Korean Journal of Culinary Research
Vol. 9. No. 4, pp. 221~237 (2003)

<종설>

중국 식문화의 역사적 고찰

김 지 영 · 류 무 희*
경기대학교 외식조리관리학과 박사과정
*경기대학교 식공간연출학과 석사과정

The Historical Study of Chinese Food Culture

Ji-Young Kim and Moo-Hee Ryu**
Dept. of Foodservice & Culinary Management, Kyonggi University
**Dept. of Dining Atmosphere Display, Kyonggi University*

ABSTRACT

China has not thousands years history and culture but more than 50 times huge territory compare to Korea. Moreover, China is a multiracial country which has 56 minority races including Han race. Today's food culture of China has been established based on historic, regional, and racial features. China is located adjacent to Korea and historically has had close relationship with Korea. Moreover, China and Korea have had interaction in politic, economic, and cultural respects. In this aspect, the food culture of China has had great influence to the food culture of Korea.

Therefore, this study purposed to understand the food culture of China more deeply which has been passed over, through researching food culture based on Chinese foods in five thousands historic stream.

As the result of researching Chinese food by times in terms of food culture, which has been well known by only cuisine, the food culture of China had been changed by rise and fall of several dynasties. In addition, food styles had divided the south and north by inflowing western food materials and deep relation to Buddhism, Confucianism, Taoism, and the principles of yin-yang.

Key words : Chinese, historic food culture, local food, yin-yang, the five primary substance, religion.

Ⅰ. 서 론

1. 연구 목적

중국은 수천 년의 역사와 문화를 지니고 있는 전통 국가일 뿐만 아니라 공간적으

로도 우리나라의 약 50배에 달하는 넓은 영토를 보유하고 있으며, 한족을 비롯하여 56개 소수 민족을 포함하는 다민족 국가이기도 하다. 오늘날 중국의 음식문화는 바로 이와 같은 역사적, 지역적, 민족적 특성의 바탕 위에서 형성되었다[1].

중국인은 세계 인구의 1/5를 차지하고 있으며, 중국은 21세기에 최대의 식량 수입국이 될 것이라고 한다.

중국은 우리와 지리적으로 인접해 있을 뿐 아니라 역사적으로 밀접한 관계를 유지하고 있어 고대부터 정치, 경제, 문화 여러 면에서 교류의 역사가 깊은 곳이다. 음식문화에서도 예외가 아니어서 우리의 식문화에 많은 영향을 미쳐왔다.

중국과의 경제적, 사회적 교류가 활발해지고 있는 현시점에서 중국인과 중국음식에 대한 폭 넓은 이해는 식문화를 주도해 나가는 조리학 분야에서 음식문화의 근원을 이해하고 기반을 다지는데 반드시 필요하다.

따라서 본 연구는 중국음식을 역사적 흐름을 바탕으로 식문화적 측면에서 살펴 깊이 있게 이해하는데 목적을 두고 있다.

2. 연구 방법 및 범위

본 연구는 기존의 국내서적과 논문, 기타 간행물, 인터넷 사이트를 이용해 중국요리의 음식문화를 고찰하였다.

본 연구의 연구범위는 크게 중국 음식문화의 특징, 중국음식문화의 역사적 고찰, 중국의 지역별 음식문화, 중국인의 음식과 사상으로 살펴보겠다.

Ⅱ. 중국 음식문화의 특징

1. 다양한 재료의 선택

지구상에 중국만큼 다양성을 특징하는 나라는 없다. 음식에서도 이 다양성은 두드러지는데 종류에서 뿐 아니라 사용되는 재료, 요리법 등에서도 나타난다.

실제로 중국에서는 우리가 흔히 쓰는 음식 재료들 외에도 제비집, 돼지 내장, 오리피, 상어지느러미 등의 특수재료도 사용한다. 이러한 다양한 재료들이 중국의 식생활 문화를 세계적인 문화로 인식시키는 데 크게 기여했다[2].

2. 숙식(熟食)위주의 식생활 습관

중국인의 식생활 구조에 나타나는 또 하나의 특징은 조리법에 있어서 반드시 불이나 뜨거운 물을 사용하여 익혀 먹는 이른바 숙식을 기본으로 한다.

〈예부(禮部), 왕제(王制)〉의 기록을 보면 중국인들은 이미 오래 전부터 익혀 먹는 숙식과 날로 먹는 생식을 기준으로 중국 민족과 주변 민족들을 구별하였으며 이런 점으로 미루어 중국인들은 일찍부터 생식보다 숙식에 더 익숙해 있었음을 알 수 있

다.

일상 마시는 물도 끓여서 먹는 습관을 지니고 있으며 중국에서 일찍부터 차 문화가 발달한 것도 이러한 이유 때문이라고 볼 수 있다[1].

숙식의 습관화는 다양한 조리법을 발전시키는데도 크게 기여하였다[2].

3. 음식과 보신, 조화와 균형

예로부터 중국인의 의식 속에는 '약으로 보신하는 것보다는 음식으로 보신하는 것이 좋다.'는 말이 있다. 이 말은 평소에 좋은 음식을 균형 있게 섭취하는 것이 건강에 좋다는 의미를 담고 있다.

중국인들의 일상 식생활 습관에 나타나고 있는 음식 요법은 첫째, 음식물로 약을 대신하는 방법, 둘째, 약용 식품에 식품을 첨가하는 방법, 셋째, 약용 식품과 약용 식품을 결합하여 약효를 극대화 시키는 방법, 넷째, 식품과 식품을 배합하여 건강을 도모하는 방법이 있다[1].

중국음식의 철학적 기초는 오행철학으로 계절과 음식물과의 관계를 중시하며, 음식을 만드는 기본원리는 오미의 조화와 영양의 균형이다.

4. 그 외 조리상의 특징

중국은 다양한 요리의 종류에 비해 조리기구는 가짓수가 적고 사용법도 간단하며, 기름을 합리적으로 많이 사용한다.

또, 조미료와 향신료의 종류가 풍부하고, 요리는 몇 인분이라는 말이 없고 한 사람 앞에 얼마씩을 따로 담아내는 것이 아니라 한 그릇에다 한 가지 요리를 전부 담아냄으로 외양이 풍요롭고 화려한 장식들이 곁들여진다.

