

▪ 제주해녀음식이야기 ▪

- 양순옥 -

*물질은 언제부터 시작했나?

어렸을 때부터 했지, 옛날에는 어려운 시절이어서 집안이 어려워서 물질은 12살 때부터 시작, 할머니때부터 물질했다. 원래 태어난 고향은 한림 수원, 이사오다보니까 친정 할아버지 때부터 여기 살고 어머니가 한림이다 보니까 그쪽 가서 살다가 도두에 온지 가 14살 때. 고향이나 마찬가지로.

*도두에서는 어떤 해산물이 잡히나?

거의 다 난다. 소라, 전복, 해삼, 오분자기, 보말, 해조류, 톳, 우무 가사리, 꼬막 가사리, 바다에서 나 계절적으로 따. 도두에서는 어린 후배들을 양성해서 작년의 경우에도 5명이 들어 왔는데 제가 해 보니까 우리 제주에도 원지사님이 해녀가 유네스코에 등재돼서 후대들이 있어야 될 거 아니냐 라는 말씀을 항상 하셔서 우리 어촌계문을 열었어요, 3년 됐어요, 문을 연 지가.. 배우고 싶은 사람은 언제든지 와서 배우고 정식으로 들어오는 것은 우리가 지켜보면서 이 사람이 물질 한다 안한다는 회의에서 결정하고 정식으로 들어오는 것이고. 배우는 것은 언제든지 누구든지 도두동에 살면 다 배울 수 있어요. 지금 현재로는 43명이지만 다른 동보다는 젊은 애들이 많아, 30대도 있지만 40대 50대가 많고 70대는 몇 명 안돼요, 우리 60대는 7명, 그 다음에는 50대, 40대, 도두 같은 경우는 많이 젊은 편이예요. 평균적으로 우리가 정한 작업 시간은 한 번에 4시간인데 4시간 전에 자기가 여기까지만 하겠다는 사람은 시간 전에 나오고 하겠다는 사람은 4시간 까지만 하고.. 앞바다에서 작업하고..

*잡은 해산물은 식사 때 자주 오르나?

우리가 해녀들이 잡아오는 것은 조합에 계통 판매하는 것도 있고 도두는 상권이 발달하다보니까 개인적으로 파는 사람도 있고.. 개인적으로 먹는 사람도 있고. 만만한 것들. 많이 못 잡고 하면 팔아도 그렇고 해서 식구들 가서 먹겠다 하는 사람들, 양이 부족한 것, 양 많은 것은 소라, 전복 해삼 같은 것은 자체 내에서 구매해서 판매하고. 어촌계 차원에서

*물질 갈 때 음식 가져가나?

가져 가는 사람도 없지 않은데 해녀들은 너무 많이 먹어도 부대껴서 물숨이 안 나온다고 해서 안 먹는 사람들이 많아요 보통 1시간 전, 2시간 전에 미리 먹어야 숨이 안 차서 자기 스스로 숨이 나오도록 소화를 시켜서 가는 사람들이 70%. 그런 사람들은 상군들,, 먼 바다에 나가는 사람들. 가에서 하는 사람들은 그런 거 안 가리고 작업 시간도 가리지 않고..

*불턱에서 먹었던 음식은?

옛날에 불턱에서 먹었던 음식은 주로 미역을 캐면 미역귀가 있어요. 미역귀를 나무꼬치에 꿰서 구워 맛있게 먹었고, 군소는 옛날에는 판로가 없으니까 창자를 꺼낸 후 그 안에 돌맹이를 넣어서 불턱에 구우면. 내장 꺼내고 그 곳에 돌맹이를 넣어서 구워서 맛있게 먹었어, 그런 기억이 많이 나는데 지금은 불턱이 없으니까 그렇게 할 수 없는 것이 너무 아쉽고..돌맹이를 넣어서 구우면 골고루 익으니까

