

조선민족음식

Traditional Foods
of Korea



조선민족음식

Traditional Foods of Korea

조선민주주의인민공화국
외국문출판사

2026

Foreign Languages Publishing House
DPR Korea

2026

머 리 말

조선민족음식은 근면하고 재능있는 우리 인민이 자기 고장에서 나는 여러가지 음식재료를 가지고 조선사람의 체질과 구미, 기호에 맞게 창조하고 발전시켜온 음식이다.

우리의 민족음식은 그 종류와 사람들의 식생활에 어떻게 리용되는가에 따라 주식물, 부식물, 당과, 음료 등으로 나누어볼수 있다.

맛이 각별히 좋고 향기로우며 색깔이 아름답고 모양이 고운 우리의 민족음식은 조리방법에서 과학성과 문화성이 담보되어있고 그 종류가 많고 다양하여 오랜 력사를 두고 전해져왔다.

조선민족음식은 우리 인민의 사랑을 받는 음식유산으로 계승되고있다.

Preface

Korea's traditional foods are what the industrious and talented Korean people have created and developed with locally available ingredients to suit their physical constitution and tastes.

They are divided into staple and subsidiary foods, confections and drinks according to their kinds and usage in diet.

Characterized by unique flavours, aromas, beautiful colours and distinctive shapes, the foods each have a long history. In addition, their preparation is done in keeping with scientific principles and hygienic requirements.

The Korean people love their excellent foods, doing their best to preserve them as part of their cultural heritage.

차 례

Contents

주식물	10
-----	----

Staple Foods

밥	10
---	----

Pap

백미밥	10
-----	----

Paengmipap

오곡밥	11
-----	----

Ogokpap

약밥	13
----	----

Yakpap

비빔밥	14
-----	----

Pibimpap

평양온반	16
------	----

Pyongyang Onban

죽	20
---	----

Porridge

백미죽	20
-----	----

White Rice Porridge

팥죽(일명 동지 죽) 21

Adzuki Bean Porridge (Winter Solstice Porridge)

평양어죽 22

Pyongyang Fish Porridge

떡 24

Ttok

찰떡 24

Chalttok

송편 25

Songphyon

설기떡 26

Solgittok

국수 29

Noodles

평양랭면 29

Pyongyang Cold Noodles

쟁반국수 31

Noodles in Flat Vessel

비빔국수 32

Noodle Hash

지짐 34

Pancake

묵 37

Jelly

부식물 40

Subsidiary Foods

국 40

Soup

토장국 40

Bean Paste Soup

고기국 41

Meat Broth

물고기국 45

Fish Soup

남새국 47

Vegetable Soup

탕 49

Thang

신선로 53

Sinsollo

추어탕 54

Loach Thang

설렁탕 55

Sollongthang

김치 57

Kimchi

통배추김치 58

Whole Bok Choy Kimchi

동치미 60

Tongchimi

총각김치 62

Chonggak Kimchi

보쌈김치 65

Possam Kimchi

식혜 66

Sikhye

장 68

Jang

전골 70

Jongol

젓갈 72

Jotkal

회 74

Hoe

구이 76

Barbecue

지지개와 찌개 80

Jijigae and Jjigae

전 86

Fry

당과와 음료 92

Confections and Drinks

당과 92

Confections

엿 92

Taffy

과줄 94

Kwajul

강정 95

Kangjong

다식		97
----	-------	----

Tasik

음료		100
----	-------	-----

Drinks

수정 과		100
------	-------	-----

Sujonggwa

화 채		102
-----	-------	-----

Hwachae

식혜		104
----	-------	-----

Sikhye

술		106
---	-------	-----

Spirits



주식물

Staple Foods

밥

Pap

죽

Porridge

떡

Ttok

국수

Noodles

지짐

Pancake

묵

Jelly

주 식 물

Staple Foods

밥

Pap

백미밥

백미밥 만드는 방법을 보면 먼저 쌀을 찬물에 2~3회정도 씻는다. 쌀을 가마에 안친 다음 쌀의

Paengmipap

The method of cooking is as follows:

First, rinse white rice in cold water two or three times.



백미밥
Paengmipap

품종과 성질, 습도 등을 고려하여 물을 조절한다.

밥을 지을 때 처음에는 센 불에서 끓이다가 일정한 시간이 지난 다음 불을 약하게 조절하면서 익힌다.

물을 알맞춤하게 부어 지은 밥은 난알의 본래모양을 그대로 유지하면서도 얼마간 불어나 연하고 부드러워 먹기 좋다.

Then put the rinsed rice in an oven and pour water, adjusting its amount considering the variety, properties and humidity of the rice.

When boiling the rice, begin with strong fire and then cook it over weak fire some minutes later.

The rice boiled with a proper amount of water is soft and mild, and so easy to eat because it swells to some extent while maintaining the original shape of the grains.

오곡밥

백미, 보리, 수수, 조, 팥을 리용하여 오곡밥을 만드는 방법은 다음과 같다.

우선 백미를 물에 잘 씻어 불구고 차좁쌀은 깨끗이 씻어 그릇에 건져 놓는다. 찰수수쌀은 씻어서 건진 다음 끓는 물을 뿌려 텁텁한 맛을 뺀다. 보리쌀은 깨끗이 씻어서 물에 충분히 불군다. 팥은 씻어서 가마에 넣어 껍질이 터질 정도로 삶는다. 팥을 건져 백미, 차좁쌀, 찰수수쌀, 보리쌀에 고루

Ogokpap

Ogokpap is made with white rice, barley, glutinous kaoliang, glutinous millet and adzuki beans. The method of cooking is as follows:

First, rinse and soak white rice in water, and rinse glutinous millet and put it in a vessel. Take the rinsed glutinous kaoliang out of water and spray boiling water over it to remove the sour taste. Rinse barley and soak it in water for long. Put the rinsed adzuki beans in the oven and boil them to such an extent that their skins burst. Scoop the beans and mix

섞고 충분히 찐다. 김이 오르면 소금물을 약간 뿌리고 한김 더 올린 후 뜸을 들인다.

오곡밥은 맛이 각별히 좋고 향기로와 사람들의 입맛을 돋굴뿐 아니라 약리적 가치가 높다.

them evenly with the above rice, kaoliang, millet and barley before steaming enough.

When steam soars up, spray a small amount of salty water over it and, when steam rises again, put out fire to allow it to settle by heat.

Ogokpap stimulates appetite for its unusual flavour and aroma, and it is also high in pharmacological value.



오곡밥
Ogokpap

약밥

약밥에는 갖가지 장수식품들이 들어있다.

약밥을 만드는 방법을 보면 우선 찹쌀을 불구었다가 씻어 시루에 찌낸다.

밤은 속껍질까지 벗겨 조각내며 대추는 씨를 뽑고 적당한 크기로 찢어놓는다.

Yakpap

Yakpap contains various medicinal properties. The method of making it is as follows:

Soak glutinous rice in water for some time and rinse it before steaming it in a steamer. Peel chestnuts to the inner skin and cut them into pieces. And seed jujube fruits and cut them into pieces of an appropriate size. Mix the boiled



약밥
Yakpap

그리고 찰밥에 꿀, 간장으로 색깔을 맞춘 다음 참기름과 밤조각, 대추, 은행, 계피를 넣어 단지나 움푹한 그릇에 담아 아구리를 봉하고 뚜껑을 덮는다.

그것을 시루나 물을 넣은 큰 가마에 넣고 가마뚜껑을 덮고 찐다.

센 불에서 찌다가 김이 세게 오르면 불을 조절하면서 오랜 시간 찐다. 그러면 밥색갈이 붉은 색으로 변하면서 윤기가 돈다. 다된 밥을 그릇에 담고 잣알을 모양있게 놓은 다음 계피가루를 뿌린다.

약밥에는 밤, 은행, 대추와 함께 꽃감, 잣, 호두를 넣기도 하였다.

비빔밥

비빔밥은 지은 밥우에 여러가지 나물, 고기볶음을 비롯한 꾸미, 고추장 등을 얹어 비벼서 먹는 밥이다.

비빔밥우에 놓는 고기는 보통 가늘게 썰어서 양념에 재웠다가

rice evenly with honey, season it with soy sauce, and again mix it with sesame oil, chestnut and jujube pieces, ginkgo seeds and cinnamon powder before putting it in an earthenware pot or a hollow vessel. Seal the mouth and put a lid on it. Put the vessel on a steamer or in a big oven filled with water and lid the oven before steaming. Steam it over strong fire and when much steam soars, adjust fire and steam for a long time. The colour of rice turns red, becoming shiny. The cooked rice is scooped into a bowl, and overlaid with pine nuts in good shape and cinnamon powder.

In making *yakpap*, dried persimmon, pine nuts and walnuts are also used together with chestnuts, ginkgo seeds and jujube.

Pibimpap

Pibimpap is boiled white rice garnished and mixed with different kinds of wild herbs, meat sauté and other trimmings and chilli bean paste.

Usually meat is minced, kept in spices and sautéed. Wild herbs such as dropwort, soy bean sprouts and

기름에 볶고 미나리, 콩나물, 도라지 같은 나물은 간을 약간 맞추어 볶아 내거나 끓는 물에 데친다.

닭알은 얇게 지저 실오리처럼 썰고 김은 기름에 튀겨낸다. 백미밥을 그릇에 담고 나물을 색 맞추어 올려놓은 다음 그 가운데에 고기볶음을 놓고 후추가루를 약간 뿌린다. 그다음 실고추,

bellflower roots are lightly salted and sautéed or parboiled in boiling water. The thinly fried egg is sliced into pieces as thin as threads and laver is sautéed. The boiled rice is scooped into a bowl, superposed by wild herbs in harmonious colour with meat sauté at the centre and sprinkled with a small amount of pepper. It is garnished with shredded chilli and egg, and sautéed laver is



비빔밥
Pibimpap

실닭알로 고명을 하고 우에 김튀기를 얹는다. 그리고 뜨거운 장국물, 나박김치, 고추장을 곁들여낸다.

비빔밥은 갖가지 색깔의 꾸미들이 잘 조화되어 식욕을 돋구어줄뿐 아니라 여러가지 음식감이 리용되므로 건강에 좋은 음식이다.

평양온반

온반은 밥우에 꾸미를 놓고 따끈한 장국물을 부은 조선민족음식이다.

평양특식의 하나로 꼽히고있는 평양온반은 닭고기와 함께 유명한 룡두지짐을 꾸미로 얹어놓는것으로 하여 이채롭고 맛이 독특하다.

평양온반의 조리방법을 보면 다음과 같다.

백미로 밥을 짓고 룡두는 물망에 갈아 지짐을 지진다.

닭고기는 푹 삶아서 찢어 양념에 무치고 버섯은 찢어서 볶는다. 닭고기를 삶은 물에 소금을 넣어 간을 맞추고 끓인 다음 파를 썰어넣는다. 간장에 고추가루, 다진 마늘과 깨가루, 참기름을

laid on the top. The dish is served with warm soup, kimchi made of sliced radish and chilli bean paste.

A health food, *pibimpap* stimulates appetite with different colours of garnishings in good harmony and is prepared with different materials.

Pyongyang Onban

A traditional food of Korea, *onban* is boiled rice with trimmings, which is often served with hot bean paste soup. Pyongyang *onban* is one of the specialities of the city, which is conspicuous and unique in taste for it is garnished with chicken and mung bean pancake.

