

몽골제국 음식문화의 고려 유입과 변화

조원(한양대)

1. 서론

13세기 몽골제국이 건설된 이래로, 대규모의 인적 이동이 발생했으며, 이로 인해 각 지역 문화들간의 교류가 전개되었다. 문화적 접촉과 자극 및 변용의 현상은 몽골제국시기 물질문화의 영역 가운데에서도 음식문화에 능후하게 반영되어 있다. 12-13세기 몽골초원에서 육류와 유제품을 주식으로 섭취하던 몽골의 지배영역이 정주지역으로 확대되면서 유목민들의 곡류 섭취가 늘어나게 되었고 몽골이 중국 전역을 정복한 이래로 중국 각지에서 생산되는 채소와 과일 역시 몽골 지배자들의 식탁에 오르게 되었다. 몽골이 유라시아 대륙을 정복한 이래로 각 지역의 음식문화가 몽골 대칸에게 진상되면서 14세기 몽골 대칸의 궁정에서는 음식문화의 다양화와 융합의 현상이 나타나게 되었다. 음식문화의 변화는 비단 제국의 중심부에서만 나타나지 않고, 점진적인 과정을 통해 제국의 주변지역에서도 나타났다.

몽골의 지배는 몽골인들의 식생활에 다양한 변화를 가져왔을 뿐 아니라, 한인들의 음식문화에도 적지 않은 영향을 주었다. 몽골 서역인들의 이주에 따라, 몽골, 회回的 음식문화가 전해졌다. 한인들도 몽골술인 아이락, 마유주 등을 섭취했으며, 무슬림의 음식문화의 영향을 받았다. 또한 이시기 일일 삼찬(三餐)의 음식문화도 보편화되었다. ¹ 이러한 현상은 비단 중국 지역에서뿐만 아니라 한반도 지역의 음식문화에도 나타났다. 한반도에서는 고려후기가 되면서 몽골의 영향으로 육류 섭취가 활발해졌다.²

그 영향관계에 관해 일찍 민속학계에서 주목하였는데, 몽골의 고기국인 술렁과 우리의 탕문화, 옥수에 밥이나 면을 넣어 만드는 방식, 유표와 같은 건조육을 만드는 방식, 몽골의 게대스와 한국의 순대를 비교하여 양국간의 육식문화의 유사성에 주목한 연구가 있다.³ 한편, 몽골이 100여년간 탐라를 군사적 요충지로 삼으면서 제주의 언어, 습속 및 음식문화에는 몽골의 잔재가 남아 있다. 그 가운데 제주지역에 남아있는 몽골 음식문화의 영향에 주목한 연구들이 있다. 이에 따르면 130

¹ 史衛民, 『元代社會生活史』(北京, 中國社會科學出版社, 2005), 105-106 쪽.

² 金尙寶, 『한국의 음식생활문화사』(파주, 광문각, 1997), 331-332 쪽. 근래 국내에서도 몽골 음식문화의 한반도 유입과 영향에 관한 연구들이 진행되고 있다.

³ 김천호, 「한·몽간의 肉食文化 比較」 『몽골학』 4, 1996.

년간 몽골군의 주둔으로 몽골식 순대인 게데스, 육포, 소주, 탕문화가 탐라에 전해졌으며, 제주의 향토음식인 몸국은 몽골의 음식문화와 제주의 환경에 맞게 향토화된 음식문화의 사례로 보고 있다. 몸국은 돼지고기를 삶은 육수에 해조류인 모자반을 넣어 만든 것인데 몽골식 탕국이 제주의 풍토에 맞게 변형된 것으로 파악되고 있다.⁴

몽골은 제국 건설 이후 특정 지역의 문화를 다른 지역으로 유통시키는 문화의 매개자로서의 역할을 하였다. 음식문화에서도 이러한 양상은 나타나는데, 몽골 본토의 음식문화뿐만 아니라 몽골이 정복하고 있던 지역의 음식문화가 몽골 정복 시기와 그 이후에 타 지역에서 발견되기도 하였다. 고려말 중국에서 발전해온 증류법은 몽골을 통해 한반도에 들어왔다. 몽골은 정복지역의 증류 기술을 활용하여 마유 음료를 증류주화하였고, 여기에 아라키라는 이름을 붙였는데, 이러한 증류 문화는 몽골의 지배력이 미치는 지역에서 각 지역에 보급되었다. 고려에 전해진 증류주는 燒酒라는 이름으로 불리웠다.⁵

한편 몽골 지배하의 중국에서는 각 지역간 문화적 교류 속에서 백과사전적인 저작들이 편찬되었는데, 이러한 類書들에 나와있는 요리 관련 항목이나 음식관련 전문서적을 통해 대원제국의 다원적 세계를 반영하고 있는 음식문화를 엿볼 수 있다. 대표적으로 일상적인 지식을 담고 있는 『居家必用事類全集』과 『事林廣記』에 당시 민간에서 식용되던 음식들이 소개되어 있어, 당시 음식문화의 실상을 파악할 수 있게 해준다. 이와 더불어 몽골지배층들을 위해 조리되었던 요리들을 정리하여 편찬된 『飲膳正要』는 대원제국 음식문화의 풍성함을 보여주고 있는 귀중한 자료이다. 흥미롭게도 이러한 유서에 나와있는 일부 조리법들은 17-18세기 조선후기 일용생활서인 『山林經濟』와 농서 『林園經濟志』에 수록되어 있는데, 이는 몽골제국 음식 조리법에 관한 지식의 유통에 관한 단서를 제공하고 있다.

