

정월대보름 음식 ‘약식藥食’

김영복
전통식생활문화연구원장
칼럼니스트

정월대보름 아침에는 부럼(땅콩, 호두, 잣)을 깨무는 ‘작절(嚼齧 : 부스럼 깨물기)’과 평안도 의주(義州) 지방 풍속으로 어린 남녀들이 이른 아침에 엿을 깨물어 이빨겨루기를 하는데, 이를 ‘치교(齒較)’라고 한다. 조선 순조 때 김매순(金邁淳 : 1776~1840)의 『열양세시기(洌陽歲時記)』에는 “밤 세 개를 깨무는 것을 부스럼과 열매를 씹는 것이라 하여 ‘교창과(咬瘡果)’라 한다.”고 간단히 적었다.

한편 이 날은 귀밝이술인 ‘이명주(耳明酒)’를 마시는데, 이 술을 명이주(明耳酒) · 이롱주(耳聾酒) · 청이주(聽耳酒) · 총이주(聰耳酒) · 치롱주(治聾酒)라고도 한다. 대보름 저녁에는 오곡잡반(五穀雜飯)에 푸성귀나 김으로 복을 싸서 먹는 복과(福裹)를 만들어서 복쌈(복섬 : 縛苦)과 약식(藥食)을 먹고, 달이 뜰 무렵 달맞이를 즐긴다. 대보름날 한국은 약식을 먹지만, 중국은 ‘원소절(元宵節)’이라 하여 찹쌀가루를 피(皮)로 해서 안에는 설탕 소를 넣어 원형으로 빚은 ‘단원(탄위안, 團圓)’이라는 원소(元宵)를 화목과 단란함의 상징으로 먹는다. 즉 중국 사람들의 대보름음식은 약식이 아니라 탄위안이라 불리는 원소병(元宵餅)이다. 그러나 일부 사람들은 당나라 위거원(韋巨源)이 쓴 『식보(食譜)』의 ‘유화명주(油畫明珠)’라 하는 유반(油飯)이 약반(藥飯)과 비슷하다 하여 약식이 신라 고유의 창작 식문화가 아니라고 주장한다. 하지만 유반과 약반은 조리학 상으로도 전혀 다른 음식이다.

유반이라고 하는 ‘만앵하미고(鰻櫻蝦米糕)’는 “관자와 버섯, 야채, 섞어 볶아낸 후 소의 힘줄과 도가니 버섯, 장어, 벵새우를 올린” 볶음밥 형태의 음식이며, 대만의 태자반(太子飯)으로 불리는 ‘유반(요반, 油飯)’은 버섯과 고기 졸인 것, 오징어 토막과 벵새우 같은 해산물, 밤 등을 섞은 뒤 간장과 소스로 요리한 음식으로, 유화명주는 약식이라기보다 ‘볶음밥’이다.

1611년 허균(許筠)이 쓴 『도문대작(屠門大箴)』에 “우리의 약밥을 중국 사람들이 매우 즐기고, 이것을 나름대로 모방하여 만들어 ‘고려밥(高麗飯)’이라 하면서 먹고 있다”고 한 것으로 보아 약식이 중국까지 전해진 것을 알 수 있다. 그러나 『열양세시기(洌陽歲時記)』에는 “찹쌀을 잠깐 찌서 밥을 만들어 참기름과 꿀 · 간장으로 주무르고, 대추와 밤은 살만 취해 잘게 썰는데, 그것을 넣는 비율은 쌀의 양을 보아가며 정한다. 이것을 다시 푹 찐 다음 조상에 올리고 손님에게 대접하며 이웃끼리 서로 보내기도 하는데, 그것을 약밥이라 한다. 또한 우리나라 풍속에 꿀을 약이라 하므로, 밀반(密飯)을 약밥이라 하고, 밀과(密果)를 약과라고 한다.”고 하였다.

약밥의 맛에 대해서는 “역관의 말에 의하면 우리나라 사신이 연경(燕京, 지금의 북경)에 갔을 때, 정월 대보름에 옹인(甕人, 熟手)더러 이를 만들도록 했는데, 연경 안의 귀인들이 그 맛을 보고 반색하며, 그 여러 가지 맛을 보고 매우 좋아하지 않은 이가 없었다고 한다. 그래서 그 방법을 전해 주었으나 끝내 만들지 못했다”라는 내용이 나온다.

빙허각 이씨(憑虛閣 李氏)의 『규합총서(閨閣叢書)』에 의하면 보름날 약밥은 찹쌀 · 찰수수 · 흰팥 각 2되, 차조 1되, 좋은 물콩 5홉, 대추 1되의 비율로 섞는다고 기록되어 있고, 우리나라에서는 약밥을 짓지만 중국에서는 안한다고 기록되어 있다.

유득공(柳得恭)의 『경도잡지(京都雜志)』에는 “약밥에 사병(柿餅, 감편)을, 방신영(方信榮, 1890~1977)의 『조선요리제법(朝鮮料理製法)』에는 “꿀 대신 설탕, 밤 대신 꽃감이나 고구마를 이용해도 좋다”고 기록되어 있다.

