → 배추 옆에 고명 섞기 → 독에 넣기 → 국물 붓기	[전략] 배추와 무를 4센치 가량으로 갈라 소금에 저린 것을, [중략] 배추 옆에다 지당하게 [중략] 싸서 독에다 넣고, [후략].
장김치	장김치	배추, 무, 미나리, 파, 갓, 마늘, 생강, 실고추, 배, 대추, 밤, 잣, 석이, 표고, 장, 설탕 (16)	배추 장에 절이기 → 무 썰어 장에 담가놓기 → 재료와 고명 버무리기 → 향아리에 두고 국물 붓기	배추는 [중략] 잘라서 장에 저려 둔다. 무는 [중략] 썰어서 장에다 담가 놓다 [중략] 이상의 재료를 고명과 모두 한데 버무리서 향아리에 넣어 [후략].
나박김치	나박김치	무, 미나리, 배추, 파, 생강, 마늘, 실 고추, 소금 (8)	무 썰기 → 소금, 고추 뿌리기 → 배추 저며서 찢기 → 소금 뿌리기 → 재료 섞고 향아리에 넣기 → 물 넣기	무는 [중략] 배추는 무와 같은 정도로 저며서 찢고 소금을 뿌려 둔다. [중략] 이상의 여러 가지를 모두 한데 섞어서 향아리에다 넣고, [후략].
박김치	박김치	박, 미나리, 파, 마늘, 생강, 실고추, 소금 (7)	-	박이 연할 때 따서 굳은 껍질과 속을 빼고 [중략] 담그는 법도 나박김치 때와 같이 한다.
동치미	동치미	무, 소금, 생강, 파, 고추 (5)	무 썰기 → 소금 뿌리기 → 고추 통째로 넣기 → 하루 뒤 물 붓기 → 한	[전략] 소금을 뿌려 놓고, 고추와 파도 잘 씻어서 썰지 않고 통 채로 넣은

			주 뒤 흰설탕 넣기	후, 하루 지난 뒤에 물을 흥건히 부어 둔다. 한주일 후에 흰 설탕을 큰 손가락으로 세 손가락쯤 넣어 [후략].
채김치	채김치	무, 소금, 고춧가루, 파 (4)	무 채 치기 → 소금 뿌리기 → 고춧가루, 다진 파 넣기	무를 채를 쳐서 소금을 뿌리고, 고춧가루와 다진 파를 조금씩 넣어서 [후략].
풋김치	풋김치	배추, 파, 마늘, 생강, 소금, 실고추, 고춧가루 (7)	배추, 무 다듬기 → 소금 뿌리기 → 고명넣고 섞기 → 간국 넣기	배추와 무를 다듬어서 [중략] 소금을 뿌려 둔다. [중략] 파 마늘 생강 등을 다져 고추와 한테 배추에다 섞어서 [중략] 간국을 넣어서 [후략].
오이속박이	오이소박이	오이, 파, 고춧가루, 마늘, 생강, 소금 (6)	오이 양 쪽 끝 베기 → 소금에 비벼 두기 → 칼집 내기 → 고춧가루 섞고 소금으로 간하기 → 오이 속에 고명 넣기 → 물 붓기	오이를 [중략] 중간에 칼집을 내서 소금으로 비벼 둔다. [중략] 먼저 준비한 오이를 끄내서 속에다 고명을 넣고 [후략].
가지김치	가지김치	가지, 파, 고춧가루, 마늘, 생강, 소금 (6)	가지 꼭지 따기 → 칼집 내기 → 소금에 저리기 → 파, 고명 넣기 → 국물 붓기	가지 [중략] 새로 길에 칼집을 낸다. 소금에 저린 뒤 파 기타의 고명을 가지 속에다 넣고 항아리에 담가서 국물을 붓고 [후략].
오이지	오이지	오이, 소금 (2)	오이에 소금물 붓기 → 빛이 변할 때 짬 건져 씻기 → 새로 쪼개서 가르기	오이를 항아리에다 씻지 않은 채로 넣고 흥건하게 소금물을 [중략] 부어 둔다. [중략] 적당한 길이로 갈라 먹는다. [후략]
짬무김치	짬무김치	무, 소금 (2)	무를 독에 넣고 간간히 소금 뿌리기 → 무가 시들면 물을 붓고 돌로 눌러놓기	[전략] 간간히 소금을 뿌려 [중략] 무가 시들은 후에 물을 붓고 돌을 눌러

				둔다. [후략]
무 싱건지	무 싱건지	무, 소금, 파, 고춧가루 (4)	-	[전략] 먹을 때는 물에다 헤며 얇게 저며서 물에다 띄워 먹는 것은 짠지와 같다. [후략]
김치	김치	배추, 파, 고추, 마늘, 생강, 소금 (6)	배추 썰기 → 소금 반만 뿌리기 → 배추를 씻고 고명과 섞기 → 향아리에 넣고 국물 붓기	배추를 썰어 씻고 소금은 반만 뿌려 둔다. [중략] 파 생강 마늘 고추 같은 것과 소금을 한데 섞어서 향아리에 넣고, 또 한참 있는 후에 국물이 된 물을 부어서 [후략].
양배추김치	양배추김치	양배추, 소금, 실고추, 마늘, 생강, 파 (6)	양배추 썰기 → 소금 뿌려 지리기 → 파, 마늘, 생강, 고추 섞기 → 국물을 두기	양배추를 적당히 썰어 씻어 소금을 뿌려 지린 후, 파 마늘 생강 고추를 섞어 잠간 두었다가 국물을 두어 [후략].
깍두기	깍두기	무, 배추, 파, 고추, 마늘, 생강, 소금 (7)	-	[전략] 저미는 것을 잘고 도톰하게 하고, 고춧가루를 많이 넣고 국물을 아주 안 넣는 것이 보통이며, [후략].
무 깍두기	무 깍두기	무, 소금, 파, 마늘, 고춧가루, 새우젓 (6)	무 썰기 → 고춧가루 버무리기 → 고명을 다져 소금, 파, 새우젓과 버무리기 → 향아리에 담기 → 뚜껑 덮기	무를 썬 뒤 고춧가루에 버무려서 한참 둔다. [중략] 고명을 다져 소금 파 새우젓과 한데 버무린다. [후략]
굴 깍두기	굴 깍두기	무, 소금, 배추, 새우젓, 미나리, 파, 마늘, 생강, 굴 (9)	-	[전략] 굴 껍질과 티를 골라 낸 후, 물에 한 번만 잘 씻어서 물끼를 빠지게 한 것을 깍두기 버무리기 때 섞어 넣는다. [후략]
오이 깍두기	오이 깍두기	오이, 고춧가루, 소금, 곤쟁이젓 (4)	-	소금과 곤쟁이젓을 넣는 것으로 맛이 좋은 것이다. [후략]
메르치젓	멀치젓	배추, 막고춧가루,	배추, 무 소금에 절	[전략] 메르치젓에

깍두기	깍두기	무, 메르치젓, 파, 갓, 마늘, 생강, 소금 (9)	이기 → 갓 소금국에 넣기 → 메르치젓, 소금 막고춧가루, 고명 섞기 → 배추, 무에 무치기 → 항아리에 넣고 옷뎀개하기	다가 소금 막고춧가루 짠 고명을 한데 섞어 버무린 것에다가, 저린 배추물 뺀 것 무와 갓물 뺀 것을 통 채척척 씻어 문쳐서 [후략].
곤쟁이젓 깍두기	곤쟁이젓 깍두기	무, 막고춧가루, 파, 메르치젓, 마늘, 새우젓 (6)	-	[전략] 소금과 곤쟁이젓을 넣는 것으로 맛이 좋은 것이다. [후략]
젓 무	젓 무	무, 막고춧가루, 파, 메르치젓, 마늘, 새우젓 (6)	무 쪼개기 → 소금에 절이기 → 마늘, 생강 찧기, 파 다지기 → 메르치젓, 새우젓, 고명, 무 버무리기	무 씻은 것을 굵게 툇툇 쪼개서 소금 없어 저려 둔다. [중략] 메르치젓 새우젓은 고명과 함께 무와 버무리려 [후략].
알무 깍두기	알무 깍두기	무, 소금, 파, 마늘, 생강, 막고춧가루, 새우젓 (7)	무를 소금에 절이기 → 파, 마늘, 생강, 막고춧가루, 소금, 새우젓에 버무리기	어리고 연한 청 달린 무를 정히 씻어 소금에 지려, 파 마늘 생강 막고춧가루 소금 새우젓(또는 메르치젓)에 버무리려다가 먹는 것 [후략].
무청 깍두기	무청 깍두기	무청 (1)	-	연한 무청이 많이 남았을 때 이리 약념을 함께 버무리려 두었다가 [후략].
소금 깍두기	소금 깍두기	무, 소금, 고춧가루 찌끼, 고추씨, 마늘, 파, 생강 (8)	무에 소금, 고춧가루, 찌끼, 고추씨, 마늘, 파, 생강 버무리기	무만을 소금과 고춧가루 찌끼와 고추씨와 마늘 파 생강 다듬은 찌끼를 함께 짜게 버무리려, [후략].

『우리음식』에 기록된 김치류의 종류와 재료이다. 김치류는 총 27가지로, 통김치, 석박지, 비늘김치, 보김치, 장김치, 나박김치, 박김치, 동치미, 채김치, 풋김치, 오이속박이, 가지김치, 오이지, 짬뽕김치, 무싱건지, 김치, 양배추김치, 깍두기, 무깍두기, 굴깍두기, 오이깍두기, 메르치젓깍두기, 곤쟁이젓깍두기, 젓무, 알무깍두기, 무청깍두기, 소금깍두기가 있다. 비늘김치는 무를 길게 쪼개 고명을 넣고 배추 잎으로 싸서 독에다 넣고, 풋김치는 배

추, 무를 다듬어 소금을 뿌리고 고명을 넣고 섞은 후, 간국을 넣으며, 소금깍두기는 무만을 소금, 고춧가루, 마늘, 파 등을 넣고 버무리도록 나와 있다.

3. 우육류

표 3. 『우리음식』에 기록된 우육류의 종류와 재료

음식명		재료 (가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
너비아니	너비아니	쇠고기, 장, 참기름, 후춧가루, 깨소금, 설탕, 파, 마늘 (8)	쇠고기 썰기 → 칼질하기 → 고기에 양념 넣기 → 굽기	쇠고기를 얇게 [중략] 저며서 [중략] 약념을 모두 섞어서, 고기를 넣어 잘 간이 배게 문친 다음, 화로에다 석쇠를 놓고 구어서 [후략].
섭산적	섭산적	쇠고기, 장, 참기름, 후춧가루, 깨소금, 설탕, 파, 마늘 (8)	고기 다지기 → 양념 묻히기 → 동글납작하게 빚어서 굽기	[전략] 고기를 다져서 약념 하여 묻쳐서 동글납작하게 빚어서 굽는다.
갈비구이	갈비구이	쇠고기, 장, 참기름, 후춧가루, 깨소금, 설탕, 파, 마늘 (8)	갈비 손질하기 → 칼질하기 → 양념 묻히기 → 한참 재어두었다가 굽기	[전략] 칼질을 잘게 많이 하고, 너비아니와 갓은 약념을 만들어 넣은 장에다 이것을 찍어 문친 후, [중략] 재서 한참 두었다가 굽는다. [후략]
염통구이	염통구이	염통, 장, 참기름, 후춧가루, 깨소금, 설탕, 파, 마늘 (8)	염통 썰기 → 칼질하기 → 고기에 양념 넣기 → 굽기	[전략] 잘라 꼬챙이에다 꿰어서, 갈비와 같은 약념을 묻쳐서 굽는 것도 [후략].
파산적	파산적	쇠고기나 염통, 파, 장, 참기름, 후춧가루, 깨소금, 설탕, 파, 마늘 (9)	고기, 파 자르기 → 대꼬챙이에 고기, 파 번갈아 꿰기 → 양념 묻히기 → 굽기	고기를 [중략] 자르고, 파를 흰 뿌리쪽만 [중략] 잘라 문다. 대꼬챙이에다 고기 한 점과 하나씩 법가래로 꿰어서 각종 약념을 섞은 장에다 문쳤다가 굽는다. [후략]

육포	육포	쇠고기, 장, 참기름, 후춧가루, 설탕 (5)	고기 썰기 → 장, 양념 섞기 → 고기를 적셔 비벼서 건조하기 → 넣어 말리기	고기는 [중략] 얇게 저민다. [중략] 약념을 넣어서 섞은 다음, 고기를 적셔 패비비다가 [중략] 넣어 말리되, [후략].
염포	염포	쇠고기, 소금 (2)	고기 썰기 → 소금 뿌리기 → 주무르기 → 넣어 말리기	고기는 [중략] 약간 두껍게 저며 소금을 뿌려, [중략] 광주리나 채반에다 넣어 말린다. [후략]
육란	육란	쇠고기, 소금, 장, 파, 설탕, 마늘, 참기름, 후추, 생강 (9)	고기 다지기 → 양념 섞기 → 동그랗게 빚기 → 말리기	고기를 다져서 약념을 섞어 대추만 하고 동글동글하게 빚어 만들어 별에다 말린다. [후략]
육전	육전	쇠고기, 달걀, 두부, 장, 후추, 잔 파, 참기름, 마늘, 깨소금, 밀가루 (10)	고기 다지기 → 두부 몽게서 물기빼기 → 장, 양념하기 → 모양 만들기 → 밀가루 칠 하기 → 달걀물 묻히기 → 지지기	고기를 다지고 두부를 짜 몽겨서 물기를 빼고, 장 기타의 약념을 하여 [중략] 밀가루 칠을 하고, 달걀 푼 것에다 묻쳐 [중략] 지진다.
간전	간전	간, 소금, 참기름, 밀가루, 달걀 (5)	간 씻고 물기 닦기 → 껍질 벗기고 얇게 썰기 → 소금, 후춧가루 뿌리기 → 밀가루 칠 하기 → 달걀 씌우기 → 지지기	간을 [중략] 얇게 저며 소금과 후춧가루를 뿌려 둔다. 다음에는 밀가루 칠을 하고 달걀을 씌워서 [중략] 부친다.
천엽전	천엽전	천엽, 밀가루, 달걀, 기름, 소금 (5)	천엽에 소금 뿌려 문지르기 → 씻고 뜨거운 물에 헹구기 → 껍질 벗기기 → 칼질하기 → 밀가루 칠 하기 → 달걀 씌우기 → 부치기	천엽을 [중략] 칼질을 한 후, 밀가루 칠을 하고 달걀을 씌워서 번철에다 기름을 약간 칠하여 부친다. [후략]
골전	골전	쇠골, 소금, 달걀, 밀가루, 기름 (5)	골 손질하여 자르기 → 소금 뿌리기 → 밀가루 칠 하기 → 달걀 씌우기 → 부치기	골을 [중략] 잘라서 소금을 뿌려 둔다. 다음에 밀가루 칠을 하고 달걀을 씌운 후, [중략] 부친다. [후략]
편육 또는	편육 또는	양지머리	쇠고기 삶기 → 헹	[전략] 삶은 뒤에

수육	수육	(1)	끓에다 싸기 → 돌로 눌러두기	적당한 형겅(베를 잘 쓴다)에다 싸서, 무거운 돌을 만나질 내지 하루를 눌러 둔다. [후략]
쇠머리 편육	쇠머리 편육	쇠머리, 소금 (2)	쇠머리 푹 삶기 → 뼈 골라내기 → 소금 뿌리기 → 태보에 싸서 맷돌로 눌렀다가 썰기	쇠머리를 [중략] 푹 삶은 것을 [중략] 소금을 조금 훌훌 뿌린 후, [중략] 태보에다 싸서 맷돌로 눌렀다가 [후략].
우설과 우신	우설과 우신	-	삶기 → 가로 저미기	[전략] 삶아서 가로 저며 가운데를 자르면 꼭 먹기 알맞게 되며, 우신은 가로 저미기만 하거나 반에 더 बे기도 한다. [후략]
전골	전골	쇠고기, 콩팥, 천엽, 양, 마늘, 장, 후추, 다진 것, 참기름, 깨소금, 설탕 (11)	고기 썰기 → 양념 묻히기 → 실백 위에 뿌리기 → 무채 쳐서 데치기	고기 들은 모두 씻어서 얇고 가름가름하게 썰어 놓는다. [중략] 갖은 약념을 골고루 섞어 묻쳐서 [중략] 실백(實柏)을 위에다 뿌려 둔다. [후략]
갈비찜	갈비찜	갈비찜, 무, 홍당무, 표고, 양파, 장, 달걀, 석이, 실고추, 은행, 잣, 호두, 녹말가루 (13)	갈비 잘라 물리기 → 모든 재료 넣어 찌기 → 녹말가루 물에 풀어 간장과 함께 넣기 → 황백지단 채 썰기 → 석이 튀겨 채 썰기 → 고명 없기	[전략] 고기가 반쯤 삶아질 때에, 이상에 말한 무와 기타 재료를 전부 한데 그 속에 넣어서 꽤 더 찜다. [후략]
족편	족편	족, 석이, 실고추, 달걀, 잣, 소금 (6)	쇠족 손질하기 → 잘라서 삶기 → 뼈 빼고 조리기 → 잘게 썰어 소금으로 간하기 → 국 속에 넣어 간 맞추기	쇠족(牛足)의 [중략] 삶아 뼈를 빼고 [중략] 조리 뒤, 고기를 건져 잘게 썰어서 소금으로 간을 하여, 다시 국 속에 넣고 국물에도 간을 맞추어 [후략].
곰국	곰국	사태, 꼬리, 대파, 양, 곱창, 무 또는	여러 가지 고기 끓이기 → 무, 파 넣	여러 가지 고기를 모두 씻어서 통 채