본고에서는 『山林經濟』와 농서 『林園經濟志』 나와있는 육류조리법 및 음료에 관련된 기록들을 바탕으로 기록에 남아있는 몽골제국 음식문화의 고려지역으로의 유입 현상의 추이를 검토할 것이다. 이를 통해 13세기 몽골제국의 정복과 팽창이 동아시아지역에서 가져온 문화적 영향의 단면을 파악해보고 그 의미를 고찰해보고자 한다.

2. 고려 음식 문화의 한반도 유입의 배경

⁴ 이종수, 「13세기 탐라와 원제국의 음식문화 변동 분석」 『아세아연구』 59-1, 2016, 143-179 쪽.

⁵ 박현희, 「燒酒의 흥기-몽골 시기(1206-1368) '중국'에서 한반도로 증류기술의 전파-」 『중앙아시아연구』 21-1, 2016, 69-93 쪽.

: 고려와 몽골간의 인적교류를 중심으로

1260년 몽골과 화친을 맺고 교류가 재개된 이래로 몽골과 고려간의 인적·경제적 교류가 활발해졌고, 원제국의 음식문화도 자연스레 한반도로 전해졌다.⁶ 원제국의 음식문화가 고려에 유입되는 데에는 매개가 되었던 인적 교류 중심으로 파악할 수 있겠다. 고려와 몽골의 관계는 1218년 哈眞과 札刺이 1만명의 몽골군을 이끌고 거란족을 제어하기 위해 고려에 침경하면서 시작되었다. 이때부터 1368년 원제국이 멸망할 때까지 군사에서 몽골 지배세력에 이르기까지 다양한 세력들이 고려를 방문하거나 장기간 거주하였고 이들에 의해 타국의 문화가 한반도에 유입되었다고 볼 수 있겠다. 물론 여기에는 몽골인뿐 아니라 몽골제국의 색목인 관원, 이슬람상인, 한인들도 포함되어 있다.

먼저 고려에 下嫁한 고려의 황후들, 그들의 陪從인 怯憐口들을 통한 문화 유입을 고려해볼 수 있겠다. 1274년 충렬왕과 쿠빌라이의 딸 쿠틀룩케르미시(忽都魯揭里迷失)가 혼인하면서 양국의 통혼이 상례로 정착되었고, 공민왕대까지 80여년간 모두 7명의 몽골 공주에 고려에 왔다. 이들은 종종 고려 정치에 직접적으로 개입하면서 막강한 영향력을 행사하였고, 자연스레 그녀들의 사속인인 케링쿠(怯憐口)들이 고려의 새로운 지배층으로 부상했다.⁷ 이들 케링쿠는 몽골 유력 지배층 가문에 종속된 노예로서 몽골의 공주를 따라 고려에 왔는데 그 수적인 규모는 파악하기가 어렵다. 이들 이외에 왕족 여인이 시집갈 때 수종하는 家臣을 의미하는 媵臣 즉, 陪臣들도 몽골 공주를 따라 고려에 왔다. 대표적으로 印侯로 알려진 몽골인 코라타이(忽刺歹), 回回인 생계(三哥), 탕구트인 시투르(式篤兒)가 있다. 이외에도 고려인 車信이 쿠틀룩케르미시를 보좌했다. 이상의 기록을 미루어 몽골 공주가 고려에 下嫁할 때에 몽골, 색목, 한인, 고려인으로 구성된 다양한 종족 출신의 陪臣 5-6명과 奴僕들이 공주를 수행했던 것으로 파악된다. 대원제국의 음식문화는 이들 몽골 왕후를 위시한 몽골 지배층을 통해 고려에 소개되었을 것이다.

다음으로 고려에 파견된 몽골인 다루가치(達魯花赤)들이 있다. 이들은 몽골제국 초기부터 점령지를 다스리기 위해 파견한 감독관으로서 1232년 처음으로 開京과 西京 및 북계에 72인이 파견되었다가 고려인들에 의해 살해된 바 있다. 이후 1260년 고려와 몽골의 화의가 이루어지면서 수

⁶ 조선후기의 농서이자 일용서적인 『山林經濟』와 『林園經濟志』에는 대원제국시기의 『居家必用』에서 소개되어 있는 요리법들이 인용되어 있다. 『居家必用』이 고려 혹은 조선의 어느 시점에 유입되었는지 알 수 없지만, 대원제국 음식문화와 관련된 지식이 한반도로 유입·수용된 사례로 볼 수 있겠다. 관련 연구는 주영하 편, 『동아시아 책의 문화사와 조선시대 음식의 지식체계: 『거가필용사류전집』을 중심으로』(2017, 출판예정) 참고.

