

경영학석사 학위논문

藥膳에 관한 認識과 메뉴개발 研究

慶州大學校 產業經營大學院

호텔외식경영학과

李 龍 大

2007년 6월

藥膳에 관한 認識과 메뉴개발 研究

指導教授 李 蓮 正

이 論文을 碩士學位 논문으로 提出함

2007년 6월

慶州大學校 產業經營大學院

호텔외식경영학과

李 龍 大

李龍大의 碩士學位論文을 認准함

審查委員長 申顯植 印

審查委員 吳榮泰 印

審查委員 李蓮正 印

慶州大學敎 產業經營大學院

2007年 6月

목 차

I. 서 론	1
제 1 절 문제의 제기	1
제 2 절 연구의 목적	3
제 3 절 연구의 범위 및 방법	4
II. 이론적 배경의 고찰	7
제 1 절 약선의 개념	7
1. 약선의 정의	7
2. 약선의 특징과 치료법	8
3. 약선의 분류	10
제 2 절 약선의 역사적 배경	11
제 3 절 중의학의 특징	13
제 4 절 한의학의 특징	15
제 5 절 약선처방과 조제원칙	16
제 6 절 선행연구 고찰	26
III. 연구의 설계	31
제 1 절 조사 연구	31
1. 연구과제의 설정	31
2. 설문지 설계	32
3. 조사 설계	34
제 2 절 실험 설계	36
1. 실험재료	36
2. 약선 메뉴 조리법 개발	37
3. 관능검사	38

IV. 연구결과 분석 및 고찰	39
제 1 절 조사 연구	39
1. 조사대상자들의 일반적 사항	39
2. 조사대상자들의 약선 식 행동	41
3. 성별에 따른 식생활 관심도	45
4. 연령에 따른 약선식에 대한 인식도	45
5. 성별에 따른 약선식에 대한 기호도	47
6. 연령에 따른 약선식에 대한 기호도	48
7. 성별에 따른 약선전문식당 이용전의 중요도	49
8. 성별에 따른 약선 전문식당 이용후의 만족도	50
9. 약선 전문식당 메뉴품질에 대한 중요도와 만족도 비교	51
10. 약선 전문식당 메뉴품질에 대한 중요도와 만족도 IPA 분석	52
제 2 절 실험 연구	55
1. 한약재를 활용한 개발메뉴	55
2. 약선 메뉴 조리원칙	55
3. 약선 메뉴 조리법	55
4. 관능검사	59
V. 결론	61
제 1 절 연구의 요약	61
1. 연구의 한계 및 제언	63
참고문헌	65
설문지	67
ABSTRACT	74

표 목 차

〈표 1〉 약선상용식물의 5미	19
〈표 2〉 약선상용식물의 성	25
〈표 3〉 표본의 개요	35
〈표 4〉 조사대상자의 일반적인 사항	40
〈표 5〉 조사대상자의 약선관련 식행동 특성	43
〈표 6〉 성별에 따른 건강관련 식생활에 대한 관심도	45
〈표 7〉 연령에 따른 약선식에 대한 인식도	46
〈표 8〉 성별에 따른 약선식에 대한 기호도	48
〈표 9〉 연령에 따른 약선식에 대한 기호도	49
〈표 10〉 약선 전문식당 메뉴품질에 대한 성별에 따른 중요도(이용전 기대)	50
〈표 11〉 약선 전문식당 메뉴품질에 대한 성별에 따른 만족도(이용후)	51
〈표 12〉 약선 전문식당의 이용전후의 중요도-만족도	52
〈표 13〉 약선 개발메뉴	57
〈표 14〉 약선 개발 메뉴에 대한 관능검사	59

그 림 목 차

〈그림 1〉 연구의 흐름도	6
〈그림 2〉 IPA의 개념도	36
〈그림 3〉 IPA 중요도 만족도 그래프	53
〈그림 4〉 약선 개발 메뉴 사진	58

I . 서 론

제 1 절 문제의 제기

현대 산업사회를 살아가는 대부분의 사람들은 합리적이고 과학적이며 효율적인 결과를 산출하는 사회제도 및 생활양식을 바람직하게 여기고 있다. 최근 한국사회 전반에 확산된 건강에 대한 인식이 높아짐에 따라 건강과 관련된 음식이 많은 사람들의 관심거리가 되고 있다. 건강에 대한 인식이 높아짐에 따라 사람들은 식생활과 건강의 상관관계를 인식하고 있다. 건강에 좋은 음식을 선호하게 되며, 보양식이나 생식 등 건강을 위한 식사의 패턴을 바꾸어 가고 있는 사람들이 점차로 늘고 있다.¹⁾ 이러한 현상과 더불어 최근 몇 년 사이에 음식 관련 사건들이 사회적 파장을 불러일으키고 있다. 또한, 미국 뉴욕시는 2007년 7월 이후에 Trans fat (지방전이) 사용 금지와 메뉴에 열량 표시를 의무화하는 법안을 통과시켰다. 웰빙 열풍과 함께 광우병, 조류독감 파동으로 외식 소비자들의 관심이 ‘식재료의 안전과 건강’이라는 화두로 초점이 모아지면서 외식업계의 메뉴 트렌드가 급변하고 있으며, 최근에는 건강식품을 애용하거나, 친환경 자연식품을 사먹는 소비자가 늘고 있다. 특히 중국, 대만과 일본에서는 약선(藥膳)이라고 하여 음식에 한약재를 넣어 기능을 살린 ‘기능성 건강식’으로 질병을 예방하고, 체질을 개선하며 질병의 치료까지 돋는 그야말로 ‘몸에 좋은 음식’을 많이 찾고 있다.²⁾

식(食)생활이란 인간(人)에게 어질게 하는(良) 것이며 인간생활에 있어서 먹는 것에 관련된 모든 활동을 총괄해서 말하는 것이다. 인간이 생명을 유지하기 위해서는 하루도 거르지 않고 식품을 통해서 영양소를 섭취하여야 한다. 앞으로 미래의 식품은 단순히 인체구성 또는 생명유지 차원에서 소비되지

1) 전소현(2003). “약재를 이용한 메뉴개발 연구” 경기대학교 석사학위논문, p.1

2) 박건태 · 김도완(2003). “藥膳을 이용한 건강 기능식 개발에 관한 연구” 한국조리학회, 9(4), p.192.

않고, 식품의 섭취가 藥食同源에 바탕을 두고 건강에 직결되는 것으로 인식되어 생물공학분야에서는 생명자원을 이용한 천연첨가물 또는 소재의 생산, 이들의 안전성에 관한 연구가 증가되고 식품의 신선도 측정을 위한 biosensor의 개발이 추진될 것이다.³⁾

오늘날 고도 산업화에 따른 경제 발전, 자연과학기술의 발달은 식생활을 비롯한 우리의 모든 생활을 윤택하고 편리하게 해 주었다. 또한, 위생환경을 전반적으로 향상시켜 준 것도 사실이다. 그럼에도 불구하고 현대인의 체질은 더욱 약해지고 있다. 그 결과 사람들은 일상적으로 섭취하는 음식에 대해 많은 관심을 나타내기 시작하고 있으며, 새로운 접근방법으로 개발된 메뉴를 요구하고 있다. 즉 식량부족에서 연유한 배고픔의 정도를 해결하기 위한 수단이면서 칼로리로 재단되었던 모든 음식에 대한 가치, 오랜 체험을 통해 이룩한 우리 음식문화 가치의 사장(死藏), 그리고 식생활 개선이라는 명목아래 무비판적으로 받아들였던 서구식생활 등에 대한 강한 비판이 일기 시작하면서 일상적인 음식에 대한 인식을 달리하기 시작하였다.⁴⁾

과거 우리나라도 약선의 식재를 과학적 연구 접근 없이 그대로 사용해 왔고 방치해둔 것이 사실이다. 우리의 오랜 전통적인 경험과 축적된 약선 식재를 실용화, 과학적 연구, 인프라 구축에 의거하여 발전시켜야 한다. 이런 의미에서 우리나라에서 발표된 식품의 안정성과 인체 내에서 양양성분이 흡수 효과를 극대화하기 위한 핵심적인 나노 식품의 기술을 약선 산업에 접목한다면 고령화시대를 맞이하여 식생활에서 소외 받고 있는 계층인 노인의 질병예방 및 직·간접적인 건강유지 및 증진을 위한 약선 요리의 메뉴를 개발방안을 마련하고자 하는데 있다.⁵⁾

인간의 먹는 식재료를 친환경농업으로 수확한 것들을 사용한 자연식으로 회귀하는 새로운 라이프스타일이 나타나고 있다. 이미 서구사회에서는 대체의학으로 향신료와 동양의 침술과뜸으로 질병 예방과 치료에 이용되고 있다. 따

3) 안문생(2002). “고추 마늘에 대한 약선 식료학적 고찰” 동아시아 생활학회지, 12(5).

4) 나정기(2003). “메뉴개발의 새로운 접근방법에 관한 연구” 한국외식경영학회 7(1).

5) 강명숙(2002). “노인 건강을 위한 약선요리의 메뉴개발 방안에 관한 연구” 경기대학교, 석사학위논문, p.3

라서 본 연구에서는 약선 요리의 소비자 인식과 메뉴개발로 약선식이 대중화 되지 못하는 문제점을 연구하고 실험 분석하여 약선 요리의 중요성과 가치를 찾고 나아가 국민의 건강유지 및 증진에 이바지 하고자 한다.

제 2 절 연구의 목적

최근 우리나라에 불어 닥친 웰빙 열풍은 국민소득이 높아지고, 주5일제 실시, 환경오염, 고령화 사회 진입으로 사회문화적인 건강과 삶에 질이라는 생명과 직결되는 가치로서 외식산업에 있어서 웰빙에 관련된 시대적 트렌드와 고객욕구에 부합하는 새로운 메뉴개발은 물론 약선 음식의 영양적 우수성과 고령화 시대에 국민들의 건강욕구가 증대되고 있다. 이러한 고객 소비자 특징의 변화가 외식업체들의 메뉴개발, 마케팅 및 수익성 확보에 지속적으로 많은 영향 미칠 것으로 예상되므로 약선 요리의 인식과 약선 음식의 선행연구를 바탕으로 국민 건강과 일상적으로 접할 수 있는 메뉴개발에 목적을 이루기 위해 세부적인 목표는 다음과 같다.

첫째, 일반적인 약선 전문식당을 이용한 소비자들의 약선에 대한 인식과 약선 관련 식행동을 알아보고자 한다.

둘째, 약선 전문식당을 이용한 소비자들의 약선요리에 대한 기호도를 분석하여 약선 메뉴개발의 자료로 활용하고자 한다.

셋째, 약선 전문식당을 이용한 소비자들의 이용전후의 기대와 만족도의 관계를 IPA를 이용하여 분석하고자 한다.

넷째, 약선 메뉴개발은 약재와 식료의 배합이므로 중요한 친환경 농산물을 활용한 약선 메뉴를 개발하고자 한다.

다섯째, 약재를 이용해 개발한 약선 메뉴는 형태, 향, 질감, 맛 등의 종합적인 평가를 관능검사를 실시하여 그 결과를 분석한다.

제 3 절 연구의 범위 및 방법

1. 연구의 범위

본 연구의 목적을 달성하기 위해 연구의 범위를 시간적 범위, 내용적 범위와 공간적 범위의 세 가지로 구분하여 연구를 수행하고자 한다. 본 연구의 내용적 범위는 약선의 이론적 배경을 구축하기 위한 세부적 내용으로 약선의 개념과 특징 그리고 중국의학의 발생기원과 역사, 한의학의 특징, 약선 처방 및 조리원칙 등으로 한정되었다.

시간적 범위는 조사연구는 2007년 3월부터 2007년 4월까지이고, 관능평가를 위한 자료는 2007년 5월에 실시되었으며, 공간적 범위는 대구, 경북지역이었다. 대상적 범위는 조사연구는 약선 전문식당을 이용한 고객들로 한정하였고, 관능검사는 조리경력 10년 이상의 전문가 집단 20명을 대상으로 조사하였다.

본 연구의 구성은 총 5장으로 구성되어 있으며, 이를 구체적으로 기술하면 다음과 같다.

제 1 장은 서론 부분으로 문제 제기와 연구 목적, 연구의 방법 및 연구의 범위를 기술하였다.

제 2 장은 이론적 배경으로 약선의 개념, 한중 약선처방과 조리원칙, 약선 요리의 특징 및 분류와 이론에 대해 고찰하였다. 또한 약선 음식의 인지도에 관한 선행 연구와 약선 메뉴개발에 관한 선행 연구의 타당성과 신뢰도를 구축하였다.

제 3 장은 조사 설계 부분으로 이론적 배경에서 도출된 선행연구와 개발메뉴의 실험을 통한 연구가설을 설정하고 또한 실증분석을 위한 연구대상의 선정과 관능검사의 방법 및 목적에 대해 기술하였다.

제 4 장은 연구 분석 결과 부분으로 인구통계학적 특성을 기술하고, 약선 관련 식행동과 관심도에 대한 빈도분석과 기술분석, 약선에 대한 인식도와 기호도에 대한 t-test, ANOVA 분석을 실시하였고, 기대와 만족에 대한 IPA분석하였고, 실험연구로 약선 메뉴를 개발한 후, 개발 메뉴에 대한 관능 평가 결

과를 기술하였다.

제 5 장에서는 본 연구의 결론으로 연구 결과의 요약 및 시사점, 그리고 연구의 한계점을 기술하였으며, 향후 연구를 위한 제언을 제시하였다.

2. 연구의 방법

본 연구는 기존의 이론에 따라 가설을 설정하고 이를 실증적으로 검증한 후 결론을 내리는 방식과 조사연구를 사용하여 연구 목적을 이루고자 한다.

약선 음식의 활성화를 위한 메뉴개발에 관하여서는 문헌적 연구와 실증연구를 병행하였다. 문헌연구는 약선 관련 국내외 서적, 논문, 정기간행물을 참고 자료로 기술하였다. 실증 연구는 약선 개발메뉴를 대상으로 실시하였다. 자료 분석은 SPSS Ver13.0 통계 프로그램을 이용하여

첫째로 일반적인 사항, 약선 관련 식행동에 대한 빈도분석을 실시하였으며, 둘째로 약선 메뉴에 대한 관심도, 인식도, 기호도 등에 대해 기술통계, t-test, 일원분산분석(One-Way ANOVA)을 실시하였고, 약선 전문식당 이용 전후의 중요도와 만족도는 IPA분석을 실시하였다.

셋째로 약선 조리법을 활용한 메뉴를 개발하여 관능검사를 실시하고, 관능 평가 결과와 사진을 제시하였다.

3. 연구의 흐름

서 론	
문제의 제기와 연구의 목적	연구의 방법과 범위

□

이론적 배경		
약선의 개념	약선의 정의	약선의 특징 및 종류

□

연구방법			
조사연구	약선의 인지도 연구	약선 메뉴개발의 연구	관능검사

□

연구 결과 및 고찰			
약선의 식행동	약선의 관심도	약선 메뉴개발	약선 메뉴 개발에 따른 관능검사

□

결 론		
연구의 요약	시사점	연구의 한계 및 제언

<그림 1> 연구의 흐름도

II. 이론적 배경의 고찰

제 1 절 藥膳의 개념

1. 약선의 정의

藥膳이란 용어는 「後漢書·藝文志」에 처음 등장하는데 “ 母親調藥膳思精篤密 ”이라는 표현이 있다. 藥膳은 이러한 食餌養生과 食療學의 한 부분으로 藥物과 식물의 적절한 배합과 알맞은炮製·調理方法을 통해 신체를 더욱 건강하게 하며 질병을 치료하고 保健·抗老化하게 하는 藥이 되는 음식을 일컫는다.⁶⁾

藥은 동서를 막론하고 인류가 숙명적으로 받아들어야 할 질병의 예방과 치료를 위하여 찾아낸 귀중한 산물이었고 시대의 변천과 더불어 지식의 축적과 함께 발전하였다. 약선의 정의를 설명하면 □ 음식을 藥이 되게 그 기능을 살린 먹거리를 약선(藥膳)□이라 하며 동양의학의 약식동원(藥食同源)이나 의식동원(醫食同源) 사상에 근거하여 식품의 특성이 가지고 있는 영양적 특징과 藥膳의 식료로 사용되어 왔던 한방재료의 기능적 특징을 조화시켜 만든 음식이라 할 수 있다.⁷⁾

여기서 약선 이란□약이 되는 먹거리□라는 뜻으로서, 요즘 말로하면□기능성 식품□ 또는□건강식품□으로 얘기할 수 있는 것이다. 이는 건강하게 오래 살고 싶다는 인간의 욕망에서 나온 중국의 오랜 식문화에서 발생된 한방요리로서□약식동원(藥食同源) 또는 의식동원(醫食同源)이라는 동양 전통의학의 사상과 이론에 근거하여 식품이 가지고 있는 기능적 특징과 한약재의 기능적 특징을 조화시켜 식도락을 즐기면서, 질병을 예방하고, 체질을 개선하는 전통적인 건강식내지는 영양식을 말한다.⁸⁾

6) 팽명호(1994). 중국약선학, 북경 인민위생출판사, p.1

7) 정구점·권민경·차은정(2005). □한국 약선요리 약목과 트랜드□, 한국약선학회지, p.2

중국 夏王朝 시조인 禹帝王이 천하를 돌아다니면서 조사 기록한 책 『山海經』에는 인간이 몸에 지니고 다니는 동물, 식물, 광물 등이 악마를 내쫓든지, 질병을 예방하고 혀기를 면한다고 기록되어 전해 내려오고 있다. 그것은 주로 채집하기 쉬운 풀(藥)을 사용하게 되고 그것이 안락하게 하는 풀이라는 뜻에서 □藥□이라는 문자가 만들어졌다고 한다. 이를 몸에 지닌다는 뜻에서 약을 먹는 것에 한하여 □服藥□이라는 말이 생겼다고 한다. □醫□라는 글자의 성립은 중국 전국시대 말기에 생겼다고 전해지고 있다. 醫의 글자가 외과적 요법을 의미하기 한다면, □酉□는 음이 □유□로 상형문자로는 항아리에 들어 있는 액체를 조심스럽게 보존하기 위하여 뚜껑을 한 모양이다. 다른 물과 구분하여 액체를 나타내는 삼수변, 즉 □水□를 붙여 □酒□라는 문자를 만들었다고 한다. 술이 약으로 쓰였다는 기록은 오래 전부터 있었고 감주, 막걸리는 약물요법의 대명사였다.⁹⁾

이와 같이 藥과 치료행위자의 醫는 고대사회에서 인간의 생존을 위한 음식은 단순한 먹거리에 해당하는 것이 아니라 신에 대한 두려움과 자연 생태계의 맹수와 해충으로부터 정신적, 육체적 안정과 건강을 유지하는 섭생이 藥善이라 볼 수 있다.

2. 藥膳의 특징과 治療法

藥膳은 약재의 보건, 치료, 예방 및 체질증강의 작용을 일상적인 생활의 약선식에 융합되게 하여 취식자들로 하여금 약선식 중에서 음식물이 갖는 영양성분과 약재의 치료적 측면을 가능하게 하는 효과를 가지고 있다. 즉 병을 치료하는 역할과 예방하는 역할로 발전하게 되었다.

또한 변증배합(辨證配合), 변증논치(辨證論治)¹⁰⁾는 약선 치료에 대한 중요한

8) 차석빈 · 박건태(2003). □약선을 이용한 천안지역 향토음식개발 연구□, 관광. 레저연구, 15(2): p.11-12

9) 이동석 · 김신근(1997). □藥의 歷史□, 서울대학교 출판부, p.311-314

10)변증논치(辨證論治) 주해 : 환자의 발병원인과 증상, 맥박 등을 전통의학 이론에 의거하여 진단하고 치료하는 것.

이론적 특징이다. 藥膳이란 한약의 藥과와 반찬 · 식사란 膳과로 구성된 단어로, 이러한 한의학 이론에 따라 음식을 요리하여 질병을 치료하고, 신체를 건강하게 하고, 老衰를 延緩시키는 목적을 지닌 것이다.

즉 한약과 일부분 약용에 가치가 있는 식물을 서로 결합한, 독특한 음식의 요리기술을 특정한 색깔, 향, 맛, 형태를 가진 美味食品으로 발전시킨 것이다.¹¹⁾ 藥膳은 현대 영양학과의 구별이 된다. 藥膳은 인체가 필요한 영양물질을 제공할 뿐만 아니라 동시에 치료 작용을 일으킨다는 것으로서 여기서 약물치료법과는 차이 있다. 음식물 섭취로 인한 치료는 사람들이 약물치료에 의한 긴장된 심리상태를 피할 수 있고, 주의하지 않고 일상 식탁 중에서 치료효과를 얻는다는 것인데, 이런 두 가지 효과는 바로 변증시선(辨證施膳)¹²⁾을 근거로 하였다. 총체적으로 말하면, 음양기혈(陰陽氣血)을 관리하여 질병을 치료하는 목적으로 하지만 일단 질병이 치료되면 약을 사용하지 않고 음식관리로 대체한다. 藥膳治療에 응용되는 韓醫學적 理論은 크게 두 가지로 나누어 볼 수 있다.