		파, 장 (7)	기 → 장으로 간하기 → 고기, 무 건져 썰기 → 양념하기 → 뜨거운 국물에 넣어 먹기	끓인다. 거진 익었을 때 무와 파를 통 채 넣고, 장으로 간을 하여 다시 끓인다. [중략] 약념을 하여, 뜨거운 국물에 넣어서 먹는다.
간조림	간조림	간, 장, 생강, 설탕 (4)	간장, 물 섞어 간 삶기 → 생강 얇게 저미기 → 조리기	간장과 물을 섞어서 간이 흥건히 물에 담기게 붓고 물씬하게 삶는다. 생강을 얇게 저며서 넣고 국물이 조금 남도록 조린다. [후략]
골탕	골탕	등골, 달걀, 밀가루, 장, 쇠고기, 파, 기름, 후추 (8)	등골 잘라 간하기 → 밀가루, 달걀 섞우기 → 부치기 → 국물에 다진 쇠고기 넣고 끓이기 → 등골 부친 것, 파 넣기 → 장, 후추로 간하기	등골을 [중략] 잘라 간을 하고, 밀가루 달걀을 섞워 기름에 부쳐 골점을 만들어 둔다. [중략] 쇠고기를 다져서 넣고, 끓인 뒤 등골 부친 것과 파를 넣어서 [후략].
별탕	별탕	도가니, 사태, 꼬리, 혀, 소금, 후추, 도마또, 흥당무, 양파 (9)	고기 삶기 → 양파 통 채 넣어서 끓이기 → 도마또 씨 발리기 → 소금 넣어 끓이기	물에 고기를 푹 삶고 흥당무와 양파를 통 채 넣어서 끓인 뒤, 도마또를 네 쪽에 쪼개어 씨를 발리고 소금과 한대 넣어서 다시 끓인다. [후략]
송치곰	송치곰	우태, 소금 (2)	우태 끓이기 → 형겅으로 짜기 → 소금 넣기	우태(牛胎)가 반(半)쯤 된 것을 그대로 물에다 끓여, 후물후물하여진 뒤 형겅으로 짜서 소금을 넣어, [후략].
양집	양집	양, 찻, 소금, 후추 (4)	양 껍질 벗기기 → 잘게 다져 냄비에 넣기 → 중탕이나 이중냄비에 잠깐 끓이기 → 그릇에 형겅을 받쳐 붓기 →	양을 [중략] 다져서 냄비에다 담고, 중탕(中湯)을 하든지 이중냄비(二重鍋)에다 잠깐 끓이든지 하면, [중략] 소금

			소금, 후추 넣기	후추를 넣어서 먹는다. [후략]
장조림	장조림	쇠고기, 장 (2)	쇠고기 삶기 → 장 치기 → 조리기	쇠고기를 덩어리 채 물에다 넣고 삶아서 물렁물렁 하여지면 장을 치고 팔한 불에다 조린다. [후략]
육회	육회	쇠고기, 장, 설탕, 후추, 깨소금, 참기름, 파, 마늘, 잣, 겨자가루, 소금, 초 (12)	쇠고기 썰기 → 양념 간하기 → 잣다져 뿌리기 → 겨자가루 물에 대어 소금, 초 섞기	쇠고기는 [중략] 가늘고 길게 썰어서 약념을 넣어서 문쳐간을 하며, [중략]. 겨자가루를 물에다 진하게 개면서 소금 초를 섞어 타서 [후략].

『우리음식』에 기록된 우육류의 종류와 재료이다. 우육류 음식은 총 26가지이며, 너비아니, 섭산적, 갈비구이, 염통구이, 파산적, 육포, 염포, 육란, 육전, 간전, 천엽전, 골전, 편육 또는 수육, 쇠머리편육, 우설과 우신, 전골, 갈비찜, 족편, 곰국, 간조림, 골탕, 별탕, 송치곰, 양집, 장조림, 육회가 있다. 섭산적은 고기를 다져 양념하고 동글납작하게 빚어서 굽고, 염포는 고기를 저며 소금을 뿌리고 주무른 다음, 널어서 말리도록 나와 있고, 별탕은 고기를 삶아 당근, 양파와 끓인 뒤, 토마토의 씨를 발라 넣고 한 번 더 끓이고, 송치곰은 우태를 끓여 형겅에 짜서 소금을 넣어 먹도록 나와 있다.

4. 돈육류

표 4. 『우리음식』에 기록된 돈육류의 종류와 재료

음식명		재료 (가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
돼지고기 구이	돼지고기 구이	돼지고기, 장, 후추, 파, 참기름, 마늘, 깨소금, 생강 (8)	고기 얇게 저미기 → 간장에 담그기 → 간이 배면 굽기	고기를 얇게 저며서 갖은 약념을 한 간장에다 담가둔 뒤, 간이 잘 밴 듯하면 건져서 석쇠에 굽는다.
고추장 구이	고추장 구이	돼지고기, 고추장, 장, 파, 참기름, 마늘, 후추 (7)	-	약념하여 굽는 법은 그냥 구이와 같으나, 간장을 적게 하고 고추장을 섞는 까닭에 더 짜고도

				맵다. [후략]
돼지고기 조림	돼지고기 조림	돼지고기, 장, 생강, 후추 (4)	돼지고기 덩어리 채 자르기 → 간장에 썬 생강, 후추 넣고 끓이기 → 조리기	돼지고기를 [중략] 잘라 간장에 다 썬 생강 후추를 넣어서 끓인 속에다 집어 넣어 잘 조린다. [후략]
제육	제육	돼지고기 (1)	돼지고기 삶기 → 얇게 저미기	돼지고기를 끓는 물에다 넣어서 삶아 내어 얇게 저며서 젓국에다 찍어 먹는다. [후략]
돼지 누룽지	돼지 누룽지	제육, 양금, 파, 계란, 기름, 소금, 대꼬챙이 (7)	제육 삶아 썰기 → 데친 파 썰기 → 대꼬챙이에 제육, 파 꿰기 → 녹말 양금에 계란 풀고 소금으로 간하기 → 누룽지 부치기	제육 삶은 것을 [중략] 파를 살짝 데쳐 [중략] 썰어 놓는다. 제육과 파를 대꼬챙이에 사이사이 꿰어서 놓고, [중략] 부친다. [후략]
돼지 대가리 편육	돼지 대가리 편육	돼지 대가리 (1)	돼지 대가리 삶기 → 뼈 고르기 → 보자기에 싸 눌러 두었다가 썰기	돼지 대가리를 푹 삶아서 후물후물한 것을 뼈를 고르고, 보자기에 싸서 눌러 두었다가 썰어 먹는다. [후략]

『우리음식』에 기록된 돈육류의 종류와 재료이다. 돈육류 음식은 총 6가지이며, 돼지고기구이, 고추장구이, 돼지고기조림, 제육, 돼지누룽지, 돼지대가리편육이 있다. 고추장구이는 일반 구이와 같지만, 간장의 양을 적게, 고추장을 더 섞는 방법이며, 돼지누룽지는 제육 삶은 것을 파를 데쳐 제육과 파를 꼬챙이에 꿰어 부치도록 나와 있다.

5. 계육류

표 5. 『우리음식』에 기록된 계육류의 종류와 재료

음식명		재료 (가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
영계백숙	영계백숙	영계, 통후추, 소금 (3)	닭 손질하기 → 끓이기 → 후추 넣기 → 소금 넣기	[전략] 장시간 물에 끓여 곤다. [중략] 고아서 소금을 약간 넣고 국물과 고기를 한데 먹는다. [후략]

닭 찜(一)	닭 찜(一)	닭, 장 (2)	닭 손질하기 → 실 이나 노끈으로 배기 → 물에 젖지 않게 받침을 놓고 찌기	[전략] 통채 실이나 성한 노끈으로 매서 [중략] 찢다. [후략]
닭 찜(二)	닭 찜(二)	닭, 장, 표고, 송이, 석이, 느타리, 죽순, 홍당무, 엔도콩, 달 걀, 실고추, 파, 마 늘, 깨소금, 참기름, 후추, 잣, 호두, 은 행, 설탕 (20)	닭 뼈 채 자르기 → 볶기 → 버섯, 홍당무, 죽순 썰기 → 엔도콩, 양념 섞 어 넣고 삶기 → 황백지단 채 썰기 → 실고추, 석이 채, 잣 얹기	닭을 뼈 채 먹기 좋게 잘라 놓았다가 기름에 들들 볶아놓 는다. [중략] 약념을 섞어서 냄비에다 넣 고 푹 삶는다. [후 략]
닭고기 구이	닭고기 구이	닭고기, 장, 설탕, 후추, 깨소금, 참기 름, 생강, 파, 마늘 (9)	고기 얇게 저미기 → 양념을 장에 섞 어 묻히기 → 굽기	고기를 적당히 얇게 저며 이상의 약념을 장에 섞어서 묻쳐 굽는다. [후략]
닭적	닭적	닭, 설탕, 후추, 깨 소금, 참기름, 생강, 파, 마늘 (8)	닭 손질하기 → 양 념하여 굽기	[전략] 넓적하게 하 여 구이와 같이 약 념을 하여 안팎으로 슬쩍 굽는다. [후략]
닭조림	닭조림	닭, 참기름, 간장, 후춧가루, 생강 (5)	뼈 채 자르기 → 참기름에 볶기 → 간장, 후춧가루, 다 진 생강 섞기 → 조리기	뼈 채 닭은 적당히 잘라 참기름에 잠깐 볶아서 간장 후춧가 루 다진 생강을 섞 어서 얼마동안 조린 다. [후략]
평포	평포	평, 간장, 참기름, 후추 (4)	평 손질하기 → 간 장, 참기름, 후추 섞어 바르기 → 말 리기	평을 [중략], 간장 참기름 후추를 섞어 서 발라가지고 벌에 다 잘 말린다. [후 략]
평구이	평구이	평 (1)	평 살 저미기 → 양념하기 → 굽기	평 살을 저며서 갖 은 약념하여 굽는 것은 닭고기와 같이 한다.
평국물	평국물	평의 뼈나 산지스려 미 (1)	평의 뼈나 산지스려 미 삶기 → 기름기 걷기	평의 뼈나 산지스려 미를 푹 삶아서 기 름기를 말정하게 걷 은 후, 냉면국물로 동치미 국물이나 김 치 국물에 섞으면 좋다.
평조림	평조림	평, 기름 (2)	뼈 채 조기기 → 볶기 → 양념하기	평을 뼈 채 푹 조겨서 기름에 슬쩍

			→ 조리기	볶은 것을 갖은 약 념하여 닭 같이 조 린다.
--	--	--	-------	---------------------------------

『우리음식』에 기록된 계육류의 종류와 재료이다. 계육류 음식은 총 10가지이며, 영계 백숙, 닭찜(一), (二), 닭고기구이, 닭적, 닭조림, 꿩포, 꿩구이, 꿩국물, 꿩조림이 있다. 꿩 국물은 꿩의 뼈나 산지스러미를 푹 삶아서 기름기를 걷은 후, 냉면국물로 동치미 국물이나 김치 국물에 섞으면 좋으며, 꿩 조림은 꿩을 뼈 채 푹 푹 조겨서 기름에 볶은 것을 양념하여 닭 같이 조리한다고 표현했다.

6. 생선구이

표 6. 『우리음식』에 기록된 생선 굽는 방법의 종류와 재료

음식명		재료 (가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
도루묵 구이	도루묵 구이	도루묵 (1)	도루묵 씻어 물기 빼기 → 굽기	도루묵은 물에다 씻 어서 물기를 잘 빼 고 그 대로 석쇠에 서 놓아서 구어 가 지고 간장을 찍어 먹는다. [후략]
민어 구이	민어 구이	민어, 깨, 후춧가루, 간장, 참기름, 고춧 가루, 설탕, 다진 파 (8)	장에 양념 섞기 → 생선 토막 담그기 → 굽기	장에다 여러 가지 약념을 넣어서 잘 섞은 후에 생선 토 막을 잠시 동안 담 갔다다 석쇠에 놓아 굽는다. [후략]
되미 구이	되미 구이	되미, 간장, 참기름, 고춧가루, 설탕, 깨, 후춧가루, 다진 파 (8)	되미 손질하기 → 칼집 내기 → 장에 양념 섞어 담그기 → 굽기	작은 되미를 [중략] 양 쪽을 가로 칼집 을 내어 둔다. 장에 다 약념을 모두 섞 어서 거기다 잠간 담갔다다 굽는다.
조기 구이	조기 구이	조기, 간장, 참기름, 고춧가루, 설탕, 깨, 후춧가루, 다진 파 (8)	-	되미를 굴 때와 같 은 약념으로 똑같이 굽는다.
동태 구이	동태 구이	동태 (1)	동태 씻어 토막내기 → 양념하기 → 굽 기	동태(凍太)를 씻어 서 크게 가로 토막 내서 약념을 하여 굽는다.

복어 구이	복어 구이	복어, 간장, 참기름, 고춧가루, 설탕, 깨, 후춧가루, 다진 파 (8)	복어 대가리 자르기 → 물에 담갔다가 물기 빼기 → 지스레미를 고른 후 자르기 → 양념에 담그기 → 굽기	복어를 망치로 두들겨서 대가리를 자르고 물에다 두세 시간 담가 두었다가 꺼내서 물기를 잘 빼고, [중략] 약념에 담가 푹 재었다가 굽는다. [후략]
송어 구이	송어 구이	송어, 간장, 참기름, 고춧가루, 설탕, 깨, 후춧가루, 다진 파 (8)	송어 씻어 가로 썰기 → 칼집내기 → 양념에 굽기	송어를 씻어서 가로 썰어 같은 약념에 굽는다. 물론 칼집도 낸다.
송어적 구이	송어적 구이	송어, 깨, 후춧가루, 간장, 참기름 (5)	대가리 채 씻어 가로 칼집내기 → 장과 양념에 재기 → 기름 발라 굽기	[전략] 대가리 채 씻어서 가로 칼집을 내서, 장과 약념에 재었다가 위에다 기름을 더 발라서 굽는다. [후략]
조기 소금구이	조기 소금구이	조기, 소금 (2)	조기 씻기 → 소금 뿌리기 → 굽기	조기를 씻어서 소금을 뿌려 두고 물기가 가신 위에 굽는다. [후략]
자반 민어 구이	자반 민어 구이	자반 민어, 기름 (2)	자반 민어 비늘 떼기 → 물에 놓아 기름 바르며 굽기	자반 민어의 비늘을 떼고 슬쩍 물에 씻어서 물에 놓아 기름을 바르며 굽는다. [후략]

『우리음식』에 기록된 생선 굽는 방법의 종류와 재료이다. 굽는 방법은 총 10가지이며, 도루묵구이, 민어구이, 되미구이, 조기구이, 동태구이, 복어구이, 송어구이, 송어적구이, 조기소금구이, 자반민어구이, 도루묵구이는 석쇠에 구운 후, 간장을 찍어먹고, 송어적구이는 양념에 재었다가 위에 기름을 발라서 굽고, 자반민어구이는 민어의 비늘 제거 후, 물에 씻고 물에 놓아 기름을 바르며 굽는 조리법이 나타나 있다.

7. 전유어

표 7. 『우리음식』에 기록된 전유어 만드는 방법의 종류와 재료

음식명		재료 (가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
민어 전유어	민어 전유어	민어, 계란, 소금, 참기름, 밀가루, 초	생선 비늘 떼기 → 살 크고 얇게 저미	생선을 [중략] 크고 얇게 저며서 소금을

		장 (6)	기 → 소금 뿌리기 → 밀가루 칠하기 → 계란 푼 데 담 그기 → 부치기	뿌려 둔다. [중략] 밀가루 칠을 하고 계란 푼 데다 담갔 다가, [중략] 부친 다. [후략]
되미 전유어	도미 전유어	도미, 소금, 밀가루, 계란, 참기름 (5)	도미 얇게 저미기 → 소금 뿌리기 → 밀가루, 계란 칠하 기 → 부치기	되미도 민어와 목 질이 얇게 저며서 소금 뿌린 것을 밀 가루 계란을 칠하고 기름에 부친다. [후 략]
송어 전유어	송어 전유어	송어, 계란, 소금, 참기름, 밀가루, 초 장 (6)	-	이것도 민어 부침과 똑 같이 한다.
대구 전유어	대구 전유어	대구, 계란, 소금, 참기름, 밀가루, 초 장 (6)	-	이것도 민어 때와 같다.
조개 전유어	조개 전유어	조개, 계란, 밀가루, 참기름 (4)	조개 껍질 떼기 → 물기 없애기 → 밀 가루 칠하기 → 계 란 씩우기 → 부치 기	조개 껍질을 [중략] 밀가루칠을 하고 달 걀 푼 데다 궁글려 달걀을 씩워 기름칠 한 철판에 부친다.
새우 전유어	새우 전유어	새우, 밀가루, 계란 (3)	새우 껍질 벗기기 → 배 가르기 → 밀가루, 계란 묻히 기 → 부치기	새우를 껍질을 벗겨 배를 가르고 밀가루 와 계란을 묻쳐 부 친다.
대구 이리 전유어	대구 이리 전유어	대구 이리, 계란, 소금, 기름, 밀가루, 초장 (6)	물에 씻어 물기 가 시게하기 → 소금 뿌리기 → 잘라 밀 가루, 계란 칠하기 → 부치기	[전략] 소금을 뿌리 고 적당히 잘라서 밀가루 계란 칠을 하여 철판에 부친 다. [중략] 이리를 칼질을 하여 죽같이 영긴 데다, 소금 밀 가루 계란을 넣어 섞어서 적당히 넓적 넓적하게 부쳐 [후 략].
굴 전유어	굴 전유어	굴, 밀가루, 달걀 (3)	굴 껍질 벗기기 → 씻고 물기 빼기 → 밀가루, 계란 칠 하 기 → 부치기	굴 껍질을 벗겨 물 에 헤어 물끼를 빼 고 밀가루 달걀 칠 을 하여 부친다. [후략]

『우리음식』에 기록된 전유어 만드는 방법의 종류와 재료이다. 전유어는 총 8가지로 민어전유어, 되미전유어, 송어전유어, 대구전유어, 조개전유어, 새우전유어, 대구이리전유어, 굴전유어가 있다. 대구이리전유어는 이리를 칼질로 죽처럼 다져 소금, 밀가루, 계란을 섞어 넓적하게 부쳐내도록 나와 있다.