⁷ 고명수, 「충렬왕대 怯憐口(怯憐口) 출신 관원」 『사학연구』 118, 2015, 235-236 쪽.

르다이(束里大)와 康和尚이 다루가치로 임명되었는데, 이들의 주 임무는 고려왕실의 出陸을 감독하고 주둔해있는 몽골군을 통솔하는 것이었다. 임무가 완료되면서 이들은 귀국하여 돌아갔다. 이후 원종 10년(1269) 고려 권신 林衍이 원종을 폐위시키자 이를 계기로 다루가치들이 파견되었고, 1270년 2월 특토르(脫朶兒)가 고려의 다루가치에 임명되었다. 이후로 1278년까지 7명의 다루가치가 고려에 파견되었는데, 몽골인 출신으로는 특토르(脫朶兒)와 黑的이 있고 이외에 한인 焦天翼, 李益, 張國綱과 거란인 石抹天衢가 고려에 파견되었다. 이들 몽골에서 파견된 관원들은 고려 지배층과 통혼관계를 맺기도 하였는데, 그 대표적인 예로 1270년 다루가치 특토르의 요구에 따라 고려의 대신 김려 가문과 통혼을 맺었다.⁸ 1283년에는 고려에 부임한 탐라 다루가치 타라치가 내시 정부의 딸을 그의 처로 삼은 일이 있었으며⁹, 1289년 몽골 사신 아쿠타이가 고려의 공신 관료 홍규의 장녀와 혼인을 하였다.¹⁰ 이상의 지배층을 중심으로 한 몽골과 고려의 통혼의 사례들을 통해 몽골의 풍습과 문화가 고려사회에 유입되었을 것으로 짐작할 수 있겠다.

이외에도 원제국의 명으로 고려에 매 수렵과 사육에 종사하는 鷹坊들이 설치되었다. 원에서 설치한 응방의 규모는 250호로 파악되고 있다. 그 관리자들은 윤수, 박의 등 고려인들이었지만, 실제적으로 매의 관리를 위해 몽골 대칸은 매를 수렵하고 사육하는데 능한 鷹坊子 낭기아타이[郎哥歹] 20인을 고려 경상도 영주 등지로 보냈다.¹¹ 이로 미루어 응방의 운영을 위해 몽골인들이 파견된 것으로 보인다.

한편, 1266년 이래 일본 교섭과 남송정벌을 대비하여 고려에 전함 축조와 군역의 부담을 지웠는데, 1269년 임연의 난을 계기로 몽골군대가 고려에 주둔하게 되었다. 당시 고려에 파견된 군대의 규모를 명확히 알 수 없지만, 임연의 誅伐을 목적으로 대신 몽케투(蒙哥都)가 이끈 2000명의 몽골군이 파견되어¹² 西京에 주둔하였다. 한편 頭鞏哥 국왕이 이끈 대규모의 군대도 서경으로 이동하여 원종을 호송했다. 1270년 12월 원 조정에서는 군사 2천을 고려에 증치하여 둔전을 설치하도록 하였다. 이에 힌두와 사추에게 군 5000을 거느리고 둔전케 하였고¹³, 홍다구에게는 고려인으로 구성되어 있던 領民 2천을 데리고 둔전하게 하였다. 둔전의 목적은 일본정벌을 대비코자 한 것으로 이 외에도 王京, 東寧府, 黃州, 鳳州 등 11곳에 둔전을 배치하고 경략사를 두었다.¹⁴ 이후

⁸ 『高麗史』 卷 26 「元宗世家」

⁹ 『高麗史』 卷 29 「忠烈王世家」

¹⁰ 『高麗史』 卷 106 「洪奎傳」

¹¹ 『高麗史』 卷 124 「嬖幸傳」

¹² 『高麗史』 卷 26 「元宗世家」

¹³ 『元高麗紀事』

¹⁴ 이개석, 『고려-대원 관계 연구』, 지식산업사, 2013, 178 쪽.

1275년 남송군으로 구성된 蠻子軍 1400인을 海州, 鹽州, 白州에 정착시켰고, 1276년 원에서 楊仲信에게 幣帛을 주어 그 중 500명에게 처를 구해주었다는 기록이 남아있다.¹⁵ 1278년 다루가치가 철수하면서 쿠빌라이의 명에 따라 둔전군도 모두 폐지되었으나, 일부는 잔류하였던 것으로 파악된다.¹⁶ 고려에서 둔전을 경작한 이들은 몽골인, 한인, 남송인, 고려인 등으로 그 인적 구성인 다양했으며, 앞서 보았듯이 고려에 정착해 있는 동안 고려인들과 통혼하는 사례들도 발생했다. 이러한 정황을 미루어 원제국에서 온 둔전세력들을 통해서도 원제국의 음식문화가 고려에 유입되었을 가능성이 있다. 이 가운데 소주의 증류 기술이 고려지역의 둔전을 위해 징발되었던 몽골인들을 통해 전파되었을 가능성이 제기된 바 있다.¹⁷

한편, 1273년 탐라로 거점을 옮긴 삼별초 세력을 진압하기 위해 麗蒙 연합군이 결성된 이래로 원에서는 제국 말기까지 탐라를 직할지로서 통치하였다. 이 시기 탐라에 임관한 몽골 다루가치, 주둔군 및 牧人들은 탐라에 거주하면서 몽골 문화의 자취를 탐라지역에 남겼다.¹⁸ 탐라 다루가치는 둔전병과 주민에게 말과 소 목장을 개설하여 사육하게 하였고 몽골의 영향은 제주의 육식문화와 고깃국, 술과 같은 지역 음식문화 속에 농후하게 남아 있다.

