

조선의 지방료리

머리말

부류별



제주도



머 리 말

우리 나라의 어느 지방, 어느 곳에 가도 그 지방인민들이 자랑으로 여기는 이름난 요리들이 적지 않다. 이 요리들은 모두가 우리 인민의 창조적인 지혜와 슬기로 이루어진 것이다.

위대한 령도자 김정일동지께서는 다음과 같이 지적하시였다.

《우리 식의 민족요리를 발전시키자면 지방별로 우리 인민들이 좋아 하는 민족요리를 많이 찾아 내야 합니다.》

위대한 장군님께서서는 우리 인민의 식생활수준을 높이고 민족요리를 다양하게 발전시키기 위하여 전통적으로 전해 오는 지방요리와 그 가공방법을 적극 찾아 내어 우리의 구미에 맞게 발전시킬데 대하여 여러차례에 걸쳐 밝혀 주시였다.

경애하는 장군님의 은정어린 관심과 크나큰 배려에 의하여 오늘 우리의 민족요리는 지방요리들에 토대하여 사회주의생활양식과 현대적인 미감에 맞게 다채롭게 발전하고 있으며 세계요리문화발전에도 크게 이바지하고 있다.

《조선의 지방요리》는 지방요리를 발굴하여 민족요리를 발전시킬데 대하여 주신 경애하는 장군님의 말씀을 높이 받들고 옥류관과 사회과학원 민속학자들이 예로부터 전하여 오는 지방요리와 광복후 새롭게 창조된

지방료리가운데서 1,260여점을 선택하여 도별로 편찬한것이다.

이 책에서는 해당 지방주민들이 즐겨 만들어 먹는 주식물과 부식물료리만을 취급하여 매 료리의 가공방법을 소개하였다. 그리고 오래동안 자강도는 행정적으로 평안도에, 량강도는 함경도에 속하여 있었으므로 자강도와 량강도료리는 이 도의 특색 있는 몇가지 료리만을 취급하였다.

지방별로 소개한 료리종수는 다음과 같다.

평양, 평안도	185종	자강도	46종
량강도	44종	함경도	107종
황해도	126종	강원도	129종
개성, 경기도	151종	충청도	103종
전라도	144종	경상도	150종
제주도	80종		

이 책을 옥류관창립 40돐을 맞으며 세상에 내놓는다.

량강도의 요리

밥, 죽

감자밥
귀밀밥
조밥
취쌈밥
통강냉이죽

떡, 지짐

감자떡
감자찰떡
언감자떡
귀밀떡
귀밀송편
감자송편
기장콩떡
기장취떡
기지떡(쉬움떡)
강냉이기지떡
농마지짐

만두, 범벅

감자막가루만두
호박범벅

국수

언감자국수
귀밀국수

국

산천어푹고추국

생버섯국

햇고사리국

감자고기국

김치

갯김치

참나물김치

감자속통배추김치

감자나박김치

감자깍두기

지지개, 찐지, 나물

감자지지개

무우찐지

버섯나물

취나물

더덕생나물

볶음, 찜, 구이

닥지싹볶음

병풍잎볶음

고비볶음

감자말이찜

감자구이

전, 튀기

감자전

감자맨튀기

감자닭알쌈튀기

감자순모튀기

감자속튀기

감 자 밥

감자에 보리쌀이나 당콩을 섞어 지은 음식.

음식감

감자 100g

보리쌀(흰쌀) 100g

당콩 50g



만드는 방법

- ① 감자는 껍질을 벗겨 작은것은 그대로, 큰것은 절반으로 썰어서 당콩과 함께 솥에 넣고 물을 부어 끓인다.
- ② 물이 끓어 오르면 그우에 쌀을 고루 퍼엿고 밥을 짓는다. 뜸을 들여 갖힌 다음 감자와 밥을 섞어서 사발에 담는다.

※ 량강도지방의 감자는 크고 맛이 좋아 유명하였으며 감자음식이 특별히 발전하였다. 지난 날 산간지대 주민들은 5월단오때부터 감자밥을 주식으로 삼았다.

감 자 떡

감자농마를 익반죽하여 찐 음식.

음식감

감자농마 200g

소금 2g

참기름 5g



만드는 방법

- ① 감자농마에 소금을 두고 익반죽하여 새알만큼씩 빳어 시루에 찐다.
- ② 찐 떡을 찬물에 잠깐 담그었다가 꺼내어 참기름을 바른다.

※ 량강도지방의 별식이면서도 주식으로 되어 있었다. 시루에 감자농마를 찌는 때 콩고물을 넣기도 하였다. 여러가지 남새를 볶아 소를 만들어 넣고 먹으면 더 맛이 있다.

귀밀국수

귀밀가루로 국수를 눌러 꾸미를 엮은 음식.

음식감

귀밀가루	200g	소고기	50g	돼지고기	30g
닭고기	30g	김치	80g	오이	50g
닭알	1/5알	고춧가루	3g	파	10g
마늘	3g	소금	5g	간장	25g
식초	5g	후춧가루	0.3g	참기름	2g
겨자	2g	참깨	1g	중조	2g



만드는 방법

감자농마국수와 같은 방법으로 만든다.

참나물김치

참나물을 양념에 버무려 담근 음식.

음식감

참나물	100g	파	10g	소금	10g
실고추	2g	고추가루	3g	마늘	3g



만드는 방법

- ① 참나물을 다듬어 큼직큼직하게 잘라서 씻는다.
- ② 이것을 실파와 다진 마늘, 소금, 고추가루 등으로 버무려서 단지에 넣는다.
- ③ 2~3일이 지나서 소금물을 붓는다.

※ 산간지방의 아무 집에서나 많이 담고어 오래동안 두고 먹는 풍습이 있다.

감자지지개

감자, 풋고추를 끓이다가 된장을 넣고 끓인 음식.