8 조림과 찌개

표 8. 『우리음식』에 기록된 조림 만드는 방법과 찌개의 종류와 재료

음식명		재료 (가지수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
비웃 ¹⁹⁾ 조림	비웃 조림	비웃, 설탕, 간장, 깨, 후춧가루, 고추장, 파, 생강, 마늘 (9)	비웃 씻기 → 가로 썰기 → 간장에 양념 섞기 → 끓으면 생선 넣어 조리기	비웃을 씻어서 가로 서너 너댓으로 썰어 둔다. 간장에다 약념을 넣어 섞어서 끓거든 생선을 넣어 조린다.
비웃 찜	비웃 찜	비웃, 깨, 후춧가루, 간장, 다진 파, 생강, 마늘, 설탕, 참기름 (9)	비웃 손질하기 → 간장, 양념 섞고 적시기 → 굽기 → 조미료 넣기 → 찌기	비웃을 씻어서 [중략] 약념 섞은 것에다 적시어서, 팔한 불에다 한 번 슬쩍 구어 놓는다. [중략] 찌다.
송어 조림	송어 조림	송어, 설탕, 참기름, 간장, 깨, 후춧가루, 고추장, 다진 파, 마늘, 생강 (10)	생선 가로 토막치기 → 간장에 양념섞기 → 조리기	생선을 가로 토막쳐 썰어 간장에 약념을 한 데다 넣고 조리다.
고등어 조림	고등어 조림	고등어, 설탕, 참기름, 간장, 깨, 후춧가루, 고추장, 다진 파, 마늘, 생강 (10)	-	송어와 같은 방법으로 조리다.
정어리 조림	정어리 조림	정어리, 설탕, 참기름, 간장, 깨, 후춧가루, 고추장, 다진 파, 마늘, 생강 (10)	-	이것도 송어 같이 조리지만 작은 생선이니까 통채나 반에 잘라서 조리하는 것이 좋다.
복어 조림	복어 조림	복어, 파, 간장, 깨, 후춧가루, 참기름, 실고추	복어 망치로 뚜들기기 → 물에 담근 뒤 씻기 → 손질하	복어를 망치로 뚜들겨서 물에 약 한 시간쯤 담근 뒤에

		(7)	고 자르기 → 물, 양념 섞은 속에 넣고 조리기	씻어서, [중략] 물과 기타 약념을 섞은 속에 넣고 조리다. [후략]
동태 조림	동태 조림	동태, 파, 간장, 깨, 후춧가루, 참기름, 실고추 (7)	-	복어와 같은 분량의 재료로 조리하는 방법도 같지마는, [후략].
대구 조림	대구 조림	대구, 파, 간장, 깨, 후춧가루, 참기름, 실고추 (7)	-	동태와 같은 조미료로 똑 같게 조리다. [후략]
붕어 조림	붕어 조림	붕어, 다진 파, 마늘, 간장, 깨, 후춧가루, 설탕, 실고추, 생강 (9)	붕어 손질하기 → 냄비에 간장, 설탕 넣어 끓이기 → 붕어, 조미료 넣고 조리기	[전략] 냄비에 간장 설탕을 넣어서 불에 놓고 끓기 시작할 때 붕어를 넣어, 기타 조미료를 위에 끼얹고 멍긋한 불에 다 푹 조려, [후략].
잉어 조림	잉어 조림	잉어, 다진 파, 마늘, 간장, 깨, 후춧가루, 설탕, 실고추, 생강 (9)	-	[전략] 잉어가 큰 때는 5.6센치의 길이로 자르며 작을 때는 둘로 갈라 조리다.
민어 조림	민어 조림	민어 살, 파, 마늘, 간장, 깨, 후춧가루, 설탕, 실고추 (8)	냄비에 간장, 설탕, 기타 조미료 섞기 → 생선 넣어 조리기	냄비에다 간장 설탕 기타 조미료를 한데 섞어 생선을 넣어서 관한 불에다 조리다. [후략]
농어 조림	농어 조림	농어, 파, 마늘, 간장, 깨, 후춧가루, 설탕, 실고추 (8)	-	분량 요리법 모두 민어와 같으며, 뼈대가리를 조리하는 것도 같다.
빙어 조림	빙어 조림	빙어, 파, 마늘, 간장, 깨, 후춧가루, 설탕, 실고추 (8)	-	이것도 민어와 같은 요리법이지마는 단지 생선이 작으니까, 세로 서너 갈래를 내어 가로 두셋에 갈라 조리다.
가재미 넙치 조림	가재미 넙치 조림	가재미 넙치, 파, 마늘, 간장, 깨, 후춧가루, 설탕, 실고추 (8)	-	같은 조림법으로 조리다.

되미 ²⁰⁾ 조림	되미 조림	되미, 파, 마늘, 간장, 깨, 후춧가루, 설탕, 실고추 (8)	-	이것도 같은 방법으로 조리나 좋은 생선이니까 조림은 잘 아니한다.
준치 조림	준치 조림	준치, 파, 마늘, 간장, 깨, 후춧가루, 설탕, 실고추(8)	-	민어나 같은 방법으로 조리지마는 [후략].
조기 조림	조기 조림	조기, 파, 마늘, 간장, 깨, 후춧가루, 설탕, 실고추 (8)	-	대가리를 자르고 돌이나 셋으로 잘라 민어와 같이 조린다.
갈치 조림	갈치 조림	갈치, 파, 마늘, 간장, 깨, 후춧가루, 설탕, 실고추 (8)	-	다루기 쉬운 생선이니까 씻어서 가로 잘라 민어 때와 같이 조린다.
도루묵 조림	도루묵 조림	도루묵, 간장, 깨소금, 후춧가루, 고춧가루, 다진 마늘, 파 (8)	도루묵 씻기 → 배태 빼기 → 냄비에 양념, 물 넣어 끓이기	도루묵을 씻어 배태를 빼고 냄비에 양념과 물을 넣어 끓인다. [후략]
자반 비웃 찌개	자반 비웃 찌개	자반 비웃, 쇠고기, 깨소금, 후춧가루, 고춧가루, 파 (6)	비웃 씻기 → 토막치기 → 뚝배기에 담고 양념, 물 넣어 끓이기	비웃을 씻어 토막쳐서 뚝배기에 담고 갖은 약념 넣고 물을 쳐서 끓인다.
자반 연어 찌개	자반 연어 찌개	연어, 쇠고기 (2)	뚝배기에 연어 조각 넣기 → 양념, 물 넣기 → 끓이거나 찌기	뚝배기에 연어 조각을 넣고 약념과 물을 넣고 잠깐 끓이거나 찌다.
자반 전어 찌개	자반 전어 찌개	자반 전어 (1)	-	작은 생선이니까 둘레 토막을 쳐서 연어와 같이 약념하여 끓인다.
두부 새우젓 찌개	두부 새우젓 찌개	두부, 쇠고기, 새우젓, 파, 깨소금, 후춧가루, 고춧가루 (7)	두부 썰기 → 뚝배기에 쇠고기 썰 것, 물, 양념 넣고 끓이기 → 두부 넣고 끓이기	[전략] 쇠고기 썰 것과 물과 갖은 약념을 다 같이 하여, 한 소끔 끓인 후 두부를 넣고 한 번 끓거든 [후략].
무 새우젓 찌개	무 새우젓 찌개	무, 쇠고기, 새우젓, 파, 깨소금, 후춧가루, 고춧가루 (7)	-	두부찌개와 같은 방법으로 하되 [후략].
새우젓 젓국 찌개	새우젓 젓국 찌개	새우젓, 다진 고기, 파	새우젓 이기기 → 다진 고기, 차파,	새우젓을 좀 이기고 고기 다진 것과 파

		(3)	기타 양념 넣기 → 끓이기	기타 약념을 섞어 끓인다. [후략]
비웃 찌개	비웃 찌개	비웃, 쇠고기, 고추장, 간장, 파 (5)	비웃 씻기 → 토막내 뚝배기에 넣기 → 양념, 물 넣고 끓이기	비웃을 씻어 토막치어 뚝배기에 넣고 이상의 갖은 약념과 물을 치고 끓인다.
조기 찌개	조기 찌개	조기, 쇠고기, 파, 고추장, 간장, 마늘, 후춧가루 (7)	고기, 양념 끓이기 → 조기 토막낸 것 끓이기	고기와 기타 약념을 물에 끓이다가 조기 씻어 토막 낸 것을 넣어 끓인다.
대구 명태 이리 찌개(一)	대구 명태 이리 찌개(一)	이리, 무, 두부, 파, 간장, 고추장 (6)	무 얇게 썰기 → 양념, 물 끓이기 → 이리 씻어 토막내고 끓이기	무를 얇게 썰어 약념과 물에 끓인 후, 이리를 씻어 흠어지지 않게 토막 내어 넣고 끓인다. [후략]
대구 명태 이리 찌개(二)	대구 명태 이리 찌개(二)	이리, 두부, 파, 미나리, 썩갓, 소금, 간장, 후춧가루, 고춧가루, 초장 (10)	파, 미나리, 썩갓 썰기 → 두부, 이리 베어놓기 → 물에 소금, 간장, 후추, 고춧가루 넣고 끓이기	[전략] 물에 소금과 간장을 약간 치고 후추 고춧가루를 치고 끓인 후, 이리 두부 파나 미나리를 넣고 끓인 것을. [후략].
굴 찌개	굴 찌개	굴, 두부, 고추장, 간장, 파, 후춧가루 (6)	양념하여 국물 끓이기 → 두부, 굴 넣고 끓이기	약념하여 국물을 끓이다가 두부와 굴을 넣고 한소끔 끓인다. [후략]
민어 찌개	민어 찌개	민어, 애호박, 쇠고기, 고추장, 간장, 파, 후춧가루 (7)	호박 썰기 → 양념 국물에 호박 먼저 넣고 끓이기 → 생선 넣고 끓이기	[전략] 지지기는 약념국물에 호박을 넣어 먼저 끓이다가 생선을 넣고 다시 한소끔 끓인다.
되미 찌개	되미 찌개	도미, 애호박, 쇠고기, 고추장, 간장, 파, 후춧가루 (6)	-	민어와 같은 방법으로 하고, [후략].
가재미 넙치 찌개	가재미 넙치 찌개	가재미, 애호박, 쇠고기, 고추장, 간장, 파, 후춧가루 (7)	-	되미 찌개와 같은 약념과 분량으로 지진다. [후략]
옹어 찌개	옹어 찌개	옹어, 고기, 마늘, 파, 고추장 (5)	옹어 다지기 → 고기, 마늘, 파 이긴 것, 고추장 함께 끓이기	옹어를 뼈 채 곱게 다져서 고기 마늘 파 이긴 것과 고추장과 함께 끓여. [후략].

생선 지지미	생선 지지미	가오리, 메기, 흥어, 고등어, 대구, 명태, 도루묵, 쏘가리, 수 조기, 우례기, 상어, 정어리, 잔치, 무, 배추, 파, 콩나물, 호박, 감자, 두부, 간장, 고추장, 마늘, 후춧가루 (24)	생선 토막치기 → 채소, 두부 섞어 간 장, 고추장 섞은 국 물에 넣기 → 다진 파, 마늘 넣기 → 후춧가루, 기름기 고기 넣고 지지기	[전략] 간장 고추장 을 섞은 얇은 국물 에 파 마늘을 다져 넣고, 후춧가루와 기름끼고기나 좀 넣 고 구수푸군하게 지 진다. [후략]
-----------	-----------	--	---	--

『우리음식』에 기록된 조림 만드는 방법의 종류와 재료이다. 조림류는 18가지이며, 찌개류는 15가지, 찜과 지지미는 각 1가지로 총 35가지로, 비웃조림, 비웃찜, 송어조림, 고등어조림, 정어리조림, 북어조림, 동태조림, 대구조림, 붕어조림, 잉어조림, 민어조림, 농어조림, 빙어조림, 가재미넙치조림, 되미조림, 준치조림, 조기조림, 갈치조림, 도루묵조림, 자반비웃찌개, 자반연어찌개, 자반전어찌개, 두부새우젓찌개, 무새우젓찌개, 새우젓국찌개, 비웃찌개, 조기찌개, 대구명태이리찌개(一), (二), 굴찌개, 민어찌개, 되미찌개, 가재미넙치찌개, 웅어찌개, 생선지지미가 있다. 북어조림은 북어를 망치로 두들겨 물에 담가놓았다가 양념과 함께 조리며, 웅어찌개는 웅어를 뼈채로 곱게 다져 고기, 마늘, 파 등을 넣고 고추장과 함께 끓이는 조리법이 나와 있다.

9. 생선국

표 9. 『우리음식』에 기록된 생선국 만드는 방법의 종류와 재료

음식명		재료 (가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
조기국	조기국	조기, 썩갓, 쇠고기, 파, 간장, 후춧가루 (6)	조기 손질하기 → 썩갓, 파 다듬기 → 냄비에 고기 이긴 것, 파, 간장 넣고 볶기 → 조기 넣고 끓이기	[전략] 냄비에 고기 이긴 것과 파를 간장을 치고 볶다가, 물을 부어 끓여둔 조기를 넣어 끓인다. [후략]
준치국	준치국	준치, 쇠고기, 썩갓, 파, 후춧가루, 초장 (6)	준치 씻어 썰기 → 썩갓, 파 다듬기 → 고기 이겨 간장과 국 끓이기 → 준치 넣고 끓이기 → 썩갓, 후춧가루 넣기	[전략] 고기 이겨 간장과 국을 끓여다가 준치를 넣고, 한참 끓여둔 썩갓을 넣어 끓여 후춧가루를 친다. [후략]

19) 비웃은 청어를 의미한다.
20) 되미는 전어를 의미한다.