*각 해산물별 조리법

1. 소라

옛날에 처음 시작해서 어렸을 때 보면 삶아서, 지금으로 말하자면 통조림을 많이 해서 팔았는데 어느 날 갑자기 일본으로 수출하게 돼서 활소라로 일본으로 수출했는데 일본 수출했던 그 사장님이 대량으로 양 상관 없이 무한정으로 받았었는데 그 회장님이 돌아가신 뒤에는 소라 과정이 어렵게 판로 과정이 힘들었죠. 옛날부터 제주도에서 소라 많이 들어가는 것은 딱배기에 많이 들어가는데 딱배기에 들어가는 소라가 규정이 너무 크면 딱배기 그릇에 안 들어가니까 보통 6~6.5cm를 넣어야 되는데 지금은 그것이 규격미달이 돼서 못 잡게 되니까 딱배기에 안 들어가요. 예전에는 규정에 없다 보니까 딱배기에 많이 들어갔는데 지금은 들어가는 곳이 몇 군데가 없어요. 집에서는 주로 무쳐 먹기도 하고 죽도 췌 먹고 소라죽, 소라죽은 껍데기를 깨서 썰어서 먼 내장 깎을 때서 주물럭 해서 죽 쪄면 전복죽 못지 않게 굉장히 맛 좋아요. 소라 안 질겨요. 처음부터 볶지 말고 사람마다 다 다른데 참기름에 볶아서 쓰는 사람이 있는데 저희는 그렇게 하니깐 질겨서 그것은 아니다 싶어 바로 바로 쌀하고 내장하고 소라하고 썰어서 참기름과 같이 쪄다가 어느 정도 적정선에서 참기름을 더 넣어서 섞어서 죽 쪄면 부드럽고 맛있고.. 집에서는 물회, 소라젓갈, 큰 일 집에 제주도는 특별하게 음식을 맛있게 하겠다 하면 소라젓갈, 그것은 있는 집에... 산적, 제사 때 옛날에는 거의 산적을 많이 썼지, 지금도 산적을 많이 해서 먹고 모임으로 갈 때도 그러고 하면 맛있으니까. 소라는 저희 해녀들이 잡아 오지만 비싼 음식이에요. 전혀 마음대로 못 먹지, 요즘은 거의 팔아야 돈이 돼야 가정 살림살이도 보태고 옛날 어려웠을 때도 많이 팔긴 팔았는데 워낙 대량으로 많이 나다 보니까 옛날 예를 들어 100kg 잡았다면 지금은 10kg도 못 잡아.. 양이 없어서.

2. 보말

옛날에는 보말은 조림, 간장 조림, 삶아서 까서 간장 조림을 하면..간장하고 물엿하고 다른 것은 별로 안 넣고 간장하고 물엿만 넣고 그것을 조림하면 옛날에는 냉장고도 없으니까 간장 조림을 하면 2.3일은 먹으니까 주로 그것으로 많이 사용했고 지금은 보말죽, 국 칼국수, 보말국 할 때는 보말을 까서 주물럭서 참기름과 볶아서 미역하고 볶아서 국 끓여 먹고. 칼국수는 참기름 들어가면 안 좋으니까 삶아서 주물럭 거려서 바로 그냥 그걸로, 참기름 넣지 말고. 미역국은 참기름 들어가야 되니까..그래야 더 맛있으니까

3. 전복

옛날에도 전복을 대량으로 많이 나오니까 지금은 얼마 안 나와서 워낙 비싸서 가정에서 얼마 안 먹었는데 옛날 많이 날 때에도 전복죽으로, 보양탕으로 인삼, 대추 그걸 넣어서 보양탕으로 많이 먹고 옛날부터 전복은 비싸서 보양탕이다 인식 돼서 사 먹기도 힘들고 워낙 보양탕으로 먹는다고 해서 인삼 넣고 보양탕으로 먹었지. 지금도 자연산은 귀하니까, 젓갈은 못하고 많이 보양탕으로 담하고 궁합 맞으니까