The method of cooking Pyongyang *onban* is as follows:

White rice is boiled; mung beans are milled with water and pancakes are made with the mixture. Chicken is boiled thoroughly, torn into pieces and mixed with seasonings while mushroom is torn into pieces and sautéed. Chicken soup is seasoned with salt, boiled and sprinkled with slices of spring onion. Seasonings are made by adding chilli powder,

두고 양념장을 만든다. 대접에 밥을 담고 룡두지짐, 버섯볶음, 닭고기를 얹은 다음 더운 국물을 붓는다. 그우에 실닭알을 놓고 깨소금이나 깨가루, 후추가루를 뿌린다. 양념장과 나박김치를 따로 낸다.

mashed garlic, sesame powder and sesame oil to soy sauce. The boiled rice is scooped into a bowl, superposed by a mung bean pancake, mushroom sauté and chicken and poured with hot soup. It is further overlaid with shredded egg, and sprinkled with sesame mixed with salt, sesame powder or pepper. Seasoned soy sauce and kimchi made of sliced radish are served separately.



평양온반
Pyongyang onban



기 장 찰밥
Rice with glutinous millet



팥밥
Rice with adzuki beans



당콩밥
Rice with kidney beans



송이 버섯밥
Rice with pine mushroom



대추밥
Rice with jujube



소고기 장국밥
Rice and beef in bean paste soup



김밥
Laver-rolled rice



깨잎쌈밥
Perilla leaf-rolled rice



닭알장밥
Egg-rolled rice

죽

Porridge

죽은 밥과 마찬가지로 난알을 기본음식감으로 하는데 밥보다 물을 2~3배 더 붓고 난알이 푹 퍼지도록 끓여 익힌 음식이다.

죽은 낮은 열로 천천히 오래 끓여야 쌀알이 잘 풀려서 맛있는 죽이 된다.

백미죽

백미죽은 백미를 물에 불구었다가 가마에 넣고 쌀량의 3배 가량 되는 물을 부어 끓인다.

백미죽을 끓이는 방법은 참기름을 두고 백미를 볶아서 쌀알에 기름이 스며들면 물을 많이 붓고 쌀알이 푹 퍼질 정도로 끓인다. 이렇게 쑨 백미죽은 물과 쌀, 기름이 잘 배합되어 부드러우면서도 고소한 맛이 나는데 먹기도 매우 좋다.

Like boiled rice, the main materials of porridge are cereals. It is made by boiling cereals in water, the amount of which is two or three times larger than when preparing boiled rice, so that the cereals get soft.

Only when they are boiled over weak fire slowly for a long time, can the cereals get dissolved enough and become tasty porridge.

White Rice Porridge

White rice porridge is prepared with white rice soaked in water for a while, put in an oven, poured with water three times the amount of rice, and boiled.

The method of making this porridge is as follows:

Roast white rice with sesame oil. When rice is permeated with oil, it is poured with much water and boiled thoroughly. This porridge tastes soft and delicious as water, white rice and oil are in good harmony.

팥죽(일명 동지죽)

팥죽은 백미와 삶은 팥을 두고 쑨 죽이다.

조선사람들은 특히 동지(한해를 24개의 절기로 나눈것의 22번째, 즉 12월 22일 혹은 23일)날에 팥죽을 쑤어먹는다.

팥죽을 쑤 때 오그랑이(난알로 작고 둥글하게 빳은 덩이떡)를 몇 개 만들어 죽에 넣기도 하는데 만일 죽을 먹을 때 오그랑이가 많이

Adzuki Bean Porridge (Winter Solstice Porridge)

Koreans eat adzuki bean porridge especially on the winter solstice (the 22nd of 24 divisions of the lunar year, which falls on December 22 or 23). The porridge is made by boiling white rice and adzuki beans together.

Sometimes, small balls of cereals are put in the porridge. It is said that one who finds many balls in the porridge when eating it would



팥죽
Adzuki bean porridge

차례지면 복을 받는다고 하였다.

팔죽은 철에 따라 별식으로 쭉어 먹기도 하였다.

평양어죽

어죽은 생선을 삶아서 뼈를 건져내고 백미를 넣어서 함께 끓이거나 생선말린것을 가루내어 백미와 섞어 끓인 죽이다.

생선으로는 송어, 붕어, 잉어,

get blessed.

The porridge is also made as a special food in other seasons.

Pyongyang Fish Porridge

The fish porridge is made with fish that is boiled, boned and cooked with white rice or with the powder of dried fish boiled with white rice.

The fishes for the porridge often include mullet, golden carp, carp

조개 등을 많이 썼는데 우리 나라에서는 예로부터 평양어죽이 유명하였다.

평양어죽은 대동강과 보통강에서 많이 잡히는 가막조개나 송어, 잉어, 붕어, 메기와 같은 물고기에 닭고기와 백미를 같이 넣어 끓인 죽이다.

평양어죽은 물고기뿐 아니라 닭고기도 같이 넣어 만든 죽이므로 영양가가 높고 맛도 독특하다.

and shellfish. From olden times, Pyongyang fish porridge was famous in the country.

Pyongyang fish porridge is made by boiling fish such as corbicula, mullet, carp, golden carp and catfish which teem in the Taedong and Pothong, together with chicken and white rice.

As its ingredients include not only fish but also chicken, the porridge is highly nutritive and unique in taste.



평양어죽
Pyongyang fish porridge



잣죽
Pine nut porridge



닭고기죽
Chicken porridge

떡

Ttok

떡은 낱알가루를 반죽하여 익혀서 만들거나 쌀을 찌가지고 쳐서 만든 음식이다. 떡은 조선사람이라면 누구나 즐겨 먹는 특색있는 주식물의 하나이다.

Ttok is made by cooking kneaded cereal flour or by pounding steamed rice.

It is one of the peculiar staple foods enjoyed by Koreans.

Chalttok

Koreans eat *chalttok* as a special food in everyday life, not to mention holidays and ceremonies.

The method of making it is as

찰떡

우리 사람들은 찰떡을 명절이나 대사때는 물론 일상생활에서도



찰떡
Chalttok

별식으로 많이 만들어먹는다.

찰떡은 몇시간동안 불균 찹쌀을 시루에 찌서 익힌 다음 거기에 소금물을 뿌리고 한번 더 김을 올려 절구나 떡돌우에 놓고 잘 쳐서 만든다. 찰떡에는 흔히 고물을 묻히거나 꿀을 발라먹는데 고물로는 주로 팔, 콩가루, 참깨 등을 쓰며 대추, 밤, 꽃감, 버섯 등을 잘게 썰어 무쳐서 섞기도 한다.

찰떡에 쓰이는 음식감들은 다 장수식료품이므로 몸보신과 소화가 잘되게 하는데 효과가 있다.

follows:

Glutinous rice is soaked in water for hours, steamed in a steamer, sprinkled with salty water, steamed again and pounded on a flat stone or in a mortar.

It is usually dressed with honey, adzuki or soy bean flour, sesame and so on, or with the mixture of sliced and seasoned jujube, chestnut, dried persimmon and mushroom.

The ingredients are all foodstuffs for longevity, so it is good for invigorating one's body and promotes digestion.

Songphyon

Songphyon is a kind of *ttok* made by kneading white rice flour with hot water, making it into a round and flat sheet, putting stuffing on it and shaping it like a half moon before steaming it in a steamer.

Generally, it was made with the first crop of rice of the year.

For stuffing, chestnut, jujube, sesame or mugwort is used.

As for the making of mugwort

송편

송편은 백미가루에 끓는 물을 두고 반죽하여 둥글납작하게 민 다음 거기에 소를 넣고 반달모양으로 빚어서 시루에 찌낸 떡이다.

송편은 일반적으로 년중에 제일 먼저 나오는 햅쌀로 많이 빚었다.

송편에는 소감의 종류에 따라 밤송편, 대추송편, 깨송편, 쪽송편



송편
Songphyon

등이 있다.

쑥송편은 데친 쑥을 보드랍게 다지고 쌀가루를 익반죽하여 고루 섞고 반죽한 다음 소에 꿀이나 생강가루 등을 넣고 버들잎모양으로 빚어 솔잎우에 놓고 찌낸것이다.

설기떡

설기떡은 쌀가루에 물을 조금 두고 푸실푸실하게 버무려 시루에서 찌낸 떡이다. 설기떡은 백미, 찰쌀, 좁쌀 등 여러가지 낱알가루로

songphyon, scalded mugwort is mashed, mixed evenly with rice flour and kneaded. The dough is stuffed with honey or ginger powder, shaped like willow leaves and steamed on pine needles.

Solgittok

Solgittok is made by pouring a small amount of water on rice flour and mixing it in a crumbly way before steaming in a steamer. Flour of white rice, glutinous rice or millet can be used.

만든다.

설기는 한가지 음식감을 가지고 만드는 경우에는 쌀가루를 시루에 안쳐서 찌지만 여러가지 부재료를 섞어 만드는 경우에는 소금물이나 꿀물에 버무려 찌다. 그리고 가루 사이에 고물을 놓아 층을 이루게 한다.

설기는 그 맛이 좋아 보통때에는 물론 명절이나 대사때에 상차림 음식으로 쓰인다.

When making it with one material, rice flour is steamed in a steamer. And when making it with subsidiary materials, rice flour is mixed with salty water or honeyed water before being steamed. And subsidiary materials are sandwiched between layers of the flour.

The tasty food is put on the table not only during holidays or ceremonies but also during ordinary days.



팥설기떡
Adzuki bean solgittok



삼색설기떡
Tricolour solgittok



흰설기떡
White solgittok



고구마설기떡
Sweet potato solgittok



쉬움떡
Fermented rice cake



절편
Fancy rice cake



쭈절편
Fancy rice and mugwort cake

국수

국수는 가루를 물에 반죽하여 국수분틀에 넣고 눌러서 가늘고 긴 오리로 만들거나 반죽물을 얇게 밀어 칼로 썰어서 끓는 물에 삶아 낸다. 그것을 그릇에 담아 국수물에 만 다음 꾸미를 놓아 먹는 음식이다.

평양랭면

국수에서 기본은 랭면이며 그 가운데서도 가장 이름난것은 평양랭면이다.

평양랭면이 소문난것은 국수감, 국수물, 꾸미, 국수담는 그릇과 국수말기 등에서 특색이 있기때문이다.

그리고 여러가지 음식감으로 만든 꾸미로 하여 독특한 맛을 낸다.

평양랭면에는 고기국물에 동치미국물을 섞어 리용하였다.

평양랭면을 담는 그릇은 동치미국물

Noodles

Noodles are made by pressing cereal flour dough into thin and long strips or slicing the dough before cooking in boiling water. Then they are put in a bowl, poured with broth, overlaid with garnishings and served.

Pyongyang Cold Noodles

The main type of noodles is cold noodles, and the most famous of them is Pyongyang cold noodles.

This dish owes its fame to the special features of its material, broth, garnishings, bowl for noodles and method of preparation. It also has a unique flavour because of the garnishings prepared with various kinds of materials.

The broth is made by mixing meat soup with *tongchimi* (radish kimchi) juice.

The noodles are served in a brass bowl that matches up with the broth and gives a refreshing feeling.

이나 고기국물맛이 잘 어울리게 시원한감을 주는 낫대접을 쓰는데 그것은 먹는 사람들의 입맛을 돋구어준다. 평양랭면은 쫄면이 특징이다.

평양랭면은 낫대접에 담는데 국수를 말 때에는 대접에 먼저 국물을 조금 두고 국수를 사려서 수북이 담고 그우에 김치와 고기, 배, 오이, 닭알 등을 꾸미로 얹은 다음

They are well known for having a fresh flavour and stimulating appetite.

When served, a heaped coil of noodles are put in a bowl containing a small amount of broth, overlaid with kimchi, meat, pear, cucumber, egg and the like, and poured with broth.

