

부산지역 전통향토음식을 이용한 정식 및 별미식 식단 구성

김현숙¹ · 우민지¹ · 김현주² · 송영옥^{1*}

¹부산대학교 식품영양학과 및 김치연구소

²세계김치연구소

Constitution of Formal and Informal Meals Consisting of Traditional Local Foods in Busan, Korea

Hyeonsuk Kim¹, Minji Woo¹, Hyunju Kim², and Yeong Ok Song^{1*}

¹Dept. of Food Science and Nutrition, and Kimchi Research Institute

Pusan National University, Busan 609-735, Korea

²World Institute of Kimchi, Gyeonggi 463-746, Korea

Abstract

The purpose of study was to introduce menus consisting of traditional local foods consumed in Busan, Korea. Five different types of formal meal menus with three side dishes and five different types of informal meal menus of which the main dish was not cooked rice were developed. Scores for the menu evaluations of formal and informal meals were higher than 7.9 (mean score of 6 category) on a 9.0 scale, suggesting that the menus were well constituted in terms of 'repeated use of ingredients and cooking methods', 'balance between main and side dishes', 'frequency of usage of local products', 'nutritional balance', 'variety of dishes', and 'popularization'. Nutritional values of menus were compared with those of the KDRI for men aged 30~49 years old. All ten menus reflected a low calorie, high protein, and high fiber diet. Mineral contents (Ca, Fe, Zn, K, and Na) of the above 10 menus were higher than those of the KDRI. On the other hand, vitamin contents slightly differed according to meal type due to limited fresh vegetable usage in the winter season. Vitamin A, B (B₁, B₂, niacin, B₆), C, folic acid, and E contents in the five informal menus were found to be proper or greater than those of the KDRI. However, for the formal meal menus, all vitamin contents except that of vitamin A in menu type I was lower than that of the KDRI. Content of vitamin C in menu type V was approximately 50% of that of the KDRI. The most preferred formal menu was consisted of Ogokbap, Boreumjijimi, Dongchimi, Namul (nine varieties), Gaksaksanjeok (Shark/Daegu/Gunso), and Gimgui. And that for informal menu was consisted of Honghapjuk, Baechu kimchi, Dongchimi, Miyeokseolchi, Kodari jorim, and Neulgeun hobakjeon. Suggestions for providing more fresh vegetables or fruits for certain types of meals (formal meal type V) were offered. Additionally, pre-preparation of sea products were required to reduce Na contents.

Key words: local foods, menu with traditional foods, evaluation, nutrition value, Busan

서 론

향토음식은 지역에서 생산되는 식재료 또는 그 지역의 고유 조리법으로 만든 음식(1)으로 지역적 특성이 강한 반면, 전통음식은 예로부터 전해내려 온 음식을 총괄하여 지칭하는 용어로 향토음식도 이에 포함된다. 현대에서는 지역별 교류가 활발해짐에 따라 향토음식과 전통음식을 명확하게 구분하여 사용하지 못하고 양쪽 의미를 모두 포함한 전통음식 또는 전통향토음식으로 표현하고 있다. 특정지역의 향토음식을 지칭할 때는 지역명을 함께 거론하는 방법을 사용하기도 한다(2). 우리나라 전통음식에 대한 연구는 전통음식 조리법의 표준화(3-7) 및 이의 상품화(8-10), 그리고 전통음식을 계승 보존을 위한 인지도 연구(11-15) 등으로 진행되어

왔다. 1980년대부터 학술연구 결과로 보고된 전통음식 관련 연구를 지역별로 살펴보면 강원도 11건, 경기도 26건, 경상도 42건, 전라도 22건, 제주도 8건, 충청도 12건으로 경상도 지역의 전통향토음식에 대한 연구가 가장 많았다. 경상도 지역의 전통음식 중 부산지역에서 연구된 전통향토음식은 중요한 문화유산인 조선통신사 음식인 꿩구이, 오징어말이, 전복간장조림 등(16)과 향토음식인 동래파전(17), 밀면, 장어요리(18), 돼지국밥, 봉어요리(19) 등이 있다.

한식은 밥을 주식으로 한 정식과 죽, 국수 등을 주식으로 하는 별미식으로 나눌 수 있다. 정식 및 별미식 상차림 모두 주식과 부식으로 이루어져 있다. 전통 한식 중 정식은 부식의 가짓수에 따라 3첩, 5첩, 7첩, 12첩 반상으로 구분되는데, 정식의 찬 종류로는 나물·생채·구이·조림·전·편육·마른

*Corresponding author. E-mail: yosong@pusan.ac.kr
Phone: 82-51-510-2847, Fax: 82-51-583-3648

반찬·젓갈·회 등으로 구성되어 있다. 그러나 별미식의 찬에 대하여는 정식의 찬과 같이 상세히 기록되어 있지 않는 것으로 보아 동일 종류의 찬을 사용하나 그 가짓수가 정식에 비해 간단한 것으로 생각된다. 전통 한식 상차림의 부식은 대부분 채식 또는 발효식품으로 구성되어 있어 지방의 비율이 낮고 식이섬유소의 함량이 높아 건강식으로 알려져 있다(20). 지금까지의 전통음식 연구는 세시음식, 명절음식, 관혼상제 시의 행사음식에 사용한 일품요리를 중심으로 이루어져 왔고, 가정에서 일상으로 섭취하여 온 일반식에 대한 연구는 미미한 편이다. 최근 기장 지역에서 찬류로 사용하였던 전통향토음식을 발굴하여 이를 표준화한 연구가 있었다(4, 5). 건강식으로 각광받는 전통 한식은 일품요리 위주의 식단보다 항상 섭취할 수 있는 일상식으로 개발되어 이용될 때 그 효과가 더 클 것으로 예상되나 이들 전통음식을 이용한 식단 개발에 관한 연구는 전무하다. 부산은 바다, 강, 평야 및 산에 둘러싸여 있어 예로부터 해산물, 민물 수산물, 농산물 및 임산물 등의 식재료가 4계절 풍부하였고, 겨울철 기온이 다른 지역에 비해 높은 편이어서 겨울철 해조류인 다시마, 미역, 까막발이, 모자반, 톳 등의 다양한 해조류와 멸치, 대구 등의 겨울철 어류가 풍부하였다. 따라서 부산지역의 향토음식은 바닷가를 중심으로 발달한 음식으로 타 지역의 향토음식에 비해 단백질 및 식이섬유소의 함량이 높은 것이 특징이다. 이에 본 연구는 부산지역 향토음식으로 3첩 반상 형태의 정식 식단 5종과 별미식 식단 5종을 구성하여 다양한 식단을 제안함으로써 향토음식의 활성화를 목적으로 하였다. 식단 구성을 위하여 부산지역 향토음식을 계절별로 조사한 후 가장 많이 조사된 겨울철 향토음식을 중심으로 향토음식 조리법의 표준화를 실시하였고, 재료 및 조리법이 중복되지 않도록 식단을 구성하였다. 그리고 식단의 영양 성분분석을 통하여 식단의 영양적 우수성을 입증하고자 하였다.