4. 오분자기

나긴 나는 데 많이 안 나.. 오분자기도 옛날에는 날것으로 먹으면 눈이 어두워진다고 했는데 그건 거짓말이고 지금은 없어서 못 먹으니까.. 많이 낫는데 워낙 전복이 많이 나니까 오분자

기까지는 그냥 죽, 오분자기 것같. 워낙 많이 나니까 전복하고 가격차이가 나니까 오분자기 것같, 때서 소금에 살짝 한시간 정도 절였다가 씻어서 그냥 썰어서 바로 무치면 바로 먹을 수 있지, 것같이니까 식초는 안 넣고.오분자기 돌솥밥도 맛있죠. 워낙 양식 전복이 많이 나니까 그걸로 많이 하는데 오분자기는 전복의 두 배 값이어서..

5. 해삼

해삼은 옛날부터도 해삼은 한약재로 들어가서 가격이 비쌌어요. 먹는 것에 대해서는. 일반적으로 날 것으로 무침해서 많이 먹었고, 물회로 먹고. 해삼은 시기적으로 계절적으로 나오는 것이어서 알 썰 시기에는 해삼이 세요. 지금 알싸는 시기. 지금이 알 여물 때. 싸기 시작할 때는 6~8월까지, 그때는 단단할 때, 그 때는 보이면 안 잡을 수 없어서 잡으면 끓는 물에 담갔다가 꺼내면 부드럽고 맛있어. 그것은 초장에 찍어 먹고 무쳐 먹고 물회로도 먹고.. 해삼은 옛날부터도 한약재로 들어가서 무한정으로 받았다, 지금도. 말만 들었는데 한약재로 쓴대. 날 것으로 받아서 익힌 후 건조. 한약방에서 따로 그러던데..

6. 우미

우미도 바려서 삶아서 하면 우미 목이라고 해서 주로 반찬도 많이 했지만 제주도에는 간식 종류로 많이 나왔죠, 썰어서..우미를 하고 오면 하얗게 바려서 삶아서 물을 따라서 하면 우미 목이라고 단단해져, 그러면 채로 썰어서 새콤 달콤하게. 콩가루도 넣고 해서..옛날에도 그걸로 젤리, 과자, 조리퐁에도 들어가는 것 같더라고.. 조리퐁 원료로 들어간대.

7. 군소

옛날에는 워낙 많이 나는 것이어서 부산, 경북 지방에 가면 제주도에 돼지고기 없으면 제사 잘 안 지내는데 경북 지방에 가면 군소 없으면 제사를 안 지내요. 적으로 해서. 옛날에는 주로 부산으로 많이 나가는데 옛날에는 삶아서 무침, 새콤 달콤, 고추장하고 말 그대로 새콤 달콤, 야채 좀 넣어서.. 삶아서 초장 찍어 먹고. 물회는 안되고. 물회는 주로 날 것으로 해야 시원한 맛이 있는데 군소는 삶아야 먹기 때문에. 날것으로 먹는다는 말은 들었는데 우리는 삶아서만 먹는다고 인식돼서..

8. 청각

청각도 납니다. 청각도 따 오면 삶아, 청각 삶을 때는 물 넣으면 맛이 없어요. 물 넣지 말고 청각이 물통이어서 솥에 넣으면 삶으면 물이 나오니까.. 무침도 했지만 새콤달콤 초장에 찍어서도 먹고 옛날에는 청각 말려서 김장 속에 넣고. 삶아서 냉국. 생것으로 안 먹어, 냉국할 때는 시원하게 된장 고추장해서 새콤 달콤하게, 오이. 양파 같은 것 기본적으로 넣고, 청각 냉국은 정말 맛있어요. 시원하고.. 청각같은 경우에는 거의 장 안 좋은 사람들이 그걸 먹으면 그렇게 좋다고, 옛날에는 변비 걸린 사람이 청각하고 메밀가루, 참기름하고 넣고 범벅해서 먹으면 메밀가루로. 장이 안 좋은 사람들, 변비 걸린 사람들 그걸 먹으면 터진다고 해서 약재로 많이 먹었지

