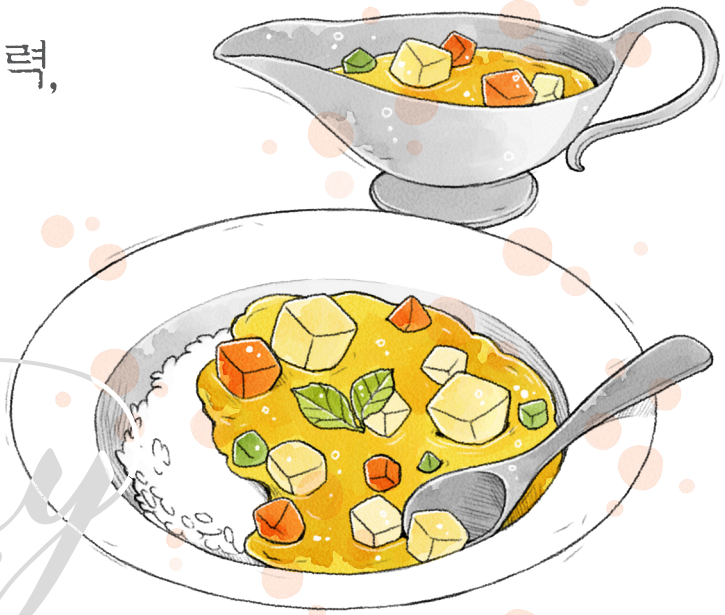
일본 영화나 드라마 속에는 '가족'을 떠올리게 하는 몇 가지 요리가 있다.
바로 된장국과 카레라이스다. 마치 소울 푸드처럼 말이다.
하지만 한국인에게는 다른 의미다. 우리에게 카레는 대가족이든 혼자 사는 사람이든 모두를 만족시킬 수 있는 쉽고 간단한 요리다.

글 조인숙

특유의 알싸함이 매력,

카레



1인 가구를 위한 간편 요리

"으악!" 이걸 어쩐다. 카레를 만들던 중, 잠시 내려놓은 국자가 빙그르르 돌더니 카레가 옷에 튀었다. 급하게 닦아냈지만 이미 늦었다. 흰옷에 커다란 노란 카레 얼룩이 선명하다. 어찌나 색도 고운지. 옷을 버릴까 생각했지만 좋아하는 옷이라 그냥 집에서만 입기로 했다. 옷에는 죄가 없다. 실수한 나에게 죄가 있을 뿐.

살림 초보인 내게 카레는 어려운 요리다. 만들기 어려운 것이 아니라, 카레 특유의 색 때문이다. 보통 시간이 날 때 잔뜩 만들어서 보관했다가 먹는데, 보관용 통이나 국자에 묻은 카레 색이 좀처럼 빠지질 않는다. 보관용 통보다 옷에 묻을 경우는 더 난감하다. 색이 잘 빠지지 않기 때문에 어렵다. 김치물보다 더 안 빠지는 것 같다.

어릴 때는 옷에 묻은 카레 얼룩이 안 빠졌다고 투정했다가 혼난 적도 있다. 어른이 된 후부터는 그런 수고스러움을 감당하기 싫어서 옷의 대부분이 검은색이다. 뭐가 묻어도 잘 보이지 않아서 신경을 덜 쓰게 된다.

카레 색은 잘 빠지지 않고, 치아를 물들이기도 하지만, 카레를 좋아한다. 다른 음식보다 만들기 간편하고 맛도 다양하다. 기본이 되는 카레 가루에 어떤 재료를 넣느냐에 따라 다양한 변주가 가능하다. 밥 대신 면을 넣어도 되고, 빵을 찍어 먹기도

한다. 채소만 넣고 만들 수도 있고, 달콤하게 혹은 매콤하게도 가능하다. 때론 많은 양을 만들어놓고 소분해서 두고두고 반찬 걱정 없이 먹을 수도 있다. 가장 좋아하는 건, 주말에 남은 치킨을 데워 카레와 같이 먹는 것이다! 혼자 사는 사람이나 요리를 못하는 사람에게 카레는 만능인 요리다.

전 세계인이 즐겨 먹는 음식

카레는 원래 인도에서 유래한 음식이다. 고기, 생선, 채소 등의 재료에 마살라(masala, 혼합 향신료)를 넣고 요리한 것을 말한다.

인도가 영국의 식민지였던 1772년, 영국인들은 이 향신료를 유럽 대륙으로 가져갔다. 무더위에도 건강을 유지하는 인도인들의 비밀이 향신료에 있다고 생각했기 때문이다. 그렇게 카레는 영국을 거쳐 전 세계로 퍼져나갔다. 이후 카레는 영국에서 일본으로 전해졌다. 일본의 카레는 고기보다 채소가 많이 들어간다. 밥에 카레를 얹어 먹는 카레라이스도 일본에서 탄생했다. 우리나라에는 일제강점기에 일본을 통해 처음 소개됐다.

카레는 일본을 통해 들어왔지만, 한국인 스타일에 맞게 변형됐다. 일본인이 밥에 카레를 끼얹어 조금씩 떠먹는다면, 우리는 비빔밥처럼 소스를 밥에 비비고 단무지와 김치를 곁들여 먹는다. 단지 밥에 넣는 카레양에서 차이가 있을 뿐이다.

재밌는 것은 인도에는 '카레'라는 음식이 없다는 것. 카레처럼 생긴 음식은 있어도 카레로 부르지 않는다. 인도에서는 카레 대신 '마살라'란 말을 쓴다. 카레의 노란색은 주재료인 강황 때문이다. 내 옷과 국자, 치아를 물들이는 범인이 바로 강황이다. 강황의 커큐민이 진한 노란색을 띠게 하는데 항균 능력이 강해 상처나 염증, 통증이 있는 부위에 바르는 등 상비약으로도 사용된다. 카레에는 겨자씨, 강황, 고수, 커민, 카레 잎 등 각종 향신료가 들어가는데, 기억력 강화, 치매 예방 등 효능이 있다. 실제로 향신료를 많이 사용하는 인도는 세계에서 치매 발생률이 가장 낮다.

다양한 카레의 세계

수프카레
일본 홋카이도 삿포로 지역의 수프카레는 30여 년 전에 처음 등장했다. 이름에서 알 수 있듯 스프카레는 국처럼 묽어 마실 수 있고, 채소를 큼지막하게 손질하는 게 특징이다.

도피아자
양파를 주재료로 하여 만든 카레다. 남아시아 요리이자 무굴 요리로 이란, 인도, 파키스탄 등에서 즐겨 먹는다. '도피아자(Dopiaza)'는 페르시아어로 '양파 두 개'라는 의미이다.

팔락 파니르
시금치 퓌레에 파니르를 넣어 만든 인도 북부의 전통적인 요리다. 힌디어로 '팔락'은 시금치, '파니르'는 숙성하지 않은 인도의 치즈를 뜻한다. 겨울철에 특히 즐겨 먹는다.

드라이 카레
카레가루, 고기, 채소 등을 함께 볶은 것에 밥을 볶은 일본 요리다. 인도 요리를 바탕으로 일본에서 발전시킨 카레의 일종으로, 카레가루를 그대로 섞는 것이 특징이다.

먹고 싶진 않지만 궁금한 카레 식품
카레 맥주, 카레 아이스크림, 카레 케찹도 있다.