내용 및 방법

부산지역 전통향토음식 조사 및 레시피 개발

부산지역에서 일상으로 섭취해 온 전통향토음식을 바탕으로 식단 개발을 하기 위하여 부산지역 전통향토음식에 관해 조사를 실시하였다. 문헌조사는 한국전통향토음식 관련 학술논문(4-7,17-22) 및 서적(23,24)을 통해 자료를 수집하였고, 문헌에 수록되어 있는 않은 자료는 구두조사로 실시하였다. 구두조사는 부산 낙동강을 중심으로 한 강서 지역, 바닷가를 중심으로 한 해운대 지역과 금정산이 위치하고 있는 동래 지역을 중심으로 조사하였다. 구두조사 대상자는 부산에서 태어나서 성장한 사람이거나 부산지역에 30년 이상 거주한 40대 이상의 여성으로 일반 주부 70여명 및 전통향토음식 연구가 10여명이었다. 조사 방법은 탐방 및 면접을 통해 녹취 및 기록으로 실시하였으며 조사 기간은 2009년 3월부터 2010년 6월로 총 5회에 걸쳐 계절별로 일반식, 세시 음식,

그리고 별미 음식에 관한 자료를 수집하였다. 문헌으로 조사된 155종과 구두로 조사된 166종의 음식을 계절별로 분류하였을 때 겨울철 음식이 132종으로 가장 많이 조사되었다.

조사된 겨울철 향토음식 132종을 농촌진흥청에서 제시한 전통음식 분류법(25)에 준하여 주식, 부식, 떡류, 과점류 및 음청류로 분류한 후 주식과 부식에 해당되는 음식 중 현대식단에서 사용 빈도가 높을 것으로 예상되는 음식 종류를 요리 전문가와 상의하여 Table 1에 나타난 바와 같이 주식 7종 및 부식 44종을 선정하여 본 연구의 식단 개발에 사용하였다. 밥, 오곡밥, 팔죽, 동치미, 배추김치, 갓김치, 굴각두기, 계란찜, 돼지수육, 조기구이, 도토리묵, 김구이 및 배추속쌈 등 조리표준화가 이루어진 음식(26)을 제외한 음식은 부산 지방의 전통 조리법에 준하여 조리 표준화를 실시하였다. 특히 매운잡채, 보름지짐이, 각색산적, 조개찜, 대구아가미젓 무김치 및 까막발이털털이 초회와 같이 처음으로 소개되는 음식은 조사 시 시연된 조리법대로 재현 과정을 통해 정량화 및 조리법을 확정하였다.

부산향토음식을 이용한 식단개발

부산지역의 겨울철 향토음식을 중심으로 3가지 반찬으로 구성되는 3첩 반상형 정식 5종과 별미식 식단 5종을 구성하였다. 정식 3첩 반상은 나물(생채나 숙채), 구이, 장아찌로 구성되어 있으나 본 연구에서는 전통향토음식의 활용도를 높이기 위해 계절별 또는 절기별로 이용 가능한 반찬 3가지를 선택하는 방법을 선택하였다. 별미식에서는 죽, 국수 등 국물을 기본으로 하는 음식이 주식이 되므로 부식 구성 시 국류는 제외하였다.

관능검사

조리 표준화를 위한 관능 평가 및 구성된 식단의 평가는 부산에 거주하고 현재 활동하고 있는 여성 조리 전문가 10명으로 실시하였다. 본 연구의 평가단은 전통음식 연구가 2명, 호텔조리 또는 약선 조리학과 교수 5명, 조리전문학교 교장 2명 및 요리 강사 1명으로 구성하였다. 조리 표준화를 위한 관능 평가는 외관, 맛, 냄새, 질감, 양념 사용량 및 종합 평가에 대하여 9점 척도로 실시하였다. 식단 개발을 위한 평가 항목은 단일 품목의 전통음식 평가 시 사용한 항목(27)을 기준으로 전문가와 상의하여 재료 사용의 중복성, 조리법의 중복성, 주식과 부식의 어울림, 부산지역 향토 재료 사용도, 식단의 영양균형성, 식단구성의 짜임새 및 현대 식생활에 이용 가능한 보편성 등 7항목으로 구성하였다. 평가는 9점 척도를 사용하였으며, 1점은 매우 나쁨 그리고 9점은 매우 좋음으로 나타내었다. 단, 재료 및 조리법의 중복도에 대한 평가에서는 중복도가 가장 높았을 때 1점, 그리고 중복도가 가장 낮았을 때 9점이 되도록 평가 척도를 구성하고, 이 항목의 평가 시 특별한 주의를 당부하였다.

식단의 영양성분 분석

식단의 영양성분 분석은 CAN-Pro(Version 3.0, 한국영양

Table 1. Traditional winter local foods of Busan used for the development of meal menu in this study

Local foods of Busan		
Main dish	Bap	Bap ¹⁾ , Ogokbap ¹⁾
	Juk	Honghapjuk ²⁾ , Dongji patjuk ¹⁾
	Kalguksu	Kong kalguksu ²⁾
	Tteokguk	Gul tteokguk ²⁾
	Others	Kimchi gukbap ²⁾
Side dish	Guk	Siraegi doenjanguk ²⁾ , Sogogi muguk ²⁾ , Gajami miyeokguk ²⁾ , Kkasiri kimchiguk ²⁾ , Yeondubu gyer-antang ²⁾
	Jjigae, Jeongol	<i>Boreumjjijimi (Boreumjjigae)</i>
	Kimchi	Baechu kimchi ¹⁾ , Gul kkakdugi ¹⁾ , Myeolchi seokbakji ²⁾ , Sora kimchi ²⁾ , <i>Daegu agami jeot mukimchi</i> , Galchi seokbakji ²⁾ , Dongchimi ¹⁾ , Gat kimchi ¹⁾
	Namul	Sigeumchi namul ²⁾ , <i>Maeun japchae</i> , Gyeoulchogeotjeori ²⁾ , Namul (9 varieties) ²⁾ , Molhanchisaengchae ²⁾ , Torandae deulkkae namul ²⁾ , Miyeokseolchi ²⁾ , Samsaek namul ²⁾ , Tonnamul dubu muchim ²⁾ , Molseolchi ²⁾
	Gui	Jogi gui ¹⁾ , Gimgui ¹⁾
	Jorim, Jijimi	Kodari jorim ²⁾ , Mareun gajami jorim ²⁾
	Jeon, Jeok	<i>Gaksaksanjeok (Shark/Daegu/Gunso)</i> , Neulgeun hobakjeon ²⁾ , Haemuljeon ²⁾
	Jjim, Seon	Maejip jjim (Tteokcheonggak Haemul jjim) ²⁾ , <i>Jogaejjim</i> , Gyeranjjim ¹⁾ , Daegujjim ²⁾
	Heo	Saengmiyeokgwi chohoe ²⁾ , Beoseot chohoe ²⁾ , <i>Kkamakbariteolteori chohoe</i>
	Mareun Banchan	Dasima twigak ²⁾
	Sundae	Dwaeji suyuk ¹⁾
	· Pyeonnyuk	
	· Jokpyeon	
	Muk·Dubu	Dotori muk ¹⁾
	Ssam	Baechu sokssam ¹⁾
Jeotgal·Sikhae	Ojingeo jeotgal ²⁾	
Jang	Bori makjang ²⁾	