9. 미역

지금은 양식 미역이 워낙 많이 나서 자연산 미역이 많이 잘 안 팔리는데 옛날 양식 미역이 없을 때에는 말려서 많이 나왔어요, 미역국에 쓰니까. 날 것으로는 미역 무침, 삶아서 살짝 초무

침처럼, 새콤 달콤하게 무쳐서 먹고, 주로 미역국 소고기 미역국, 성게 미역국 된장 미역국 미역국은 다양하게 들어가는 것이 많아서.. 미역 줄기는 더 맛있어요. 미역귀는 지금도 미역귀는 많이 필요해서 말려서 나가지만 그 당시에도 미역귀는 말려서 튀김도 해 먹고, 날 것은 물 끓여서 삶아서 초고추장에 찍어서 먹고 미역귀는 양약 먹는 사람들이 더 좋은 것이 미끌거리는 것이 있어서 위,장에 좋다고 해서 많이 먹었어요. 미끄미끌진 같은 거. 마른 것은 튀겨서 먹고 설탕 살짝 뿌리면 맛있는데 아삭아삭하니까.. 김 부각하는 것처럼

10. 툇

툇도 많이 나죠. 툇도 일반 가정에서는 삶아서 무침도 하고 툇 냉국도 하고 하는데 툇은 염색. 염색 내는 데에서 주로 자연 염색, 물 염색을 많이 하는 것 같더라고요. 감물 들이는 것처럼, 공장 자체에서 어떤 식으로 하는지는 견학을 안 가 봐서 모르겠는데, 옛날에는 거의 일본으로 수출을 많이 했는데 지금 한국에서도 어디에서 한다는 공장이 있다는데 부산에 있다는 말을 들었어요. 염색으로 하니까 툇 값이 좋죠. 우미도 마찬가지. 우미는 식품으로 많이 들어가는데 우미는 식품용으로 툇은 염색용으로. 옛날에도 그런 것이 있긴 있는 것 같은데 그것을 우리가 확실한 건 모르기 때문에 일반적으로 툇 무침, 툇 냉국은 아주 맛있으니까 항상 비축시키는 것이 해녀의 일.. 툇밥은 툇을 말렸다가 불려서 다져서 밥하고 같이해서 간장 넣고 참기름 넣고 비비면 그것도 보양식으로, 쌀하고 같이 밥해서 맛있게 먹으려면 간장 소스. 간장하고 쪽파하고 넣어서 소스 만들어서 비벼 먹으면 최고로 좋은 음식인데 손이 많이 가서.. 식당을 하면 하고 싶는데.. 툇은 말린 것은 안 삶아도 부드러워, 생 툇이 아무래도 맛은 좋아, 싱싱한 느낌이 아무래도..툇은 날것으로는 안 먹어. 삶아야.

11. 문어

문어도 삶아서, 작은 것은 원래 날 걸로도 낫지처럼 초장에 찍어서 먹었는데. 문어는 큰 것은 보양탕, 큰 것은 인삼, 대추 넣고 끓여서 보양탕으로. 또는 삶아서 초고추장 무침, 날것으로 안 먹은 이유는 질긴 것도 질긴 것이지만 비린내가 나서 쉰 게 문어. 삶으면 괜찮은데. 그것을 좋아하는 사람은 괜찮은데..보신으로 죽 끓이고. 말려서 보신용으로. 문어는 말려서. 말렸다가 보신용으로 저장했다가..