1) 한의학의 整體觀念과 天人相應의 應用

한의학에서 인체는 하나의 통일된 有機整體로 인식한다. 經絡을 통해서 臟腑와 장부, 장부와 形體의 각 조직기관 末端을 서로 연결해서 유기체를 형성하고, 精, 氣, 血, 津液의 작용을 통해서 유기체의 통일된 기능 활동을 완성한다. 藥膳은 이러한 한의학의 정체관념에 근거하여, 痘證을 인식하고 치료원칙에 따라서 藥膳處方을 구성하여 음식으로 치료하는 것이다.

한의학의 정체관념은 또한 인간이 자연계에 살면서, 자연계는 바로 인간이 생존하는 조건이며 동시에 질병이 발생하는 외부적인 인자인 것으로 인식하고 있다. 인체가 사계절 기후 변화에 적응하기 위해 외부에 대한 적응 능력을 증강시키고자 藥膳 配藥 중의 四季五捕는 바로 이론을 근거로 제기된 것으로 일 년 사계절에 맞추어 수립된 藥膳의 배합원칙이다.

2) 변증논치(辨證論治)와 이법방약(理法方藥)

辨證이란 것은 한의학의 진단방법으로 환자의 복잡한 증후를 종합적으로 분석하고, 어떤 성질의 증후인가를 판단하는 것이다. 論治란 辨證에 따라 치료원칙과 치료방법을 확정하고 실시하는 것이다. 理致方法은 이렇게 선택된 治法에 따라 처방을 구성하는 것으로 辨證論治와 理法方藥은 임상에서 한의학이론의 구체적인 운용방법이 된다.

약선 배합에서 변증논치를 응용하여 변증시선을 하는데 이는 질병의 병후진단이 명확한 연후에 치료원칙을 확정 짓고, 상응하는 약선 식품을 선택하여 특이적인 치료를 부여하는 것이다.¹³⁾

3. 藥膳의 분류

1). 藥膳 식품의 性狀에 따라서 분류¹⁴⁾

① 약선요리 : 약선 요리는 야채, 유류, 생선, 계란, 등을 원료로, 일정 비율의 약물을 배합하여 구성된 것으로 색, 향, 맛 모양을 갖춘 특수한 요리이다.

② 약선밀면음식 : 약선 밀면 음식은 쌀, 찹쌀, 소맥면분을 기본원료로 하여 일정분량의 捕益 또는 성미가 평화한 약물을 가미하여 끓이고 찌는 방법으로 가공한 후 완성된 쌀밥 또는 밀가루음식이다.

③ 약선음료 : 약선 음료는 약물과 식물을 침포하여 혹은 압착처리를 거쳐 제조된 일종의 음용 액체이다. 藥酒로는 인삼구기자주, 인삼주, 등이 있다.

④ 약선통조림 : 약선통조림은 약선 음식을 통조림의 생산 공정에 따라 제작된 일종의 특수한 음식이다. 이는 다른 종류의 약선 음식에 비해 장기 저장 및 운반, 보관에 이점이 있다.

⑤ 약선국 : 약선국은 육류, 계란, 우유, 해산물 등의 원료를 주체로 맛이 좋거나 담백한 약물을 첨가하여 찌거나, 끓이거나 농축하여 만들어진 비교적 걸쭉한 국이다.

13) 전갈서(1994). 중국약선학, 북경인민출판사, p.20

14) 상계서. p.14

⑥ 약선조미료 : 약선 조미료는 약물과 음식 원료를 일정한 방법으로 추출, 분리 후 제조된 것으로 유효성분 함량이 비교적 높은 액체 조미료이다.

⑦ 약선사탕 : 약선사탕은 약물과 식물을 끓인 설탕 속에 넣어 제조된 고체 혹은 반고체로서 물고 있거나 씹도록 만들어진 약선 음식이다.

⑧ 약선밀전 : 약선 밀전은 식물의 과실, 과일의 껍질을 신선 혹은 건조된 원료를 약물액, 꿀 혹은 설탕물로 끓인 후 다시 다량의 벌꿀 혹은 백설탕을 첨가하여 제작된 약선 음식이다.

제 2 절 藥膳의 역사적 배경

1 중의학의 발생기원과 역사

중의학의 발생기원에 대하여 중국의 황제로부터 유래설과 동이족의 신농(神農)으로부터 유래되었다고 두 가지 학설이 있다. 우리의 상고 의약사에 있어서 원시의학인 민간의학은 우리 선민의 원시신앙과 거기 섞여 있는 동북 아세아적 『샤마니즘』의 전통을 가지고, 지금도 저급문화층의 사이에서 주술적 권능을 행하고 있는 무당(Medicine Man)의 굿, 마지, 무리 등 주술의학과 경험의학이 서로 혼합되어 있었으나, 북방으로부터 밀려들기 시작한 한민족에 의하여 차차로 그 의학적 지식의 영향을 받게 되어 낙랑의 군치시대에 이르러서는 한의학적 지식의 교류가 상당히 전개되었으며, 삼국시대 중기 이후 醫方書가 수입과 인도의 불교의학이 중국을 경유하여 우리세대에 까지 전해진 것이다.¹⁵⁾ 한의학의 발생에 대해서 황제내경(黃帝內經)에는 『동쪽은 발생의 기운이 주로 작용하므로 큰 강과 바다에 접한 곳으로 소금과 생선이 산출 사람들은 생선을 즐겨 먹고 소금을 다른 지역보다 많이 섭취하게 되어 속에 열이 누적됨으로써 피부가 거칠어져서 용양(癰瘍)이라는 종기가 많이 생기는 까닭에 돌침으로 째서 치료한 것처럼 돌침은 동쪽으로부터 유래되었고, 서쪽은 광물과 벽옥이 산출되는 사막으로 바람이 많고 땅은 거친 곳으로 , 그 곳 사람

15) 황무연(1993). □한의학과 인체의 신비□, 고려의학 출판사, p.17

들은 견직물을 입지 않고 모피 옷을 입으면 육고기를 즐겨먹고 살이 쪄 있는 까닭에 병이 체내의 오장육부에서 발생하는 질병이 생기며 이 때 약초를 달인 탕액(湯液)으로 치료한 것처럼 약초는 서쪽으로부터 유래되었으며, 북쪽은 바람이 한냉(寒冷)하고 땅이 얼어 있어 그 곳 사람들은 유제품을 주식으로 하는 까닭에 오장육부가 냉해져서 창만(脹滿)병이 생기고 이 때 쑥 뜸질로 치료한 바처럼 쑥 뜸질은 북쪽으로부터 유래 되었다.

남쪽은 성장, 추진(推進)작용의 기운이 주로 작용하는 습지(濕地)로서 초목이 무성한 곳으로 그 곳 사람들은 신맛의 과일과 발효식품을 즐겨 먹으므로 경련성(痙攣性) 병에 걸리는데, 이때 호침(豪針)을 사용하여 치료한 바처럼 구침(九針)의 요법은 남쪽으로부터 유래되었으며, 중앙에 속하는 지방은 평지로서 온갖 산물이 모이는 곳으로 온갖 것을 먹을 수 있으나 육체노동은 하지 않게 되어 수족이 가늘어지는 위증이나 한궐(寒厥), 열궐(熱厥)이 생기는데, 이 때 안마요법 또는 도인요법(導引療法)으로 치료한 바처럼 도인. 안마는 중앙에서 유래된 것이다』¹⁶⁾

침, 뜸의 고전으로 중요시되고 있는 진나라의 皇甫謐(215-282)이 저술한 『甲乙經』의 서문에 따르면殷나라 후기에 이 나라 장관이었던 伊尹이라는 사람이 전설적인 고대의 제왕이고 자연물의 약효를 발견한 神農의 의학적인 지식을 기초로 하여 湯液을 만들어 실제 치료에 사용하였다. 이윤은 帝王의 料理長을 하고 있던 사람의 양자로 調理法에 조예가 깊었고 때때로 제왕과 요리에 문답하였다고 『呂氏春秋』에 전해지고 있다. 상고시대는 음식물과 약물은 이전부터 뚜렷한 구별이 없었으며 감주(醴), 막걸리는 주요한 약제였고 穀物의 湯도 약의 일종이었다. 湯은 농후한 것을 말하고 液은 談白한 것으로 뜻한다. 이것이 전화되어 후세의 중국 의학에서는 약물요법을 湯液이라 말하게 되었다.

그러나 일반적으로 의학의 역사에서는 본능적 의료행위에 앞서 샤마니즘의 발생까지를 원시의술이라 말하고 주술을 중심으로 하는 마법의술과 현실적인 경험의술이 문자로서 기록된 유치하면서도 하나의 지식으로 이루어진 시기까지를 고대의학으로 나누고 있다.¹⁷⁾

16) 최형주(2004). 『황제내경소문』, 자유문고, p.19-20

제 3 절 중의학의 특징

중국의 문화권은 강을 중심으로 황하문화권, 양자강문화권, 강남문화권으로 나눌 수 있다. 황하문화권의 종족의 조상은 유목민이다. 기후의 변화가 심한 땅에서 목초를 구하여 전전하였기에 약으로 되는 식물은 구하는 것이 매우 어려웠고 의복은 동물의 모피였다. 따라서 치료는 두부, 사지 등의 노출 부위를 석기 또는 骨器로 자극을 가하고 올혈과 농즙을 제거하기 위하여 관혈적 처치 시술을 하였다고 한다. 이러한 시술의 경험에 신체의 특정부위에서 자극점을 알게 되었다. 이것이 經血의 발견이다. 그 후 금속문화가 발전되어 금속으로 만든 침이 쓰이게 되었다. 이것이 발전하여 經絡經血說로서 오늘날 침구의학의 근간이 되었다. 춘추전국시대에 황하문화권에서 발생한 자연 철학은 자연 현상과 인체의 생명현상의 상관을 논하여 대우주와 소우주와 대비를 설명하는 □天人合一說□로 전개하여 2요소의 입장에서 인식하는 □陰陽說□ 또는 5요소(木, 火, 土, 金, 水)의 연쇄적 상대에 의한 질적 평형으로 논증하는 □五行說□이 발생하였다. 또한, 醫書로는 『皇帝內徑』이라는 문헌이 성립되었다. 이 책은 한 사람의 손으로 이루어진 것이 아니라 오래 전부터 전승된 것을 기초로 하여 치료법을 문답체로 꾸민 것이다. 황제내경의 의학사상은 후세에 여러 가지 문제를 제기하게 되고 해석 수단으로 쓰였던 천일합일, 음양, 오행이라는 관념론에 빠지게 되었다.

揚子江문화권의 종족은 양자강 상류에서 양자강 비옥한 땅에 진출하여 농경을 하면서 정착하게 되었다. 현존하는 양자강문화의 의료의 고전은 『神農本草經』으로 신농씨는 농구를 만들어 농경을 창시하고, 붉은 지팡이로 초목을 치면서 맛을 보아 약초를 발견했다. 농업, 상업, 의약의 개조라 하였다. 약물로서 몸에 지녀서 효과가 있는 것 28종, 먹어서 효과가 있는 68종, 기타 55종이 기록되어 있다. 神農本草經이 만들어 진 것은 후한 때라고 추정하고 있으며

17) 이동석 · 김신근(1997).□약의 역사□, 서울대학교 출판부, p.312-313

□本草□라고 하는 중국의 독특한 학문의 출현과 밀접한 관계가 있다. 따라서 신농본초경은 현재 알려진 가장 오래된 실용 약물서라 말할 수 있을 것이다.

강남문화권의 의술은 그 기원이 밝혀져 있지 않으나 온나라의 재상이었던 이윤이 창시하였다고 전해지는 탕액 계통에 속한다. 중국 강남지역의 고온 다습한 환경으로 인하여 유행성 질환이 많이 발생함으로서 치료약은 약물요법으로 발전하였다. 강남권의 의술은 한나라 때에 거의 완성되었다. 그리고 현존하는 의서로는 『傷寒雜病論』은 「상한론」과 「金櫃要略」으로 후한 장강의 太守 張仲景이 저술하였다. 이이 문헌은 「湯液의 聖典」이라 생각하면서도 그 방법론은 근세에 이르기까지 중국에서는 의학의 주류를 이루지 못하고 중세이후 일본으로 건너가 계승되었다. 후한시대의 도홍경은 「本草集注」를 집필하였고 구성은 약물 730종으로 약물학총론으로 평가되고 있다. 18) 수나라의 대표적인 의서로는 「諸病源候論」 50권이다. 그리고 당나라의 대표적인 의서로는 「千金方」 30권은 孫思邈의 저서로서 도교와 불교의 학이 융합된 의서이다.

당나라시대는 외국의학의 수입이 활발하여 인도의학, 사라센, 비잔틴의학의 영향도 받았고 동로마 제국의 의술도 실행되었다. 당나라 때의 의학의 특색은 인체의 해부도와 침 전문인이 독립하여 존재하였고 침구의서가 많았다. 그리고 서역의 향신료와 차, 광물이 도입되었다. 수나라와 당나라의 의학은 지배계급의 전유물로서 일반 서민들이 쉽게 접할 수 없었다. 그러나 송나라의 의학사상은 맹자의 유교와 성리학이다. 또한 임상의학이 진보함에 따라 약학 분야에서는 본초학의 발전을 도모하여 본초는 양적으로 크게 증가하였고 약의 효능에 관한 지지도 심화되었으며, 抱製기술이 발전하여 성약으로 널리 사용되고 있다.¹⁹⁾

宋의 교정의약국에서 「황제내경」, 「상한론」 등 많은 의서가 새롭게 교정, 출판되어 현재에도 유용하게 읽히고 있으며, 本草書를 여러 차례 증보하여 출판했고, 관약국을 설립하는 등 이러한 宋의 변화는 金. 元에 그대로 영향을 미쳐 중국 의학에 새로운 획을 그은 金元醫學의 탄생을 가져오게 된다.²⁰⁾ 명나

18) 이동석 · 김신경(1997). 전개서, p.322-323

19) 정구점 · 차은정(2005). “약선조리학” 도서출판 효일, p.100-101

20) 박찬국(1995). “한의학 특강”, 한뜻출판사, p.113 -114

라 시대에는 위대한 의약학자인 李時珍이 27년간 심혈을 기울여 「政和本草」를 남본으로 하고 관련서적 800부를 참고하여 민간에서 익히기를 바라는 약물을 광범위하게 모으고 임상경험을 토대로 하여 3회의 개고(改稿)를 행한 후에 1578년에 의약학의 거서인 本草綱目을 저술하였다.

이 책은 16세기 이전의 중국 의약학의 경험과 이론을 총괄하고 본초학과 이학 발전에 커다란 공헌을 했다. 이시진의 본초강목은 조선시대 허준의 동의보감에 큰 영향을 미쳤다. 1900년대 이후 중국 약선 식료발전에 기여한 저서들 중에서는 장정자(張拯滋)의 「식물치병신서」, 「중국식료학」, 「중의음식약료법」, 「중화임상약선식료학」, 「중의음식약료법」 등이 식료와 약선의 기본 이론과 임상경험을 계통적으로 소개하는 책들이다. 이와 같이 이미 중국은 역사적으로 약선에 관련되는 전문서적이 있으며 특히 대만과 중국의 대도시에는 약선 전문음식점이 성업 중이고 인기를 누리고 있다.²¹⁾

제 4 절 한의학의 특징

한국의 전통의학의 뿌리는 동의족의 神農의유래설에 근거로 들 수 있다. 고대 사회는 국경선이 오늘 날처럼 확연하게 구분 지을 수 없기 때문이다. 옛날에 나라(國)라는 것은 곧 地域을 둘러싸는 백성(口)을 보호 하던 곳이다. 중국의 문화권의 세 가지 문화권으로 영역을 나누었듯이 우리나라는 황하문화권처럼 북방식문화권과 남방식문화권으로 구분 할 수 있다. 즉, 삼국시대에는 수입된 한의학이 왕실이나 귀족들의 전유물이었고 일반대중은 여전히 우리나라의 전통적인 고유의학에 의존하여 질병을 치료하고 있었다. 고려중엽에 이르기까지도 중국의 한의학은 한의학대로 존재하고, 우리 고유의 민간의학은 여전히 민간의학으로 전수 보전되었다. 그러나 몽고의 침입으로 중국과의 교역이 두절되고 또한, 몽고족은 우수한 의학을 가지고 있던 민족은 아니었으므로 우리 민족은 스스로 어떤 의학을 발전시키지 않으면 안 될 처지에 직면하였다.

21) 정구점 · 권민경 · 차은정(2004). “한국 약선요리 약목과 트렌드” 대한약선학회지. 11.

다. 그리하여 몽고와의 전쟁 중에 강화도에서 중국의학과 우리 국산 약을 결합시킨 「鄉藥救急方」을 간행하였던 것이다.²²⁾

향약의 발전은 조선시대에 들어와서 세종 때의 「향약집성방」 그리고 동의보감이다. 이 동의란 뜻은 중국의학이 아니고 조선의 의학이란 것이다. 그 후 조선 말기의 이제마의 체질 의학서인 「동의수세보원」에도 동의를 붙인 것이 이러한 뜻에서임이 분명하다. 동무(東武) 이제마(李濟馬)는 장부허설에 바탕을 둔 체질분류인 사상론(四象論)을 각별히 전개하였다. 하지만 동식물의 체질 분류는 기(氣). 미(味)로 음양을 분류해온 본초(本草)의 전통에 따라 체질별 금기. 권장식품을 정리하는 수준에 머물고 있을 뿐이다. 생물학은 음지. 양지식물, 야행성. 주행성동물이라는 분류가 말해 주듯 환경의 적응도에 따라 형태와 형질이 변이되는 진화론적 시각을 견거로 삼고 있다. 그러나 생태체질과 섭생건강(攝生健康)은 음양의 상대성, 생명의 상대 지양성, 자연과의 조화 및 균형의 원리를 전제로 한 양면의 모습이다. 따라서 생태체질은 섭생건강의 시각에서 보아야 올바르게 볼 수 있다. 동식물의 생태특징과 생명활동의 방향성, 사람마다 각기 다른 인체 생리와 기질을 음양으로 읽어내야 정확한 체질분류를 할 수 있다.²³⁾

제 5 절 藥膳處方과 調劑 원칙

1. 약선 처방

약선 처방의 조제원칙은 일반 한약처방의 君, 臣, 佐, 使에 따라서 조성한다. 즉, 君藥은 주요병증이나 혹은 주요증후를 대상으로 주요작용을 발휘하는 것이고, 君藥은 主藥을 도와서 치료효과를 보강하고 협동하는 작용을 발휘하며, 佐藥은 주약을 협조해서 함께 겸한 상태 및 主藥의 지나친 藥性, 혹은 독성을

22) 박찬국. 전계서 p.234

23) 허봉수(2005). “음양체질에 따른 약선요법이 당뇨병에 미치는 영향”, 대한약선학회지, 11: 18.

제거하거나 緩解하며, 使藥은 약의 효능을 특정경락으로 끌어들이거나 혹은 맛을 좋게 하는 작용이 있다.²⁴⁾

약선 처방의 조제에는 비록 일정한 원칙이 있지만 한 번 정해지고 변하지 않은 것은 아니다. 음양의 편성 병정의 변화, 체질의 강약, 연령의 대소 및 각 지방의 습관 등에 따라서 탄력성 있게 가감해서 운용해야한다. 처방의 조제변화는 주로 세 방면에서 표현된다.

① 藥味 가감변화 : 약선 처방은 항상 약물의 가감변화에 따라서 약선의 공용, 적용범위를 변화시킨다.

② 食物과 藥物 配伍의 변화 : 主要植物과 藥物의 배오가 변화할 때 약선의 주요작용에도 직접 영향을 준다.

③ 藥量 加減變化 : 약선 처방 안에 약물과 식물을 변하지 않더라도 용량을 달리하면 사용한 양의 분배비율이 서로 달라져서, 主藥과 補助藥의 위치가 변화하면 약선 처방의 성능도 변화하게 된다.

2. 사인시선(四因施膳)

藥膳은 크게 證, 時, 地, 人의 4가지 인자를 고려하여 배합하게 되는데 이 네가지 인자는 서로 밀접하게 연계되며 분리할 수 없다.

① 인증시선(因證時膳)

약선은 치료, 보의 측면에서 한의학적 변증을 근거로 각각의 체질, 증상, 건강상태 등에 따라 배합되어진다. 이것이 바로 인증시선이다.