Pyongyang cold noodles are widely known as a health food.



평양랭면
Pyongyang cold noodles

국물을 붓는다.

평양랭면은 건강식품으로도 이름났다.

쟁반국수

국수사리에 기름을 두르고 버무려 쟁반에 깔고 그우에 여러가지 꾸미를 놓은 국수로서 우리나라의 특색 있는 음식이다.

쟁반국수는 랭면처럼 국수물에

Noodles in Flat Vessel

This is a dish peculiar to Korea, in which noodles, mixed with oil, are laid on a flat vessel and overlaid with various kinds of garnishings.

Unlike cold noodles, the noodles are not poured with broth before being served. They are mixed with sesame oil first, spread evenly on a flat vessel and overlaid with meat (slices of beef, pork, pheasant



쟁반국수
Noodles in flat vessel

마는것이 아니라 국수사리를 참기름에 버무려 쟁반에 고루 펴고 그우에 고기(소고기나 돼지고기 편육 또는 꿩고기나 닭고기), 닭알, 배, 오이, 실과, 실고추 등을 볼품있게 놓는다. 국수물로는 고기국물을 쓴다.

쟁반국수는 명절이나 즐거운 날에 특식으로 만들어 먹기도 하였다.

비빔국수

국수사리에 약간의 고기국물과 꾸미, 양념을 넣고 비벼먹는 음식이다.

비빔국수에는 비벼먹는 꾸미에 따라 고기비빔국수, 된장비빔국수, 남새비빔국수, 물고기회국수 등이 있다.

회국수 만드는 방법을 보면 먼저 물고기를 깨끗이 손질하여 살을 얇게 또는 가늘게 썰어 식초에 재운다. 고추가루, 다진 마늘 등 양념을 두고 무친다.

국수사리에 참기름, 후추가루, 간장을 두고 비빈 다음 김치도 넣고

or chicken), pear, cucumber, shredded spring onion and chilli, shredded spring onion and chilli, pieces of boiled egg and the like in good shape. Meat broth is served separately.

The noodles have been enjoyed as a special food for holidays or pleasant days.

Noodle Hash

It is a dish in which noodles are poured with a small amount of meat broth, and mixed with garnishings and seasonings.

For garnishings, meat, bean paste, vegetables or sliced raw fish can be used.

As regards making the hash mixed with fish, fish is washed clean, sliced free from bone, preserved in vinegar, and then seasoned with condiments including chilli powder and mashed garlic. Noodles are mixed with sesame oil, pepper and soy sauce, followed by the addition of kimchi, and scooped into a large bowl. Then they are superposed by seasoned raw fish, overlaid with shredded egg and chilli, hashed and

대접에 담는다. 그우에 물고기회를 소북이 놓고 실닭알과 실고추로 고명을 하여 비벼먹는다. 고기국물은 따로 낸다. 회국수는 시원하고 감칠맛이 있으며 특히회는 신선하고 매운것이 특징이다.

served. Broth is served in a separate bowl. These noodles are refreshing and palatable, and in particular the seasoned raw fish has a fresh and hot flavour.



고기쟁반국수
Meat-garnished
noodles in tray



명태회국수
Noodles with seasoned sliced pollack



연감자국수
Frozen potato starch noodles

지 집

Pancake

지집의 기본재료는 찹쌀, 룩두, 밀, 수수, 메밀, 감자, 강냉이 등이며 보조재료는 파, 마늘, 고기, 남새, 산나물 등이다.

여러가지 재료로 만든 지집가운데서 가장 맛이 좋은것으로 이름난것은 룩두지집이다.

룩두지집을 만드는 방법을 보면

The basic ingredients of pancake are glutinous rice, mung beans, wheat, kaoliang, buckwheat, potato and corn, and the supplementary materials are spring onion, garlic, meat, vegetables, wild herbs, etc.

Mung bean pancake is most renowned for its unique taste.

The method of making the food is as follows:



룩두지 집
Mung bean pancake

다음과 같다.

룩두는 타개여 물에 불구었다가 껍질을 벗기고 물망질한다. 배추는 가늘게 썰어놓는다. 그릇에 룩두를 간것, 배추, 돼지고기, 고추, 파를 두고 섞은 다음 후추가루를 치고 소금으로 간을 맞춘다. 지집판에 돼지기름을 두르고 지집감을 한국자씩 떠놓아 둥글납작하게 지진다. 이때 비계가 섞인 돼지고기편육 한점을 놓는다.

Mung beans are ground before being soaked in water for a while, skinned and milled with water. Bok choy is sliced thinly. Milled mung beans, bok choy, pork, chilli and spring onion are put together in a vessel, mixed together, sprinkled with pepper and seasoned with salt.

In a pan, lard oil is poured and the prepared material is ladled scoop by scoop to make round and flat pancakes. At the time, a piece of boiled lard is put on each of the pancakes.



풋강냉이지 집
Unripe corn pancake



팥소수수지 집
Kaoliang pancake stuffed with adzuki beans



감 자 지 집
Potato pancake



팔 소 농 마 지 집
Starch pancake stuffed
with adzuki beans



콩 지 집
Soy bean pancake



호 박 지 집
Pumpkin pancake



찰 수 수 지 집
Glutinous kaoliang pancake



완 두 지 집
Pea pancake

묵

묵은 메밀, 룩두, 도토리, 강냉이 등을 망에 갈아서 얻어낸 농마를 끓여서 식힌 음식이다.

도토리묵은 도토리를 물에 불구어 우려서 쓴맛을 없앤 다음 망에 갈아 농마를 얻는데 색은 자색을 띠며 맛은 느끼하지 않고 산뜻하다.

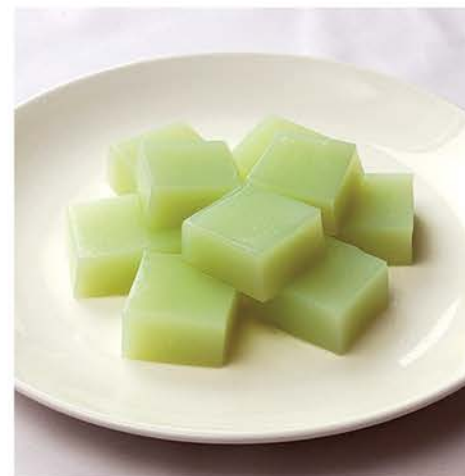
메밀묵은 메밀을 망에 갈아 얻어낸 농마를 가는 채로 말아서 물에

Jelly

Jelly is prepared with buckwheat, mung beans, acorns or corn.

As for acorn jelly, skinned acorns are soaked in water to remove their bitter taste and ground on a millstone to get starch which is purplish in colour; the boiled and then cooled starch is not greasy but plain in taste.

As regards buckwheat jelly, buckwheat is ground on a millstone to get starch which is put through a fine sieve, settled down in water



룩 두 묵
Mung bean jelly



룩 두 묵 깨 장 무 칩
Mung bean jelly salad
with perilla sauce

가라앉힌 후 물은 버리고 앙금으로 메밀묵을 만든다. 그리고 식힐 때 김을 부스러뜨려 놓는다.

묵두묵은 예로부터 묵가운에서 제일로 일러주었다.

묵은 만들기 쉽고 소화가 잘되며 맛이 있어 누구나 좋아하는 음식이다.

and drained. While it cools, laver is crushed over it.

Mung bean jelly has been known as the jelly of jellies since olden times.

As it is easy to make and digest and is delicious, it is a favourite of everyone.



묵두묵종합랭채
Assorted mung bean jelly



부식물 Subsidiary Foods

국
Soup

탕
Thang

김치
Kimchi

장
Jang

전골
Jongol

젓갈
Jotkal

회
Hoe

구이
Barbecue

지지개, 찌개
Jijigae and Jjigae

전
Fry

부식물

국

국을 끓여먹는것은 우리 인민의 주요한 식생활풍습이다.

토장국

토장국은 일반적으로 된장과 남새를 넣고 푹 끓인다. 여기에 고기나 말린 물고기를 넣으면 국맛이 더 진하고 구수해진다.

겨울철에는 소뼈를 우린 국물에 된장과 배추 또는 콩나물, 무우 등을 넣고 끓여서 고유한 맛을 돋군다.

토장국은 여러가지 남새와 파, 마늘을 비롯한 조미료에 들어있는 효소성분들이 잘 배합되어 맛이 좋다.

Subsidiary Foods

Soup

Serving soup at meals is a major diet custom of the Korean people.

Bean Paste Soup

Bean paste soup is generally made by boiling bean paste and vegetables thoroughly in water. Addition of meat or dried fish to it makes the soup taste thicker and better.

In winter, bean paste and bok choy or soybean sprouts or radish are boiled in the water boiled with cattle bones, adding more to its peculiar taste.

The soup is palatable for the good combination of enzymes present in vegetables and condiments including spring onion and garlic.

고기국

고기국에는 소고기국, 육개장, 단고기국 등이 유명하다.

소고기국을 끓일 때에는 무우를 넣고 함께 끓이면 국물이 더 달고 감칠맛이 난다.

육개장은 소고기를 푹 삶아 잘게 찢어 고춧가루, 소금, 다진 파,

Meat Broth

Renowned meat broths are beef soup, spicy beef broth, *tangogi* soup and so on.

If sliced radish is added when preparing beef soup, the soup becomes sweeter and tastier.

Spicy beef broth is prepared by boiling beef hard, tearing it into



육개장
Spicy beef broth

마늘, 참기름을 두고 무쳐 진한 고기 국물을 부어 내는것이 특징이다.

소고기국에는 매운것을 쓰지 않지만 육개장만은 매운 조미료를 쓴다는데서 소고기국과 다르다.

육개장은 맛좋은 소고기정육과 허파, 창자와 같은 소고기부산물들, 전복, 해삼과 같은 해산물들

shreds and seasoning it with chilli powder, salt, spring onion, garlic and sesame oil. It is different from beef soup in that spicy condiments are used. Tasty beef, as well as lungs, intestines and the like, is mixed with abalone or trepang, before being boiled thoroughly. Because of its highly nutritive value, the



단고기국
Tangogi soup

을 넣고 그것들의 맛이 국물에 전부 우리나라오도록 푹 끓인것으로 하여 영양가가 대단히 높으며 예로부터 앓고난 뒤의 몸보신에 많이 리용해온 독특한 조선민족음식이다.

현재 육개장에는 소살고기만 가늘게 찢어 쓰고있다.

삼복에 사람들은 더위를 막고 건강을 보호하는데 유익한 음식들인 단고기국, 닭탕, 파국, 소고기매운탕, 팔죽, 어죽, 섭조개죽, 비빔밥, 뱀장어구이 등을 만들어 먹곤 하였다. 그중에서도 단고기국은 우리나라에서 오래전부터 삼복철음식으로 널리 알려져있다.

broth has been regarded as a tonic for convalescence. Nowadays, this broth is usually made only with beef shreds.

During midsummer days, the Korean people liked to eat *tangogi* soup, chicken broth, spring onion soup, hot beef broth, adzuki bean porridge, fish porridge, mussel porridge, *pibimpap* and roast eel, which are conducive to preventing sunstroke and promoting good health. Among them, *tangogi* soup is widely known as a midsummer dish with a long history.



돼지고기국
Pork soup



닭고기버섯국
Chicken and mushroom soup



소갈비국
Beef rib soup

물고기국

물고기국에서는 대동강숭어국, 잉어국 등이 유명하다.

숭어는 우리 나라의 여러곳에서 많이 잡히지만 그중에서도 평양의 대동강에서 잡은 숭어로 끓인 국은 널리 소문이 났다.