고려를 방문 했던 몽골인들 뿐만 아니라 대원제국을 방문했던 고려인들을 통해 원의 음식문화가 소개되었을 가능성 또한 크다. 실제로 忠定王을 따라 대원제국을 방문한 바 있었던 문인 閔思平의 『及菴詩集』에는 ‘飲膳經’ 즉 ‘飲膳正要’가 언급되는데,¹⁹ 이는 1330년 元文宗 즉 테무르 시기 太醫院의 飲膳太醫였던 忽思慧가 대칸을 위해 집필한 藥膳書이다. 여기에는 풍부한 원제국의 요리들이 소개되어 있는데, 閔思平의 시에 언급되고 있는 사실을 미루어, 고려 후반에 『飲膳正要』와 여기에 소개된 원제국의 음식들이 고려에 알려졌던 것으로 파악할 수 있겠다.

3. 한반도 음식문화에 나타난 원제국의 영향²⁰

¹⁵ 『高麗史』 卷 28 「忠烈王世家」

¹⁶ 『高麗史』 卷 29 「忠烈王世家」

¹⁷ 李盛雨, 『韓國食品社會史』, 敎文社, 1984, 216 쪽.

¹⁸ 몽골의 탐라 지배와 탐라에 거주한 몽골인들에 관해서는, 배숙희, 「元나라의 耽羅 통치와 移住, 그리고 자취」 『중국사연구』 76, 2012 참조.

¹⁹ “丹殼吹香風淡淡, 黼皮弄色雨溟溟, 心知此物真仙味, 故入皇元飲膳經” (閔思平, 유호진 역, 『及菴詩集』, 서울, 한국고전번역원, 2013).

²⁰ 본장은 필자의 논문 조원, 「『飲膳正要』와 大元제국 음식문화의 동아시아전파」 『역사학보』 233, 2017의 일부 내용을 수정 보완한 것이다.

고려시대 초기부터 조정에서는 목축을 권장하였으나, 말은 전투용과 운반에 사용되었고, 소는 農耕에 주로 이용되었으며 상대적으로 牛馬의 식용 비중은 낮았다. 특히 고려에서 불교가 융성하면서 여러 차례 도살금지령이 반포되었고²¹, 成宗시기에는 육식을 금하는 칙령까지 내려졌다.²² 그 영향으로 육식 문화가 더욱 발달하지 않았던 것으로 보인다. 『高麗圖境』의 風俗 편에는 고려인들의 연회 장면이 소개되어 있는데, 상차림이 다음과 같이 소박하게 묘사되어 있다. “지금 고려인은 평상 위에 또 작은 소반[小俎]을 놓고, 구리 그릇을 사용하는데 말린 고기[鱸腊]와 생선, 채소를 섞어서 내놓지만 풍성하지는 않다.”²³ 徐兢은 고려인들의 육식에 관해 「雜俗·屠宰」 편에서 다음과 같이 기술하였다.

“고려의 정치는 매우 어질어 부처를 좋아하고 살생을 경계한다. 따라서 국왕이나 재상[相臣]이 아니면 양과 돼지를 먹지 못한다. 또한 도살을 좋아하지도 않는다. 다만 사신이 방문하게 되면 미리 양과 돼지를 기른다. 〈그 가죽을〉 도축할 때는 손발을 묶어 타는 불 속에 던져 그 숨이 끊어지고 털이 없어지면 물로 씻는다. 만약 다시 살아나면 몽둥이로 쳐서 죽인 후에 배를 가르는데 장위(腸胃)를 모두 자르고 똥과 오물을 씻어낸다. 따라서 국이나 구이를 만들더라도 고약한 냄새가 없어지지 않으니, 그 서툰 것이 이와 같다.”²⁴

이 기록을 통해 당시 고려 왕실과 제외하고 육식 섭취가 어려웠음을 알 수 있다. 그리고 고려에서 육식은 잔치나 손님을 접대하기 위한 특별식이었던 것으로 보인다. 육식이 보편화되지 않았던 상황에서 고려인들의 도축 기술이 상대적으로 발달하지 않았던 것 같다. 물론 고려의 북변 지역은 거란 및 여진과의 접촉을 통해 수렵부족의 음식문화에 노출되어 있었을 것이다. 그러나 상대적으로 고려의 내지에서의 육식문화가 보편적이지는 않았던 것으로 파악된다.