칼질이 정교하여 모양이 다양하며, 어떤 재료는 칼질을 거쳐 살아있는 것 같은 새, 짐승, 화초 등을 만들어 중국요리를 아름다운 예술의 수준까지 끌어올린다.

5. 다양한 지역별 음식문화

각 지방마다 기후와 토질이 틀려 사람들의 미각이 서로 달라 지역적으로 서로 다른 음식문화를 형성하고 있다. 지역별 음식에 대해서는 4 장에서 자세히 다루고자 한다.

Ⅲ. 중국 음식문화의 역사적 고찰

1. 태고(太古)

1) 신화시대(神話時代→夏:BC 21~6C→商(殷):BC1600~1066년)

고고자료에 의하면, 대략 100만년 이전에 중국에는 이미 원시인류가 있었으나[3], 근래에 고고학이나 역사학이 발달함에 따라 중국 태고의 모습은 은(殷)나라 이후부터는 거의 확실해졌으며, 삼황오제(三皇五帝), 요(堯), 순(舜)은 〈설화〉로 보고 있다.

반고씨 및 천지인의 삼황시대를 지나서 수인(燧人)씨는 불을 이용하여 음식을 굽거나 끓이는 것을 알게 되었으며, 그 후 염제(炎帝) 신농(神農)씨는 그 이름이 가리키듯이 농업의 창시자이자 동시에 백초(百草)를 맛보고 그 약효를 스스로 검사하였다 해서 후세에는 의약의 아버지로 추앙받았다[4].

은(殷, BC 1600~1066, 商에서 殷으로 국호 변경)대 중기부터는 차츰 기록의 시대로 접어들었으며 이때 이윤(伊尹)이라는 사람은 세발 솥과 도마를 가지고 왕을 만나 뵙고 요리를 핑계 삼아 국정에 대한 바람직한 태도를 설명하여 궁중요리사로서 나라의 재상(宰相)이 되었다고 한다[4,5].

전한(前漢) 때의 환관이 지은 〈염철론〉이라는 책에 은(殷)의 기자(箕子)가 세상을 걱정하는 이야기에 상아로 젓가락을 만들었다는 말이 나오며[6], 〈사기〉에 따르면 은나라 주왕이 처음으로 상아 젓가락을 만들었다고 한다. 그러나 고고학자가 발굴한 젓가락은 아무리 오래된 것도 춘추시대까지 밖에 거슬러 올라가지 않는다[7].

황화유역과 장강유역에서 출현한 앙소(仰韶)문화는 한민족(漢民族)의 문화 발상지이며 돼지와 개, 사슴의 짐승 뼈가 발견되었고, 생선이 한(漢) 시대보다 더 고급식품으로 여겨졌다.

식물성 식품으로는 조, 기장, 벼 세 종류가 있었던 것으로 밝혀졌다. 이들 곡물은 격(鬲) 위에 얹어 놓고 쪄서 먹은 듯 하며, 둘을 하나로 합친 언(甗)이라는 그릇도 발굴되었다.

2) 서주(西周:BC 1066~771년)에서 춘추(春秋:BC 770~403년)시대

농경기술이 발전하고 학문도 융성했던 춘추시대는 중국 문명의 원형이 만들어진 중요한 시기이며, 〈시경〉의 가요 내용을 통해서 먹었던 생선과 채소의 종류를 알 수 있다. 〈시경〉을 단서로는 적어도 20종의 채소가 식용으로 쓰였고, 현재 가장 많이 재배되며 서민들의 일상 음식에서 빠지지 않는 배추, 청경채, 양배추, 시금치는 아직 등장하지 않았다[7].

동물성 식품은 소, 말, 양, 돼지, 개 등이고 말은 특별한 때가 아니면 못 먹었다. 춘추 시대 초기에는 지금의 만주 방면에서 대두가 들어왔으며, 과일로는 복숭아, 오얏, 배, 감, 대추 등이 있었으며 복숭아는 수수깡으로 그 표피를 깎아서 털을 벗겨내고 먹었다.

주 나라가 들어서고는 조리법이 더욱 발전하여 통돼지 구이, 개의 간 구이 등 여덟 가지 진귀한 요리(八珍料理)가 등장하는데 이때 황제의 음식을 돌보는 관리가 208명이고 일꾼만도 2천 명이 넘었다고 한다. 이 때문에 주나라 시대의 궁중 연회를 팔진

석(八珍席)이라고 한다[6].

조리기구는 왕후가 아니면 청동기를 사용할 수 없었고 철은 아직 발견되지 않아 토기가 중심이었다[4].

3) 전국(戰國:BC403~221)에서 진(秦:BC221~206)·한(漢, 前漢, 西漢:BC202~AD8→新:AD8~23)

공자의 만년인 기원전 403년부터 진시황제가 천하를 통일한 기원전 221년까지를 전국 시대라고 하며 이 시기는 제철 기술이 도입되었으며, 당시는 무기로 이용되었고, 호미, 낫 등의 농기구에 이용[2]되어 농업 생산의 향상을 기한 것은 한대(漢代)에 와서의 일이다.

당시 식량으로 쓰인 곡물에는 벼, 기장, 조, 보리, 콩 등 여러 종류가 있었는데 그 가운데 콩은 하층민의 음식물이었다.

〈논어〉에는 오곡이 식량의 뜻으로 쓰이고 있으며, 〈논어〉에 쌀에 대해 언급한 부분이 있으나 당시에는 쌀이 사치스러운 음식물이었다[7].

식품의 종류가 많이 늘어났으며 서방계의 것으로는 파나 마늘류, 남방계로는 가지나 토란 등이 있었으며, 한(漢)시대에는 서방에서 석류, 포도, 거여목 등이 아라비아의 말이나 자미(맨드라미) 등과 함께 동쪽 나라로 들어왔다. 그리고 중화요리에 꼭 들어가는 참기름의 원료인 참깨도 장건이 서역에서 들여왔다고 전해진다.

칼 이외에 철기가 없던 그 시대에는 부엌에서 토기가 많이 쓰였고, 조리 기구의 대부분은 토기(유약을 바르지 않은 것)였으므로 조리 방법은 전대와 같았다[4].