숭어국은 생선한 숭어의 비늘을

Fish Soup

Renowned fish soups are Taedong river mullet soup and carp soup.

Mullets are caught in several rivers in Korea; soup prepared with the mullets from the Taedong in Pyongyang is most famous.

Fresh mullet is scaled and



숭어국
Mullet soup

벗기고 토막내어 가마에 넣은 다음 찬물을 붓고 후추를 넣어 끓인다.

잉어국은 잉어대가리를 푹 삶은 국물에 토막낸 잉어와 소고기, 쭈갓, 식초 등을 넣고 끓인것인데 별미로 하여 널리 소문이 났다.

chunked, put in an oven with cool water and pepper before being boiled.

Carp soup is prepared by putting carp chunks, beef, crown daisy, vinegar and others in the carp head broth. It is widely known for its exquisite taste.



명태국
Pollack soup

남새국

남새국으로서는 배추, 무우, 호박, 감자, 가지, 시금치, 파 등으로 끓인 국이 있다.

송이국, 토란국, 냉이국과 같은 특색있는 남새국 제법을 보면 송이국은 송이버섯을 얇게 썬 다음 소고기를 다져서 파, 마늘, 양념장을 섞어 끓인것이다.

토란국은 토란의 껍질을 깨끗이 벗겨내고 소고기와 무우, 다시마를 넣고 간장으로 간을 맞추어 끓이는데 닭고기를 넣기도 한다.

송이국, 토란국은 모두 기본음식감에 소고기나 닭고기를 넣어 끓인것으로서 일상적으로 먹는 국이 아니고 명절이나 뜻깊은 날에 만들어먹는 국이다.

특히 닭고기를 넣은 토란국은 추석때 주로 만들어먹었다.

냉이국은 이른봄철에 돌아난 냉이로 끓인 국으로서 조선사람 누구나 즐겨 먹는다.

Vegetable Soup

Vegetable soups include the soups prepared with bok choy, radish, pumpkin, potato, eggplant, spinach and spring onion. Pine mushroom soup, taro soup and pickpurse soup have their own characteristics.

The method of preparing pine mushroom soup is as follows: The mushroom and beef are minced, and spring onion, garlic and sauce are added, and then boiled.

As for the taro soup, taro which is scraped clean is boiled with beef, radish and sea tangle, and seasoned with soy sauce. Chicken can also be added to it.

Both pine mushroom soup and taro soup are a sort of combination of the main materials with beef or chicken, and therefore they are prepared not for ordinary meals but for holidays or meaningful days.

In particular, chicken-added taro soup is served mostly on Harvest Moon Day (15th day of the eighth month by the lunar calendar).

Pickpurse soup is prepared with

냉이국은 맛이 달고 구수한데
조개나 말린새우 등을 넣고 끓이면
그 맛이 더 좋다.

its roots grown in early spring. A
favourite of Koreans, it tastes sweet
and delicious, and if clams or dried
shrimps are added, they taste better.



팽나무버섯국
Hackberry mushroom soup



냉이조개국
Pickpurse and clam soup



토란국
Taro soup

탕

Thang

탕도 우리 인민이 오래전부터
즐거 먹은 민족음식의 하나이다.

탕은 한가지 음식감만으로 끓여서
기본재료의 맛이 두드러지게 한것과
여러가지 음식감들을 함께 끓여
그 맛들이 서로 조화되게 한것,
신선로와 같이 여러가지 음식감

Thang is also one of the traditional
dishes of Korea.

Generally, there are three methods
of making it; first, only one material
is used to accentuate the taste of
the basic material; second, different
materials are cooked together so that
their tastes would blend with one



닭잉어탕
Chicken and carp *thang*

들을 제각기 조리하여 다시 끓임으로써 매 음식감들의 독특한 맛을 살리는것 등이다.

탕에는 음식재료에 따라 닭잉어탕, 삼계탕, 명태매운탕, 메기탕, 꿩고기완자탕 등이 있다.

another; third, like *sinsollo*, different materials are cooked separately and brought together for recooking, making the most of the original taste of each material.

There are several kinds of *thang*—chicken and carp *thang*, insam and chicken *thang*, chilli and pollack *thang*, catfish *thang*, pheasant wonton *thang*, etc.



삼계탕
Insam and chicken *thang*



생선완자탕
Fish wonton *thang*



소고기완자탕
Beef wonton *thang*



자라탕
Terrapin *thang*



꽃게탕
Lady crab *thang*



꿩고기완자탕
Pheasant wonton *thang*



명태매운탕
Chilli and pollack *thang*



송어남비탕
Mullet *thang* in a pan



메기탕
Catfish *thang*

신선로

신선로는 우리 나라의 특색있는 민족음식의 하나이다.

신선로의 음식재료로는 소고기, 꿩고기, 닭고기, 돼지고기, 소꼬리, 간, 해삼, 왕새우, 홍당무우, 미나리, 도라지 등 30여가지의 재료와 조미료를 들수 있다.

그 가공방법은 매 재료의 특성에 따라 전, 회, 완자 등 제각기 조리하여 그릇에 담아 고기국물을 두고

Sinsollo

Sinsollo is a peculiar traditional dish of Korea.

About 30 kinds of materials are used, including beef, pheasant, chicken, pork, oxtail, liver, trepang, prawns, carrot, dropwort, bellflower roots, etc., as well as various seasonings.

The method of preparing it is as follows:

Each material, such as fry, seasoned raw fish or meat wonton,



신선로
Sinsollo

간을 맞춘 다음 화통에 불을 지펴서 끓인다.

신선로는 맛이 좋을뿐 아니라 단백질, 기름, 비타민, 광물질, 탄수화물을 비롯한 많은 영양소들이 골고루 들어있어 건강과 장수에 좋은 음식으로 알려져 있다.

추어탕

추어탕은 미꾸라지와 다른 음식감을 넣고 푹 끓여 양념한 조선민족음식이다.

그 가공방법을 보면 남비에 기름을 두르고 파토막과 생강조각을 볶다가 미꾸라지를 두고 볶은 다음 더운물을 붓고 끓인다.

미꾸라지가 익으면 건져서 살만 뜯어 양념에 무친다. 소고기는 다져서 파, 마늘, 간장, 기름으로 양념하여 볶다가 미꾸라지국물을 붓고 여기에 두부를 썰어넣고 끓이다가 고추장, 잘게 썬 쪽갓, 미나리, 풋고추를 양념에 무친 미꾸라지살과 같이 두고 좀더 끓여 그릇에 담는다.

is separately prepared according to its characteristics, and they are put in a pot, poured with meat broth and salted, before being heated over a brazier.

Sinsollo is known as a dish efficacious for health and longevity as it not only tastes delicious but also contains appropriate amounts of multiple nutrients including proteins, fat, vitamins, minerals and carbohydrates.

Loach Thang

The method of preparing loach thang is as follows:

Pour oil in a pot, parboil spring onion and ginger pieces, add loach and pour warm water for boiling. When the fish is done, take it out, bone it and season the flesh. Beef is minced and seasoned with spring onion, garlic, soy sauce and oil, and then sautéed. Add the boiled loach broth and slices of bean curd and boil again. Add chilli bean paste, finely chopped crown daisy, dropwort and green chilli together with the loach

추어탕을 끓일 때에는 생강즙이나 방아잎 등을 넣어 독특한 향기와 구수한 맛이 나도록 한다.

미꾸라지는 사람들의 건강에 좋은 식품의 하나로서 소화흡수율이 높고 먹으면 기운을 돋굴뿐 아니라 간기능을 회복시키는데 특효가 있다.

설렁탕

소의 내장, 대가리, 발통, 꼬리, 사등뼈 등을 가마에 넣고 물을

flesh and continue to boil it a little more before serving it.

If ginger juice or leaves of lavender giant-hyssop are added when the food is boiling, it produces a unique aroma and delicious taste.

Loach, good for digestion and absorption, not only gives fresh energy but also effectively restores the liver functions.

Sollongthang

Sollongthang is prepared by putting entrails, head, hooves, tail



설렁탕
Sollongthang

넉넉히 부은 다음 국물이 뽀얗게 되도록 푹 끓인 조선민족음식이다.

설령탕은 소의 살고기나 뼈만으로 끓인 국과는 달리 내장까지도 끓여 그 맛이 충분히 우리나라에 한 것이 특징이다.

설령탕은 다른 음식처럼 미리 간을 맞추지 않고 삶아낸 소의 내장, 대가리고기 등을 썰어서 국물을 담은 그릇에 넣어 거기에 고추가루, 후추 가루, 소금, 파 등으로 간을 맞추어 밥과 함께 먹었다.

설령탕에는 여러가지 영양물질들이 골고루 들어있고 소화가 잘되기때문에 누구나 즐겨 먹는 대중음식으로 발전하게 되었다.

and spine of cattle in an oven before pouring enough water and boiling them thoroughly until the soup gets blurred.

It is characterized by the fact that unlike the soup of beef or cattle bone only, even entrails are cooked together until the taste soaks out in plenty.

The entrails and the flesh of the ox-head that are boiled without salt, unlike other foods, are minced and placed in a bowl filled with the broth and seasoned with chilli powder, pepper, salt and spring onion, before being served with boiled rice.

Sollongthang has developed into a popular food as it contains proper amounts of nutrient materials and is easily digested.

김치

김치는 우리 나라의 가장 특색 있는 민족음식의 하나이다.

우리 인민은 밥상에 진귀한 음식을 많이 차려도 김치만은 빼놓지 않았으며 기름기가 많은 고기를 먹을 때 반드시 김치를 곁들이고 떡이나 지짐을 먹을 때에도 김치국을 먹는것을 하나의 관습으로 여긴다.

김치는 그 맛이 대단히 독특하고 좋을뿐 아니라 비타민을 비롯한 여러가지 영양성분도 많이 함유하고있어 사람들의 건강과 장수에도 좋다.

김치는 시원하면서도 짭한 맛, 향기로우면서도 상쾌한 맛, 시큼한 맛을 다 가지고있다.

여러가지 김치가운데서 통배추김치, 동치미, 총각김치, 보쌈김치, 식혜 등이 유명하다.

Kimchi

Kimchi is one of the most characteristic traditional dishes of Korea.

The Korean people never omit kimchi whatever many rare dishes there may be on the table, and regard it as a custom to serve fatty meat with kimchi, and *ttok* and pancakes with kimchi soup.

Kimchi not only has a peculiar and good taste but also contains a large amount of nutrients including vitamins, which are good for human health and longevity.

It tastes fresh yet pungent, fragrant yet refreshing, and sour.

Renowned among its different kinds are whole bok choy kimchi, *tongchimi*, *chonggak* kimchi, *possam* kimchi and *sikhye*.

통배추김치

통배추김치 담그는 방법은 다음과 같다.

좋은 통배추를 깨끗이 손질하여 소금물로 절여놓고 고추와 파, 마늘, 생강, 밤, 배는 채치며 여기에 젓갈과 미나리 등을 섞어서 양념소를 만든 다음 절여서 깨끗이 씻은 배추의 갈피갈피에 넣고 독에

Whole Bok Choy Kimchi

The method of making this type of kimchi is as follows:

Plump bok choy is trimmed clean and pickled. Chilli, spring onion, garlic, ginger, chestnut and pear are shredded.

Pickled fish, dropwort and the like are mixed to make seasonings, which are sandwiched between bok choy leaves. They are put in an



통배추김치
Whole bok choy kimchi

담아 꼭 봉한다.

3일만에 조기젓국을 물에 타서 끓여 식힌 김치국물을 부으면 좋다.

