

## 大豆文化는 東方에서

李 盛 雨

(한국콩연구회·회원)

콩은 中國의 周時代에서 春秋時代에 걸치는 詩를 동아놓은 「詩經」속에 비로소 菽(숙)이란 이름으로 비로소 등장한다. 菽의 語原은 未이다. 一은 地面, 卜은 줄기에 꼬투리가 붙은 모양, 小은 뿌리의 모양을 각각 가리킨다. 未은 점차 叔이 되고 그 다음에 菽의 되었다.

叔의 꼬투리가 나무로 만든 祭器인 豆와 비슷한데서 菽은 豆가 되어 버렸다. 그러다가 南方에서 팔처럼 알맹이가 작은 콩무리가 들어오니 이것을 小豆, 본디의 콩은 大豆라 이르게 되었다. 이것이 紀元前後의 일이다.

그리고 우리나라에서는 大豆를 태에다 콩알맹이를 가리키는 點은 적어 太(태)로 표기하기도 하였다.

그러면 大豆는 언제 어디에서 나타나게 된 것일까? 1883年 「De Candolle」 女史는 콩의 野生種이 있는 中國·日本·인도네시아·자바 등지를 콩의 原產地라 하였다. 그런데 소련의 「N. Vavilov」는 1926年 “栽培植物의 發祥中心地”란 論文에서 野生種·中間種·栽培種이 가장 많은 곳에 재배 植物의 發祥地로 삼자고 하였다. 그리고 日本의 「福田」氏는 1933年위와 조건에 맞는 곳을 中國 東北部(만주)로 局限시켰다. 따라서 이곳을 콩의 原產地로 보는 것이 通說이 되었다.

그런데 中國의 「王金陵」은 1958년에 콩의 품종, 콩의 名稱, 原始型 콩의 變異한 것이 東北보다 中國南部에서 인디아 근처에 더 많을 뿐 아니라 이것은 農耕歷史가 東北보다 빠르니 이 지역을 원산지로 보자고 주장하였다.

그렇지만 中國의 양소·龍山 文化의 유적에 콩이 나타나지 않고, 그 후의 유물에도 콩이 보이지 않다가 漢代의 馬王堆에 비로소 나타난다.

그리고 北部의 考古學者 「도유호」는 1959年 威北 會寧郡 五洞의 靑銅器時代의 유물로서 土器의 밑바닥에 콩알이 붙어 탄 상태로 팔·조와 더불어 出土되었는데 이 콩알의 크기가 오늘날의 것과 비슷하다고 하였다.

또 北韓의 농업과학연구소에서 육종학을 연구하는 「김종윤」은 1965년에 北韓에서도 中間種을 볼 수 있으니 우리나라는 中國 東北地方과 더불어 大豆의 原產地라 지적하였다.

한편 南韓에서는 1972年 경기도 양평군 八堂水沒地區에서, 밑바닥에 콩의 무늬가 있는 靑銅器時代의 土器가 出土되었으며, 「權臣漢」은 1971年 南韓에서 中間種이 發見되었다고 보고 하였다.

이로서 유전학적으로 콩의 원산지가 옛 고구려 땅인 만주와 韓半島라는 것을 알 수 있겠고 그 時期는 이 땅에 농경이 본격적으로 시작된 靑銅器時代 부터라고 하겠다.

그리고 이 사실은 文獻을 통하여 한번 더 확인할 수 있다. 「管子」란 옛 中國서적에 의하니 “春秋時代에 齊나라 桓公이 山戎(산용)을 침범하여 그 곳에서 콩을 가져와서 비로소 中國에 보급시켰다는 것이다. 그리고 이 때의 콩은 戎菽(용숙)이라 하였다는 것이다. 이것이 紀元前 663年 以前의 일이다.

또 中國의 옛 서적에서 山戎이란 東北의 夷를 가리킨다고 하였는데 夷는 고구려이다. 그리고 기원 2~3세기의 字典에서는 콩이란 北方의 곡식이라고 하였다.

이와 같이 콩의 원산지를 두고 中國사람 스스로가 2千數百年前 벌써 東北地方이라고 지적하고 있으니 다시 論及할 필요조차 없을 것 같다.

그런데 콩은 단백질 38%, 지방 18%, Vit-

amin A·B<sub>1</sub>·B<sub>2</sub>·E· niacin, Choline과 Ca·Na·P·Fe 등이 많은데, 단백질질 구성하는 아미노산에, 곡물에 적은 라이신이 많기는 하나 蛋白價가 56으로서 쌀의 78에 비하여 훨씬 떨어진다는 것이 科學的인 評價이었고 「神農本草經」에서 말하는 콩의 효능인 중기를 다스리고 삶은汁이 毒을 풀며 아픔을 그치게 한다는 설명을 科學的으로 해석하지 못하고 있었다. 「神農本草經」은 전설속의 神農氏가 직접 지은 것이 아니고 오래 전부터 내려오는 食品이나 藥品에 대한 설명을 戰國時代(기원전 480~222)에 整理한 것이다.

