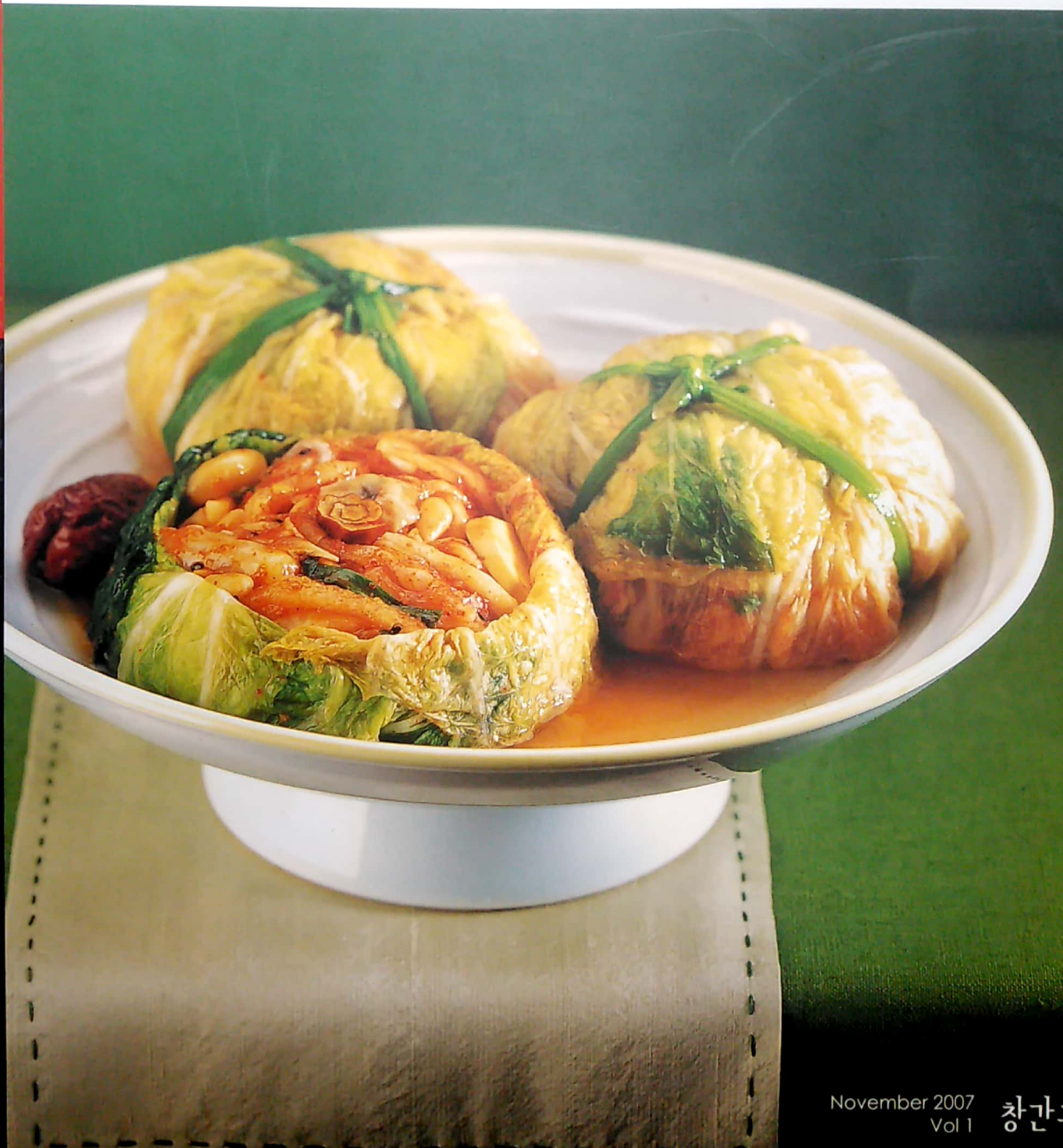


TRADITION
CULTURE
SCIENCE
INDUSTRY-MARKETING

Kimchi

세계적인 문화유산, 우리의 대표 먹거리

김치



세계적인 문화유산, 우리의 대표 먹거리

김치

TRADITION
CULTURE
SCIENCE
INDUSTRY·MARKETING

Kimchi

협찬기업

CJ 제일제당
동원 F&B
영양고추유통공사
흥미식품
농우바이오
풍우리
Mirafresh
덕이네 김치
전국농산물산지유통인중앙연합회
한국식품연구원

통권 1호 김치

137-070

서울시 서초구 서초동 1603-54 서울벤처정보대학교대학원 내 B110호

TEL | 02-523-6774

FAX | 02-3470-5336

홈페이지 | <http://www.kimchiresearch.com>

E-mail | kimchi@kimchia.com / kka21c@naver.com

발행일 | 2007년 11월 22일

발행인 | 박건영

편집위원장 | 이상호 한국식품정보원

편집위원

강순아 서울벤처정보대학교대학원 교수 / 한국김치협회 총무이사

노치웅 경남농업기술원 / 한국김치협회 부회장

박종철 산업자원부지정 김치사업단순천대센터장

우희영 농우바이오 / 한국김치협회 이사

이명기 한국식품연구원 책임연구원 / 한국김치협회 총무이사

발행처 | (사)한국김치협회

편집디자인 | hey&Co. 조완웅

출력 | AnyPrinting

인쇄 | 민우 P&B

편집후기

세계인과 함께 하는 김치 문화 정보지 **김치**의 탄생은 (사)한국김치협회의 **김치의 날** 선포식과 함께하기에 더 큰 의미가 있다고 하겠습니다.

시대 흐름에 따라 김치의 위상도 변해왔습니다. 우리가 매일 식탁에서 만나는 김치가 세계 속의 **KIMCHI**로 인정받게 됐고 이맘 때쯤이면 집집마다 김장을 담그던 풍경이 지금은 위생적이고 첨단 시설을 갖춘 공장에서 생산되는 어엿한 산업으로 성장하기에 이르렀습니다.

외적인 변화만큼 김치를 생각하는 국민의 인식과 기대도 달라지고 있습니다.

한국의 음식 문화를 대표하는 김치를 통해 전통 문화를 즐기고자 노력하고 있으며 세계인의 건강식품으로 알려지면서 자부심 또한 커지고 있습니다. 그야말로 우리 김치 제대로 알기, 제대로 즐기기의 바람이 불기 시작한 것입니다.

김치의 탄생을 계기로 한국의 맛과 멋을 대표하는 우리 김치를 과학적, 문화적, 전통적인 시각에서 집중 조명하고자 합니다. 나아가 온 국민이 **김치**를 통해 수백 가지 김치의 맛과 멋에 흠뻑 빠질 수 있는 사랑방이 되고자 합니다.

