



우리나라 사찰의 국수 이용 현황에 관한 연구

A Study on Noodle of Buddhist Temples in Korea

이심열¹ · 오은미¹ · 이재심¹ · 임춘¹ · 김진아^{2*}

¹동국대학교 가정학과, ²동국대학교 전통사찰음식연구소

Lee, Sim-Yeol¹ · Oh, Eun-Mi¹ · Lee, Jae-Sim¹ · Lim, Choon¹ · Kim, Jin-A^{2*}

¹Dept. of Home Economics Education-Traditional Temple Food Institute,

²Dongguk University, Seoul Korea

Abstract

The purpose of this study was to investigate conditions of temple noodles and representative temple noodles. Among available temples in Korea, 55 temples were selected considering temple size, location, and gender. A survey was conducted using questionnaire by interviewing cooks in each temple between January 2016 to August 2016. Results of this study are as follows. Meals at temples were prepared by hired cook in 50.9% temples. Noodles were provided as regular and special meals in 41.8% of temples. For 54.5% of temples, noodles were provided for 1-2 times per month. The most popular noodles served in the temple were Banquet Noodles, Noodle Soup, Spicy Noodles, and Noodles in Cold Soybean Soup. Main materials of noodles were wheat flour, soybean flour, and buckwheat flour. Noodle additive materials included squash, mugwort, spinach juice, and sweet pumpkin. Unique garnish included toasted tofu, roasted peanuts, and coriander. Noodles with Zephi (noodles with Lotus flower & leaf using unique ingredient zephi) also appeared in the survey. This study provided basic data for research on temple noodles culture and the representative noodles. Results of this study are expected to be used to develop contents for buddhist noodle industry.

Key words: Temple food, noodles, Major material, Additive material, Representative noodles

I. 서론

국수는 곡물을 가루 내어 반죽한 것을 가늘고 길게 뽑은 식품을 총칭하는 말이다. 국수의 주요 재료인 밀은 기원전 7천년 경에 메소포타미아에서 재배가 시작되어 세계 각지로 퍼졌고, 제분 기술은 실�크로드를 따라 중국에 처음 전해진 후 국수라는 식문화인 ‘면’(麵)이 생겨났다

(Noh, 2009). 우리나라의 면은 역사적으로 고려 시대 사찰에서 면을 만들어 파는 제면업으로 시작하였고, 국수를 만드는 절을 ‘조면사’(造麵寺)라고 불렀다. 사찰 중에는 이름에 조(造)를 넣어서 특별한 역할을 하는 사찰들이 있었고 고려 시대에 지어진 월송리 삼층석탑은 메밀국수를 만들었던 조면사지(造麵寺址)탑으로 전해지고 있다(Kho, 2016). 이 시기의 면식문화는 불교문화와 더불어 공존하

This research was supported by a grant from Youlchon Foundation (2015).

* Corresponding author: Kim, Jin A

Tel: +82-02-2260-8618, Fax: +82-02-2265-1170

E-mail: upcloze@hanmail.net

© 2017, Korean Association of Human Ecology. All rights reserved.

였다(Kim, 2010). 면은 사찰에서 재(齋)를 올릴 때나 궁중 제례에 올렸을 정도로 쌀과 함께 가장 중요시 여기는 음식으로 살생을 금하는 불교 교리에 기인하여 고기 대신에 면식을 사용하였다(Kim, 2010). 중국 당나라의 수도 장안과 불교가 융성했던 서안 등 승려와 학자들이 유학했던 지역은 모두 국수 문화가 최고로 발달하였던 지역이다. 일본 국수의 경우에도 메밀국수는 조선의 승려 원진(元珍)이, 우동은 중국에서 유학한 승려 공해(空海)가 도입하였다. 일본의 전통 사찰음식인 정진요리에도 소바가 중요한 위치를 차지하고, 일본 소바 요리 전문점에는 사찰 암자 할 때 암(庵)으로 끝나는 가게 이름이 많다. 한중일 모두 사찰과 승려가 국수문화 발전에 크게 기여하였고(Rural Development administration, 2013) 지금도 국수는 스님들이 가장 좋아하는 음식이다. 사찰에서 국수는 미소를 짓게 한다고 하여 승소(僧笑) 또는 낭화(浪花)라고도 하여 스님들이 즐겨 먹는 음식으로(Nam, 2015) 사찰에는 국수 문화가 발달하였을 것으로 사료된다. 사찰음식은 절에서 먹는 수행자들의 음식으로 매운 맛을 내는 채소(파, 마늘, 부추, 달래, 홍거)인 오신채와 육식을 금하고 있기 때문에 사찰에서는 국수는 일반 가정과 다른 독특한 사찰국수가 있고, 다양한 식재료와 조리법, 국물의 맛을 내기 위한 고유한 방법 등이 전래되고 있을 것으로 보여진다.