통배추김치에 쓰이는 양념감과 젓갈, 물고기는 주로 자기 지방에서 나는것을 기본으로 리용하였다.

특히 조선서해안지방에서는 조기를, 조선동해안지방에서는 명태를 넣었다.

earthen jar and sealed.

It is recommended that three days later, soup of pickled croakers which is diluted, boiled and cooled is poured into the jar.

The seasonings, pickled fish and fresh fish used for making whole bok choy kimchi were different according to provinces. Croakers were used in the west coast areas and pollack in the east coast areas.



백김치
White kimchi

동치미

동치미는 무우를 소금에 약간 절였다가 김치국물을 해붓고 익힌 김치로서 국물이 맑고 시원하고 짭한 맛이 나는것이 특징이다.

동치미를 담그는 방법은 다음과 같다.

작고 잘 생긴 무우를 절이는데 배, 유자는 껍질을 벗기지 않고

Tongchimi

Tongchimi is characterized by clear soup with a refreshing taste.

The method of making it is as follows:

Small and well-shaped radishes are put in a clean jar layer by layer with a handful of salt sprayed between the layers. The process is



동치미
Tongchimi

그대로 넣는다. 그 위에 파의 흰 부분을 토막내어 넣고 소금물을 많이 부어 봉하여 익히는데 겨울에 꺼내어 먹을 때 유자와 배는 껍질을 벗긴다. 동치미는 국물에 식류와 잣을 몇알 두고 먹으면 그 맛이 아주 좋다.

repeated until radishes reach close to the top of the jar. Unskinned balsam or other species of pears are put over the radishes. The jar is sealed with slices of spring onion spread over the radishes and salty water poured in. Seasonings wrapped in cloth are added. The pears need to be skinned



깍두기
Cubed radish kimchi



양배추말이김치
Cabbage roll kimchi



달래김치
Wild garlic kimchi



참나물김치
Anise kimchi

동치미는 깨끗한 독에 무우를 한돌기 넣고 소금을 한줌 뿌리고 또 무우를 넣고 소금을 뿌리는 식으로 한독을 거의 채운다. 여기에 소금물로 국물을 해붓고 양념감을 천에 싼채로 넣는다.

양념감으로는 국물의 맛을 돋구는데 효과가 있는 마늘, 생강, 파, 배, 밤, 유자, 고추같은것이 쓰인다.

총각김치

총각김치는 첫서리가 내린 후 무우를 뿌리와 잎이 붙은채로 소금물에 절구고 마늘즙으로 양념하여 익힌다.

before being served in winter. Adding pomegranates and pine nuts to the soup would be better.

The seasonings are made with garlic, ginger, spring onion, balsam or other species of pears, chestnut, chilli, etc.

Chonggak Kimchi

This type of kimchi was named so because men below marriage age are called *chonggak* in Korean. It is made of young immature radishes. The radishes collected after the first frost set in are picked with their leaves and roots intact.

The soft radishes are trimmed clean, washed, pickled with salt and

장가들기 전의 남자를 총각이라고 부른것처럼 다 자라지 않은 어린 무우로 담근 김치를 총각김치라고 부른다.

총각김치를 담그는 방법은 연하고 자그마한 무우를 깨끗이 다듬고 씻어 소금에 절였다가 행구지 않고 그대로 채반에 건져 물기를 짜운다. 여기에 고추가루를 친 다음 파, 마늘, 생강, 당분, 새우젓 등을 넣고 버무린다. 이어 찹쌀죽을 넣고 다시 골고루 버무린 다음 항아리에 담아 꼭 눌러 익힌다.

dried on a wicker tray without being rinsed. They are sprinkled with chilli powder and then with spring onion, garlic, ginger, sugar and pickled shrimps. Then they are evenly mixed up with glutinous rice porridge, put in a pot, pressed hard several times and left to mellow.



총각김치
Chonggak kimchi



갯김치
Leaf mustard kimchi



배김치
Pear kimchi



미나리김치
Dropwort kimchi



오이소박이 김치
Stuffed cucumber kimchi



양배추개잎말이 김치
Rolled cabbage and
perilla leaf kimchi



두릅 김치
Aralia shoot kimchi



오이갓 김치
Cucumber and leaf
mustard kimchi



참취 김치
Aster scaber kimchi



무우채 김치
Sliced radish kimchi

보쌈 김치

절인 배추의 갈피마다에 양념소를 넣고 배추를 몇 토막으로 썬 다음 그것을 큰 배추잎으로 싸서 담근 김치이다.

보쌈김치의 기본재료는 배추이며 양념감으로는 배, 밤, 잣, 낙지, 전복, 새우젓, 미나리, 소고기국물, 고추, 파, 마늘, 생강, 소금 등을 쓴다.

Possam Kimchi

The main ingredient is bok choy and seasonings are made with pear, chestnut, pine nut, squid, abalone, pickled shrimps, dropwort, beef broth, chilli, spring onion, garlic, ginger and salt.

Pickled whole bok choy is prepared. Seasonings are sandwiched between their leaves. A few large outer leaves are spread and inlaid with chestnut, boletus,



보쌈 김치
Possam kimchi

보쌈김치는 절인 통배추의 갈피마다에 양념소를 골고루 넣고 통배추의 큰 겉잎을 몇잎 펴놓고 밤, 돌버섯, 실고추, 잣알을 모양있게 놓은 다음 배추토막을 세워놓고 새우젓, 생강즙, 고추가루를 골고루 뿌려 겉잎으로 곱게 싸서 독에 차곡차곡 넣는다.

보쌈 한돌기를 놓고 쪄낸 무우나 배를 넣는것을 반복하여 마지막에 우거지를 덮는다.

1~2일이 지난 후 젓국물이나 고기국물을 부은 다음 익혀서 먹는다.

식혜

식혜는 여러가지 물고기에 무우, 조밥, 양념 등을 두고 길금가루를 쳐서 삭혀 만든 고유한 발효음식의 하나이다.

대표적인것은 가재미식혜, 명태식혜, 도루메기식혜 등이다.

가재미식혜는 소금에 절인 가재미의

shredded chilli and pine nuts before being cut. Pieces of bok choy are set upright, sprayed evenly with pickled shrimps, ginger juice and chilli powder, wrapped in the outer leaves and put in an earthen jar one after another. A layer of the wrapping and another layer of pieces of radishes or pears alternate, ending with outer leaves of bok choy as a cover. A few days later, pickled fish soup or meat broth is poured.

Sikhye

Sikhye is one of fermented dishes typically made with fish, radishes, boiled millet, seasonings and malt powder.

Typical examples are flatfish *sikhye*, pollack *sikhye* and sandfish *sikhye*.

Flatfish *sikhye* is made by mixing radishes, boiled millet, malt powder, chilli powder, spring onion and garlic with the flesh of flatfish pickled with salt for fermentation. It is one of popular



낙지 식혜
Squid *sikhye*



가재미 식혜
Flatfish *sikhye*



도루메기 식혜
Sandfish *sikhye*

살에 무우, 조밥, 길금가루, 고추 가루, 파, 마늘 등을 섞어서 삭혀 만든다.

가재미식혜는 누구나 즐겨 먹는 밥반찬으로서 새콤한 맛과 단맛이 잘 어울려 입맛을 돋구어주는 음식이다.

장

장은 우리 인민의 식생활에서 없어서는 안될 기본부식물의 하나이다.

장담그는 방법은 다음과 같다.

콩을 하루쯤 불구어 큰 가마에서 충분히 익혀 절구에 찧는다.

이것을 둥글게 빋어 단단하게 만든다. 이렇게 만든 메주를 벼짚에 싸서 두석달 잘 띄워서 가루내여 독에 넣는다.

이때 소금과 물을 1:3비율로라서 독에 가득히 붓는다.

매일 이른새벽이면 반드시 장독

dishes served to go with boiled rice. Its sour and sweet tastes blend well with each other, stimulating appetite.

Jang

Jang is a basic subsidiary food indispensable for the diet of the Korean people.

The method of making it is as follows:

Soy beans are soaked in water for about a day, boiled thoroughly in a big oven and mashed in a mortar. They are shaped into hard balls. The balls are wrapped in straw, left to ferment enough for two or three months, ground into powder and put in an earthen jar. Salt is dissolved in water at the ratio of one to three and the solution is poured in the jar full to the brim.

Every early morning it is necessary to open the lid of the jar, expose the content to fresh air and

뚜껑을 열어 맑은 공기를 쏘이고 아침해빛을 쏘이며 맑은 물로 장독 걸면을 깨끗이 닦아낸다. 그것은 장이 익는 과정에 변질되지 않게 하며 나쁜 균이 침습하지 못하게 하자는데 있다.

두달쯤 지나면 까만빛의 물이 생기는데 이 물을 가마에 붓고 졸이면 간장이 된다.

메주는 소금물과 배합되어 발효되는 과정에 생겨난 효모성분으로 하여 구수하고 단맛을 내는 장으로 된다.

후에 고추가 재배되면서 고추장도 생겨났다.

고추장은 메주가루에 질게 지은 밥이나 낱알로 쑨 죽을 버무리고 고추가루, 소금을 섞어 간을 맞추어 익힌 장이다.

고추장은 재료와 만드는 방법에 따라 다양하게 발전하였다.

고추장에는 찹쌀고추장, 보리고추장, 고기고추장, 오미자고추장 등이 있다.

morning sunshine and clean the surface of the jar with clean water. It is aimed at preventing deterioration in quality during fermentation and infiltration of harmful bacteria.

Two months later, the water turns black and this water is boiled down in an oven. This boiled liquid is soy sauce.

The soybean malt turns into delicious and sweet bean paste because of the yeast generated by fermentation after being mixed with salty water.

After chilli began to be cultivated, chilli bean paste was made. It is made by mixing the soybean malt powder with soft-boiled rice or grain porridge and then with chilli powder and salt, before being fermented. It has developed in various ways according to the materials and the methods of making it.

Glutinous rice, barley, meat or fruits of *Schizandra chinensis* can be used.

전골

고기, 물고기, 남새 등 여러 가지 음식감을 전골남비에 넣고 국물을 조금 부은 다음 끓여서 익힌 고유한 조선민족음식이다.

전골은 조선로리가운데서 그 가공 방법이 독특한 음식들중의 하나이다.

전골의 조리방법은 다음과 같다.

먼저 연한 고기를 얇게 썰어서 물에 잠깐 담그어 피를 깨끗이 씻어내고 건져서 꼭 짰 다음 여러 가지 양념으로 채워서 그릇에 담고 잣가루를 뿌린다.

고기를 끓일 때 무우, 콩나물, 룡두나물, 미나리, 파, 고비, 버섯, 도라지 등을 넣는다.

전골에서 대표적인것은 닭고기 전골, 소고기전골, 낙지전골, 두부 전골, 도미전골, 송이버섯전골 등이다.

전골은 남비채로 상에 올리거나 끓이면서 먹는다.

Jongol

Jongol is a traditional dish which is peculiar in cooking method.

Its cooking method is as follows:

First, mince soft meat, soak it in water for a short while to clear blood from it, take it out of water, squeeze tightly and spice it with seasonings. Place it in a pan and spray pine nut powder.

When boiling meat, add radish, soybean sprouts, mung bean sprouts, dropwort, spring onion, flowering fern, mushroom, bellflower roots, etc.

Typical examples of *jongol* are chicken *jongol*, beef *jongol*, squid *jongol*, bean curd *jongol*, sea bream *jongol* and pine mushroom *jongol*.

The pan and its contents as a whole are served on the table or heated while eating.