음식감

감자	500g	풋고추	30g	파	10g
마늘	5g	된장	4g	간장	2g
기름	5g	명태가루	20g	고추가루	1g



만드는 방법

- ① 감자는 깍두기모양으로 썰고 풋고추는 가늘게 썬다.
- ② 단 냄비(장사귀)에 기름을 두르고 감자를 볶는다.
- ③ 감자가 익을 때 명태가루를 넣고 속살뜨물을 부어 끓인다.
- ④ 감자가 무르면 된장을 풀어 두고 간장으로 간을 맞춘 다음 풋고추, 파, 마늘, 고추가루를 넣는다.

감자말이찜

감자와 돼지고기 등을 말아서 찜 음식.

음식감

감자	2Kg	농마	150g	돼지고기	300g
닭알	3 알	홍당무우	100g	김	3 장
소금	5g	후추가루	0.5g		



만드는 방법

- ① 감자는 껍질을 벗기고 시루에 찜다. 이것을 식기전에 골고루 치대긴 다음 농마가루, 닭알 1알, 소금, 후추가루를 두고 반죽한다.
- ② 돼지고기는 삶아 사방 0.7cm 정도의 저가락모양으로 썬다. 김은 구워내고 홍당무우는 돼지고기와 같은 크기로 썰어 데쳐 낸다. 닭알은 삶아 절반 쪼개여 흰자위만 1cm의 크기로 썬다.
- ③ 셀로판종이에 감자반죽을 골고루 펴 놓고 그우에 돼지고기, 김, 홍당무우, 닭알흰자위를 놓고 말아 찜다.
- ④ 10분정도 찜낸 다음 썰어서 접시에 담는다.

감자전

감자에 닭알물을 섞워 지진 음식.

음식감

감자 200g

밀가루 15g

닭알 1알

소금 2g

기름 20g



만드는 방법

- ① 감자는 껍질을 벗겨 얇게 썰어 끓는 소금물에 살짝 데쳐 낸다.
- ② 여기에 약간의 소금을 뿌려 간이 배게 한다.
- ③ 감자를 밀가루, 닭알물의 순서로 묻혀 지짐판에 기름을 두르고 지진다.

자강도의 요리

밥, 떡

강냉이밥
꽃완두밥
새알당콩밥
당콩밥
찰수수밥
찰강냉이떡
감자설기
취절편
취개피떡
강냉이골무떡
쭈절편

지짐, 국수

꽃강냉이지짐
느릅쟁이국수
울챙이국수(묵)

국

참나물국
고사리국

김치

꽃절이김치
미나리김치
두릅김치

찌개, 지지개, 장아찌

꽃고추된장찌개
밝은쟁이지지개

김치지지개
삼주나물지지개
송이버섯장
가지장아찌
마늘장아찌
무우장아찌
오이장아찌

나물, 무침

고추잎나물
두릅나물
활량나물무침
깨나물무침
삼주나물무침
기름나물된장무침
명나물무침
밝은쟁이무침
얼레지고추장무침
배추생나물
참나물무침
닥지싹무침

볶음, 구이

노란버섯볶음
더덕구이

산적, 곰, 졸임, 전

도라지산적
물구지곰
무우시래기졸임
더덕전

찰수수밥

찰수수쌀과 흰쌀을 섞어 지은 음식.

음식감

찰수수쌀 200g

흰쌀 200g

소금 3g



만드는 방법

- ① 찰수수쌀은 물에 약간 불구어 으깨면서 씻고 끓는 물을 두번정도 끼얹어 검붉은 물을 말끔히 없앤 다음 찬물에 담가 두어 뚫은 맛을 우려낸다.
- ② 찰수수쌀을 솥에 먼저 안치고 흰쌀을 둔 다음 소금물을 뿌린다. 밥이 되면 골고루 섞는다.

※ 자강도, 평안도의 찰수수는 특히 찰기가 많아 유명하다.

강냉이골무떡

강냉이가루를 익반죽하여 골무모양으로 빚어서 찐 음식.

음식감

강냉이가루 200g

소금 15g

참기름 2g



만드는 방법

- ① 강냉이가루를 끓는 소금물로 익반죽하여 잘 치댄 다음 엄지손가락 한마디만큼씩 둥글납작하게 빚는다.
- ② 가운데를 골무모양으로 오목하게 꼭 눌러서 찜솔에 두고 찐다.
20~30분간 찐 다음 뜸을 들여 참기름을 바른다.

※ 식기전에 먹어야 제맛이 나는데 자강도와 평안북도일대에서 많이 만들어 먹는다.

두릅김치

두릅으로 담근 음식.

음식감

두릅	300g	소금	20g	파	20g
마늘	10g	고춧가루	10g	생강	5g



만드는 방법

- ① 데쳐 낸 두릅을 썰어서 다진 마늘, 잘게 썬 파, 생강즙, 소금, 고춧가루를 두고 버무려 단지에 넣는다.
- ② 두릅을 삶아 낸 물에 찬물을 더 섞고 소금으로 간을 맞춘 다음 김치국물을 만들어 단지에 붓는다.

※ 두릅의 순을 가공하여 만든 김치, 나물, 회는 향기롭고 맛이 좋아 예로부터 가치 있는 반찬으로, 철음식으로 일러 왔다.

송이버섯장

된장, 고추장을 풀어 송이버섯을 끓인 음식.

음식감

송이버섯	150g	고추장	10g	파	10g
마늘	5g	참기름	10g	깨소금	2g



만드는 방법

- ① 송이버섯을 깨끗이 손질하여 고루 쪄낸다.
- ② 냄비에 기름을 두르고 송이버섯을 볶다가 고추장을 풀어 두고 살짝 끓인다.
- ③ 국물이 잘박해 지면 깨소금, 다진 파, 마늘을 뿌린다.

※ 소고기를 두고 만들기도 한다.

두릅나물

두릅에 여러 가지 양념을 두고 무쳐 낸 음식.

음식감

두릅	500g	파	15g	마늘	10g
고추장	20g	참기름	20g	식초	10g
깨소금	3g	사탕가루	10g	참깨	2g
실고추	1g				



만드는 방법

- ① 두릅은 데쳐 놓고 참기름, 식초, 고추장, 다진 파와 마늘, 참깨, 사탕가루, 깨소금을 골고루 섞어 양념장을 만든다.
- ② 데쳐 낸 두릅에 양념장을 두고 무쳐 낸 다음 실고추로 장식한다.