최근 면류는 고탄수화물, 고나트륨 식품으로써 대사증후군이나 고혈압, 비만 등의 만성질환과의 상관성이 대두되고 있어(Shin et al., 2014), 자연 친화적인 면류 개발과 면류를 건강하게 섭취 할 수 있는 방안 등에 대한 관심이 증가하고 있다. 2015 면류 시장 현황 연구(Ministry of Agriculture Food and Rural Affairs, 2015)에서 면류에 대한 소비자들의 개선 사항으로 ‘염분 감소 제품 확대’(36.8%), ‘건강한 면으로 제품 강화’(15.6%), ‘칼로리 낮은 제품’(13.8%) 순으로 나타나 건강 면류에 대한 요구가 높았다. 이에 따라 면류 소비시장은 화학조미료를 첨가하지 않거나 기름에 튀기지 않고 나트륨 함량을 줄인 다양한 건강 면류 제품들이 지속적으로 출시되고 있다(National Statistical Office, 2017). 사찰음식은 영양적으로 우수한 음식으로 풍부한 섬유소, 불포화 지방산을 제공하여(Kim, 2004), 사찰음식 섭취는 비만의 예방 치료와 체내 건강지표에 긍정적인 영향을 주어 건강증진 효과가 있다(Lee & Kim, 2014). 이에 우리나라 사찰 국수의 조사는 현대인들의 건강 면류 개발을 위한 기초 자료를 제공할 것으로 기대된다.

지금까지 국수에 관한 연구로는 영양적 가치가 높은 여러 가지 재료를 첨가한 기능성 국수에 대한 품질 특성 연구(Lee, 2013 ; Park, 2014 ; Min et al., 2015)와 국수류 이용도 및 기호도 연구(Lee, 2005 ; Choi, 2009) 등 여러 편의 연구가 이루어져 왔다. 사찰의 국수류에 관한 연구는 승려들의 국수에 대한 기호도 연구(Kho, 2016)와 사찰의 음식형태와 조리방법에 대한 연구(Cho & Park, 1994 ; Sheo, 1995 ; Kim, 2004)의 일부에 기록되어 있을 뿐 사찰 국수에 대한 현황 조사나 조리법 연구는 거의 없는 실정이다. 따라서 본 연구에서는 전국 사찰을 대상으로 사찰 국수의 이용 현황 및 조리법, 사찰 대표 국수 등을 조사·정리하여 우리나라 사찰 국수의 기초 자료를 제공하고자 하였다.

II. 연구방법

1. 연구 대상 및 기간

본 연구는 지역별 사찰의 국수 이용 현황과 대표 국수를 알아보기 위하여 대한불교 조계종에 등록 된 전국 주요 사찰 중 지역, 규모, 성별 등을 고려하여 1차로 총 70개 사찰을 선정하였다. 이 가운데 조사를 수락한 55개 사찰을 대상으로 각 사찰에서 조리를 담당하는 스님 또는 일반인을 대상으로 2016년 1월부터 2016년 8월까지 설문 조사를 실시하였다.

2. 연구 방법

조사 사찰로 선정된 55개 사찰에 우편 설문조사를 실시하였고, 추가 조사가 필요한 경우 직접 면접을 겸한 설문조사를 실시하였다. 설문지는 선행연구(Kim, 2004 ; Lee, 2005 ; Kho, 2016)를 참고하여 작성하였고, 일부 스님들을 대상으로 예비조사를 실시하여 내용을 수정·보완한 후 본 조사에 사용하였다. 조사내용은 일반사항, 국수 이용실태, 국수 조리법 등으로 구성하였다. 조사대상 사찰의 일반적 사항으로는 지역(서울, 경기도, 경상도, 충청도, 강원도, 전라도), 도시 근접성(도심과 산중), 사찰 규모, 거주 인원수, 식사 준비자 등으로 구성하였다. 사찰국수의 이용 실태를 알아보기와 국수의 의미, 국수 제공 빈도, 국수를 제공하는 경우, 자주 제공되는 국수를 조사하였다. 사찰 국수의 조리법은 국수 면의 재료, 면에 첨가하는 재

료, 국물 재료, 고명 재료를 조사하였고, 조사사찰에 전래되는 독특한 대표 국수에 대하여 국수명, 조리법을 조사하였다.

3. 자료분석

본 연구 자료는 SPSS/WIN 23.0 통계 프로그램을 이용하여 분석하였다. 조사 사찰의 일반적인 사항과 사찰 국수의 조리법 등에 관한 항목에 대하여 빈도와 백분율을 산출하였다.

