



## 푸른 바당과 초록의 우영팻

육지 사람들은 모르는 제주의 맛

\*지은이 김민희

\*출판일 2021-07-26 \*판형 148×210mm

\*값 13,500원 \*분야 에세이

\*페이지 수 200쪽

\*ISBN 978-89-6196-393-0 (03810) \*판수 1

\*출판사 엘리스

10881 경기도 파주시 회동길 210

\*Tel 031-955-7977 \*Fax 031-955-8855

\*E-mail [artbooks21@naver.com](mailto:artbooks21@naver.com)

\*담당자 김소영

### 그리운 장면은 모두 식탁에 있다!

“사람의 몸과 삶을 통째로 안아주는 마법 같은 미식 이야기”

— 『에세이 만드는 법』 저자 이연실 추천

“이 책을 읽기 전까지

나는 그동안 제주에 한 번도 가지 않은 거나 마찬가지였다.”

— FBS 「신계숙의 맛터사이클 다이어리」 신계숙 추천

‘바당’은 제주어로 바다를, ‘우영팻’은 집 주위에 있는 작은 텃밭을 말한다. 구쟁기, 구살, 솔라니, 놔빼…… 하나하나 발음해보는 것으로도 재미있는 이 이름들은 바로 미식의 섬 제주의 바당과 우영팻에서 길어올린 보물들이다. 자연에서 얻은 신선한 식재료는 누군가의 밥상 위에 올라 색색의 이야기를 하나둘 차려낸다. 어떤 날은 성게알에 옥돔 못국, 옥돔구이 같은 호사스러운 밥상으로, 어떤 날은 몸과 마음에 온기를 채워주는 몸국으로, 또다른 날에는 만든 이의 정성을 떠올리게 하는 닭엿으로. 그렇게 음식은 찬바람이 도는 서늘한 마음을 단숨에 누그러뜨리고, 사람의 마음을 들여다보게 한다. 마음이고 사랑이다.

‘제주’ 출신이라고 하면 고기국수와 흑돼지 맛집만 묻는 육지 사람들에게 『푸른 바당과 초록의 우영팻』은 제주 음식을 매개로 차린 이야기 한상차림이다. 대상군(大上君) 출신의 해녀왕

할머니, 수산물 유통업에 종사한 아버지, 고사리 껌기 고수인 어머니 덕분에 어려서부터 산해 진미를 먹으며 자라 ‘어두(魚頭)’가 가장 맛있다는 것을 일찌감치 깨우친 지은이가 ‘제주 음식’을 통해 삶을 증언하듯 음식과 가족, 사랑에 대한 이야기를 생생하게 터놓는다.

**“요리는 확실해서 좋아.  
공들이면 공들인 만큼 맛이 확실히 좋아지거든.”**

제주에서 나고 자란 지은이는 현재 요리 가르치는 일을 업으로 삼고 있다. 오랫동안 중앙언론사의 기사를 꿈꿔왔으나 쓰라린 패배를 맛본 후, 진로를 고심하다 우연한 계기로 사람들 앞에서 요리 수업을 하게 된다. 그리고 그 길로 9년째, 지은이는 요리 선생으로서 또다른 꿈을 실현하고 있다. 크고 작은 인생의 부침마다 자신의 곁에서 응원을 아끼지 않은 음식과 사람들 덕분에 앞으로 나아갈 힘을 얻을 수 있었기 때문이다. “침부터 잘허기는, 그런 사람은 어서. 물질은 타고나는 게 아니야.”(「해녀왕 양원홍」) “요리는 확실해서 좋아. 공들이면 공들인 만큼 맛이 확실히 좋아지거든.”(「소박하고 진하고 따뜻한」) “까다롭더라도 끝까지 까보라. 그래야 최고로 맛있는 굴을 맛볼 수 이실거난.”(「제라진 굴」) “울고 싶을 땐 울어사주. 참지 말고 울어. 다 지나갈 거여. 분명 다 지나간다.”(「울고 싶은 날엔」)

기억 속에 저장된 맛들은 세월이 쌓이며 추억을 입는다. 그 추억을 먹고 자란 지은이는 섬세하고 예리한 시선으로 맛을 가르치고 기록한다. 맛있는 음식을 두고 둘러앉아 나누는 대화는 삶을 따뜻하게 안아주고, 함께 밥을 먹는 시간은 더없이 그리운 삶의 순간으로 남는다는 사실을 몸소 체득해왔기에.

**“마음이 허기질 때면  
누구나 가장 따뜻했던 시절의 맛을 떠올린다.”**

『푸른 바당과 초록의 우영팻』은 제주를 배경으로 매력적인 ‘맛’의 세계를 옮겨놓았다. 한 사람의 내밀한 미식 체험은 한 끼 식사를 만들기 위한 수고와 시간, 향토성 짙은 제철 재료, 제주 고유의 세시풍속 등과 한데 뒤섞여 읽는 이의 모든 감각을 열어주고 결국에는 이야기에 머무르게 한다.