② 인시시선(因時施膳)

한의학에서는 “人身一小天也”라고 하였는데, 이는 인체의 장부나 경락의 기혈이 생성되고 운행하는 것이 자연계의 시간변화나 기후에 큰 영향을 받는다는 것을 표현한 것이다. 元代의 「飲膳正要」에서는 “春氣溫 宣食麥以涼之 夏氣熱 宣食菽以寒之 秋氣燥 宣食麻以潤其燥 冬氣寒 宣食麥以熱性治其寒”이라 하여 四時에 따라 飲食攝養을 달리해야 함을 강조하고 있다. 약선도 시간과 기후에 맞추어 먹어야 하는 것으로 예를 들면 봄은 점차 따뜻해지고 기운이

24) 전갈서(1994).□중국약선학□,북경인민출판사, p.23

솟아오르기 때문에 상승시키면서 보하는 약선이 적절하고, 여름은 무더우므로 열을 식혀주면서 보하는 약선이 적절하며, 가을은 주로 서늘하므로 淡淡하게補하는 약선이 적절하고, 겨울은 춥고 움츠려들기 때문에 따뜻하게 보하는 약선이 적절하다. 또한 “用寒遠寒 用熱遠熱”이라고 한 한의학적 치료원칙은 약선에도 적용되는데 곧, 차거나 서늘한 약을 쓰려면 추운 계절을 피하고 따뜻한 약을 쓰려면 무더운 계절을 피하라는 것이다.

③ 인지시선(因地施膳)

지역에 따라서 기후조건, 생활습관이 같지 않기 때문에 인체의 생리, 병리적 특징도 약간의 차이가 있다.

④ 인인시선(因人施膳)

사람에 따라 체질강약이 같지 않고, 南女老少의 생리적인 차이도 있기 때문에 약선처방의 조제도 같지 않다. 그러므로 약선을 배합할 때는 먼저 인체의 음양이나 한열의 속성에 따라 나이와 성별을 참작하여 가장 알맞은 것을 선택해야 한다.²⁵⁾

3. 藥物과 식물의 五味와 禁忌

식물도 약물과 마찬가지로 性과 味로 갖고 있으므로 약선 치료를 행할 때에 식물의 성미를 파악하여 각각의 證에 맞는 식물을 선택하는 것이 중요하다. 또한 한의학에서는 예로부터 약물과 식물을 배합하는데 있어서 서로 피해야하는 금기를 가지고 있으므로 약선 배합을 할 때에 참조하여 施善하는 것이 좋다.

4. 약선에 사용되는 식물과 약물의 五味

식물과 약물은 모두 酸苦甘辛鹹의 오미를 가지고 있으며, 오미의 특징은 다음과 같다.²⁶⁾

25) 전갈서. 전계서, p.31

26) 전갈서(1994). □본초학□, 북경 인민출판사, p.62

- ① 신미 : 발산, 행기, 등의 작용이 있으며, 다식하면 氣가 흘어진다.
- ② 감미 : 보기, 보양, 해독 작용이 있으며, 다식하면 堕塞(막힘) 있다.
- ③ 산미 : 수검고삼작용이 있으며, 다식하면 경연이 일어난다.
- ④ 고미 : 소화, 청열, 조습, 양혈, 보음하는 작용이 있으며, 다식하면 어지를 증세가 있다.
- ⑤ 함미 : 軟堅潤下와 산결의 작용이 있으며 다식하면 血이 굳어진다.

〈표 1〉 藥膳常用食物의 五味

구분	穀類	肉類	魚敗類	野菜類	果實類
酸	팥	개고기 꿩고기 닭고기	오징어		귤, 모과, 밤, 배, 복숭아, 사과, 산 딸기, 살구, 석류, 오디
苦	도토리, 쌀, 찹쌀	돼지고기		고비, 근대, 더덕, 도라지, 쑥, 씀바귀, 연근, 오이, 우엉	귤, 사과, 은행, 자두
甘	고구마, 귀리, 기장, 족두, 대두, 두부, 메밀, 밀쌀, 수수, 옥수수, 완두콩, 율무, 조, 참깨	제란, 닭고기, 멧돼지고기, 소고기, 양고기, 오리고기, 토끼고기, 양유, 우유	가물치, 가자미, 김, 낙지, 농어, 메기, 문어, 미꾸라지, 미역, 뱃장어, 뱃어, 복어, 붕어, 새우, 송어, 숭어, 연어, 잉어, 조기, 청어, 우렁이, 해삼, 홍합	가지, 깻잎, 고비, 고사리, 근대, 냉이, 더덕, 무, 미나리, 배추, 비름나물, 석이버섯, 송이버섯, 표고버섯, 시금치, 아욱, 연근, 죽순, 호박, 콩나물	귤, 대추, 복숭아, 사과, 산딸기, 석류, 수박, 앵두, 오디, 은행, 자두, 잣, 참외, 포도, 호두
辛	토란	토끼고기	새우	도라지, 마늘, 무, 부추, 생강, 파	귤, 땅콩, 들깨, 복숭아, 은행
鹹	두부, 보리, 조	개고기, 닭고기, 돼지고기	게, 귤, 김, 다시마, 미역, 대구, 홍합, 전복, 해삼	부추	밤

5. 양생장수(養生長壽) 및 장수약선(長壽藥膳)

약선의 궁극적인 목표는 건강하게 오래 사는 것이고 그렇게 살기 위해서는 양생(養生)을 해야만 한다. 흔히 약선은 어떤 질환을 앓고 있는 환자들을 대상으로 하는 강복약선(康復藥膳)과, 환자는 아니지만 건강을 유지하고 장수하기 위하여 양생을 생활화하는 사람들을 위한 양생약선(養生藥膳)으로 구별이 된다. 그러나 강복약선도 결국 양생을 위하여 일시적으로 필요한 것이라는 관점으로 보면 모두 장수를 위한 것이 되는 것이다. 평소에 양생을 위하여 노력하고, 틈틈이 필요할 때 약선을 복용한다면 큰 병은 앓지 않고 오래 살 수 있을 것이다. 따라서 동양의학의 양생에 대한 이론을 알아두는 것은 필수적인 과정이다. 동양의학에서는 사람의 몸을 하나의 국가에 비유를 하기도 한다. 가슴은 왕이 사는 궁실과 같고 뼈마디는 모든 관리들과 같다. 그리고 왕은 인체를 통제하고 다스리기 때문에 신(神)이라고 부른다.²⁷⁾

정신(精神)이라는 말은 바로 이 신(神)에 정(精)이라는 글자가 더 붙은 것이다. 정신작용은 인체의 뇌에서 하지만 그 기본인 ‘신’은 뇌에 있는 게 아니고 심장에 있다. 그래서 심장은 가장 높고 귀한 기관에 해당한다. 이 심장이 인체의 가슴에 위치하기 때문에 가슴을 궁실에 비유한 것이다. 심장에 왕이 건재하면 그 심장에서 끊임없이 전신으로 공급되는 혈액은 당연히 신하가 되어야 할 것이다. 그리고 가장 중요한 인체의 구성요소인 ‘기(氣)’는 한 국가의 주인이 백성이듯이 바로 그 백성에 해당한다. 자고로 백성을 아끼고 사랑하는 왕조는 태평성대를 누렸듯이, 자기 몸의 기를 사랑하고 아껴서 쓰면 건강한 몸을 보존 할 수 있다. 백성이 뿔뿔이 흩어져 버리면 그 나라는 망하고 말듯이, 인체의 기가 말라서 없어지면 생명을 유지할 수 없다. 인체의 ‘기’는 맑아지기는 어렵고 흐려지기는 쉽다. 지나친 욕심을 버림으로써 ‘기’가 맑고 들판하게 해야만 병을 예방하고 장수 할 수 있다. 아주 오랜 옛날의 지혜로운 사람들은 항상 마음을 편안하게 하고 헛된 욕심을 갖지 않았으며 정신을 산란하지 않도록

27) 소유진(2005). □한약 자원을 활용한 약선차 조성물이 체내 활성산소 및 혈청지질 농도에 미치는 영향□, 원광대학교 석사학위논문, P.6

록 하여 진기(眞氣)를 함부로 소모하지 않고 잘 보존하였기 때문에 큰 병에 걸리지 않고 장수하였다고 한다. 어떠한 음식이라도 달게 먹고 의복도 아무것이나 입으면서 풍속을 즐겼으며 직위의 높고 낮음을 따지지 않음으로써 탐욕이 사라지고 마음이 유혹되지 않았기 때문에 두려움이 없어지고 백살 이상을 살아도 동작이 쇠퇴하지 않았다고 한다. 마음속에 있는 의심과 염려스러운 생각 그리고 일체의 헛된 잡념이나 불평 혹은 자기욕심을 다 없애버리고 지난날의 죄과를 뉘우치라고 하였고 그렇게 오래 반복하여서 몸과 마음이 편안하게 되고 생활방식이 자연의 이치에 부합되면 정신이 통일되고 성품이 평화로워진다고 하였다. 세상의 모든 일은 다 공허한 것이고 화(禍)와 복(福)이 따로 있는 것이 아니라는 것을 느끼게 되면 자연의 이치를 깨우치면서 마음이 깨끗해지기 때문에 마음으로부터 발생하는 질병도 자연이 낫게 되는 것이라고 하였고 사람은 원기(元氣)가 충실해야 오래 살 수 있기 때문에 그 원기를 보양하는 방법이 중요하다.

선천부족(先天不足)이란 타고난 것이 부족하다는 뜻으로, 신기(腎氣)가 원래 부터 부족함을 의미하기도 한다. 인간의 노화(老化)는 바로 이 선천부족과 밀접한 관계가 있다. 선천적으로 강하게 타고난 사람은 장수할 수 있고, 선천적으로 약한 사람은 요절하는 경우가 많다. 신기(腎氣)는 양(陽)과 음(陰)을 포함하고 있는데, 둘 중 어느 한쪽이 약해지면 인체 생리의 평형(平衡)이 깨어져 노화를 촉진하는 것이다. 인체의 노화는 후천적인 정신과 몸의 섭생(攝生), 정기(精氣)의 배양, 생활의 절 후에 대한 적응 등과 밀접한 관계가 있다.

인체의 장부는 상호간에 유기적인 관계가 있다. 노화는 주로 비(脾) · 위(胃) · 신(腎)의 기능과 밀접한 관계가 있지만 그 밖의 다른 장부가 허약해져도 결국은 노화를 촉진하는 계기가 된다. 예컨대 간기(肝氣)가 허약하면 힘줄에 충분한 영양을 주지 못하므로 힘줄의 활동능력이 감퇴한다. 또한 간기가 허하면 겁을 잘 내게 된다. 간(肝)과 신(腎)의 기가 모두 부족하면 성정이 급하고 화를 잘 내게 된다. 정신활동의 이상은 간의 기가 울체되도록 하여서 비위의 소화흡수가 원활하지 못하도록 억제하고 모든 생리기능에 영향을 주기 때문에 노화를 촉진한다. 심(心)은 생명활동을 주재한다. 심(心), 혈(血), 맥(脈) 세 가

지의 상태는 늘 안색의 변화를 나타낸다. 심기(心氣)가 왕성하면 얼굴이 발그스름하게 윤기가 있고 빛이 나며 신(神)이 깃들어 있다. 그러나 심기(心氣)가 쇠약하면 안색이 희고 윤기가 없어지는데 이것은 노화의 징조 중의 하나이다. 폐가 튼튼하면 피부와 모발이 건강하다.

인간과 자연계는 하나하나 모두 상관관계를 가지고 있다. 인간은 자연계 안에서 생활하고 있기 때문에 사계절 기후 변화 및 지역이 미치는 영향은 지대하다. 인체 내부의 장부와 외부의 환경이 조화롭게 통일되고 주거생활이 사시기후 변화에 적응해야만 건강하게 장수할 수 있고 그렇지 못하면 쉬 늙게 된다. 사계절 음양의 변화는 만물이 생장하는 근본이므로 봄과 여름에는 양기(陽氣)를 보양하고 가을과 겨울에 거두어들이고 저장할 근본으로 삼고, 가을과 겨울에는 음기(陰氣)를 보양하여 이듬해 봄과 여름에 만물이 생장(生長)할 근본으로 삼는다. 이렇게 사계절에 순응하고 생장하고 발육하는 정상적인 규율을 유지하면 노화를 늦출 수가 있다.

6. 약선 유형(藥膳類型)

우리가 먹는 음식은 거의 모두가 동식물에서 유래한다. 역대 동양의학 저서 중 궁중과 민간에 전래되는 서적들에서는 각종 유형의 약선 식품들을 기재하고 있다. 기원전 22세기에 벌써 술 담그는 법과 누룩을 알았고, 기원전 597년에는 누룩으로 위장병을 치료하였으며, 은나라 시대에는 명재상 이윤(伊尹)이 탕제(湯劑)를 처음 발명해 냈다는 기록이 있다. 『황제내경(黃帝內經)』을 보면 고대에도 약선 식품을 사용하였다는 것을 알 수 있다²⁸⁾

당대의 구단(咎段)이 저술한 식의심감(食醫心鑒)에 수록되어 있는 약선의 유형은 죽, 결죽하게 끓인 국[羹(羹)], 요리[채효(菜肴)], 술, 차로 마시는 처방[다방(茶方)], 탕(湯), 유제품으로 만든 식료방[유방(乳方)], 꼬배기[삭병(索餅)], 환(丸), 회(鱠), 즙(汁), 가루로 만드는 처방[산(散)] 등을 포괄하고 있다.

28) 송유진, 전계서, p.10

송대의 태평성혜방(太平聖惠方)과 성제총록(聖濟總錄)중의 약선방 유형은 더욱 다채로워졌다. 상술한 종류 외에 학방(臘1方), 필라방(繢羅方), 기자방(棋子方), 소전방(酥煎方), 제호방(醡醐方) 등이 추가되었다.

송나라의 양노봉친서(養老奉親書)의 식료처방은 만드는 방법의 특징에 따라 네 가지로 분류하였다.

죽, 쟁(羹), 학(臘), 혼돈(餛飩), 박탁(餽飪)과 같은 연식류(軟食類), 삭병(索餅)과 같은 경식류(硬食類), 탕(湯), 음(飲), 주(酒), 유(乳), 다(茶), 장(漿)과 같은 음료류; 회(膾), 엄(腌1), 육(燠), 적(炙), 전(煎)과 같은 채효류(菜肴類) 등이었다.

명대의 고렴(高濂)이 저술한 ‘준생팔전(遵生八箋)’에서는 약선 식품을 모두 10가지로 분류하였다.

찻물에 적합한 샘물 종류, 음식물을 끓인 후 나온 국 물류, 한번 끓인 물 종류, 과실과 밀가루 음식 종류, 포와 젓갈 종류, 재배하는 채소 종류, 빚은 술 종류, 맛이 단 음식 종류, 죽 종류, 먹기 좋게 가공한 약품류 등이었다.

명청시대에는 약선 식품의 분류가 더욱 세분화되었다.

예컨대 ‘본초강목(本草綱目)’에서는 밥도 신취반(新炊飯), 한식반(寒食飯), 사조반(祀竈1飯)으로 나누었고, 고(糕)도 ‘자(粢)’와 ‘이(餌)’로 나누었는데, 찹쌀가루만으로 혹은 기장 · 찹쌀 · 맵쌀가루를 섞어서 쪄낸 것을 ‘자(粢)’라 하고, 쌀가루에 콩가루 · 설탕 · 꿀을 섞어 쪄낸 것을 ‘이(餌)’라 한다. 상술한 바를 요약하면 약선은 다음 몇 가지 유형으로 분류할 수 있다.

①즙 : 신선하면서 풍부한 수분을 함유한 과실 · 줄기 · 잎 · 덩이뿌리를 뺏거나 압착하여 얻은 즙이다. 고대에 많이 쓰였던 생즙에는 열병으로 인한 변갈(燔渴)을 치료하던 수박즙 · 배즙 · 토마토즙, 혈열(血熱)으로 인한 출혈을 치료하던 생연잎즙, 근즙, 소화를 시켜서 담(痰)을 없애는 무즙 등이 있다.

②차 : 차를 함유하거나 혹은 차를 함유하지 않은 약료나 식료를 분해 · 가공하여 만든 가루이다. 차의 특징은 불로 달이지 않고 뜨거운 물을 봇거나 온수에 담가 우려내 먹는 것이다.

③탕액 : 약료나 식료를 달이거나 담가두어 그 액체를 취하는 것이다. 달이

고난 찌꺼기는 버린다. 가장 광범위한 방법의 하나이다.

④과립 : 약료나 식료 말린 것을 달인 후 그 찌꺼기를 걸러낸 액체나 혹은 신선한 재료의 생즙을 위하여 농축시킨 다음 설탕가루나 적합한 접합제를 넣어 건조한 것이다.

⑤약술 : 성분상 주(酒), 醥(醴; 감주), 豉(醪 탁주)로 나뉜다. 주제(酒劑는(白酒; 배갈)에 약재를 담가 만든 맑은 액체이다. 구기자주, 모과주 등이 있다.

⑥로(露) : ‘방향수(芳香水)’라고도 한다. 방향성 식물약료나 식료를 수증기로 증류해 얻어진 휘발성 유지의 수용액이다.

⑦밀고(蜜膏) : ‘고자(膏滋)’라고도 한다. 약재와 식품에 물을 넣고 달여 찌꺼기를 제거하고 농축시킨 후 설탕이나 꿀을 넣어 만든 유동상태의 고약이다.

⑧자보(滋補) : 윤조(潤燥)효능이 있어 만성병으로 허약해진 사람이 장기적으로 복용하기에 적합하다. 폐열(肺熱)로 인한 해수(咳嗽)를 치료하는 추리밀고(秋梨蜜膏)등이 쓰이고 있다.

⑨죽(粥) : 맵쌀, 좁쌀, 기장, 보리, 밀 등 전분성분이 많이 함유된 곡물을 끓여 만든 반 유동성 식품이다. 약선 죽은 상술한 재료를 기초로 일부 건강 보건 작용과 의료작용을 가진 식료나 약료 달인 것을 첨가해 만든다. 옛선인들은 나이 들고 체질이 약한 사람, 병후, 산후에는 모두 죽을 먹어야 한다고 하였다.

⑩호(湖) : 전분을 많이 함유하고 있는 식료품을 세말해서 볶거나 굽거나 찌거나 졸여서 건조한 분말이다. 덱스트린과 당류성분이 많아 더운물에 타면 금방 죽처럼 된다.

⑪갱(羹) : 육류, 알류, 유류(乳類), 해산물 등을 주원료로 해서 만드는 점도 가늘고 진한 탕 액이다. 약선 갱은 일반 갱에다 맛이 순한 약료 적당량을 첨가해서 만든다.

⑫밀전, 당지(蜜餞, 糖漬) : 과일 등 신선한 식료를 꿀이나 설탕에 넣어 절인 것이다. 보건의료작용을 가진 밀전(蜜餞)식품은 약용으로 쓰이는 과실 등을 선택하여 약료액 · 설탕 · 꿀과 함께 끓인 후 절여서 만든다.

⑬미면(米面)식품 : 쌀, 찹쌀, 밀가루 등을 기본 재료로 만들어진 밥과 각종 밀가루 음식이다. 형식에 따라 반(飯; 밥), 병(餅; 지짐이나 과자), 고(糕

떡) 등으로 나누고 제작방법에 따라 증식(蒸食; 찌는 음식), 자식(煮食; 삶는 음식), 락식(烙食; 지지거나 굽는 음식), 작식(炸食; 데치거나 튀기는 음식), 고식(烤食; 불에 굽는 음식)

⑭ 채효(菜肴) : 익히거나 혹은 날 것의 채소, 육류, 알류, 해산물, 유류(乳類)을 조리 가공하여 만든 요리이다.

7. 藥物과 食物의 性味와 禁忌

食物도 藥物과 마찬가지로 性과 味를 갖고 있으므로 藥膳治療를 행할 때에 食物의 性味를 파악하여 각각의 證에 맞는 食物을 선택하는 것이 중요하다.

또한 韓醫學에서는 예로부터 藥物과 食物을 배합하는데 있어서 서로 피해야하는 禁忌를 가지고 있으므로 藥膳配合을 할 때에 참조하여 施膳하는 것이 좋다.

8. 藥膳에 常用되는 食物과 藥物의 性質

식물과 藥物의 성질은 주로 四氣, 즉 寒熱溫涼이며 일반적으로 微寒을涼에 귀속시키며, 大溫은 热에 귀속시킨다. 성질이 溫和한 것은 平性으로 즉 飲食의 性은 溫熱, 平性, 寒涼의 3종류로 나눌 수 있다.