Ⅲ. 결과 및 고찰

1. 조사 사찰의 일반적 사항

조사대상 사찰의 유형별 분포는 <Table 1>과 같다. 조사 대상 사찰은 지역별로 서울 4개, 경기도 12개, 충청도 17개, 전라도 6개, 경상도 13개, 강원도 3개였다. 성별에 따라 남자승려사찰 14개(25.5%), 여자승려사찰 41개(74.5%)였다. 조사사찰의 성별 분포를 보면, 사찰 내 상주하는 스님의 인원은 5명 이하(50.9%), 30명 이상(21.8%), 6~10명 이하(16.4%), 11~20명 이하(7.3%), 21~30명 이하(3.6%) 순이었다. 조사 사찰의 50.9%에서 조리원은 일반인 조리자를 고용(50.9%)하였고, 스님들이 음식을 조리하는 사찰은 29.1%였다. 일부 사찰(18.2%)에서는 스님과 일반인 조리자가 조리 역할을 분담하여 조리 하였다. 2017년 조계종 사찰 운영현황을 보면(Lee, 2016) 일반인 조리 사찰이 50%, 스님과 일반인이 함께 조리를 담당하는 사찰이 50%였다. 일반적으로 사찰에는 공양주, 채공, 갱두 등 조리를 담당하는 스님의 직책이 있어 스님들이 조리를 담당하였으나, 현대화 된 사찰에서는 스님이 직접 음식을 조리하는 사찰 보다 일반인 조리자가 조리하는 사찰이 많아졌다. 조사 사찰에서 국수의 면은 대부분 제품화된 것을 이용(81.8%)하고 있었고, 9.1% 사찰에서만 직접 면을 만들어 조리하고 있었다. 따라서 사찰에서 스님 대신 일반인 조리자가 증가하고 편의성을 위한 제품화된 국수의 사용으로 전통 사찰국수 조리법의 전수에 어려움이 있을 것으로 사료된다.

<Table 1> General characteristics of temples

	Variable	Number of temples (%)
Sex	Buddhist monk	14 (25.5)
	Buddhist nun	41 (74.5)
Area	Seoul	4 (7.3)
	Gyeonggi	12 (21.8)
	Gangwon	3 (5.5)
	Chungcheong	17 (30.9)
	Gyeongsang	13 (23.6)
	Jeolla	6 (10.9)
City proximity	Temples in city	20 (36.4)
	Temples in mountains	35 (63.6)
Number of buddhist	< 5	28 (50.9)
	6-10	9 (16.4)
	11-20	4 (7.3)
	21-30	2 (3.6)
	> 30	12 (21.8)
Cooker	Buddhist	16 (29.1)
	Hired cook	29 (52.7)
	Buddhist and hired cook	10 (18.2)
Method of noodles preparation	Self-preparation	5 (9.1)
	Buy	45 (81.8)
	Etc	5 (9.1)
	Total	55 (100)

2. 사찰의 국수 이용 실태

1) 사찰에서 국수의 의미와 제공되는 국수 종류

조사 사찰에서의 국수 이용 실태 결과는 <Table 2>와 같다. 사찰에서 국수의 의미는 ‘특별한 의미 없음’(45.5%), ‘장수’(12.7%), ‘축하’(9.1%) 등의 순이었고, 그 외에 ‘스트레스 해소’, ‘식욕이나 맛에 대한 탐착심 해소’, ‘즐거움’, ‘화합’의 의미가 있다고 조사되었다. 전통적으로 우리나라에서 면(국수)은 생일, 혼례, 손님 접대용 별미 주식으로 장수, 백년해로, 축하의 뜻이 있었다(Rural Development administration 2013). 불가에서의 국수는

(Table 2) Use status of noodles in temples

Variable	Sex		Area						Total
	Monk	Nun	Seoul	Gyeonggi	Gangwon	Chungcheong	Gyeong-sang	Jeolla	
Meaning of noodles									
No special meaning	4(28.6)	21(51.2)	3(75.0)	4(33.3)	1(33.3)	8(47.1)	6(46.2)	3(50.0)	25(45.5)
Etc	5(35.7)	12(29.3)	0(0)	6(50.0)	0(0)	6(35.3)	4(30.8)	1(16.7)	17(30.9)
Long live	2(14.3)	5(12.2)	1(25.0)	0	2(66.7)	2(11.8)	2(15.4)	0	7(12.7)
Celebration	2(14.3)	3(7.3)	0(0)	2(16.7)	0(0)	0(0)	1(7.7)	2(33.3)	5(9.1)
Memorial	1(7.1)	0(0)	0(0)	0(0)	0(0)	1(5.9)	0(0)	0(0)	1(1.8)
Usage of noodles provided									
Regular meal +Special meal	8(57.1)	15(36.6)	0(0)	4(33.3)	1(33.3)	6(35.3)	7(53.8)	5(83.3)	23(41.8)
Special meal	5(25.0)	15(36.6)	3(75.0)	4(33.3)	2(66.7)	6(35.3)	4(30.8)	1(16.7)	20(36.4)
Regular meal	0(0)	10(100)	1(25.0)	4(33.3)	0(0)	4(23.5)	1(7.7)	0(0)	10(18.2)
Etc	1(7.1)	1(2.4)	0(0)	0(0)	0(0)	1(5.9)	1(7.7)	0(0)	2(9.5)
Frequency									
1-2 times /month	6(42.9)	24(58.5)	2(50.0)	4(33.3)	1(33.3)	10(58.8)	9(69.2)	4(66.7)	30(54.5)
1-2 times /week	7(50.0)	10(24.4)	0(0)	8(66.7)	1(33.3)	5(29.4)	1(7.7)	2(33.3)	17(30.9)
2-3 times /year	1(7.1)	3(7.3)	0(0)	0(0)	1(33.3)	1(5.9)	2(15.4)	0(0)	4(7.3)
3 Over times /week	0(0)	3(7.3)	2(50.0)	0(0)	0(0)	0(0)	1(7.7)	0(0)	3(5.5)
Not provided	0(0)	1(2.4)	0(0)	0(0)	0(0)	1(5.9)	0(0)	0(0)	1(1.8)
Total	14(100)	41(100)	4(100)	12(100)	3(100)	17(100)	13(100)	6(100)	55(100)