아직 볶는 조리법이 사용되지 않았기 때문에 채소를 조리하는 방법은 한정되어 있었다. 채소를 식초나 소금에 절여서 먹었는데 채소만으로 만든 요리는 가난한 사람이나 먹는 것으로 멸시되었다. 반면 고기란 말은 '진수성찬'의 비유로 자주 사용되었으며 대뢰(大牢)는 본래 나라의 제사에 통째로 바치던 제물로 소, 양, 돼지를 골고루 갖추어 바치던 요리다. 이 고기가 당시 호화로운 고급 요리를 비유하는 말로 사용되었던 것으로 미루어, 최고의 진수성찬이면서 맛좋은 음식으로 생각한 것은 역시 고기요리였다.

〈예기〉 곡례에는 식탁에 밥과 반찬을 놓는 방법에 대해서도 상세한 규정이 쓰여져 있는데 조미료와 향신료를 놓는 방법을 보면 1인분의 밥상을 차리는 것이 분명하고 상 위에 요리를 내놓는 방법에서도 당시 소반이 각자 외상이었음을 알 수 있다[7]. 그리고 당시는 밥을 손으로 집어먹었으며 숟가락은 없고 젓가락은 오직 국 건더기를 건지는 데 썼음을 〈예기〉를 통해 알 수 있다[4].

또한 요리를 내는 데는 일정한 순서가 있었으며 〈관자〉 제사직에 따르면, 먼저 가금과 가축 요리를 낸 다음에 나물국을 내놓고, 마지막에 밥을 내는 것이 법도였다[7].

요리는 원칙적으로 남자가 했고, 양조와 관계있는 부분에서만 여자를 썼으며, 의

사의 서열에서 영양의, 내과의, 외과의, 수의의 순으로 천자의 건강에 맞춰 식단을 만드는 식의(食醫)가 내과 이하 진료보다 윗자리인 것은 중국인들이 태고부터 식생활을 얼마나 중요하게 보았는가를 나타내는 증거이다.

조미료의 으뜸은 소금이며 설탕은 강남 것으로 아직 중국에서는 일반화되지 않았으며 이 무렵의 감미료는 엿이었다[4].

2. 중고(中古)

1) 후한(後漢,東漢:25~220) · 삼국(三國:魏→蜀→吳 220~280)

상업과 수공업이 발달함에 따라 고용인원이 늘어나는 한편으로, 도시가 커지면서 집과 일터 사이의 거리가 멀어졌으며 직업의 세분화는 외식업의 탄생과 발달을 자극하였다. 식사는 외상을 차려먹었으며 신발을 벗고 방에 들어가 돗자리 위에서 생활했던 한나라 사람들은 식사 때는 안(案)으로 불리는 소반을 사용했다. 소반 위에 밥과 요리를 담은 그릇과 접시를 놓고, 식기로는 칠기가 많이 쓰였다. 그리고 칠기 국자와 숟가락도 있었으며 국자는 음식을 떠 담는데 사용했고, 숟가락은 밥을 떠먹는데 사용하였다[7].

가루를 이용한 음식이 사회적인 음식습관이 된 것은 한대이다. 당시의 밀가루 음식은 기본적으로 "발효시키지 않고 물에 이겨 놓기만 한 밀가루 반죽"이었다[8].

전한 말기에는 제분 기술과 더불어 밀이 전파되었는데 남방 해상을 경유하지 않고 서방 실크로드를 통해 한나라에 도입되었기 때문에[4] 북방에 분식이 보급되었다.

두부가 최초로 제작된 것은 한대(漢代)라고는 하나 문헌의 기록이 부족하여 지금까지도 논쟁이 그치지 않는 문제이다[8].

삼국에 이르러 오와 촉이 모두 강남에 있어 남방의 진기한 것들에 대한 지식이 늘어나면서 쌀이 점차로 한인의 주식 중에서 중요한 자리를 차지하게 되었고, 황하 유역 외에 특히 강남의 진기한 식품과 조리법이 한인들에게 퍼져 나갔다[4].

2) 진(西晋:265~316→東晋:317~420), 오호십육국(五胡十六國:303~421)

이 시대에는 남북으로 나누어져 정권이 연이어 출현하여 이러한 국면을 역사상에서는 남북조(南北朝)시기라 부른다[3].

주식과 부식에 있어서도 남북의 차이가 뚜렷하였는데 북방의 주식은 조이고, 남방의 주식은 쌀이었으며 강남에서는 분식이 무척 귀했다[3].

〈진서〉에 따르면 진의 재상 하증은 '증병(蒸餠)'은 부풀어서 표면이 십자로 갈라지지 않으면 먹지 않았다고 하는 기록으로 보아 3세기에 발효법이 이미 확립되어 있었다고 할 수 있다. 면류의 발효법이 확실하게 기술되어 있는 것은 그보다 약간 뒤인 동위(東魏:534~550)때이며 〈제민요술〉 식경에 효모 만드는 법이 소개되어 있다[7].

후위(後魏)대의 고양(高陽) 태수 기사협이 편찬(530~550)한, <제민요술>은 사람들에게 농업기술과 농가생활 경영에 관한 실제적인 지식과 기술을 알게 하고자 편찬한 농가생활 백과사전 격인데 총10권으로 농업, 원예, 축산, 농산물 가공, 외국산 품종으로 구성되어 있으며 현재로서는 최대 최고(最古)의 농서로 평가되고 있다. 수, 당, 송, 명, 청 등 역대를 이어 주요 문헌으로 존중되었으며, 우리나라에서도 〈增補山林經濟〉 등 여러 농서에서 참고문헌으로 인용되고 있다[9].

여기에는 누룩 만드는 법, 효모 만드는 법[7]이 있고, 주방에서 보통 철기가 사용되었으므로 조리 방법도 한층 복잡해지고 요리 종류도 급격히 늘어나 조리·가공 방법이 15종이나 소개되고 있다.

3. 근고(近古)

1) 수(隋:581~618) · 당(唐:618~907)

수·당 왕조는 북조 출신이기 때문에 음식 문화도 북방적(羊이나 麵제품이 많고 魚나 鮓가 적다)이었다. 그리고 이 시대는 양자강과 황하를 잇는 대운하가 건설[2]되어 강남의 질 좋은 쌀이 북경까지 전달되는 등 운하를 통해 남쪽과 북쪽의 교류가 활발하여 북경 일대의 식생활이 풍요로워졌다[5].