¹⁾Recipes are available at 'ref 25'. ²⁾Recipes are available at 'ref 28'.
 Recipes for dishes in italic are reproduced in this study.

학회)에서 제공하는 1인 분량을 사용하였고, CAN-Pro에 등록되어 있지 않은 재료는 식품성분표(28)를 이용하였다. 영양성분 분석에 사용한 레시피는 기존에 확립된 레시피 및 본 연구에서 표준화한 레시피를 사용하였다. 향토음식에 사용한 특수 재료인 애지(떡칭가)는 청각으로, 까막발이는 우뭇가사리로 대체하여 영양성분을 분석하였다. 초고추장, 초간장, 막장 등 상차림에 곁들여 배선하는 양념은 영양소 성분 분석에서 제외하였다.

식단의 영양가 평가는 30~49세 남성의 한 끼 영양섭취량 (Dietary Reference Intakes for Korean(KDRI), Korean Nutrition Society 2010)을 기준으로 하였다. 이 연령층의 남성은 가장이며 활동량이 높은 직장인으로 전통 식단 영양가 분석 시 대표성을 떨 수 있다고 생각하였다. 에너지는 필요 추정량을, 단백질, Vt. A, C, B(B₁, B₂, B₆, 나이아신) 엽산, 칼슘, 인, 철, 아연 등은 권장섭취량을, 섬유소, Vt. E, 나트륨, 칼륨 등은 충분섭취량을 기준으로 하여 백분율로 나타내었다.

결과 및 고찰

부산 향토음식의 발굴 및 조리법의 표준화

본 연구에서 전통음식 식단 구성을 위해 조사된 음식 중 부산지역의 향토 조리법에 의거하여 39종의 음식에 관한 레시피 및 조리법(29)을 표준화 하였다. 이중 문헌상으로 부산

지역 향토 조리법이 소개된 적이 없는 매운잡채, 보름지짐이, 조개찜, 대구아가미젓 무김치, 까막발이털털이초회 및 각색산적의 표준화 조리법은 다음과 같다.

매운잡채: 재료(4인 기준): 생밤 20 g, 건대추 10 g, 생강 3 g, 석이버섯 3 g, 잣 5 g, 사과 30 g, 배 30 g, 콩나물(데친 것) 40 g, 당근 20 g, 무 20 g, 겨자집 약간, 설탕 1/2 작은 술, 소금 1 작은 술, 참기름 1 작은 술.

조리법: 사과, 배는 채를 썰어 변색 방지를 위해 설탕을 뿌려두고, 밤, 대추, 생강, 석이버섯도 가늘게 채를 썰어 둔다. 머리, 꼬리를 제거한 콩나물과 가늘게 썰어둔 당근, 무는 각각 살짝 데쳐 소금과 참기름에 무친다. 겨자집은 겨자에 물을 약간 넣고 갠 후 소금, 설탕, 식초를 넣고 매운맛이 나도록 발효시켜 만든다. 썰어놓은 재료를 한데 합쳐 골고루 섞은 다음 겨자집에 무쳐 단지에 담아두고 먹는다.

보름지짐이: 재료(4인 기준): 조기 50 g, 명태 100 g, 민어 100 g, 무 150 g, 두부 210 g, 고춧가루 7 g, 대파 60 g, 마늘 16 g, 국간장 2 작은 술, 멸치 육수 800 mL.

조리법: 생것 또는 코다리 정도 마른 생선을 토막을 낸 후 준비된 간장 1/2을 넣고 센 불에서 김이 오를 때 까지 익힌다. 생선을 한편으로 밀고 무(3×3×0.5 cm)를 옆옆이 놓은 후 고춧가루를 뿌리고 멸치 육수를 자작하게 붓고, 나머지 간장을 넣은 후 끓인다. 무가 익으면 두부와 양념을 넣고 다시 한 번 끓인다.

조개찜: 재료(4인 기준): 개 조개 70 g, 미더덕 50 g, 소고

기(불고기감) 50 g, 숙주 150 g, 고사리 50 g, 미나리 50 g, 대파 60 g, 방아 30 g, 마늘 5.5 g, 찹쌀가루 22.6 g, 감자전분 16 g, 들깨가루 13.5 g, 참기름 1/2 작은 술, 육수 300 mL.

조리법: 개 조개는 씻어 잘게 썰고 미더덕은 손질해서 씻는다. 숙주는 다듬어 데치고 소고기는 한입 크기로 얇게 썰어 갖은 양념을 한다. 냄비에 참기름 두르고 개조개, 소고기 순으로 볶다가 미더덕, 숙주, 고사리, 들깨가루를 차례로 넣고 볶은 후 육수를 부어 끓이고 국 간장으로 간을 한다. 썰어 둔 미나리, 대파를 넣고 끓으면 마늘, 찹쌀가루, 전분 건 것을 넣고 2~3분 끓여 걸쭉하게 한 후 참기름을 살짝 두른다.

대구아가미 젓 무김치: 재료(4인 기준): 무 1 kg, 굵은 소금 18 g, 아가미젓 100 g, 고춧가루 40 g, 마늘 9 g, 생강 3 g, 잔파 40 g, 참깨 6 g.

조리법: 대구 아가미만 모아서 중량의 25% 정도의 소금을 넣고 버무려 뼈가 물러질 정도로 2~3달 삭힌다. 절여진 아가미는 두세 번 씻어 소금의 쓴맛을 제거한 후 다져서 고춧가루를 섞어 아가미 젓을 만든다. 무는 씻어 굵은 채(3~4 mm) 또는 나박 썰기로 썰어 소금에 15~20분 절인다. 무를 절인 물은 버리고 아가미 젓, 무, 고춧가루와 함께 갖은 양념을 넣고 버무린 다음 잔 파를 넣어 한 번 더 버무린다.