그러나 1260년 몽골과 고려의 화친이 이루어진 이래로 고려지역에서는 육식문화가 확산되는 양상이 나타난다. 『고려사』를 쓴 사가는 충렬왕의 후비 제국대장공주가 어머니의 부음을 듣고서 통곡하면서도 여전히 예전처럼 육류를 섭취하였다고 기록하였다. 사가들의 시선에는 상중에도 육식을 금하지 않고 육류를 섭취했던 몽골인 후비의 모습이 인상적이었던 듯 하다. 육식이 주식이었던 몽골인 공주는 고려 왕실에 와서도 일상적으로 고기를 섭취하였던 것으

²¹ “禁屠殺, 肉膳亦買市廛以進”(『高麗史』卷2 光宗 19 年); “自今年限三年, 禁中外屠殺.”(『高麗史』卷8 文宗 20 年 1 月)

²²; “禁屠殺, 斷肉膳”(『高麗史』卷3 成宗 8 年 12 月)

²³ 徐兢, 『高麗圖境』 권 22 「雜俗·鄉飲」

²⁴ 『高麗圖境』 권 23 「雜俗·屠宰」

로 보인다. 몽골인들이 고려에 들어와서 육식이 일상식으로서 섭취될 수 있다는 인식을 심어 주었을 것이다.

몽골 대칸은 몽골과 고려가 화친을 맺은 이래로 고려왕에게 양을 하사하기도 하였다. 1263년 쿠빌라이는 원종에게 조서를 보내면서 양 500마리를 보냈고, 원종이 이를 제왕 및 5품 이상의 관리들과 나누었다.²⁵ 1297년에도 충렬왕의 생일을 맞아 원제국의 태후가 양 50마리와 고니 10마리 및 몽골 칸실의 술을 하사했으며,²⁶ 충렬왕 시기 왕실에서 개최한 연회에서 술과 양고기로 잔치를 하였다는 기록이 나온다.²⁷ 이로 미루어 몽골과 화친이 이루어진 이래로 몽골인들의 주식이자 북중국에서 많이 섭취되었던 양이 고려왕실을 중심으로 지배층의 식탁에 올랐던 것으로 파악된다. 그러나, 고려의 풍토가 양의 사육에 맞지 않아 양의 사육은 성행하지 않았다. 이렇듯 고려 후기에는 상류층을 중심으로 제사와 연회시에 양고기나 돈육이 사용되었으며 서민층에서는 널리 사육되었던 닭과 개가 식용되었던 것으로 파악할 수 있겠다.²⁸

한편, 고려말 육식의 보급과 더불어 경작에 활용되던 牛肉을 食用으로서 인식하게 되었다. 몽골과의 관계가 이루어지기 이전에 우육의 식용에 관해서는 양육과 돈육에 비하여 상대적으로 적은 편이며, 상류층 일부에서만 牛肉을 食用했다는 기록이 있다. 몽골과 고려가 화친을 맺은 이래로 몽골 조정에서는 소와 고니를 징발하여 공납하도록 명하였다. 1271년 원종시기 몽골에서 農牛 6000마리를 요구하였으며 고려에 와있던 둔전병들에게도 우육은 경작용뿐 아니라 식용으로도 중요했다. 원의 농우 징발의 요구와 더불어 고려에서는 牧牛를 하였는데, 이는 소의 수량을 증식시켰을 뿐만 아니라, 자연스레 食肉觀이 고려사회에 자리잡는데 중요한 영향을 끼쳤을 것으로 파악된다.²⁹

『居家必用』의 庚集에는 원대 민간의 요리문화가 소개되어 있다. 『居家必用』에 편찬된 조리법들은 17세기 조선에서 편찬된 실학서인 『山林經濟』에 상당수 수록되어 있다. 김상보는 원말의 類書인 『居家必用』에 나오는 요리들은 17세기 조선시대의의 ‘治膳’편에 60% 이상이 그대로 수록되어 있는 것으로 파악하였으며, 이를 통해 고려 후기 원으로부터 육류 요리법들이 전해진 것으로 보았다. 다만 원 육류요리의 주재료였던 양고기 대신에 고려와 조선에서는 우육과 돈육을

²⁵ 『高麗史』 卷 25 「元宗世家」

²⁶ 『高麗史』 卷 31 「忠烈王世家」

²⁷ 『高麗史』 卷 31 「忠烈王世家」

²⁸ 李盛雨, 『高麗 以前の 韓國食生活史研究』, 郷文社, 1978, 362-363 쪽.

²⁹ 李盛雨, 『高麗 以前の 韓國食生活史研究』, 364 쪽.