〈표 2〉 藥膳常用食物의 性²⁹⁾

	穀類	肉類	魚敗類	野菜類	果實類
溫 熱	기장, 도토리, 보리, 찹쌀, 들깨, 黃豆	개고기, 소고기, 닭고기, 거북이, 양고기, 참새고기,	미꾸라지, 복어, 붕어, 해삼, 홍합	무, 파, 마늘, 고추, 배추, 부추, 갓 쑥, 냉이, 도라지, 생강, 후추	귤, 모과, 밤, 복숭아, 사과, 살구, 석류, 오디 앵두, 잣

29) 전갈서(1994), 상계서, p.276-369

		메추리고기, 계란노른자, 羊乳			
寒 涼	귀리, 綠豆, 메밀, 밀, 수수, 율무 조, 참깨	돼지고기, 자라고 기, 굴, 오리고기, 꿩고기, 토끼고기, 거위고기, 계란, 우유	잉어, 가물치, 메기, 게, 새우, 우렁이, 김, 다시마, 미역	콩나물, 비름나물, 근대, 죽순, 동아, 오이, 쓴바귀, 가지, 깻잎, 고사리, 시금치, 상치, 더덕, 석이버섯, 아욱, 우엉	배, 수박, 감, 유자, 참외
平	고구마, 대두, 두부, 흰쌀, 옥수수, 검은콩, 완두콩, 칡뿌리, 토란, 팥, 검은깨	멧돼지고기, 계란, 오리알	가자미, 농어, 대구, 문어, 뱀장어, 상어, 송어, 송어, 조기, 청어, 은어, 오징어, 낙지, 문어, 굴, 전복	고비, 두릅, 목이, 벼섯, 송이버섯, 미나리, 표고버섯, 연근	꽃감, 대추, 산딸기, 자두, 포도, 호두, 은행

제 6 절 선행연구의 고찰

이영경, 배은아, 한명주(1997)는 우리의 식생활과 대장암이 밀접한 관련을 가진다는 점과 우리의 식생활이 생명유지를 위해 필요한 식품의 개념을 넘어서 건강을 유지하고 더 크게는 건강을 증진시킬 수 있도록 개선되고, 약리 효과를 기대하는 영역으로까지 점차 그 범위를 넓히고 있다는 점에 착안해 일반 식품 및 약선 요리들의 재료로 많이 사용되고 있는 한약재 20여종에 유발효소 억제효과를 조사하고자 하였다.³⁰⁾

구성자(2000)는 생활수준의 향상으로 건강에 대한 관심이 식품의 새로운 기능을 추구하는 시대적, 필연적인 추세가 되고 있음을 약선의 발전과정에서 알 수 있으며 “식품”은 사람이 살아가는데 필수적인 것이고, 질병을 치료하는 일은 “약”의 몫이라는 생각이 21세기에는 바뀌어야 한다고 하였다. 이에 우리나라의 건강과 관련된 음식문화에 대해 고찰하였으며 나아가 우리 선조들의 지혜가 담긴 식양 식료의 원칙을 계승 발전시켜 보다 나은 식문화의 재창조가 있어야 한다고 하였다.³¹⁾

이진만, 이상한, 김환묵(2000)은 한약재 내의 유효성분을 동정하고 특성을 연구개발하면 대체 식품 첨가물이나 의약품의 개발이 가능하여 전통식품의 과학화를 꾀할 수 있고, 나아가서 전통식품문화의 세계화에 크게 기여할 것이라고 하였다. 이에 최근 건강식품 또는 기능성 식품의 소재로 각광을 받고 있는 한약재를 이용한 약용기능성 식품의 생물활성, 이용현황 및 전망에 대해서 서술하였다.³²⁾

한은아, 한명주(2001)는 우리나라의 전통 조리소재인 약선 식품들에 대하여 유산균 증식효과와 사람의 장내 세균총이 생산하는 유해 효소저해효과를 측정하여 유산균 증식효과가 우수한 식품소재를 발굴하고자 하였다.³³⁾

안문생(2002)은 동양의학에서의 음식의 의미와 약선 식료학의 정의에 대한 이론적 연구와 기미론에 기초하여 고추와 마늘의 효능과 치료법에 대하여 고찰하였다.³⁴⁾

곽은정, 안준희, 이호근, 신민자, 이영순(2002) 등은 식생활의 서구화와 동서양 구분이 없는 퓨전요리 등이 점차 확산되면서 인기를 모으고 상황에서, 전

30) 이영경 · 배은아 · 한명주(1997). “약선 식품재의 대장암 유발효소 억제효과”, 한국조리학회지, p.13(2)

31) 구성자(2000). “한국약선 식문화”, 동아시아 식생활학회 p.10(6)

32) 이진만 · 이상한 · 김환묵(2000). “약용식품으로 한약재의 이용”, 한국식품영양학회지 p.5(1)

33) 이경영 · 배은아 · 한명주(2001). “약선식품소재의 유산균 증식효과”, 한국조리학회지 31(1).

34) 안문생(2002). “고추와 마늘에 대한 약선치료학적 고찰” 동아시아 식생활문화학회, p.12(5)

통적이며 널리 이용되는 약리 성분의 소재를 가지고 약선 소스의 개발을 시도 하였으며 이화학적 특성 및 관능적 특성을 알아보았다. 후속연구로 곽은정, 이영순(2002)은 약선 소스의 기호도를 높이기 위한 방법으로 식품 12종과 한약재 12종을 선정하고 이들에 에탄올 추출물을 첨가하여 약선 소스의 기호도 및 관능적 특성에 미치는 영향을 알아보고자 하였다.³⁵⁾

강명숙(2002)은 고령화 시대를 맞이하여 식생활에서 소외받고 있는 계층인 노인의 절병예방 및 직, 간접적인 건강유지 및 증진을 위한 약선요리 메뉴의 개발방안을 마련하고자 하였다. 약재에 대한 기본적인 거부감이 없는 노인들을 대상으로 한 실증분석을 통해 약선 메뉴개발과 대중화의 기능성을 보여주었다.³⁶⁾

강미애(2003)는 건강식에 대한 소비자들의 선호가 증가하는 시기에 조리사들이 건강에 좋은 음식과 고객들의 건강관계에 대한 책임을 갖고 음식을 요리하고 공급해야 한다는 필요성에 따라 서울소재 특급호텔의 조리사들을 대상으로 설문조사를 실시하여 건강식에 대한 인지정도를 조사하였다. 이 연구에서는 건강식에 대한 유사개념으로 자연식, 기능성식, 다이어트식, 한방식(약선)으로 구분하였으며, 한방식은 다른 건강식과 달리 모든 직책에서 보통 이상의 인지도를 나타냈다^{37).}

정희정(2003)은 우수한 기능성을 가지고 있는 전통발효된장이 지속적으로 세계인의 생명 지킴이로서 인정받기 위해서는 여러 가지의 위생적인 측면과 품질적인 측면에서 개선되어야 할 부분이 많이 존재하며, 이에 전통된장의 기호성을 절감시키지 않으면서 저장성 및 기능성을 증진시킬 목적으로, 국내산 한방 약재의 추출물을 전통된장의 염수로 사용하여 제조한 한방약재 된장의 식품학적 품질특성과 몇 가지 생리활성을 조사하였다. 그 결과 한방약재

35) 곽은정 · 안준희 · 이호근 · 신민자 · 이영순(2002). “대추와 오미자 약선소스의 이화학적 및 관능적 특성에 관한 연구”, 한국식품영양학회지, p.31(1)

36) 강명숙(2002). “노인 건강을 위한 약선 약선식의 메뉴개발방안에 관한 연구”, 경기대학교 석사학위논문.

37) 강미애(2003). “특급호텔 조리사들의 건강식에 대한 인지정도에 관한 연구”, 경기대학교 서비스경영전문대학원 석사학위논문.

를 첨가하여 제조한 된장은 색깔이 대조구와 유사하고, 기호도 생리활성 및 향균활성 등이 우수하여 기능성이 강화된 전통된장 개발가능성이 높은 것으로 판단된다고 하였다.³⁸⁾

차석빈, 박건태(2003)는 관광적 가치가 있는 특정지역의 향토음식에 21세기 음식문화의 화두로 떠오른 건강이라는 기능까지 불어넣은 “향토 약선음식”이라는 관광자원이 전무한 상태라는 것을 밝히고, 관광지로서의 발전가능성이 매우 높은 천안지역을 중심으로 대표적인 향토음식의 호도의 특별한 맛을 살리면서 호도가 가지고 있는 기능적 장점을 살린 “호도 약선 향토음식”의 메뉴 개발에 대해 연구하였다.³⁹⁾

박건태, 김도완(2003)은 국내 도입단계에 있는 약선에 대한 이해를 돋기 위해 중국약선의 이론적 배경과 정의, 약선의 응용방법 등을 중국 약선 관련 서적을 통해 살펴보는 것으로, 국내에서의 약선, 즉 한방요리의 기초자료를 제공하고자 하였다.⁴⁰⁾

나정기(2004)의 연구는 약이적 효능과 식이적 효능의 조합에서 발생하는 제3의 효능에 대한 과학적인 규명의 부재로 인하여 소위 약선요리 또는 한방 요리에 대한 대중화에 부정적인 영향을 미치고 있다는 점을 전제로 한약재가 가지고 있는 각 효능의 조합을 통해 효능별 약선 메뉴를 개발할 수 있는 새로운 메뉴개발 접근방법을 제시하고자 하였다.⁴¹⁾

한애리(2005)는 약선에 대한 한의학적 약선 배약으로 약선의 사인시선과 치법에 따른 약선, 약선의 포제, 약선에 상용되는 약물과 식물의 성질에 따라 요리를 개발하였다. 이 연구는 약선 요리의 한 단계 발전한 한의사의 연구로 중의학의 치선에 대한 연구를 제시하였다.⁴²⁾

38) 정희정(2003). “한방 약재를 이용한 전통 콩된장의 품질특성” 경상대학교 대학원 석사 학위 논문.

39) 차석빈 · 박건태(2003). □약선을 이용한 천안지역 향토음식개발 연구□, 관광. 레져연 구, 15(2): 9

40) 박건태 · 김도완(2003). “약선을 이용한 건강기능식 개발에 관한 연구” 한국조리학회지 9(4)

41) 나정기(2004). “메뉴개발의 새로운 접근방법에 관한 연구”, 외식경영연구 7(1):137-155.

42) 한애리(2005). “약선에 대한 한의학적 고찰”, 경희대학교 석사학위논문.

위의 선행연구들을 통한 시사점은 먼저 음식과 연계된 약선 관련 자료의 선행연구 부족으로 보다 깊이 있는 이론적 배경연구가 이루어지지 못하고 있다는 것이다. 또한 약선을 이용한 메뉴들의 전반적인 개발전략을 제시하는데 중점을 두었지만, 이러한 메뉴들이 약선 조리법이 어떻게 홍보되어야 하는지에 대한 구체적인 연구는 이루어지지 못했다.

III. 연구의 설계

제 1 절 조사 연구

1. 연구과제의 설정

1) 소비자들의 약선에 관한 식 행동 분석

조사된 표본의 약선에 관한 식 행동 특성 분석을 통해 약선 메뉴개발과 판매 전략의 기초자료로 활용 할 수 있다.

연구과제 1 : 조사된 표본을 토대로 약선 관련 식 행동 특성을 분석하고자 한다.

2) 약선 메뉴에 관한 관심도, 인식도, 기호도, 중요도

조사된 표본을 통해 약선에 관한 관심도, 인지도, 기호도, 중요도에 대해 알아봄으로써 약선 메뉴개발의 기초자료로 활용 할 수 있다.

연구과제 2 : 조사된 표본을 토대로 약선 메뉴에 대한 관심도, 인지도, 기호도, 중요도를 분석하고자 한다.

3) 약선 전문식당의 메뉴품질속성에 대한 중요도와 실행도 차이분석

약선 전문식당을 이용하는 고객들이 약선 메뉴품질에 대해 중요하다고 판단하는 기대와 그 실행도의 차이분석을 통해 유지관리 및 집중해야 할 영역의 속성을 파악하고 이들의 속성에 대한 개선을 통해 약선 전문식당의 메뉴품질을 향상 시킬 수 있는 방안을 찾아보고자 한다.

연구과제 3 : 약선 전문식당 메뉴 품질 속성에 대한 중요도와 실행도의 차이분석을 통해 IPA 그래프를 작성하고자 한다.

4) 약선 식재료를 이용한 약선 메뉴개발

한약재를 이용한 메뉴 8가지를 개발하여 약선 전문식당 소비자의 이용확대를 도모하고자 한다.

연구과제 4 : 한약재를 이용한 약선 메뉴 8가지를 개발하여 구체적인 조리법과 사진을 제시하고자 한다.

5) 약선 개발메뉴에 대한 관능검사

한약재를 활용하여 개발한 약선 메뉴에 대해 훈련된 패널을 이용하여 관능검사를 실시하여 가장 맛있고 권장할 만한 대표적인 약선 메뉴를 선정하여 보급하고자 한다.

연구과제 5 : 약선 개발메뉴에 대해 관능검사를 실시하고자 한다.

2. 설문지의 설계

1) 설문문항의 추출

조사에 사용된 설문지는 선행연구자의 연구를 바탕으로 본 연구에 적용 할 수 있는 문항을 선별함과 동시에 대구, 경북지역의 조리사 및 한의사, 약선 조리 전문 교수들의 3차에 걸친 토론을 통해 도출된 항목으로 본 연구에 맞도록 구성하였다. 조사내용은 조사자의 인구통계학적인 특성과 식생활에 대한 관심도와 약선 식행동의 인지도, 약선 메뉴의 기호도, 만족도, 약선 메뉴의 중요도 등으로 구성되었다.

2) 설문지의 구성

본 연구에서 사용되는 설문지는 크게 7개 부분으로 구성하였다.

첫째, 조사대상자의 일반적인 인구통계학적 특징을 연령, 학력, 결혼여부, 직업, 평균소득, 신장과 체중 등 7 문항으로 묶어서 구성하였다.

둘째, 약선에 관한 식 행동 실태는 약선 메뉴의 인식, 효능, 약선 식당의 정

보, 식당의 선택기준, 약선식당 이용시 동행자, 이용횟수, 소비자의 생활 관심사, 재방문의사, 약선식당 이용 시간, 약선식당 이용 사유, 약선 메뉴 중 선호 음식, 약선식당 이용시 지출한 메뉴가격, 고객의 건강상태, 고객의 흡연상태 등의 16 항목을 선정하여 설문문항으로 구성하였다.

셋째, 약선 식당 이용 고객의 식생활에 대한 관심도는 규칙적인 식생활, 인스탄트식품 섭취, 편식을 하지 않으려는 노력, 자극적인 식품 섭취를 줄이려는 노력, 소금섭취, 당분섭취, 조미료 섭취 줄이려는 노력 등의 7항목을 선정하여 설문문항으로 구성하였다.

넷째, 약선식에 대한 인식도는 □약선식에 관심이 많다□□약선 식재료에 대해 신뢰한다□□약선식이 질병 예방에 효과가 있다□□약선요리의 유익을 적극 홍보한다□□체질에 따라 조리법이 달라야 한다□□건강을 위해 약선 음식을 자주 먹을 용의가 있다□□약선 메뉴가 질병을 고칠 수 있다고 생각한다□□약선 메뉴는 장수에 도움이 된다고 생각한다□□약선 메뉴는 심신을 편안하게 한다고 생각한다□□약선 메뉴는 가장 좋은 건강식이라고 생각한다□□체력을 증진시킨다고 생각 한다□□약선식은 맛이 좋다고 생각한다□□약선메뉴는 영양가 많다고 생각 한다□□약선 메뉴는 세계화가 가능하다고 생각한다□□약선 메뉴는 다양화시켜야 한다고 생각한다□□약선은 성인병 예방에 좋다고 생각한다□□약선 전문점이 지금보다 많아야 한다고 생각한다□□약선 메뉴 가격이 지금보다 저렴해야 한다고 생각한다□□약선식당은 쉽게 먹을 수 있는 위치에 있어야 한다고 생각한다□□약선식당에 대한 건강효능 정보가 필요하다고 생각한다□등의 20문항에 대해 ‘전혀 그렇지 않다□1점에서 □매우 그렇다□5점까지의 5점 리커트 척도로 구성하였다.

다섯째, 약선식 메뉴에 대한 인지도로 한방삼계탕, 유황오리, 영양밥, 한방차, 한방흑염소육회, 약초쌈밥, 해삼새우탕, 임자수탕, 약콩아육국, 오골계잔대탕, 고등어약초찜, 무해물밥, 복령수제비, 표고버섯만두, 죽엽콩국수 등 15문항에 대해 □전혀 모른다□1점에서 □많이 알고 있다□5점의 5점 척도로 구성하였고, 기호도는 위 15가지 약선요리에 대해 □매우 좋아 한다□5점에서 □매우 싫어 한다□1점의 5점 리커드 척도로 평가하도록 요구하였다.

여섯째, 고객들의 약선 전문식당 이용전후의 메뉴품질속성에 대한 중요도와 만족도의 차이를 파악하기위하여 식재료의 건강효능성, 청결성, 질병예방치료 등 정보, 음식의 맛, 음식의 영양가, 음식의 가격, 음식의 신선도, 음식의 양, 음식의 색, 음식의 향, 메뉴의 다양성, 메뉴의 구성, 메뉴의 질, 종사원들의 약선 건강기능지식, 조리기물의 청결성, 식사 중 편안한 느낌 등의 16 문항에 대해 ‘전혀 아니다□1점에서 □매우 그렇다□5점까지 5점 리커드 척도로 구성하였다.

3. 조사 설계

1) 표본의 추출

본 연구의 표본 추출을 위해 모집단은 대구, 경북지역 약선 전문식당을 이용하는 고객으로 하였다. 추출된 표본에서 나온 통계치가 모집단에 존재하고 있는 모수치에 근접하는 대표성을 확보하기 위해 단순무작위 추출법에 의하여 실시하였고, 설문조사방법을 통해 작성자의 직접 기입법을 이용하여 조사하였다.

2) 자료수집

연구수행을 위한 1차 자료(primary data)의 수집은 예비조사와 본 조사로 나누어 실시하였다. 먼저 예비조사는 연구수행 중 필요에 따라 시행하며, 비표준화된 면접(unstandardized interview)을 이용한 약선 전문식당 이용객의 인터뷰와 관리자의 인터뷰를 통해 수행하였다. 수집된 자료는 설문지 작성의 참고 자료로 활용하였다.

예비조사를 통해 도출된 요인과 결과를 바탕으로 설문지를 재조정 하였다. 표본 추출방법은 비확률 표본추출방법(non-sampling error method)의 하나인 편의적 표본추출방법(convenience sampling method)을 실시하였으며 조사대상을 선정 후 2007년 3월 24일부터 4월 24일까지 30일간 총 300부의 설문지를

배포하여 280부를 회수한 후 불성실하게 답한 것을 제외한 272부를 분석 자료로 활용하였다.

<표 3> 표본의 개요

조사대상	약선 전문식당 이용 고객
조사범위	대구, 경북지역
조사기간	2007년 3월 24일 - 2007년 4월 24일
자료수집	설문지 배포 수 : 300매 회수된 표본 수 : 280매 분석사용 : 272매

3) 분석 방법

본 연구는 변수의 신뢰성과 타당성 검증을 수행함에 앞서 바람직한 연구결과를 도출하기 위해 변수의 수, 분석의 성격, 척도의 종류 등 표본의 전반적인 성격을 고려하여 이에 부합되는 통계분석을 사용하였다.

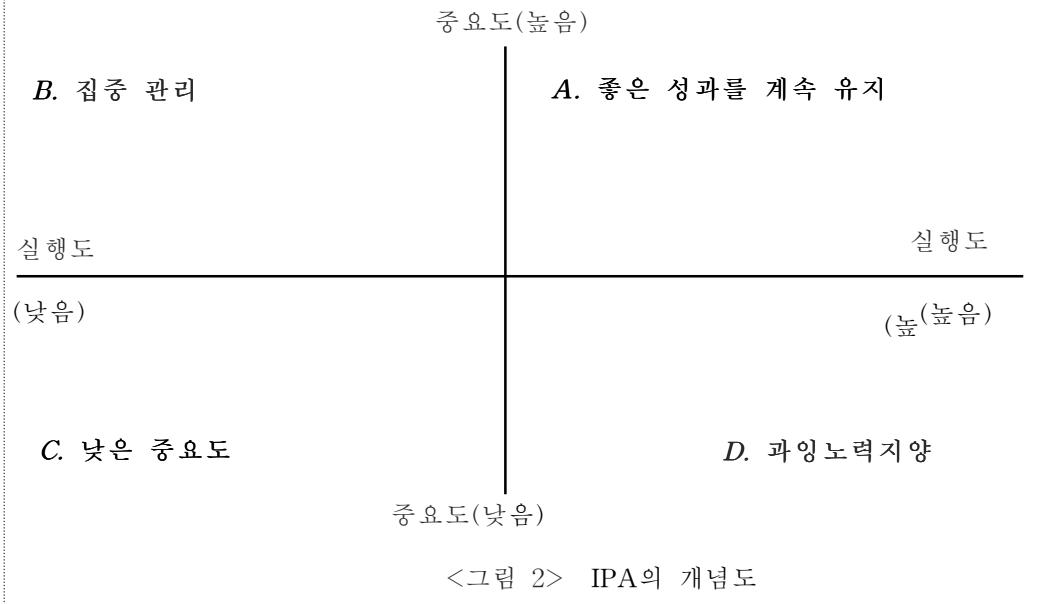
첫째, 표본의 인구통계학적 특성과 이용 행태적 특성을 알아보기 위하여 빈도분석을 실시하였다.