총 네 장으로 구성된 이 책은 1장에서 제주의 자연에서 얻은 싱싱한 식자재와 그것으로 만들어낸 따뜻했던 시절의 맛을, 2장에서는 생의 굽이굽이마다 맛으로 위로를 안겨준 제주의 음식들을 담았다. 3장에서는 음식에 얹힌 가족 이야기, 마지막 4장에서는 육지살이를 하는 동안 그리워했던 고향의 맛을 담았다. 가볍게 책을 읽다보면 낯선 제주 음식이 먹고 싶어지고, 어느덧 자신이 추억하는 맛과 사람들에 대해 이야기하고 싶어질 것이다. 그렇게 맛은 점점 ‘베지근’해지고 마음은 넉넉해지며 제주의 풍경은 더욱 선명해질 것이다.

“마음속에 허기가 느껴질 때면 누구나 가장 따뜻했던 시절의 맛을 떠올리게 된다. 과거의 기억을 떠올렸을 때 무엇 하나 맛과 관련되지 않은 것이 없다. 찻숟가락에 담긴 성계알은 할머니로 기억되고, 고단했던 과거를 떠올리면 닭엿과 몸국부터 생각난다. 맛이 삶이고, 삶이 곧 맛이다. 나의 내밀한 이야기가 독자분들 몸속 깊은 곳에 축적된 맛의 기억을 불러오는 계기가 된다면 저자로서 큰 힘이 될 것이다.”

## 추천사

이 책을 읽고 보니 저는 그동안 제주에 한 번도 가지 않은 거나 마찬가지였지 뭐예요. 지금까지 제주를 대여섯 번 정도 다녀왔는데 말이죠. 어쨌든 제주에는 먹을 게 마땅치 않다는 선입견 때문이었어요. 누군가 제게 제주 음식에 대해 물으면, 그저 “빙떡이랑 돔베고기, 흑돼지 말고 또 있나” 했어요. 그런데 이 책을 만나고 그 생각이 완전히 바뀌었어요. 제주 토박이이자 요리 선생님인 김민희 작가의 이야기에 흠뻑 매료되고 말았거든요. 해녀인 할머니를 통해 본 제주의 바다, 표현에 서툰 아버지, 솜씨 좋은 어머니 등 가족과 생활 곳곳에 묻어난 음식 이야기가 수채화를 그리듯 투명하고 잔잔하게 펼쳐지는데, 이제야 ‘제주 음식의 길잡이’를 만났구나 싶어요. 무엇보다 삶의 순간마다 함께한 ‘제주 음식’을 요리책이 아닌 이야기로 만날 수 있어 반가웠습니다. 음식은 인생을 즐기고 베풀고 누릴 수 있는 삼박자를 가능하게 해주거든요!

— 신계숙(EBS 「신계숙의 맛터사이클 다이어리」 호스트, 배화여자대학교 조리학과 교수)

입이 약간 벌어진 채 이 책을 읽었다. 해녀왕 할머니가 날미역에 찐 성게알을 주며 “아~ 해보라” 할 때부터였다. 아니면 흥해삼이 품은 질푸른 바다 내음이 실제로 코끝에 훅 끼쳐서 움찔할 때부터였다. 허기진 저녁에 국밥 들어켜듯 책장은 후루룩 저절로 넘어갔고, 마지막 장을 덮는 순간까지 크게 병그러진 입은 다물어지지 않았다.

책을 읽는 동안 제주로 이주한 우리 엄마가 무릎이 아프도록 따라 다니던 고사리가 맘속에서 쑥쑥 자랐다. 들여다보면 거울처럼 내 얼굴이 반짝 비칠 듯해 제주 시장에서 낚 놓고 들여다보았던 은갈치가 출렁거리며 맘속을 헤엄쳐 다녔다. 우영팻에서 기른 싱그러운 채소들은 ‘외 할머니의 채소 팔레트’에서 튀어나와 온 세상에 수채화를 그렸다. 평소 편의점 음식과 배달 음식으로 연명하던 나는 내 ‘대충 밥상’을 건어차고 춤이라도 추고 싶었다.

