

YONHAP | 연합리페르  
**REPÈRE**

- ☞ 목차
- ☞ 과월호
- ☞ 정기구독신청
- ☞ 사진구입



Travel Food

## 붕어찜

몸에 좋은 가을 보양식

■ 글/이창호 기자·사진/이진옥 기자

제법 스산한 바람이 깊어가는 가을을 느끼게 한다. 어디론가 훌쩍 떠나고 싶은 마음이 간절한 계절. 청명한 하늘 아래 울긋불긋 새 옷을 갈아입는 산천의 아름다움을 만끽하고 먹는 즐거움도 있다면 그야말로 행복이 가득한 시간이 된다. 경기도 광주시 남종면 분원마을은 팔당호의 수려한 경관을 품고 있는 경치가 일품인데다, 가을 보양식 '붕어찜'으로 유명하다.

팔당을 비롯한 남한강 일대는 수도권 최고의 드라이브 코스로 이름나 있다. 아스라이 피어오르는 물안개 사이로 펼쳐지는 수려한 풍광은 한 폭의 수채화인 듯 그윽한 운치를 발산한다. 드라이브를 하다가 아무 곳이나 차를 세워두고 강물을 바라보는 여유로운 이곳에서 만끽할 수 있는 특권이기도 하다. 또한 다양한 콘셉트의 갤러리들이 구석구석 숨어 있어 눈의 호사를 누릴 수 있을 뿐 아니라 다양한 맛집도 곳곳에 있어 그 맛을 찾아다니는 즐거움도 빼놓을 수 없다.

특히 북한강과 남한강의 두 줄기가 만나는 팔당호 남단에 자리 잡고 있는 퇴촌에서 분원리(分院里)로 이어지는 길은 환상의 드라이브 코스다. 산 좋고 물 좋기로 이름난 팔당호반을 느릿느릿 따라가면 수면에 미끄러지는 은빛 햇살 가득한 팔당호반과 함께 상쾌한 공기가 막혔던 마음을 탁 트이게 해준다. 남종면 분원리 이정표에서 좌회전해서 3km가량 들어가면 '붕어찜 마을'로 유명한 분원리에 닿는다. '분원 붕어찜'을 전문으로 하는 40여 개의 식당들이 한 마을을 이루고 있는데, 모두 '원조(元祖)'를 주장하는 간판을 내걸어 진짜 원조를 찾는 일은 쉽지 않다. 하지만 어느 집엘 가나 비리지 않고 매콤한 붕어찜의 참 맛을 느낄 수 있다.

이곳의 원조로는 '강촌매운탕'이 꼽힌다. 주인인 이영숙 씨가 1976년 처음 '분원 붕어찜'을 메뉴로 내놓기 시작했으니 30년이 넘었다. 1973년 팔당댐이 완공되자 분원리에는 낚시꾼이 하나둘씩 모여들기 시작했고, 낚시꾼들을 상대로 하는 간이음식점들이 생겨나기 시작했다. 잉어나 쏘가리, 메기 등은 대접받는 매운탕 재료였지만 가시가 많고 살이 적은 붕어는 가축 사료로 쓰이거나 버려지기 일쑤였다. 이 씨는 붕어 특유의 비린내가 나지 않고, 즐깃즐깃한 맛을 잘 살려낸 붕어찜을 개발했고, 이게 인기를 끌면서 분원마을 전체가 붕어요리를 전문으로 하는 음식촌으로 바뀌었다.

### 드라이브 코스와 맛 여행지로 사랑받는 마을

'분원 붕어찜'은 널찍하게 썬 무와 시래기를 깔고 25cm 내외의 준척급 붕어를 얹은 뒤 후추와 겨자, 깻잎, 마늘, 생강 등 갖은 양념을 넣고 20여 분 간 조리한다. 잘 익으면 한 마리씩 접시에 떠 먹는다. 붕어는 원래 잔 가시가 많아 다른 생선처럼 가시를 골라내기 쉽지 않고 폭 고아도 가시의 세기가 만만치 않다. 하지만 부드러우면서 매콤한 맛이 몸과 마음에 활기를 불어 넣어주고, 얼큰한 맛을 내는 수제비도 일품이다.