				략]
가재미 넙치 국	가재미 넙치 국	가재미 넙치, 쇠 고기, 썩갓, 파, 후춧가루, 초장 (6)	-	준치 국과 같은 재료 같은 방법으로 한다.
민어국	민어국	민어, 쇠고기, 썩 갓, 파, 후춧가루, 초장 (6)	-	준치 국과 같이 한다. 살토막을 전유어로 부 쳐 넣기도 한다.
되미국	도미국	도미, 쇠고기, 썩 갓, 파, 후춧가루, 초장 (6)	-	준치 국과 같이 하기 도 하고 살토막을 전 유어로 부쳐 넣기도 한다.
대구국	대구국	대구, 쇠고기, 다 시마, 파, 무, 간 장, 후춧가루 (7)	무 얇게 썰기 → 다시마 썰기 → 고기 이긴 것, 파, 간장과 볶기 → 대구 넣고 끓이기 → 후춧가루 넣기	[전략] 고기 이긴 것과 파와 간장과 볶다가, 물 부어 끓인 대에 대 구를 넣고 한참 끓인 후 후춧가루를 친다.
동태국	동태국	동태, 쇠고기, 다 시마, 파, 무, 간 장, 후춧가루 (7)	-	동태를 씻어 통으로 썰고 기타는 대구 국 과 같이 끓인다.
복어 계란 물치 국	복어 계란 물치 국	복어, 쇠고기, 계 란, 파, 간장, 후 춧가루 (6)	복어 씻어 잘게 썰기 → 고기, 파, 간장 넣고 국 끓이기 → 복어에 계란 풀어 묻히기 → 국에 넣 어 끓이기	[중략] 고기 파 간장으 로 국을 끓여 놓고, 복어에 계란 풀어 묻 친 것을 국에 넣어 끓 인다. [후략]
백숙	백숙	밀물 생선(붕어, 가물치, 미꾸라 지), 소금, 후춧가 루 (3)	생선 삶기 → 물기 짜기 → 소금, 후춧가루 치기	[전략] 기름기 많은 밀 물 생선을, 물을 붓고 꼭 오래 삶은 것을 베 보로 꼭 짜서 소금과 후춧가루를 쳐서 [후 략].
어포	어포	민어나 대구나 농 어나 대구알이나 송어알, 소금 (2)	민어, 대구, 농어, 대구알 이나 송어알 소금에 절이 기 → 말리기 → 얇게 저 미기	민어(○) 대구 농어 (○) 대구알이나 송어 알 등을 소금에 저려 말린 것을 얇게 저며 쓴다.
어회	어회	신선한 생선(민어, 뱅어, 농어, 다랑 어, 병어, 도미 등), 실백가루 (2)	신선한 생선 썰기 → 실 백가루 뿌리기	[전략] 신선한 생선을 젓가락만 하게 썰어 그릇에 담고 실백가루 를 위에 뿌린다. [후 략]
어채	어채	생선, 녹말, 채소,	생선 썰기 → 녹말 씌우	[전략] 생선을 손가락

		버섯 (4)	기 → 살짝 데치기 → 채 소나 버섯을 녹말에 씌워 데치기	만한 굵기로 썰어 녹 말 씌워 끓는 물에 살 짝 데쳐 낸다. [후략]
홍합 전복 초	홍합 전복 초	홍합, 간장, 설탕, 생강 (4)	홍합 손질하기 → 설탕, 간장 치기 → 조리기 → 생강 얇게 썰어 넣기 → 전복 불리기 → 썰어서 조리기	[전략] 물을 붓고 끓이 는 동안에 다 불거든 설탕과 간장을 치고 몽근히 조린다. [후략]
복어 문침	복어 무침	복어, 간장, 참기 름, 깨소금, 설탕, 후춧가루, 고춧가 루 (7)	복어 두드리기 → 손질하 기 → 잘게 뜯어 손으로 곱게 비비기 → 고명 넣 고 무치기	복어를 두드려서 [중 략] 잘게 뜯어서 길지 않게 베어서 [중략] 손 으로 곱게 비빈 것을 이상의 고명하여 골고 루 문친다.
장작 복어 문침	장작 복어 무침	복어 (1)	복어 큼직하게 썰기 → 무치기	복어를 [중략] 큼직하 게 하여 문치는 것이 다.
복어 보풀	복어 보푸라기	복어 (1)	복어 많이 두드려 잘게 뜯기 → 짧게 썰기 → 비 벼 불치기	복어를 많이 두들겨 잘게 뜯은 것을 짧게 썰어, 잘 비벼 송과 같이 하여 불치는 것 이다. [후략]
복어 껍질 문침	복어 껍질 무침	복어 껍질, 간장, 기름, 설탕, 고춧 가루 (5)	복어 껍질 행주질 쳐 흠 치기 → 잘게 썰기 → 간 장, 기름, 설탕, 고춧가 루에 무치기	복어 껍질을 행주질 쳐 흠쳐서 잘게 썰어 간장 기름 설탕 고춧 가루에 문치면 [후략].
복어 대加里 찜	복어 대加里 찜	복어 대加里, 간 장, 다진 파, 고 춧가루, 후춧가루 (5)	복어 대加里 두드리기 → 씻고 물 넉넉히 붓기 → 삶기 → 간장, 다진 파, 고춧가루, 후춧가루 넣어 볶기	복어 대가리를 두들겨 서 물에 씻어서 물을 넉넉히 붓고, 뼈도 무 르도록 쭉 오래 삶다 가 [중략] 볶는다.
미쌈	미쌈	해삼, 두부, 고기, 밀가루, 달걀, 기 름 (6)	해삼의 모래 털고 씻기 → 데치기 → 가운데 가 르기 → 두부, 고기 다져 양념 넣기 → 거죽에 밀 가루 칠하기 → 부치기	[전략] 두부와 고기 다 져 약념 한 것을 넣고 거죽에 밀가루칠 하고 달걀 붙인 기름에 부 친다. [후략]
계장	계장	계, 간장, 생강, 통고추 (4)	계 해감시키기 → 간장 붓고 생강 저미고 고추 잘라 넣기 → 3~4일 후 간장을 따라 끓였다 식혀 붓기	계를 [중략] 간장을 붓 고 [중략] 간장을 따라 서 팔팔 한 번 끓여 식히어 부었다가, 1주 일(週日)쯤 후에 또 한 번 달여 붓는다. [후략]
계 찌개	계 찌개	계, 쇠고기, 두부,	계 해감시키기 → 딱지의	[전략] 약념 하여 다시

		파, 무, 간장, 후춧가루, 소금, 고추장 (9)	살, 두부 으깬 것, 고기 이긴 것, 소금, 기타 양념 섞고 딱지에 넣기 → 고추장찌개로 끓이기 → 딱지 익히기	딱지에 넣어 놓고, 무 썰 것과 게 다리위를 장 고추장 찌개로 끓이다가, 위의 딱지를 놓아 익힌다.
게 찜	게 찜	게, 초장, 두부, 고기, 녹말가루 (5)	큰 게 찌기 → 살 바르기	큰 게를 씻어 찌서 다리와 딱지를 떼고 살을 발러 [중략]. 또는 약념 하여 넣고, 그 위에 녹말가루를 뿌려서 찌서 [후략].
방게 볶음	방게 볶음	방게, 기름, 간장, 고추, 후춧가루 (5)	방게 해감시키기 → 볶기 → 간장, 고추, 후춧가루 쳐서 볶기	방게를 [중략] 들들 볶다가, 간장과 고추 후춧가루 약간을 쳐서 볶는다.
대합찜	대합찜	대합조개, 실고추, 알고명, 실백 (5)	대합조개 가르기 → 살 발라 조개껍질에 담기 → 실고추, 알고명, 실백 얹기 → 조개 물에 녹말한 것 부어 찌기	대합조개를 갈라서 살을 발러 조개 껍질에 담고, 실고추와 알고명 실백을 얹고 조개 물에 약간 녹말한 것을 부어 찌서 [후략].

『우리음식』에 기록된 생선국 만드는 방법의 종류와 재료이다. 생선국은 총 24가지로, 조기국, 준치국, 가재미넙치국, 민어국, 되미국, 대구국, 동태국, 북어계란물치국, 백숙, 어포, 어회, 어채, 홍합전복초, 북어문침, 장작북어문침, 북어보풀, 북어껍질문침, 북어대加里 찜, 미쌈, 계장, 게찌개, 게찜, 방게볶음, 대합찜이 있다. 백숙은 밀물생선을 삶아 물기를 짜내고 소금, 후추로 간을 맞춰 먹으며, 어채는 생선을 썰어서 녹말을 씌워 끓는 물에 살짝 데쳐 내며, 미쌈은 해삼을 갈라 속을 두부와 고기 등으로 채워 달걀옷을 입혀 부치도록 나와 있다.

10. 난류

표 10. 『우리음식』에 기록된 난류의 종류와 재료

음식명		재료 (가지수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
수란	수란	계란, 실고추, 석이 (3)	끓는 물에 계란 깨뜨려 넣어 삶기 → 반숙된 것 꺼내기 → 접시에 담고 고명 얹기	끓는 물에 계란을 신속히 깨뜨려 넣어서 삶아 반숙(半熟) [후략].

계란부침	계란부침	계란, 소금 (2)	프라이팬에 기름 치기 → 알 깨뜨리기 → 반숙하여 소금 뿌리기	홀라이팬에 기름 치고 알을 깨뜨려 넣고 반숙하여 위에 소금을 뿌린다.
알쌈	알쌈	다진 쇠고기, 다진 파, 간장, 계란, 소금 (6)	갓은 양념하기 → 달걀 풀어 소금치기 → 둥글게 부치기 → 속에 고기 속 넣고 반 접어 싸 무치기	쇠고기 다진 것에 [중략] 약념 하여 놓고, 달걀을 [중략] 둥글게 부치다가, 속에 고기 속을 넣고 반에 접어 싸 무친다.
알찌개	알찌개	계란, 파, 다진 고기, 새우젓 (5)	뚝배기에 물 개워놓기 → 파 썬 것, 다진 고기, 새우젓 국물 넣고 잠깐 찌기	뚝배기에 계란과 그 2배쯤의 물을 부어 개고, 파 썬 것과 고기 조금 다진 것과 새우젓을 짜서 국물만 넣고 잠깐 찌 낸다.
어란	어란	민어알이나 송어알, 간장이나 소금 (2)	민어, 송어 알 간장에 지렸다가 말리기	민어 송어의 알을 간장에 지렸다가 말린다. [후략]
명란	명란	명태알, 소금, 고춧가루, 다진 마늘 (5)	명태 알 소금에 절이기 → 고춧가루, 다진 마늘 넣고 양념하기	명태 알을 소금에 저리며 고춧가루의 마늘 생 다진 것을 넣어 골고루 약념하면 [후략].
명란구이	명란구이	명란 (1)	명란을 통 채 굽기 → 적당히 썰기	명란을 통 채 구어 적당히 썰어 놓는다.
명란찌개	명란찌개	명란, 계란, 고기, 파, 후춧가루 (5)	명란 손질하여 뚝배기에 넣기 → 계란물에 풀기 → 고기, 파, 후춧가루 넣고 찌기	명란 두 뿌리를 씻어 뚝배기에 넣고 계란을 두갑절 물에 풀어 붓고, 고기와 파와 후춧가루를 넣고 찐다. [후략]
명란 오징어 문침	명란 오징어 무침	명란, 생오징어, 초 (3)	명란 손질하기 → 생오징어 흰 살 데치기 → 잘게 썰기 → 초 약간 치기 → 알에 무치기	명란 네 뿌리를 껍질을 벗겨 놓고 생오징어 흰 살을 살짝 데친 것을 잘게 썰어 초를 약간 치고 알에 문친다.
연란	연란	연란 (1)	-	생으로 먹는 것이 보통이다.
연란찌개	연란찌개	연란, 계란, 파, 간	계란을 물에 타기	계란을 물 두 배에

		장, 후추, 참기름 (6)	→ 다진 파, 간장, 기타 양념하기 → 연란 모두 데어지게 섞어서 찌기	타고 다진 파와 간장 기타 약념하여 놓고, 연란을 한알 한알 데어지게 하여 섞어서 찐다.
계알 찌개	계알 찌개	무나 두부, 파, 계알, 고추장, 간장, 참기름 (6)	무나 두부 썰기 → 파, 기름 치기 → 고추장찌개로 끓이기 → 계알, 두부 넣고 다시 한 번 끓이기	[전략] 냄비에 파와 기름을 쳐서 고추장찌개로 끓이다가, 계알과 두부를 넣고 다시 한 번 끓인다. [후략]

『우리음식』에 기록된 난류의 종류와 재료이다. 난류의 음식은 총 12가지이며, 수란, 계란부침, 알쌈, 알찌개, 어란, 명란, 명란구이, 명란찌개, 명란 오징어문힘, 연란, 연란찌개, 계알찌개가 있다. 알쌈은 쇠고기 다진 것에 양념하여 달걀을 부치다가, 속에 고기 속을 넣고 반 접어 싸서 무치고, 어란은 민어, 송어알을 간장에 절였다가 말린다. 명란찌개와 연란찌개는 재료와 계란을 섞고, 양념하여 찌도록 나와 있다.

11. 채소류

표 11. 『우리음식』에 기록된 채소류의 재료와 조리법의 종류와 재료

음식명		재료 (가지수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
배추찜	배추찜	배추, 돼지고기, 쇠고기, 홍무, 목이버섯, 석이, 표고, 계란, 실백, 실고추, 간장, 기타양념 (12)	배추 씻기 → 고기 잘게 썰기 → 홍무 채치기 → -기타 양념 배춧잎 사이에 넣기 → 찌기 → 실고추 실백 올리기	[전략] 이상 여러 가지를 장 기타 갖은 약념 하여 문혀서 배춧잎 사이에 넣고, 실로 매서 찜 냄비에 넣고 찌 [후략].
약저지	약저지	무, 쇠고기, 간장, 파, 후춧가루, 고춧가루, 생강, (7)	무 썰기 → 고기와 함께 끓이기 → 양념 넣고 끓이기	무를 큼직큼직하게 썰어 고기와 함께 물을 조금 치고 끓이다가 반쯤 누르면 갖은 약념 하이푼 끓인다.
무생채	무생채	무, 파, 생강, 설탕, 초, 후춧가루, 고춧가루, 소금 (8)	무 채치기 → 다진 파, 생강, 여러 양념, 고춧가루에 무 치기	무를 잘게 채 쳐서 파 이긴 것과 생강 집과 이상 여러 약념과 합하여 문친다. [후략]

무말랭이 장아찌	무말랭이 장아찌	무, 간장, 실고추 (3)	무 썰기 → 간장, 실고추 섞은 것에 담구기 → 끓이기	무를 [중략] 썰어 말린 것을 간장, 실 고추 조금과 섞어 담아 얼마 동안 두 었다가 간장을 담아 서 한동안 끓여 다 시 붓는다. [후략]
무 고추장 장아찌	무 고추장 장아찌	무, 고추장, 기름 (3)	무 말리기 → 고추 장에 담그기 → 썰 어 기름 치기	무를 통채 2·3일 말 려서 고추장에 박아 두었다가 2·3개월 후에 꺼내어 썰어 기름 쳐 문친다.
콩나물 볶이	콩나물 볶음	콩나물, 기름, 파, 깨소금, 고춧가루, 후춧가루 (6)	콩나물 다듬기 → 기름, 다진 파, 깨 소금, 고춧가루, 후 춧가루 넣고 볶기	콩나물 [중략] 냄비 에 기름치고 볶다가 파 다진 것과 깨소 금 고춧가루 후춧가 루를 넣고 푹 불린 후 물을 조금 친다.
콩나물국	콩나물국	콩나물, 고기, 파 (3)	콩나물 볶기와 같이 하기 → 다진 고기 볶기 → 물 넣고 끓이기	[전략] 고기 다진 것을 먼저 넣고, 파 와 같이 볶다가 콩 나물을 넣고 볶으며 다시 물을 부어 끓 인다.
숙주나물	숙주나물	숙주나물, 기타양 념 (2)	숙주나물 데치기 → 양념하여 무치기	숙주나물을 끓는 물 에 넣어 데쳐서 짜 지 말고 건져 물을 빠게 한 후, 장 기 타 약념 하여 문친 다. [후략]
시금치 나물	시금치 나물	시금치, 간장, 파, 마늘, 기름, 깨소 금, 후춧가루, 고 춧가루 (8)	시금치 데치기 → 간장, 파, 마늘, 기 름, 깨소금, 후추, 고춧가루에 무치기	시금치를 살짝 파랗 게 데쳐서 간장, 파, 마늘 다진것을 기름 깨소금 후춧가 루 고춧가루에 문친 다. [후략]
미나리 강회	미나리 강회	미나리, 편육, 실 고추, 석의, 실백, 초고추장 (6)	미나리 데치기 → 편육 썰기 → 실고 추와 석의 실백 싸 서 미나리로 감기	[전략] 데쳐서 편육 잘게 썰은 것과 실 고추와 석의 실백을 싸서 감아 초고추장 에 찍어 먹게 한다. [후략]
미나리 장아찌	미나리 장아찌	미나리, 소금, 간 장, 참기름, 깨소	미나리 다듬어 소금 에 절이기 → 간장,	미나리를 [중략] 소 금에 잠깐 저렸다가

		금, 후춧가루, 고춧가루 (8)	참기름, 깨소금, 후춧가루, 고춧가루에 무치기	그 소금물을 빼고 간장 참기름 깨소금 후춧가루 고춧가루에 묻힌다. [후략]
미나리 잎 찌개	미나리 잎 찌개	미나리	-	미나리를 많이 사용하고 나머지 잎을 버리지 말고 고추장이나 된장찌개에 넣으면 좋다.
아욱 국	아욱 국	아욱, 된장, 쇠고기 (3)	아욱 다듬기 → 된장, 소고기 넣고 끓이기	[전략] 토장국으로 된장에 꾸미로 쇠고기를 좀 넣어 끓인다. [후략]
아욱 죽	아욱 죽	아욱, 된장, 쌀, 된장 (4)	아욱 씻기 → 된장 풀고 쌀 넣고 끓이기	아욱을 씻어 된장 풀 때 넣고, 쌀을 씻어 넣고 끓인다.
양파통찜	양파통찜	양파, 쇠고기나 제육, 간장, 소금, 후춧가루 (5)	양파 손 있는 곳 파내기 → 다진 고기, 소금, 후추 무치기 → 양파 속에 넣기 → 간장, 물 넣고 끓이기	양파 [중략] 속을 좀 파내고, 고기 다진 것을 소금과 후춧가루로 묻쳐서 양파 속에 넣고, 냄비에 간장과 물 좀쳐서 [중략] 끓인다.
파 장아찌	파 장아찌	파, 초고춧가루, 후춧가루 (3)	파뿌리 다듬기 → 장, 초고춧가루, 후춧가루에 무치기	봄 철 가는 파를 뿌리만 다듬어 정히 씻어서 장 초고춧가루 후춧가루에 묻힌다.
파 강회	파 강회	파, 편육 (2)	파 데치기 → 편육에 싸서 미나리강회 같이 하기	어리고 연한 파를 살짝 데쳐서 편육을 싸서 미나리 강회 같이 한다.
달래 장아찌	달래 장아찌	달래, 간장, 기름, 깨소금, 후춧가루 (5)	달래 씻기 → 간장, 기름, 깨소금, 후춧가루에 무치기	달래를 정히 씻어 간장 기름 깨소금 후춧가루와 같이 섞어 묻힌다.
마늘 장아찌	마늘 장아찌	마늘, 간장, 초, 설탕 (4)	마늘 다듬기 → 초에 담구기 → 설탕, 간장을 넣어 끓이기	[전략] 연한 마늘을 캐서 껍질 채 씻어서 초에 15일 간쯤 담가 두었다가 [중략], 설탕과 간장을 넣어서 [중략] 한참 끓여서 부었다가 [후략].

