

쫄깃 담백한

겨울철 별미, 과메기

찬 바람이 코끝을 스치면 아이들은 호빵이나 겨울철 간식을 떠올리겠지만, 어른들은 따끈한 국물 요리나 겨울철 별미인 과메기를 떠올린다. 쫄깃쫄깃 담백한 과메기 한 점을 미역에 싸서 술과 함께 먹는 것, 이것이야말로 어른의 맛이 아닐까.

글 조인숙

이것이 어른의 맛, 과메기

오래전 먹을 수 있는 음식으로 보는 아재 입맛 테스트가 인터넷에서 돌아다니는 적이 있다. 체크한 음식이 많을수록 아재 입맛이었다. 설마...했지만, 역시나 아재 입맛으로 당첨. 하지만 날 때부터 아재 입맛은 아니었다. 초딩 입맛이던 때가 엇그제다. 사회생활을 하면서 먹을 수 있는 음식도 늘어난 것 같다. 물론 여전히 초딩 입맛과 고딩 입맛 중간쯤이지만 말이다. 지금 생각하면 왜 20대의 나는 과메기를 못 먹었을까 의문이 든다. 이 맛있는 과메기를! 겨울철이면 귀해서 먹기 힘든 과메기를 말이다. 기억을 더듬어보니, 과메기를 처음 먹어본 것은 회사 선배를 통해서다. 그때 그날, 포항 출장을 갔다 온 선배가 커다란 아이스박스를 안고 사무실에 들어왔다. 표정이 의기양양했던 것 같다. 평소라면 다녀왔다는 인사를 하고 바로 자기 자리로 갔을 텐데, 그날따라 선배는 당당하게 부장님 자리까지 걸어갔다. 그리고 부장님과 귓속말로 대화를 했다. 대화가 끝나자 환하게 웃는 부장님 표정도 잊을 수 없다.

퇴근 시간이 되자 옆 부서 사람들도 하나둘씩 나가기 시작했다. 부장님의 퇴근 전에 모이라는 얘기를 듣고 다들 뿔이 나 있었다. 하지만 그것도 잠깐이었다. 다른 부서 사람들이 하나둘 퇴근하고 나자, 아이스박스가 개봉됐다. 아직도 신선한 맛깔나는 과메기가 들어있었다. 그렇게 난 과메기를





회사 사무실에서 태어나 처음으로 맛을 봤다. 한입 크기의 과메기를 초장에 찍어 미역에 싸서 먹는다. 생파(쪽파), 생마늘, 청양고추 등을 곁들이기도 한다. 비린내도 없고, 쫄득하니 맛만 좋았다. 쫄득, 고소, 매콤한 맛이 입안에서 어우러졌다. 어른의 맛에 한 발짝 다가갔던 때였다.

호불호 강한 고단백 식품

겨울철 별미인 과메기는 포항의 대표적인 특산물로 청어나 쫄치를 냉동과 해동을 반복하며 바닷바람에 건조시킨 음식이다. 특유의 강한 생선 비린내와 맛, 식감 등으로 호불호가 갈리는 음식으로 '홍어'와 쌍벽을 이루기도 한다.

원래 과메기는 청어로 만들었다. 청어 과메기는 뛰어난 맛으로 조선시대 수라상에 올랐다고 문헌에 전해진다. 1960년대 이후부터 청어 생산량이 줄어들면서 쫄치로 과메기를 만들기 시작했다.

과메기와 관련된 재미있는 이야기들도 있다. 뱃사람들이 나중에 먹으려고 배 지붕에 청어를 던져놓았더니 바닷바람에 얼었다 녹았다를 반복하여 저절로 과메기가 되었다고도 한다. 또한 과메기가 임진왜란 때 나라를 구했다고도 한다. 이순신 함대에서 청어를 잡아 군량을 충당하고 무기와 화약을 구입하는 재원으로 사용했기 때문이다. 그래서 수군들은 전투가 없을 때 고기잡이에 열중했다고 한다. 이렇게 잡아들인 청어를 절일 만큼 소금이 충분하지 않았기 때문에 대부분 말렸고, 자연히 과메기가 됐다.

과메기는 초장에 찍어 미역이나 김에 올리고 쪽파나 마늘 등을 넣어 쌈을 싸서 먹는 것이 정석이다. 때론 컵라면에 넣고 전자레인지에 돌리면 과메기의 맛이 녹아든 진한 국물을 맛볼 수 있다. 단백질 함유량이 높고 불포화지방산인 DHA와 EPA가 풍부해 고혈압과 동맥경화, 심근경색 등 성인병 예방에 좋고, 비타민E가 다량 함유돼 노화 예방에도 좋다. 🍷

재미있는 과메기 이야기



과메기 비누가 있다?

과메기를 말릴 때 나오는 기름을 모아 비누 재료에 섞어 만든다. 아로마 에센스 오일과 여러 향을 섞어 만들기 때문에 비린내는 안난다.



포스코 직원들은 과메기를 좋아한다?

포스코 직원이라면 포항에서 한 번은 근무하게 되는데, 이때 과메기의 맛에 빠지는 경우가 많다.



김정일이 좋아했다?

김정일이 즐겨 먹었던 음식 30선 안에 든다고 한다. 당연히 한국산을 고집했다고, 어떻게 한국산을 먹을 수 있었는지는...



과메기 유사품이 있다?

외국에도 과메기와 유사한 음식이 있다. 독일은 훈제 청어를, 네덜란드는 청어절임을 즐겨 먹는다.