¹⁾ N=temple number

불살생의 의미를 전하는 음식이자 우매함을 일깨우는 지혜의 음식으로 전해지고 있다(Kim, 2014). 스님들의 국수 섭취 실태 연구(Kho, 2016)에서 사찰에서 국수의 의미는 ‘특별한 의미 없음’(66.7%), ‘장수’(16.7%), ‘축하’(8.0%) 순으로 나타나 국수에 특별한 의미를 두고 있지 않은 사찰이 많은 것을 알 수 있었고, 사찰에서도 ‘장수’, ‘축하’ 등의 우리나라 전통음식과 유사한 의미를 가지고 있는 것으로 나타났다.

조사 사찰에서 국수 제공 횟수는 ‘한 달에 1-2회’(54.5%), ‘일주일에 1-2회’(30.9%), ‘1년에 2-3회’(7.3%) 순이었다. 국수를 ‘일주일에 1-2회’ 제공하는 경우는 남자승려 사찰의 50.0%, 여자승려 사찰의 24.4% 이었고, ‘한 달에 1-2회’ 제공한다는 사찰은 여자승려 사찰 58.5%, 남자승려 사찰 42.9%로 남자승려 사찰에서의 국수 제공 빈도가 높은 경향을 보였다. 사찰 스님들의 국수 섭취 실태 연구(Kho, 2016)에서 스님들은 ‘한 달에 1-2회’ 면류를 먹는다는 응답(58.7%)이 가장 높아 본 연

구와 유사한 결과를 보였다. 서울, 수도권 성인 남녀 대상 국수류 이용도 조사(Lee, 2005)에서 국수류 섭취 빈도를 살펴보면 1주일에 1-2번이 68.0%로 가장 많았고, 3-4번은 19.7%이었다. 20~50대 성인 대상 면류 섭취 빈도 조사 연구(Ministry of Agriculture Food and Rural Affairs, 2015)에서는 ‘주 1~2회’(36.0%), ‘2주에 1~2회’(22.8%), ‘한달 1~2회’(21.2%) 순으로 스님과 일반인들의 면류 섭취 빈도는 유사한 결과를 보였다.

조사 사찰에서 주로 제공되는 국수를 순위별로 나타내면 <Table 3>과 같다. 조사 사찰에서는 잔치국수, 칼국수, 비빔국수, 콩국수, 열무김치국수, 칼국수, 냉면 등의 순으로 국수를 제공하고 있었다. 사찰 제공 국수 빈도는 성별, 지역별에 따른 유의적인 차이는 보이지 않았다. 한국 성인의 면류 다빈도 섭취음식 순위는 라면, 짜장면, 잔치국수, 짬뽕, 물냉면, 스파게티, 칼국수, 우동, 비빔국수, 수제비, 콩국수, 비빔냉면 순이었다(Kim et al., 2013). 이중 한국 전통 국수류만 고려하면 잔치국수, 물냉면, 칼국

〈Table 3〉 Noodles provided in temples

N¹⁾(%)

Variable	Sex		Area						Total
	Monk	Nun	Seoul	Gyeonggi	Gangwon	Chungcheong	Gyeongsang	Jeolla	
Banquet Noodles	9(64.3)	24(61.5)	2(66.7)	9(75.0)	2(66.7)	11(64.7)	5(41.7)	4(66.7)	33(62.3)
Noodle Soup	1(7.1)	7(17.9)	1(33.3)		1(33.3)	1(5.9)	5(41.7)		8(15.1)
Spicy Noodle	2(14.3)	4(10.3)		2(16.7)		2(11.8)		2(33.3)	6(11.3)
Noodles in Cold Soybean Soup	1(7.1)	3(7.7)				2(11.8)	1(8.3)		4(7.5)
Noodles with Yeolmu-kimchi		1(2.5)				1(5.9)			1(1.9)
Black bean sauce Noodles	1(7.1)						1(8.3)		1(1.9)

¹⁾ N=temple number

수, 비빔국수, 수제비, 콩국수, 비빔냉면 순으로 스님들과 일반 성인들이 섭취하는 국수 순위는 유사하였다.