마늘종 장아찌	마늘종 장아찌	마늘종, 초, 간장, 설탕 (4)	마늘종 초에 담그기 → 간장, 설탕 넣어 끓이기	[전략] 마늘 장아찌 담고 나머지 초에 담아서, 간장과 설탕 넣어 만들기를 마늘 장아찌와 같이 한다. [후략]
마늘 잎 장아찌	마늘 잎 장아찌	마늘 잎, 간장, 고 추장 (3)	마늘 잎 간장이나 고추장에 담그기	마늘 잎 연한 것을 종과 같이 간장이나 고추장에 담는다.
마늘 대 이용	마늘 대 이용	마늘 대 (1)	-	[전략] 마늘 대나 거치른 마늘 잎은 그 대로 내버리지 말고, 지지미에 넣 거나 저려 두었다가 푹김치에 넣으면 [후략].
마늘 뿌리 이용	마늘 뿌리 이용	마늘 뿌리, 초고추 장 (2)	다져 초고추장에 무 치기	마늘 뿌리를 버리지 말고 지근지근 이겨 서 초고추장에 묻치 면 [후략].
오이나물	오이나물	오이, 쇠고기, 소 금, 후춧가루, 고 춧가루, 참기름 (6)	오이 채썰기 → 소 금에 절이기 → 기 름에 오이, 고기 볶 기	오이를 동근 채로 얇팍하게 썰어 소금 에 잠깐 저렸다가 짜서 기름에 살짝 볶고 고기 볶은 것 과 합하여 잠깐 볶 는다.
오이생채(1)	오이생채(1)	오이, 소금, 갇은 양념, 초 (5)	오이 썰기 → 절이 기 → 갇은 양념과 초를 넣어 부치기	오이를 동글게 얇게 썰어 소금에 잠깐 저렸다가 짜서 가진 약념과 초를 넣어 묻힌다. [후략]
오이생채(2)	오이생채(2)	오이, 소금, 간장, 기름, 후춧가루, 고춧가루 (6)	늪은 오이 채치기 → 소금에 절이기 → 간장, 기름, 후 춧가루, 고춧가루, 초와 무치기	늪은 오이를 [중략] 채 쳐서 소금에 저 렸다가 짜서, 간장 기름 후춧가루 고추 가루 초와 묻힌다.
오이선	오이선	오이, 쇠고기, 소 금, 조미료 (4)	오이 칼집내기 → 소금에 절이기 → 볶기 → 고기 볶기 → 오이 속에 넣기	어린 오이를 [중략] 칼집을 내서 속까지 통하게 한 후, 소금 에 저려 [중략] 볶 아서 따로 고기 약 념하이 볶은 것을 속에 넣어 [후략].

오이 장아찌(1)	오이 장아찌(1)	오이, 파, 고춧가 루, 생강, 소금, 마늘 (6)	오이 자르고 칼집내 기 → 소금에 절이 기 → 파, 마늘, 생 강, 고춧가루 섞어 배에 넣기	오이를 [중략] 칼집 을 내서 소금에 저 려 놓았다가, 파 대 가리와 마늘 생강 다진 것과 고춧가루 를 합하여 오이 배 에 넣어서 [후략].
오이 장아찌(2)	오이 장아찌(2)	오이, 간장, 파, 마늘, 생강, 고춧 가루 (6)	오이 칼집 넣기 → 갇은 양념 속에 넣 기	어린 오이를 [중략] 칼집을 넣어서 간장 에 하루쯤 저렸다가 눌러서 갇은 약념을 섞어 속에 넣고 [후 략].
오이 숙장아찌	오이 숙장아찌	오이, 소금, 기름, 고기 (4)	오이 썰기 → 소금 에 절이기 → 기름 에 볶기 → 고기와 함께 볶기	오이를 [중략] 썬 것을 소금에 저려 짜서, 기름에 볶아 고기 볶은 것과 함 께 볶는 것이다.
오이 고추장 장아찌	오이 고추장 장아찌	오이, 고추장 (2)	오이 말리기 → 고 추장에 넣기	오이를 뽀뽀뽀하 게 말려서 고추장에 박았다가 먹는다. [후략]
오이냉국	오이냉국	파, 간장, 기름, 깨소금, 고춧가루, 후춧가루, 오이 (7)	파 채치기 → 간장, 기름, 깨, 고춧가루, 후춧가루, 물에 오 아 채쳐 띄우기	파를 채 치고 간장 기름 깨소금 고춧가 루 후춧가루와 물에 타고 [중략] 오이는 잘게 채 쳐서 띄운 다.
호박나물	호박나물	애호박, 새우젓, 참기름, 고추, 후 춧가루, 깨소금 (6)	호박 썰기 → 기름 치고 볶기 → 새우 젓 다지기 → 호박 익히기 →	애호박을 [중략] 볶 다가 새우젓을 다져 넣고, 익히다가 갇 은 약념을 한다. [후략]
호박 새우젓 찌개	호박 새우젓 찌개	애호박, 파, 고기, 새우젓 (4)	호박 썰기 → 파, 고기 다져 넣기 → 새우젓 국물 넣고 끓이기	애호박을 두툼하게 썰고 파와 고기를 다져 푹배기에 담고 새우젓과 국물을 넣 어 끓인다. [후략]
호박 고추장 찌개	호박 고추장 찌개	애호박, 고기, 파, 고추장, 간장 (5)	호박 썰기 → 고기, 파 넣고 고추장, 간 장으로 맛 맞추어 끓이기	애호박을 두툼하게 썰어 고기와 파를 넣고 고추장과 간장 으로 맛 맞추어 끓 인다.
호박전	호박전	호박, 밀가루, 계	호박 썰기 → 밀가	애호박을 [중략] 베

		란, 소금, 기름 (5)	루, 계란 입혀 기름 에 부치기	어 밀가루칠 한 후 계란 갠 데 묻쳐서 기름에 부친다. [후 략]
호박찜	호박찜	애호박 (1)	호박 썰기 → 찌기	애호박을 길이로 반 이나 통 채로나 찌 서 [후략].
호박선	호박선	애호박, 고기, 양 파, 갠 양념, 계 란, 녹말, 초장 (7)	호박 속 뚫기 → 고기 양파 다져 갠 양념하기 → 계 란이나 녹말 섞어 호박 속에 넣기 → 찌기	애호박을 통 채 길 이로 속을 뚫고 고 기와 양파의 다져 갠 양념 하이 계 란이나 녹말 섞어 호박 속을 꼭꼭 넣 고 찌서, [후략].
호박범벅	호박범벅	늪은 호박, 찹쌀가 루, 소금, 청대콩, 설탕 (5)	호박 껍질과 속 발 라 얇게 저미기 → 익히기 → 찹쌀가 루, 설탕, 소금 넣 고 끓이기	단 늪은 호박을 껍 질과 속을 발리고 얇게 저며 [중략] 익히다가, 콩이 다 무른 때 찹쌀가루를 뿌리고 설탕과 소금 을 넣고 한참 끓인 후 [후략].
호박 잎 찜	호박 잎 찜	호박, 된장, 풋고 추 (3)	호박잎 다듬기 → 된장, 풋고추 넣고 찌기	호박 연한 잎과 순 을 걸 줄 벗겨 다 듬어 찌서, [후략].
호박순국	호박순국	호박, 밀가루 (2)	호박 순 으깨기 → 장국에 밀가루 호박 순 넣기	호박 순을 으깨어 씻어서 밀가루 섞워 장국에 넣는다.
가지나물	가지나물	가지, 파, 간장, 기름, 깨소금, 후 추, 고춧가루 (7)	가지다듬기 → 파, 간장, 기름, 깨소금, 후추, 고춧가루에 무치기	가지를 꼭지 따고 찌서 잘게 찢어 파 다진 것과 간장 기 름 깨소금 후추 고 춧가루에 묻친다. [후략]
가지전	가지전	가지, 밀가루, 계 란 (3)	가지 썰기 → 밀가 루와 계란 입혀 부 치기	가지를 등글고 알팍 하게 썰어 밀가루와 계란 묻쳐 부친다. [후략]
가지선	가지선	가지, 쇠고기, 간 장, 파, 갠 양념 (5)	가지 칼집 넣어 찌 기 → 고기 다져 양념하여 볶기 → 가지 속에 넣기	가지 [중략] 칼집을 넣어서 찌 가지고, 고기를 다져 양념하 여 볶은 것을 가지 속에 넣어 재어 둔 다. [후략]

가지 장아찌	가지 장아찌	가지, 마늘, 파, 고춧가루, 간장 (5)	가지 칼집 넣어 삶기 → 파, 마늘, 고춧가루 섞어 가지 속에 넣기 → 간장에 절이기	어린 가지를 [중략] 칼집 넣어 삶아서 눌렀다가 마늘 파 다진 것과 고춧가루가 섞여서 가지 속에 넣고 간장에 저려 [후략].
푼고추 조림	푼고추 조림	푼고추, 명태, 간장, 설탕, 기름, 깨소금, 후춧가루 (7)	복어 뼈 빼고 토막 치기 → 푼고추, 복어 볶기 → 간장 쳐 익히기 → 양념 넣어 볶기	연한 푼고추와 복어를 두들겨 뼈 빼고 토막친 것을 기름에 볶다가 간장을 쳐서 익힌 후, 약념 넣어 더 볶는다. [후략]
푼고추전	푼고추전	푼고추, 쇠고기, 계란, 밀가루, 기름, 소금, 후춧가루 (7)	푼고추 씨 빼기 → 고기다져 양념하여 속으로 넣기 → 밀가루, 계란 입혀 기름에 부치기	푼고추를 [중략] 씨를 빼고, 고기 다져 갖은 약념 한 것을 속에 발라 놓고 밀가루칠하고 계란 묻혀 기름에 부친다.
푼고추찜	푼고추찜	푼고추, 밀가루, 간장 (3)	푼고추 다듬기 → 밀가루 묻히기 → 찌기 → 간장에 양념하여 무치기	푼고추를 꼭지 따서 밀가루를 묻혀 찌서 간장에 약념한 것이 문친다.
고추볶음	고추볶음	푼고추, 기름, 소금 (3)	푼고추 말리기 → 기름에 튀겨 소금 뿌리기	어린 연한 푼고추를 말려 두었다가 기름에 튀겨 소금을 뿌린다.
푼고추 장아찌	푼고추 장아찌	푼고추, 소금, 간장 (3)	푼고추 소금물에 담구기 → 간장 붓기	푼고추를 [중략] 물에 소금 탄데 담가서 1주일쯤 두면, [중략] 간장을 부어 둔다. [후략]
고추 잎 나물	고추 잎 나물	고춧잎, 고기, 간장, 갖은 양념 (4)	고춧잎 삶기 → 고기 다져 간장과 갖은 양념하기 → 무치기	고춧잎을 삶아 고기 다진 것과 간장과 갖은 약념하여 묻혀 볶는다.
고추 잎 장아찌	고추 잎 장아찌	고춧잎, 간장, 실고추, 기름 (4)	고춧잎 삶아 말리기 → 간장에 무치기	고춧잎을 삶아 말려서 간장에 묻혀 [후략].
깨잎나물	깨잎나물	깨잎, 고기 (2)	깨잎 삶기 → 고기 양념하여 같이 볶기	깨잎을 삶아 고기 약념 한 것과 같이 볶는다. [후략]
깨잎 장아찌	깨잎 장아찌	깨잎, 된장, 기름, 파, 양념	깨잎 포개기 → 된장에 파묻기 기름,	깨잎을 [중략] 열아 문 잎씩 포개서 된

		(5)	파와 양념하기 → 찌기	장 속에 파묻었다가, 달포 후에 꺼내서 기름과 파 다진 것과 약념하여 찌서 먹는다. [후략]
도라지 나물	도라지 나물	도라지, 간장, 갓은 양념 (3)	도라지 찢기 → 간장, 갓은 양념하기 → 볶기	마른 도라지면 물에 담가 슬쩍 삶아서 잘게 찢어 간장과 갓은 약념하여 볶는다. [후략]
도라지 생채	도라지 생채	도라지, 소금, 초, 설탕, 겨자 (5)	소금, 초, 설탕, 겨자에 무치기	도라지를 잘게 씻어서 소금 초 설탕 겨자에 묻치면 깨끗하다. [후략]
도라지적	도라지적	도라지, 쇠고기, 느타리, 파, 밀가루, 계란, 갓은 양념 (7)	도라지, 고기, 느타리, 썰기 → 양념하기 → 꼬챙이에 끼우기 → 밀가루와 계란 입혀 부치기	도라지 고기 느타리 파 [중략] 4·5센치씩 떼어서 약념에 묻쳐 놓는다. 꼬챙이에 사이사이 꽂아서 밀가루와 계란 갓 묻쳐 기름에 지진다,
더덕 구이	더덕 구이	더덕, 고추장, 기름 (3)	더덕 다듬기 → 말리기 → 고추장에 담그기 → 기름에 무치기	더덕을 껍질을 벗겨 익혀서 물끼를 걷게 말린 것을 고추장에 넣어 두었다가 먹을 때 기름에 문친다,
우영 장아찌	우영 장아찌	우영, 고추장 (2)	우영 껍질 벗기기 → 말리기 → 고추장에 담그기	우영을 껍질 벗겨 씻어 물끼 걷게 말려 고추장에 넣었다가 먹는다.
우영 나물	우영 나물	우영, 간장, 양념 (3)	우영 채치기 → 볶기 → 간장과 양념하여 볶기	우영을 잘게 채 쳐서 [중략] 볶다가 간장과 약념하여 볶아 물린다.
고사리 나물	고사리 나물	고사리, 갓은 양념 (2)	고사리 삶아 물에 담구기 → 갓은 양념하여 볶기	고사리는 삶아 물에 2·3일 간 담갔다 갓은 약념하여 볶는다. [후략]
고비 나물	고미 나물	고사리 (1)	고사리와 같이 하기	고사리와 같이 하되 [후략].
취 쌈	취 쌈	갓은 양념, 찢잎, 고기 (3)	삶기 → 양념하기 → 볶기	푹 삶은 것을 갓은 약념 하여 볶는다. [후략]

파마주 잎 나물	파마주 잎 나물	파마주 잎 (1)	-	피마주 잎을 취와 같이 찜으로 한다.
토란탕	토란탕	토란, 쇠고기, 다시마, 무, 파, 간장, 기름 (7)	토란, 고기, 다시마, 무와 함께 기름에 볶기 → 물 넣어 끓이기	토란을 씻어 고기와 다시마와 무와 함께 기름에 들들 볶다가 물 부어 끓인다. [후략]
감자 요리	감자 요리	감자, 기름, 풋고추 (3)	-	[전략] 밥에 두거나, 찌서 대용 주식(主食)으로 하거나, 기름에 찌 물리거나, 풋고추나 북어 등과 한북거나, 무 대신으로 국에 넣거나 한다. [후략]
씀바귀 나물	씀바귀 나물	씀바귀, 초고추장 (2)	삶기 → 초고추장에 무치기	씀바귀 [중략] 뜯어 삶아서 초고추장에 묻힌다.
씀바귀 장아찌	씀바귀 장아찌	씀바귀, 간장, 실고추, 기름, 깨소금 (5)	다듬기 → 간장에 담구기 → 끓이기 → 기름, 깨소금에 무치기	씀바귀 [중략] 간장에 담갔다가 1주일 쯤 후에 간장을 닦아 끓여 실고추와 함께 볶고, 기름 깨소금을 쳐 묻쳐 먹는다. [후략]

『우리음식』에 기록된 채소류의 재료와 조리법의 종류와 재료이다. 해조류의 음식은 총 68가지이며, 그 중 찜류 4가지, 장아찌류 18가지, 나물류 13가지, 생채류 4가지, 국, 찌개, 탕류 8가지, 전류 3가지, 기타 18가지로 분류되며, 배추찜, 약저지, 무생채, 무말랭이장아찌, 무 고추장 장아찌, 콩나물 볶이, 콩나물국, 숙주나물, 시금치나물, 미나리강희, 미나리장아찌, 미나리잎찌개, 아욱국, 아욱죽, 양파통찜, 파장아찌, 파강희, 달래장아찌, 마늘장아찌, 마늘종장아찌, 마늘잎장아찌, 마늘대이용, 마늘뿌리이용, 오이나물, 오이생채(1), (2), 오이선, 오이장아찌(1), (2), 오이숙장아찌, 오이고추장장아찌, 오이냉국, 호박나물, 호박새우젓찌개, 호박고추장찌개, 호박전, 호박찜, 호박선, 호박범벅, 호박잎쌈, 호박순국, 가지나물, 가지전, 가지선, 가지장아찌, 풋고추조림, 풋고추전, 풋고추찜, 풋고추장아찌, 고추볶음, 고춧잎나물, 고추잎장아찌, 깻잎나물, 깻잎장아찌, 도라지나물, 도라지생채, 도라지적, 더덕구이, 우영장아찌, 우영나물, 고사리나물, 고비나물, 취쌈, 파마주잎나물, 토란탕, 감자요리, 썸바귀나물, 썸바귀장아찌가 있다. 약저지는 무를 썰어 고기와 함께 양념을 넣고 끓이는 요리이고, 콩나물국은 콩나물 볶이를 하다가 물을 넣고 끓이는 국이다. 미나리강희와 파강희는 각각 미나리와 파를 데쳐 편을 싸는 방법이다. 또한 호박범벅은 호박죽처럼 호박 껍

질, 속을 발라 얇게 저며 익히다가 찹쌀가루, 설탕, 소금을 넣고 끓인다. 우엉장아찌는 껍질을 벗겨 고추장에 담그는 조리법이 나와 있다.