더덕구이

더덕에 양념장을 발라 구운 음식.

음식감

더덕	500g	간장	30g	사탕가루	10g
깨소금	3g	파	20g	참기름	20g
고추가루	10g	마늘	10g		



만드는 방법

- ① 더덕은 두드려 껍질을 벗기고 물에 담그었다가 넘적하게 편 다음 길이 7cm로 자른다.
- ② 다진 파와 마늘, 고추가루, 사탕가루, 깨소금, 참기름 등을 두고 만든 양념장을 더덕에 바르고 재워 놓는다.
- ③ 더덕을 약한 불에서 서서히 구운 다음 접시에 담는다.

함경도의 요리

밥, 죽

닭비빔밥
함흥갈비국밥
섭조개밥
송이버섯밥
무우밥
깨잎쌈밥
얼군콩죽

떡, 지짐

찰떡인절미
달떡
오그랑떡
괴명떡
꼬장떡
찰수수부꾸미
찹쌀지짐(찹쌀전병)
콩지짐

국수

감자농마국수
회국수
메밀국수

국, 탕

돼지고기배추국
명태국
이면수국
가재미국
세치네장국

세 천어국(천렵국)

계국

미역성계국

미역계장국

다시마랭국

파국

함홍보신탕(단고기국)

돼지고기내포탕

명태매운탕

곱돌장사귀

김치

영채김치

풋배추김치

채칼김치

콩나물김치

쭈갓김치

달래젓김치

대구깍두기

찌개, 지지개

이면수찌개

계알두부찌개

명란찌개

과된장찌개

생선두부지지개

고등어지지개

호박고추장지지개

장아찌

두부장아찌

오이장아찌

볶음

문어볶음

마른명태볶음

게살볶음

밝은쟁이볶음

보쌈나물볶음

적, 구이

감자약산적

사슬적

새우누름적

닭집산적

이면수구이

가재미구이

청어구이

줄임

명태줄임

송어줄임

낙지줄임

청어줄임

무우까나리줄임

전, 회

왕새우전

송이버섯전

마른명태전

낙지회

명태회

문어회

고등어회

두부회 (양념 모두부)

순대, 찜

돼지순대

낙지순대

명태순대

왕새 우찜
영계 찜
마른명태 찜
가지 찜

무침, 자반

닭고기 깨장 무침
쭈갓생나물
명태자반
낙지자반
다시마자반

식혜

명태식혜
가재미식혜
대합조개식혜
명태아가미식혜
문어식혜
보가지송이버섯식혜
낙지식혜, 도루메기식혜, 창란식혜

젓

명란젓
가재미젓
연어알젓
창란젓
명태고지젓
명태아가미젓
대구젓

절임

도루메기절임
멸치공치절임
푼고추된장절임
함홍막장

함흥갈비국밥

밥에 끓는 소갈비국을 부어 만든 음식.

음식감

흰쌀	200g	소갈비살	300g	피	50g
두부	1모	간장	10g	파	10g
마늘	5g	참기름	2g	참깨	1g
소금	2g	후추가루	0.5g		



만드는 방법

- ① 소고기는 삶아서 기름기를 걷어 육수를 만든다.
- ② 흰쌀로는 밥을 약간 질게 짓는다. 피는 삶아 썰고 소고기는 가늘게 썰거나 다져서 양념하여 무쳐 낸다.
- ③ 두부 한모를 끓는 육수에 살짝 삶아 낸다.
- ④ 대접에 밥을 담고 양

념한 고기, 피 삶아 썰것을 놓은 다음 두부를 얹고 육수를 붓는다. 양념장이나 김치를 같이 낸다.

※ 함흥갈비국은 일명 가릿국이라고 하였는데 《가리》는 갈비라는 말이다. 함경도음식에서 회국수와 함께 함흥갈비국, 국밥이 이름났었다.

찰떡인절미

찰쌀을 찌서 찜은 음식.

음식감

찰쌀 200g

팥고물 50g

당콩고물 50g

소금 30g



만드는 방법

찰떡만드는 방법은 평안도나 황해도와 같다.

※ 평안도나 황해도 사람들은 떡을 만들면서 팥이나 콩고물을 묻히지만 함경도사람들은 떡을 먹을 때 고물을 묻혔다. 설날에 없어서 안되는 떡으로서 《세선》이라고 불렀다. 추석날에도 해먹었는데 이때에는 반드시 햇쌀로 만들었다.

감자농마국수

감자농마로 국수를 눌러 꾸미를 엮은 음식.

음식감

감자농마	200g	소고기	50g	돼지고기	30g
닭고기	30g	닭알	1/5알	파	10g
마늘	3g	간장	25g	소금	5g
참기름	2g	겨자	2g	식초	5g
고추가루	3g	김치	80g	후춧가루	0.3g
오이	50g	백반	1.5g	참깨	1g



만드는 방법

- ① 감자농마를 익반죽하여 국수사리를 만든다.

이면수국

이면수를 넣고 끓인 음식.

음식감

이면수	400g	파	10g	마늘	5g
간장	10g	고추기름	5g	소금	3g



만드는 방법

- ① 가마에 물을 붓고 끓이다가 간장을 둔 다음 국물이 끓어 오르면 이면수토막을 넣고 더 끓인다.
- ② 거품을 걷어 내고 소금으로 간을 맞춘다.
- ③ 국이 거의 끓었을 때 파, 마늘을 둔다. 대접에 담아 고추기름을 둔다.

※ 절였던 이면수는 짠맛을 우려 내고 감자, 호박 등을 섞어 끓이기도 하였다.

- ② 소고기, 돼지고기, 닭고기는 삶아서 국물을 만든다.
- ③ 고추가루와 후추가루, 참기름, 다진 파와 마늘, 깨가루 등을 두고 양념장을 만든다.
- ④ 국수사리에 양념장을 두고 끌고루 비빈 다음 사리를 지어 대접에 담고 김치와 고기꾸미, 오이, 실지단을 얹은 다음 육수를 붓는다. 양념장, 겨자장, 식초를 곁들인다.

