

Korea
Sparkling

T a s t e s o f K o r e a

전국 170개 지역 대표음식 스토리텔링
우리 고장

포북대학교



E00787031

이야기

전국 170개 지역 대표음식 스토리텔링
우리고장



이야기

초판1쇄 발행 2009년 3월 16일

발행 문화체육관광부 · 한국관광공사

기획 한국관광공사 관광환경개선팀 Tel. 02-729-9456

편집 제이웰컴 Tel. 02-318-8808

이 책에 수록된 내용과 이미지에 대한 저작권은 문화체육관광부와 한국관광공사에 있습니다.

이 책의 내용 중 일부나 전부를 다시 사용하려면 저작권자의 동의가 반드시 필요합니다.

문의 : 한국관광공사 관광환경개선팀(02-729-9456)

Contents

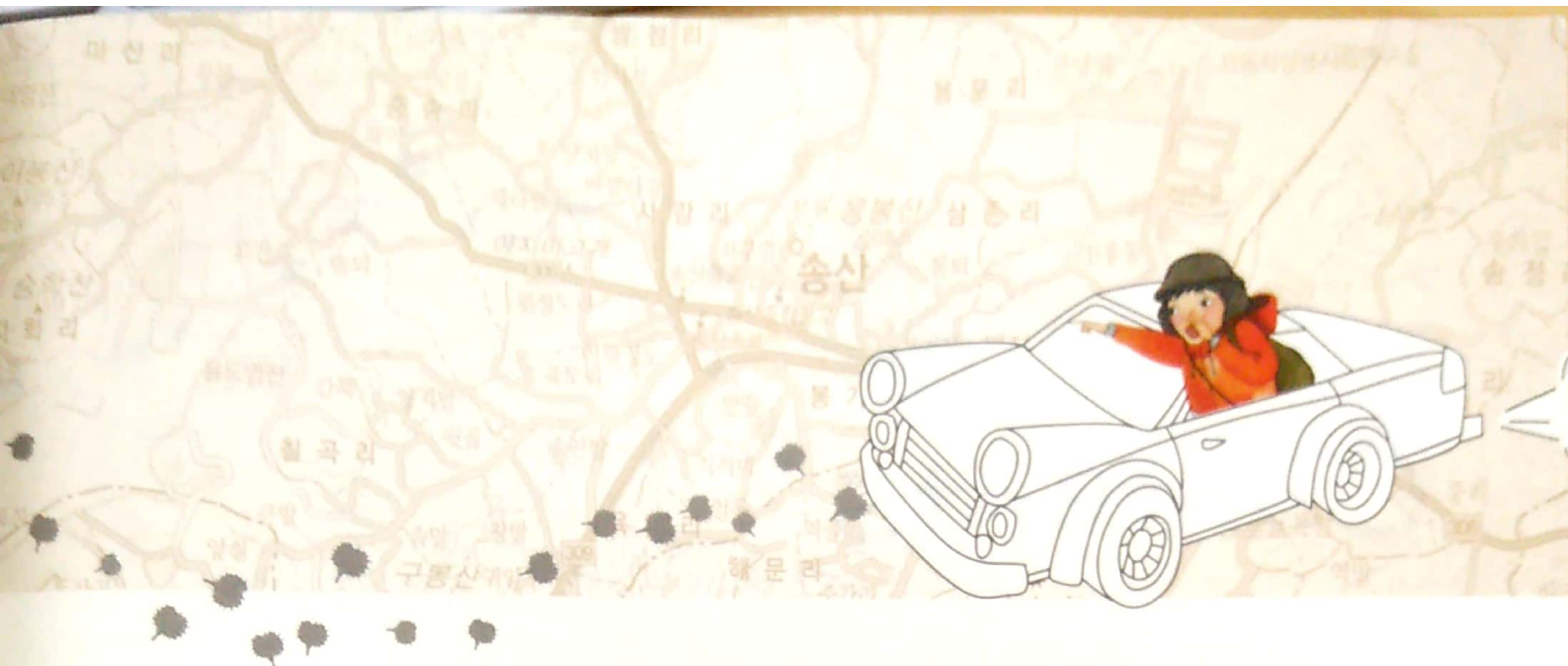
경기도

가평 메기매운탕	10
고양 미꾸라지털레기	12
과천 유황오리진흙구이	14
광명 누룽지백숙	16
광주 소머리국밥	18
구리 추어탕	20
군포 양지설렁탕	22
김포 연잎밥	24
남양주 잡어매운탕	26
동두천 떡갈비	28
부천 조마루뼈다귀해장국	30
성남 남한산성닭죽	32
수원 왕갈비	34
시흥 물왕연잎밥	36
안산 바지락칼국수	38
안성 한우모듬구이	40
안양 계삼탕	42
양주 송추갈비	44
양평 옥천냉면	46
여주 천서리막국수	48
연천 매운탕	50
오산 손두부전골	52
용인 백암순대국	54