둘째, 약선 전문식당 이용고객의 식생활에 대한 관심도, 약선에 대한 인식도, 기호도 등에 대해 차이 분석(t-test, ANOVA)을 실시하였다.

셋째, 약선 전문식당 이용 고객들의 약선 전문식당 이용전후의 메뉴품질속성에 대한 중요도와 만족도의 차이를 파악하기 위하여 대응표본 t-test를 실시한 후 연구결과를 그래프로 작성하기 위해 IPA를 실시하였다.

IPA(Importance-Performance Analysis)는 메뉴품질의 여러 속성들의 상대적인 중요도와 실행도를 보여주는 과정이다. 이 분석은 2차원 격자에 약선 메뉴관리자가 어디에 자원과 프로그램을 집중해야 되는지를 밝혀 준다. IPA격자는 <그림 2>와 같이 4사분면으로 각 변수의 중요도와 실행도를 이용하여 점을 찍고 격자로서 4개면으로 나타내어 보여주는 방법이다. 그러므로 각 면은 다음과 같은 의미를 갖는다.

- A. 기존의 좋은 성과를 계속 유지 : 메뉴에 대한 고객의 만족
- B. 집중 관리 : 고객은 높은 중요도를 두지만, 기업은 중요하게 여기지 않아 우선적으로 중점관리 해야 할 영역
- C. 낮은 중요성 : 기업도 낮은 중요도를 두고, 고객도 중요하게 여기지 않음
- D. 과잉노력지양 : 고객에게 중요도가 낮음에도 기업의 실행도가 높아 기업의 자원배분에 재조정이 필요함



제 2 절 실험 설계

1. 실험재료

실험재료는 약선 전문식당에서 판매되고 있는 한약재와 친환경 농산물을 시료로 사용하였다. 사용한 시료는 경상남도 산청군 지리산 자락에서 재배된 양질의 재료로 약선에 대한 인식과 소비자의 이용형태를 감안하여 선별하여 조리용으로 사용하였다.

2. 약선 메뉴 개발 및 조리법

약선 조리는 일정한 약재와 식료를 약선 조리법, 포제를 거친 후에 일정한 음식 만드는 규범에 맞추어 조리하여 약용효과를 가지면서 맛이 좋은 식품을 완성하는 전 과정이다.

약선의 조리는 음식이 마땅히 갖추어야 하는 색, 향, 맛, 형태 외에 약선 중의 약물의 유효 성분과 식물 중의 영양 성분을 특별히 주의해서 본준하고 발휘해야 병을 치료하고 몸을 건강하게 유지 시키는 효능이 있게 되고, □食物은 藥의 효능을 빌리고, 藥은 식물의 위력을 돋는다□는 효과를 거둘 수 있다. 만약 조리하는 과정 중에 처리 방법이 부당하면 약물과 식물이 원래가진 효용을 약하게 하거나 심지어 상실 할 수 있다. 따라서 약선 조리 방법은 일반 음식의 조리방법과는 구별을 두어야 한다.⁴³⁾

약식동원의 이론에 근거하면 약물과 식물은 모두 한(寒), 열(熱), 온(溫), 량(涼)의 四氣와 산(酸), 신(辛), 감(甘), 고(苦), 함(鹹)의 五味를 가지고 있다. 약선의 조리방법을 연구 할 때 반드시 □四氣□는 약물의 변증시선의 근거가 되고, □五味□또한 인체의 장부기능에 대한 특유의 功力を 갖는 것임을 고려해야 한다. 功效를 고려한다는 전제 하에 藥膳은 색(色), 형태의 미관과 미각의 입에 맞음을 겸하여 고려해야 한다.

따라서 약선 조리사는 한의학이나 한약의 이론지식을 갖추고 있을 뿐만 아니라 조리기술에 관한 지식도 가지고 있어야 한다.⁴⁴⁾

약선의 조리법은 약선의 조리방법의 특징에 따라 결정되는 것이다. 앞에서 설명하였듯이, 약선의 형식은 湯이 위주가 되고, 口味 상에 식물과 식물의 본래 신선한 맛을 보존하게 된다. 이 때문에 조리방법은 주로 돈(炖), 민(燜), 외(煨), 증(蒸), 자(煮), 폭(爆), 초(炒), 소(燒), 작(炸), 칡(貼), 류(溜), 죽(粥) 음료의 등의 12종 유형이 있다.

43) 전갈서(1994). □實用抗衰老藥膳學□, p.66

44) 전갈서(1991). □중의약선학□, p.77

3. 관능검사

한약재를 이용한 개발 메뉴의 관능검사는 2007년 5월 2일 - 5월 15일까지 실시되었다. 약선학과 교수, 약선 전문가, 외식·조리 전공 교수 및 연구원으로 구성된 20명의 관능검사원에 의해 약선 개발 메뉴의 형태, 향, 맛, 질감, 종합적인 평가를 ‘매우 나쁘다’의 1점에서 ‘매우 좋다’의 7점까지의 7점 리커드 척도를 이용하여 측정하였다. 관능검사의 결과는 SPSS/Win 13,0 program을 이용하여 각 항목에 대해 기술 통계 분석을 실시하였다. 본 연구의 실험은 약선 전문식당에서 약선학과 교수, 약선 전문가와 외식·조리전공 교수 및 연구원 등 20명을 대상으로 한약재를 활용해 개발한 약선메뉴 8가지를 3차례 결쳐 관능검사⁴⁵⁾을 2007년 5월 2일부터 5월 15일까지 실시하였다.

관능평가는 시각 및 후각을 이용하여 형태, 향, 맛, 질감 등에 대하여 관찰하는 방법을 사용하였다. 관능 평가를 위한 패널은 정상적인 감각을 지니고 음식 분별력과 능력을 갖춘 사람을 대상으로 하였다.

자료의 분석은 SPSS/PC 13,0 WIN program을 이용하여 빈도, 백분율, 평균을 구하였고 각 변수에 따른 유의성검증은 One-Way ANOVA, Duncan's multiple range test를 이용하였다.

45) 관능검사 : 미국 Institute of Food Technologists(IFT)의 관능검사 분과위원회에서는 □ 식품과 물질의 특성이 시각, 후각, 미각, 촉각 및 청각으로 감지되는 반응을 측정, 분석 및 해석하는 관학의 한 분야 □로 정의하고 있다.

IV. 연구결과 분석 및 고찰

제 1 절. 조사 연구

1. 조사대상자의 일반적 사항과 식행동

1) 조사대상자의 일반적 사항

조사대상자의 일반적인 사항은 <표 4>와 같다.

성별은 여자가 156명(57.8%), 남자가 114명(42.2%)이였고, 연령은 20세미만이 12명(4.4%), 20~29세가 84명(30.9%), 30~39세가 47명(17.3%), 40~49세가 85명(31.3%), 50세 이상이 44명(16.2%)의 순이었다. 학력은 대학교 재학생이 100명(37.2%)으로 가장 많았으며, 고졸미만이 77명(28.6%), 전문대졸 56명(20.8%), 대학원 졸업 36명(13.4%) 이었다. 결혼 상태는 미혼이 102명(37.6%)이었고 기혼은 168명(62.0%), 기타는 1명(0.4%) 이었다. 종사하는 직업은 공무원이 47명(17.3%), 전문직 종사자가 63명(23.2%), 서비스직은 47명(17.3%), 가정주부는 20명(7.4%), 학생은 80명(29.5%), 기타는 14명(5.2%) 이었다.

월 평균소득은 100만원 미만이 117명(45.9%), 101~200만원 미만은 41명(16.1%), 201~300만원 미만은 51명(20.0 %), 301~400만원 미만은 23명(9.0%), 400만원 이상은 23명(9.0%) 이었다. 신장은 남자 114명의 평균은 172.5cm 이고, 몸무게의 평균은 70.7kg 이었다. 여자의 경우 평균 신장은 160cm 이고, 몸무게는 56.4kg 이었다.

〈 표 4 〉 조사대상자의 일반적인 사항

변인	구분	N	(%)
성별	남	114	42.2
	여	156	57.8
연령	20세 미만	12	4.4
	20~29세	84	30.9
	30~39세	47	17.3
	40~49세	85	31.3
	50세 이상	44	16.2
학력	고등학교 이하	77	28.6
	전문 대졸	56	20.8
	대학 재학 중	100	37.2
	대학원 졸업	36	13.4
결혼 상태	미혼	102	37.6
	기혼	168	62.0
	기타	1	0.4
월수입	100미만	117	45.9
	101~200만 원	41	16.1
	201~300만 원	51	20.0
	301~400만 원	23	9.0
	400만 원 이상	23	9.0
직업	공무원	47	17.3
	전문직	63	23.2
	서비스직	47	17.3
	주부	20	7.4
	학생	80	29.5
	기타	14	5.2
신장과 체중	남자	114	172.5cm
	여자	153	160cm
	남자	113	70.7kg
	여자	153	56.4kg
계		272	(100.0)

2. 일반 소비자들의 약선 관련 식행동

조사 대상자들의 일반적인 약선 관련 식행동 특성을 살펴보면 <표 5>에서 보는 바와 같다. 약선 음식에 대한 인지는 ‘보통으로 안다’가 115명(42.3%)으로 가장 많았고, ‘알고 있다’가 65명(23.9%), ‘모른다’가 52명(19.1%), ‘전혀 모른다’가 28명(10.3%), ‘많이 알고 있다’는 12명(4.4%) 등의 순으로 나타났다.

약선 음식의 건강 유익성은 ‘좋다’가 142명(52.6%)으로 가장 많았고 ‘보통이다’가 76명(28.1%), ‘매우 좋다’가 42명(15.6%)이고 ‘매우 좋지 않다’가 6명(2.2%), ‘좋지 않다’는 4명(1.5%) 등의 순으로 나타났다.

약선 식당에 대한 정보는 매스컴(TV, 신문)이 124명(45.8%)으로 가장 많이 활용하였고, ‘주위의 권유’는 52명(19.2%)이고 ‘전단지’는 28명(10.3%), ‘인터넷 이용’은 22명(8.1%) 순으로 나타났다.

약선 식당 선택기준은 ‘건강’이 98명(36.3%)으로 가장 많았고, ‘음식의 맛’은 85명(31.5%)이고 ‘약선 메뉴’가 58명(21.5%), ‘메뉴가격’은 16명(5.9%)이고 ‘분위기’는 13명(4.8%)으로 가장 낮게 나타났다.

약선 식당 이용시 동행자는 ‘배우자’가 78명(28.9%)으로 가장 높았고, 친구는 70명(25.9%)이고 ‘부모’는 64명(23.7%), ‘직장동료’는 47명(17.4%), ‘자녀’는 11명(4.1%)로 가장 낮게 나타났다.

건강식 전문식당 월 이용 횟수는 ‘거의 안 한다’가 99명(36.4%)이고 ‘월 1회’는 87명(32.0%), 월 2~3회가 62명(22.8%), 월 5회 이상은 15명(5.5%)이고 ‘거의 이용 한다’는 9명(3.3%)으로 나타났다.

일상생활에 중요한 관심사는 ‘건강과 질병’이 104명(38.5%)으로 가장 많았고 ‘가정/가족’은 49명(18.1%)이고 ‘학문/공부/지식’은 34명(12.6%), 직장은 29명(10.7%), 재산증식은 16명(5.9%), 이성교재가 13명(4.8%)이고 노후문제는 12명(4.4%)이고 취미생활은 5명(1.9%), 우정/친구나 패션/미용은 4명(1.5%) 순으로 가장 관심이 적은 것으로 나타났다.

약선 전문식당 채방문 의사는 ‘그렇다’가 128명(47.8%)으로 가장 높았고 ‘보통’이 90명(33.6%)이고 ‘매우 그렇다’가 26명(9.7%), ‘그렇지 않다’가 17명

(6.3%), ‘매우 그렇지 않다’가 7명(2.6%)순으로 나타났다.

약선식당 이용 시간은 저녁이 166명(62.4%)으로 가장 많았고, 점심이 91명(34.2%), 아침이 9명(3.4%)순으로 저녁 식사 시간을 가장 많이 이용하는 것으로 나타났다.

약선 전문식당을 이용하는 이유는 ‘건강상 이유로’가 91명(33.7%)으로 가장 많았고 ‘미식을 찾아서’가 61명(22.6%)이고 ‘개인적 만남’이 48명(17.8%), 가족행사가 47명(17.4%), 기타가 14명(5.2%), ‘사업상 접대’가 9명(3.3%)으로 가장 낮게 나타났다.

약선 메뉴 중 가장 선호하는 음식은 ‘찜류’가 62명(23%)으로 가장 많았고, ‘나물류’가 59명(21.9%), 국/찌개류가 46명(17.0%), ‘밥류’가 35명(13.0%), ‘죽류’는 27명(10.0%)이고, ‘조림류’는 24명(8.9%), 기타는 10명(3.7%), ‘튀김류’는 5명(1.9%), ‘음청류’는 2명(0.7%) 순으로 나타났다.

월간 약선 메뉴 이용횟수는 1회미만이 126명(46.7%)으로 가장 많았고 1-2회가 95명(35.2%), 3-4회가 39명(14.4%), 5-6회가 6명(2.2%), 7-8회가 2명(0.7%)이고 9회 이상은 이용고객은 2명(0.7%)순으로 나타났다.

음주횟수는 1주에 1-2회가 126명(46.7%)으로 가장 높았고 ‘전혀 마시지 않는다’는 108명(40.8%)이고 1주에 3-4회는 24명(8.9%), 1주에 5회 이상은 12명(4.4%)으로 가장 낮게 나타났다.

한방메뉴 이용 고객의 지출비용은 ‘2만원대’가 99명(37.2%)으로 가장 많았고 ‘1만원대’는 95명(35.7%), ‘1만원 미만’은 38명(14.3%), ‘3-4만원대’가 8명(3.0%)으로 나타났다. 그르므로 약선 전문식당의 메뉴가격은 1-2만원이 적정한 것으로 나타났다.

〈표 5〉 조사대상자의 약선관련 식행동 특성

변수명	항목	N	%
약선요리 전문식당 재방문 의사	매우 그렇다	26	9.7
	그렇다	128	47.8
	보통	90	33.6
	그렇지 않다	17	6.3
	매우 그렇지 않다	7	2.6
계		272	(100.0)
약선식당 이용시간	아침	9	3.4
	점심	91	34.2
	저녁	166	62.4
계		272	(100.0)
약선식당을 이용하는 이유	개인적만남	48	17.8
	가족행사	47	17.4
	사업상접대	9	3.3
	건강상이유로	91	33.7
	미식을 찾아서	61	22.6
	기타()	14	5.2
계		272	(100.0)
약선메뉴 중 선호하는 음식의 종류는	죽류	27	10.0
	밥류	35	13.0
	국/찌개류	46	17.0
	찜류	62	23.0
	조림류	24	8.9
	나물류	59	21.9
	튀김류	5	1.9
	음료류	2	0.7
계		272	(100.0)
약선메뉴 이용횟수	1회미만	126	46.7
	1~2회정도	95	35.2
	3~4회정도	39	14.4
	5~6회정도	6	2.2
	7~8회정도	2	0.7
	9회이상	2	0.7
계		272	(100.0)
음주이용 횟수	1주에 5회이상	12	4.4
	1주에 3~4회	24	8.9
	1주에 1~2회	126	46.7
	전혀 마시지 않는다	108	40.0
계		272	(100.0)
한방메뉴 이용 시 지출비용	1만원미만	38	14.3
	1만원대	95	35.7
	2만원대	99	37.2
	3만원대	26	9.8
	4만원이상	8	3.0
계		272	(100.0)

변수명	항목	N	%
약선에 대한 인지	전혀 모른다	28	10.3
	모른다	52	19.1
	보통	115	42.3
	알고 있다	65	23.9
	많이 알고 있다	12	4.4
계		272	(100.0)
약선음식의 건강 유익성	매우 좋지 않다	6	2.2
	좋지 않다	4	1.5
	보통이다	76	28.1
	좋다	142	52.6
	매우 좋다	42	15.6
계		272	(100.0)
약선식당에 대한 정보	전단지(홍보물)	28	10.3
	매스컴(TV, 신문)	124	45.8
	인터넷	22	8.1
	주위 권유	52	19.2
	기타	45	16.6
계		272	(100.0)
약선식당 선택 기준	건강	98	36.3
	음식의 맛	85	31.5
	분위기	13	4.8
	가격	16	5.9
	약선식 메뉴	58	21.5
계		272	(100.0)
약선식당 이용시 동행하는 사람	부모	64	23.7
	친구	70	25.9
	배우자	78	28.9
	자녀	11	4.1
	직장 동료	47	17.4
계		272	(100.00)
건강식 전문식당 월 이용 회수	거의 안 한다	99	36.4
	월 1회	87	32.0
	월 2~3회	62	22.8
	월 5회 이상	15	5.5
	거의 이용 한다	9	3.3
계		272	(100.0)
일상 생활에 중요한 관심사	건강과 질병	104	38.5
	가정/가족	49	18.1
	학문/공부/지식	34	12.6
	우정/친구	4	1.5
	직장	29	10.7
	취미 생활	5	1.9
	이성 교제	13	4.8
	재산 증식	16	5.9
	노후 문제	12	4.4
	패션/미용	4	1.5
계		272	(100.0)

3. 성별에 따른 건강한 식생활에 대한 관심도

조사 대상자들의 건강한 식생활에 대한 관심도는 〈표 6〉과 같이 ‘당분 섭취를 줄이려는 노력’과 ‘자극적인 식품섭취를 줄이려는 노력’이 2.46점으로 가장 높은 관심도를 나타냈고, 그 다음은 ‘소금 섭취를 줄이려는 노력’(2.44점), ‘규칙적인 식생활을 하려는 노력’(2.36점) 등의 순으로 나타났다. 반면에 ‘편식을 자제하는 노력’과 ‘조미료 섭취를 줄이려는 노력’은 2.06점으로 가장 낮은 관심도를 보였다. 성별에 따라서는 ‘인스턴트 식품섭취를 줄이려는 노력’($p<0.001$)과 ‘소금 섭취를 줄이려는 노력’($p<0.05$), ‘당분 섭취를 줄이려는 노력’($p<0.01$), 또한 ‘조미료 섭취를 줄이려는 노력’은 유의한 차이를 보였는데 남자가 여자보다 이들 항목에 대해 높은 관심도를 보였다.

〈표 6〉 성별에 따른 건강관련 식생활에 대한 관심도

항 목	성 별		합 계	T-value (p값)
	남(n=114)	여(n=156)		
규칙적인 식생활을 하려는 노력	2.39±0.93	2.35±0.90	2.36±0.91	0.356 (0.722)
인스턴트식품 섭취를 줄이려는 노력	2.53±1.02	2.09±1.00	2.27±1.03	3.492 (0.001)
편식을 하지 않으려는 노력	2.09±0.94	2.06±0.92	2.07±0.93	0.202 (0.840)
자극적인 식품섭취를 줄이려는 노력	2.59±0.89	2.38±0.93	2.46±0.92	1.801 (0.073)
소금 섭취를 줄이려는 노력	2.63±1.00	2.33±0.96	2.44±0.99	2.520 (0.012)
당분 섭취를 줄이려는 노력	2.68±1.06	2.32±0.96	2.46±1.02	2.823 (0.005)
조미료 섭취를 줄이려는 노력	2.30±0.97	1.90±0.94	2.06±0.97	3.354 (0.001)

4. 연령에 따른 약선 식에 대한 인식도

약선 식에 대한 인식을 조사한 결과는 아래 〈표 7〉과 같다.