그러다가 최근 단백질의 새로운 質的인 평가 법인 아미노酸價에 따르면 콩 단백질의 質이 쌀보다 우수해진다. 지방은 불지방산이 많아서 콜레스테롤을 감소시키고 동맥경화를 막는다. 또 콩의 레시틴은 老化防止·콜레스테롤의 제거등에 효과가 있고 콩의 사포닌은 老化防止·지방의 合成억제·지방분해의 촉진에 유효하다. 콩의 트리프스인히비터는 당뇨병을 다스리며 콩에 많은 食物섬유는 大腸암을 예방한다. 또 황색콩의 色素인 다이제인은 어깨 근육의 아픔을 풀어준다. 그리고 검은 콩의 Saponin과 色素에는 강력한 解毒作用이 있다. 그러한 효능이 科學的으로 解明되니 옛 「神農本草經」의 설명을 뒷받침해줄 수 있게 되었고 콩을 재배화한 조상들의 슬기가 더욱 빛난다고 하겠다.

그리고 우리 조상들은 스스로 개발한 콩을 교묘하게 加工하여 콩나물·두부·豆醬등을 만들어 내었다.

콩에는 비타민 C가 없으나 콩나물에는 비타민 C가 많이 생성되어 100g만 먹으면 하루 필요량의 1/3을 채울 수 있다. 이것이 中國 文獻에는 「神農本草經」에 大豆黃이란 이름으로 비로소 나타나고 元代의 「居家必用」에는 豆芽茶란 이름으로 녹두나물이 나타난다. 우리나라 文獻로서는 고려末의 「鄉藥救急方」에 大豆黃이 나타난다. 이렇듯 文獻上으로는 中國이 우리보다 앞서 있지만 콩의 原產地가 우리나라이면 콩 재배법을 개발하는 과정에서 의례히 콩이 싹트는 것을 보았을 것이고 먹기

도 하였을 것이지만 당시의 文獻이 없다는 것 뿐이다.

두부도 콩의 加工品으로서 中國에서는 前漢時代의 淮南王의 발명품이라고들 하지만 中國의 唐代까지의 수많은 文獻 속에 두부를 가리키는 글이 보이지 않다가 唐末에서 宋代初期에 비로소 등장하니 두부의 起源을 漢代까지 올릴 수 없다. 東夷圈에 살던 우리 조상들은 본디 유목계이었던 만큼 milk에서 치즈와 같은 것을 만들 줄 알았을 것이나, 점차 milk에서 멀어지니 옛날 먹었던 것을 회상하면서 그들 스스로 개발한 콩을 이용하여 이것과 비슷한 것을 만들어내니 이것의 豆乳이고 더 나아가서는 두부를 만들게 되어 이것이 中國에도 전해진 것이라고 생각해 본다. 朝鮮時代에 우리나라에서 건너 간 女子의 두부 만드는 솜씨에 明나라 황제가 경탄했다는 기록이 있다.

그리고 「星湖僊說」(1763)에서는 두부와 콩나물에 대하여 다음과 같이 말하고 있다.” 콩을 밧돌에 갈아서 精液만 취해서 두부를 만들면 찌기가 많이 남는데 이것으로 국을 끓여먹으면 구수한 맛이 먹음직하다. 또 싹을 내어서 콩나물을 만드면 몇 갑절이 더 해진다. 가난한 자는 콩을 갈고 콩나물을 썰어 합쳐서 죽을 만들어 먹는데 죽히 배를 채울 수 있다. 나는 시골에 살면서 이런 일을 알기 때문에 대강 적어서 백성을 기르고 다스리는 자에게 보이고 깨닫도록 하고자 한다.”

또 우리 조상들은 콩으로 콩醬을 만들어 내었다. 中國의 옛 冊인 「周禮」에 醬이 나오기는 하나 이것은 콩醬이 아니고 肉醬이다.

「삼국지 위지 동이전」에 의하니 고구려 사람이 발효식품을 잘 만든다고 하였는데 이것이 어떤 종류의 발효식품인지 알 수 없으나 3세기의 安岳 古墳 벽화에 발효식품용인 듯한 우물가의 독을 볼 수 있다. 또 「新唐書」에 의하니 고구려의 유민들이 세운 발해의 名物로서 𩵿(시)를 들고 있다. 𩵿는 「說文解字」란 字典에서 配鹽幽菰(배염유숙)이라 하였다. 콩을 어두운 곳에서 발효시켜 소금을 섞은 것이란 뜻이다. 곧 청국장과 비슷한 것이다.

그러면 이 𩵿도 다른 文化처럼 中國에서 우

이러한 사실과 콩의 원산지가 東夷國이란 것을 아울러 생각할 때, 鼓란 콩醬이 오랜 歷史를 갖고 우리나라 北部에서 싹터, 肉醬의 中國에 漢代에 전해지니 그들은 맛이 좋다는 뜻의 嗜(shyh)와 같은 팝으로서 콩을 받친다는 뜻에서 鼓(shyh)라고 表記하게 된 것이다. 그런데 만주 南部地方에는 또 다른 한 종류의 豆醬이 생기니 이것이 배주 醬이다. 이 배주醬은 鼓와 더불어 日本에도 건너갔다. 日本 文獻에

이와같이 하여 고구려 땅에서 발생한 **콩醬**은 中國과 日本에 건너가서 마침내 中・韓・日 三國을 하여금 세력의 조미료 分布上 하나의 **콩醬圈**을 形成하게 되었다.

이로서 “大豆文化는 東方에서”라고 결론 지  
운다.

(한양대학교 · 식품영양학과 교수)