As regards beef *jongol*, minced beef is seasoned with spring onion, garlic, soy sauce, sesame oil, sesame with salt and pepper, and fried in a pan. Mushroom, bok choy and

소고기전골은 얇게 저민 소고기를 파, 마늘, 간장, 참기름, 깨소금, 후추가루 등으로 양념하여 전골 남비에 넣고 볶다가 버섯, 배추, 파 등을 두고 고기국물을 부어 끓이면서 간을 맞춘다.

spring onion are added to it. Then it is poured with meat broth and boiled before being salted.



소고기 전골
Beef jongol



해산물 전골
Seafood jongol



돼지고기 전골
Pork jongol



메기 전골
Catfish jongol

젓갈

가을이면 우리 나라에서는 각종 물고기와 조개, 물고기의 알과 내장 등을 가공하여 젓갈품을 담그는 것이 하나의 이채로운 풍습으로 전해 오고 있다.

젓갈은 우리 나라의 여러 지방마다 제각기 자기의 특색을 띠고 수많이 만들어져 왔다.

함경도지방에서는 명태젓, 명란젓, 창난젓, 가재미젓이 유명하였고 황해도지방에서는 까나리젓, 백하젓이, 강원도지방에서는 오징어젓을 특별히 일러주었다.

명태젓은 명태를 토막내어 소금에 절이고 마늘, 고추를 두어 양념한 젓갈이며 명란젓은 명태알을, 창난젓은 명태뱃을 소금에 절여서 양념한 것이다.

명란젓은 그대로 먹거나 닭알에 풀어 찌먹기도 하였다.

가재미젓은 토막낸 가재미를

Jotkal

In Korea, pickling different species of fish, shellfish and the roes and entrails of fish is unique scenery in autumn.

Jotkal (pickled sea products) is made in a characteristic way according to regions.

The areas of Hamgyong Province are known for pickled pollack, pickled pollack roe, pickled pollack tripes and pickled flatfish, the areas of Hwanghae Province for pickled sand lance and shrimps, and the areas of Kangwon Province for pickled cuttlefish.

Pickled pollack is made with chunked pollack pickled with salt and seasoned with garlic and chilli. Pickled pollack roe and tripes are made in a similar way. Pickled pollack roe is either served as it is or mixed with eggs before being steamed.

Pickled flatfish is made with chunks of flatfish pickled with



조개젓
Clam jotkal

멸치젓
Anchovy jotkal



명란젓
Pollack roe jotkal

소금에 절였다가 양념을 하는데 가
시 까지 만 문 하게 삭 아 먹 기 도
좋 다.

salt and seasoned. It is good to eat
as even fine bones have become soft.

회

Hoe

Hoe is made with meat, fish,
shellfish, etc.

회는 재료에 따라 고기회,
물고기회, 조개회 등으로 나뉘어
진다.

Meat *hoe* is made mostly with
pheasant, the lean, paunch, liver and
kidneys of cattle and the lean and
liver of sheep.

고기회는 주로 소의 살고기와
위, 간, 콩팥과 꿩고기, 양의 살고기,
간 등으로 만들었다.

As for beef *hoe*, tendons and fat
are removed and lean is minced.
Spring onion and garlic are mashed;
pears are peeled and soaked in thin



잉어회
Carp hoe



소고기회
Beef hoe



굴회
Oyster hoe



낙지숙회
Scalded squid hoe



명태회
Pollack hoe



미나리강회
Dropwort-rolled meat hoe



소간회
Beef liver hoe

힘줄과 기름기를 걷어내고 얇게 저민 다음 가늘게 썬다. 파와 마늘은 다지며 배는 껍질을 벗기고 연한 소금물에 잠갔다가 가늘게 채친다. 썰어놓은 소고기에 파, 마늘, 후추 가루, 참기름, 깨, 소금 등의 양념감을 두고 골고루 섞는다. 접시에 먼저 배를 한돌기 깔고 그우에 준비한 소고기회를 올려놓은 다음 잣가루를 뿌린다.

소의 위는 뜨거운 물에 살짝 데쳐내어 얇게 썬 다음 초장이나 겨자장에 버무리거나 찍어먹는다.

물고기회와 조개회는 주로 문어, 붕어, 잉어, 낙지, 명태, 해삼, 대합조개, 굴 등으로 만든다.

구이

구이는 조선민족음식가운데서 가장 오랜 역사를 가진 음식의 하나이다.

구이료리의 음식감으로는 고기나 물고기를 기본으로 하면서 독특한

salt water before being shredded. Then the beef is seasoned with spring onion, garlic, pepper, sesame oil, perilla, salt, etc. Pear shreds are put on a plate and it is overlaid with the beef before being sprayed with pine nut powder.

The paunch of cattle is parboiled in hot water, minced and either mixed with vinegared soy sauce or mustard sauce or served separately.

Fish *hoe* and shellfish *hoe* are made with octopus, golden carp, carp, squid, pollack, trepang, clam, oyster, etc.

Barbecue

Barbecue is one of the oldest traditional dishes of Korea.

The major materials are meat or fish, and often include wild herbs such as lance asiabell and pine mushroom with peculiar fragrance and flavour.

Beef barbecue represents Korean barbecue today.

The early popularity of beef

향기와 맛이 나는 더덕이나 송이버섯같은 산나물도 많이 리용하였다.

소불고기는 오늘 조선불고기의 대명사로 널리 알려져있다.

소불고기가 일찍부터 소문난것은 소고기를 양념에 재웠다가 숯불에 굽는 독특한 조리방법과 누린 맛과 잡맛을 없애는 마늘과 고소한 냄새를 풍기는 참기름 등으로 만든 특이한 양념맛이 한데 어울려 독특한 불고기맛을 낸데 있다.

평구이도 소불고기 못지 않게

barbecue is ascribable to its original cuisine of barbecuing the seasoned beef over charcoal and the original flavour in harmony with the special flavour of seasonings including garlic that removes the unpleasant and other miscellaneous odours and sesame oil that diffuses savoury flavour.

Pheasant barbecue is as delicious as beef barbecue. To see the method, pheasant is singed, depilated and dismembered; its pectoral is cut into two or three pieces. They are mixed with mashed garlic, salt with sesame,



소불고기
Beef barbecue

맛있는 조선민족음식의 하나이다.

꿩구이방법을 보면 꿩을 불에 그슬려 털을 뽑고 각을 떼서 가슴 쪽의 살은 두세 폭으로 저민다. 여기에 마늘다진것, 깨소금, 기름, 후춧가루, 꿀을 섞어 소금으로 간을 맞추어 버무려서 물에 적신 흰종이에 싸서 굽는다.

물고기구이도 유명한데 대표적인것은 뱀장어구이, 전어구이, 조기구이, 붕어구이, 게구이이다.

생선구이는 일반적으로 생선의 비늘을 벗기고 내장을 꺼낸 후 통채로 또는 토막낸것을 적소에 놓고 굽다가 간장에 파, 마늘, 생강을 다져넣고 기름, 꿀, 깨소금, 후춧가루, 고춧가루를 섞어 바르는데 타지 않게 살짝 구워 잣가루를 뿌린다.

뱀장어구이는 더운것을 먹어야 제맛이 나며 삼복기간의것이 제일 맛이 좋다고 하였다.

oil, pepper and honey, seasoned with salt, wrapped in wet white paper and roasted.

Fish barbecue is also renowned. Typical examples are eel, gizzard shad, croaker, golden carp and crab barbecue.

Generally, the fish is scaled and gutted.

Then the whole or chunked fish is roasted on the barbecue. Mashed spring onion, garlic and ginger are added to soy sauce, which is further mixed with oil, honey, salt with sesame, pepper and chilli powder. The seasoning is applied to the fish. The fish is lightly roasted to avoid burning, and sprayed with pine nut powder.

Eel barbecue tastes good when it is hot and best when eaten during midsummer days.



오리불고기
Duck barbecue



꿩불고기
Pheasant barbecue



뱀장어구이
Eel barbecue



게사니불고기
Goose barbecue



소고기꼬치구이
Skewered beef barbecue

지지개와 찌개

지지개는 고기, 물고기, 남새 등 여러가지 음식감들을 일정한 크기로 썰어 간장이나 된장, 고추장 또는 젓갈을 두고 끓여서 만든 비교적 짠 음식이다.

대표적인것은 소고기지지개, 김치지지개, 감자지지개, 두부지지개 등이다.

소고기지지개는 소고기, 두부, 남새들을 알맞춤하게 썰어두고 끓이는데 여기에 버섯을 두고 맛을 돋구기도 한다.

김치지지개는 돼지비계를 잘게 썰어서 줄여 기름을 낸 다음 고기와 김치를 두고 볶다가 물을 약간 두고 양념을 하여 끓인다.

김치지지개는 마지막에 파를 많이 썰어넣어야 향기로운 맛을 돋굴수 있다.

감자지지개는 풋고추와 감자를 넣고 된장으로 간을 맞추어 끓인것

Jijigae and Jjigae

Jijigae is relatively salty, being made with meat, fish, vegetables and other materials boiled with soy sauce, bean paste, chilli bean paste or pickled fish.

Typical examples are those made with beef, kimchi, potato and bean curd.

To cook beef *jijigae*, cut beef, bean curd and vegetables into appropriate sizes and boil them together. Mushroom can be added to it for a better taste.

As for kimchi *jijigae*, slice lard and boil it down to obtain oil. Add meat and kimchi to it, fry them, pour a small amount of water and boil them with seasonings. Finally, many slices of spring onion should be added to give it a fragrant flavour.

Potato *jijigae* is made with green chilli and potatoes boiled with bean paste. It is characterized by a delicious yet hot flavour—a good combination of flavours of potato

인데 감자와 풋고추의 맛이 잘 어울려 구수하면서도 맵사한 맛을 내는것이 특징이다.

감자지지개를 끓일 때 구수한 맛을 돋구기 위해 소고기나 돼지고기를 넣기도 하며 명태대가리를 넣어 끓이기도 한다.

끓고난 뒤 입맛을 돋구는 좋은 음식으로 알려져있다.

찌개는 고기, 물고기, 젓갈, 알 등을 국물이 없이 찌거나 중탕하여 만든 짠 요리이다.

찌개에는 생선찌개, 풋고추된장찌개, 풋고추소고기찌개, 닭알찌개, 송이버섯된장찌개, 런어알찌개 등 가지수가 많다.

생선찌개는 일반적으로 토막낸 생선에 소고기, 파, 풋고추, 버섯 등을 썰어넣고 장과 기름을 알맞게 쳐서 끓인다.

풋고추된장찌개는 만들 때 서서히 끓여서 건데기에 장맛이 폭 배고 국물에 풋고추의 맛이 잘 우려 나오게 한다.

and green chilli. During its boiling, beef, pork or pollack head can be added to give it a fine flavour.

It is known to be appropriate for whetting the appetite of the convalescent.

Jjigae is a salty stew, made by boiling meat, fish, pickled fish, egg, fish roe and the like in their own juice.

The dish can be made with several materials—fish, green chilli with bean paste, beef with green chilli, egg, pine mushroom with bean paste, salmon roe, etc.

As for fish *jjigae*, fish is chunked, mixed with slices of beef, spring onion, green chilli, and mushroom, poured with appropriate amounts of soy sauce and oil, and boiled.

When making green chilli and bean paste *jjigae*, they are boiled gradually so that the flavour of bean paste can permeate green chilli sufficiently and the taste of green chilli soak into the soup.

Mushroom and bean paste *jjigae* is made by frying meat, pouring the solution of bean paste and chilli

버섯된장찌개는 고기를 볶다가 된장과 고추장을 풀어넣고 얇게 썬 버섯을 두고 끓인다.