※ 국수오리가 메밀국수나 밀국수보다 몹시 질기고 윤택이 있으며 오들오들 씹히는것이 특징이다. 도내 여러 고장에서 만든 농마국수가운데서 함흥농마국수가 가장 유명하다. 혜산, 삼수, 갑산 일대에서는 콩깨국을 국물로 하였다. 바다를 낚는 곳에서는 꾸미로 명태, 가재미, 홍어 등 물고기회를 만들어 쓰기도 한다.

평양, 평안도의 요리

밥, 죽

평양온반
평양비빔밥
볶음밥
닭고기밥
췌기밥
콩나물밥
고구마밥
홀잎밥
김치국밥
오곡밥
평양닭죽
평양어죽
대합조개죽
해삼죽
룡봉탕(죽)

떡, 지짐

송편
조개송편
녹두설기떡
흰설기떡(시루떡)
꼬리떡
무지개떡
뽕떡
색개피떡
가락떡
꽃전

찹쌀전병 (찰부꾸미)

오그랑떡

꿀무떡

들깨잎떡

찰강냉이떡

기지떡 (증편)

송기떡

나리떡

경단

녹두지짐

빈

노치

국수

평양랭면 (평양국수, 평양메밀국수)

고기쟁반국수

평양쟁반국수

어북쟁반국수

평양고기랭면

온면

칼국수

깨칼국수

막국수

만두, 묵

찢만두

군만두

메밀묵

녹두묵

강냉이묵

국, 탕

평양떡국

닭고기국

소내포국
소갈비국
돼지고기국
대동강송어국
잉어국
뱀장어국
칠색송어국
대합조개국
꽃게장국
미역국
콩나물국
근대국
오이토장국
시금치조개국
어북쟁반
배추돼지고기남비탕
내복탕(돼지내포탕)
뜨더국
만두국
굴(굴린)만두
초계탕
잉어탕
도미탕
추포탕
고기완자탕
뱅어탕
조개탕
야레탕
호박새우탕
돼지고기해삼탕

김치

평양백김치
통배추김치
동치미
석박김치
나박김치
시금치김치
붉은 갓김치
생강김치
돌나물김치
하늘아치김치

찌개, 지지개, 장아찌

돼지고기두부찌개
가막조개찌개
닭알새우젓찌개
호박젓국지지개
무우젓국지지개
산치장지지개
두부두릅지지개
가지장아찌
무우말랭이장아찌
도라지장아찌
갓짬지

나물, 무침

삼색나물
봄나물
근대나물
등글레고추장무침
녹두묵무침
녹두나물무침
미역조개무침

무수해 무침
콩나물무침
양장피 소고기 랭채
해파리 랭채
가지 닭고기 랭채
오이 닭고기 랭채
파일 잣즙 랭채
청포종합 랭채

볶음

돼지고기 볶음
소고기 볶음
닭고기 볶음
평양자볶음
근대줄거리볶음
오이즙(오이볶음)
채콩잔새우볶음

구이, 산적

소불고기
소갈비구이
오리통구이
돼지고기구이
닭다리주머니구이
전어구이
쏘가리소금구이
닭내포꼬치구이
뱀장어구이
조기구이
녹두지짐산적

곰, 졸임, 전

잉어곰
소고기장졸임

감자돼지고기 졸임

참게장 졸임

붕어 졸임

메기장 졸임

종개 졸임

칼치푼고추 졸임

조기푼고추 졸임

소고기실 졸임

돼지고기편육전

꿀전

양전

삼색전

알쌈

색쌈

뱅어전

회, 순대, 찜, 튀기

소고기회

소간회

숭어회

준치회

대합조개회

굴회

개순대

돼지순대

가지찜

닭인삼찜

토끼고기찜

단고기찜

닭강냉이즙찜

돼지고기완자찜

돼지발쪽찜

소발통무우찜

꽃게찜

뱅어튀기

망둥어튀기

갈게튀기

닭알고기쌈(알육쌈)튀기

편육, 전골, 비지, 자반

돼지고기편육

닭고기전골

돼지고기전골

조기자반

가오리자반

된비지

절임, 젓

오이절임

풋고추절임

갈게절임

새우젓

평양비빔밥

밥위에 여러 가지 음식감을 놓아 비벼 먹는 음식.

음식감

흰쌀	150g	소고기	100g	녹두나물	50g
미나리	50g	불군 고사리	50g	불군 도라지	50g
송이버섯	50g	닭알	1/4개	김	1/4장
파	15g	마늘	5g	소금	1g
간장	15g	참기름	20g	고추장	10g
깨 가루	5g	후추 가루	0.3g	닭고기 국물	100g
사탕가루	5g				



만드는 방법

- ① 흰쌀은 밥을 되직하게 지어 놓고 소고기는 가늘게 썰어 양념에 재웠다가 볶는다.
- ② 녹두나물, 미나리는 데쳐서 갖은 양념에 무치고 고사리와 도라지는 삶아 우리며 송이버섯은 가늘게 찢은 다음 따로따로 볶는다.
- ③ 김은 구워서 부스러뜨리고 고추장은 약간의 국물, 사탕가루, 깨 가루, 다진 파와 마늘, 참기름을 넣고 잘 풀어 놓는다.
- ④ 큰 대접에 밥을 담고 그위에 소고기볶음과 나물들을 색을 맞추어 담는다. 고명으로 실닭알을 놓고 구운 김을 뿌린다. 모지단을 떠운 뜨거운 맑은 국과 나박김치, 고추장을 곁들인다.

※ 평양사람들은 삼복더위때 단고기뿐아니라 비빔밥을 즐겨 먹는다.
소고기대신 돼지고기를, 미나리대신 시금치나 쑥갓을 쓰기도 한다.

녹두설기떡

떡가루사이마다 녹두고물을 넣고 찢 음식.