의왕 송이한정식	56
의정부 부대찌개	58
이천 쌀밥정식	60
파주 황복회	62
평택 간장게장	64
포천 이동갈비	66
하남 유황오리구이	68
화성 바지락칼국수	70

강원도

강릉 초당순두부	74
고성 동치미막국수	76
동해 오징어물회	78
삼척 곰치국	80
속초 오징어순대	82
양구 오골계 숯불구이	84
양양 송이밥	86
영월 찰국수	88
원주 추어탕	90
인제 황태국	92
정선 곤드레나물밥	94
철원 민물매운탕	96
춘천 닭갈비	98



태백 한우갈빗살구이	100
평창 메밀전병	102
홍천 늘푸름홍천한우구이	104
화천 산천어회	106
횡성 한우등심구이	108

충청남도

계룡 한방백숙	112
공주 국밥	114
금산 삼계탕	116
논산 강경젓갈정식	118
당진 꽃게장	120
보령 굴밥	122
부여 연잎밥	124
서산 굴밥	126
서천 전어구이	128
아산 민물장어구이	130
연기 돼지갈비	132
예산 봉어찜	134
천안 병천순대국밥	136
청양 구기자갈비전골	138
태안 박속밀국낙지탕	140
홍성 새조개사부사부	142

충청북도

괴산 메기매운탕	146
단양 쏘가리매운탕	148
보은 약초산채정식	150
영동 어죽	152
옥천 생선국수	154
음성 매운오리스테이크	156
제천 약초비빔밥	158
증평 홍삼포크구이	160
진천 생거진천화랑밥상	162
청원 도리뱅뱅이	164
청주 올갱이국	166
충주 평회	168

경상남도

거제 멧게비빔밥	172
거창 원동마을갈비찜	174
고성 갯장어회	176
김해 양념숯불장어구이	178
남해 멸치회	180
마산 아구찜	182
밀양 돼지국밥	184
사천 봉장어구이	186

Contents

산청 한방오리백숙	188
양산 산채정식	190
의령 메밀소바	192
진주 육회비빔밥	194
진해 해초비빔밥	196
창녕 송이백숙	198
창원 석쇠불고기	200
통영 충무김밥	202
하동 재첩국	204
함안 소고기국밥	206
함양 연잎밥	208
합천 황토한우구이	210

경상북도

경산 호박전	214
경주 한정식	216
고령 도토리수제비	218
구미 한방백숙	220
군위 청둥오리숯불고기	222
김천 토종흑돼지구이	224
문경 한방돼지찜	226
봉화 한약우구이	228
상주 한우모듬구이	230
성주 평사부사부	232

안동 헛제사밥	234
영덕 대게찜	236
영양 산채비빔밥	238
영주 묵밥	240
영천 소머리국밥	242
예천 돼지막창순대	244
울릉 홍합밥	246
울진 대게찜	248
의성 육회	250
청도 추어탕	252
청송 달기약수백숙	254
칠곡 순대국밥	256
포항 과메기	258

전라남도

강진 한정식	262
고흥 봉장어구이	264
곡성 은어구이	266
광양 광양불고기	268
구례 사찰정식	270
나주 나주곰탕	272
담양 대통밥정식	274
목포 갈치찜	276
무안 짬뽕구이삼겹살	278



보성 꼬막정식	280
순천 팥뚥어탕	282
신안 홍어삼합	284
여수 서대회무침	286
영광 굴비정식	288
영암 갈낙탕	290
완도 전복회	292
장성 평사부사부	294
장흥 매생이국	296
진도 간재미회무침	298
함평 육회비빔밥	300
해남 표고버섯산채정식	302
화순 색동두부	304

전라북도

고창 풍천장어구이	308
군산 꽃게장	310
김제 메기탕	312
남원 추어탕	314
무주 어죽	316
부안 백합죽	318
순창 한정식	320
원주 화심순두부찌개	322
익산 허브오리찰흙구이	324

임실 다슬기탕	326
장수 한우구이	328
전주 전주비빔밥	330
정읍 산채정식	332
진안 애저찜	334

광역시 & 제주특별자치도

서울 설렁탕	338
광주 보리밥정식	340
대구 찜갈비	342
달성 현풍곰탕	344
대전 도토리묵말이	346
부산 동래파전	348
기장 짬뽕구이곰장어	350
울산 고래고기모듬	352
울주 연양한우불고기	354
인천 자장면	356
강화 밴댕이회	358
웅진 찐지떡	360
제주 흑돼지구이	362
서귀포 옥돔구이	364

