

전라북도민의 맛을 느낄 수 있는 책

# 온고을의 맛 한국의 맛

● 李鍾根

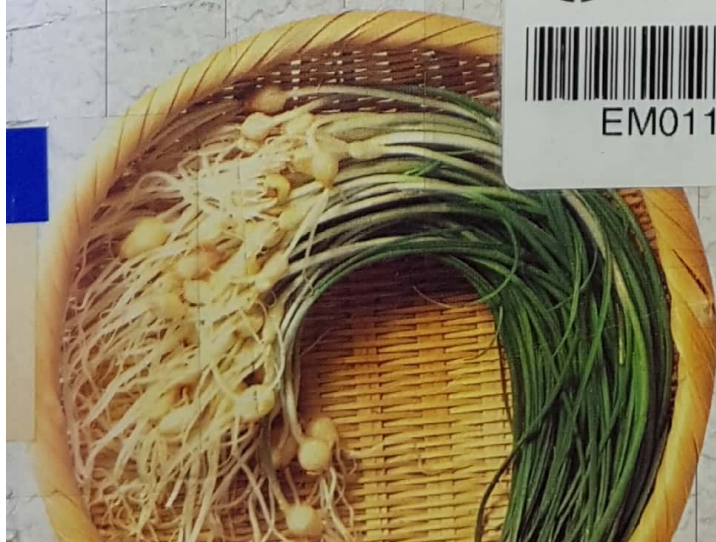
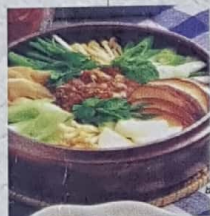
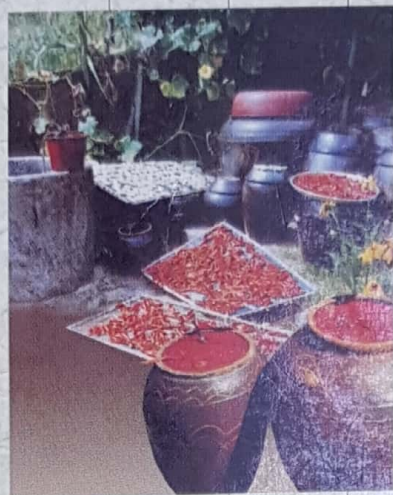


전주시립도서관



EM0114172

新亞出版社



인지생략

## 온고을의 맛 한국의 맛

1995년 11월 1일 인쇄

1995년 11월 10일 발행

1996년 6월 15일 1판2쇄 발행

지은이 이 종 근

펴낸이 서 정 일

펴낸곳 신아출판사

560-081 전주시 완산구 태평1동 251-30

전 화 / (0652)75-4000, 252-5633

FAX / (0652)74-3131

등 록 / 1984. 8. 17. 제28호

©1995, 이종근

값 10,000원

\* 저자와의 협의에 의해 인지는 생략합니다.

ISBN 89-7171-270-8



# 온고을의 맛 한국의 맛 • 차례

원색화보 / 2 프롤로그 / 9

## • 제 1부

全州콩나물국밥 .....	19
全州비빔밥 .....	26
젓갈 .....	33
전통술 .....	39
차 .....	47
김치 .....	57
鎭安애저찜 .....	64
어복쟁반 .....	71
淳昌고추장 .....	78
명태 .....	85
黃登비빔밥 .....	92

## • 제 2부

신선로와 전골 .....	101
全州한정식 .....	109
全州十味(上) .....	117

## 온고을의 맛 한국의 맛 • 차례

全州十味(下) .....	124
高敞풍천장어 .....	132
민물고기음식 .....	139
백반 .....	147
죽 .....	154
장 .....	162
花心두부 .....	171
나물 .....	178

## • 제3부

장아찌 .....	187
묵 .....	195
전과 적, 빈대떡 .....	203
육회 .....	210
完州군 東上면 감식초 .....	217
복어와 아귀음식 .....	224
전북의 특산물(上) .....	232
전북의 특산물(下) .....	241
전북의 절식 .....	250
찜 .....	258

## 온고을의 맛 한국의 맛 • 차례

닭음식 .....	265
-----------	-----

### • 제 4부

상추쌈 .....	275
국수와 냉면 .....	282
밥 .....	290
鎭安인삼 .....	299
설령탕과 곰탕 .....	308
버섯요리 .....	315
국 .....	323
추석과 가을절식 .....	331
청국장 .....	339
떡과 한과 .....	345
참고문헌 / 354 에필로그 / 356	

### • 부록

전북의 별미집 / 364	전북의 대표적 음식 / 367
전북의 지역별특산물 / 367	상극식 / 369
함께 먹어야 몸에 더 좋은 음식 / 371	식중독의 구급법 / 374

## 온고을의 맛 한국의 맛

全羅北道는 饌道요, 맛갈스런 고장이라는 것은 누구나 인정하는 바이다. 맛에서 관소리가 나왔고, 각종 문에 활동이 왕성했다고 해도 과언이 아니다.