2) 사찰의 국수 조리법

① 사찰 국수의 면 준비방법 및 재료

조사 사찰에서 국수 조리에 사용되는 면 재료를 정리하

면 <Table 4>과 같다. 사찰에서는 면의 주요 재료로 밀가루(85.5%), 콩가루(18.2%), 메밀가루(10.9%), 도토리가루(3.6%), 쌀가루·전분가루(1.8%)를 사용하여 다양한 국수를 만들고 있었다. 서울·경남지역 사찰 대상으로 주요 음식을 조사한 연구(Cho & Park, 1994)에서도 국수 면의 재료로 밀가루, 찹쌀가루, 콩가루, 메밀가루, 수수가루 등

〈Table 4〉 Major material and additive material of noodles in temples

Major material of noodle		Additive material of noodle	
Food name	frequency(%) ¹⁾	Food name	frequency(%) ¹⁾
Wheat flour	47 (85.5)	Squash	8 (14.5)
Soybean flour	10 (18.2)	Mugwort	6 (10.9)
Buckwheat flour	6 (10.9)	Spinach juice	2 (3.6)
Acorn powder	2 (3.6)	Sweet pumpkin	2 (3.6)
Rice flour	1 (1.8)	Mushroom	2 (3.6)
Potato starch flour	1 (1.8)	Bean	2 (3.6)
		Potato	2 (3.6)
		Green tea	2 (3.6)
		Arrowroot	1 (1.8)
		Cucumber	1 (1.8)
		Pear	1 (1.8)
		Cochujang	1 (1.8)
		Carrot	1 (1.8)
		Turmeric	1 (1.8)
		Mesangi	1 (1.8)
		(Capsosiphon fulvecense)	1 (1.8)

¹⁾ (usage temple / total temple) * 100

이 조사되었다. 우리나라는 밀이 재배되기 어려운 환경이었기 때문에 밀을 소량 사용하고 대신 다량의 메밀, 감자 등의 다른 재료와 섞어 새로운 음식을 개발하였는데(Cho & Park, 1994), 이는 사찰에서도 유사하였다. 사찰에서 면을 만들 때 넣는 부재료로는 애호박(14.5%), 쭈(10.9%), 시금치즙·단호박·버섯·감자·콩·녹차 등(3.6%), 취·오이·배·고추장·당근·강황·매생이 등 (1.8%)이 조사되었다. 사찰에서는 면의 부재료로 여러 식재료를 이용하여 국수의 영양을 보충하고, 다양한 맛과 색을 조리하고 있었다. 국내 면류 생산 업체에서는 면류 식품원료로 소맥분(밀가루)을 주로 사용하고 있으나, 최근에는 건강에 좋은 프리미엄 국수로 글루텐 함량을 줄인 제품의 인기가 높아지면서 밀가루 대체용 메밀, 쌀 등의 재료를 첨가하며 차별화를 시도하고 있다. 이에 따라 면류 시장에서 사찰에서 사용하고 있는 다양한 면의 부재료가 건강 국수 메뉴 개발에 활용이 될 수 있을 것으로 보여진다.

② 사찰 국수의 국물, 고명의 준비방법 및 재료

조사 대상 사찰에서 사용하는 국수 국물 재료 순위는 <Table 5>와 같다. 조사 사찰에서는 다시마(100%), 건표

고(100%), 무(96.4%), 참죽(25.5%) 등을 국수 국물 재료로 사용하였다. 참죽은 참죽나무의 잎과 줄기로 플라보노이드 성분이 함유되어 있고(Park et al., 1993), 면역증강 및 항균, 항암 효과가 알려져 있다(Shin et al., 2008). 국물의 매운 맛을 낼 때 사용하는 재료로는 건고추(36.4%)와 청양고추(7.3%), 생강(7.3%), 고추씨(1.8%) 등을 사용하였고, 달콤한 맛의 국물을 만들 때는 배(3.6%), 사과·감(1.8%) 등의 과일을 사용하였다. 그 외에 감자·당근(3.6%), 열무·애호박·업나무·청각(1.8%) 등 다양한 채소들을 채수 재료로 사용되고 있었다. 우리나라 국수 문화의 특징은 감칠맛의 육수로 가축과 각종 뿌리채소, 해안의 어패류 등 육수를 위한 재료가 다양하여 육수 문화가 발달하였다. 반면 사찰에서는 육류 식재료의 사용 불가로 일반 가정에서 육수를 만들 때 사용하는 멸치, 새우, 사골 등을 사용하지 못하기 때문에 다양한 식물성 식재료들을 사용하여 사찰만의 국물 조리법을 개발하여 왔음을 알 수 있다.