당으로 들어와서는 서역방면으로 영토를 확장하였으므로 양잠이나 제지 등의 기술이 서방 유럽 지역에 전파되는 한편 서방 문물이 동방에 많이 유입되었다. 그리고 손으로 돌리는 맷돌에 의존하던 제분이 수차(수평으로 회전) 덕분에 기계화 되어, 밀가루 생산비가 낮아져 일반 서민들도 그 해택을 받게 되었다[4].

중국에는 옛날부터 개고기를 먹는 관습이 있었다. 춘추전국 시대 이후에는 역사와 연중행사를 기록하게 되었으므로 다양한 문헌에서 개고기를 먹은 사실을 확인할 수 있다. 그러나 소수민족 정권의 수립과 더불어 많은 이민족 사람들이 이주해 들어오면서 선비족인 수렵민족은 개고기를 먹는 한족의 풍습을 이해할 수 없었다. 이들은 개가 생산도구이자 친구였으므로 개를 먹지 않았고 때마침 같은 시기에 인도의 불교가 중국에 전해지면서 개고기가 제일 먼저 금지의 대상이 되었다[7].

당대에는 인도로부터 요리법과 요리사가 도입되고, 포도주는 타림분지로부터 수입되었는데, 이때 포도나무도 당에 들여와 심게 되었다. 또한 실크로드를 경유하여 유럽에서 건너온 양배추와 페르시아에서 온 피스타치오도 있었다[2].

당대의 주식은 조와 기장이었지만 쌀도 많이 들어와 있었다. 분식이 성행했으나 아직 서민적 음식은 아니었으며, 북방민족과 교류가 많아 유제품을 많이 이용하였다[4]. 당대의 과일로서 가장 으뜸인 것은 여지(荔枝, Lizhi: 양귀비가 즐김)이다.

설탕은 시럽형태로 사용되어오다가 당으로 들어와서 처음으로 덩어리의 고체설탕이 나오게 된다. 제당업은 오랜 옛날부터 페르시아에서 발달하였으며, 당에서는 태종

때 사신을 인도로 보내 제당술을 익히게 했다고 한다.

이즈음은 1일 2식이었으며 조리는 원칙적으로 남자의 일이었다[5]. 그리고 당나라 사람들의 기근이나 전쟁에서 사람고기를 먹은 일에 대해 가끔 나온다. 현종의 의·사 진장기가 〈본초습유〉에서 인육이 병에 효과가 있다고 써서 전시나 기아 때가 아니라 평시에도 그러한 습관이 널리 퍼졌다[4].

2) 오대십국(五代十國:907~979)

오대 때 서방에서 수박이 들어왔다.

오대십국의 하나인 촉국에서는 상식(尙食)의 〈식전(食典)〉에서 사비양(賜緋羊)이라는 것은 홍국(紅麴)에 양을 삶아 단단히 말아서 술에 담가 뼈까지 스며든 것을 종이처럼 얇게 자른 것으로서 주골조(酒骨糟)라고도 한다[4].

4. 중세(中世)

1) 북송(北宋:960~1127)

왕조는 송으로 교체되었어도 식탁의 내용은 변함없이 당대의 연속으로서 개혁이 행해진 것은 몽고족이 세운 원나라 이후의 일이다. 송은 황하 하류에 있는 하남성 개봉에 도읍을 둠으로 해서 북방 쪽으로 벼가 전파되기도 하였으나, 남방으로 분식이 전파되는 속도가 훨씬 빨랐다[4].

당나라 위거원의 〈식보〉에는 58종의 요리이름이 열거되어 있는데 대부분이 찜 또는 구이이며 기름을 많이 사용한 볶음 요리는 아니었다. 그러나 현대 중화요리에서 볶음은 언제나 주 요리다. 가장 오래된 볶음 요리의 기록은 북송 시대 〈동경몽화록〉에 볶음요리가 나오나 세 종류뿐이며, 송이 금과의 싸움에서 패해 남쪽으로 수도를 옮긴 뒤로 점차 볶음요리가 많이 보이게 된다. 볶음요리는 어패류(魚貝類) 등 짧게 열을 가하는 것이 바람직한 음식재료가 많이 나는 남방의 연해부에서 발명된 듯하며 송나라 말기에서 원나라 시대에 걸쳐서 볶음이라는 조리법이 점차 육류의 가공으로 확산되어 갔다[7].

송조 전성기의 소동파는 재주가 많은 사람으로서 술과 요리를 직접 만들었고 시부(詩賦)에도 자주 만드는 법을 읊고 있으며 지금도 중국 요리 식단에는 동파육(東坡肉)이 나오고 있다[4].

2) 남송(南宋:1127~1279)

남송 초기 일부 장군들은 전시대의 사치스러운 맛을 쉽게 잊지 못했는데, 그 중 소흥(紹興) 21년(1151) 고종이 장준 집에 갔을 때의 식단에는 회, 생 등 분명한 냉식이 많으며, 내장요리가 나왔다. 이 식단에는 재료가 적고, 요리법도 단순하며 강남의 특

징으로 생선과 과일이 풍부했다고 한다.

남송 중기의 시골 진미는 자(鮓)이며, 광서성은 깊은 산속에 있어서 뱀, 개구리, 박쥐, 메뚜기, 거북, 쥐 할 것 없이 먹었으며 양의 위는 내용물을 갱으로 만들어 손님이 그것이 좀 더럽더라도 먹어주면 허물없는 사이라고 기뻐했으며, 이 무렵에는 채소음식이 일부에서 유행하였다[4].

남송 말기 요리에 대한 유일한 책인 〈몽양록〉에는 고급음식, 하급음식, 채소음식 등 요리명이 600가지나 넘게 나열되어 있고, 여기에 나오는 요리는 북방풍과 남방풍의 요리가 다 있다. 남송의 요리는 재료 면에서는 풍부하였으나 요리 그 자체는 진전하지 않았고 당대의 북방 요리와 섞이고 변화가 많아져서 보기에는 화려했으나 실질적으로는 전시대의 연장이라고 볼 수 있다[4].

당대에서 송대에 걸쳐 식생활 양식에 커다란 변화가 일어났다. 후한시대 고분 그림의 연회장면을 보면 참석자들은 모두 돗자리 위에 앉아 음식을 먹고 있으며, 요리는 짧은 다리가 붙은 상 위에 놓여 있다. 그러나 당나라부터 돗자리를 쓰지 않았고, 송대를 묘사한 그림에서 음악을 들으면서 차를 마시고 있는 장면은 이미 궁중의 생활에 의자와 테이블이 완전히 정착했음을 보여준다. 〈한희재야연도〉를 보면 송대 초기에는 의자와 테이블을 쓰는 것은 지금과 거의 다를 게 없음을 알 수 있다[7].