활용하였다고 보았다.³⁰

『居家必用』에서 소개된 육류 조리법 가운데 『山林經濟』에 인용된 사례들을 살펴보면 다음과 같다. 『居家必用』의 燒肉品 부분에서 燒肉, 羊膊, 羊肋, 羊耳舌, 野鷄, 鷓鴣, 羊胛肪, 野鴨이, 煮肉品의 煮諸般肉法으로 羊肉, 敗肉, 煮驢馬, 煮肥肉, 牛肉, 馬肉, 獐肉, 鹿肉, 熊掌이 『山林經濟』에 원용되었다. 燒肉은 ‘고기를 구워 차려내는 법으로 화로에 굽는 양을 제외하고, 모든 고기는 모두 꼬챙이에 꿰어서 기름·소금·장·고운 양념·술·초를 적시고 풀을 얹게 발라서 숯불 위에서 뒤집으며 익을 때까지 구운 후 밀가루 껍질을 벗겨내고 차리는 방법’으로, 羊膊, 羊肋, 羊耳舌 등 양의 앞다리, 양의 갈빗대, 양의 귀 혀 구이 요리가 소개되어 있다. ‘煮諸般肉法’은 소, 양, 나귀, 말, 사슴, 노루, 오소리, 기러기 고기, 곰 발바닥 등 질긴 고기, 기름기 많은 고기, 상한 고기 등의 각종 육류를 삶아 먹는 방법을 다루고 있다.³¹ 고려 후기 이후로 한반도에서 육식을 섭취하기는 했지만, 건조와 조림 이외에 조리법이 발달하지 않았던 상황에서 북송시기부터 원대까지의 다양한 조리법들을 담고 있는 『居家必用』의 육류 조리법과 관련된 풍부한 지식들은 유용한 정보를 제공했을 것으로 보인다.

몽골제국이 형성된 이래로 몽골과 몽골지배하에 있던 각 지역의 문화가 동아시아에 유입되었다. 이상의 내용을 통해 몽골과 고려왕실이 화친을 맺은 이후 왕후, 관료, 상인, 군인 등의 신분으로 고려에 온 이들을 통해서 고려 사회에서 상류층에 한하여 소비되고 불교문화의 영향하에 소비가 제한적이었던 육류의 섭취가 보다 보편화되고 확산되는 경향이 나타나고 있음을 확인할 수 있다.

육류의 보급과 더불어 몽골의 정복 이후에 생산이 늘어난 것이 酪과 酥이다. 조선시대 왕실에서는 酪粥을 常膳으로 먹었다는 기록이 있다.³² 酪粥은 駝酪粥으로도 불렸는데, 흥미롭게도 駝酪은 몽골어로 우유를 발효시켜 만든 요구르트를 의미한다. 이는 조선시대 御貢으로서 왕가에서 섭취했을 뿐 아니라, 조선 상층부에서도 상식되었고, 외국에서 사신이 왔을 때에도 이를 대접을 했다. 조선시대 구목과 목축을 관할하던 司僕寺, 內醫院 등에서 진봉을 담당했다. 조선전기 타락족과 같은 유제품들을 전문적으로 제조하던 집단이 있었는데 이들을 酥油赤이라 하였다. 이들은 황해도 평안도에 있던 몽골인들로 도살업에 종사하던 자들로 조선초기 조선 왕실의 식사를 공급하던 司饗房에 酥油 상납하였다. 그러나 세종 3년(1421) 조정에서는 이를 폐지하도록 명하였다.³³ 이러한 수유치의 존재들은 이미 고려말기부터 한반도 북부에 거주해왔던 몽골인들이었을 가능성

³⁰ 金尙寶, 앞 책, 331-332 쪽.

³¹ 김혜숙, 「『거가필용사류전집』의 음식 조리법의 내용과 조선에서의 인용」 『동아시아 책의 문화사와 조선시대 음식의 지식체계』, 77-80 쪽.

³² 『朝鮮王朝實錄』 34 「仁祖實錄」 仁祖 14 년(국편영인본).

³³ 『朝鮮王朝實錄』 2 「世宗實錄」 世宗 3 년.

이 높다. 그리고 조선초기 몽골인들이 유제품의 제작을 전문적으로 담당했다는 사실을 미루어 유제품을 주식으로 하는 몽골의 음식문화가 조선 왕실에 남아 있었다고 볼 수 있겠다. 그렇다면 이러한 유제품은 언제부터 한반도에서 식용되었던 것일까?

『고려사』에 따르면, 고려 明宗 연간 翰林學士를 역임하였던 李純佑가 八關會에 사용하기 위해 소젖으로 煉乳를 만드는데 四機의 젓소들이 모두 동원되어 소와 송아지가 상하게 되는 점을 지적하는 주를 올렸다.³⁴ 이로 미루어 고려시대 상층부에서 특별한 행사에 유제품이 제조하여 사용했음을 알 수 있다. 고려말기가 되면 유제품의 생산이 보다 전문화되는 양상이 나타난다. 고려말 禡王대에는 乳牛所라고 하는 御用 유제품을 제조하는 전문적인 기구를 두었고, 여기에서 牛酪이 만들어져 왕에게 올려졌고,³⁵ 왕은 이를 근신들에게 보양식으로 하사하기도 하였다.

이상의 내용을 미루어 고려말 유제품을 제조하는 전문 기구를 두고 유제품을 왕실에 진상하게 하였던 제도가 조선에까지 이어졌음을 파악할 수 있겠다. 또한 고려말 왕실에서 유제품을 常食하는 풍습은 유제품을 주식으로 삼는 몽골의 풍습에서 기인한 것으로 고려에 下嫁한 몽골 왕후들과 관료들을 통해 몽골적인 음식문화가 전파되었던 것으로 추정할 수 있겠다.