까막밭이털털이 초회: 재료(4인 기준): 까막밭이 100 g, 밀가루 47.5 g.

조리법: 까막밭이는 깨끗이 씻어 물기를 뺀 후 밀가루를 살살 뿌려 섞고 면보를 간 째 솔에 깊이 오르면 얇게 펴 안친 후 뚜껑을 닫고 4분간 쪄내어 초고추장과 곁들여 낸다.

각색산적: 재료(4인 기준): 상어 80 g, 대구 80 g, 군소 80 g, 조림용 간장 2 큰 술.

조리법: 토막 낸 상어, 대구는 각각 간장에 담갔다 건져

한나절 정도 말리고 팬에서 겉만 익힌다. 생군소는 칼 또는 손으로 배를 가르고 내장 제거 및 수세하고 끓는 물에 삶은 후 찬물에 씻는다. 조림용 간장(간장 4 컵, 청주 2 컵, 물엿 2 컵, 설탕 96 g, 맛술 8 큰 술, 생강즙 약간, 흰 후추 약간, 참기름 1 큰 술)은 비율대로 넣어 한번 끓인 다음 식혀 병에 담아두고 이용한다. 팬에 간장과 물을 넣고 끓으면, 대구, 상어, 군소 순으로 덩어리째로 조리 먹을 때 썰어 먹는다.

겨울철 정식 및 별미식 식단 개발

본 연구에서 전통향토음식을 이용하여 구성된 3가지 찬을 올리는 3첩 반상 형의 정식 식단 5종(Table 2)과 별미식 식단 5종(Table 3)은 다음과 같다.

정식 식단: 정식 식단 I형은 흰밥, 시래기 된장국, 배추김치, 굴각두기, 시금치나물, 매운잡채와 돼지수육, 배추속쌈과 보리막장으로 구성하였다. 부산지역 시래기 된장국의 특징은 흥함을 큼직하게 다져 넣음으로써 된장국의 시원한 맛을 증진시킨다. 시금치나물은 겨울철 남부지방의 대표적인 나물로 꼽힌다. 각종 채소와 다양한 과일을 겨자에 비벼 만든 매운잡채는 돼지수육과 함께 제공되는 음식으로 동래 정씨 집안에서 전해 내려오는 음식이다. 정식 식단 II형은 흰밥, 소고기무국, 배추김치, 멸치썰박지, 겨울초 곁절이, 매집찜, 생미역귀 초회로 구성하였다. 본 식단에 사용된 멸치썰박지(4)는 생 멸치를 통으로 넣고 무를 버무려 김치와 젓갈의 중간 형태로 만든 음식으로 장기간 발효시킨 후 먹는 대표적인 겨울철 김치형태의 음식이며, 각종해물에 채소를 넣고 들깨가루와 애지(떡청각)를 넣어서 만든 매집찜은 부산에서 겨울철에 별미로 즐겨 먹었다. 정식 식단 III형은 정월 대보름 세시음식으로 구성된 식단으로 오곡밥, 보름지짐이,

Table 2. Menu for the formal meal composed of traditional local foods of Busan

Formal meal menu				
Type I	Type II	Type III	Type IV	Type V
Bap	Bap	Ogokbap	Bap	Bap
Siraegi doenjangguk	Sogogi muguk	Boreumjijimi	Gajami miyeokguk	Kkasiri kimchiguk
Baechu kimchi	Baechu kimchi	(Boreumjigae)	Baechu kimchi	Daegu agami jeot mukimchi
Gul kkakdugi	Myeolchi seokbakji	Dongchimi	Sora kimchi	Jogi gui
Sigeumchi namul	Gyeoulcho geotjeori	Namul(9 varieties)	Molhanchi saengchae	Torandae deulkkae namul
Maeun japchae & Dwaegi suyuk	Maejip jjim (Tteokcheonggak)	Gaksaeks anjeok (Shark/Daegu/Gunso)	Jogaejjim	Gyeranjjim
Baechu sokssam & Bori makjang	Haemul jjim	Gimgui	Gaksaeksanjeok (Sangeo · Daegu · Gunso)	Beoseot chohoe
	Saengmiyeokgwi chohoe			

Table 3. Menu for the informal meal composed of traditional local foods of Busan

Informal meal menu				
Type I	Type II	Type III	Type IV	Type V
Honghapjuk	Gul tteokguk	Kimchi gukbap	Dongji patjuk	Kong kalguksu
Baechu kimchi	Baechu kimchi	Yeondubu gyerantang	Baechu kimchi	Gat kimchi
Dongchimi	Mareun gajami jorim	Galchi seokbakji	Dongchimi	Myeolchi seokbakji
Miyeokseolchi	Kkamakbariteolteori	Samsaek namul	Tonnamul dubu muchim	Molseolchi
Kodari jorim	chohoe	Daegujjim	Gaksaeksanjeok	Haemuljeon
Neulgeun hobakjeon	Dotori muk	Dasima twigak	(Sangeo · Daegu · Gunso)	
	Ojingeo jeotgal		Neulgeun hobakjeon	

동치미, 9가지 나물, 각색산적 및 김구이로 구성하였다. 보름 지짐이는 생선에 무 및 두부를 넣고 국물이 자작하도록 끓이는 것으로 정월대보름에 만든 생선이 남았을 때 이를 활용하는 음식이다. 부산의 각색산적은 두투(상어), 대구, 군소를 사용하는 것이 특색이다. 정월대보름 음식에는 고춧가루를 사용하지 않는 풍습이 있어 김치 대신 동치미를 먹었다. 또한 장수를 빌기 위하여 배춧잎, 취, 김 등으로 복쌌을 써서 먹는 습성이 있었다. 정식 식단 IV형은 흰밥, 가자미 미역국, 배추김치, 소라김치, 물한치 생채, 조개찜, 각색산적으로 구성하였다. 해변가 지역에서 많이 섭취한 물한치 생채는 모자반과 가늘게 썬 한 치를 액젓으로 간을 한 것으로 모자반의 씹히는 맛이 일품이다. 조개찜은 조개와 소고기를 함께 사용하여 단백질 함량을 증가시킨 겨울철 원기 식품으로 부산지역 조개찜의 특성은 고춧가루를 사용하지 않고 간장으로 간을 하는 것이다. 정식 식단 V형은 흰밥, 까시리김치국, 대구 아가미젓 무김치, 조기구이, 토란대 들깨나물, 계란찜, 버섯 초회로 구성하였다. 부산 가덕도는 대구가 많이 잡히는 지역으로(30) 예부터 부산은 대구를 이용한 요리가 발달하였고, 그 부속물인 대구아가미도 김치 담금에 많이 쓰였다고 한다. 부산지역의 대구 아가미젓 무김치는 먼저 대구 아가미를 2~3달 삭힌 후 이에 절인 무를 첨가하여 먹는 음식이다. 현대에는 대구아가미와 무를 섞어 김치를 담근 후 이를 발효시켜 먹는 것으로 방법이 변형되었다. 까시리 김치국은 해초인 까시리와 배추김치와 조갯살을 넣고 끓인 국으로 시원한 맛과 바다향이 나는 것이 특색이다. 까시리는 미리 넣으면 걸쭉해져 풀죽처럼 되므로 먹기 직전에 넣는다. 토란대 들깨나물은 말린 토란대를 삶아 들깨 가루를 넣고 무친 것으로 겨울철 나물의 주재료로 사용되었다.

