

## 같이 보기

: KIHA 미식회

밀가루를 반죽해 적당한 크기로 뜯어 육수에 넣어 끓였을 뿐인데, 한번 숟가락을 가져다 대면 멈추지 못한다. 겨울바람에 가슴까지 시린 계절이면 절로 생각하는 정겨운 음식이 바로 수제비다.

글 이은진

# 추위도 마음도 달래는 수제비

## 코끝 싸한 겨울에는 된장수제비

평소에는 잘 생각나지 않다가 불현듯 먹고 싶어지는 음식이 있다. 추운 겨울에는 종종 진하고 구수한 국물 맛의 된장수제비가 간절해진다. 엄마는 종종 어릴 때 외할머니로부터 배운 된장수제비를 끓여내곤 했는데, 반죽을 할 때면 항상 나를 불러서 반죽 치대는 작업을 시키곤 했다.

30분간 냉장고에서 휴지시킨 반죽을 치땀 때면 손목이 아파서 조금 주무르다 쉬고 이어 주무르다 또 쉬곤 해서 엄마의 잔소리를 듣기 일쑤였다. 언제 한 번은 TV에서 반죽을 발로 밟아 다지는 족타식 조리법을 보고 호기롭게 따라했다가, 엄마로부터 '일 벌이

는 꼴'이라는 잔소리만 들었던 일도 있었다.

반죽 만들기가 오롯이 내 몫이었다면 육수와 수제비 뜯는 작업은 엄마 몫이었다. 집된장을 채에 걸러 장국을 만들고 한소끔 끓어오를 때 애호박, 버섯, 감자를 넣고 기다리다가 수제비 반죽을 쥐어뜯어 넣어 5분가량 더 끓여주면 소담한 자태의 수제비가 완성됐다.

적당히 쿼쿼한 냄새가 나는 집된장 맛은 언제나 별미였고, 손으로 무심한 듯 푹푹 뜯어 팔팔 끓여낸 반죽의 그 묵직한 쫄깃함은 내가 집에서 끓인 수제비를 좋아하는 이유였다. 엄마의 손끝에 서린 고단함과 정성이 가득 베인 수제비는 뼈뼉뼈뼉 울퉁불퉁 못생겨서 더 정겹고 좋았다.



### 상류층의 음식에서 대중의 음식으로

옛 고서를 보면 고려시대에는 밀의 수확량이 적어 중국으로부터 수입되었다는 기록이 있다. 따라서 밀을 주재료로 하는 수제비를 서민의 음식으로 보기는 어렵다. 수제비는 분명 상류층의 음식이었다. 『조선무쌍신식요리제법』에 기록된 ‘운두병’(지금의 수제비)의 조리법을 보면 밀가루에 다진 고기와 파, 장, 기름, 후추 등을 넣고 반죽한 것을 닭을 삶아낸 장국물에 익혀 닭고기와 함께 먹었다고 한다.

수제비라는 이름은 최소 조선 중기 이전부터 있었던 말이다. 조선 중종 12년인 1517년에 발행된 『사성통해』라는 중국어 통역서에는 ‘박탁’, 즉 ‘수저비’라는 단어가 수록돼 있었다. 당시 외국어 문서에 수록될 정도면 비교적 익숙한 음식이었을 것이다.

수제비가 대중적인 음식으로 자리 잡게 된 시기는 한국전쟁 때부터로 본다. 전쟁 이후 다량의 밀가루가 구호물자로 유입되면서 사람들이 수제비를 많이 해 먹기 시작했다고 한다.

수제비를 만드는 방법은 지역마다 차이가 있다. 해안



가에는 주로 조개와 미역 등 해산물을 곁들이고, 내륙에는 소고기를 주로 사용하여 육수를 만든다. 반죽에 따라서도 밀가루로 만든 밀 수제비, 통밀을 맷돌에 갈아 만든 막갈이수제비 등 수많은 종류로 나뉜다. 반죽을 뜯어 넣는 방법도 제각각인데, 손으로 뜯어 넣는 것이 일반적이거나 나무주걱 위에 반죽한 것을 놓고 납작하게 두드리 손가락으로 뜯어 넣는 방법도 있다.

다 익으면 그릇에 담고 고명 없는데 고명은 특별한 것으로 정해진 것은 없다. 또 수제비는 국물이 많고 주식재료가 밀가루인지라 필요한 영양분을 섭취하기 위해서는 다른 채소 반찬들과 함께 먹는 것이 좋다. 🍵

### 대한민국 수제비전도



#### 경기(파주) 참개수제비

경기도 파주 지역의 향토음식으로 이 지역 특산물인 참개와 버섯을 넣고 끓인 수제비다. 된장과 고추장을 푼 물에 다시마를 넣고 끓이다가 참개를 넣고 끓이면 된다. 칼칼하고 구수한 맛이 일품이라고 한다.



#### 경상북도 참쌀수제비

미역수제비, 미역옹심이로도 불리는 참쌀수제비는 불린 미역을 기름에 볶다가 볶여 넣고 끓인 국물에 참쌀로 새알심을 빚어서 끓인 음식이다. 부드러운 수제비 식감에 고소하면서도 깔끔한 국물 맛이 특징이다.



#### 강원도 옥수수수제비

밀이 귀한 강원도에서는 지역에서 흔한 옥수수로도 수제비를 만들었다. 옥수수수제비는 멸치육수에 옥수수가루로 반죽한 수제비를 떼어 넣고 끓인 음식으로, '강생이수제비'라고도 부른다.



#### 전라북도 메기수제비

손질한 메기에 생강과 청주를 넣고 푹 삶아 실만 으개어 국물에 다시 넣은 뒤 고추장과 고춧가루를 넣어 끓이다가 채 썬 채소를 넣고 다시 끓여오르면 수제비 반죽을 떼어 넣어 익힌 것이다. 맵싸한 맛이 난다.