아울러 국민의 김치 사랑이 김치 산업에 힘을 불어넣어 세계 김치 시장을 선점하는 커다란 힘이 될 수 있기를 희망합니다.

김치 창간호가 탄생하기까지 박건영 회장님을 비롯한 임원진과 정성 담긴 원고를 제공해주신 집필진들께 감사드립니다. 또한 첫발을 내딛는 데 힘을 보태주신 협찬 기업과 회원들께도 진심어린 감사사를 드립니다.

김치가 영문으로 번역되어 세계인에게 읽히는 그날! 기쁜 마음으로 오늘을 기억할 수 있기를 기대합니다.

2007년 11월 22일 편집위원장 이상호

김치

Contents
November 2007

- 012 인사말 (사)한국김치협회 회장 박건영
- 014 김치의 날 선언문
- 016 축사
- 027 김치의 건강 효능 부산대학교 식품영양학과 / 박건영
- 030 김치 속의 과학 이야기 부산대학교 명예교수, 한국김치협회 고문 / 최홍식
- 033 김치의 특성 요리연구가 & 수도요리학원 / 이종임
- 034 4가지 김치 레시피 요리연구가 & 수도요리학원 / 이종임
- 038 업체탐방 농우바이오, 세계 최고의 기업을 꿈꾸며
 - 042 영양고추유통공사, 한류식품의 대표식재 '빛깔찬' 고춧가루 생산현장을 가다
 - 044 풍미식품, 우리의 전통음식 「김치」 세계적인 웰빙식품으로
- 046 김치의 역사와 김치의 종류
- 052 김치의 세계화 국립순천대학교 김치센터장 / 박종철
- 060 세계 속의 한국음식 김치 (사)한국전통음식연구소 소장 / 윤숙자
- 064 오색(五色)과 오미(五味)의 우주론 이화여자대학교 학술원 석좌교수 / 이어령
- 068 김치 원료의 기능성 한국식품연구원 / 김영진
- 072 마늘과 건강 이야기 서울벤처정보대학원대학교 발효식품학과 / 강순아
- 076 기능성 열무김치 세계일류 상품화 기술 개발 경남농업기술원 / 노치웅
- 078 이하연의 김치교실 요리연구가 / 이하연
- 082 제품정보
- 089 행사
- 090 김치 미생물 이야기 한국식품연구원 식품가공·유통연구본부 전통식품연구단 / 이명기
- 094 열갈이배추김치와 열무김치의 품질특성 농촌진흥청 농업과학기술원 / 전해경
- 098 일본시장에 관련된 김치의 현황과 대책 김치네트워크협의회 회장
- 103 김치의 국내외 품질규격 현황 한국식품연구원 / 이용환
- 110 문헌고찰을 통한 20세기 초반 김치제조연구 前 풀무원 김치박물관 실장 / 박채린
- 116 김치 특허 출원 동향 월간 식품세계
- 125 해외 언론 속의 김치
- 133 김치 석사·박사 학위논문 산업자원부지원 김치사업단 순천대센터
- 142 협회소식