약선식에 대한 인식을 조사한 결과는 <표 7>에서 보는 바와 같이, ‘약선 요리는 사람의 체질에 따라 조리법이 달라야 한다’ 그리고 ‘건강식이라고 생각한다’는 인식이 20대에서부터 50이상의 연령에서 높게 나타났다. 약선식이 질병 예방, 체질에 따른 조리법, 약선 메뉴의 다양성, 약선에 대한 효능 홍보 등은 20대미만의 소비층에서 높은 인식을 보였다. 그리고 ‘약선 메뉴가 심신을 편하게 한다’와 ‘성인병 예방에 좋다고 생각 한다’ 등이 50대 이상 소비자들이 높은 인식을 가지고 있는 것으로 나타났다. 20대부터 50이상의 소비자들이 ‘약선 메뉴의 다양화’와 ‘쉽게 먹을 수 있는 위치에 있어야 한다.’는 항목에 높은 인지를 나타내는 것은 약선이 건강식으로 널리 인식되어가고 있음을 나타내주는 통계 결과로 해석되어진다.

< 표 7 > 연령에 따른 약선식에 대한 인식도

항 목	20세미만	20~29	30~39	40~49	50세이상	합계	F 값 (p 값)
나는 약선식에 대해 관심이 많다.	2.92±1.08	3.21±0.89	3.17±1.27	3.72±1.07	3.72±1.02	3.43±1.08	4.915 (0.001)
나는 약선 식재료(한약재)에 대해 신뢰한다.	3.42±0.67	3.51±0.87	3.17±1.19	3.76±0.93	3.45±1.07	3.520±1.00	2.925 (0.022)
나는 약선식이 질병 예방에 효과가 있다고 생각한다.	4.00±0.74	3.77±0.87	3.51±1.16	3.94±0.84	3.77±0.86	3.79±0.92	1.866 (0.117)
나는 주변에 약선요리의 유익을 적극 홍보한다.	2.25±1.06	2.76±1.01	3.14±1.29	3.60±0.90	3.28±1.10	3.15±1.11	9.211 (0.000)
약선요리는 사람의 체질에 따라 조리법이 달라야 한다고 생각한다.	4.17±1.20	4.15±0.91	4.13±0.90	4.08±0.86	3.98±0.98	4.10±0.91	305 (0.874)
건강을 위해 약선 음식을 자주 먹을 용의가 있다.	3.08±1.08	3.68±0.90	3.72±1.19	3.94±0.75	3.86±0.90	3.77±0.94	2.703 (0.031)
나는 약선식이 질병을 고칠 수 있다고 생각한다.	3.41±1.00	3.53±0.99	3.66±1.18	3.88±0.77	3.55±1.09	3.66±0.99	1736 (0.142)
약선메뉴는 장수에 도움이 된다고 생각한다.	3.33±1.15	3.73±0.83	3.85±1.12	3.94±0.75	3.80±0.98	3.80±0.91	1496 (0.204)
약선메뉴는 심신을 편안하게 한다고 생각한다.	2.83±0.39	3.62±0.85	3.89±1.01	3.87±0.78	3.82±0.90	3.74±0.88	4.788 (0.001)

항 목	20세 미만	20~29	30~39	40~49	50세 이상	합계	F 값 (p 값)
약선 메뉴는 가장 좋은 건강식이라고 생각한다.	3.25±0.97	3.65±0.80	3.72±1.23	3.81±0.85	3.86±1.05	3.73±0.95	1.274 (0.281)
약선 메뉴는 체력을 증진시킨다고 생각한다.	3.25±0.87	3.68±0.78	3.78±1.05	3.87±0.80	3.59±0.76	3.72±0.84	2.007 (0.094)
약선 메뉴는 맛이 좋다고 생각한다.	2.75±0.75	3.29±0.74	3.77±0.87	3.54±0.88	3.43±0.73	3.45±0.83	5.210 (0.000)
약선 메뉴는 영양가가 많다고 생각한다.	4.08±0.67	4.00±0.62	3.70±0.98	3.85±0.75	3.55±0.95	3.83±0.80	3.025 (0.018)
약선 메뉴는 세계화가 가능하다고 생각한다.	3.67±0.65	3.87±0.93	3.80±0.95	3.88±0.79	3.70±0.95	3.83±0.88	444 (0.777)
약선 메뉴는 다양화시켜야 한다고 생각한다.	4.33±0.49	4.05±0.82	3.89±0.94	4.11±0.76	3.75±0.87	4.00±0.83	2.213 (0.068)
약선 메뉴는 특히 성인병 예방에 좋다고 생각한다.	3.50±0.67	3.88±0.79	4.06±0.99	4.05±0.76	3.95±0.89	3.96±0.83	1.537 (0.192)
약선식 전문점이 지금보다 많아야 한다고 생각한다.	3.81±0.60	3.96±0.83	3.89±0.97	4.01±0.73	4.00±0.95	3.97±0.83	257 (0.905)
약선 메뉴는 가격이 지금보다 저렴해야 한다고 생각한다.	4.33±0.65	4.16±0.80	3.72±0.90	3.99±0.79	4.07±0.95	4.03±0.85	2.598 (0.037)
약선식당은 쉽게 먹을 수 있는 위치에 있어야 한다고 생각한다.	3.91±1.00	4.21±0.88	4.00±0.96	3.96±0.90	4.09±1.01	4.07±0.93	962 (0.429)
약선 메뉴에 대한 건강효능 정보가 필요하다고 생각한다.	4.50±0.52	4.23±0.89	4.07±0.90	4.16±0.70	4.23±0.96	4.20±0.84	774 (0.543)

5. 성별에 따른 약선 음식에 대한 기호도

성별에 따른 약선 음식에 대한 기호도는 <표 8>에서 보는 바와 같이 한방 삼계탕($p<0.001$), 유황오리($p<0.05$), 약콩아육국($p<0.01$), 복령수제비($p<0.05$), 죽엽콩국수($p<0.05$) 등이 성별간의 유의한 차이를 보이는 것으로 나타났고 남자는 여자 보다 약콩아육국(남 2.96, 여 2.65, $p<0.01$), 복령수제비(남 2.62, 여 2.38, $p<0.05$), 죽엽콩국수(남 2.70, 여 2.40, $p<0.05$) 등을 더 좋아하는 반면에 여자는 남자보다 한방삼계탕(남 2.03, 여 2.39, $p<0.001$), 유황오리(남 2.22, 여 2.52, $p<0.05$) 등을 더 좋아하는 것으로 나타났다. 메뉴별 순위로는 여자는 한방흑염소육회를 가장 선호하고, 남자는 무해물밥을 가장 선호하는 것으로 나타났다.

<표 8> 성별에 따른 약선식에 대한 기호도

항 목	성 별		T 값	P 값
	남자(n=114)	여자(n=156)		
한방 삼계탕	2.03	2.39	-3.368	.001
유황오리	2.22	2.52	-2.499	.013
영양밥(인삼, 은행)	2.36	2.35	.114	.909
한방차(국화차, 등)	2.54	2.57	-.235	.814
한방흑염소육회	2.80	2.99	-1.626	.105
약초쌈밥	2.80	2.69	.971	.332
해삼새우탕	2.53	2.45	.757	.450
임자수탕	2.92	2.94	-.192	.848
약콩아육국	2.96	2.65	3.001	.003
오골계잔대탕	2.86	2.92	-.564	.573
고등어약초찜	2.73	2.58	1.381	.169
무해물밥	2.97	3.13	-1.381	.168
복령수제비	2.62	2.38	2.043	.042
포고비섯만두	2.68	2.64	.043	.732
죽엽콩국수	2.70	2.40	2.401	.017

P <0.05, **P <0.01, ***P <0.001

6. 연령에 따른 약선식에 대한 기호도

연령에 따른 약선식에 대한 기호도는 <표 9>와 같이 나타났다. 전체적으로 약선 메뉴에 대한 기호도는 무해물밥이 3.06점으로 가장 높은 기호도를 나타냈고, 다음으로는 임자수탕(2.94)이고 한방흑염소육회(2.91점) 등의 순으로 나타났다. 반면에 한방삼계탕(2.23점)과 영양밥(2.36점)은 가장 낮은 기호도를 보였다. 연령에 따른 기호도는 한방삼계탕($p<0.05$), 영양밥($p<0.05$), 한방흑염소육회($p<0.01$), 약초쌈밥($p<0.05$), 약콩아육국($p<0.001$), 고등어약초찜($p<0.001$), 복령수제비($p<0.001$), 죽엽콩국수($p<0.001$) 등이 유의한 차이를 보였는데 한방 삼계탕, 영양밥, 약초쌈밥, 복령수제비, 죽엽콩국수 등은 20대이하가 가장 선호하고, 약콩아육국과 고등어약초찜 등은 20대가 가장 선호하며, 한방흑염소육회는 50세 이상이 가장 선호하는 약선식으로 나타났다.

〈표 9〉 연령에 따른 약선식에 대한 기호도

항 목	연 령						F 값 (P 값)
	20대 이하	20~29세	30~39세	40~49세	50세 이상	합계	
한방 삼계탕	2.75±0.97	2.02±0.87	2.37±0.76	2.21±0.79	2.36±1.08	2.23±0.88	2.770 (0.028)
유황오리	2.25±1.06	2.36±0.96	2.28±0.73	2.48±1.03	2.41±1.04	2.39±0.96	0.379 (0.823)
영양밥	3.08±1.16	2.40±0.92	2.42±0.70	2.18±0.76	2.36±0.94	2.36±0.87	3.155 (0.015)
한방차	3.00±1.12	2.57±0.93	2.30±0.83	2.67±1.05	2.48±1.01	2.56±0.98	1.667 (0.158)
한방흑염소육회	3.00±0.60	3.04±1.12	3.02±0.74	2.60±0.76	3.13±1.02	2.91±0.94	3.509 (0.008)
약초 쌈밥	3.18±0.75	2.88±0.91	2.45±0.77	2.77±1.01	2.60±0.66	2.74±0.89	2.587 (0.038)
해삼새우탕	3.00±0.95	2.56±0.94	2.50±0.67	2.31±0.80	2.52±0.92	2.49±0.86	2.068 (0.086)
임자수탕	3.00±0.94	2.94±0.77	2.80±0.89	3.05±1.01	2.82±0.89	2.94±0.90	0.687 (0.602)
약콩아육국	3.09±0.53	3.16±0.70	2.57±0.77	2.50±0.80	2.75±0.90	2.79±0.82	8.491 (0.000)
오골계 잔대탕	3.10±0.88	3.03±0.89	2.81±0.94	2.80±1.04	2.86±1.00	2.90±0.96	0.747 (0.561)
고등어 약초찜	2.54±0.82	2.89±0.83	2.81±0.67	2.27±0.81	2.78±0.85	2.65±0.84	6.778 (0.000)
무해물밥	3.09±0.70	3.04±0.80	2.81±1.06	3.25±1.11	2.98±0.94	3.06±0.97	1.503 (0.202)
복령수제비	2.91±0.83	2.84±0.81	2.40±0.83	2.68±0.85	2.56±1.07	2.49±0.93	10.038 (0.000)
포고벼섯만두	2.91±1.04	2.69±0.94	2.40±1.08	2.77±1.33	2.56±0.90	2.65±1.09	0.991 (0.413)
죽엽콩국수	3.27±0.79	2.94±0.96	2.38±0.96	2.12±0.95	2.48±1.11	2.53±1.03	8.808 (0.000)

7. 약선 전문식당 메뉴품질에 대한 성별에 따른 중요도(이용전)

성별에 따른 약선 전문식당 이용전의 메뉴품질에 대한 중요도의 차이를 분석한 결과는 <표 10>과 같다.

약선 식당 이용 전에 고려 하여할 메뉴품질속성 16 변수 중에서 남자와 여자 간에는 ‘식재료의 건강효능’과 ‘약선 메뉴의 구성’ 항목에서 유의한 차이를 보이는 것으로 나타났으며 남자는 여자보다 ‘약선 메뉴의 구성’(남 3.95, 여 3.58) 항목에 보다 높은 중요도를 가지는 반면에 여자는 남자보다 ‘식재료의 건강효능’(남 3.95, 여 4.30)에 보다 높은 중요도를 두는 것으로 나타났다. 그 외 음식의 가격, 음식의 색, 메뉴의 질, 종사원들의 건강기능지식, 조리기물의 청결성, 식사 중 편안한 느낌 등은 전반적으로 남녀 간에 차이가 없는 것으로 나타났다. 성별에 따른 메뉴품질의 중요도를 보면 남자들은 ‘음식의 신선도’가 가장 중요하다고 하였고, 여자들은 ‘질병 예방치료기능 등의 정보제공’과 ‘약선 식재료의 건강 효능성’에 대해 가장 중요하게 여기는 것으로 나타났다.

<표 10> 약선 전문식당 메뉴품질에 대한 성별에 따른 중요도(이용전 기대)

항 목	성 별		T 값	P 값
	남자(n=114)	여자(n=156)		
식재료의 건강 효능성	3.95	4.30	-3.356	0.001
식재료의 청결성	4.28	4.09	1.891	0.060
식재료의 질병 예방치료 등 정보	4.23	4.32	-0.955	0.332
음식의 맛	4.19	4.03	1.541	0.112
음식의 영양가	4.21	4.27	-.597	0.551
음식의 가격	3.90	3.83	.557	0.578
음식의 신선도	4.44	4.29	1.551	0.122
음식의 양	3.91	3.72	1.916	0.056
음식의 색	3.86	3.85	.121	0.904
음식의 향	3.94	3.74	1.856	0.065
메뉴의 다양성	3.87	3.69	1.528	0.128
메뉴의 구성	3.95	3.58	3.549	0.000
메뉴의 질	4.15	4.18	-0.224	0.825
종사원들의 약선 건강기능지식	3.95	3.99	-0.323	0.745
조리기물의 청결성	4.20	4.17	0.237	0.813
식사 중 편안한 느낌	4.18	4.04	1.219	0.224

*P <0.05 **P <0.01 ***P <0.001

8. 약선 전문식당 메뉴품질에 대한 성별에 따른 만족도(이용후 만족)

약선 전문식당 이용후의 메뉴품질에 대한 성별에 따른 만족도는 <표 11> 과

같이 음식의 영양가($p<0.05$), 음식의 가격($p<0.01$), 음식의 색($p<0.05$), 음식의 향($p<0.05$), 메뉴의 다양성($p<0.001$), 메뉴의 질($p<0.05$) 등의 항목에서 남녀 간의 유의한 차이를 보였다. 남자는 여자보다 음식의 향(남 3.69, 여 3.49)에 대해 높은 만족을 보인 반면에, 여자는 남자보다 음식의 영양가(남 3.72, 여 3.93), 음식의 가격(남 3.23, 여 3.54), 음식의 색(남 3.59, 여 3.83), 메뉴의 다양성(남 3.41, 여 3.87), 메뉴의 질(남 3.59, 여 3.87) 등에 대해 높은 만족을 보였다. 또한 항목별 만족순위는 남자의 경우는 음식의 영양가(3.72)와 음식의 신선도(3.72)에 대해 최고의 만족도를 보였고, 여자의 경우는 음식의 신선도(3.92)와 조리기물의 청결성(3.92)에 대해 가장 높은 만족도를 나타냈다.

〈표 11〉 약선 전문식당 메뉴품질에 대한 성별에 따른 만족도(이용 후)

항 목	성 별		T 값	P 값
	남자(n=114)	여자(n=156)		
식재료의 건강 효능성	3.53	3.66	-1.185	.227
식재료의 청결성	3.68	3.63	.413	.677
식재료의 질병 예방치료 등 정보	3.59	3.64	-.529	.594
음식의 맛	3.64	3.61	.209	.832
음식의 영양가	3.72	3.93	-2.105	.036
음식의 가격	3.23	3.54	-2.675	.008
음식의 신선도	3.72	3.92	-1.665	.098
음식의 양	3.45	3.50	-0.568	.573
음식의 색	3.59	3.83	-2.259	.025
음식의 향	3.69	3.49	2.008	.046
메뉴의 다양성	3.41	3.87	-3.605	.000
메뉴의 구성	3.42	3.58	-1.415	.146
메뉴의 질	3.59	3.87	-2.412	.017
종사원들의 약선 건강기능지식	3.36	3.56	-1.537	.126
조리기물의 청결성	3.72	3.92	-1.592	.116
식사 중 편안한 느낌	3.70	3.80	-.930	.347

9. 약선 전문식당 이용전후의 중요도와 만족도 비교

약선 전문식당 이용전후의 메뉴품질에 대한 중요도와 만족도를 대응표본 t-test로 분석한 결과는 〈표 12〉 와 같다. 모든 항목에서 중요도가 만족도 보다 높게 나타나 약선 전문식당 이용고객의 만족도가 기대에 못 미치는 것을

알 수 있다. 중요도에 관한 평균 순위 결과 ‘음식의 신선도’(4.36), ‘식재료의 질병예방치료 등 정보제공’(4.29), ‘음식의 영양가’(4.25), ‘조리기물의 청결성’(4.19)에 상대적으로 중요시 여기고 있었고, 반면에 ‘메뉴의 구성(3.75)’, ‘메뉴의 다양성(3.78)’, ‘음식의 향(3.84)’, ‘음식의 색(3.87)’등이 상대적으로 낮은 중요도를 나타냈다. 또한 약선 전문식당의 메뉴품질에 대한 만족도의 평균을 살펴보면 ‘음식의 영양가(3.84)’, 음식의 신선도(3.84), ‘조리기물의 청결성(3.84)’, ‘메뉴의 질(3.76)’, ‘식사 중 편안한 느낌(3.76)’에 대해 높은 만족을 보인 반면에 ‘음식의 가격(3.41)’, ‘음식의 양(3.48)’ ‘종사원들의 약선 건강기능지식(3.48)’ 등에 대해서는 만족도가 비교적 낮게 나타났다.

〈표 12〉 약선 전문식당의 이용전후의 중요도-만족도

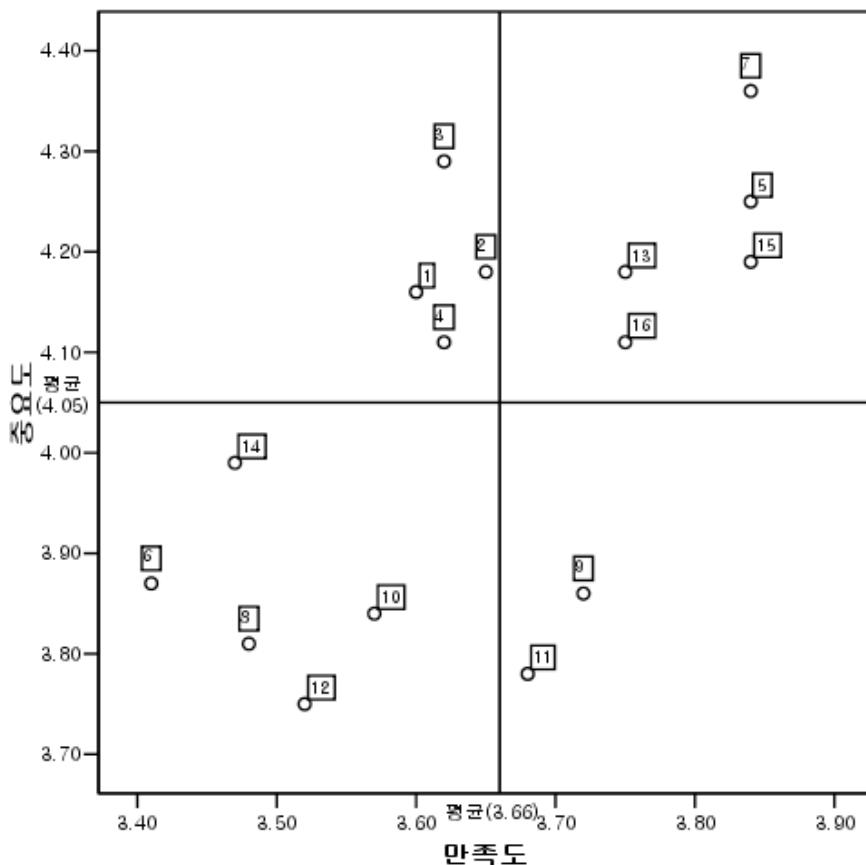
항 목	중요도	만족도	t값	P값
	평균	평균		
1).식재료의 건강 효능성	4.16	3.60	9.643	.000
2).식재료의 청결성	4.18	3.65	8.204	.000
3).식재료의 질병예방치료 등 정보	4.29	3.62	11.034	.000
4).음식의 맛	4.11	3.63	8.198	.000
5).음식의 영양가	4.25	3.84	7.388	.000
6).음식의 가격	3.86	3.41	6.797	.000
7).음식의 신선도	4.36	3.84	8.875	.000
8).음식의 양	3.81	3.48	5.798	.000
9).음식의 색	3.87	3.73	2.387	.018
10).음식의 향	3.84	3.57	4.239	.000
11).메뉴의 다양성	3.78	3.68	1.279	.202
12).메뉴의 구성	3.75	3.52	3.441	.001
13).메뉴의 질	4.18	3.76	6.709	.000
14).종사원들의 약선 건강기능지식	3.99	3.48	7.376	.000
15).조리기물의 청결성	4.19	3.84	4.784	.000
16).식사 중 편안한 느낌	4.11	3.76	5.500	.000

10. 약선 전문식당 메뉴품질에 대한 이용전후의 중요도와

만족도 IPA 분석

약선 전문식당 이용전후의 중요도와만족도에 대한 대응표본 t-test를 실시

한 결과 IPA(Importance-Performance Analysis)그래프로 나타내면 <그림 3>과 같다.