송대에 의자, 테이블 생활이 보급됨에 따라 밥과 국은 개인전용의 공기에 담지만 부식은 큰 공용의 식기에 담아 젓가락으로 직접 집어오는 상차림으로 변화된 것 같다[9].

5. 근세(近世)

1) 요(遼:916~1211), 금(金:1115~1234), 원(元,몽고제국(1206~1259)→원(1260~1370))

칭기즈 칸의 손자 쿠빌라이 칸이 남북 양 송의 전역을 손에 넣고 도읍을 연경으로 옮기고(1264), 1271년에 국호를 원이라 칭하였다. 몽고인은 철저히 한문화를 무시했으며, 쿠빌라이 칸의 시대는 마르코 폴로의 시대[4]로 중국요리가 서방시대에 전달되었는데 대표적인 음식이 스파게티의 시초가 된 국수였다[11].

원곡(元曲)에 칠건사(七件事)라는 속담이 있었는데 이는 아침에 일어나면 땔나무, 쌀, 기름, 소금, 장, 초, 차의 일곱 가지 물건이 필요하다는 뜻이다. 그리고 절임이 오래 된 것은 빈민의 대표적인 부식이고, 제일 평민적인 음식물은 두부이며, 자(鮓)는 남방에서는 평소 만들어 두었다가 언제고 꺼내 먹는 성찬으로 오늘날 햄이나 치즈 같은 것이었다[4].

2) 명(明:1368~1644)

명대의 주식은 옛날부터 북은 좁쌀, 수수 등 잡곡이고 남은 쌀이었다. 쌀의 비중은 해를 거듭할수록 커져서 북방으로 운반되었지만 북방에서도 가난한 사람들에게는 돌아가지 못했다. 또한 쌀농사 지대에서는 밀가루 제품이 귀했다.

이 시대의 색다른 것으로는 옥수수나 고구마 등 미국 원산 작물의 등장이다[12].

명대의 식사는 원칙으로 1일 3식이며, 아침은 가벼운 점심(點心)으로 때우므로 어떤 사람은 한 끼로 치지도 않는다. 대개 죽이나 병자, 소병 정도이다.

명나라 말 희종 때 궁중일을 노래한 장지교(蔣之翹)의 〈천계궁사(天啓宮詞)〉의 주를 보면 황제가 조개, 새우, 제비집, 상어 지느러미 등 바다의 진미 10여 종을 회로 먹었더니 맛이 좋았다고 하여 제비집이나 상어 지느러미가 귀중품으로 알려지고 있다[4]. 명나라 때 이시진의 〈본초강목〉에는 상어지느러미에 대해 기술하고 있으며, 상어지느러미는 이미 16세기 말에 식용으로 쓰였으며 주로 연해부에서 식용하였다[7].

명조시대에는 궁중요리인 산동요리가 제일이었으며, 청조가 북경에 들어선 후에도 명조의 산동인이 만주인을 만족시킬 만큼 유명하여 지금도 산동요리는 널리 알려져 있다[5].

숟가락으로 부식뿐만 아니라 밥도 먹었지만, 명대부터 밥과 부식물은 젓가락으로 먹었고 숟가락은 국(수프) 전용의 도구로 받아들여졌다. 젓가락을 사용하면서부터 공기모양의 식기를 많이 사용하게 되었다[10].

3) 청(淸: 1616~1911)

주식으로는 북방은 잡곡, 강남은 쌀이므로 예나 다름없이 북방에서 부족한 양을 남방의 쌀로 보충하고 있었다. 이 시대의 잡곡에서 주목할 것은 고량(高粱, 수수의 일종)과 옥수수이다.

옥수수는 청나라 말 민국 초에 걸쳐 널리 전파되었으며, 서남 사천 가정부(嘉定府) 부근에서는 농민들이 주식으로 옥수수를 먹고(옥미죽, 와두: 발효시키지 않은 찐빵), 백미밥은 연공미를 운반해 갔을 때에나 지주의 집에서 먹을 수 있었다고 한다[11].

부식 중 조류는 예로부터 닭과 오리, 야생으로는 단연 꿩이 중심이었으며 조금 고급스러운 음식으로는 거위를 쳤다. 제비 같은 것은 약으로 먹었고 오리알을 가공한 피단, 함단(소금절임 알) 등은 특히 유명하다.

제비집과 상어 지느러미는 명나라 중기 이후 진미로 청대에는 많이 보급되어 건륭기에는 산동, 사천의 산중에서도 성찬이긴 하지만 맛보는 게 어렵지 않았다. 특히 상어지느러미는 동치(同治) 이후 서태후의 식탁에 자주 올라 민간에도 널리 퍼졌다고 한다.

해삼류를 귀하게 여기게 된 것은 특히 청초부터인데 대다수를 일본에서 들여오므로 에도 시대에 나가사키 무역에서 큰 비중을 차지하였다 한다[4]. 또한 자라 요리도 고급음식으로 애용되었다[12].

청조 제6대 황제인 건륭제가 각 지방을 순회할 때, 요리사 중에 양주사람인 요리사가 만주족이 좋아하는 사슴과 곰 등 야생 짐승의 고기와 양주 사람이 좋아하는 어패류와 야채의 산해진미(山海珍味)를 함께 배합하여 滿足요리와 漢族요리를 통합한 〈만한전석(滿漢全席)〉이라는 최고의 진수 요리를 만들었다 한다. 곰발바닥. 낙타의 등고기, 원숭이골 등[10] 천하의 진귀한 재료를 총망라하여 최고의 조리기술로 맛과 영양의 극치를 추구한 만한전석은 궁중 요리로 흡수되었으며, 지금도 북경에서는 1925년 궁중요리를 표방하는 고급 음식점 〈방선(房膳)〉이 문을 열고 만한전석의 전통을 이어가고 있다[5].

고추는 명나라 말기에 중국에 전래된 식물로 18세기까지는 어떤 조리법에도 들어가지 않고 겨잣가루를 뿌릴 뿐이었다. 그러다 19세기에 들어서면서 드디어 고추가 요리책에 등장하였으나 청대에서도 고추는 궁중요리에 끼지 못하고 19세기 서남지역의 일반 백성들 사이로 확산되었다[7].