전라도는 맵고 짭짤하고 진한 맛과 감칠맛이 나고 경상도의 김치보다 사치스럽다. 특히 고춧가루보다 마른 고추를 불려서 갈아 걸죽하게 만든 젓국을 많이 쓰는데 젓국은 새우젓, 조기젓, 멸치젓을 쓰지만 멸치젓을 더 쓰고 특히 추자 멸치젓이 많이 쓰인다. 다른 지방에 비해서 통깨도 많이 쓴다. 일큰한 김장김치 이외에 나주에서 나는 배 맛 같은 무로 담근 동치미, 해남의 감김치, 씹쓸한 고들빼기김치도 유명하다. 제주도는 기후가 따뜻하여 배추가 밭에서 월동하고 다른 채소들이 많아서 김장의 필요성이 덜하여 그 종류가 단순하다. 배추꽃대로 담그는 김치를 꽃대김치라 하여 특색이 있다. 갯물김치, 톳김치, 청각김치, 즉석김치, 담백한 물김치, 톳김치, 실파김치, 청각김치, 속음배추김치 등이 있다.

교통이 편리해지고 각종 채소류의 재배기술이 발달한 현대사회에서는 계절성과 지역성의 한계가 뚜렷하지 않게 되었다. 가장 뚜렷한 차이라고 하면 전라도와 경상도 등 남부지방에서는 소금과 젓갈을 많이 써서 짜고, 그 밖에도 양념을 많이 하여 맛이 진하며 북쪽으로 갈수록 담백한 김치를 담근다는 사실이다. 또 함경도나 강원도 등 해안지방에서는 해물이나 젓갈을 많이 사용하는 것도 특징이라 할 수 있다. 그러나 북한의 경우는 여러 가지 경제여건이 많이 달라서 현재의 김치 종류는 이상에서 설명한 것과는 다를 것이라고 생각된다. 앞으로 김치의 종류는 식생활 양상의 변천에 따라 달라질 것이다. 77



이하연의 김치교실

전라도식 포기김치

요리연구가
이하연

재료

절임배추 10kg(배추 5통분량)

소

무 1개, 갓 170g, 미나리 70g, 쪽파 50g,
배 1개

양념

고춧가루 1컵, 마른고추 200g, 다시마물
2컵(5X5cm 다시마 1장, 물2컵), 찹쌀풀 2
컵, (찹쌀가루2큰술, 물3컵, 콩물 1큰술),
다진마늘 1/2컵, 다진생강 1작은술, 구운
소금·검은깨 약간

젓갈

멸치액젓 2컵, 멸치생젓 1/4컵, 새우젓 1
컵, 생새우 200g, 국물, 생수 2컵, 구운
소금약간

입에 착착 감기는 전라도식 포기김치

전라도식 배추김치는 찹쌀풀을 넉넉하게 넣고 마른 고추를 불려서 갈아 넣어 걸쭉하고 칼칼하고 칼칼하게 담급니다. 젓갈과 양념이 많이 들어가 맵고 짭맛이 강하지만 국물이 진하고 구수해 감칠맛이 나지요. 무채를 적게 넣어 담기도 하며 무채를 아예 안 넣는 경우도 있습니다. 멸치생젓 대신 갈치속젓을 넣어도 깊은 맛이 우려납니다. 갈치속젓을 넣을 때는 건더기는 다지고 국물과 같이 넣지요. 갈치속젓을 넣으면 아무래도 색이 검게 되는데 보기에 진한 남도 김치의 풍미가 느껴집니다.