육류와 유제품의 섭취 이외에 본고에서 주목한 것은 몽골제국에서 음용되던 음료 舍兒別의 전파이다. 조선시대에는 불교의 쇠퇴와 함께 차 대신 음료 가 발달하게 되었다. 이 과정에서 몽골제국시기에 음용되던 음료가 한반도에도 소개된다. 조선후기 일용생활서인 『山林經濟』에는 渴水, 즉 청량음료로 ‘木瓜渴水’와 ‘五味渴水’가 나와 있고,³⁶ 『林園經濟志』에는 御方渴水, 林檎渴水, 木瓜渴水, 蒲萄渴水, 香糖渴水 가 소개되어 있는데³⁷ 그 조리법은 『居家必用』의 ‘渴水番名攝里白’의 항목에서 그대로 인용한 것으로, 『飲膳正要』에는 몽골 대칸이 음용하던 舍兒別로서 소개되어 있다.

‘渴水番名攝里白’은 番名 즉 페르시아어로 攝里白이라 불리는 渴水로서, 그 종류로 계피, 정향, 계화 등을 넣어 만든 御方渴水, 햇능금 즙을 졸여 만든 林檎渴水, 양매즙을 짜서 만든 楊梅渴水, 모과를 넣어 만든 木瓜渴水, 오미자즙을 꿀과 함께 졸여 만든 五味渴水, 포도즙에 꿀 등을 넣고 먹는 蒲萄渴水, 송당, 광향잎, 생강 등을 넣고 졸여 만든 香糖渴水, 갈분, 울금, 산치, 감초 등을 물에 섞어 만든 造清涼飲法 등의 청량음료들이 소개되어 있다. 이 가운데 오미자즙을 넣어 졸여서 만든 五味渴水의 제법이 『飲膳正要』에 나왔던 五味子舍兒別 상당히 유사하다.

³⁴ 『高麗史』 卷 99 「李純佑傳」

³⁵ 『高麗史』 卷 135 禡王 11 年

³⁶ 洪萬, 『山林經濟』 (파주, 景仁文化社, 1973).

³⁷ 徐有渠, 『林園經濟志』 (서울, 保景文化社, 1983).

사료	원문
『飲膳正要』	五味子舍兒別：新北五味十斤，去子，水浸，取汁；白沙糖八斤，煉淨。右件一同熬成煎
『居家必用』	五味渴水：北五味子肉一兩爲率。滾湯浸一宿。取汁同煎。下濃豆汁對當的顏色恰好。同煉熟蜜對入。酸甜得中。慢火同熬一時許。涼熱任用。
『事林廣記』	五味渴水：北五味子肉一兩爲率。滾湯浸一宿。取汁同煮。下濃黑豆汁對當的顏色恰好。同煉熟蜜對入。酸甜得所。慢火同熬一時許。涼熱任意用之。
『山林經濟』	五味子滾湯浸一宿。取汁同煮。下濃豆汁對當的顏色恰好。同煉熟蜜對入。酸甜得中。慢火同熬一時許。涼熱任意用之。 ³⁸

『飲膳正要』와 『居家必用』, 『事林廣記』, 『山林經濟』의 오미자갈수는 제법에 있어서 오미자즙을 당분과 함께 졸인 후 식혀 마신다는 점에서 기본적으로 유사하다. 또한 조선후기에 편찬된 『山林經濟』의 오미자갈수 제법은 『居家必用』의 제법을 그대로 원용하고 있다는 점에서 『居家必用』의 요리법을 참조했음을 알 수 있다. 그런데 세부조리과정을 살펴보면, 식재료의 사용에 있어서 다소 상이한 점이 발견된다. 『飲膳正要』에 白沙糖이 사용된 것과는 달리 『居家必用』, 『事林廣記』, 『山林經濟』에서 오미자와 함께 콩즙을 넣어 달이고 마지막에 꿀을 타서 식히는 방식을 취하고 있다. 그리고 『居家必用』, 『山林經濟』에 콩즙을 넣는다고 기술된 것과 달리, 『事林廣記』에 黑豆汁의 특정재료가 기술되어 있다. 오미자갈수 제법에 있어 오미자를 제외한 식재료 활용에 차이가 발생하는 것은 각 지역의 풍토와 환경의 차이로 말미암은 것으로 생각된다.