별미식 식단: 주식이 밥이 아닌 떡국, 국밥, 국수, 죽 등으로 상차림이 된 음식으로 정식보다 간단하여 칼로리가 낮은 것이 특징이다. 별미식 식단 I형은 홍합죽, 배추김치, 동치미, 미역설치, 코다리 조림, 늙은 호박전으로 구성하였다. 미역설치는 생미역에 된장을 넣고 국물이 자작하게 조리한 음식으로 기장에서 겨울철에 많이 생산되는 생미역을 이용한 음식이다. 코다리 조림은 반 건조 명태를 조리 만든다. 별미식 식단 II형은 굴떡국, 배추김치, 마른 가자미조림, 까막발이털털이 초회, 도토리묵, 오징어 젓갈로 구성하였다. 굴 떡

국은 떡국에 소고기 대신 굴을 넣고 끓인 것으로 해변 지방에서 많이 끓여 먹던 음식으로 시원한 것이 특징이다. 까막발이 털털이 초회는 해초인 까막발이에 밀가루 옷을 입혀 찐 다음 초고추장에 찍어 먹는 음식으로 기장 해변지역에서 많이 섭취한 향토음식이다. 오징어 젓갈은 해안가 지역에서 대소사 음식에 빠트리지 않고 사용한 음식이다. 별미식 식단 III형은 김치국밥, 연두부 계란탕, 갈치쉬박지, 삼색나물, 대구찜, 다시마튀각으로 구성하였다. 대구찜은 대구를 손질하여 양념장을 발라 한나절 정도 말린 후 조리한 음식으로 대구가 많이 잡히는 부산의 대표적인 음식이다. 다시마 역시 부산의 기장지역에서 미역과 더불어 많이 생산되는 해조류로 말린 다시마를 튀긴 후 설탕을 위에 뿌려서 먹는 음식으로 김이 귀했던 옛날에 어린이들이 즐겨먹던 음식 중의 하나이다. 별미식 식단 IV형은 동짓날 세시음식을 기준으로 구성된 식단으로 동지팥죽, 배추김치, 동치미, 톳나물두부무침, 각색산적, 늙은 호박전으로 구성하였다. 동지팥죽에는 새알심을 넣어 먹었다. 각색산적은 두투(상어토막), 군소, 대구로 만들었고, 톳나물 무침은 두부를 으개어서 무친 후 간장으로 간을 맞추는 것이 특징이다. 별미식 식단 V형은 콩칼국수, 갓김치, 멸치쉬박지, 물설치, 해물전으로 구성하였다. 물설치 나물은 모자반과 콩나물을 된장으로 간을 하였으며, 해물전은 명태전과 홍합전을 각각 만들어 이를 함께 올렸다.

부산향토음식 식단 평가

정식 식단 구성의 다양성 및 활용성 등을 평가한 결과는 Table 4에 나타내었다. 정식 식단 중 각 항목별 평가의 평균 점수가 가장 높은 식단은 III형(8.3/9.0점)이고 다음이 정식 식단 V형, II형 및 IV형 순이었으며, I형의 평가가 가장 낮았다(7.9/9.0점). 그러나 I형의 평균 점수 역시 7.9점으로 상당히 높은 편이었다. 각 항목별 평가 결과를 살펴보았을 때 ‘음식 재료의 중복 사용도’ 및 ‘조리법의 중복도’ 항목에서 모든 식단이 7.8점 이상의 점수를 받아 본 연구에서 향토음식을 이용하여 구성된 식단은 재료 및 조리법의 중복도가 낮은 것으로 평가되었다. ‘주식과 부식의 조합이나 맛의 어울림’ 항목 역시 모든 식단에서 높은 평가를 받았으며 이중 정식 V형이 8.3점으로 가장 높은 평가를 받았다. ‘지역 특산물의 활용 빈도’ 항목에서 식단 모두 8.1점 이상의 점수

Table 4. Evaluation on menu composition of the formal meal with traditional local foods of Busan

Formal meal type	Repeated use of ¹⁾		Balance b/w main and side dishes	Frequency of usage of local product	Nutrition balance	Variety of dishes	Popularization	Mean score
	Ingredient	Cooking method						
I	7.8±1.1 ^{NS}	7.8±1.2 ^{NS}	8.0±1.1 ^{NS}	8.3±0.8 ^{NS}	7.9±1.4 ^{NS}	7.7±1.2 ^{NS}	7.6±1.0 ^{NS}	7.9±0.2 ^{NS}
II	8.4±0.8	8.0±0.8	7.9±1.1	8.5±0.8	8.3±1.1	7.7±1.2	7.8±1.0	8.1±0.3
III	8.8±0.4	8.4±0.8	8.1±0.9	8.1±1.1	8.4±0.8	7.8±0.8	8.2±0.9	8.3±0.3
IV	8.1±0.9	8.0±1.1	7.7±1.3	8.3±1.1	8.4±0.7	8.0±8.0	7.7±1.1	8.0±0.3
V	8.5±0.7	8.3±0.8	8.3±0.8	8.3±1.1	8.2±1.1	8.1±8.1	7.9±0.9	8.2±0.2

Data are mean±SD (n=10). NS: not significant.

¹⁾Point 1 means the most highly repeated and point 9 means the least repeated in the usage of ingredient or cooking method for the designated menu.

를 얻어 본 연구에서 개발한 식단은 부산 전통향토음식으로 구성되어 있는 것으로 평가되었다. '영양균형' 항목은 재료 사용에 있어 탄수화물, 지방, 단백질의 영양소 구성비 및 함량에 대한 것으로 최저 7.9점으로 재료의 구성비가 좋은 것으로 나타났다. 식단이 다양한 요리로 균형 있게 구성되어 있는지를 질문한 '식단 구성의 다양성'에 대한 평가에서 가장 낮은 점수가 7.7점으로 정식 식단 5종 모두 균형 잡힌 식단으로 평가되었다. 현대 식생활에서 활용할 수 있는 질문인 '보급성'은 최저 7.6점으로 모든 식단이 현대 식생활에서 손쉽게 사용될 수 있는 것으로 평가되었으며, 특히 정월 대보름 음식으로 구성된 정식 III형은 8.2점으로 가장 높은 평가를 받았다.