음식감

흰쌀 700g

찹쌀 350g

녹두 150g

소금 6g

사탕가루 25g



만드는 방법

- ① 찹쌀과 흰쌀을 불구었다가 가루낸다. 여기에 사탕가루를 섞고 물을 맞춘다.
- ② 녹두는 망에 타겐 다음 불구었다가 껍질을 벗기고 삶아서 고물을 만든다.
- ③ 시루에 고물과 떡가루를 번갈아 안쳐서 찜다.
- ④ 20~30분동안 뜸들여 얹어 쫄은 다음 모양 있게 찜다.

평양랭면(평양국수, 평양메밀국수)

메밀국수에 여러 가지 꾸미를 놓고 찬 육수를 부은 음식.

음식감

메밀 가루	200g	평양 가슴살	60g	소고기	100g
돼지고기	50g	닭고기	140g	김치 (동치미)	100g
오이	30g	배	50g	닭알	1/2알
잣	10g	소금	5g	간장	20g
식초	10g	겨자	3g	참기름	1g
실고추	0.3g	사탕가루	3g	고추가루	5g
멘진	3g				



만드는 방법

- ① 65~70℃의 물로 메밀가루를 반죽하여 국수를 누른다. 끓는 물에서 1분 40초정도 익힌 다음 찬물에 씻어 가지고 사리를 잡아 물기를 짜 준다.
- ② 국수국물은 소고기, 돼지고기, 닭고기를 삶아 채에 걸러 식힌 국물에 동치미물을 섞어서 만든다. 닭알은 삶아서 절반 쪼갬다. 꿩고기는 다져서 완자를 만든다.
- ③ 소고기와 돼지고기는 편으로 썰고 닭고기는 가늘게 찢는다. 오이는 버들잎모양으로 썰어서 식초, 사탕가루, 소금에 무치고 배는 썰어서 연한 소금물에 담그어 놓는다.
- ④ 늦시점에 국수사리를 추려서 담고 꾸미로 배, 김치, 돼지고기, 소고기, 닭고기, 오이순서로 놓은 다음 삶은 닭알 반개를 얹어 놓고 국수물을 1/3쯤 붓고 참기름을 둔 다음 잣알을 띄워 낸다. 겨자와 고추가루, 간장, 국수국물, 식초를 따로 낸다.

※ 우리 나라에서 대표적인 민족요리의 하나이며 조선국수에서 가장 이름났다. 평양사람들은 랭면을 더운 여름철뿐아니라 눈보라치는 겨울날에도 즐겨 먹는다. 평양랭면을 좋아 한데로부터 평안도의 집집마다에는 국수분들을 마련해 놓는 풍습이 있었으며 일상음식상은 물론 특별히 차리는 잔치상, 돌상에도 반드시 국수를 곁들이는것을 풍습으로 삼아 왔다. 순 메밀로 누른 평양국수를 평양순면이라고 불렀다. 평양랭면을 먹을 때에는 식초를 육수물에 치지 말고 국수발에 둔 다음 그것을 육수물에 말아야 제맛이 난다.

찐 만 두

만두를 찐낸 음식.

음식감

밀가루	150g	배추	150g	돼지고기	50g
파	20g	마늘	5g	소금	0.5g
간장	10g	고춧가루	0.1g		



만드는 방법

- ① 배추는 다져 소금을 뿌린 다음 물기를 꼭 짜놓는다.
- ② 돼지고기는 다져 다진 파와 마늘, 간장, 고춧가루, 배추를 두고 고루 섞어 소를 만든다.
- ③ 밀가루로 만두를 빚어 12~15분동안 찐다. 찐만두를 주름이 위로 올라가게 접시에 담고 양념장과 초간장을 곁들여 낸다.

평양떡국

흰떡을 썰어 넣고 끓인 음식.

음식감

떡국대	150g	소고기	50g	김	3g
닭알	반알	파	20g	마늘	5g
참깨	1g	사탕가루	1g	소금	2g
간장	15g	기름	5g	후춧가루	0.5g



만드는 방법

- ① 떡국대는 길이 3~4cm, 두께 0.3~0.4cm 되게 버들잎모양으로 썰어 놓는다.
- ② 파의 일부는 다지고 나머지는 엇비슷이 채 썬다.
- ③ 마늘은 다진다. 김은 구워 부스러뜨린다.
- ④ 소고기는 잘게 다져서 다진 파와 마늘, 기름, 참깨, 소금, 사탕가루를 두고 재웠다가 절반을 볶아서 꾸미를 만든다.

- ⑤ 단남비에 절반 남은 고기를 넣고 볶다가 반나마 익었을 때 물을 붓고 장국을 끓인다.
- ⑥ 떠오르는 거품을 걷어 내고 간장으로 간을 맞춘다.
- ⑦ 썰어 놓은 떡을 찬물에 슬쩍 행구어 물을 짜운 다음 펄펄 끓는 장국에 넣고 5~7분동안 끓인다. 떡국을 담고 고기꾸미를 놓는다.
- ⑧ 끓는 국물에 닭알을 풀어 넣고 닭알이 떠오르면 실과를 넣어 떡국우에 떠놓는다. 참깨, 후추가루, 김가루를 뿌린다.

황해도의 요리

밥, 죽

해주비빔밥(해주교반)

닭고기온반

메밥

보리밥

김치밥

굴김치밥

순두부국밥

굴밥

비지밥

수수죽

떡호박죽

동그래죽

남매죽

떡, 지짐, 범벅

큰송편

메시루떡(설기떡)

완두지짐

수수삶이떡

좁쌀떡

증편

참쌀부침

닭알떡

단호박절편

오쟁이떡

호박찰시루떡

수리취인절미

무우설기떡

튀긴단떡

우기

꿀물경단

고구마경단

호박범벅

밀가루범벅

국수

녹두농마국수

찬밀제비국수(씻긴국수)