이 싱그러운 식재료들에 시간과 사랑을 더해 최고의 음식을 만들어내는 애뜻하고 다정한 책 속의 제주 사람들은 나더러 지치지 말고 살아라, 살아서 맛난 거 챙겨 먹어라, 네 삶이 아무리 좁스럽고 허약해 보이는 날에도 비행기 한 시간만 타고 날아가면, 출렁이는 큰 바다와 그 바다가 키워낸 먹거리가 있다는 것을 잊지 말라고 말해주었다. 그러니 몸 축나게 자기를 몰아붙이지 말고, 굶지도 말고, 뭐든 못 자고 못 먹으며 하지 말고, 생생하게 살아가라, 살아 있어라…… 이 책은 그렇게 나의 몸과 맘을 온통 흔들어놓았다.

나는 육지것이라 그간 제주 음식을 대차게 먹기만 하고, 제대로 불러주지는 못했었다. 이 책에서 먹기만 하던 그 입으로 아름다운 제주 음식들의 이름을 배우고 불러보았다. 구쟁기, 구살, 솔라니, 멜, 놉빠, 싼다리…… 음식맛과 글맛이 황금비율로 뒤엉켜 혀끝과 가슴속까지 지르르 올린다.

나는 언제나 에세이는 살아온 대로 그 사람의 삶만큼 쓰이는 것이라 말해왔다. 이 책은 역지로 짜맞춘 글이 아니라, 바람처럼 파도처럼 노래처럼 흘러나온 글이다. 한 사람이 자신의 터와 업과 주변 사람을 지극히 사랑하면, 이런 문장이 빛어지는 걸까. 엄마와 할머니의 음식 만드는 손처럼, 저자가 ‘전국구’의 꿈에 실패하여 제주로 내려온 뒤 그 쓰라린 패배 속에서도 다시 기운 차리기 위해 먹었던 몸국의 맛처럼, 작가가 이 책에서 가려 뽑은 단어 한 마리, 문장 한 뿌리들이 모두 자연스럽게 깊고 향기롭다.

어린 시절 상처받은 손녀딸에게 닭엿을 주면서 할머니는 “울고 싶을 땐 울어사주. 참지 말고 울어. 다 지나갈 거여. 분명 다 지나간다” 말해주었다고 한다. 태어나 단 한 번도 들어보지도, 먹어보지 못한 닭엿이라는 음식을 나는 이 책에서 처음 맛본 듯했다. 단침이 고이면서, 눈물이 따라 고였다. 침과 눈물이 절로 같이 흐르게 하는 이 책을 어찌면 좋을까. 이 책을 읽는 동안 나는 허기지지 않았고 텅 비지 않았다. 좋은 음식이 사람의 몸과 삶을 통째로 안아주는 마법을 나는 이 책에서 목격했다.

몇 해 전 식구들이 전부 제주로 이주해 반(半) 제주인인 나도, 이 책을 읽으며 제주의 맛을 다 알려면 아직 한참 멀었구나 싶었다. 이 책을 모르고 떠나는 제주와 이 책을 읽고 난 후의 제주는 완전히 다를 것이다. 삼시세끼마저 부족해, 몇 끼는 더 추가해서 먹고 싶어지는 제주. 다음에 갈 땐 이 책을 품에 꼭 안고 가서 가족들과 더 잘 먹고 더 사랑하겠다.

—이연실(북디렉터, 『에세이 만드는 법』 저자)

## 책 속에서

---

소박한 부엌을 조금 둘러봤는데도 내가 보이는 듯하다. 고향이 어딘지, 뭘 좋아하고 무엇을 소중히 여기는지, 부모님과 관계는 어떤지…… 섬을 떠난 지 20년이 지났지만 나는 여전히 섬 안에 살고 있다. \_ 「시작하며-맛이 삶이고, 삶이 곧 맛이다」

구름이 석양에 빨강게 물들기 시작하고 서녘 하늘에는 벌써 초승달이 하얀 얼굴을 내밀었다. 코끝에 스치는 바람에는 배릿한 바다 냄새가 한층 더 짙게 배어 있었다. 고개를 돌려 할머니를 바라보았다. 주름투성이 얼굴과 굵은 등, 뭉툭한 손가락. 부드럽게 미소 짓는 듯하면서도 이따금 눈에 강한 빛이 깃들어 있는 표정. 세월의 풍파를 온몸으로 견뎌낸 제주의 여인이 거기 있었다. \_ 「해녀왕 양원홍」에서

제주에서는 싱싱한 갈치로 국을 끓여 먹는데 이때 노랑게 익은 늙은 호박을 썰어 넣는다. 다시마로 맛국물을 내어 보글보글 끓이다가 토막 친 갈치를 넣는데, 갈치의 머리를 반드시 같이 넣어야 한다. 머리에서 고소한 육수가 듬뿍 우러나기 때문이다. 네모지게 썰어둔 늙은 호박을 두 주먹 넣고, 발에서 탄 열갈이배추 서너 장을 찢어 넣은 뒤 파와 마늘을 조금 더하면 갈치 호박국이 완성된다. \_ 「새벽에 잡아올린 제주 바다」에서