별미식 식단에 대한 평가의 평균은 I형이 가장 높았고, 다음이 III, V형이었으며 그 다음이 II, IV형 순이었다. 별미식 식단 중 가장 낮은 평가를 받은 식단의 평균이 7.9점으로 본 연구에서 제안한 별미식 식단 모두 높은 평가를 받았다 (Table 5). '음식 재료의 중복 사용도' 및 '조리법의 중복도' 항목은 별미식 식단 5종 모두가 7.8점 이상을 받아 중복도가 낮은 것으로 평가되었고 '주식과 부식의 조합이나 맛의 어울림' 항목 평가는 별미식 I형이 8.4점, 별미식 II·III형이 7.9점, 별미식 IV·V형이 7.8점으로 나타나 전체적으로 주식과 부식이 조화롭게 구성된 것으로 나타났다. '지역적 특징'은 모든 별미식 식단이 8.1점 이상의 점수를 얻어 부산지역의 향토성을 잘 나타낸 것으로 평가되었고 '영양균형'과 '식단 구성의 다양성' 역시 7.8점 이상의 평가를 받아 균형 잡힌 식단으로 평가되었다. '보급성'은 주식으로 혼합죽이 구성된 별미식 I형이 8.1점으로 가장 높았다. 정식 식단 및 별미식 식단의 각 항목별 평가는 통계적으로 유의적인 차이가 없었다.

개발된 식단의 영양평가

식단의 영양가 평가는 30~49세 성인 남성 한 끼 영양섭취량(KDRI)을 기준으로 하였다. 본 연구에서 정식 식단 5종의 영양분석 결과 (Table 6), 열량은 영양섭취 기준치의 76~93%, 단백질 함량은 136~262%로 저열량, 고단백 식단으로 나타났다. 본 연구에서 개발된 식단의 식이섬유소 함량은 영양섭취량의 96~168%로 본 식단은 현대인들에게 부족한

식이섬유소를 보충해 줄 수 있을 것으로 사료된다. 무기질 함량을 살펴보면 칼슘(72~206%), 인(128~286%), 철분(150~300%), 나트륨(231~514%) 및 아연(100~167%) 함량이 높게 나타났다. 본 식단은 현대식에서 부족하기 쉬운 칼슘(정식 식단 I형 제외), 철분 및 아연을 충분히 공급할 수 있는 좋은 식단으로 생각되는 반면 생선 또는 해산물의 사용량이 높아 나트륨의 함량이 기준치 보다 높은 것이 문제점으로 나타났다. 그러나 본 연구에서 조사된 나트륨의 함량은 Son 등(31)이 조사한 한국인 20~59세 성인 남성의 평균 나트륨 섭취량($5,271 \pm 1,540.3 \sim 6,380.5 \pm 3,778.2$ mg)과 비교하였을 때 유사하거나 다소 낮았다. 부산지역의 향토음식 준비 시 해산물에 함유된 나트륨을 제거할 수 있는 조리 방법을 생각해야 할 것으로 사료된다. 개발된 정식 식단의 비타민 함량을 살펴보았을 때, Vt. C의 함량은 정식 V형이 KDRI의 50%로 낮았으나 나머지 식단은 적절한 것으로 나타났다. 이는 냉장고 등이 발달되지 않았던 시절에는 겨울철 야채 저장 방법은 채소를 말려서 사용하였기 때문으로 생각된다(32). 정식 식단 중 I형은 Vt. A를 제외하고, B, C, E, 엽산의 함량이 기준치 보다 낮은 것으로 나타났다. 유형 I 식단을 공급 시에는 비타민의 보충을 위하여 생채소를 제공하거나 후식으로 과일을 제공하는 등의 방안이 필요할 것으로 생각된다.

별미식 식단별 칼로리 및 영양소 함량 분석 결과 (Table 6), 별미식 식단 5종의 열량은 30~49세 성인 남성 한 끼 권장 영양섭취량의 74~85%로 정식 식단보다 낮았다. 이는 주식으로 밥 대신 죽 또는 국수를 제공하였기 때문으로 생각된다. 별미식 식단의 단백질 함량은 권장 기준치의 191~273%로 높았으며 식이섬유 함량역시 별미식 I, II형을 제외한 나머지 식단은 132~228%로 높았다. 본 연구에서 개발한 별미식 식단의 영양학적 특성은 저열량, 고단백, 고식이섬유 식사로 생각된다. 무기질 경우, 별미식 II형의 칼슘 함량이 84%로 KDRI보다 낮았으나 I, III, IV, V형은 적절하거나 높았다. 그러나 인(195~265%), 철분(120~240%) 및 칼륨(116~203%)의 함량은 모든 식단 유형에서 높았다. 나트륨 함량은 정식 식단과 마찬가지로 5 유형의 별미식에서 337~406%로 높았는데 이는 부산지역 향토음식에 해산물의 사용이 높기 때문으로 생각된다. 비타민 함량을 살펴보았을 때, Vt. A,

Table 5. Evaluation on menu composition of the informal meal with traditional local foods of Busan

Informal meal type	Repeated use of ¹⁾		Balance b/w main and side dishes	Frequency of usage of local product	Nutrition balance	Variety of dishes	Popularization	Mean score
	Ingredient	Cooking method						
I	8.0±1.2 ^{NS}	8.2±0.9 ^{NS}	8.4±0.8 ^{NS}	8.3±1.1 ^{NS}	7.9±1.4 ^{NS}	7.8±1.2 ^{NS}	8.1±1.1 ^{NS}	8.1±0.2 ^{NS}
II	8.2±0.9	7.8±1.0	7.9±1.0	8.4±0.8	7.8±1.4	7.8±1.1	7.6±1.3	7.9±0.3
III	8.3±0.9	8.3±0.8	7.9±1.1	8.3±0.8	8.0±1.1	7.8±0.8	7.6±1.1	8.0±0.3
IV	7.9±1.1	8.1±0.9	7.8±1.2	8.1±1.1	7.9±1.3	7.8±1.2	7.9±1.1	7.9±0.1
V	8.2±0.9	7.9±1.1	7.8±1.2	8.3±0.8	8.0±1.2	7.9±1.1	7.7±0.8	8.0±0.2

Data are mean±SD (n=10). NS: not significant.

¹⁾Point 1 means the most highly repeated and point 9 means the least repeated in the usage of ingredient or cooking method for the designated menu.