조사 대상 사찰에서 사용하는 국수 고명 재료<Table 5>로는 호박(56.4%), 당근(45.5%), 버섯·김가루(41.8%),

<Table 5> Soup and garnish food name of noodles in temples

Soup	frequency(%) ¹⁾	Garnish	frequency(%) ¹⁾
Sea Tangle, Shiitake mushrooms	55 (100)	Squash	31 (56.4)
Radish	53 (96.4)	Carrot	25 (45.5)
Dried red pepper	20 (36.4)	Mushroom, Laver power	23 (41.8)
Cedrela sinensis	14 (25.5)	Kimchi	19 (34.5)
Cabbage	6 (10.9)	Cucumber	8 (14.5)
Cheongyang Hot Pepper	4 (7.3)	Fried bean curd, Grilled tofu	7 (12.7)
Ginger	3 (5.5)	Korean Traditional Pepper Pickle	5 (9.0)
Potato, Carrot, Pear, Bean, Soy bean sauce	2 (3.6)	Young radish, Chamjuk Leaves, Cabbage	3 (5.5)
Pepper, Chinese cabbage, Red pepper seeds, persimmon, Young radish, Astragalus membranaceus, Mushroom, Thorny Tree Broth, Dongchimi-Juice, Apple, Mustard Leaf, Mustard, Chili Pepper, Squash, Fried bean curd	1 (1.8)	Potato, Roasted peanuts, Roasted sesame, Radish, Chrysanthemum, Bean sprouts, Long-term Fermented Kimchi	2 (3.6)
		Sea Tangle Pickled plum, Oyster mushroom, Paprika, Rape Flower, Perilla leaf, Green bean sprouts, Cilantro, Black mushroom, Radish water kimchi, Water parsley, Tomato	1 (1.8)

¹⁾ (usage temple / total temple) * 100

김치(34.5%) 등을 사용하고 있었다. 이외에도 독특한 사찰 국수의 고명으로는 구운 두부(12.7%), 볶은 땅콩(3.6%), 고수·삼동초(1.8%) 등을 사용하고 있었다. 채식 을 하는 스님들의 단백질 주요 급원 식품으로 사찰에서는 두부 또는 콩을 이용한 음식을 다양한 조리형태로 변형하여 제공하는데(Kim, 2004), 본 조사 사찰에서도 단백질 영양 보충의 일환으로 두부를 바삭 구워 국수 고명으로 사용하는 경우도 있었다. 전국 주요 사찰의 식단을 분석한 연구(Kim, 2004)에서 일부 사찰의 경우 만두 속 재료에 땅콩잼이나 땅콩가루, 잣가루를 첨가하는 것으로 나타났는데, 본 조사에서도 일부 사찰에선 볶은 땅콩을 단백질 보충을 위한 국수 고명으로 사용함을 알 수 있었다. 고수는 들기름에 무친 겉절이 형태를 비빔국수 위에 얹어 국수 고명으로 이용되고 있었다. 사찰에서 고수는 수행하는 스님에게는 빠지지 않고 제공되는 식품으로 공부를 많이 하는 스님들에게 꼭 필요한 먹거리라 하여 고수를 잘 먹어야 스님 노릇을 잘한다고 알려져 있다(Sunjae, 2002).

3. 사찰의 대표 국수

사찰별로 예로부터 전래되고 있는 사찰 고유의 대표국수를 알아보고 지역별로 정리하면 <Table 6>과 같다. 지역별로 서울지역 1개, 경기지역 8개, 충청지역 10개, 경상지역 8개, 전라지역 9개의 대표 사찰 국수가 조사되었다. 대표 국수로 다양한 버섯을 이용한 서울지역 버섯비빔국수, 충청도 지역 송이버섯칼국수, 경상도 지역 느타리버섯국수가 조사되었다. 사찰에서는 표고버섯, 송이버섯, 느타리버섯, 목이버섯 등 다양한 버섯들이 상용되고 표고버섯은 사찰에서 다소비 식품 12위로, 국수, 밥, 구이, 나물 및 무침, 볶음, 찜 등에 이용되고 있었다(Kim, 2004). 그 이외에도 일반 가정에서 사용하지 않는 연꽃, 연잎, 제피 등 독특한 식재료를 활용한 연꽃칼국수, 연잎과일국수, 제피비빔국수 등 독특한 사찰국수류가 조사되었다. 연꽃칼국수는 연꽃을 펼치고 그 위에 색색의 고명을 올려 연꽃잎과 함께 먹는 칼국수이고, 연잎과일국수는 연잎을 같은 물로 밀가루면을 반죽하여 국수면의 색과 향을 돋보이게 하였다. 경기지역 사찰에서 전래되는 비빔국수는 비빔 양념장에 다시마 농축액으로 단맛을 내었고, 잔치국수(물국수)는 건표고버섯, 다시마, 무, 건고추 등으로 담백한 국물 맛을 내어 사찰의 독특한 조리법으로 조리되었다.