12. 해조류

표 12. 『우리음식』에 기록된 해조류의 재료와 조리법의 종류와 재료

음식명		재료 (가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
미역 국	미역국	미역, 홍합(또는 쇠고기) 간장, 기름 (4)	미역 불리기 → 적당한 크기로 떼기 → 기름에 미역 홍합 볶기 → 물을 붓고 끓이기	미역을 물에 불려 정히 씻어 놓고 [중략]냄비에다 기름에 미역과 홍합을 볶다가 물을 붓고 푹 끓인다
미역 구이	미역 구이	미역, 참기름, 설탕 (3)	미역 석쇠에 굽기 → 뜨거울 때 설탕 뿌리기	미역을 행주로 잘 훑쳐서 기름을 발라 석쇠에 구어 더울때 설탕을 뿌린다 [후략]
다시마 튀각	다시마 튀각	다시마, 기름, 설탕 (3)	다시마 튀기기 → 뜨거울 때 설탕 뿌리기	[전략] 다시마를 넣고 튀겨, 한 번 뒤집어 튀긴 후 꺼내서 더울 때에 설탕을 뿌린다.
김 구이	김구이	김, 기름, 소금 (3)	김 고르기 → 기름 바르기 → 소금 뿌리기 → 굽기	김을 안팎으로 티를 잘 만져 고른 후, 닭의 깃으로 기름을 바르고 소금을 뿌려서 [중략] 석쇠에 구어 적당히 뻥다 [후략]
김 문침	김무침	김, 간장, 기름, 후추 (4)	김 굽기 → 부수기 → 간장, 기름, 후춧가루 넣고 무치기	김을 구어 부셔서 간장 기름 후춧가루 넣고 문힌다.
김 자반	김자반	김, 간장, 고춧가루, 후춧가루, 깨소금 (5)	김 겹치기 → 간장, 고춧가루, 후춧가루, 깨소금 섞어 적시기 → 밀리기	김을 6·7장 두꺼우면 4·5장 겹쳐서 간장에 고춧가루 후춧가루 깨소금 섞은 것에 적셔서 채반에 말린다 [후략]

김 튀각	김 튀각	김, 찹쌀가루, 소금, 기름 (4)	김에 찹쌀가루, 소금 바르기 → 튀기기	[전략] 찹쌀가루를 소금 좀 치고 물에 개서, 김 한편에 골고루 발라 말려두고 먹을 때 기름에 튀긴다.
파래 문침	파래무침	파래, 간장, 설탕, 후춧가루 (4)	타래 고르기 → 굵기 → 부수기 → 간장, 설탕, 후추 넣어 무치기	파래를 티를 잘 골라 약간 구어서 곱게 부셔 간장 설탕 후춧가루만 넣어 문친다.

『우리음식』에 기록된 해조류의 재료와 조리법의 종류와 재료이다. 해조류의 음식은 총 8가지이며, 미역국, 미역구이, 다시마 튀각, 김구이, 김문침, 김자반, 김튀각, 파래 문침이 있다. 미역구이는 구워서 설탕을 뿌리고, 김구이는 소금을 먼저 뿌리고 굵는 조리법으로 나와있다. 김튀각은 찹쌀가루에 소금을 약간 넣고 물에 갠 다음, 김에 발라 말려서 튀겨먹도록 나와있다.

13. 음료

표 13. 『우리음식』에 기록된 음료의 재료와 조리법의 종류와 재료

음식명		재료 (가지수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
화채집	화채집	오미자, 설탕 (꿀), 소금 (3)	오미자 물에 담구기 → 윗 물에 설탕이나 꿀, 소금으로 감미 맞추기	[전략] 오미자를 세 손가락쯤을 1릿틀 가량의 물에 담가 세 시간서부터 1 일간쯤이면 올라나니 그것을 옷물만 따라 쓴다. [중략] 설탕이나 꿀로 감미를 맞추고 소금을 조금 넣으면 [후략]
앵두 화채	앵두 회채	앵두, 소금, 실백, 설탕 (4)	앵두 씻어 씨 빼기 → 설탕에 재우기	앵두를 잘 씻어 씨를 빼서 설탕에 재어 두고 물에 설탕을 타고 재었던 앵두를 띄우면 [후략]
딸기 화채	딸기 화채	딸기, 소금, 실백, 설탕 (꿀) (4)	딸기 씻기 → 썰기 → 오미자 집에 딸기와 실백 띄우기	딸기를 씻어 동글동글하고 얇게 썰어 놓고, 물에 오미자 집 탄 것애다가 딸기와 실백을 띄운다. [후략]
굴 화채	굴 화채	미깡, 설탕, 실백 (3)	굴 속 껍질 벗기기 → 설탕에 재우기	굴을 속 껍질을 벗기고 알알이 떼어서 설탕에 재었다가 오미자 집에 실백과 같이 띄운다.

			→ 오미자집에 실백과 같이 띄우기	
복숭아 화채	복숭아 화채	복숭아, 소금, 실백, 설탕(꿀) (4)	껍질 벗기기 → 얇게 저미기 → 오미자집에 실백과 같이 띄우기	오미자집에 복숭아 껍질을 벗겨 얇게 저미고 실백과 같이 띄운다
배 화채	배 화채	배, 실백 (2)	배 얇게 썰기 → 오미자집에 실백과 같이 띄우기	오미자 집에 배를 얇게 썰어 실백과 같이 띄운다.
순채 화채	순채 화채	순채, 실백, 설탕(꿀) (3)	순채 씻기 → 오미자 집에 실백과 같이 띄우기	순채를 냉수에 한 번 씻어 오미자 집에 실백과 같이 띄운다. [후략]
진달래 화채	진달래 화채	진달래, 실백, 녹말, 설탕(꿀) (4)	진달래 꽃잎만 따서 씻기 → 녹말가루 묻혀 끓는물에 익히기 화채에 띄우기	진달래 꽃을 꽃잎만 물에 씻어 녹말가루를 묻혀서 끓는 물에 잠깐 넣었다가 꺼내서 화채에 띄운다 [후략]
노란 장미 화채	노란 장미 화채	노란장미 꽃, 녹말가루 (2)	노란장미 꽃받침 떼기 → 녹말가루 섞이기 → 데치기 → 오미자 집에 띄우기	노란 장미 꽃을 송이 채 꽃받침만 떼고, 녹말가루 섞워 살짝 디쳐서 오미자 집에 띄운다 [후략]
보리 수단	보리 수단	삶은 통보리, 녹말가루, 실백, 설탕(꿀) (4)	통보리 삶기 → 녹말가루 묻혀 데치기 → 오미자집에 설탕이나 꿀타기 → 보리알과 실백 띄우기	통보리 삶은 것을 녹말 묻쳐서 살짝 디쳐서 놓고, 오미자집에 설탕이나 꿀을 타고 보리알과 실백을 띄운다
흰떡 수단	흰떡 수단	흰떡, 실백, 녹말가루, 짬, 설탕 (5)	흰떡에 녹말 묻히기 → 데치기 → 설탕 탄 오미자 집에 띄우기	흰떡을 1센치 입방으로 베어 녹말가루를 묻쳐서 살짝 디쳐서 설탕 탄 오미자집에 띄운다 [후략]
미수	미수	볶은 찹쌀가루, 설탕(꿀).	찹쌀가루로 만들기 → 찹쌀	찹쌀을 볶아 찌서 말린 것을 노르스름하도록 볶아서 가루로 만들어 습

		소금 (3)	가루 찌기	기 없기 두었다가 [후략]
얼음 수박	얼음 수박	수박, 설탕 (2)	수박 속을 손가락으로 파기 → 얼음 넣기 → 설탕 치기	수박을 꼭지 있는 곳으로 뚜껑과 같이 베고, 속을 손가락으로 조금 파서 [중략] 얼음을 넣고 설탕을 쳐서 [후략]
수전과	수정과	꽃감, 통후추, 생강, 계피편, 설탕, 실백 (6)	통후추, 생강, 계피 물에 넣고 끓이기 → 꽃감 넣기 → 실백 띄우기	통후추와 생강 쪼갠 것과 계피 조각을 물 붓고 끓여 식힌 데다가 꽃감으 넣고 [중략]
식혜	식혜	엿기름가루, 백미, 설탕(꿀), 석류, 유자, 생강, (7)	엿기름 물에 풀기 → 백미로 밥하기 → 엿기름 윗물 밥에 붓기 → 더운방에 놓기 → 생강과 유자 끓인 물 넣거나 석류알 띄우기	엿기름가루에 물을 풀어 [중략] 되직한 밥을 지어 엿기름 윗물만 짚아 더운 밥에 붓고, 뚜껑을 덮어 더운방이나 난로 옆에 놓고 [후략]
소주 온미	소주 온미	싸라기, 소주, 꿀(설탕), 소금	싸라기 끓이기 → 오미자집, 설탕, 소주, 소금 넣고 끓이기	[전략] 냄비에 물을 끓이다가 싸라기를 넣고 한소끔 끓인 다음, 오미자 집 설탕 소주 소금을 넣고 살짝 끓여 식힌다 [후략]

『우리음식』에 기록된 음료의 재료와 조리법의 종류와 재료이다. 음료는 총 16가지이며, 화채집, 앵두 화채, 딸기 화채, 굴 화채, 복숭아 화채, 배 화채, 순채 화채, 진달래 화채, 노란 장미 화채, 보리수단, 흰떡 수단, 미수, 얼음수박, 수전과, 식혜, 소주 온미가 있다. 식혜는 엿기름을 윗물 밥에 붓고 생강과 유자 끓인 물을 넣거나 석류알을 띄우도록 나와 있고, 소주 온미는 싸라기를 끓여 오미자집, 설탕, 소주, 소금을 넣고 끓이도록 나와있다.

14. 전과와 과자

표 14. 『우리음식』에 기록된 전과와 과자의 재료와 조리법의 종류와 재료

음식명		재료 (가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
연근 전과	연근 전과	연근, 꿀, 소금 (3)	연근 껍질 벗기기 → 삶기 → 꿀, 소	연근을 껍질 벗겨 4밀리쯤 되는 두께

			금 넣고 삶기	로 찢어 물에 얼마 동안 삶아 연하게 되거든, 꿀을 넣고 소금 치고 [후략]
인삼 전과	인삼 전과	인삼, 꿀, 소금 (3)	-	연근과 같은 분략에 같은 방법으로 한다 [후략]
생강 전과	생강 전과	생강, 꿀, 소금 (3)	-	연근과 같은 분략 같은 방법으로 한다. 다만 얇기를 좀 얇게 하여야 하며 [후략]
산사 전과	산사 전과	산사, 꿀 (2)	산사 찢어 물에 담구기 → 무르면 찢, 꼭지 버리기 → 꿀넣고 끓이기	산사를 잘 찢어서 물을 붓고 무르거든 체에 걸러서 씨와 꼭지를 건져 버리고, 꿀을 넣고 충분히 끓여 [후략]
문동 전과	문동 전과	문동이나 동아, 설탕, 꿀 (3)	문동 삶기 → 껍질 벗기기 → 말리기 → 설탕과 물을 넣고 끓이기	문동이면 같은 물 분량에 삶다가 [중략] 껍질과 속을 다 벗기고 2·3 일 간쯤 일광에 쬐여 말린 것에다가 물과 설탕을 함께 넣고 끓여 [후략]
모과 전과	모과 전과	모과, 꿀 (2)	모과 찢어 방망이로 찢기 → 물에 삶기 → 꿀을 넣고 조리기	모과를 찢어 방망이로 지근지근 이겨, 금속이 아닌 그릇에 물을 자작자작하게 붓고 삶아서, 체로 걸러서 씨 기타 찌끼를 버리고 꿀을 넣어 끓여 조린다. [후략]
청매 전과	청매 전과	청매 (1)	-	[전략] 매실이 흔하지 않고 산미가 많은 것을 잘 다루지 못하여 아직까지 집에서 하도록 연구가 못된 것은 유감이다.
행인 전과	행인 전과	행인, 설탕	살구 씨 껍질	살구 씨를 껍질 벗

		(2)	벗기기 → 삶기 → 꿀을 넣고 끓이기	겨 물에 불려 속 껍질을 벗기고, 삶아 꿀을 넣고 약간 끓여 둔다. [후략]
건포도 전과	건포도 전과	건포도, 설탕 (2)	건포두를 설탕물에 끓이기	건포도를 설탕물에 약간 끓여 쓴다. [후략]
굴 전과	굴 전과	굴, 설탕 (2)	굴 껍질 벗기기 → 설탕 넣고 끓이기	굴을 겉껍질 벗기고 속껍질 벗겨 설탕 끓일 때 재었다가 담을 때는 밑에 놓는다.
율란	율란	밤, 꿀, 실백 (3)	밤 삶기 → 껍질 벗겨 으깨기 → 모양 만들어 꿀칠하기 → 실백 문히기	삶은 밤 버니를 벗기고 으깨서 손가락만 한 굵기로 타원형으로 쥐어 만들어, 꿀칠하고 [후략]
밤초	밤초	황률, 꿀(설탕) (2)	황률 불리기 → 삶기 → 반이 삶아지면 꿀 넣고 조리기	황률을 물에 반 일쯤 불렀다가 [후략] 둥근하게 삶다가 반쯤 삶아졌을 때 꿀을 넣고 삶아 조린다.
밤단자	밤단자	밤, 찹쌀가루, 꿀(설탕), 소금, 실백 (5)	밤 삶아 으깨기 → 찹쌀가루, 소금 넣어 반죽하기 → 모양 만들기 → 꿀칠하기 → 실백 문히기	삶은 밤을 껍질 벗겨 으갠 데다가 찹쌀가루와 물과 소금을 넣어서 반죽하여, [중략] 꿀칠하고 실백 다진 것을 문친다. [후략]
밤주약	밤주약	밤, 찹쌀, 참기름, 꿀, 소금 (5)	밤껍질 벗겨 강판에 갈기 → 찹쌀가루, 소금으로 반죽하기 → 모양만들기 → 부치기 → 꿀문히기	밤을 까서 버니를 벗겨 강판에 갈아서, 찹쌀가루와 소금과 물로 반죽하여 [중략] 동굴넓적하게 빚어서, 번철에 기름칠 하여 부친 것을 [후략]
밤경단	밤경단	밤, 찹쌀가루, 소금, 설탕 (4)	밤 삶아 으깨기 → 고물 만들기 → 찹쌀에 소금넣고 경단 빚기 → 경단 삶기 → 설탕칠하	밤 삶은 것을 으깨어 걸러 고물을 만들고, 찹쌀에 소금간하여 경단을 빚어 [후략]

			여 밤고물 문히기	
대추 단자	대추 단자	대추, 찹쌀, 소금, 꿀, 실백 (5)	대추 잘게 이기기 → 찹쌀과 소금으로 반죽하기 → 모양 만들어 찌기 → 꿀칠하고 잣가루 문히기	대추를 잘게 이기고 찹쌀과 소금과 물로 반죽하여 [중략] 꿀 칠 하고 잣가루를 문친다.
조란	조란	-	-	대추 단자와 같은 재료와 방법으로 [후략]
대추 초	대추 초	대추, 술, 꿀 (3)	대추 씻기 → 술 뿌려 찌기 → 꿀넣고 조리기	대추를 물에 잘 씻어 술을 뿌려 찌서 꿀과 물을 넣고 끓여 조린다.
잣박선	잣박선	실백, 꿀이나 엿 (2)	실백을 꿀이나 엿에 끓이기	실백을 꿀이나 엿에 끓여 조려서 알파하게 식혀 [후략]
은행단자	은행단자	은행, 찹쌀가루, 소금, 꿀, 실백 (5)	은행 껍질 벗기겨 다지져 찹쌀가루, 소금, 꿀로 반죽하기 → 찌기 → 모양내기 → 꿀칠하고 잣가루에 문치기	은행 속 껍질까지 벗겨 잘게 다져서 찹쌀가루와 소금과 물로 반죽하여 넓적하게 찌서 [중략] 꿀 칠하고 잣가루에 문친다.
석의 단자	석의 단자	석이, 찹쌀, 실백 (3)	석이 튀기기 → 다지기 → 찹쌀반죽하여 찌기 → 모양내어 실백가루 문히기	석을 튀겨 잘게 다진 것을 찹쌀 반죽하여 찌서 [중략] 실백 가루에 문힌다.
약과	약과	밀가루, 유자, 기름, 꿀, 설탕, 술 (6)	밀가루에 유자 다져 넣기 → 반죽하기 → 기름에 튀기기 → 설탕 끼얹기	밀가루에 유자를 잘게 다져 넣고, 꿀과 술과 기름 [중략] 반죽하여 [후략]
굴병	굴병	유자, 꿀 (2)	유자 삶기 → 꿀, 물넣고 조리기	큰 유자를 물끓하게 삶아서 [중략] 물이 자작자작할 때 꿀을 넣고 흠뻑 물려 조려서 [후략]
과줄	과줄	-	-	과줄은 마치 굴병과 같은 모양으로 큼직하게 약과와 같은 재료로 만들어 [후략]