12. 배말

배말죽, 배말국, 배말 ㅈ·배기, 배말 떼다가 삶아서 분리해서 ㅈ·배기만들 때 주물러서 먹으면 굉장히 맛있어요. 무쳐 먹어도 맛있어요, 떼다가 새콤달콤하게 먹으면 맛있고 미역국, 장조림, 간장하고 물엿하고 마늘 다진 것 조금 넣고 조림하면 보말처럼, 장조림. 옛날에는 젓갈 담글거는 없었고 주로 ㅈ·배기, 미역국, 무침,

13. 굽벗

굽벗은 젓갈을 하지, 삶아서 깨끗하게 해서 썰어서 젓갈 담그면 맛있고 젓갈할 때는 내장이 들어가야 하는데 내장 그대로 있는 것만 썰어서 젓갈 담가도 맛있고 새콤 달콤하게 무쳐도 맛있고, 횡국하면 최고, 물회하듯이 썰어서 내장 으개서 된장하고 같이 으개서 새콤달콤하게.

14. 파래

여기는 파래가 잘 안나고. 나는 곳은 하는데 제주도는 파래가 잘 안나

15. 김이

김이는 김이젓. 김이국. 김이죽, 김이엿, 김이젓같은 잡아다가 두 시간정도 소금 절였다가 간장 넣고 젓갈하면 간장으로.. 소금으로 기본적으로 절이고 씻어서 간장으로 만들어서 케장처럼. 간장 끓여서 식혀서 하면 좋은데 김이 범벅도.. 김이를 잡아다가 김이를 뚜껑 덮고 물에 담가두면 김이 오줌이라고 있어요, 김이 오줌을 썬 다음에 그걸 건져서 물 끓여서 일단 1차적으로 데친 후 색깔나면 범벅을 만들지. 메밀 넣고.. 밀가루 넣기도 하고.. 삶은 김이에 메밀 넣어서 그래서 범벅, 그것은 반찬도 좋아요. 어느 정도 짹짹하게 물로 육수를 내서 김이와 메밀가루로 공합을 맞춰서 하면 반찬, 범벅은 메밀가루가 많이 들어가는데 반찬은 많이 안 들어가고 자작자작하게 짹짹하게.. 죽. 김이를 갈아서 즙 내서 걸러서 김이 죽을 쑤고. 김이엿, 옛날에 골가루로 엿만드는 것처럼. 김이도 다 갈아서 즙 내서 엿 만들면 어디에 좋으나 하면 우리 몸에 뼈 있잖아요. 골다공증 예방차원에서 좋다고 해서 옛날에는 그걸로 엿을 많이 만들었어요. 국물 해서 엿 만들어. 좁쌀 밥해서 엿기를 넣고 조청처럼 끈적하게 떠 먹을 수 있게. 뼈에 좋다고 해서

16. 감태

먹어요. 감태는 그것도 지역적으로 바다 수온이 잘 안 맞는 데가 있어요. 제주에 감태가 역세에서 잘 못 먹는데 저는 어렸을 때 강원도 가서 2년 살았는데 강원도 감태는 맛있어요. 똑 같은 감태종류인데 캐다가 물 끓여서 데치면 부드러워서 새콤달콤하게 무쳐서. 썰어서 무쳐서. 제주는 잘 먹지 않고 감태는 옛날부터 염색, 툷 염색처럼, 감태도 염색, 옛날에도 그렇게 해서 많이 받아가니까 우리는 그것도 지금 같으면 견학이라도 가서 체험이라도 해 볼 건데 이런 것도 행정에서도 필히 그걸 견학이라도 한 번씩 해 주면 좋을 것 같은데 그래야 우리도 홍보도 하고 우리도 캐 내면서 이런 건가 느낄 수 있는데 지금에 와서는 좀 아쉽고.. 말로만 하는 것 보다는 직접적으로 눈으로 보면 느낄 수 있는 것이 있지 않나 생각해 보는데 그렇다고 개인적으로 찾아가면서 가 볼 수 없고. 이런 것은 행정에서 수산 분야에 각 담당자가 있으니까 잊어버릴 즈음이 되면 견학이라도 했으면.. 제일 아쉬운 것이 우리가 눈으로 보지 못하고 귀로만 듣고 캐서 팔긴 파는데 책임이라는 것이 달라. 염색 체험도 우리가 공장에 견학가서 직접 보면 '아, 이렇게 쓰이고 있구나' 해서 동네 와서 해녀들이 홍보도 하고 경험을 하는데 아쉬워요