닭알찌개는 닭알에 국물을 조금 두고 새우젓을 풀어넣은 다음 가늘게 채썬 소고기, 참나무버섯, 실파, 실고추를 곁들여 찌낸다.

련어알찌개는 련어알을 바람이 잘 통하는 곳에 놓아 말리웠던것을 물에 잠그었다가 건져내여 참기름에 볶다가 고추가루, 파, 마늘을 두고 간장을 넣어 끓인다.

bean paste and adding thin slices of mushroom before boiling them.

As for egg *jjigae*, eggs are poured with a small amount of water, mixed with pickled shrimps and garnished with minced beef, oak mushroom and slices of spring onion and chilli to be steamed together.

To cook salmon roe *jjigae*, salmon roes dried in a well-ventilated place are soaked in water, drained and fried with sesame oil, seasoned with chilli powder, spring onion and garlic, and boiled down with soy sauce.

몇 가지 찜 Steamed dishes



돼지발쪽찜
Steamed pig trotters



철갑상어간장찜
Steamed sturgeon in soy sauce



두부남새찜
Steamed bean curd stuffed with vegetables



양배추고기쌈찜
Steamed meat rolled in cabbage



닭고기버섯찜
Steamed chicken and mushroom



토끼고기감자찜
Steamed rabbit and potato

몇 가지 졸임
Braised dishes



돼지 갈비 졸임
Braised pork ribs



메기 두부 고추장 졸임
Catfish and bean curd braised
in chilli bean paste



닭고기 생강 졸임
Chicken braised with ginger



소고기 장 졸임
Beef braised in soy sauce



낙지 졸임
Braised squid



닭알 장 졸임
Eggs braised in soy sauce

몇 가지 볶음
Sautés



소고기 풋고추 볶음
Beef and green chilli sauté



돼지 고기 완자 볶음
Pork wonton sauté



돼지 고기 버섯 볶음
Pork and mushroom sauté



돼지 고기 고추 볶음
Pork and chilli sauté



메기 토마토 즙 볶음
Catfish sauté with tomato sauce

전

전은 물고기나 고기를 얇게 썰거나 저며서 양념을 하여 밀가루 또는 닭알을 푼 물을 섞워 기름에 지진 민족음식의 하나이다.

전은 음식감에 따라 물고기전, 고기전, 남새전 등 여러가지로 나누는데 그중에서 물고기전과 고기전이 제일 많다.

해삼전은 마른 해삼을 물에 담그어

Fry

Fried dishes are made with fish, meat and vegetables. Fish and meat are mostly used.

To make trepang fry, dried trepang is soaked in water to get swollen, thoroughly boiled, gutted and filled with stuffing made up of minced beef, sliced mung bean sprouts, dropwort and bean curd. Finally it is coated with flour, poured with diluted egg and fried.

불구었다가 폭 삶은 다음 배를 갈라 깨끗이 씻은 후 소고기, 록두나물, 미나리를 다져서 두부와 함께 양념을 하여 배속에 가득 넣는다. 마지막에 가루를 묻히고 닭알을 푼 물을 섞워 지진다.

간납은 소의 간, 위 또는 물고기로 만드는 전을 말하는데 주로 제사에 쓰이였다.

간납에는 소골간납, 조개 간납, 굴 간납, 대합간납 등이 있다.

Kannap is a fried dish made with cattle's liver or stomach, shellfish, oyster, clam or fish. It is often cooked for memorial services.

Cattle bone marrow and shellfish are fried as a whole, and oysters are coated with flour and then with egg before being fried. Clams are minced before being fried.

Vegetable fry is made with pumpkin, bamboo shoot, taro, etc.

Pumpkin fry is made by slicing a young pumpkin, pickling the slices



감자전
Fried potato



호박전
Fried pumpkin



삼색전
Tricolour fry



돼지 간전
Fried pork liver

소골간납과 조개 간납은 통채로 지지고 굴간납은 밀가루를 묻혀 닭알물을 씌워서 지진다.

대합간납은 대합을 저며서 쓴다.

이밖에 남새전에는 호박전, 죽순전, 토란전 등이 있다.

호박전은 어린 호박을 얇게 저며서 소금을 뿌려 잠간 절였다가 가루를 조금 묻혀 지짐판에 기름을 두르고 지진다.

그러나 호박을 그대로 기름에 튀겨 지지면 맛이 더 좋다.

with salt, coating each slice with flour and frying the slices with oil in a pan.

Pumpkin, fried in oil and sautéed in a pan, tastes better.

몇 가지 포와 순대 Jerked and stuffed dishes



소고기 포
Jerked beef



낙지 순대
Stuffed squid



사슴고기 포
Jerked deer



돼지 순대
Black pudding



물고기 포
Jerked fish



명태 순대
Stuffed pollack

몇 가지 튀기 Fried dishes



가재미튀기
Fried flatfish



남새튀기
Fried vegetables



새우튀기
Fried shrimps



고추장즙친메기튀기
Fried catfish with chilli bean paste



닭토막튀기
Fried chicken chunks

당과와 음료 Confections and Drinks

당과 Confections

음료

Drinks



당과와 음료

당과

엿

엿은 우리 민족의 대표적인 당과류의 하나이다.

엿에는 묽게 졸인 물엿과 되게 졸여 굳힌 강엿이 있다.

물엿은 찹쌀을 가루내어 끓는 물에 풀어 단지에 넣고 찬물에 푼 길금가루를 두어 삭힌 다음 자루에 담아 짜낸 물을 달이는 방법으로 만든다.



마가목엿
Rowanberry taffy

Confections and Drinks

Confections

Taffy

Taffy is one of the typical confections of the Korean nation.

There are liquid taffy, thinly boiled down, and hard taffy, boiled down and hardened.

Liquid taffy is made by mixing glutinous rice powder with hot water, keeping it in a jar for a certain period after adding malt dissolved in cold water,



강냉이엿
Corn taffy

강엿은 주로 어린이들의 간식으로 이용되었다.

엿은 색깔과 모양에 따라 흰엿, 검은엿, 판엿, 가락엿 등으로 불리웠다.

흰엿은 더운물에 푼 길금가루를 백미밥에 넣고 약한 불에서 덥힌 다음 밥이 삭으면 자루에 담아 짜낸 물을 다시 졸여 닭은깨, 호두살, 후춧가루를 골고루 섞어 손으로 잡아당겨 만들었다.

엿에는 수수나 강냉이로 만드는 엿, 백미나 찹쌀로 만드는 엿 등이 있는데 그가운데서 으뜸가는 엿은 찹쌀죽에 길금가루를 넣어 삭힌 다음 생강, 닭은깨 등을 넣어 졸여낸 찹쌀엿이다.

엿에는 이밖에도 엿을 만들 때 섞는 부재료나 겉에 묻히는 재료에 따라 무우엿, 호박엿, 대추엿, 밤엿, 호두엿, 깨엿 등 여러가지가 있다.

putting the fermented dough into a sack and squeezing it, and decocting the liquid.

Hard taffy is enjoyed by children between meals.

Taffy is called white taffy, black taffy, plate taffy and stick taffy according to its colour and shape.

White taffy is made by mixing the solution of malt powder and warm water with boiled white rice, heating it at a low temperature for fermentation, putting it into a sack, squeezing liquid out and boiling the liquid down again, mixing it evenly with parched sesame, walnut and pepper, and extending it by pulling with hands.

Taffy can also be made with kaoliang, corn, white rice and glutinous rice. The best of them is glutinous rice taffy, which is made by fermenting the mixture of glutinous rice gruel and malt powder, adding ginger and parched sesame, and boiling it down.

Radish, pumpkin, jujube, chestnut, walnut and sesame can be used as subsidiary materials or for coating.

과줄

설을 비롯한 민속명절이나 생일, 결혼잔치 그리고 귀한 손님이 왔을 때 만드는 과자의 하나이다.

과줄은 찹쌀가루를 반죽하여 삭힌것을 얇게 밀고 썰어서 말린 다음 기름에 튀겨 꿀이나 물엿을 바르고 여러가지 고물을 묻힌 과자의

Kwajul

Kwajul is a kind of biscuit, made for folk holidays including lunar New Year's Day, birthday parties and wedding ceremonies and for guests.

It is made by thinning and slicing fermented glutinous rice dough into pieces of a certain size,



참깨 과줄
Sesame kwajul

한 종류이다.

과줄에는 곁에 묻히는 고물의 재료에 따라 참깨과줄, 잣과줄, 생강과줄, 깨과줄, 쌀과줄 등이 있다.

강정

찹쌀가루를 반죽한것을 기름에 튀겨 꿀과 고물을 묻힌 당과류의 하나이다.

강정을 만드는 방법을 보면 다음과 같다.

찹쌀가루를 술에 반죽하여 찢 다음 여기에 닭은 흰깨, 검은깨, 누런콩, 푸른콩가루를 뿌려서 얇게 밀어 말린 다음 기름에 튀긴다.

그러면 부풀어나는데 여기에 꿀을 바르고 쌀튀기를 비롯한 여러 가지 고물을 묻힌다.

잣가루를 묻힌것은 잣강정, 찹쌀을 볶아 꽃송이같이 튀겨서 엿으로 묻힌것은 매화강정이라고 하였다.

drying them before frying them, and coating them with honey or liquid taffy and then with dressing materials like sesame, perilla, pine nut, ginger or rice.

Kangjong

Kangjong is a confection made with glutinous rice.

The method of its making is as follows:

Knead glutinous rice flour with wine and steam it; sprinkle the powder of parched white and black sesame and yellow and green beans on it; thin, dry and fry it; after it swells, coat it with honey and dress it with various materials such as pop rice and pine nut powder.

It can also be made by frying flower-shaped glutinous rice dough and coating it with taffy.

Such was called Maehwa kangjong.

The cake which is made by mixing roasted sesame or soy beans with liquid taffy for condensation



백미과줄
White rice kwajul



참깨강정
Sesame kangjong



백미강정
White rice kangjong



들깨강정
Perilla kangjong



약과
Yakgwa

깨나 콩같은것을 닦아서 물엿에 버무려 굳힌것도 강정이라고 하는데 겉면에 묻히는 고물에 따라 깨강정, 콩강정, 잣강정이라고 하였다.

이것을 통털어 옛강정이라고 하였다.

옛강정가운데서는 들깨옛강정, 콩옛강정, 잣옛강정, 락화생옛강정 등이 유명하다.

다식

여러가지 난알가루나 열매, 솔꽃가루 등을 꿀이나 물엿으로 반죽하여 무늬를 새겨 익혀낸 당과류의 하나이다.

다식은 우리 나라에서 예로부터 혼례의 큰상이나 생일상, 제상차림에 없어서는 안될 당과로 인정되었다.

널리 보급된 다식으로는 쌀다식, 밤다식, 팔다식, 깨다식, 대추다식, 솔꽃다식 등이 있다.

특히 솔꽃다식은 봄철에 채취한 소나무의 꽃가루로 만든것으로서

is also called *kangjong*. Perilla, soy beans or pine nut can be used as a dressing material. These are called taffy *kangjong*.

Famous are perilla and taffy *kangjong*, soy bean and taffy *kangjong*, pine nut and taffy *kangjong*, and peanut and taffy *kangjong*.

Tasik

Tasik is a confection which is made by kneading cereal flour, fruit or pine pollen with honey or liquid taffy and impressing patterns on it.

Since olden times, *tasik* has been recognized as a must confection for a wedding ceremony, birthday party and memorial rite.

Most popular are rice *tasik*, chestnut *tasik*, adzuki bean *tasik*, sesame *tasik*, jujube *tasik* and pine pollen *tasik*.