색인표

색인표	366
-----	-----

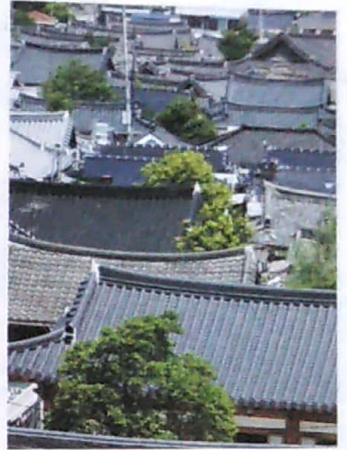


양반들의 화려한 밥상 전주비빔밥 제철 없음

예로부터 전주는 자타가 공인하는 양반의 고장이었다. 양반은 음식을 먹을 때도 격식을 차렸을 터인데, 이것저것 한꺼번에 막 섞어 먹는 비빔밥이 전주의 대표음식이 된 것은 무슨 까닭일까? 해답은 간단하다. 전주비빔밥은 이것저것 대충 섞어 만드는 음식이 아니라, 그 화려함과 격식으로 양반들의 눈과 혀를 사로잡은 음식이기 때문이다. 예를 들어 전주비빔밥 위에 올리는 갖가지 고명만 봐도 그렇다. 고명을 올릴 때는 화려한 색깔의 조화는 물론이고, 여기에 다양한 영양소의 균형, 나아가 음과 양의 조화까지 고려한다. 전주비빔밥에 '화반(花飯)'이라는 별명이 붙여진 것도 이 때문이다. 전주비빔밥의 유래는 여러 가지 설이 전해 내려오는데, 그 중 하나가 궁중음식설이다. 조선시대 임금에게 올리던 수라의 종류에는 흰수라, 팔수라, 오곡수라, 비빔 등이 있는데, 이 중 점심 때 가까운 종친이 입궐했을 때 가벼운 식사로 이용되었던 비빔에서 전주비빔밥이 나왔다는 것이다.

비빔밥의 옛 이름은 '여러 가지를 한 데 섞는다'는 의미의 골동반(汙董飯)이다. 갖가지 재료를 섞기만 하면 손쉽게 만들 수 있는 음식이지만 전주 전통의 맛을 제대로 내는 것은 여간 어렵지 않다. 전통 전주비빔밥의 가장 큰 특징은 쇠머리를 고아낸 물로 밥을 짓는다는 것. 사골국물로 밥을 지으면 달짝지근하고 구수한 맛이 나면서 밥알이 서로 달라붙지 않아 야채와 함께 섞어도 뭉개지지 않기 때문이라고 한다. 또 밥에 뜸을 들일 때 콩나물을 듬뿍 넣는데, 오래 삶아도 씹히는 맛이 좋은 쥐눈이콩(서목태)에서 자란 콩나물은 또 하나의 전주 특산물이다. 이렇게 지어낸 밥을 돌솥이 아닌 구리와 무쇠를 사용해 만든 유기그릇에 담아내는데, 유기그릇은 각종 야채에 함유된 비타민을 비롯한 영양소의 파괴를 막아주고 아삭한 맛을 그대로 유지시켜준다.

전주시는... 천 년 역사를 자랑하는 고도로 가장 한국적인 맛과 멋의 고장이라 불린다. 먹을거리가 풍부해 미식가들이 사랑하는 곳이다. 국제영화제, 천년의맛잔치, 전통주대향연, 한지문화축제, 단오제, 대시습놀이 등 전통의 명맥을 이어가는 축제가 매년 열린다. 인구는 63만 명.
전주시청 063-281-2114
www.jeonju.go.kr



가장 한국적인 도시, 전주

음식점

고궁 063-251-3212
가족회관 063-284-0982
갑기회관 063-212-5999
성미당 063-284-6595
한국관 063-272-8611
한국집 063-284-2224

또 다른 음식 전주한정식

전주 한정식은 계절에 따라 다르나, 서해의 풍부한 해산물과 기름진 평야의 오곡, 각종 산나물 등 전주의 풍부한 식재료를 조화롭게 담아낸 것이 특징이다. 찬의 개수가 다양한 것은 물론 천연양념으로 조리하여 텃맛이 깔끔하고 담백하다.



가 볼만한 곳 한옥마을

700여채의 한옥이 군락을 이루고 있는 국내 최대 규모의 전통한옥촌으로 전국 유일의 도시한옥군이다. 경전, 오목대, 향교 등 중요 문화재와 문화시설이 있어 한국문화체험은 물론 옛 선비들의 멋과 풍류를 느낄 수 있는 곳이다. | 전주시 완산구 교동, 풍남동 | 063-282-1330