감자호박채국수

묵

묵장떼묵

묵물

국, 탕

호박만두국

녹두묵콩국

조기국

김국

바스레기김국

굴국

뜨더국

호박순뜨더국

김치국

우렁이닭알국

랭콩국

무우새우젓국

길짱구국

냉이국

미역찬국

조기매운탕
두부탕
닭탕
오리고기탕국
된비지탕
돼지갈비비지
신김치고기비지
호박선

김치

고수김치
열무부추김치
호박김치
오이소박이
갯김치

찌개, 지지개, 장아찌

돼지사태김치지지개
김치순두부찌개
약산적지지개
애호박찌개
백하젓호박장
바스레기호박장
냉이뿌리장아찌
분지장아찌
풋고추장아찌
참외장아찌
더덕장아찌
부추짬지

나물

한천랭채
호박오가리나물
미나리생나물

구기자나물

개루기뿌리생나물

볶음

소염통볶음

해삼볶음

새우볶음

주합

적, 구이

김치행적(누름적)

해삼꼬치구이

조기구이

오리불고기

개구리구이

김고추장구이

움파꼬치구이

줄임

돼지발쪽줄임

마른조기줄임

붕어줄임

고추소박이줄임

멸치줄임

푹고추까나리줄임

단호박줄임

콩장

곰, 전

소고기감자곰

가물치곰

소고기전

대합전

돈전

순모전

두부전

찜, 튀기

소꼬리속찜

가오리찜

붉은조개찜

숭어찜

굴튀기

들깨잎튀기

산죽튀기

두부장떡튀기

평고기완자튀기

회, 자반

가물치회

붕어회

호드기회

마른조기자반

까나리자반

식혜, 절임, 젓갈

연안식혜

달래장절임

갈게젓

굴젓

해주비빔밥 (해주교반)

밥을 여러가지 고기와 산나물로 꾸민 음식. 《해주교반》이라고도 하였다.

음식감

흰쌀	150g	돼지고기	30g	닭고기	150g
마른 도라지	10g	미나리	70g	콩나물	50g
녹두나물	50g	마른 고사리	15g	마른 버섯	5g
닭알	1알	김	1/4장	파	20g
마늘	15g	소금	2g	간장	20g
참기름	20g	사탕가루	5g	깨가루	3g
후추가루	0.3g				



만드는 방법

- ① 밥은 되직하게 지어서 식히고 닭고기는 삶아서 가늘게 찢는다.
- ② 녹두나물, 미나리는 살짝 데쳐서 무치고 콩나물은 볶는다.
- ③ 고사리와 도라지는 삶아서 쓴 물을 우린 다음 가늘게 찢으며 버섯은 불구었다가 찢어서 볶는다.
- ④ 단 남비에 기름을 두고 양념에 재운 돼지고기를 볶는다.
- ⑤ 여기에 밥을 두고 볶다가 소금을 약간 넣고 다시 볶아서 대접에 담는다.
- ⑥ 밥우에 여러가지 나물, 실닭알과 구운 김을 놓는다. 고기국물과 김치를 곁들인다.

※ 해주비빔밥은 평양, 전주, 진주의 비빔밥과 함께 우리 나라에서 가장 소문났다. 수양산 고사리와 구워서 부스러뜨린 김을 넣는것이 특색이었다. 돼지고기전, 미나리초대를 꾸미로 놓기도 한다. 나박김치를 곁들인다.

메시루떡(설기떡)

흰쌀가루반죽에 녹두고물과 깨고물을 묻혀 찐 음식.

음식감

흰쌀 700g
사탕가루 30g

녹두 100g
소금 6g

깨 50g



만드는 방법

- ① 흰쌀은 소금과 섞어 가루낸 다음 사탕가루를 두고 물을 맞춘다.
- ② 녹두와 깨는 고물을 만든다.
- ③ 센김이 오르는 시루에 녹두고물을 펴고 쌀가루를 1.5cm 두께로 편다. 한김 올린 다음 깨고물을 놓고 쌀가루를 편다.
- ④ 가루를 다 안치면 20~30분동안 센김에서 찐다. 20~30분간 뜸 들여 얹어

쫄은 다음 썰어서 접시에 담는다.

※ 주로 가을철에 먹는데 특히 명절이나 잔치음식으로 많이 썼으며 잔치상에는 높이 고여 놓는 풍습이 있었다. 보통 경사때는 흰깨고물을, 제사때에는 검은 깨고물을 썼다. 신원지방의 시루떡이 유명하여 이곳에 찾아 오는 손님은 시루떡을 맛 보고야 돌아 갔다고 한다.

찬밀제비국수(씻긴국수)

칼국수를 물에 삶아서 찬물에 만 음식.

음식감

밀가루	150g	닭고기	150g	오이	50g
닭알	1/8알	소금	1g	파	10g
풋마늘	10g	간장	10g	고춧가루	1g
참깨	0.5g				



만드는 방법

- ① 밀가루는 반죽한 다음 도마위에 놓고 두께 0.1cm로 얇게 민 다음 네겹으로 접어 0.3cm로 썬다. 이때 접힌 부분이 퍼지게 풀어 주면서 서로 붙지 않게 한다. 오이로는 생나물을 만들고 닭알로는 실닭알을 만든다.
- ② 냄비에 물 0.5ℓ 두고 닭고기를 삶는다. 고기는 익으면 건져서 풋마늘, 파, 간장, 고춧가루 등으로 무쳐 낸다. 국물은 간을 맞추어 끓이다가 파와 풋마늘을 두고 맛 들인 다음 채에 밭아 차게 식힌다.
- ③ 물을 냄비에 두고 끓이다가 세게 끓어 오를 때 밀제비를 두고 뚜껑을 덮은 다음 1~2분동안 끓인다. 밀제비가 익어서 떠오르면 1분정도 뜸 들여 찬물에서 헹군다.
- ④ 밀제비를 대접에 담고 그우에 닭고기, 오이나물을 꾸미로 소복이 놓고 실고추, 실닭알로 고명한다. 차게 식힌 닭고기국물을 붓고 참깨를 뿌려서 낸다.

※ 여름철음식으로 많이 이용하였다.

녹두묵콩국

콩국에 녹두묵을 말아 만든 음식.