역대의 요리책 중 〈조정집(調鼎集)〉에 열거된 요리를 보면 지금의 중화요리에 가장 가깝다. '렁판', '러차오', '딤섬' 등의 용어도 근대 이후와 일치한다. 그리고 건륭연간에 저술된 원매의 〈수원식단(隨園食單)〉의 조리법은 근대의 요리와 아주 비슷하다. 명대의 〈거가필용사류전집(居家必用事類全集)〉을 통해 살펴보면 원나라 시대의 중화요리와 근대의 중화요리는 확연히 다르다. 근대 중화요리의 주요한 조리법인 '볶음'도 단 한 곳밖에 나오지 않은 것으로 봐서 결국 근대의 중화요리는 명나라 시대 이후에 성립된 것으로 생각할 수 있다[7].

6. 현대(現代)

오늘날 대부분의 중국인들은 아침을 집에서 해 먹지 않고 사먹는다. 점심도 예외일 수는 없다. 저녁식사 때나 가족들이 식탁에 둘러앉아 집에서 직접 요리한 음식을 먹는데, 바쁜 현대인들에게는 이나마도 매일 저녁 있는 일은 아니다.

이는 사회주의 중국이 성립된 후에 여성 가사 노동의 많은 부분이 사회화 되면서부터 생긴 현상이며 집에서 요리를 하는 사람도 반드시 여성인 것이 아니며, 특히 손님이 왔을 경우에는 주로 남자들이 요리를 담당한다.

1950년대 중국식 이상적 사회주의 건설을 위한 '대약진운동(大躍進運動)을 전개했던 시기에는 주민 전체가 공동식당에서 끼니를 해결하였다. 집안에 있는 솥을 비롯한 쇠붙이로 되어있는 식기는 철 생산을 위해 모두 용광로 속으로 들어갔다. 이 운동은 실패로 끝났지만 가족간의 활동이라고 생각되었던 식생활이 사회화되는데 중요한 역할을 했다고 볼 수 있다.

개혁. 개방 이후 중국의 대도시에서는 경제적으로 성공한 사람들이 급격하게 증가하였고 이들은 식생활 향상에 가장 먼저 신경을 쓰게 되었다. 젊은 사람들은 점차 비계살은 지방질이 많아 건강에 좋지 않다 하여 살코기만 찾는다.

여유가 있는 사람들은 요리집을 찾게 되고, 중국의 대도시에는 외식 산업이 성행하고 있다.

외식 산업의 성장 중에서 눈에 띠는 특징의 하나는 켄터키 후라이드 치킨, 피자헛, 맥도날드 햄버거 같은 서양식 패스트 푸드점이 대거 진출하여 중국인들의 환영을 받고 있다[13].

Ⅳ. 중국의 지역별 음식 문화

중국은 광활한 영토를 가지고 있어 지역마다 기후, 토양이 달라 생산되는 산물이 다르며, 여러 소수민족으로 이루어진 국가이므로 음식문화 역시 지역마다 다르다.

크게 나누어 양자강과 황화를 중심으로 화남, 화북의 음식문화가 다르게 발달했고 동쪽 연해 지역과 서쪽 내륙 지역의 음식문화가 다르게 발달했다. 중국의 음식 체계를 8대 또는 10대 음식체계[1]로 나누기도 하나 본서에서는 북경요리, 남경요리(상해요리), 광동요리, 사천요리로 구분지어서 살펴보기로 한다.

네 지역의 요리를 특정 지어주는 말로서 남담북함 동산서랄(南淡北鹹 東酸西辣)이라는 말이 있다. 이는 남쪽요리는 담백하고, 북쪽요리는 짜며, 동쪽요리는 달콤새콤하고, 서쪽요리는 맵다는 것이다[6].

1. 북경요리(北京料理)

북경은 역사적으로 유명한 도시로서 명나라 이후로 중국의 정치, 경제, 문화의 중심이었고, 현대에도 중국의 수도로서 특수한 지위를 누리고 있다. 북경의 이러한 특수 조건으로 인하여 북경요리는 한족, 몽고족, 만주족, 회족의 조리기술을 종합적으로 갖추게 되었으며, 중국 전역의 독특한 음식의 풍미를 흡수하였다. 그 중에서도 산동의 노채(魯菜) 풍미의 장점을 흡수하였고 명, 청 두 왕조의 궁중음식의 정수를 계승하게 되었다[14].

북경요리의 특징으로는 오랫동안 중국의 중심지로, 중국 각지의 명물, 특산물들이 궁중으로 진상되었고 우수한 요리사들이 모여들어 솜씨를 경쟁하였으므로 궁중요리를 중심으로 한 고급요리가 발달하여 가장 사치스러운 요리문화를 자랑하고 있다.

특별한 조리방법으로는 북경이 지리적으로 북방에 위치하였기 때문에 높은 열량을 필요로 했으므로 강한 화력을 써서 짧은 시간에 조리하는 튀김요리, 볶음요리 등의 육류, 가금류를 이용한 농후한 요리와 화북 평야의 광대한 농경지에서 생산되는 농작물, 과일을 이용한 면류, 만두, 과자 등의 조리 방법이 발달하였다. 유명요리로는 베이찡야쯔, 카오양러우(양고기 징기스칸구이), 면류, 만토우(饅頭), 삥(餠)등 가루음식이 발달되었다[13].

2. 남경요리(南京料理, 상해요리)

중부 중국의 대표적인 요리로 남경, 상해, 소주, 양주 등 양자강 하구지역 요리의 총칭으로 일명 상해요리라고도 한다.

바다가 인접해 있어 해산물이 풍부하고 비옥한 토지에서 질 좋은 미관을 바탕으로 다양하게 요리가 발달되었다.

남경요리의 조리 방법은 남경, 상해지역의 온대성 기후에 영향을 받아 이 지방 특산물인 장유와 설탕을 많이 이용[2]하여 달콤하고 기름기가 많은 요리가 발달되었으며 요리의 색상이 진하고 화려한 것이 특징이다[15].