Pine pollen *tasik*, in particular, has long been known as a therapy for those with weak intestines.

에로부터 장계통이 약한 사람들의
치료용음식으로 알려졌다.

It is made of springtime pine
pollen.



다식
Tasik



고구마정 과
Honeyed sweet potato



련뿌리정 과
Honeyed lotus root



도라지정 과
Honeyed broad bellflower root



홍당무우정 과
Honeyed carrot



밤, 대추정 과
Honeyed chestnut and jujube

음료

Drinks

수정 과

수정과는 생강과 계피를 우려낸 물에 꽃감을 띄워낸 고유한 조선 민족음료이다.

수정과는 먼저 생강을 얇게 썰어 다지고 계피를 잘게 부스러뜨린

Sujonggwa

Sujonggwa, or fruit punch, is unique to the Korean nation.

The following is the method of making it:

First, ginger is sliced and mashed while cinnamon is crushed.



수정 과
Sujonggwa

다음 각각 그릇에 담아 끓인다. 끓여낸 생강물과 계피물은 천에 밭아 건데기를 걸어내고 꿀을 넣어 다시 끓인다. 이것을 식혀서 꽃감을 둔다. 이때 꽃감의 갈색 물이 우려나고 단맛과 향기가 조화를 이루게 된다. 꽃감은 따로 건져놓았다가 잣과 함께 먹기도 한다.

이렇게 만든 수정과는 시원하면서도 달고 향긋한 맛이 난다.

수정과는 명절음료로서 특색 있을뿐 아니라 건강음료로도 일러 왔다.

수정과는 소화흡수에도 좋고 술을 마신 후에 뱃탈을 막는데도 효과가 있으며 기운이 없고 이몸에서 피가 나는 증상을 치료하는데도 특효가 있다.

They are boiled separately. The resultant liquids are filtered through cloth to remove the solid matters, mixed with honey and boiled again. They are cooled and a dried persimmon is floated on the mixture. Then the brown colour of the dried persimmon soaks out while its sweet taste and fragrance blend well with each other. Dried persimmon can be scooped out of it and added with pine nuts at the time of drinking.

Sujonggwa is refreshing, sweet and aromatic.

It has been known as not only an exquisite holiday drink but also a health drink. It helps digestion and absorption, prevents stomach trouble after heavy drinking, and is particularly good for the treatment of lethargy and bleeding from the gums.

화채

과일을 썰어 물위에 띄운것이 꽃처럼 보인다고 하여 붙인 이름이다.

주로 여름철에 마시는 음료이다.

배 화채는 배의 껍질을 벗기고 꽃모양으로 얇게 썰어 꿀을 탄 오미자달인물에 넣고 잣을 띄워

Hwachae

Hwachae, another kind of fruit punch, was named so because the slices of fruit floating on water look like a flower.

It is one of the major summertime drinks.

Pear *hwachae* is made by putting flower-shaped slices of peeled pear in water, boiling it down with the



사과 화채
Apple *hwachae*

마신다.

장미 화채는 장미꽃송이를 따서 물에 씻어 농마가루를 묻힌 다음 물이 끓을 때 넣고 살짝 삶아 찬물에 씻어 꿀을 탄 오미자물에 두고 잣을 띄워 마신다.

진달래 화채도 장미 화채와 같은 방법으로 만든다. 진달래 화채는 그 향기와 색깔이 봄철에 잘 어울리는 음료이므로 봄의 화채라고도 하였었다.

앵두 화채는 잘 익은 앵두를 골라서 씨를 뽑고 꿀에 재웠다가 꿀물을 달게 타넣고 잣을 띄워 마신다.

복숭아 화채는 껍질을 벗긴 복숭아를 얇게 썰어 꿀물을 진하게 타고 잣을 띄운것이다.

이밖에 화채의 종류는 여러가지가 있다.

fruits of *Schizandra chinensis* and honey, and floating pine nuts on it.

Rose *hwachae* is made by rinsing rose blossoms, sprinkling them with starch, parboiling them briefly in hot water and rinsing them again in cold water, adding them to the juice of the fruits of *Schizandra chinensis*, which is mixed with honey, and floating pine nuts on it.

The same method applies to making azalea *hwachae*, which is also called spring *hwachae* as its aroma and colour agree quite well with the season.

Cherry *hwachae* is made by soaking seeded cherry in honey, adding water and putting pine nuts on it before drinking.

Peach *hwachae* is prepared by adding peach, which is peeled, sliced and soaked in honey, to the thickly honeyed water, which is then floated with pine nuts.

There are other recipes for *hwachae*.



딸기 화채
Strawberry hwachae



도마도 화채
Tomato hwachae

식혜

식혜는 길금가루를 우린 물을 백미밥에 넣고 삭힌 다음 사탕가루나 꿀을 타고 감, 잣, 석류 등을 넣어 만든 음료이다.

식혜는 좋은 백미를 깨끗이 씻어서 시루에 푹 찐 다음 항아리에 넣고 길금가루를 더운물에 담가 채에 발은것을 밥이 잠길만큼 붓고 종이로 덮어 더운 곳에 둔다.

이것을 5~6시간후에 찬물에 꿀을 타서 항아리에 붓고 대추, 밤, 잣, 배 등을 넣으면 맛이 좋다.

Sikhye

Sikhye is a soft drink.

White rice is rinsed clean, steamed thoroughly and put in an earthenware pot. Malt powder is sieved after immersion in warm water, and the liquid is poured over the cooked rice, until the latter is immersed.

Then the pot is covered with paper and kept in a warm place for five to six hours; then, it is rational to pour cold honeyed water in the pot and add jujube, chestnut, pine nut, pear, persimmon or pomegranate.

Chestnut and jujube are not

식혜를 만들어 멀리 보낼 때에는 밤, 대추 등을 넣지 말아야 한다.

또한 백미로 밥을 질게 지은 뒤 소금을 알맞게 섞어 고기와 같이 항아리에 담아 대나무껍질을 덮어 돌로 눌러놓는다. 여기에 끓여서 식힌 물을 부어 그늘에 두고 물을 자주 갈아 3~7일 후에

added when the drink is prepared for a long journey. Another method is to mix soft boiled white rice with an appropriate amount of salt, put it with meat into an earthenware pot, cover the pot with bamboo barks and put a stone weight over the barks. Pour boiled and then cooled water in the pot, keep it in the shade and replace the water often. It will be ready three to seven days later. For



식혜
Sikhye

먹는다. 빨리 쓰려면 밀가루로 쑨 죽을 넣는다. 가을에는 물을 붓지 말고 따뜻한 곳에 둔다.

식혜는 소화가 잘되고 혈액순환이 잘되어 상쾌한 기분이 나는 좋은 음료이다.

술

우리 인민은 오래전부터 술을 만들어 마시었다.

술가운데서 제일먼저 만들어진 것이 과일술이다. 과일술이 그후

quick use, wheat flour gruel is added to it. In autumn water is not added, and the pot is kept in a warm place.

Sikhye is a refreshing drink that promotes digestion and blood circulation.

Spirits

Since olden times, the Korean people have brewed spirits.

The earliest kind of spirits was fruit wine. Later it developed into cereal liquor, adding more to the

난알술로 발전되면서 술종류가 더 다양해졌다.

전통적인 술은 소주, 막걸리, 감주로 구분할 수 있다.

소주는 일반적으로 백미, 찰쌀, 기장, 수수, 좁쌀 등의 난알로 지은 밥에 끓여 식힌 물을 붓고 누룩을 섞어 독에 넣어두었다가 한주일 지나서 술에 두고 불을 때어 그때 나오는 김을 받아내는 방법으로 만들었다.

소주에 약재를 넣고 만든 술로는 구기자술, 매화나무열매술 등이 유명하였다.

막걸리라는 말은 고유한 조선말로써 발효된 술을 그대로 걸러낸 술이라는 뜻에서 유래되었다.

막걸리는 보통 백미, 찰쌀, 보리를 비롯한 난알이나 쌀씻은 물을 기본재료로 하고 누룩을 섞어 발효시켜 걸러내는 방법으로 만든다.

즉 농마질원료를 끓여 물기를

diversity of spirits.

Korea's traditional spirits can be divided into three kinds—*soju*, *makkolli* and *kamju*.

Soju is made by keeping such boiled cereals as glutinous rice, white rice, millet, kaoliang and foxtail millet, boiled and then cooled water and malt in an earthenware pot for about a week, boiling the content of the pot in an iron wok over fire and collecting the liquefied vapour.

Matrimony vine, apricot and other fruits with medicinal qualities can be added.

Makkolli derives its name from the process of its making—adding malt to the basic materials such as glutinous rice, white rice, barley and the washings of rice for fermentation and filtering the liquid.

A starchy material is boiled and dehydrated, to which the same amount of water as the basic material and roughly half the amount of malt are added; it is placed in a warm place for five to ten days for



여러 가지 술
Spirits

건조시킨 다음 주원료와 같은
량의 물, 절반가량의 누룩을 두고
더운 곳에 5~10일동안 놓아두어
발효된것을 채에 거르거나 혹은
그대로 낸다.

여름철 무더위속에서 땀흘리며
일하는 농민들의 피로를 덜어주는
데서 막걸리는 더없이 좋은 청량
음료로 되었다.

fermentation. Then it is leached out
with or without a filter.

Makkolli was the most favourite
drink for peasants as they used
to drink it during breaks in the
oppressive heat of summer.

It is also efficacious in
promoting health and treating
illness. *Makkolli* mixed with the root
barks of *Acanthopanax sessiliflorum*

한편 막걸리는 사람들의 건강과
질병 치료에도 효과적으로 이용
되었다.

실례로 오갈피나 울무썰로 만든
막걸리는 비장과 위를 튼튼하게
하고 관절염이나 신경계통의 질병
치료에 효과가 있는것으로 애용
되었다.

감주는 백미밥을 끓는 물에

or adlay makes the spleen and
stomach strong and is good for the
treatment of arthritis and nervous
system disorders.

Kamju is made by putting boiled
white rice into hot water, adding
malt powder to it, evenly mixing it
and keeping it in a warm place for
several days for fermentation.

It tastes extremely sweet, and in



막걸리
Makkolli



감주
Kamju

넣고 길금가루를 둔 다음 고루 저어서 따끈한 곳에 며칠간 두고 삭혀 만든다.

감주는 맛이 대단히 달며 특히 겨울에 따듯한 방에서 한공기 마시면 감기가 낫는다고 하였다.

감주, 식혜는 다같이 밥에 길금가루를 두고 삭혀서 만든 단음료라는 점에서는 같으나 식혜는 밥에다 과일, 고기를 더 넣는것이 달랐다. 따라서 감주는 공기에 담아 마신다면 식혜는 숟가락으로 떠먹었다.

particular, drinking a bowl of it in a warm place in winter can cure a cold, they say.

Despite their similarity in that they are both sweet drinks made by adding malt powder to boiled rice for fermentation, *kamju* and *sikhye* are different from each other as fruit and meat are added to *sikhye*.

Kamju is drunk from a bowl, and *sikhye* is taken with a spoon.

조선민족음식 Traditional Foods of Korea

편집 김일봉

번역 문명성

내 곳 조선민주주의인민공화국
외국문출판사

발행 2026년 5월

Edited by Kim Il Bong

Translated by Mun Myong Song

Published by the Foreign Languages

Publishing House, DPR Korea

Issued in May 2026

ㄱ-260880503514

E-mail: flph@star-co.net.kp

<http://www.korean-books.com.kp>



조선민주주의인민공화국
외국문출판사
2026

Foreign Languages Publishing House
DPR Korea
2026