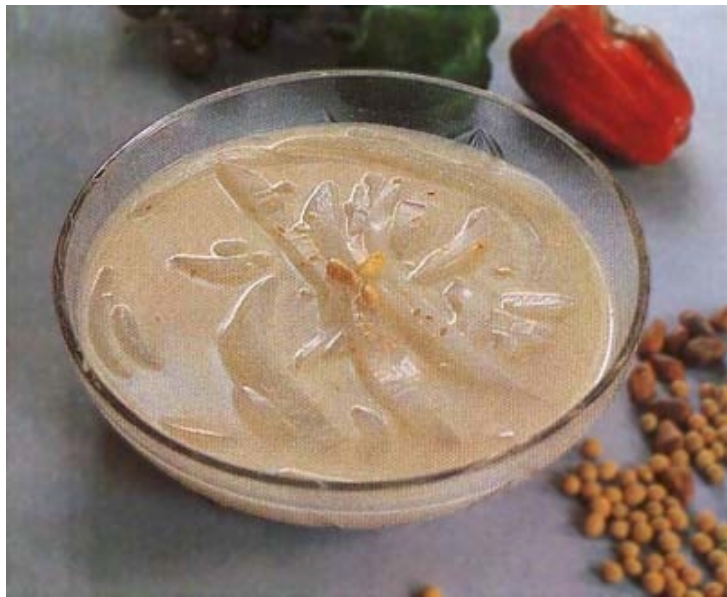
음식감

콩 50g

녹두묵 1모

소금 3g

참깨 10g



만드는 방법

- ① 콩은 비린내가 나지 않을 정도로 삶아서 닭은 참깨와 같이 물망에 갈아 채에 밟은 다음 소금으로 간을 맞춘다. 이것을 차게 식힌다.
- ② 묵을 길이 5cm, 두께 0.5cm, 너비 1cm로 썬다.
- ③ 녹두묵을 대접에 담고 콩국을 붓는다.

※ 한여름의 더위를 가서 내는 음식으로 유명하였다.

열무부추김치

부추와 오이, 열무 등을 섞어서 담근 김치.

음식감

부추 200g
마늘 10g

열무 400g
소금 10g

오이 400g
고춧가루 5g

만드는 방법

- ① 오이는 3~4cm 길이로 토막을 내어 다시 네 쪽으로 쪼갠 다음 소금을 약간 뿌려 준다.
- ② 열무는 4cm 길이로 썰어 소금물에 20~30분간 절인다.
- ③ 열무, 오이를 골고루 섞고 부추를 썰어 넣은 다음 다진 마늘, 고추



가루 등을 두고 부추가 상하지 않게 살살 뒤적이면서 버무려 단지에 넣는다. 30~40분 후에 끓여서 식힌 소금물을 해붓는다.

※ 부추만으로도 만든다.

돼지발쪽줄임

돼지발쪽을 양념하여 푹 졸인 음식.

음식감

돼지발쪽	300g	파	20g	마늘	5g
생강	10g	술	50g	간장	20g
후추가루	0.5g	사탕가루	10g	후추알	5~7알
참기름	10g				



만드는 방법

- ① 돼지발쪽은 쪄개여 냄비에 넣고 물을 많이 부어서 2시간 삶은 다음 큰뼈를 추려낸다.
- ② 초벌 삶은 발쪽은 다시 냄비에 두고 후추알, 술, 생강, 파, 간장, 탕색을 넣은 다음 물을 질퍽하게 붓고 적갈색이 나게 졸인다.
- ③ 마지막으로 생강과 파를 곁어 내고 마늘, 후추가루, 참기름으로 양념을 한 다음 접시에 보기 좋게 담고 졸일 때 나온 즙을 끼얹어 낸다. 새우젓국이나 초간장을 같이 낸다.

돈 전

보드랍게 다진 고기에 밀가루와 닭알물을 섞워 지진 음식.

음식감

소고기	50g	돼지고기	50g	닭알	1알
홍당무우	30g	두부	1/4모	파	20g
마늘	5g	소금	3g	후춧가루	0.5g
밀가루	20g	간장	5g	기름	20g
참깨	2g	참기름	2g	파세리	10g



만드는 방법

- ① 소고기와 돼지고기는 보드랍게 다지고 파, 마늘도 다진다.
- ② 두부는 끓는 물에 데치여 물기를 꼭 짜서 보드랍게 채에 비벼 놓는다.
- ③ 돼지고기, 소고기는 파, 마늘, 두부, 소금, 후춧가루, 참깨, 참기름, 간장 등으로 간과 맛을 들이고 밤알만큼씩 떼내어 직경 3~4cm되게 빚어 놓는다.
- ④ 지짐판에 기름을 두르고 빚어 놓은 전에 밀가루와 닭알물을 섞워 량면에 황갈색이 나게 지진다.

※ 돈잎모양의 형태에서 유래되었다.

강원도의 요리

밥, 죽

찰수수밥
감자밥
강냉이밥
고구마밥
취쌈밥
김밥
금강жат죽
토장아욱죽

떡, 지짐

감자송편
감자떡 (감자시루떡)
감자경단
강냉이설기떡
조찰떡 (차조인절미)
각색조찰떡 (각색차조인절미)
총떡 (메밀전병)
감떡
감가루약떡
수수밤떡
감찰떡
댁싸리떡
팔소흑임자떡
메싹떡
방울증편
무우송편

감개 피떡

감자지짐 (감자부치미)

국수

막국수

팔칼국수

만두, 묵

메밀 만두

강냉이 묵

올챙이 묵

도토리 묵

메밀 묵

새우랭 묵

수제비, 범벅

감자수제비

강냉이수제비

감자범벅

강냉이범벅

국, 탕

가재미 국

도미 국

삼숙이 탕

오복탕

쏘가리매운탕

꼭지구탕 (뚜거리탕)