그러나 최근 향수로만 젖어오는 '全北의 맛'이라는 자책의 소리를 듣고 있다.

이런 연유로 우리 지역의 옛 맛을 알리고 영원한 고향의 맛으로 남기를 바라는 마음에서 韓國의 맛, 全北의 맛을 소개하고자 한다.

'全羅道 지방의 음식은 짜지만 인심은 싱겁다'는 옛 말이 있다. 이는 음식맛으로 인심을 바꾸는 말로, 양념 하나 하나를 넣을 때에는 손 크게 넣는다는 의미다.

특히 全北은 우리 나라에서 음식 사치(?)로 유명한 서울, 개성 다음의 위치에 속해 있다.

이같은 이유는 풍부한 해산물, 기름진 평야의 오크, 각종 산나물을 천의 재료로 쓰기 때문이다. 비록 음식은 맵고 짜지만 씹을수록 단맛이 나고 익혀서 먹는 것같은 것이 많은 것도 全北 음식만이 가지는 특성이다.



고창 대산 「수박」



全州 백면집의 한정식



「화성 순두부」집의 순두부 백면짜개



진안읍 진안관의 「애저뽕」



高敞 「풍천장어」





「황동비빔밥」을 만드는 원금애 여사



정읍시 태인면 「대일정」에서 '참게장 백반'을 만드는 한순이 여사



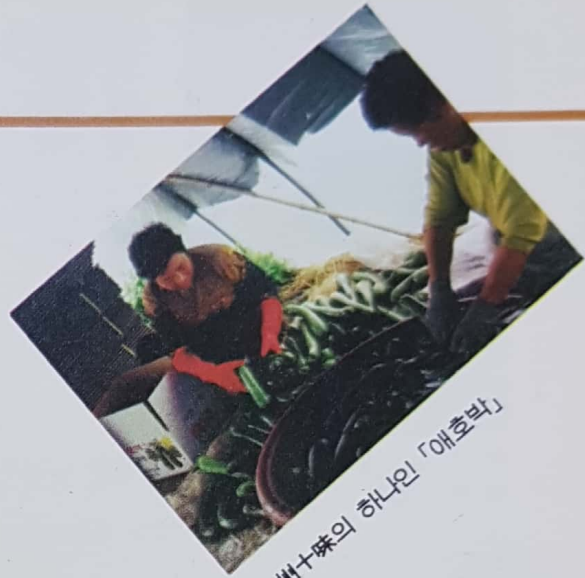
부안의 「백합죽」



진안 「인삼밭」



한벽루 부근 오모가리탕 전문점 「김제집」



全州十味の 하나인 「애호박」



완주군 동상 「감식초」

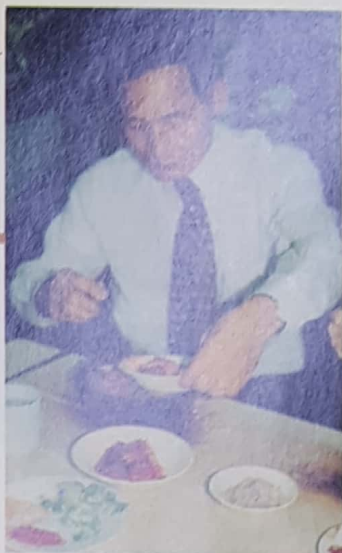


전북을 대표하는 「고들빼기 김치」



백제훈이 깃든 부안의 원효방





한 손님이全州콩나물 국밥을 먹고 있다



전주 이강주(全州 梨薑酒)



全州「콩나물국밥」에는 반드시 모주가 뒤 따른다.



全州 비빔밥을 만드는 「성미당」의 주인 이판례 할머니와 딸 정영자씨(뒷쪽)



「長水 사과」가 최근 당도가 높아 全北의 특산물로 각광 받고 있다.