홍샤오러우라고 하는 진간장을 써서 구운 돼지고기 요리와 푸룽칭시에라고 하는 바닷게 요리가 특징적이며, 이외에도 두부요리인 스인사꿔또우푸와 화젠이라고 하는 꽃모양의 빵이 있다.

3. 광동요리

광동요리는 월채(粵菜), 조주채(潮州菜), 남차이라고도 한다.

광동은 중국의 동남연해에 자리 잡고 있으며 열대와 아열대 기후로 산물이 풍부하다. 광동요리의 중요한 특징은 재료가 살아서 꿈틀 꿈틀 움직이는 신선함을 강조하며, 뱀, 너구리, 원숭이 등 야생동물의 날 음식을 즐긴다.

음식의 맛은 담백하면서, 신선하고, 부드러우면서 시원한 맛을 강조한다. 홍콩의 영향을 받아 많은 음식들이 서양요리의 일부 특색을 지니고 있으며[14], 쇠고기, 서양야채, 토마토, 케찹, 우스터 소스 등 서양 요리의 재료와 조미료를 받아들인 요리도 있다[2]. 중국음식 가운데서 값이 가장 비싼 편이다.

조리방법은 재료가 지니고 있는 자연의 맛을 살리기 위해 살짝 익히고 싱겁게 요리하며 기름도 적게 쓰는 방법이 발달되었으며, 유명 요리로는 차사오라고 하는 구운 돼지고기와 구라오러우라고 하는 광동식 탕수육, 그리고 체엔 라우리(개고기 요리)가 특히 유명하다. 또한 스어랴우리라는 뱀 요리도 유명하다[15].

4. 사천요리

사천요리는 중국의 서방에 위치한 사천, 운남, 귀주 지방, 즉 양자강 상류의 사천지대의 요리를 총칭하는 말이며 일명 촨차이라고 부른다. 사천요리는 역사가 유구하고, 풍미가 독특하여 백가지 음식에 백가지 맛이라는 백채백미(百菜百味)라는 칭호를 갖고 있다.

사천지방은 바다가 멀고 더위와 추위의 차이가 심한 지방으로 악천후를 이겨내기 위하여 후춧가루, 조피, 고추, 두반장, 향초 등 매운 향신료를 많이 쓰는 조리방법이 발달하였다.

음식의 맛은 다양하고 진하면서, 얼얼하고, 맵고, 시고, 향이 독특하여 사천의 대명

사는 마랄산향(麻辣酸香)이라 할 수 있다. 그 중에서도 매운 맛은 독보적이어서 타의 추종을 불허한다[14].

사천지방의 조리방법으로는 바다가 멀어 소금에 절인 생선류, 말린 저장식품의 조리법이 발달하였으며 채소를 이용한 김치류, 두부 등의 요리가 유명하고, 대표적인 유명요리로는 쟈차이라는 김치와 마퍼또우, 양러우꿔즈(양고기 냄비요리), 깐샤오밍샤(새우요리)등이 유명하다[15].

Ⅴ. 중국인의 음식과 사상[13,16]

1. 중국인들의 영양학인 음양오행사상

음양사상이란 만물이 양과 음이라는 두 가지 상반되는 원리의 작용에 의해 형성되었다는 생각이며, 오행사상이란 우주 만물이 수(水), 화(火), 목(木), 금(金), 토(土)이 다섯 가지 요소로 구성되어 있다고 보는 것이다. 이 두 사상은 따로 형성되었으나 한대 이후 결합되어 중국의 정치, 사회, 문화 전반에 큰 영향을 끼쳤다.

양은 열, 밝음, 능동성 등의 성질을 띠고, 음은 차가움, 어두움, 피동성 등을 띤다. 육류는 양의 성질, 곡류는 음의 성질을 띠며, 곡물 중에서도 콩은 양의 성질, 녹두는 음의 성질을 띤다. 또 주식인 밥은 양의 개념, 부식인 반찬은 음의 개념으로 사용한다.

음식(飮食)이란 단어가 양을 나타내는 음(飮)자와 음을 나타내는 식(食)자의 결합으로 만들어졌다는 자체가 음양의 조화를 중시한 중국인들의 사고를 단적으로 드러내며 음식 궁합에 대한 내용도 음양의 성질에 따른 음식의 조화로운 섭취를 중시한 예들이다.

중국인들의 오행사상은 음식에도 적용되어 오곡(五穀:기장, 보리, 조, 콩, 마), 오축(五畜:양, 닭, 돼지, 소, 개), 오미(五味:신맛, 단맛, 쓴맛, 짠맛, 매운맛), 오향(五香:산초향, 붓순(팔각)향, 계피향, 꽃봉오리향, 회향풀향)으로 구분하며, 봄에는 신맛 나는 음식, 여름에는 쓴맛 나는 음식, 가을에는 매운맛 나는 음식, 겨울에는 짠맛이 많은 음식을 먹는 것도 오행 사상의 영향이다.

오행을 일컫는 것도 물질의 맛에 비유하여 水는 짠것, 火는 쓴것, 木은 신것, 金은 매운것, 土는 단것 등의 오미로 표현했다[1].

중국 의학에서 자주 쓰는 용어 중에 '의식동원(醫食同源)'이라는 말이 있는데 이는 '밥이 보약이다'라는 의미로 중국 의학에서는 사람에게 병이 생기는 원인의 하나로 음양오행의 이치에 따라 음식물을 조화롭고 균형 있게 섭취하지 않았기 때문이라고 생각한다.

2. 음식의 절제를 중시하는 유교사상

유교에서는 인간과 인간의 관계뿐 아니라 일상 행동거지에서도 형식과 예절을 중시한다.

〈예기〉에서는 예제가 음식에서 비롯되었다고 기록하고 음식의 종류와 형태, 음식을 먹는 차례, 식탁에서 각자가 앉아야 할 위치, 식사 때 곁들여야할 음악 등도 엄격하게 정해놓고 이를 어기면 무례한 사람 취급을 받았다.

식탁에서는 말을 많이 하면 버릇이 없다고 꾸지람을 듣고 '식불어(食不語), 침불언(寢不言)' 이라 하여 밥 먹을 때와 잠자리에서는 말을 하지 않아야 한다고 훈계하기도 하였다.

음식을 지나치게 탐해도 예의에 어긋나며, 함께 식사를 할 때 마지막까지 상에 남아 있는 사람은 식탐을 하는 무례한 자로 주목되었다. 요즘 우리가 마지막 하나는 아무도 집지 않고 남겨두는 예도 유교사상의 영향이라 볼 수 있다.