다시마물 만들기

재료(2컵) : 다시마 1조각(5cm X 5cm), 물2컵

- ① 다시마 조각은 젖은 행주로 닦아 하얀 분과 불순물을 없앤다.
- ② 분량의 찬물에 다시마 조각을 넣은 다음 끓인다. 팔팔 끓으면 불을 끈다.
- ③ 20분 정도 지나 다시마 국물이 적당히 우러나면 건져내고 국물은 식힌다.

찹쌀풀 만들기

재료(2컵) : 찹쌀가루 2큰술, 콩물 1큰술, 물 3컵

- ① 물 1컵에 찹쌀가루를 넣어 잘 간다.
- ② 불린 대두를 믹서에 넣고 다시마물을 조금 넣어 간다.
- ③ 물 2컵을 팔팔 끓이다가 찹쌀가루 갠 것과 콩물을 넣고 풀을 쏜다. 숟가락으로 떠서 주르륵 흐를 정도로 썰어서 식힌다.

1. 배추준비하기

배추는 밑동에 칼집을 넣어 손으로 벌려 가른다. 분량의 물에 소금 양의 반을 풀어 녹인 다음 배춧잎 사이사이에 소금물을 끼얹어 적신다. 배추 줄기 부분에 켜켜이 나머지 소금을 뿌린다. 큰 통을 준비해 소금을 뿌린 배추의 속이 위로 올라오도록 차곡차곡 쌓고 남은 소금물을 붓는다. 5시간이 지나면 아래위의 배추 위치를 바꿔 한번 뒤집은 다음 다시 5시간을 절인다. 깨끗한 걸 이파리를 골라 우거지용으로 함께 절여둔다.

2 배추 씻어 물기 빼기

잘 절여진 배추는 흐르는 물에 네 번 정도 행궈 소금기를 뺀 후 채반에 얹어서 물기를 뺀다.

3. 무와 배 썰기

무는 솔로 껍질을 박박 문질러가며 씻은 다음 지저분한 부분만 도려내고 굵게 채썬다. 고춧가루를 뿌리고 버무려 고춧물을 들인다. 배도 같은 크기로 썬다.

4. 갓과 미나리, 쪽파 썰기

갓과 미나리, 쪽파는 각각 지저분한 이파리를 떼어내고 흐르는 물에 씻어 건져 물기를 뺀 다음 각각 4cm 길이로 썬다.

5. 젓갈 준비하기

생새우는 열은 소금물에 씻어 건져 물기를 뺀 다음 칼로 다지고, 새우젓도 칼로 다진다. 멸치생젓과 멸치액젓은 국물로만 준비한다.

6. 마른고추 갈기

고추꼭지를 따고 가위로 3등분한 다음 씨를 털고 물에 씻어서 2-분쯤 두어 불린다. 믹서에 다시마물을 조금 넣고 준비한 고추를 넣어 간다.

7. 양념소 만들기

고춧가루와 다시마물, 찹쌀풀, 다진 마늘, 다진 생강, 갈아둔 고추와 젓갈, 멸치액젓, 멸치가루, 검은 깨를 넣어 잘 섞어 김치 양념을 만든 다음 ③과 ④를 넣어 잘 섞는다. 간을 보아 싱거우면 소금을 넣어 조절한다.

8. 소 넣기

배춧잎 사이사이에 소를 퍼서 넣은 후 겉잎으로 전체를 싸서 잘 아무린다. 배추를 자른 단면이 위로 오도록 방향을 잡아 통이나 항아리에 차곡차곡 쌓아 담는다.

9. 우거지 덮어 보관하기

통의 4/5 정도가 채워지도록 김치를 담은 다음 미리 절여 준비한 푸른 겉잎을 덮어 공기가 통하지 않도록 꼭꼭 눌러 아무린다. 분량의 재료로 국물을 만들어 붓는다.

10. 숙성시키기

상온에서 하루 정도 익히고 냉장고에 넣어 20일 익힌 후 먹기 시작한다.

웅진씽크빅 장안에 소문난 김치 명인
이하연의 명품김치 중에서