Table 6. Calorie and nutrient contents of the menu for the formal meal and informal meal

	KDRI/ meal	Formal meal type					Informal meal type				
		I	II	III	IV	V	I	II	III	IV	V
Energy (kcal)	800	688 (86)	611 (76)	741 (93)	684 (86)	641 (80)	610 (76)	594 (74)	655 (82)	649 (81)	681 (85)
Protein (g)	18	25 (136)	32 (175)	47 (256)	48 (262)	40 (218)	35 (191)	40 (218)	50 (273)	36 (196)	38 (207)
Fiber (g)	8	8 (96)	12 (144)	14 (168)	10 (120)	10 (120)	8 (96)	7 (84)	12 (144)	19 (228)	11 (132)
Calcium (mg)	250	181 (72)	251 (100)	514 (206)	353 (141)	326 (130)	241 (96)	211 (84)	292 (117)	349 (140)	311 (124)
Phosphorous (mg)	233	298 (128)	423 (181)	668 (286)	633 (271)	527 (226)	455 (195)	495 (212)	619 (265)	607 (260)	604 (259)
Iron (mg)	3	8 (240)	8 (240)	10 (300)	8 (240)	5 (150)	4 (120)	6 (180)	6 (180)	8 (240)	6 (180)
Sodium (mg)	500	1153 (231)	1921 (384)	1737 (347)	2570 (514)	1514 (303)	2028 (406)	1991 (398)	1997 (399)	1705 (341)	1683 (337)
Potassium (mg)	1167	808 (69)	1517 (130)	1856 (159)	1749 (150)	1165 (100)	1439 (123)	1351 (116)	2374 (203)	2246 (193)	1487 (127)
Zinc (mg)	3	3 (100)	4 (133)	4 (133)	5 (167)	3 (100)	2 (67)	6 (200)	3 (100)	5 (167)	3 (100)
Vitamin A (µg)	250	373 (149)	630 (252)	1649 (660)	547 (219)	1294 (518)	476 (190)	455 (182)	371 (148)	231 (92)	526 (210)
Vitamin B (mg)	7	3 (45)	10 (149)	15 (223)	12 (178)	14 (208)	6 (89)	11 (163)	7 (104)	7 (104)	6 (89)
Vitamin C (mg)	33	31 (93)	45 (135)	29 (87)	33 (99)	17 (50)	53 (159)	34 (102)	45 (135)	29 (87)	41 (123)
Folic acid (µg)	133	107 (80)	188 (141)	264 (198)	167 (125)	200 (150)	131 (98)	114 (86)	279 (209)	451 (338)	228 (171)
Vitamin E (mg)	4	3 (75)	6 (150)	15 (375)	7 (175)	3 (75)	15 (375)	3 (75)	19 (475)	14 (350)	21 (525)

The values in the parenthesis is the percentage of KDRI for men aged between 39~40 years old.

B, C, E, 엽산의 함량이 전반적으로 모든 유형에서 적정하거나 높은 편이었다. 정식 식단은 달리 Vt. C의 함량 역시 별미식 IV형(87%)을 제외하고는 높았다.

본 연구에서 개발된 식단의 제한점은 Na 함량이 KDRI 보다 높은 것으로 이는 해조류 및 해산물의 사용이 많기 때문이었다. 그러나 본 연구에서 조사된 나트륨의 함량은 Son 등(31)이 조사한 한국인 20~59세 성인 남성의 평균 나트륨 섭취량인 5,271±1,540.3~6,380.5±3,778.2 mg과 유사하거나 다소 낮았다. 앞으로 본 식단의 이용 시 해조류 등 Na 함량이 높은 재료는 조리 전 물에 충분히 담가 염분을 제거하거나 조리 시 양념의 사용을 최대한 줄이는 방안을 찾아야 할 것으로 생각된다. 뿐만 아니라 해산물의 저감화를 위한 전문 연구가 요구되기도 한다.

요 약

본 연구는 해산물 사용이 높아 고단백, 고섬유질 식품으로 알려진 부산지역 향토음식으로 가정에서 일상으로 이용할 수 있는 식단을 개발하고자 하였다. 부산향토음식에 관해 문헌 및 구두조사를 실시하였고, 이중 가장 많이 조사된 겨울철 부산 향토음식을 기준으로 3첩 반상형 정식 식단 5종 및 별미식 식단 5종을 구성하였다. 정식 식단 I형은 흰밥, 시래기 된장국, 배추김치, 굴각두기, 시금치나물, 매운잡채, 돼지수육, 배추속쌈, 보리막장으로 구성하였다. 정식 식단 II형은 흰밥, 소고기무국, 배추김치, 멸치썩박지, 겨울초 곁절이, 매김찜, 생미역귀 초회로 구성하였다. 정식 식단 III형은 오곡밥, 보름지짐이, 동치미, 9가지나물, 각색산적, 김구이로 구성하였고 정식 식단 IV형은 흰밥, 가자미 미역국, 배추김치, 소라김치, 몰한치 생채, 조개찜, 각색산적으로 구성하였다. 정식 식단 V형은 흰밥, 까시리김치국, 대구아가미젓 무김치, 조기구이, 토란대 들깨나물, 계란찜, 버섯초회로 구성하였다. 별미식 식단 I형은 홍합죽, 배추김치, 동치미, 미역설치, 코다리 조림, 늙은 호박전으로, 별미식 식단 II형은

굴떡국, 배추김치, 마른 가자미조림, 까막발이털털이 초회, 도토리묵, 오징어 젓갈로 구성하였다. 별미식 식단 III형은 김치국밥, 연두부 계란탕, 갈치썩박지, 삼색나물, 대구찜, 다시마튀각으로 구성하였고 별미식 식단 IV형은 동지팔죽, 배추김치, 동치미, 톳나물두부무침, 각색산적, 늙은 호박전으로 구성하였다. 별미식 식단 V형은 콩칼국수, 갓김치, 멸치썩박지, 물설치, 해물전으로 구성하였다. 식단의 영양성분을 성인 남자 30~49세 한 끼 영양섭취기준과 비교하였을 때, 정식과 별미식 모두 저열량, 고단백식, 고식이섬유식으로 나타났다. 비타민의 함량은 정식 식단별로 차이가 있었고, 별미식 식단은 적정 수준이었다. 정식 I형은 Vt. A를 제외하고 모든 비타민 함량이 KDRI보다 낮았으며 정식 V형은 Vt. C 함량이 KDRI의 50% 수준이었다. 칼슘, 철분, 아연, 나트륨, 칼륨 등의 무기질 함량은 정식 및 별미식 식단 모두에서 KDRI보다 높게 나타났다. 개발된 식단의 재료 사용 및 조리 방법은 중복도가 낮고, 주식과 부식의 어울림, 지역적 특성, 영양균형, 식단 구성의 다양성 등이 높은 것으로 평가되었다. 본 연구에서 개발된 식단은 가정에서 전통 한식을 손쉽게 준비할 수 있는 활용성이 높은 식단으로 생각된다. 식단 준비 시 해산물의 염분을 충분히 제거하는 점이 요청된다.