3. 야채 요리를 발전시킨 불교사상

불교에서는 살생을 죄악시하며, 수도승이나 불교신자들은 일반적으로 육식을 꺼리고 채식 위주의 생활을 한다.

불교는 후한시대 중국에 전파된 이후 유교, 도교와 함께 중국인들의 사상과 생활방식에 상당한 영향을 미친 종교이자 사상으로 원래 불교의 교리에서는 채식을 규정하지 않았다. 그런데 지나칠 정도로 불교를 숭배했던 남조(南朝) 양(梁)나라의 무제(武帝)가 육식은 곧 살생이므로 계율 위반이라고 정하여 육식하는 승려들을 징벌하였다. 여기에 윤회사상이 불교도들의 육식 금지를 부채질하였다.

이리하여 승려들은 점차 육식을 기피하게 되었고, 일반 불교 신도들도 항상 채식을 하지 않더라도 매달 초하루나 보름 등에는 채식을 하였다. 자연히 식용 채소를 개발하게 되고 채소를 이용한 다양한 율법도 등장하게 되었으니, 불교는 중국에서 야채 위주의 요리를 발전시켰으며 차가 일상적 음료가 되는데도 공헌했다.

4. 음식을 부정했던 도교사상

도교는 신선, 불사사상과 함께 노장사상(老壯思想), 음양오행, 예언사상, 점복(占卜) 등이 결합되어 있다. 이러한 모든 요소들은 모두 현세에서의 건강과 안전, 행복을 추구하며 이를 위한 여러 가지 방안이 도교 속에 집약되어 있다. 그래서 도교는 가장 중국적인 종교라고들 한다.

도교에서 장생불사를 위해 제시하는 방법은 크게 내단(內丹)과 외단(外丹)으로 나누어진다. 내단은 스스로 신체를 단련시켜 장생불사하려는 것이고, 외단은 음식이나 약물을 통해 불사에 도달하려는 것으로, 복이(服餌)라 하여 약물을 복용하는 방법과 벽곡(辟穀)이라 하여 곡기를 끊는 방법이 있다.

도교에서 불사의 약으로 생각되었던 것이 금단(金丹)이며, 이 금단을 만드는 방법

이 연금술이다. 금이 변하지 않는다는 속성에 주목하여, 금단을 먹으면 장생불사하게 된다고 생각하고 중국의 방사들이 금단을 만드는 실험을 거듭하였다. 진시황의 자손인 중국의 황제들은 방사들이 만든 금단을 먹고 영생을 꿈꾸었으나 수은 화합물의 중독현상으로 인해 금단을 먹고 사망하였다.

금단에 의한 부작용이 증대되자 송대 이후에는 장생불사를 위해 내단이 더 중시되었고 이를 위해 기(氣)를 모으고 유지하였다. 그러나 음식은 바로 이 기를 파괴하는 것으로 생각되었으며, 특히 육류나 자극적인 음식은 기를 기르는 데 가장 장애가 된다고 보고, 장생불사를 위한 최상의 방법은 아무 음식도 먹지 않고 기를 먹고 사는 것이라고 보았다.

Ⅵ. 요 약

중국의 음식문화를 역사적으로 분류하여 올바르게 이해해 보고자 본 연구는 기존의 서적을 중심으로 고찰하여 보았다.

중국을 역사적 시대별로 태고, 중고, 근고, 중세, 근세, 현대로 나누어 살펴본 결과 중국의 식문화는 왕조의 흥망에 따라 많은 변화를 가져 왔으며, 서역의 식재료 유입과 자연의 영향으로 남북으로 주식의 형태가 나눠지게 되고, 테이블과 의자가 유입되어 입식문화가 정착하게 되면서 밥과 국은 개인전용 공기를, 부식은 큰 공용의 식기를 사용하여 제공되는 등 상차림의 변화가 나타났다.

근세(近世)에 들어서는 중국요리가 서방에 전달되기도 하였으며, 제비집과 상어지느러미, 해삼류 등이 고급음식으로 애용되었고, 조리법이 요즘의 요리와 아주 흡사하였다. 젓가락으로 밥과 부식물을 먹고, 숟가락은 국 전용 도구로 받아들이는 등 취식도구의 사용 또한 현재의 모습을 지니고 있었다.

중국인들의 음식 문화에는 음양오행이라는 우주 만물의 원리가 항상 내재되어 있고, 유교, 불교, 도교의 철학적 사상이 상당히 깊이 내재되어 있음을 알 수 있다.

그래서 중국의 다양한 음식문화의 고찰은 같은 한자와 종교의 영향을 받은 한국, 중국, 일본의 명절음식을 종교와 연관지어 각 국가의 음식문화에 미친 후속 연구로 이어지길 바란다.

참고문헌

1. 김태정 외 (1997) : 음식으로 본 동양문화, 대한교과서.
2. 김혜영 외 (1998) : 문화와 식생활, 효일문화사.
3. http://myhome.naver.com/mugan20/
4. 시노다 오사무, 윤서석 외 역 (1995) : 중국음식 문화사, 민음사.

5. 최송산 외 (2002) : 최신 중국요리, 효일문화사.
6. 고광석 (2003) : 중화요리에 담긴 중국, 매일경제신문사.
7. 장징 (2002) : 공자의 식탁, 뿌리와 이파리.
8. 조영광 (1993) : 중국의 식문화에 대한 보고, *한국식문화학회지* 8(2).
9. 윤서석 외 (1993) : 제민요술, 민음사.
10. 石手直道 (2001) : 세계의 음식문화, 광문각.
11. 원융희 (1999) : 세계의 음식문화, 자작나무
12. 안명수 (1997) : 한,중,일 식생활문화 비교 연구(II), *한국식생활문화학회지* 12(3).
13. 이재정 (2002) : 중국사람들은 어떻게 살았을까, 지영사.
14. 최옥자 (2001) : 중국요리, 효일문화사.
15. 김현웅 (1994) : 관광호텔의 중식당 선택결정요인에 관한 연구, 경기대학교 경영대학원 석사학위 청구논문.
16. 주영하 (2000) : 중국, 중국인, 중국음식, 책세상.

(접수일: 2003년 10월 31일 / 채택일: 2003년 11월 25일)