누구에게나 최고의 감동을 주는 ‘최초의 한입’이 있을 것이다. 맛의 기억은 상상 속에서 점점 더 부풀며 달을 수 없는 신기루처럼 커지기도 한다. 추억이 덧입혀져서 그리하리라. 나에겐 어린 시절 맛본 흥해삼이 최초의 한입이자 미식의 첫 기억이다. 지금은 귀해서 먹을 수도 없는 그 시절의 아련한 맛. 그때의 경험이 지금의 미식 생활을 풍부하게 해주는 것은 아닐까. \_ 「최초의 한입」에서

여름날 아침이면 외할머니는 나를 데리고 우영팻으로 갔다. 우영팻에서 자란 싱싱한 채소들은 하나같이 생명력이 넘쳤다. 붉은 토마토, 가지의 선명한 보라색, 잔가시가 돋친 호박잎까지도. 할머니는 내게 대나무 소쿠리를 넘겨주시곤 “이건 탈(딸) 때가 됐고, 저건 사흘은 더 기다려사 먹어지켜” 하면서, 토마토나 고추같이 따기 쉬운 채소들은 직접 따게 했다. 할머니의 손짓 따

라 채소를 조심조심 따서 소쿠리에 담으면, “이건 민희가 판 채소니 특히나 더 맛있으키여”라며 칭찬을 아끼지 않으셨고 그 채소들은 곧 밥상 위에 올랐다. \_ 「외할머니의 채소 팔레트」에서

지금도 마음에 허기가 들 때면 뭉국을 끓인다. 뭉국을 먹으며 치열했던 시절의 기억을 떠올린다. 길 잃은 강아지 같던 내 모습, 다시금 살아봐야겠다고 결심하던 내 모습을……. 추운 시절이 있었기에 지금의 뭉국이 더 따뜻하고 푸근하게 다가온다. \_ 「소박하고 진하고 따뜻한」에서

칠순이 가까운 나이에 자식들 먹일 생각뿐인 나의 아버지. 자식들이 좋아하는 음식은 어떻게든 공수해서 입에 넣어주시지만, 육하는 성미도 여전해서 애써 얻은 점수를 잔뜩 깎아먹는 나의 아버지. 지금도 아버지는 별다른 표현을 하지 않는다. 무뚝뚝한 부녀는 오랜만에 만나도 대화는 별로 없다. 그래도 이제 나는 안다. 아버지의 사랑을, 아버지의 노고를. \_ 「아버지와 갈치」에서

## 지은이 김민희

---

제주에서 자랐다. 대학 졸업 후 JIBS 제주방송 사회부 기자로 사회생활을 시작했지만 꿈을 찾아 다시 서울에 왔다. 요리를 배운 적은 없지만 겁 없이 쿠킹클래스를 열었다. 제주 바다와의 태생적 인연 덕분에 일찍이 미식에 눈을 떴고, 이를 수업으로 풀어갈 자신이 있었기 때문이다. 그 발걸음은 인생의 전환점이 되었다. 올해로 9년째 매달 40여 명의 수강생을 만나며, 정기적으로 제주 향토음식을 가르치고 있다. 환갑이 넘어도 현장에서 땀 흘려 맛을 가르치고, 그 맛을 기록하는 사람이길 꿈꾼다.

블로그 [blog.naver.com/ankko33](http://blog.naver.com/ankko33) | 인스타그램 @ankko33

## 차례

---

시작하며 맛이 삶이고, 삶이 곧 맛이다  
맛보기 전에 미식의 은혜를 입다

### 1. 푸른 바당과 초록의 우영팻

해녀왕 양원홍  
새벽에 잡아올린 제주 바다  
외할머니의 채소 팔레트  
최초의 한입  
지상 최고의 고사리를 얻는 방법  
온 동네가 까맣게 물드는 날

## 2. 마음이 허기지면

소박하고 진하고 따뜻한  
너도 좋아하게 될 거야, 언젠간  
따신 물에 씬밥  
울고 싶은 날엔  
그 시절 우리의 ‘목동’  
귀한 날 귀한 사람에게  
음력 유월 스무날엔 꼬꼬댁 꼬꼬

## 3. 한데 모여 앉아, 식구

아침, 그를 유혹한 냄새  
외유내강의 맛  
아버지와 갈치  
탈 타러 가자  
제라진 굴  
골고루 한 접시에, 하나씩

## 4. 육지살이의 나날

흑도새기와의 추억  
맹질 먹으러 가자  
한라산 소주는 종재기에  
제주 크래프트 컵차  
떡볶이 대화합  
로컬 디저트의 역주행

마치며 처음 생각한 꿈이 아니어도 괜찮아