

같이 보기

: KIHA 미식회

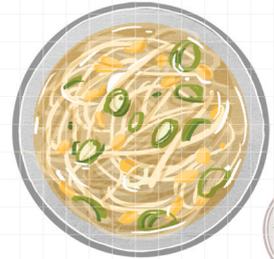
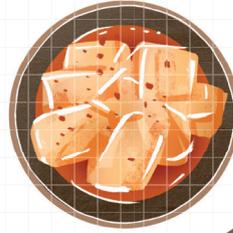
무심히 끓어오르는 무쇠솥, 김이 허영게 오르는 뚝배기, 푸짐하게 담아낸 한 그릇의 해장국. 보기만 해도 쓰린 속이 절로 풀리는 해장국은 정겨운 우리 음식이다. 오랜 시간 주당들의 쓰린 속을 다정히 달래온 해장국의 이모저모를 전한다.

글 이은진

보들보들 다정하게

속을 달래는

한겨울 해장국



락희거리에 숨은 2,000원짜리 해장국

종로3가역 주변에는 어르신들의 '성지'가 있다. 탑골공원 북문과 낙원상가 사이에 자리한 '락희(樂喜)거리'가 그곳. '어르신들의 흥대'를 만들자는 취지로 조성된 락희거리에는 200여 개의 노인친화적 상점들이 늘 성업 중이다. 거리 초입에 줄줄이 자리한 노포에는 늘 북새통을 이루는데, 어르신들이 이곳을 많이 찾은 건 착한 가격의 음식을 즐길 수 있어서다. 재작년에 방문한 락희거리에서 가장 눈에 띄었던 것은 막걸리 노포에서 팔던 2,000원짜리 잔술이다. 녹두부침개, 김치전 등 구미 당기는 안주가 여럿이었지만,

시켜도 그만 안 시켜도 그만이었다. 주머니 사정이 여의치 않은 이들에게 이보다 더 좋은 낙원이 있을까 싶었다.

탑골공원 담을 끼고 돌다보면 술로만 배를 채운 어르신들의 헛헛한 속을 달랠 해장국 가게가 하나 나오는데, 이 집의 매력은 단연 저렴한 가격이다. 뜨끈한 우거지 해장국 한 그릇이 단돈 2,000원이다. 가게 입구에 놓인 솔단지에선 우거지, 두부가 송덩송덩 떨어져 놓여 쉽게 끓고 있는 것을 볼 수 있다.

좁은 실내에 들어서 둥그런 나무 테이블에 앉아 음식을 기다리고 있노라면, 어르신들이 국물 들이켜는 소

대한민국 해장국전도



삼척 곱치국

곰치로 끓인 해장국으로 강원도 삼척 지방의 향토음식이다. 살이 무르고 못생긴 모양새 때문에 옛날에는 곱치를 안 먹고 버렸다고 한다. 맑은 국으로도 먹지만 삼척에서는 묵은지를 송송 썰어 넣고 칼칼하게 끓여내기도 한다.



전주 콩나물국밥

전라도 지방에서 유래된 음식으로 주로 속을 풀어주는 음식으로 즐겨먹는다. 콩나물 국에 밥을 말은 형태의 음식으로, 새우젓으로 간을 하고 고춧가루와 송송 썬 파를 넣어 만든다. 담백하고 시원한 국물 맛이 매력이다.



하동 재첩국

경상도 하동 섬진강 유역의 별미음식으로 시원한 맛이 일품이라고 한다. 모래가 많은 진흙 바닥에 서식하는 작은 민물조개인 재첩은 단백질·비타민·무기질을 풍부하게 함유하고 있어 맛뿐만 아니라 영양도 만점이다.



제주 뽕국

모지방국이라고도 하는 뽕국은 제주지역의 향토음식이다. 돼지고기 삶은 육수에 불린 모지방을 넣어 끓인 국에 신김치와 미역귀를 잘게 썰어 넣고 먹는다. 맛은 기름지면서도 부드러운 신김치 덕에 시원칼칼하다.

리와 이따금씩 들려오는 시원한 감탄사가 절로 정겨워진다. 자리가 많지 않기 때문에 모르는 이와 합석하여 식사를 해야 하는 경우도 있다. 자리에 앉아 있으면 해장국 한 대접과 밥 한 공기, 잘 익은 깍두기가 곧바로 나오는데, 그 모습이 참 소담하다.

보들보들 잘 지은 밥에 깍두기를 올려 먹다, 얼큰한 해장국을 한술 뜨면 헛헛한 속이 뜨겁게 데워졌다. 건더기가 푸짐하지는 않아도 가격을 생각하면 이것마저 호사스런 식사처럼 느껴진다.

지역마다 맛 다른 해장의 역사

과음한 다음날, 쓰린 속을 풀기 위해 찾게 되는 해장국. 우리는 언제부터 해장국을 즐겨 찾기 시작했을까? 예로부터 술 빚기를 좋아했던 우리 민족이지만 조선시대까지는 해장국이 발달하지 않았다고 한다. 선조들은 복숭아, 포도 등 다디단 과일을 먹으며 숙취를 해소했다.

조선시대 한양 양반들은 해장국의 일종인 ‘효종갱(曉鐘羹)’을 먹기도 했는데, 이는 배추속대와 콩나물, 송

이버섯, 표고버섯, 소갈비, 해삼, 전복 등 18가지 재료와 토장을 풀어 온종일 푹 고아낸 국물 음식이다. 효종갱은 ‘새벽중이 울릴 때 먹는 국’이라는 뜻이다. 밤에 국항아리를 써서 한양으로 보내면 새벽녘에 사대문 안으로 날랐다고 한다. 우리나라 최초 배달음식이었던 셈이다. 일각에서는 이 국을 최초의 해장국으로 보기도 하지만 사실 이에 대한 의견도 분분하다. 해장국은 해정국에서 유래한 말로 숙취를 풀어준다는 뜻이다. 이 해정국의 음이 변하면서 해장국이 됐다고 한다. 「동의보감」에도 술에 상한 것을 치료하는 처방으로 ‘해정탕’이라는 표현이 나온다.

우리나라는 음주에 관대한 만큼 해장 문화도 발달했다. 지역별로 대표하는 해장국의 생김새가 저마다 다른 것을 보면 알 수 있다. 서울은 소뽕을 푹 고아낸 국물에 선지를 넣어 끓인 해장국집이 즐비했다. 전주하면 콩나물국밥이 유명하다. 전주에서는 오래전부터 막걸리와 함께 콩나물국밥을 먹었다고 한다. 이 밖에도 북엇국, 올갱이국, 뼈다귀 해장국 등 전국 각지의 다양한 해장국이 주당들의 쓰린 속을 풀어주고 있다. ☺