<그림 3> 약선 전문식당 메뉴품질에 대한 이용전후의 중요도와 만족도
IPA 그래프

- 1. 식재료의 건강 효능성
- 2. 식재료의 청결성
- 3. 식재료의 질병 예방치료 등 정보
- 4. 음식의 맛
- 5. 음식의 영양가
- 6. 음식의 가격
- 7. 음식의 신선도
- 8. 음식의 양
- 9. 음식의 색
- 10. 음식의 향
- 11. 메뉴의 다양성
- 12. 메뉴의 구성
- 13. 메뉴의 질
- 14. 종사원들의 약선 건강지식
- 15. 조리기물의 청결성
- 16. 식사 중 편안한 느낌

1) 제 1 사분면(좋은 성과 계속 유지)

약선 전문식당의 메뉴품질에 대해 고객의 기대(중요도)도 높고 이용후 만족도도 높게 나타난 메뉴품질 속성은 음식의 신선도(중-4.36, 만-3.84), 음식의 영양가(중-4.25, 만-3.84), 메뉴의 질(중-4.18, 만-3.76), 식사중의 편안한 느낌(중-4.11, 만-3.76) 등이었다. 이들 변수들은 고객의 기대도 높지만 약선 전문식당에서 잘 운영하고 있는 메뉴품질 속성들이기 때문에 현재도 잘 지켜지고 있지만 지속적으로 잘 유지시켜 나가는 것이 마케팅 관리에 효과적인 항목들이다.

2) 제 2 사분면 (노력 집중)

약선 전문식당 메뉴품질에 대해 이용고객의 기대(중요도)는 평균보다 높으나 실제 식당 이용후의 만족도는 평균보다 낮게 나타나 집중적인 관리가 필요한 품질속성으로는 식재료의 질병예방치료기능 등의 정보(중-4.29, 만-3.62), 식재료의 청결성(중-4.18, 만-3.65), 음식의 맛(중-4.11, 만-3.63), 식재료의 건강 효능성(중-4.16, 만-3.60) 등으로 나타났다. 이 항목들은 약선 전문식당의 고객들이 중요하다고 지적한 반면에 식당 운영 및 관리자는 간과하는 경향이 많은 항목으로 개선하기 위한 노력과 투자비용이 현재보다 많이 필요하다고 하겠다.

3) 제 3 사분면(낮은 우선순위)

약선 전문식당 메뉴품질에 대해 이용고객의 중요도와 만족도가 모두 낮게 나타나 집중적인 투자를 하지 않는 것이 좋은 메뉴품질속성은 메뉴의 구성(중-3.75, 만-3.52), 음식의 향(중-3.84, 만-3.57), 음식의 양(중-3.81, 만-3.48), 음식의 가격(중-3.86, 만-3.41), 메뉴의 구성(중-3.75, 만-3.52), 종사원들의 건강 기능지식(중-3.99, 만-3.48) 등으로 조사되었다. 이들 변수들에 대한 노력은 현재보다 더 이상 집중하지 않는 것이 좋을 것으로 사료된다.

4) 제 4 사분면 (과잉노력 지양)

약선 전문식당 메뉴품질에 대해 이용고객의 만족도는 높으나 별로 중요하게 여기지 않아 과잉노력은 피하는 것이 좋은 메뉴품질속성 항목으로는 ‘메뉴의 다양성(중-3.78, 만-3.68)’과 ‘음식의 색(중-3.87, 만-3.73)’이 조사되었다. 이 메뉴에 대한 과잉 노력하는 것은 지양해야 할 것으로 사료된다.

제 2 절 실험 연구

1. 한약재를 활용한 개발메뉴

본 연구는 현재 약선 전문식당에서 판매되고 있는 메뉴를 바탕으로 한국인이 선호하는 8가지 메뉴를 한약재를 첨가하여 〈표 13〉과 같이 약선 메뉴를 개발하였다.

2. 약선 메뉴 조리원칙

약선 메뉴의 조리과정에서 실증 연구 검토 확인 한 것은 다음과 같다.

첫째, 약식동원의 이론에 근거하여 약물과 식물은 모두 한(寒), 열(熱), 온(溫), 냉(涼)의 四氣와 산(酸), 신(辛), 감(甘), 고(苦), 함(鹹)의 五味를 가지고 있으므로 ‘四氣’는 약선의 변증시선 원칙으로 하며, ‘五味’는 인체의 장부기능에 대한 특유의 공력을 갖고 있음을 고려하여 주재료와 약재를 선정한다.

둘째, 선행연구를 바탕으로 하며 약선식에 대한 소비자들의 인식과 관심도, 중요도, 등 기술 통계 분석을 활용하였다.

3. 약선 메뉴 조리법

1. 황기 쇠고기육회 : 신선한 쇠고기 안심 50g, 통후추 5g, 황기 20g, 감초

15g, 올리브오일 20cc, 레몬주스 30ml, 고수 20g 등 재료를 준비하여 얇게 포른 쇠고기 안심과 올리브 오일에 레몬 주스와 약간의 겨자를 곁들이고 고수잎은 곁들여 준다.

2. 산초 전복구이 : 200g의 생전복을 술을 이용하여 깨끗이 닦아 껌질과 살을 분리하여 놓는다. 양파 20g, 마늘, 전복, 시금치 50g를 팬에 넣고 볶으면서 백포도주 50ml를 첨가하여 전복의 냄새를 제거하며, 산초장아찌 30g를 곁들여 준다.

3. 백복령 버섯칼국수 : 우리밀 2컵, 백복령 가루 30g, 표고버섯 4개, 양송이 20g, 감자1개, 다시마1쪽, 무 30g 죽염 15g, 국간장 20cc, 호박 20g, 대파15g, 등 재료를 준비하여 다시마와 버섯육수를 만들어 우리밀가루와 백복령 가루와 죽염을 넣고 반죽하여 상온에서 30분간 숙성시킨다. 팬에다 준비된 버섯육수와 채선 호박, 감자를 넣고 끓이면서 면과 버섯을 넣고 마지막에 대파를 넣어 마무리 한다

4. 석창포 버섯전 : 약초물에 감초 20g, 석창포 15g 을 냄비에 넣고 20분간 끓인다.

녹두와 버섯가루를 물에 충분히 불인 것을 믹서에 간다. 야간의 돼지고기 350g 다져서 다함께 버무리고 죽염으로 간을 한 다음 팬에다 기름을 넣고 부친다.

5. 맥문동 약콩조림 : 맥문동 20g, 숙지황 30g, 황정 20g 검은콩 250g, 청주 20g, 꿀 30g 준비된 재료를 세척하고 맥문동은 찌고 숙지황과 함께 생수 900cc를 넣고 20분간 조린다. 40분간 물에 불인 검은콩은 넣고 1/3가량 약물이 줄면 청주와 꿀로 마무리한다.

6. 천궁 해산물 샐러드 : 전복 50g, 참새우 4마리, 토마토 1개, 신선한 고수잎 2g, 신선한 이탈리안 파슬리1g, 올리브오일 5cc, 오기피 20g, 천궁 15g, 감초 10g, 진간장 30cc 등의 재료를 준비하여 해산물을 약초물에 살짝 데쳐낸 것을 약초소스에 버무린다.

7. 고수 갈치카레구이 : 갈치는 150g, 고수잎 10g, 쌀가루2컵, 올리브오일 45cc, 카레가루 1컵 등의 재료를 준비하여 갈치는 먼저 쌀가루와 카레가루를

혼합하여 입한다. 팬에다 올리브오일을 두르고 굽는다. 고수잎은 구운 갈치 위에 얹어준다.

8. 황기 닭고기구이 : 감초 15g, 대추/황기 20g, 닭고기 200g , 적포도주 1컵, 마늘 20g, 청초1개, 홍초1개, 들깨기름 50cc, 양파 50g, 등의 재료를 준비하여 물 100cc에 황기와 대추, 감초를 넣고 20분간 끓인다. 닭고기는 큼직하게 편을 떠서 적포도주와 마늘, 양파즙을 섞은 양념에 재운 후에 숯불에 굽는다. 홍초, 청초는 깻잎과 함께 채를 썰고 들기름에 살짝 볶아서 닭고기와 함께 섞는다.

위의 약선 개발 메뉴의 사진은 아래와 같다.

〈표 13〉 약선 개발메뉴

구분	요리명	조리법	주재료	한약재	효능
1	황기 쇠고기육회	냉육채 (冷肉菜)	쇠고기안심	감초, 황기,	해독작용, 소화기능 강화
2	산초 전복구이	지지거나 볶음(烹)	전복	산초잎, 오가피	자양기능강화
3	백복령 버섯칼국수	삶는 법 (자=煮)	우리밀가루	백복령가루	면역기능 활성화, 스트레스감소
4	석창포 버섯전	양면지지는 조리법(煎)	양송이, 표고버섯	감초, 석창포	자양기능, 소화기능 강화
5	맥문동 약콩조림	조림(소=燒)	검은콩, 쌀조청	맥문동, 숙지황	소화 기능강화, 신장 기능강화
6	천궁해물 샐러드	무침 (류=溜)	전복, 새우, 조개	천궁, 감초, 당귀잎	혈액순환 및 조혈작용
7	고수 갈치구이	구이,튀김 (작=炸)	갈치, 밀가루	고수잎, 카레(강황)	소화작용강화, 항염효과
8	황기닭고기 숯불구이	숯불구이 (고=烤)	닭고기	황기, 대추 ,감초	소화기능 강화, 강장작용



<그림 IV-1> 황기 소고기육회



<그림 IV-2> 산초전복구이



<그림 IV-3> 백봉령칼국수



<그림 IV-4> 석창포 벼섯전



<그림 IV-5> 맥문동 약콩 조림



<그림 IV-6> 천궁해물샐러드



<그림 IV-7> 고수칼치구이



<그림 IV-8> 황기닭가슴요리

4. 관능검사

한약재를 이용한 약선 개발 메뉴의 관능검사는 약선학과 교수, 약선요리 전문가, 호텔외식전공 대학원 연구원으로 구성된 20명의 관능검사원에 의해 형태, 향, 맛, 질감, 종합적인 평가를 □매우 나쁘다□의 1점에서 □매우 좋다□의 7점까지의 7점 리커드 척도를 이용하여 3차례 걸쳐서 측정하였다. 관능검사원들의 조리 평균 조리경력 14년이었다. 관능검사의 결과는 SPSS/Win 13.0 program을 이용하여 각 항목에 대해 기술 통계분석을 실시한 결과는 <표 14>에서 보는 바와 같다.

<표 14> 약선 개발 메뉴에 대한 관능검사

약선메뉴명	형태 순위	향 순위	질감 순위	맛 순위	종합평가순위
황기쇠고기육회	6.00±1.49 (3)	5.60±1.26 (8)	5.88±1.45 (6)	5.80±1.22(8)	5.82±1.36 (6)
산초전복구이	6.33±0.86 (1)	6.00±1.15 (3)	5.90±1.28 (3)	6.22±1.09(2)	6.11±1.10 (1)
백복령칼국수	5.60±1.57 (8)	5.70±1.25 (7)	5.80±1.03 (7)	5.80±1.31(7)	5.73±1.29 (8)
석창포버섯전	5.80±1.13 (6)	6.20±1.13 (1)	5.90±1.10 (5)	6.20±1.23(3)	6.03±1.15 (3)
맥문동약콩조림	5.70±1.15 (7)	5.80±1.13 (6)	5.60±1.42 (8)	6.10±0.73(4)	5.80±1.11 (7)
천궁해물샐러드	6.10±0.87 (2)	5.80±1.22 (5)	5.90±1.19 (4)	5.90±0.99(5)	5.93±1.07 (4)
고수갈치구이	5.80±1.31 (5)	5.80±1.39 (4)	6.00±0.94 (1)	5.80±1.54(6)	5.90±1.30 (5)
황기닭숯불구이	5.90±1.44 (4)	6.00±1.32 (2)	5.90±1.37 (2)	6.40±0.84(1)	6.10±1.24 (2)

개발메뉴의 형태순위에서는 산초전복구이(6.33)가 가장 모양이 좋은 메뉴로 보였으며, 그 다음은 천궁해물샐러드(6.10), 황기 쇠고기육회(6.00), 황기 닭고기숯불구이(5.90), 고수갈치구이(5.80). 석창포 벼섯전(5.80), 맥문동 약콩조림(5.70), 백봉령 벼섯칼국수(5.60)순으로 나타났다.

메뉴의 향 순위에서는 석창포 벼섯전(6.20)이 가장 높은 순위로 나타났으며, 다음으로 황기 닭고기 숯불구이(6.00), 산초전복구이(6.00), 고수갈치구이(5.80), 천궁 해물샐러드(5.80) 등의 순으로 나타났다.

질감 항목에서는 고수갈치구이(6.00)가 가장 높은 빈도를 보였으며, 그 다음은 황기 닭고기숯불구이(5.90), 산초전복구이(5.90), 천궁해물샐러드(5.90), 석창포 벼섯전(5.90), 황기 쇠고기육회(5.80) 등의 순으로 나타났다.

맛의 항목에서는 황기 닭고기 숯불구이(6.40)가 가장 높은 점수로 나타났고, 그 다음은 산초전복구이(6.22), 석창포 벼섯전(6.20), 맥문동 약콩조림(6.10), 천궁해물샐러드(5.90) 등의 순이었다. 황기 쇠고기육회(5.80)가 맛의 항목에서 제일 낮은 것으로 나타났다.

종합적인 평가순위는 산초전복구이(6.11)가 형태순위(1위), 맛 순위(2위), 질감순위(3위), 향 순위(3위)로 가장 좋은 메뉴로 선정되었다. 황기 닭고기숯불구이(6.10), 석창포 벼섯전(6.03), 천궁해물샐러드(5.93), 고수갈치구이(5.90), 황기 쇠고기육회(5.82), 맥문동 약콩조림(5.80), 백봉령칼국수(5.73) 등의 순으로 나타났다. 일반적으로 대중화 되어 있는 칼국수는 평가 순위에서 가장 낮게 측정되었다.

IV. 결 론

제 1 절 연구의 요약

본 연구는 약선 전문식당을 이용한 고객들의 약선 메뉴에 대한 인식과 약선 개발 메뉴에 대한 관능검사를 실시하였다.

본 연구를 위해 藥膳의 한의학 문헌을 중심으로 고찰하여 藥膳의 발생기원과 개념, 특징 그리고 약선처방과 조제원칙 등 문헌연구와 실증분석을 병행하였으며 약선 메뉴개발은 건강성과 실용적인 약재와 식료를 사용하였다.

본 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 약선 음식에 대한 인지는 ‘보통 이상’이 70.6%로 나타나 대체로 높은 인지도를 나타냈다. 약선의 건강 유익성은□좋다□가 52.6%로 가장 높았고, 약선 전문식당에 대한 정보는 ‘매스컴(TV, 신문)’이 45.8%로 가장 많이 활용하는 것으로 나타났다. 일상생활에 대한 주된 관심은 □건강과 질병□이 38.5%로 가장 높았고 약선 전문식당을 이용하는 이유는 □건강상 이유□와 □미식을 찾아서□가 56.3%로 가장 높았다. 이것은 약선 음식이 현대인의 관심이 건강과 가족의 행복을 추구하는 시대적인 흐름이 반영된 것으로 시사하고 있다. 약선 메뉴 중 가장 선호하는 음식은 짬류가 23.3%이고 나물류(야채)가 21.9%로 나타났으며 반면에 튀김류는 낮은 선호도를 보여 지방전이(Trans Fat)에 대한 소비자들의 기호가 반영되는 것을 알 수 있다. 약선(한방) 메뉴의 가격은 2만원대가 37.2%로 가장 높은 것으로 나타나 약선 메뉴 가격이 소비자들에게 크게 부담이 되지 않는 것을 알 수 있다. 약선 전문식당 이용 시간은 저녁이 62.4%로 가장 높게 나타났고, 약선식 이용 고객의 재방문의사는 47.8%가 긍정적으로 나타났다.

둘째, 연령에 따른 약선식에 대한 인식도는 □약선요리는 사람의 체질에 따라서 달라야 한다.□와 □건강식이라 생각한다.□는 인식이 20대에서 50대이상의 연령에서 가장 높게 나타났다. □질병예방에 좋다고 생각한다.□와 □약선

음식이 심신을 편하게 한다.□는 50대 이상에서 가장 높은 인식을 보였고 □약선 메뉴의 다양성□과 □질병예방□등 체질에 따른 조리법은 20대 소비층에서 가장 높은 인식을 보였다. 약선 식당 사업자는 □메뉴의 다양화□와 □쉽게 먹을 수 있는 위치에 있어야 한다,□는 20대에서 50대 이상까지 높게 인식하고 있으므로 고객의 접근이 용이한 위치 선정이 매우 중요한 것으로 나타났다.

셋째, 연령에 따른 약선식에 대한 기호도는 한방 흑염소육회는 50세이상 연령층에서 가장 선호하는 것으로 나타났으며, 죽엽콩국수는 20대이하 연령층에서 가장 선호하는 것으로 나타났다.

넷째, 약선 전문식당의 메뉴품질에 대한 성별간 이용전의 중요도와 이용후의 만족도는 ‘식재료 청결성□과 □음식의 맛□그리고 □약선 메뉴의 구성□에 대해 남녀간에 유의한 차이를 보였고, 음식의 가격, 음식의 색, 메뉴의 질, 종사원들의 건강지식, 조리기물의 청결성 등은 성별 간에 차이가 없는 것으로 나타났다. 항목별 중요도 순위는 남자는 □음식의 신선도□를 가장 중요하게 여긴 반면에 여자는 □질병 예방치료□와 □약선 식재료의 건강 효능성□을 가장 중요하게 여기는 것으로 나타났다.

다섯째, 성별에 따른 약선 전문식당 이용전후의 메뉴품질에 대한 만족도는 메뉴의 질, 식사중의 편안한 느낌, 음식의 색 등에서 남녀 간의 차이가 나타났고, 항목별 만족도 순위는 여자는 ‘음식의 신선도’(3.92)와 ‘조리기물의 청결성’(3.92)을 가장 만족하였고, 남자는 ‘음식의 영양가’(3.72)와 ‘음식의 신선도 (3.72)’에 대해 가장 높은 만족도를 보였다.

여섯 번째, 약선 식당 이용전후의 메뉴품질에 대한 중요도와 만족도간의 차이를 분석하기 위하여 대응표본(t-test)를 실시한 결과, 중요도에서는 음식의 신선도(4.36), 식재료의 청결성(4.18), 식재료의 질병예방치료 등 정보(4.29), 음식의 영양가(4.25), 조리 기물의 청결성(4.19) 등이 상대적으로 중요시 여겨고 있었고, 메뉴의 구성(3.75), 메뉴의 다양성(3.78), 음식의 향(3.84), 음식의 색 (3.87) 등이 상대적으로 중요성에 있어 낮은 순위를 나타냈다. 약선 전문식당의 서비스 품질에 대한 만족도의 평균은 음식의 영양가(3.84), 음식의 신선도

(3.84), 조리기물의 청결성(3.84), 메뉴의 질(3.76), 식사 중 편안한 느낌(3.76)에 대해 대체로 만족하는 것으로 나타났다. 그리고 음식의 가격(3.41), 음식의 양(3.48), 종사원의 약선 건강기능지식(3.48) 순으로 만족도가 비교적 낮게 나타났다.

일곱 번째, 약선 전문식당 품질에 대해 이용고객의 기대(중요도)는 평균보다 높으나 실제 식당 이용후의 만족도는 평균보다 낮게 나타나 집중적인 관리가 필요한 품질속성으로는 식재료의 질병예방치료기능에 대한 정보제공, 식재료의 청결성, 음식의 맛, 식재료의 건강 효능성 등으로 나타났다. 이 항목들은 약선 전문식당의 고객들이 중요하다고 지적한 반면에 식당 운영 및 관리자는 간과하는 경향이 많은 항목으로 개선하기 위한 노력과 투자비용이 현재 보다 많이 필요하다고 하겠다.

제 2 절 연구의 한계점 및 제언

본 연구의 수행과정에서 도출된 한계점과 향후 연구방향을 위한 제언을 정리하면 다음과 같다.