분원마을은 예부터 어른 손바닥만 한 참붕어가 많이



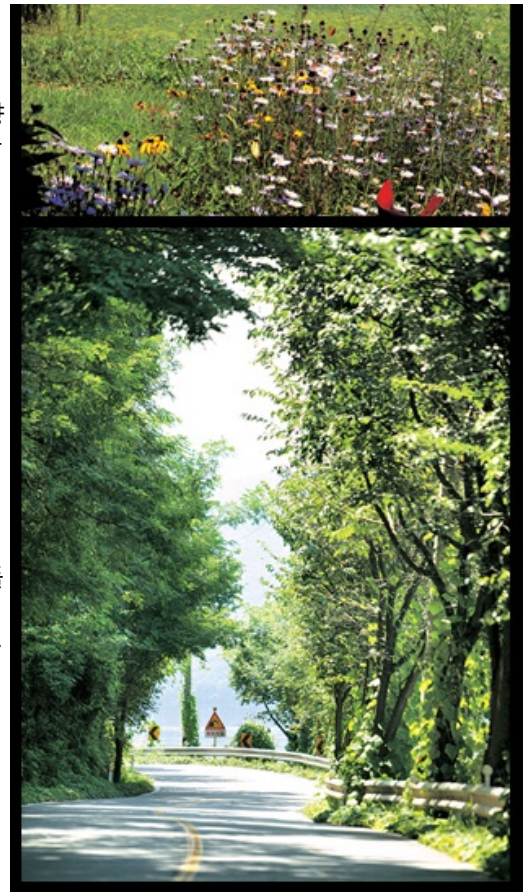
잡히는 곳이었지만 상수원 보호 차원에서 낚시 등으로 행위가 금지된 지 오래됐다. 하지만 호수 조성기부터 붕어를 잡아온 토박이 어민에게는 유자망으로만 고기를 잡을 수 있도록 예외를 두고 있다. ‘고향매운탕’의 주인 이영배 씨는 “요즘 외래종 배스가 늘고 토종 붕어가 줄어들어 팔당호에서 잡아올린 붕어는 그리 많지 않고 대부분 대청호 등지에서 건져 올린 것”이라며 “붕어찜은 성인병 예방과 스테미나 보강, 피부 미용 등에 좋다”고 말한다.

‘의식동원(醫食同源)’이라는 표현대로 좋은 음식은 보약이나 마찬가지다. 인조, 효종, 영조 때 붕어찜에 대한 기록이 여러 번 나온다. 특히 효종 즉위년에 신하들이 증전에게 보양을 위해 붕어찜을 권하면서 “붕어찜은 비위를 보하고 원기를 회복하는 성약(聖藥)”이라고까지 치켜세우기도 했다.

한의학에서도 예부터 붕어를 몸에 기력이 떨어져 피곤하고 힘이 없고 나른할 때 몸을 보하는 차원에서 널리 애용했다. 특히 출산 뒤 산후조리 음식으로 최고라는 게 정설이다. 붕어살에는 단백질이 18%나 들어 있어 영양가가 높고 가을철 붕어찜은 쇠약해진 체력을 회복하고 원기를 북돋우는 데 안성맞춤이다. 분원마을에는 붕어찜뿐만 아니라 각종 한약재 등을 붕어와 함께 넣고 고아낸 붕어즙도 유명하다. 월척을 골라 찜통에 넣고 뼈까지 흐물거릴 정도로 푹 고아내는 붕어즙은 감기 예방 등에 효험이 있다고 알려져 있다.

분원마을은 세계적으로 널리 알려진 조선백자의 도요지로 자녀들의 학습 장소로도 손색이 없다. 분원리라는 이름은 조선시대 왕의 식사와 궁궐 내 연회에 관한 일을 맡은 관청인 사옹원(司饔院)의 백자(白瓷) 공장 격인 분원이 있었던 데서 유래했다. 사옹원 관리들을 비롯해 가마에 딸린 식솔들이 500여 가구에 이를 정도로 대규모의 도요지였으나 일제강점기에 거의 소멸됐다. 마을 한가운데 있는 운동장 한쪽에는 100㎡ 남짓한 ‘백자전시관’이 있어 백자의 역사와 분원리의 유래에 대한 설명을 들을 수 있다. 또 가마터에 들러 옛 도공들의 흔적을 찾아볼 수 있다.

오가는 길에 천진암, 정약용 생가, 수종사, 서울종합촬영소, 바탕골예술관, 얼굴박물관 등을 둘러보는 것도 좋다.



[▲ top](#)