17. 돌명게

도두에서도 나요. 날 걸로 먹어요. 익혀 먹진 않고. 날 걸로 먹기가 너무 흔치 않으니까. 귀해요. 양식도 안되고. 아직까지는 날 걸로 먹고. 무쳐서 먹으면 맛있죠. 고추장으로 새콤 달콤하게.. 오돌오돌해. 돌명게는 꽃명게처럼 흐물거리지 않고 오독오독 씹는 맛이 있어요. 회무침처럼 무쳐서 먹고..충무지방에 가 보니까 양식 명게가 많으니까 꽃 명게로 회덮밥으로 많이 먹더라고요. 워낙 많이 나는 곳이라서. 여기는 돌명게는 많이 나지 않아서 그것까지는 못하죠

18. ㄱ, ㄴ

ㄱ, ㄴ은 주로 무침하고 ㄱ, ㄴ국으로 많이 쓰는데 옛날처럼 많이 안 나니까..요즘도 큰일 집에서는 ㄱ, ㄴ국 많이 하고. 옛날에는 ㄱ, ㄴ을 연한 부분 말고 익센 부분이 있어요. 연한 부분은 분리시키고 뻣뻣한 부분을 간장에 담갔다가 간장 장아찌죠, ㄱ, ㄴ 장아찌. 담갔다가 거의 1년 반찬이었어요.

부드러워요, 짹짹하고 마늘 장아찌처럼 맛있어요, 지금은 ㄱ·ㄱ이 많이 안 나니까 거기까지는 못 하는데 옛날에는 많이 나니까 해녀 집에서는 그것이 주로 반찬이 됐죠.

19. 성묵

성묵, 옛날에는 성묵도 많이 했는데 지금은 거의 나는 곳이 없는 것 같은데... 옛날에는 우리가 어렸을 때 배울 때 ㄱ·ㄱ 위에 성묵이 나다 보니까 ㄱ·ㄱ하고 같이 나다 보니까 첫째 성묵을 따서 물질을 배웠는데 맨 처음 시작할 때 가격도 좋았었고 지금은 찾아 봐도 없어, 성묵은 어렸을 때는 몰랐는데 공장에서 받아 가다 보니까 잘 몰라요. 먹어 보진 않았어요. 팔아만 봤지..

20. 가시리

옛날에는 불똥가시리라고 하는데 지금도 나긴 나는데 풀로 많이 썼어요. 보라색 꼬막 가시리는 먹는 해초로 많이 나가는데 먹는 것으로. 그것은 공장에서 제조해서 일본으로 수출 하는 것 같아요. 불똥 가시리는 국도 많이 끓여 먹는데 옛날에는 주로 그걸로 도배할 때 풀로 많이 쓰는 게 불똥 가시리

*경조사 때 해녀 집에서만 나오는 메뉴는 무엇인가?

소라젓갈, 성계국, 문어 무침, 문어 회무침, ㄱ·ㄱ 무침, ㄱ·ㄱ국. 아무래도 일반 집하고는 다르게..

*물질 갈 때 가지고 가는 비상식량이 있는가?

있다. 우유 같은 거. 테왁에 담고 갔다가 물질 도중에 2시간 정도 작업하면 배고프면 먹고.

*해산물 중 가장 좋아하는 해산물은 무엇인가?

다 좋아하니까 특별히 내가 좋아하는 건 없어요. 다 좋아해요.

*몸 보신용으로 드시는 해산물은 무엇인가?

해산물 중에 몸보신 할 때는 전복에 닭. 문어에 인삼. 전복 넣고 고아서 먹으면 힘 나요. 그것이 제일 보약. 해녀 집에서는 거의 그게 보약..

*****거의 여쭙본 것 같습니다. 감사합니다***