첫째, 연구결과의 적용범위와 관련하여 본 연구에서는 표본대상이 대구, 경북지역의 약선 전문식당 이용 고객으로 한정되었기 때문에 다른 지역특성이 일부 상이(相異) 할 수 있는데 연구 수행과정에서 지역적으로 한계가 있었다.

둘째, 약선 전문식당의 메뉴 품질을 평가하는 주체로는 경영자, 관리자, 종업원, 소비자를 들 수 있는데, 본 연구에서는 이용고객만을 대상으로 서비스 품질을 측정하여 종합적인 측정이 이루어지지 못하였다.

셋째, 본 연구에서는 약선 자료수집의 어려움과 시간적 제약으로 중국 약선 관련 서적을 참고 하였고, 또한 선행연구 논문이 부족하여 심층적이고 깊이 있게 연구가 수행되지 못하였다.

따라서 향후 연구 방향은 이의 단점을 보완하여 연구되어야 하며, 특히 약선 메뉴는 건강을 중요시하는 현대인들에게 관심도가 높은 만큼 질병을 예방하고 치료할 수 있는 치선 메뉴를 개발하여 한의사와 함께 공동연구가 활발하

게 이루어져야 한다. 이상에서 연구의 한계에 머물지 않고 藥善이 발전하기 위해서는 현행 식품관련법제도를 정비하고, 고대문헌을 연구, 정리, 계승하는 기초위에 현대생약이론과 조리과학기술을 활용하여 藥膳에 머물지 않고 治膳 음식이 국민의 건강과 국가경쟁력을 위하여 심도 있는 연구가 요구된다.

참 고 문 헌

1) 국내 논문 및 기타 문헌

- 강명숙(2002). □노인 건강을 위한 약선요리의 메뉴개발 방안에 관한 연구□, 경기대학교 석사학위논문.
- 곽은정 · 안준희 · 이호근(2002). □대추와 오미자 약선소스의 이화학적 및 관능적 특성에 관한 연구□, 한국식품영양학회지, 31(1).
- 나정기(2002). □메뉴개발의 새로운 접근방법에 관한 연구□, 경기대학교 석사학위논문.
- 도기백(2003). □한방메뉴의 고객인지도에 관한 연구□, 세종대학교 석사학위논문.
- 박건태 · 김도완(2003). □약선을 이용한 건강 기능식 개발에 관한 연구□, 한국조리학회지, 9(4), 192.
- 박금순(2002). □사상체질 유형에 따른 식생활 태도 및 식품 기호도□, 대구카톨릭대학교 석사학위논문.
- 박종화(2006). □호텔 뷔페 레스토랑의 서비스품질이 고객만족과 행동의도에 미치는 영향□, 경주대학교 석사학위논문.
- 박희자(2005). □웰빙관심도의 시장세분화별 약선의 선택속성에 관한 연구□, 경희대학교 석사학위논문.
- 서남미(2003). □웰빙트렌드가 건강 지향적 소비행동에 미치는 영향에 관한 연구□, 동국대학교 석사학위논문.
- 안문생(2002). □고추마늘에 대한 식료학적 고찰□, 동아시아생활학회지, 12(5).
- 이진만 · 이상한 · 김환묵(2001). □약용식품으로 한약재의 이용□, 한국식품영양학회지, 5(1).
- 전소현(2003). □약재를 이용한 메뉴개발연구□, 경기대학교 석사학위논문.
- 정구점 · 차은정 · 권민경(2005). □한국약선요리 약목과 트랜드□, 한국약선학회지.

정희정(2003). □한방 약재를 이용한 전통 콩된장의 품질 특성□, 경상대학교 석
· 사학위논문.

차석빈 · 박건태(2003). □약선을 이용한 천안지역 향토음식개발 연구□, 관광,
레져연구 15(2): 9-22.

한애리(2005). □약선에 대한 한의학적 고찰□, 경희대학교 석사학위논문.

한영호(2004). □현대 소비사회에서 웰빙트랜드의 개념과 소비성향분석□, 중
앙대학교 석사학위논문.

허봉수(2005). □음양체질에 따른 약선요법이 당뇨병에 미치는 영향□, 대한약
선학회지, 11: 18.

2) 국내 서적 및 관련자료

김상보(2006). 조선시대의 음식문화, 가람기획.

박찬국(1995). 한의학 특강, 한뜻출판사.

이동석 김신근(1997). 약의 역사, 서울대학교 출판부.

이면희(2001). 이면희의 중국요리, 조선일보사.

이영은 · 홍승현(2003). 한방식품재료학, 교문사.

전갈서(1991). 중국약선대관, 북경화예출판사.

전갈서(1994). 중국약선학, 북경인민출판사.

정구점 · 차은정(2005). 약선조리학, 도서출판 효일.

정규엽(2004). 호텔 · 외식 · 관광마케팅, 연경문화사.

차은정(2006). 계절약선 40선, 도서출판 효일.

최수근 · 최희선(2000). 요리와 소스, 형설출판사.

최종후 · 강현희(2005). 설문조사에서 끝까지, 자유아카데미.

충청남도 농업기술원(2002). 아름다운 꽃 음식.

팽명호(1994). 중국약선학, 북경인민출판사.

황무현(1993). 한의학과 인체의 신비, 고려의학 출판사.

설 문 지



안녕하십니까?

저는 경주대학교 산업경영대학원 외식경영학과 석사과정에 있는 원생으로 “약선에 관한 인식과 메뉴개발 연구”라는 논제로 석사학위 논문을 준비하고 있습니다.

본 조사의 결과는 익명으로 처리되오며, 귀하께서 응답하신 내용은 학술적 연구 이외에는 사용되지 않습니다. 다소 바쁘시더라도 귀하의 의견이 건강한 식생활 연구에 도움이 된다는 점을 이해하시고 설문에 많은 협조를 부탁드립니다.

2007. 3월

지도교수 :경주대학교 산업경영대학원
외식조리학과 이 연 정

연구자: 경주대학교 산업경영대학원
호텔외식경영학과 석사과정 이 용 대

I. 다음은 귀하에 관한 일반적인 사항입니다. 해당하는 부분에 □로 표시해 주십시오.

1. 귀하의 성별은 ? ① 남자 ② 여자

2. 귀하의 나이는 ?

- ① 20세 미만 ② 20-29세 ③ 30-39세 ④ 40-49세 ⑤ 50세 이상

3. 귀하의 결혼 상태는?

- ① 미혼 ② 기혼 ③ 기타

4. 귀하의 교육정도는 ?

- ① 고등학교 이하 ② 전문대졸 ③ 대학재학중 ④ 대학원 졸업

5. 귀하께서 종사하는 직업은 ?

- ① 공무원 ② 전문직 ③ 서비스직 ④ 주부 ⑤ 학생 ⑥ 기타

6. 귀하의 월 평균소득은 ?

- ① 100만 미만 ② 101-200만 원 ③ 201-300만 원 ④ 301-400만 원 ⑤ 400만 원 이상

7. 귀하의 신장과 체중은? ① 신장()cm ② 체중 ()kg

II. 다음은 약선 관련 식 행동에 관한 사항입니다. 해당하는 부분에 로 표시해 주십시오.

8. 귀하께서는 약선 음식 대하여 어느 정도 알고 계십니까?

- ① 전혀 모른다 ② 모른다 ③ 보통 ④ 알고 있다 ⑤ 많이 알고 있다.

9. 귀하께서는 약선 음식이 건강에 유익하다고 생각 하십니까?

- ① 매우 좋지 않다 ② 좋지 않다 ③ 보통이다 ④ 좋다 ⑤ 매우 좋다

10. 귀하께서는 약선 전문식당에 관한 정보를 어디서 얻으십니까?

- ① 전단지 홍보물 ② 매스컴(신문, TV등) ③ 인터넷 ④ 주위의 권유 ⑤ 기타

11. 귀하께서는 약선 식당 선택하는 선정기준은 무엇입니까?

- ① 건강 ② 음식의 맛 ③ 분위기 ④ 가격 ⑤ 약선식 메뉴

12. 귀하께서는 약선 전문점을 이용할 때 동행하는 사람은 주로 누구입니까?

- ① 부모 ② 친구 ③ 배우자 ④ 자녀 ⑤ 직장동료

13. 귀하께서는 건강식 전문식당을 한 달에 몇 회 정도 이용하십니까?

- ① 거의 안한다 ② 월 1회 ③ 월 2-3회 ④ 월 5회 이상 ⑤ 거의 이용한다.

14. 귀하는 현재의 생활 속에서 가장 중요한 관심사가 무엇입니까?

- ① 건강과 질병 ② 가정/가족 ③ 학문/공부/지식 ④ 우정/친구 ⑤ 직장 ⑥ 취미 생활
⑦ 이성교제 ⑧ 재산증식 ⑨ 노후문제 ⑩ 패션/미용

15. 귀하는 앞으로 약선요리 전문점을 재방문할 의사가 있으십니까?

- ① 매우 그렇다 ② 그렇다 ③ 보통 ④ 그렇지 않다 ⑤ 매우 그렇지 않다

16. 약선메뉴는 주로 어느 시간때에 이용하십니까?

- ① 아침
- ② 점심
- ③ 저녁

17. 약선식당을 이용하는 주된 이유는 무엇입니까?

- ① 개인적 만남(친구/연인)
- ② 가족행사
- ③ 사업상 접대
- ④ 건강상의 이유로
- ⑤ 미식을 찾아서
- ⑥ 기타()

18. 약선메뉴와 관련하여 선호하는 음식의 종류는 무엇입니까?

- ① 죽류
- ② 밥류
- ③ 국/찌개류
- ④ 짬류
- ⑤ 조림류
- ⑥ 나물류
- ⑦ 튀김류
- ⑧ 음청류
- ⑨ 기타()

19. 한방메뉴를 통상 한 달에 몇 번 정도 이용하십니까?

- ① 1회 미만
- ② 1~2회 정도
- ③ 3~4회 정도
- ④ 5~6회 정도
- ⑤ 7~8회 정도
- ⑥ 9회 이상

20. 주로 이용하는 한방메뉴의 가격은 1인당 얼마입니까?

- ① 1만원 미만
- ② 1만원대
- ③ 2만원대
- ④ 3만원대
- ⑤ 4만원대
- ⑥ 5만원 이상

21. 얼마나 자주 술을 마십니까?

- ① 1주에 5회이상
- ② 1주에 3~4회
- ③ 1주에 1~2회
- ④ 전혀 마시지 않는다.

22. 담배는 어느 정도 피우십니까?

- ① 하루에 1갑이상
- ② 하루 반갑이상
- ③ 하루 반갑미만
- ④ 전혀 피우지 않는다.

23. 현재 자신의 건강상태는 어떠하다고 생각하십니까?

- ① 매우 건강하다
- ② 건강하다
- ③ 보통이다
- ④ 건강하지 못하다
- ⑤ 아주 건강하지 못하다

III. 다음은 식생활에 대한 관심도에 관한 사항입니다. 해당하는 부분에 로 표시해 주십시오.

항 목	매우 적극적이 다	적극적이 다	보통이다	소극적이 다	매우 소극적이 다
24. 규칙적인 식생활을 하려는 노력					
25. 인스턴트식품 섭취를 줄이려는 노력					
26. 편식을 하지 않으려는 노력					
27. 자극적인 식품섭취를 줄이려는 노력					
28. 소금 섭취를 줄이려는 노력					
29. 당분 섭취를 줄이려는 노력					
30. 조미료 섭취를 줄이려는 노력					

IV. 다음은 약선식에 대한 인식도에 관한 사항입니다. 해당하는 부분에 로 표시해 주십시오.

문 항	설 문 내 용	전혀 그렇지 않다.	그렇지 않은 편이다	그저 그렇다	그런 편이다	매우 그렇다
31	나는 약선식에 대해 관심이 많다.					
32	나는 약선식재료(한약재)에 대해 신뢰한다.					
33	나는 약선식이 질병 예방에 효과가 있다고 생각한다.					
34	나는 주변에 약선요리의 유익을 적극 홍보 한다.					
35	약선요리는 사람의 체질에 따라 조리법이 달라야 한다고 생각한다.					
36	건강을 위해 약선 음식을 자주 먹을 용의가 있다.					
37	나는 약선메뉴가 질병을 고칠 수 있다고 생각한다.					
38	약선메뉴는 장수에 도움이 된다고 생각한다.					
39	약선메뉴는 심신을 편안하게 한다고 생각한다.					
40	약선메뉴는 가장 좋은 건강식이라고 생각한다.					

문 항	설문 내용	전혀 그렇 지 않다.	그렇 지 않은 편이 다.	그저 그렇 다.	그런 편이 다.	매우 그렇 다.
41	약선메뉴는 체력을 증진시킨다고 생각한다.					
42	약선메뉴는 맛이 좋다고 생각한다.					
43	약선메뉴는 영양가가 많다고 생각한다.					
44	약선메뉴는 세계화가 가능하다고 생각한다.					
45	약선메뉴는 다양화시켜야 한다고 생각한다.					
46	약선메뉴는 특히 성인병 예방에 좋다고 생각한다.					
47	약선식 전문점이 지금보다 많아야 한다고 생각한다.					
48	약선메뉴는 가격이 지금보다 저렴해야 한다고 생각한다.					
49	약선식당은 쉽게 먹을 수 있는 위치에 있어야 한다고 생각한다.					
50	약선메뉴에 대한 건강효능 정보가 필요하다고 생각한다.					

V. 다음은 약선식 메뉴에 대한 인지도와 기호도에 관한 사항입니다. 해당하는 부분에 표시해 주십시오.

문항	메뉴명	인지도					기호도				
		전혀 모른 다	모른 다	보통	알고 있다	많이 알고 있다	매우 좋아 한다	좋아 한다	보통	싫어 한다	매우 싫어 한다
1	한방삼계탕										
2	유황오리										
3	영양밥										
4	한방차(국화차 등)										
5	한방흑염소육회										
6	약초쌈밥										
7	해삼새우탕										
8	임자수탕										
9	약콩아육국										
10	오골계잔대탕										
11	고등어약초찜										
12	무해물밥										
13	복령수제비										
14	표고버섯만두										
15	죽엽콩국수										

VII. 다음은 좌 우측 모두 응답할 수 있게 되어 있습니다. 좌측은 약선 전문식당을 이용하기 전에 중요하다(기대)고 생각하는 항목이고, 우측은 이용하신 약선 전문식당의 만족도(성과)에 관한 질문입니다. 양쪽에 표 하여 주시기 바랍니다.

중요도(기대)					약선 전문 레스토랑 서비스 품질 항목	만족도(성과)				
전혀 아니 다	아니 다	보통 이다	그렇 다	매우 그렇 다		전혀 아니 다	아니 다	보통 이다	그렇 다	매우 그렇 다
①	②	③	④	⑤	1. 식재료의 건강효능성	①	②	③	④	⑤
①	②	③	④	⑤	2. 식재료의 청결성	①	②	③	④	⑤
①	②	③	④	⑤	3. 식재료의 질병예방치료 등 정보	①	②	③	④	⑤
①	②	③	④	⑤	4. 음식의 맛	①	②	③	④	⑤
①	②	③	④	⑤	5. 음식의 영양가	①	②	③	④	⑤
①	②	③	④	⑤	6. 음식의 가격	①	②	③	④	⑤
①	②	③	④	⑤	7. 음식의 신선도	①	②	③	④	⑤
①	②	③	④	⑤	8. 음식의 양	①	②	③	④	⑤
①	②	③	④	⑤	9. 음식의 색	①	②	③	④	⑤
①	②	③	④	⑤	10. 음식의 향	①	②	③	④	⑤
①	②	③	④	⑤	11. 메뉴의 다양성	①	②	③	④	⑤
①	②	③	④	⑤	12. 메뉴의 구성	①	②	③	④	⑤
①	②	③	④	⑤	13. 메뉴의 질	①	②	③	④	⑤
①	②	③	④	⑤	14. 종사원들의 약선 건강기능지식	①	②	③	④	⑤
①	②	③	④	⑤	15. 조리기물의 청결성	①	②	③	④	⑤
①	②	③	④	⑤	16. 식사 중 편안한 느낌	①	②	③	④	⑤

약선 관능검사

· 성 별: 남() 여(), 연령 : (), 조리경력 : (년)

· 약선 전공 여부: ()

□ 다음 음식들을 시식하시고 해당하는 곳에 V표를 해 주십시오.

음식종류	형태		향		질감		맛		종합적 평가	
	매우 싫다	매우 좋다	매우 싫다	매우 좋다	매우 싫다	매우 좋다	매우 싫다	매우 좋다	매우 싫다	매우 좋다
1 황기 쇠고기육회	T 1	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7
	T 2	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7
	T 3	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7
2 산초 전복구이	T 1	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7
	T 2	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7
	T 3	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7
3 백복령 칼국수	T 1	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7
	T 2	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7
	T 3	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7
4 석창포 버섯전	T 1	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7
	T 2	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7
	T 3	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7
5 맥문동 약콩조림	T 1	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7
	T 2	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7
	T 3	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7
6 천궁해물 샐러드	T 1	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7
	T 2	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7
	T 3	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7
7 고수 갈치구이	T 1	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7
	T 2	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7
	T 3	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7
8 황기 닭가슴요리	T 1	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7
	T 2	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7
	T 3	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6 7

A Study on the Recognition and Development of Menus on the Herbal Cuisine

Lee, Yong Dae

*Department of Hotel & Food Management
The Graduate School, Gyeongju University*

(Supervised by professor Lee, Yeon Jung)

(Abstract)

This study was made focused on developing menu items of herbal cuisine by identifying what perception customers have on them. For this goal, we have selected sample population of customers who patronized the specialty restaurant of herbal cuisine in Daegu city, and the region of Gyeongbuk Province.

Based on the result derived from preliminary survey, we modified questionnaire forms and readjusted some of the question items. We conducted the survey by using the convenience sampling method. After selecting the sample population, we began to deliver 300 questionnaire forms in total to customers, asking them to fill out the form personally for about 1 month (March 24th ~ April 24th, 2007). We used 272 responded copies as a data for analyzing.

As a tool for analyzing statistics of this study, we used SPSS/Win 13.0 program. The analyzed result of statistics show as follows:

First, we performed frequency Analysis in order to identify demographic characteristics and customers' patronizing forms of sample population.

Second, by reviewing the result of preceded researches, we analyzed(t-test, ANOVA) to see the difference and to measure the degree of □importance□, and □interest□ customers have in the Herbal Cuisine Specialty Restaurant.

Third, the laboratory work for developing Herbal Cuisine menu items, we had with us 20 professional workers including professors, chefs, specialist in restaurant industry, researchers of culinary art. We selected 8 kinds of menu items of Herbal Cuisine and gave them IFT test three times in sequence during the period of May 2nd -May 15, 2007.

For data analysis, the analyzing tool of SPSS/PC 13.0 Win program was used to calculate the rate of "frequency", "percentage", and "mean score". *For careful verification related variables*, one-way ANOVA, and Duncan's multiple range test were given.

Fourth, regarding customers' recognition of "Herbal Cuisine", 10.3% of respondents answered, "I have no idea at all, and 70.6% of them showed high level of perception. " Herbal Cuisines" are "good" for our health, which shows the highest rate of 52.6%, except for 3.7% of them who responded as □Not good□ or □Very bad□.

For further information on Specialty Restaurant of Herbal Cuisine, they learned from TV or newspapers, whose rate showed the highest 45.8% of them. The favorite menu items of Herbal Cuisine: Steamed kinds(23.3%) and vegetable kinds(21.9%). Regarding customers' satisfaction degree after

eating in the restaurant, there were some differences between male and female evaluating menu's quality taste and enjoying relaxation while having meal at table. Concerning the question whether or not they are going to come back again, 47.8% of them answered in positive way.

Fifth, we conducted t-test in order to analyze the difference between how important the menu item is and Customer satisfaction. In terms of degree of importance of menu item, the freshness of food(4.36), cleanliness of ingredients(4.18), nutritional value of food(4.25), cleanliness of cooking utensils(4.19) were considered to be relatively important. On the other hand, menu planning(3.75), variety of menu(3.49), flavor of food(3.84), and the color of food came under comparatively low level in priority.

There was a regional limitation in the process of performing this study. The sample population of specialty restaurant for Herbal Cuisine was limited to the city of Daegu and Gyeongbuk province. In this study, the comprehensive evaluating job has not been done. We had with us only those customers measure the level of service quality who patronize the restaurant mentioned above for Herbal Cuisine.

Developing menu items for Herbal Cuisine has been restricted by regulatory laws such as the Food Sanitation Act and the Pharmaceutical Affairs Law. Therefore, instead of taking clinical test we had it undergo IFT test. Therefore, the research survey in future is required to be directed to complement the shortage of this study. Especially those menu items of Herbal Cuisine