

같이 보기

: KIHA 미식회

# 밥알 동동 달콤한 한 잔

## 식혜

시원하고 달달한 음료인데도 무더운 여름보다 겨울에 더 어울리는 것이 있다. 바로 우리 전통 음료 식혜다. 냉면이 그러하듯 추운 겨울날 따뜻한 방안에서 살얼음 동동 뜬 식혜 한 잔을 마시면 세상 부러울 것이 없다.

글 양샘



### 밥으로 만들어내는

### 달콤한 디저트

우리나라의 대표적인 전통 음료 중에서도 가장 대중화된 식혜는 그 특유의 감칠맛 나는 달콤함 때문에 한국인뿐만 아니라 외국인들도 큰 호불호 없이 좋아하는 음료 중 하나다. 다만 밥알이 동동 뜬 모습과 씹히는

식감은 사람에 따라 종종 진입 장벽으로 작용하기도 한다. 주식의 한 종류인 쌀이 디저트, 그것도 마시는 음료에 있는 것만으로도 상식을 넘어서는 모습이다 (태국의 망고밥을 처음 본 느낌과 비슷할 것이다).

삭혀진 밥알을 씹는 식감은 사람에 따라 젓은 종이를 씹는 것처럼 느껴지기도 한다고 평한다. 그래서 내 주변에도 밥알이 없는 식혜를 선호하는 사람들도 많다. 하지만 어찌하랴. 이 밥알이 바로 식혜의 기둥이요, 맛의 원천이며, 식혜를 식혜답게 만드는 정체성 그 자체인 것을. 그러나 밥알이 식혜의 정체성이니 뭐니 따지기 이전에 나에게 식혜의 밥알이란, 추운 날 밖에서 덜덜 떨다 열이 후끈 오른 방에 앉아 뜨끈한 국물에 밥 한 그릇 말아먹은 뒤에도 무언가 조금 허전해서 끝내 주전부리를 찾아먹으려고 할 때, 그 아쉬움을 채워주는 2%의 달콤함이다. 단지 달콤함만으로 채워지지 않는, 탄수화물만이 줄 수 있는 만족감 그 자체인 것이다.

### 쉽지만 어렵고

### 간단하지만 인내심이 필요

식혜는 발효의 나라인 우리나라에서 태어난 음료답게 주재료인 밥을 삭혀 만든다. 이때 중요한 역할을 하는 것이 바로 엿기름, 더 정확하게 말하면 엿기름에 풍부하게 포함된 효소인 아밀레이스(아밀라아제)다. 아무런 반찬 없이 밥 한 숟갈을 입에 넣고 오래도록 씹으면

달큰한 맛이 나는데 침 속에 있는 아밀레이스가 밥의 탄수화물을 분해해 이당류인 엿당으로 만들어서다. 식혜가 바로 이 원리다. 그래서 식혜를 만드는 재료와 방법은 간단하고 쉽다. 다만 시간이 오래 걸릴 뿐이다. 그래서일까 식혜는 지역마다, 집집마다 만드는 방법도 조금씩 다르고 맛과 빛, 심지어 재료도 조금씩 차이가 난다. 기본적으로는 멥쌀이나 찰쌀로 밥을 되게 지어 엿기름물에 풀어 하룻밤 따뜻하게 두어 삭히는데, 이때 밥알을 언제 건지는지, 바닥에 가라앉은 앙금을 제대로 분리하는지에 따라 밥알 동동 뜨기와 색이 달라진다. 그리고 마지막에 한 번 끓일 때 약간의 설탕이나 꿀을 넣는 것이 기본이지만, 지역에 따라 여기에 생강이나 유자즙을 넣기도 한다. 그래도 식혜는 비교적 간단한 전통음식이어서 집집마다, 지역마다 조금씩 다르더라도 그 맛은 크게 변함이 없다. 중요한 것은 좋은 엿기름과 삭히는 온도(60~62℃)와 시간이다. 근래에는 단호박이나 고구마, 옥수수 등을 이용해서도 만든다. 사실 탄수화물이기만 하면 엿기름 효소를 이용해 단맛을 만들 수 있기 때문인데, 그래도 명불허전, 밥으로 만든 식혜가 가장 보편적이며 쉽고 맛있다. 🍵

## 식혜에 관한 재미있는 사실

### 빨간 식혜도 있다?

식혜 중 가장 독특한 식혜인 안동식혜는 찰쌀과 함께 잘게 썬 무와 생강을 버무리고, 고운 고춧가루를 면보에 싸 엿기름물에 함께 삭힌다. 덕분에 빨간 국물에 단맛과 매운맛이 감도는 독특한 식혜를 맛볼 수 있다.

### 식혜의 사촌은 맥주?

식혜의 주재료인 엿기름은 주로 겉보리에 물을 부어 싹을 내어 말린 것으로 맥아(麥芽)로도 불리며 영어로는 malt 즉, 맥주의 필수 재료인 바로 그 몰트와 같다. 그래서 맥주의 발효 전 상태인 워트(wort)는 식혜와 제조 원리가 거의 비슷하다고 한다. 다만 맥주에 사용되는 맥아와 식혜에 사용되는 엿기름은 품종이 다르고, 전체적인 물탕/로스팅 공정도 차이가 다르기 때문에 사촌 정도라고 보면 된다.