『飲膳正要』에서는 단맛을 내는 조미료로서 砂糖과 白沙密이 다양한 요리에 활용되고 있다. 당시 砂糖 생산을 전담하는 砂糖局은 杭州에 소재하고 있었고³⁹, 이와 더불어 泉州 永春지역이 白沙糖의 주요 산지였다. 이곳에서 무슬림과 유대인들이 砂糖 제조 기술을 장악하고 있었다. 이러한 기술은 아라비아 반도에서부터 泉州 지역에 정착한 이 지역 출신 기술자들을 통해 유입되었고 이를 통해 제조된 白沙糖이 대도의 몽골 궁정에 진상되었던 것이다.⁴⁰ 당시 원의 궁정에서 飲用되었던 오미자 갈수는 서역에서 전해진 白沙糖 기술이 더하여져 진귀한 음료로서 진상되었던 것이다. 반면에, 기타 일용서에 나오는 오미자 갈수는 당시 접근이 용이했던 콩즙을 활용하여 제조한 서민적인 음료였다. 또한 우리나라에서는 전통적으로 오미갈수에 오미자와

³⁸ 한국전통지식포털 <http://www.koreantk.com/ktkp2014/kfood/kfood-view.view?foodCd=109513>(검색일: 2016년 8월 20일)

³⁹ “杭州砂糖局宦皆主體，回回富商也” 『山居新話』(『四庫筆記小說叢書本』, 上海, 上海古籍出版社, 1991).

⁴⁰ 尚衍斌, 앞 책, 66-69 쪽.

더불어 녹두가 사용되었다. 이 또한 당시 한반도의 주요 생산물이자 식재료로 많이 활용되었던 녹두의 구입이 용이했고 우리의 입맛에 익숙했기 때문이었을 것이다.

결론

13세기 몽골이 대제국을 건설한 이래로 몽골제국의 영향력은 동아시아의 정치, 사회, 제도 각 분야에 깊은 영향을 남겼다. 본고에서는 몽골의 襲來가 동아시아 지역에 남긴 흔적을 문화적인 측면에서 고찰해보았다.

몽골제국시기 유라시아 대륙을 망라하여 광범위한 규모의 교류가 전개되었다. 이러한 역동은 제국의 중심부와 정복 지역 문화에 변동을 가져왔으며, 때로는 지역 문화의 지형을 바꾸어 놓기도 했다. 본고에서 살펴본 바 대로, 대원제국의 중심부는 각 지역 문화가 접촉하고 교류되는 장이었다. 몽골의 개방주의 정책에 따라 몽골, 위구르, 티벳, 페르시아, 한인, 고려인 등이 관료로 등용되었으며, 쿠빌라이시기 海運 체계의 정비를 통해 물자 운송의 인프라가 확립되면서 각 정복지역 물자가 대도로 집결되는 등 인적·경제적 차원에서 제국의 중심부에는 다양한 문화가 공존했다. 이시기 문화적 다양성과 융합의 현상을 가시적으로 보여주는 것이 음식문화이다. 대간은 서아시아, 중앙아시아로부터 동남연해, 고려에 이르기까지 각 지역에서부터 오는 다양한 조공품들로 각 지역의 산해진미를 맛볼 수 있었다.

1260년 몽골과 화친을 맺고 교류가 재개된 인적 교류가 활발해졌고, 제국의 음식문화도 자연스레 한반도 지역으로 유입되었다. 고려에 下嫁한 몽골 왕후들과 사속인들, 다루가치를 비롯한 몽골 관원들, 주둔군과 둔전세력들을 및 원제국을 방문했던 고려인들을 통해 원제국의 음식문화가 전해졌고, 자연스레 고려의 음식문화에 새로운 요소와 인식을 더하여 변화를 가져왔다. 음식문화는 문화의 요소 가운데에서도 장기적인 접촉과 교류를 통해 수용되는 분야이다. 원제국의 음식문화 가운데 일부가 고려와 조선에 수용되었다는 것은 몽골과 고려의 장기적이고 광범위한 접촉을 반영하고 있다.

1260년 몽골과 고려의 화친이 이루어진 이래로 고려지역에서는 불교영향으로 약화되어 있던 육식문화가 유입되었다. 그러나 대원제국의 음식문화를 그대로 받아들이기보다는 고려의 실정에 맞게 변용하는 양상이 나타난다. 고기를 다루는 방식과 다양한 조리법이 유입되었으나 양 도축 및 소비의 방식이 우육 및 돈육으로 대체되었다. 고려말 왕실과 상층부를 중심으로 유제품을 常用하는 문화가 생겨났고, 이는 조선시대까지 이어진다.

한편, 대원제국의 음료문화도 한반도에 유입되어 선택적으로 수용되고 변용되는 양상이 나타난다. 조선시대에는 불교의 쇠퇴와 함께 차 대신 화채, 밀수, 식혜, 수정과 등의 음료 및 藥餌性 음청류가 발달하게 되었다. 14세기 『飲膳正要』에 소개되었던 청량음료인 舍兒別의 조리에 관

한 지식이 17-18세기 조선후기 일용생활서인 『山林經濟』와 농서 『林園經濟志』에 渴水로 소개되고 있다. 솥兒別는 서아시아 지역으로부터 몽골공정에 소개된 청량 음료로서, 송원대를 거쳐 중국 지역에서 본토화되는 과정을 겪으며, 渴水라는 이름을 갖게 되었고 白沙密을 대신하여 豆汁으로 단맛을 내게 되었다. 이후 渴水는 고려말, 조선시기를 거쳐 한반도에 유입, 선택적으로 수용되었으며 그 과정에서 녹두가 오미자와 함께 주재료로 정착되었다.