만두과	만두과	-	-	굴병과 같은 재료에 방법으로 하되 모양만 반월형으로 한 것이다.
한과	한과	밀가루, 소금, 기름, 색소, 싸라기 (5)	밀가루 반죽하기 → 모양내기 → 기름에 지지기 → 색소칠하기 → 싸라기 묻히기	밀가루에 소금과 단 맛을 조금씩 하여 물 반죽하여 [중략] 기름에 지진 것을 [후략]
중백기	중백기	-	-	한과와 같은 재료로 4센치쯤의 시방에 15센치쯤 길이로 하여 [후략]
타래과	타래과	-	-	중백기와 같은 재료로 반죽한 것을 얇게 밀어 [중략] 기름에 튀긴다.
매작과	매작과	-	-	중백기 같은 재료를 얇게 밀어 국수같이 썰어서 [중략] 중간을 가로 너덧번 같은 국수로 감아 기름에 튀긴다.
밤 다식	밤 다식	밤, 꿀, 소금 (3)	삶은 밤 으깨기 → 꿀, 소금과 섞기 → 판에 박기	삶은 밤을 으개서 꿀과 소금을 합하여 섞은 것을 판에 박인다.
흑임자 다식	흑임자 다식	검은 깨, 꿀, 소금 (3)	흑임자 씻어 볶기 → 꿀과 소금 섞기 → 판에 박기	흑임자를 씻어 볶아 찌어서 꿀과 소금 반죽하여 판에 박인다
송화 다식	송화 다식	송화, 녹말, 꿀, 소금 (4)	녹말가루 끓는 물에 개기 → 꿀, 소금 송화가루, 녹말가루와 반죽하기 → 판에 박기	송화가루에 반죽을 잘 하기 위하여, 녹말가루를 끓는 물에 개서, 꿀과 소금과 송화가루에 같이 반죽하여 판에 박인다.
찹쌀 다식	찹쌀 다식	볶은 찰가루, 꿀, 소금 (3)	찹쌀가루에 꿀, 소금 물반죽하여 판에 박기	찹쌀가루에 꿀과 소금과 물 반죽하여 판에 박인다.
강정	강정	찹쌀가루, 청주, 고물 (3)	찹쌀가루에 술과 끓는 물 넣고 반죽하기 → 모양내어	찹쌀가루의 3분의 2쯤을 술과 끓는 물에 흠어지지 않

			찌기 → 기름에 튀기기	을 정도로 반죽하여 넓적하게 덩어리 지어, 배보를 깔고 김이 오를만큼 찌서 [후략]
연사	연사	-	-	강정과 같이 만들어서 [후략]
빈사과	빈사과	-	강정이나 연사 등을 만들고 남은 불규칙하게 베어진 나머지를 기름에, 튀겨 색소와 꿀칠하기	강정이나 연사 등을 만들고 남은 불규칙하게 베어진 나머지를 기름에, 튀겨 색소와 꿀칠하여 [후략]
잣 엿	잣 엿	엿기름가루, 쌀, 실백 (3)	엿기름가루 물에 풀기 → 밥 짓기 → 엿기름물 섞기 → 조리기	엿기름가루를 물에 풀어 놓고, 밥을 지어 뜸 들인 솥에 다 엿기름 물을 붓고 따끈한 정도의 온도로 물을 넣었다가 [후략]
호두 엿	호두 엿	호두, 엿기름가루, 쌀, 실백 (4)	엿을 고다가 호두 까서 넣기	전 향과 같은 재료와 분락을 가지고 엿을 고다가, 호두를 까서 넣고 식힌다. [후략]
밤 엿	밤 엿	-	엿 곤 대에 황를 넣어 식힌다.	엿 곤 대에 황를 넣어 식힌다.
깨 엿	깨 엿	-	엿 곤 대에 깨를 넣어 식힌다.	엿 곤 대에 깨를 넣어 식혀서 적당한 모양으로 뺀다.
호콩 엿	호콩 엿	-	엿 곤 대에 땅콩을 넣어 식힌다.	호콩을 넣어서 식힌 것이다

『우리음식』에 기록된 전과와 과자의 재료와 조리법의 종류와 재료이다. 전과와 과자는 총 42가지이며, 전과류(연근, 인삼, 생강, 산사, 문동, 모과, 청매, 행인, 건포도, 굴)와 울란, 밤초, 밤단자, 밤주막, 밤경단, 대추단자, 조란, 대추초, 잣박선, 은행단자, 석의단자, 약과, 굴병, 과줄, 만두과, 한과, 중백기, 타래과, 매작과, 밤다식, 흑임자다식, 송화다식, 찹쌀다식, 강정, 연사, 빈사과, 잣엿, 호두엿, 밤엿, 깨엿, 호콩엿이 있다. 전과류와 굴병은 재료를 물에 삶아 꿀이나 설탕을 넣는 끓이는 조리법이다.

15. 병류

표 14. 『우리음식』에 기록된 병류의 재료와 조리법의 종류와 재료

음식명		재료 (가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
개피떡	개피떡	쌀가루, 팥, 소금, 설탕 (4)	팥 끓이기 → 으깨 기 → 소금, 설탕 넣고 섞어 모양 만 들기 → 쌀가루 시 루에 넣고 찌기	팥을 타서 물에 불 려 여러 번 씻어 기피 한 것을, 냄 비에 물을 자작자 작하게 [중략] 쌀가 루를 시루에 넣고 찌서 더운 김에 [후략]
수수 경단	수수 경단	찰수수가루, 소금, 고물 (3)	찰수수 가루 소금 간하여 반죽하기 → 모양 만들기 → 삶기 → 고물 문히 기	찰수수 가루에 소 금 간하고 고물로 반죽하여 [중략] 끓 는 물에 삶아 더운 김에 고물을 문친 다 [후략]
찰쌀 경단	찰쌀 경단	찰쌀가루 (1)	찰쌀가루 반죽하기 → 삶기	찰쌀가루를 반죽하 여 삶아서 수수 경 단 때와 같이 한 다.
율무 경단	율무 경단	율무 가루, 고물 (2)	율무가루 반죽하기 → 삶기 → 고물 문히기	율무 가루를 반죽 하여 빻어 삶아 고 물 문치기 수수경 단 같이 한다.
대추 경단	대추 경단	찰쌀, 대추 (2)	찰쌀로 경단 만들 기 → 대추잘게 채 썰어 고물로 문히 기	찰쌀로 경단 하여 가지고 고물을, 대 추를 잘게 채쳐서 문치기도 하고 [후 략]
청매 경단	청매 경단	찰쌀, 청매 (2)	찰쌀경단 만들기 → 청매 잘게 채썰 어 고물로 문히기	찰쌀 경단에 고물 로 청매를 잘게 채 서 문친다.
생률 경단	생률 경단	밤, 생률 (2)	밤경단에 생률 잘 게 채썰어 고물로 문히기	찰쌀 경단에 고물 로 생률을 잘게 채 쳐서 문치는 것이 다 [후략]
흰 떡	흰 떡	백미, 소금 (2)	백미 갈기 → 소금 치고 물 뿌리기 → 시루에 찌기 → 비 벼 모양내기	백미를 제분하여 소금 치고 물을 흘 출 뿌려 송얼송얼 하게 한 것을, 시 루에 배 보를 깔고 찌서 [후략]
절편	절편	-	흰떡같이 찌서 치	흰떡 같이 찌서 친

			기 → 네모반듯하게 모양내기	것을 [중략] 네모반듯하게 배어 가지고, 중앙에 절편판으로 박아 내는 것이다. [후략]
잔절편	잔절편	-	-	절편을 작게 하여 위에, 분홍 노랑 푸른 것을 놓고 판에 박은 것으로 웃기를 쓰는 것이다.
꿀무떡	꿀무떡	-	-	굵은 흰떡과 같이 비빈 것을 3센치쯤 되는 길이로 비벼 끊는다. [후략]
백편	백편	백미, 소금, 석이, 밤, 실백, 대추 (6)	쌀가루에 소금 넣고 시루에 넣기 → 고명으로 밤, 대추, 석이, 실백 올리기 → 그 위에 쌀가루 올려 찌기	쌀가루에 소금간 하여 시루에 2센치를 되는 두께로 [중략] 밤 대추 석의 채 칠 것과 실백 등을 고명으로 펴 놓고 [후략]
녹두전	녹두전	백미, 소금, 석이, 밤, 실백, 대추, 녹두 (7)	백편과 같은 방법으로 하기	백편과 같은 재료와 같은 방법으로 하는 것인데 [후략]
꿀편	꿀편	백미, 소금, 석이, 밤, 실백, 대추, 꿀, 쌀가루 (8)	백편과 같은 방법으로 하기	백편과 같은 재료 같은 방법으로 하되, 물 내리는 것을 꿀을 물에 타서 쌀가루에 뿌렸다가 [후략]
승검초편	승검초편	쌀가루, 승검초가루 (2)	쌀가루에 승검초가루 섞기	쌀가루에 승검초가루를 섞어서 푸름 빛을 내는 떡이다 [후략]
느티떡	느티떡	쌀가루, 느티나무 싹(2)	쌀가루에 느티나무 열한 싹을 섞기	쌀가루에 느티나무 열한 싹을 섞어서 시루에 얹히고 [후략]
백설기	백설기	쌀가루, 소금 (2)	쌀가루에 소금 간 하여 시루에 찌기	쌀가루에 소금 간 맞추어 두께를 생각하지 않고, 시루에 가득 차게 찌서 [후략]

콩버무리	콩버무리	쌀가루, 소금, 콩 (3)	백설기에 콩을 섞어 찌기	백설기와 같은 재료에 콩을 두는 것으로 검은 콩이나 대추콩이나 [후략]
썩버무리	썩버무리	쌀가루, 소금, 썩 (3)	쌀가루네 소금 간 하여 썩을 섞어 찌기	쌀가루에 소금 간 맞추고 연한 썩을 씻어서 물끼를 잘 뺀 후 가루에 버무리려 찌다. [후략]
인절미	인절미	찹쌀가루, 소금, 고물 (3)	찹쌀가루에 소금간 하여 찌기 → 고물 묻히기	찹쌀가루에 소금간 하여 찌서 [중략] 네모 나게 베어서 고물 묻힌다. [후략]
중편	중편	쌀가루, 대추, 청주, 석이, 실백 (5)	쌀가루에 물과 술을 넣어 섞기 → 찌기	쌀가루에 물과 술을 넣어 가볍게 저어 개어 더운 곳 [중략] 약 3배쯤으로 부풀어 오른다. [후략]
송편	송편	밀가루, 콩, 소금, 솔잎 (4)	쌀가루에 소금과 물로 반죽하기 → 소로 콩이나 팥고물 넣기 → 솔잎위에 찌기	쌀가루를 소금과 물로 반죽하여 콩을 불린 것을 소로 넣고 빚는다. [후략]
고사떡	고사떡	쌀가루, 소금, 무, 팔 (4)	쌀가루에 무 채 친 것과 소금 섞기 → 붉은 팔을 사이사이에 놓고 찌기	쌀가루에 무 채 친 것과 소금을 섞어 시루에 4, 5센치 키로 얹히고, 붉은 팔을 통 채 삶아 거물 한 것을 사이사이에 놓는다. [후략]
두텁떡	두텁떡	찹쌀가루, 계피가루, 밤, 붉은 팔 (4)	팥고물과 계피가루를 섞어 볶기 → 설탕, 꿀, 소금 넣고 볶기 → 밤 껍질 벗겨 으깨기 → 모양내기 → 찹쌀가루를 반죽하기 → 삶기	팥고물 한 것을 계피가루와 섞어서 구리나 철 냄비에 넣고 볶다가, 중간쯤 하여 설탕과 꿀 소금을 넣어 마치 계피색과 같이 되게 볶는다. [후략]
썩구리	썩구리	찹쌀, 썩, 밤, 고물 (4)	두텁떡과 같은 방법으로 한다	두텁떡과 같은 방법으로 하되 찹쌀에 썩을 다져 넣어

				서 [후략]
잡과병	잡과병	찹쌀가루, 쌀가루, 소금, 설탕, 꽃감, 대추, 밤, 청매 (8)	재료와 쌀가루를 섞어 지루에 찌기	이상 과종을 각각 마땅히 썰어 쌀가루에 섞어 시루에 찌서, [후략]
화전	화전	찹쌀가루, 소금, 기름, 진달래 (4)	찹쌀가루를 소금간하기 → 모양내기 → 기름에 부치기 → 위에 진달래 올리기	찹쌀가루를 소금간하여 물에 물게 개서 [중략] 기름에 부치며, 위에 진달래 꽃이나 [후략]
찰전병	찰전병	찹쌀가루, 소금, 대추, 기름 (4)	찹쌀가루를 소금과 물로 개기 → 둥글게 기름에 부치기	찹쌀가루를 소금과 물에 개서 둥글게 기름에 부치되, 위에 대추를 썰어 놓기도 한다. [후략]
밀전병	밀전병	밀가루, 애호박, 기름, 소금 (4)	애호박 채치기 → 밀가루와 소금과 함께 개기 → 기름에 부치기	애호박을 굵직한 채로 쳐서 가루와 소금과 함께 갠 것을 기름틸 하여 가며 얇박하게 부친다. [후략]
개떡	개떡	햇콩, 소금, 찰수죽가루 (3)	밀가루에 소금, 햇콩물, 물넣고 개기 → 찌기	가을에 햇밀가루에 해콩물을 두고, 소금과 물과 개서 두둑하게 빚어서 찌내는 것으로 [후략]

『우리음식』에 기록된 병류의 재료와 조리법의 종류와 재료이다. 병류(떡)는 총 31가지이며, 개피떡, 수수경단, 찹쌀경단, 울무경단, 대추경단, 청매경단, 생률경단, 흰 떡, 절편, 잔절편, 골무떡, 백편, 녹두전, 꿀편, 싱검치편, 느티떡, 백설기, 콩버무리, 썩버무리, 인절미, 중편, 송편, 고사떡, 두텁떡, 썩구리, 잡과병, 화전, 찰전병, 밀전병, 개떡이 있다. 고사떡은 쌀가루에 무 채 찢 것과 소금을 섞어 시루에 앉히고, 두텁떡은 팔고물과 계피가루를 섞어 볶고, 설탕, 꿀, 소금 넣고 한번 더 볶는다고 나와 있다.