<Table 6> Representative noodles in temples

Areas	Noodles
Seoul	Spicy Noodles with Mushroom(버섯비빔국수)
	Noodles with Sichuan Pepper Leaf(제피국수)
	Noodles in Cold Soybean Soup with Fruits(과일콩국수)
	Spicy Noodles(비빔국수)
Gyeonggi	Noodles with Pepper Pickle(고추장아찌국수)
	Jemul Noodles(제물국수)
	Noodle Soup with Lotus Leaf(연잎칼국수)
	Noodles in Cold Soybean Soup(콩국수)
	Noodle Soup with Mulberry Leaf(뽕잎칼국수)
Chungcheoung	3 color Noodle Soup(삼색칼국수)
	Banquet Noodles(잔치국수)
	Cold Buckwheat Noodles with Arrowroot(취냉면)
	Noodles in Cold Soybean Soup with mugwort(쑥콩국수)
	Noodles in Cold Soybean Soup(콩국수)
	Noodles with Lotus leaf & Fruits(연잎과일국수)
	Noodle Soup with Pine-tree Mushroom(송이버섯칼국수)
	Omija Noodle(오미자국수)
	Paper Sujebi(종이장수제비)
	Yesan Noodle Soup(예산칼국수)
Gyeongangsang	Andong Noodles(안동국수)
	Banquet Noodles(잔치국수)
	Barley bran Sujebi(보리등겨수제비)
	Noodle Soup with Lotus(연꽃칼국수)
	Noodles with Black bean Sauce & Mushroom(버섯짜장면)
	Noodles with Kimchi(김치국수)
	Noodles with Oyster Mushroom(느타리버섯국수)
Noodles with Yeolmu-kimchi(열무김치국수)	
Jeonla	Banquet Noodles(잔치국수)
	Noodle Soup with Perilla seeds(들깨즙칼국수),
	Noodle Soup with Red beans(팥칼국수)
	Noodles with Indongcho(인동초국수)
	Noodles with Seaweed fulvescens(매생이국수)
	Noodles with Young Radish(열무국수)
	Spicy Noodles(비빔국수)
	Sujebi with Green tea(녹차수제비)
	Sujebi with Black bean sauce(짜장수제비)

IV. 요약 및 제언

본 연구는 전국 조계종 55개 사찰을 대상으로 사찰국수의 실태 및 조리법, 대표사찰 국수를 조사하여 사찰 국수의 기초 자료를 제공하고자 하였다. 본 연구 결과를 요

약하면 다음과 같다.

1. 조사 사찰 50.9%에서 스님 대신 일반인 조리자가 조리하였고, 스님들이 직접 조리하는 사찰은 전체의 29.1%였다.

2. 사찰에서는 국수에 특별한 의미를 부여하지 않는 경우가 가장 많았으며(45.5%), 장수(12.7%), 축하(9.1%)였다. 조사 사찰에서 국수 제공 횟수는 ‘한 달에 1-2회’(54.5%), ‘일주일에 1-2회’(30.9%), ‘1년에 2-3회’(7.3%) 순이었고, 사찰에서 가장 많이 제공하는 국수는 잔치국수, 칼국수, 비빔국수, 콩국수, 열무김치국수 순이었다.

3. 사찰에서는 국수 면의 주재료로 밀가루, 콩가루, 메밀가루를 사용하고 있었고, 애호박, 쑥, 시금치즙 등을 면에 첨가하였다. 사찰국수의 국물 재료는 다시마, 건표고, 무, 건고추, 참죽순 등을 사용하였고, 양배추, 청양고추, 생강 등 다양한 식재료를 국물 재료로 활용하였다. 사찰국수에서 주로 사용되는 고명 재료는 호박, 당근, 버섯, 김가루 등이 사용되고 있었고, 독특한 고명재료로는 구운 두부, 볶은 땅콩, 고수 등이 있었다.

4. 조사사찰에서 총 36개의 독특한 대표 국수가 조사되었고, 다양한 버섯을 이용한 국수와 독특한 식재료를 활용한 제피비빔국수, 연꽃칼국수, 연잎과일국수 등 독창적인 사찰 국수가 있었다.