감사의 글

이 논문은 부산대학교 자유과제 학술연구비(2년)에 의하여 연구되었음.

문 헌

1. Min GH. 2003. A study on the recognition and preference for traditional foods of university student in Jeonla-Buk area. *Korean J Culinary Res* 9: 127-147.
2. Lee SH, Park YB. 2002. Tour experience program development a utilizable cooking peculiar of an Andong locality. *Korean J Culinary Res* 8: 147-168.

3. Kim JS, Kim SA. 2007. A study on excavation and transmission of native local foods in the Namhae region—recipes and nutrients of various fish soups—. *Korean J Culinary Res* 13: 47-58.
4. Kim SM, Kim HS, Lim JA. 2007. Recipe standardization of native local foods in Gijang region (the second report)—*Miyeokseolchi, Molseolchi, Gijangumuk, Seokbakji*—. *Korean J Culinary Res* 13: 220-231.
5. Kim SM, Kim HS, Lim JA. 2007. Recipe standardization of native local foods in Gijang region (the first report)—*Myeolchijjigae, Galchijjigae, Maejipjijim*—. *Korean J Culinary Res* 13: 68-79.
6. Kim SA, Shin ES. 2007. Recipe standardization and nutrient analysis of "Dong-rae Pajeon" (local food in Busan). *J Korean Soc Food Sci Nutr* 36: 1472-1481.
7. Kim SA, Kwon SJ. 2004. Recipe standardization and nutrient analysis of native local foods in Gyeongsangnamdo region. *J Korean Soc Food Sci Nutr* 33: 405-411.
8. Min KH. 2010. A study on the development of local foods and tourism merchandising in Gimje area. *J Korea Tourism Res* 24: 295-309.
9. Jang SO, Lee YJ. 2009. A study of residents' recognition and tourism merchandising intention of native local foods in Yeongcheon region. *Korean J Food Cookery Sci* 25: 452-466.
10. Lee SH, Kim SH, Jung LH, Jung JW, Jeon KC, Kim HK. 2010. Studies on commercialization of Korean native foods—focused on Boseong area—. *Korean J Culinary Res* 16: 43-52.
11. Ahn GD, Song KH, Lee HM. 2010. Utilization status and efforts to increase usage of traditional foods in school lunch according to dietitians' preference. *Korean J Community Nutrition* 15: 550-559.
12. Kim MH, Choi MK, Kim MW, Eom AY. 2011. A study on the recognition and the preferences for traditional Korean food served at the middle school food service in the Gyeonggi area. *Korean J Food & Nutr* 24: 54-64.
13. Oh NY, Han MJ. 2009. A study on the perception of Korean traditional food by middle school students in Seoul. *Korean J Food Culture* 24: 359-365.
14. Bae YM, Song DH, Ahn HS. 2011. Perceptions of traditional Korean foods and satisfaction levels toward school food service among middle school students and parents of schools serving traditional Korean menus in Gyeonggi province. *J Korean Diet Assoc* 17: 118-129.
15. Baek JO. 2009. A study on the university students' attitude and importance of native local foods in Busan and Gyeongnam areas. *Korean J Culinary Res* 15: 137-148.
16. Kim SB, Chang CS. 1998. Food culture interchange in the Korean-Japanese relations including the Chosun communication facilities (correspondents of Chosun): 3. The path of Chosun communication facilities (correspondent of Chosun) and the reception for them in Japan. *Korean J Dietary Culture* 13: 431-434.
17. Cho YB, Jung JW, Yoon TH, Kim SM, Park KT, Choi HM, Kim KM. 2007. Research on development plan of native local food in Busan area—focused on Dongrae-Pajeon, pan-fried green onion pancake—. *Korean J Culinary Res* 13: 19-30.
18. Shin AS. 2000. A research of traditional & native local foods in Busan. *Korean J Culinary Res* 6: 67-78.
19. Jung SH. 2009. A study on the recognition and preference of some high school students and the actual conditions of using in school meal service concerning Busan, Gyeongsangnamdo local foods. *MS thesis*. University of Silla, Busan, Korea. p 4-32.
20. Kim SA, Shin ES. 2007. Recipe Standardization and Nutrient Analysis of "Dong-rae Pajeon" (local food in Busan). *J Korean Soc Food Sci Nutr* 36: 1472-1481.
21. Kim SA. 2002. The recipe standardization and nutrient analysis of Aguyjjim (local foods in Busan). *J Korean Soc Food Sci Nutr* 31: 1142-1149.
22. Rhee SH, Kong KR, Jung KO, Park KY. 2003. Decreasing effect of Kochujang on body weight and lipid levels of adipose tissues and serum in rats fed a high-fat diet. *J Korean Soc Food Sci Nutr* 32: 882-886.
23. Gijang Culinary Research. 2003. *Native Local Food of Gijang*. Gijang County Agricultural Technology Center, Busan, Korea. p 22-99.
24. Gijang county Agricultural Technology Center. 2004. *Season food of Gijang*. Gijang County Agricultural Technology Center. Busan, Korea. p 30-78.
25. Rural Development Administration. 2008. *Gyeongsangnamdo*. Kyomunsa, Seoul, Korea. p 2-30.
26. Institute of traditional Korea Food. 2010. *The research and development project for the standardization of Korean cuisine*. The beauty of Korean Food 300. 1st. Jilsiru, Seoul, Korea. p 64-99.
27. Choi JS. 2007. *Strategies for the development of traditional local food industry*. Munwonsa, Seoul, Korea. p 150-152.
28. Rural Development Administration. 2006. *Food Composition Table*. 7th ed. Rural Development Administration, Seoul, Korea. p 325-341.
29. Kim HS. 2011. The Representation and standardization of native Local foods in the winter season of Busan region. *MS thesis*. University of Pusan, Busan, Korea. p 4-32.
30. Kim SM, Kim EH, Park SY, Choi SH. 2002. *The fish story*. Hyoil Publisher, Seoul, Korea. p 84-87.
31. Son SM, Park YS, Lim HJ, Kim SB, Jeong YS. 2007. Sodium intakes of Korean adults with 24-hour urine analysis and dish frequency questionnaire and comparison of sodium intakes according to the regional area and dish group. *Korean J Community Nutrition* 12: 545-558.
32. Kim HR, Seog EJ, Lee JH, Rhim JW. 2007. Physicochemical properties of onion powder as influenced by drying methods. *J Korean Soc Food Sci Nutr* 36: 342-347.

(2012년 6월 4일 접수; 2012년 7월 30일 채택)