16. 특별요리

표 16. 『우리음식』에 기록된 특별 요리의 재료와 조리법의 종류와 재료

음식명		재료 (가지수)	조리법	본문내용
원문 명	현대어 명			
신선	신선로	무, 옥회, 양파, 미나리,	무, 옥회, 양파,	[전략] 신선로에 이상 순

로 구자	구자	표고, 천엽, 죽순, 간전, 생선, 홍무, 낙지, 육란, 은행, 석이, 실백, 고추, 국수 (17)	미나리, 표고, 천엽, 죽순, 간전, 생선, 홍무, 낙지, 육란, 은행, 석이, 실백, 고추 재료 준비하기 → 신선로에 재료 담기 → 국물 붓기	서대로 가투가투 담은 요령은 기름 부티와 날것과를 사이사이 섞이게 하는 것이다 [후략]
되미 국수	도미국 수	도미, 쇠고기, 계란, 밀가루, 썩갓, 석이, 갓은양념, 국수 (8)	도미 부치기 → 고기로 완자 만들기 → 고기국 끓이기 → 국수 익히기 → 그릇에 담기	되미를 큼직한 한 조각으로 전유어를 부쳐 놓는다. 고기 살로 반만을 완자로 하여 부쳐 놓는다. 남은 반의 고기는 국을 끓여 놓는다. [후략]
되미 찜	도미찜	도미, 고기, 썩갓, 표고, 석이, 실고추, 은행, 호두, 실팩 (9)	도미 배가르기 → 내장 빼고 씻기 → 고기 양념하여 배속에 넣기 → 썩갓을 깔고 위에 도미 놓기 → 고명으로 완자 표고 석이 실고추 은행 호두 올리기 → 굴물 부어 끓이기	되미를 통 채 배를 가르고 내장을 빼고 씻은 후, 고기 양념 한 것을 배속에 넣고 되미 모양을 못지 않게 하여 둔다. 냄비에 썩갓을 깔고 되미를 놓고, 그 위에 우소명으로 완자 표고 알고명 석의채 실고추 은행 호두 실백 등을 놓는다 [후략]
어만 두	어만두	민어, 오이, 표고, 쇠고기, 양념, 실고추, 석이, 실백, 녹말 (10)	민어 얇게 저미기 → 오이 표고 쇠고기 채치기 → 양념하기 → 소만들기 → 민어살로 만두모양으로 싸서 녹말 띄우기 → 옥수에 만두 넣고 끓이기	민어를 얇게 저며 놓는다. 오이와 표고와 쇠고기를 잘게 채로 쳐서 양념 하여 묻혀 놓고 약간의 실고추와 석의와 실백을 섞어 [중략] 만두와 같은 모양으로 싸서 녹말 띄워 놓는다. [후략]
구절 판	구절판	쇠고기, 양, 천엽, 표고, 죽순, 생전복, 날새우, 계란, 오이, 찹쌀가루, 조미료, 소금, 장, 실백, 참기름, 설탕, 후추, 깨소금, 겨자 (19)	재료 준비하기 → 중앙에 찰부침 포개기 → 여덟칸에 색 맞추어 담기	[전략] 한칸 한칸에 재료의 색이 다른 요리를 담고 중앙 칸에는 찰부침을 담아 놓는다 [후략]
온면	온면	국수, 쇠고기, 계란, 파, 장, 후추 (6)	장국 끓이기 → 고기 다져 양념하여 고명 준비하기	고기를 지근지근 이겨 팻잎과 같이 장국을 끓여 둔다. 고기를 살로 발려

			→ 국수 삶기 → 국물에 국수 넣기	다져서 갖은 약념 하여 웃고명으로 볶아 둔다. [후략]
냉면	냉면	국수, 쇠고기, 계란, 편육, 오이(호박), 흥무, 배(복숭아), 겨자, 장, 기타양념 (10)	장국 끓이기 → 오이 채쳐서 절이기 → 호박 채쳐 소금에 절였다가 볶기 → 배나 복숭아는 얇게 저미기 → 계란 삶기 → 국수 삶기	쇠고기를 살로 발려서 고명 고기로 볶고 나머지는 고기로 장국을 끓여 식혀 둔다. 오이는 연한 어린 것으로 껍질에 살이 약간 붙게 벗긴 것을 잘게 채쳐서 소금에 저렸다가 짜서 놓는다 [후략]
닭냉면	닭냉면	국수, 닭고기(제육), 편육, 무(오이), 배(복숭아), 계란, 겨자, 장, 기타양념 (9)	닭 삶기 → 닭고기 잘게 뜯기 → 다음은 냉면과 같다	냉면 국물을 닭을 삶아 고기를 건지고 기름기를 없이 하고 장에 간 맞추어 둔다. 닭고기는 잘게 뜯어 장 후춧가루에 묻혀 둔다. [후략]
동치미 냉면	동치미 냉면	국수, 동치미 국, 설탕, 편육, 배, 고춧가루 (7)	동치미 국에 설탕 넣기 → 배썰기	동치미 국에 설탕을 타고 [중략] 배나 썰어 놓고 [후략]
국수 비빔	국수비빔	국수, 쇠고기, 계란, 편육, 미나리(오이), 갖은양념 (6)	고기 썰어 양념하기 → 편육 잘게 썰기 → 미나리나 오이 푸르게 준비하기 → 배추김치 잘게 썰기 → 국수 삶기 → 재료 다 넣고 무치기	고기를 살로 발려 잘게 썰어 갖은 약념 하여 볶고, 편육도 잘게 썰고 미나리나 오이는 푸른 나물로 하여 놓고, [중략] 국수는 씻어 물끼를 잘 뺀 것에 웃고명만 남기고 [후략]
만두	만두	밀가루, 메밀가루, 녹말가루, 쇠고기, 배추김치, 돼지고기, 꿩고기(닭고기), 숙주나물, 두부, 장, 후춧가루, 참기름, 깨소금, 파, 계피가루, 실백 (16)	밀가루로 껍질 만들기 → 소만들기 → 장국 끓이기 → 만두 넣고 끓이기	[전략] 물에 반죽하여, 가루분 하여 가며 손으로 빚거나 밀어서 소를 넣고 접쳐서 찻종으로나 공기로 떠 내면 쉽다. [후략]
편수	편수	밀가루, 메밀가루, 녹말가루, 쇠고기, 배추김치, 돼지고기, 꿩고기(닭고기), 숙주나물, 두부, 장, 후춧가루, 참기름, 깨소금, 파, 계피가루,	-	만두와 같은 재료로 여름에 하는 것을 편수라 하여 소 넣는 것에 김치 대신에 호박이나 오이 나물을 넣고, 껍질을 밀어서 네 귀가 나게 집는 것이다. [후략]

		실백 (16)		
떡국	떡국	흰떡, 파, 쇠고기, 참기름, 후춧가루 (5)	흰떡 썰기 → 고 기와 파 썰기 → 물넣고 끓이기	흰떡을 비슷비슷하게 얇 게 썰어 찬 물에 씻어 놓 는다. 고기를 지근지근 이겨 썰고 파를 썰어 기 름과 장에 들들 볶다가 [후략]
장국 밥	장국밥	고기, 밥, 산적 (3)	고기 국에 밥넣기 → 삶은 고기 놓 기	고기 국을 밥에 부어서 따근하게 한 위에 꽃이 산적이나 삶은 고기를 뜯 어 놓는 것이다.
육개 장	육개장	쇠고기, 후춧가루, 파, 장, 깨소금, 참기름 (6)	고기 삶기 → 다 진파 후춧가루 간 장 국에 넣기	고기(기름끼 너무 많지 않은 것)을 푹 삶아 건져 서, 과 다진 것과 후춧가 루 간장에 묻쳐 놓고 찢 아 넣은 국에 넣어서 한소끔 끓인다. [후략]
추탕	추어탕	미꾸라지, 두부, 장, 파, 쇠고기, 고춧가루 (6)	고기와 파로 국 끓이기 → 두부 썰어 넣기 → 미 꾸라지 씻어 넣기 →고춧가루 넣기	고기와 파로 장국을 펄펄 끓여 놓고 두부는 반 채 씩 크게 넣는다 [후략]
설령 탕	설령탕	쇠고기의 잡육, 뼈, 내장 (3)	쇠고기 잡육 넣고 끓이기	쇠고기의 잡육 내장 뼈 등을 함께 많이 오래 끓 인 것이다. [후략]
순대 국	순대국	창자, 돼지고기, 선지, 배추김치, 숙주, 찹쌀가루(녹말가루), 장, 갓은양념 (8)	창자 씻기 → 돼 지고기 잘게 썰기 → 만두 소 같이 만들기 → 창자 안에 선지와 찹쌀 가루 넣고 양 골 을 실로 빼기	창자를 안팎을 소금에 비 벼 잘 씻어 둔다. 돼지고 기를 잘게 썰어 놓고, 숙 주 배추김치 등을 만두 소와 같이 하여서 돼지고 기와 선지와 찹쌀가루나 녹말가루는 엉기게 하기 위하여 넣고 [후략]
밀쌈	밀쌈	밀가루, 죽순, 쇠고기, 편육, 돼지고기, 표고, 미나리, 호박, 오이, 홍무, 갓은양념 (11)	고기와 숙주 홍무 죽순 표고 가늘게 썰기 → 양념에 볶기	쇠고기 돼지고기 숙주 홍 무 죽순 표고 등을, 가늘 게 채 쳐서 약념 하여 볶 은 것을 같이 섞어 묻쳐 놓는다. 밀가루를 물에 훌훌 개서 [중략] 부쳐서 속을 쌀 준비를 한 후 [후략]
떡볶 이	떡볶이	흰떡, 숙주, 미나리, 홍무, 표고, 석이, 계란,	흰떡 자르기 → 고기 양념하여 볶	흰떡을 4센치쯤 되는 길 이로 베어 셋에 짜른다.

		실백, 실고추, 갓은양념 (10)	기 → 홍무와 표고 썰기 → 기름을 치고 여러 가지를 넣고 볶기	고기는 가늘게 썰어 약념하여 볶는다. [중략] 냄비에 기름을 치고 떡을 씻어 잠간 물린 후, 여러 가지를 한데 넣어서 놓지 아니하게 문군히 볶는다. [후략]
잡채	잡채	당면, 말린 애호박, 쇠고기, 홍무, 황화, 참기름, 편육, 숙주, 파, 돼지고기, 미나리, 마늘, 목이, 설탕, 표고, 깨소금, 도라지, 후춧가루, 느타리, 계란, 석이, 실고추, 간장, 실백 (24)	당면 삶기 → 고기 썰고 양념하여 삶기 → 재료 잘게 썰어 기름에 볶기	당면은 뜨거운 물에 잠간 삶아 놓는다. 고기는 채로 썰어 갓은 약념하여 삶아 놓는다. 편육과 제육은 채로 썰어 놓는다. 목이 표고 느타리 황화 애호박 [중략] 이상 여러 가지를 한데 버무려 약념에 간 맞추어 놓는다.
빈자떡	빈자떡	녹두, 소금 (2)	녹두 불려 껍질 벗기기 → 소금 쳐서 부치기	녹두를 불려 기피하여 갈아서 소금 치고 번철에 부친다. [후략]
식용산채	식용산채	-	-	옛적부터 산과 들의 야생 식물 중에서 식용에 적당한 것이 많이 있다. [후략]

『우리음식』에 기록된 특별 요리의 재료와 조리법의 종류와 재료이다. 특별요리는 총 23가지이며, 신선로 구자, 되미 국수, 되미찜, 어만두, 구절판, 온면, 냉면, 닭냉면, 동치미 냉면, 국수비빔, 만두, 편수, 떡국, 장국밥, 육개장, 추탕, 설령탕, 순대국, 밀쌈, 떡볶이, 잡채, 빈자떡, 식용산채가 있다. 되미찜은 도미 배를 갈라 고기를 속으로 넣고 찌고, 어만두는 만두피 대신 민어살을 얇게 떠 빚는 조리법이며, 동치미 냉면은 동치미 국물에 설탕을 넣어 먹었다는 내용이 나와 있다.

17. 이소화성 식품 조리법

표 17. 『우리음식』에 기록된 이소화성 식품의 재료와 조리법의 종류와 재료

음식명		재료 (가짓수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
미음	미음	백미, 소금 (2)	쌀 씻기 → 물 넣고 끓이기	쌀을 씻어서 무로가 같이 끓여서 체에 바쳐 소금쳐 먹는다. [후략]

조미음	조미음	조, 쌀, 소금 (3)	조와 쌀 씻기 → 물 넣고 끓이기	조와 쌀을 씻어 물과 같이 끓여 걸러 소금 쳐 먹는다. [후략]
대추미음	대추미음	찹쌀, 대추, 소금, 설탕 (4)	대추 넣고 미음과 같이 쑤기	보통 미음과 같이 쑤되 대추를 넣어 좀 오래 끓인다.
속미음	속미음	인삼, 찹쌀 (2)	인삼을 깨뜨려 끓이 기	인삼을 헌걸에 싸서 깨뜨린 것 을 넣어 끓인다. [후략]
흰죽	흰죽	백미, 소금 (2)	미음과 같이 끓이기	미음과 같은 요령으로 끓여서 소금이나 맛에 따라서는 장을 조금 치기도 한다. [후략]
부추죽	부추죽	부추, 간장 (2)	죽이 끓을때 부추와 간장을 넣기	죽이 거진 끓었을 때 부추를 씻어 썰어서 넣고 [후략]
장국죽	장국죽	쇠고기, 파, 백미, 장 (4)	고기 다지기 → 장 과 고기 넣고 죽 끓 이기	고기를 다져서 장과 같이 넣어 끓이며 파는 나중에 넣는 것이 좋다. [후략]
콩나물죽	콩나물죽	콩나물, 백미, 쇠고기, 장 (4)	콩나물 다듬기 → 쌀, 고기, 콩나물 넣 고 죽끓이기	콩나물 부리를 다듬어 씻어 살 과 고기와 넣고 인다. [후략]
묵물죽	묵물죽	묵물, 쌀, 소금 (3)	쌀 씻어 묵물과 같 이 쑤기	쌀을 씻어 묵물과 같이 쑤되 눈기 쉬우니 주의 하여 지어야 한다. [후략]
콩죽	콩죽	흰콩, 쌀, 소금 (3)	콩 불리기 → 삶아 껍질 벗기기 → 맷 돌에 갈기 → 쌀과 같이 끓이기	흰 콩을 물에 반쯤 불려 슬쩍 삶아서 껍질을 씻어 벗기고, 물과 함께 맷돌에 갈아서 체로 거른다. 쌀을 씻어 놓았다가 콩물을 솥에 넣고 쌀과 같이 끓일 때 눈지 않게 저어 가며 [후략]
콩국	콩국	콩, 밀국수 (2)	콩을 삶아 거르기	콩죽을 쓸 때 같이 콩을 삶아 같이 거른 것을 콩물이라 하 며, [후략]
깨국	깨국	깨, 소금, 국수 (3)	깨 불리기 → 껍질 벗겨 물과 함께 갈 기	깨를 불려서 물에 씻고 껍질을 벗겨서 살짝 볶아 물과 함께 갈아 거른다. [후략]
팥죽	팥죽	팥, 쌀, 소금 (3)	팥 씻기 → 삶기 → 쌀과 같이 끓이기	팥을 씻어서 물 1 리틀쯤에 푹 삶은 것을 체에 걸러서 쌀과 같이 끓인다. [후략]
깨죽	깨죽	참깨, 쌀, 소금 (3)	깨 씨 벗겨 볶기 → 물과 함께 갈기 → 쌀과 함께 끓이기	[전략] 씨를 벗겨서 잠간 볶은 것을 [중략] 갈아서 채로 받쳐 서 냄비에 넣고 펄펄 끓인다. 쌀을 불렀다가 따로 갈아서 깨 가 끓기 시작할 때 함께 넣어 서 [후략]
잣죽	잣죽	실백, 백미, (3)	실백 물과 갈기 →	실백을 속 껍질을 벗겨 물과

		소금, 꿀 (4)	끓이기 → 쌀과 함께 끓이기	함께 갈아서 냄비에 넣고 끓이다가 쌀을 따로 갈아 넣고 더 한소끔 끓인다. [후략]
호콩죽	호콩죽	호콩, 백미, 소금 (3)	-	잣 죽 같이 끓이다가 간 tkF을 넣어 한소끔 끓인다 [후략]

『우리음식』에 기록된 이소화성 식품의 재료와 조리법의 종류와 재료이다. 미음의 종류는 총 4가지이며, 미음, 조 미음, 대추 미음, 속 미음이 있다. 속 미음은 인삼을 깨뜨려서 넣고 끓이는 조리법이다. 국의 종류는 2가지이며, 콩국, 깨국이 있다. 죽의 종류는 총 10가지이며, 흰 죽, 부추죽, 장국죽, 콩나물죽, 묵물죽, 콩죽, 팥죽, 깨죽, 잣죽, 호콩죽이 있다. 깨죽은 씨를 벗겨 볶은 다음 갈아서 체로 밭쳐 끓이며, 잣죽은 잣과 쌀을 따로 갈아서 끓인다고 나와 있다.

18. 묵과 두부

표 18. 『우리음식』에 기록된 묵과 두부의 재료와 조리법의 종류와 재료

음식명		재료 (가지수)	조리법	본문내용
원문명	현대어명			
녹두묵	녹두묵	녹두 (1)	녹두 껍질 벗기기 → 멧돌에 갈기 → 거르기 → 윗물을 저어가며 끓이기	[전략] 녹두를 타서 물에 담갔다가 씻으며 껍질을 벗기고, 물과 같이 멧돌에 갈아서 고운 헌걸 주머니로 걸러서 두면, 밑에 앙금이 가라앉고 [후략]
모밀묵	모밀묵	모밀 (1)	메밀껍질 벗기기 → 가루만들기 → 물에 섞기 거르기 → 끓이기	메밀을 타서 껍질을 벗긴 것을 가루로 하여 물과 같이 하여, 헌걸 주머니에 걸러서 물과 같이 쑤어 식힌다.
도토리묵	도토리묵	도토리, 묵 (2)	도토리 불리기 → 멧돌에 갈기 → 묵과 같이 쑤기	도토리를 버니 채 타서 4·5일 담가 두고, 물을 여러 번 갈아 떼은 맛을 뺀 후, 그 것을 멧돌에 갈아서 [후략]
두부	두부	콩, 간수 (2)	콩 물에 불리기 → 멧돌에 갈기 → 물과 같이 끓이기 → 거르기 → 간수 넣기 → 영킨 두부 보로 싸기 → 틀에 넣고 누르기	콩을 물에 흠씬 불려서 멧돌에 갈아, 솥에 물을 붓고 끓이다가, 간 콩물을 넣고서 한소끔 끓이는데, 눈지 않고, 거품이 넘지 않도록 [중략] 간수를 조금씩 쳐 기며, [후략]
순두부	순두부	두부, 초간장 (2)	-	두부 염이 들락말락 할 때에 솥물과 함께 [후략]

『우리음식』에 기록된 묵과 두부의 종류와 재료, 조리법이다. 묵의 종류는 총 3가지이며, 녹두, 모밀, 도토리가 있다. 녹두묵은 물에 담갔다가 껍질을 벗겨서 거른 다음, 가라앉는 양금으로 만든다. 두부는 총 2가지이며, 순두부는 염이 들 때 쪄 반응고 된 것이다.

【관련논저】

이성우, 『한국식경대전(韓國食經大典)』, 향문사, 1981

【집필자】

정혜경(호서대학교) · 우나리아(호서대학교) · 배은석(한국에코뮤지엄연구소)