본 연구 결과 사찰에는 다양한 식재료와 조리법을 활용한 사찰 대표국수가 전래되고 있었다. 그러나 본 연구는 일부 사찰을 대상으로 조사하였기 때문에 조사되지 않은 사찰에도 대표 사찰국수가 있을 것으로 생각된다. 따라서 향후 전국 사찰을 대상으로 전래되어 있는 독창적인 사찰국수를 발굴할 필요가 있을 것으로 보인다. 또한 조사된 사찰 국수에 대하여 세부적 조사를 통해 재료 및 조리법을 정리하고 이에 대한 레시피 표준화 작업과 함께 기호도 평가와 영양평가 등이 필요할 것을 보인다. 또한 대표 사찰 국수에 대해 전해 내려오는 스토리를 조사, 발굴하여 스토리텔링을 활용한 사찰 국수 콘텐츠 개발 연구도 함께 수행되어야 할 것이다. 이에 본 연구 결과는 사찰 국수의 기초 자료를 제공하고 사찰 국수 대중화를 위한 자료로 활용 될 것으로 기대 한다.

REFERENCES

- Cho E. J. & Park S. H. (1994). A study on eating habits of the buddhist priesthood in Seoul and Kyongnam. *Korean Journal of Dietary Culture*, 9(3), 267-275.
- Choi S. H. (2009). Analysis of Menu Patterns of Noodle Meals in the School Food services. Unpublished master's thesis, Gyeongsang National University, Jinju.
- Kim S. B. (2010). The aspect culture of Joseon Dynasty. *Youlchon*, 2(1), 170.
- Kim J. A. (2004). Nutritional evaluation of served menu and management of foodservice in Korean temples. Unpublished doctoral dissertation, Dongguk University, Seoul.
- Kim Y. S. (2014, August 10). Noodle story. Retrieved Mar 8, 2016, from <http://www.beopbo.com/news/articleView.html?idxno=91479>
- Kim S. B., Kim S. K., Kim S. N., Cho Y. S., & Kim M. H. (2013). Establishment of One Portion Size of Dishes Frequently Consumed by Korean Adults using 2010 KNHANES and Its Comparison with the One Portion Size using 2005 KNHANES - Focusing on Rice, Noodles, Soups, and Stews -. *The Korean Journal of Food and Nutr*, 26(4), 745-752.
- Kho T. K. (2016). A study on the noodle intake and preference of buddhist monks. Unpublished master's thesis, Dongguk University, Seoul.
- Lee J. H. (2005). Utilization and preference for noodles. Unpublished master's thesis, Sookmung Womens University, Seoul.
- Lee M. K. (2013). Study of physico-chemical characteristics of the noodle and sangwhabung containing Chunggukjang powder. Unpublished doctoral dissertation, Sejong University, Seoul.
- Lee M. S. (2016). Food service management and evaluation of served menu in Korean monastic

- temples during the summer meditation retreat. Unpublished master's thesis, Dongguk University, Seoul.
- Lee S. Y. & Kim. J. A. (2014) A Study on Temple Food Intake and Health. *The East Asian Society of Dietary Life*, 24(6), 691-699.
- Ministry of Agriculture Food and Rural Affairs. (2015). Processed Food Subdivision Market Status.
- Min A. Y., Son A. Y., Kim H. J., Shin S. K. & Kim M. R. (2015). Quality characteristics and antioxidant activities of noodles added with rehmanniae radix preparata powder. *Journal of the Korean Society of Food Science and Nutrition*, 44(3), 386-392.
- Nam S. E. (2015) A Study on Korean Seasonal Customs of Buddhist Temples for Revitalizing Korean Temple Food. Unpublished master's thesis, Dongguk University, Seoul.
- National Statistical Office. (2017). 2016 Grain consumption survey results.
- Noh B. S (2009). Changes in Noodles and Direction of Future Development. *Journal of the Korean Society of Food Science and Nutrition*, 11, 52-54
- Park W. P. (2014). Quality characteristics of noodles added with houttuynia cordata thunb powder. *Korean Journal of Food Preservation*, 21(1), 34-39.
- Park J. C., Chun S. S., Young H. S. & Kim S. W. (1993). Studies on the chemical components and Biological activities of edible plants in Korea (II). *Journal of the Korean Society of Food Nutrition*, 22(5), 581-585.
- Rural Development administration. (2013). Noodle Kaleidoscope. RDA Interrobang Report No. 106. p5
- Sheo H. K. (1995). Diet of temple. *Korean J. Dietary Culture*, 10(5), 497-503.
- Shin H. J., Jeon Y. J & Shin H. J. (2008). Physiological activities of extracts of Cedrela sinensis leaves. *Korean Society for Biotechnology and Bioengineering Journal*, 23(2), 164-168.
- Shin H. J., Cho E. Y., Lee H. J., Teresa T. F., Eric R., Bernard R., JoAnn E. M., Kevin W & Frank B. H. (2014). Instant noodle intake and dietary patterns are associated with distant cardiometabolic risk factors in Korea. *The Journal of Nutrition*, 144(8), 1247-1255.
- Sun Jae (2002). Nature and Zen Food in Temple. *Journal of Korean Society for People Plants and Environment*, 5(1), 33-40.

Received 21 November 2017;

1st Revised 13 December 2017;

Accepted 19 December 2017