

같이 보기

: KIHA 미식회

‘유익한 지방’인 불포화 지방산의 함유량이 많고 각종 비타민과 여름철에 부족하기 쉬운 칼륨 등 미네랄까지 풍부해 ‘보양식의 황제’라 불리는 음식은 무엇일까? 바로 ‘장어’다. 스테미나 원천 장어를 먹고 무더위에 떨어진 기운을 북돋아보자.

글 이은진

어쩌다 마주친 풍요한 맛,

장어



맛보이소, 꼼지락꼼지락 꼼장어 한 점

겉모습만 보고 지레짐작 거부하게 되는 음식이 있다. 내게는 ‘꼼장어’가 그랬다. 불에 올라간 꼼장어 토막들은 꿈틀꿈틀하면서 바다생물 특유의 비릿한 냄새를 토해내며 몸부림을 치는데, 그 모습을 보고 있노라면 구미가 당기기보다는 ‘저걸 무슨 맛으로 먹냐’라는 생각이 들었던 것이다. 꼼장어에 대한 인식이 바뀐 것은 몸과 마음이 모두 허기졌던 20대 중반의 여름날, 부산 자갈치시장에서 우연히 만난 꼼장어 한 점의 맛 때문이다.

아등바등 취업을 준비하는 친구가 어느 날, 왜인지 그냥 외롭다고 했을 때 내가 건넬 수 있었던 최선의 위로는 ‘멀리 가서 맛있는 것을 먹고 오자’는 권유였다. 그렇게 떠난 여행 첫날, 으레 부산 여행하면 통과 의례처럼 먹곤 하는 돼지국밥을 시작으로 남포동에 들러 씨앗호떡을 비롯해 갖가지 길거리 음식을 즐겼다. 다만

저녁 메뉴는 정해두지 않고 무작정 길을 걷다가 끌리는 음식점에 들어가기로 했는데, 그렇게 친구가 발견한 곳은 손님이 별로 없는 꼼장어 가게였다. 별로 달갑지는 않았으나, 친구의 기분전환을 위한 여행길이니 싫은 감정은 내색 않기로 했다. 가게 안에 들어서자 주인 ‘아지매’가 “어서 오이소, 저기 빈 자리 거기 앉으이소”라며 서둘러 우리를 자리에 앉혔다. 꼼장어 소자를 시켰다. 연탄불 위에서 시뻘겋게 버무려진 꼼장어 토막이 꼼지락거리며 익어가는 모습을 보자 전에 없던 호기심이 생겼다. 식전 의식이랄까, 차가운 소주 한 잔을 들이켜고 제일 작은 토막을 골라 입 안에 넣자 매콤한 맛에 입맛이 들었다. 아작아작하고 오돌오돌한 독특한 식감도 제법 좋았다. 꼼장어 한 점과 소주 한 잔에 이런저런 이야기를 더하니 이보다 맛 좋은 조합은 없었다. 어쩌다 마주친 자갈치시장 꼼장어구이 골목의 풍요한 꼼장어 맛을 아직도 잊을 수 없다.

신비한 동물 장어에 얽힌 기름진 역사

‘뱀처럼 긴 물고기’인 장어는 3억 5000년의 역사를 지녔다. 기름기가 많아 식감이 부드럽고 비린내도 적어 오랫동안 맛 좋은 음식으로 평가받아 왔다. 장어로 통칭되지만 사실 장어의 종류는 무려 4가지나 된다. 흔히 접하게 되는 뱀장어와 갯장어, 붕장어, 먹장어의 구별은 어떻게 할까?

뱀장어는 장어류 가운데 유일하게 바다에서 태어나 강으로 올라가 생활한다. 장어 중 음식으로 가장 쉽게 접할 수 있는 뱀장어는 주로 강을 거슬러 올라오는 실뱀장어를 그물로 잡아 양식을 통해 얻는다. 뱀장어 중에서는 풍천장어를 으뜸으로 친다.

‘하모’로 불리는 갯장어는 사부사부로 많이 즐기며 잘게 썰어 회로 먹기도 한다. 전남 여수에서는 사부사부의 재료로 이용된다. 6월부터 11월까지가 제철로 많은 이들의 보양음식으로 사랑받는다. 이빨이 날카롭고 송곳니도 가지고 있어 구분이 쉽고, 물렸을 때 다칠 수 있다. 하모라는 이름도 ‘문다’라는 일본어에서 유래했다.

붕장어의 생김새는 뱀장어와 비슷하지만 뱀장어와 달리 바다에서만 서식한다. 우리나라에서는 뱀을 닮은 모습 때문에 잘 먹지 않았지만 일제강점기 때 붕장어를 즐겨 먹는 일본인들의 모습을 보고 식용하기 시작했다고 한다. 일명 ‘아나고’로도 불린다. 껍질은 피혁 제품에 쓰일 만큼 다재다능한 생물이다.

먹장어는 전 세계에 광범위하게 서식하고 있다. 먹장어란 이름은 눈이 퇴화되어 피부에 흔적만 남아 ‘눈이 먼 장어’라 해서 붙여진 이름이다. 겉모습이 징그러워서 다른 나라에서는 먹지 않지만 우리나라에서만큼은 스테미나 음식으로 인기가 있다. 먹장어는 꼬장이라 불리는 움직임으로 인해 꼬장어라는 귀여운 속칭으로 더 널리 알려져 있다.

스테인나 유지에 좋은 음식으로 알려진 장어는 특히

꼬리 부분에 영양이 농축돼 있다는 얘기가 있다. 과연 사실일까? 속설과 달리 꼬리와 몸통의 영양 함량은 크게 다르지 않다. 오히려 기력을 보충하는 데 도움을 주는 비타민A는 꼬리보다 몸통에 많다. 다만, 얇은 근육 세포로 구성된 꼬리 부분이 몸통보다 체내 흡수율은 높은 편이다. 🐡

대한민국 장어전도



여수 참장어회

참장어는 날것으로 먹는 전라남도 여수시의 향토음식으로 다른 장어류와 같이 영양소가 풍부한 보양음식으로 알려져 있다. 곱게 채 썬 양배추, 당근, 양파 등의 야채와 콩기름나 들깨기름, 초장을 함께 넣어 버무려 먹는데 씹을수록 고소하고 단맛이 난다고 한다.



서산 파김치장어찌개

먹기 좋게 자른 장어를 센 불로 초벌구이한 후 바린 맛을 잡아주는 파김치를 넣고 끓이면 맛 좋은 파김치장어찌개가 완성된다. 장어 한 점 위에 파김치를 얹어 먹으면 그 맛을 잊을 수 없다고 한다. 남은 양념에 밥을 볶아 먹든 볶음밥도 별미라고 하니 참고할 것.



고창 민물장어구이

고창 들판을 흘러 줄포만으로 흘러드는 두어천 일대를 ‘풍천’이라 부른다. 본디 ‘풍천’이란 바닷물과 강물이 합쳐지는 지형을 일컫는 말로 이곳에서 잡히는 뱀장어를 풍천장어라 부른다. 선운산 일대에는 장어집이 줄지어 자리 잡고 있는데, 담백하고 고소한 맛이 일품이라고 한다.



부산 꼬장어

부산 어느 곳에 가든지 꼬장어 요리를 쉽게 만날 수 있다. 부산 꼬장어는 가정식과 자갈치식으로 나뉘는데, 자갈치식은 찰판에 구운 고추장 양념의 음식이고 가정식은 산채로 볶집불에 구운 찰판 소금구이 방식의 음식이다. 꼬들꼬들하고 고소한 육질이 매력이라고 한다.