풋배추계살탕

가막조개전골

미역국

섭조개국

김찬국

김치

동치미
열무김치
해물김치
창란젓깍두기

장아찌

더덕장아찌
송이장아찌

볶음, 곰

밥조개 두부볶음
도치두루치기볶음
새우완자볶음
석이볶음
생선완자볶음
푼고추볶음
멸치푼고추볶음
인삼닭곰

구이, 졸임, 전

쏘가리양념장구이
명태구이
보가지꼬치구이
가물치구이
문어꼬치구이
밥조개구이
돌김구이
잡산적
송도원불고기
감자졸임
고등어졸임
왕새우졸임
털게전

닭고기 전

해삼전

회

쏘가리 회

가오리 회

향어 회

밥조개 회

왕새우 회

골뱅이 회

오징어 회

전복숙회

찜, 튀기, 순대

명태 찜

밥조개 찜

생선쌈찜

생선포찜

생선절임찜

얼간고등어 찜

해삼숙찜

대게 찜

메추리튀기

새우튀기

청취튀기

들깨송이부각

오징어순대

나물, 무침,

곰취나물

고사리나물

도라지생나물

박나물

팔미채
원산잡채
오징어무침
마른오징어젓갈무침
해파리해삼랭채
가오리랭채
우무랭채
밥조개랭채
더덕생채
지누아리무침
파래무침

젓, 식혜, 장 기타

명란젓
명태모젓
창란젓
오징어젓
아가미젓
방게젓
마른명태식혜
가재미식혜
바다게장
바다물두부
민어포
북어
편포
밥조개전골

김 밥

김으로 쌀밥을 말아 만든 음식.

음식감

흰쌀	200g	김	3장	생버섯	30g
소고기	100g	홍당무우	30g	오이절임	30g
닭알	1알	소금	2g	깨가루	2g
사탕가루	10g	참기름	5g	기름	10g
후춧가루	0.3g	마늘	10g	간장	10g



만드는 방법

- ① 흰쌀은 밥을 되직하게 지어 참기름, 깨가루, 소금을 두고 버무리 놓는다.
- ② 버섯은 데쳐 찢어서 기름, 간장, 소금을 두고 볶고 오이절임은 길이대로 세쪽 낸다.
- ③ 홍당무우는 오이와 같은 크기로 썰어 데치고 소금, 깨가루, 사탕가루에 재운 다음 소고기는 0.5cm 각재형으로 썰어 소금, 후춧가루, 마늘, 사탕가루에 재웠다가 기름에 볶는다.
- ④ 닭알은 소금을 두고 고루 푼 다음 두툼하게 지저서 너비 1cm 되게 썬다.
- ⑤ 기름을 발라 살짝 구운 김에 밥을 펴놓고 그우에 소고기, 오이, 홍당무우, 버섯, 닭알을 차례로 놓고 모양 있게 말아 썬 다음 두께 1.5cm 정도로 썰어서 보기 좋게 여러가지 형태로 담는다.

감개피떡

음식감

감가루 150g
흰쌀가루 400g

팥 400g
사탕가루 100g

소금 약간
참기름 40g



기름을 발라 접시에 담는다.

만드는 방법

- ① 흰쌀가루와 감가루를 섞어 익 반죽한 다음 반대기를 만들어 가마에서 찌낸다.
- ② 팥은 삶아서 소금과 사탕가루를 두고 소를 만든다.
- ③ 떡반죽을 잘 치댄 다음 얇게 밀어 소를 1개씩 놓고 맞접어서 반달모양으로 찍어 낸다. 참

쏘가리매운탕

쏘가리를 맵게 양념하여 끓인 음식.

음식감

쏘가리	500g	두부	1모	쭈갓	50g
닭알	1알	고추장	20g	파	20g
마늘	5g	풋고추	20g	간장	5g
고춧가루	0.5g	기름	10g	생강	3g
후춧가루	0.3g				



만드는 방법

- ① 냄비에 기름을 두르고 파와 고춧가루를 두고 볶다가 물을 붓는다.
- ② 물이 끓으면 고추장을 풀어 넣은 다음 쏘가리토막을 넣고 계속 끓인다.
- ③ 간장으로 간을 맞춘 다음 두부와 파를 썰어 둔다. 두부가 익으면 쭈갓을 넣고

닭알을 풀어 넣는다.

- ④ 다 끓은 다음 마늘, 생강, 후춧가루를 둔다.

※ 바다가와 호수가 지방에서는 여러가지 바다생선이나 민물고기로 매운 탕을 다양하게 끓이였다. 입맛을 돋구는데 특효가 있다.

창란젓깍두기

창란젓을 넣어 담근 음식.

음식감.

무우	200g	창란젓	50g	미나리	50g
파	20g	마늘	5g	생강	2g
고춧가루	3g	소금	5g		



만드는 방법

- ① 무우는 사방 2cm의 크기로 썰어 소금에 절였다가 창란젓과 고춧가루를 넣어 버무린다.
- ② 파, 미나리, 생강, 마늘, 소금 등과 고루 섞어 간을 맞춘 다음 제물에 익힌다.

밥조개두부볶음

밥조개와 두부를 넣고 볶아 낸 음식.

음식감

밥조개	400g	두부	반모	파	30g
마늘	10g	간장	10g	기름	20g
후추가루	0.5g	깨	0.5g	소금	약간



만드는 방법

- ① 밥조개는 깨끗이 손질하여 두께 0.3 cm 되는 편을 낸다.
- ② 두부는 밥조개와 같은 크기로 썰어 소금을 뿌렸다가 기름에 튀기거나 지져 낸다.
- ③ 번철에 기름을 두고 파와 밥조개를 볶다가 국물을 약간 둔다. 바글

바글 끓어 오르면 튀긴 두부를 넣고 간장과 다진 마늘, 후추가루, 깨가루를 뿌려 접시에 담아 낸다.

쏘가리양념장구이

쏘가리에 양념장을 발라서 구운 음식.

음식감

쏘가리	500g	간장	50g	참기름	10g
파	20g	마늘	5g	후춧가루	0.5g
깨가루	3g	생강	5g		



만드는 방법

- ① 쏘가리는 깨끗이 손질한 다음 양쪽면에 4~5cm 의 간격으로 칼에 임을 주고 물기를 짜운다.
- ② 파와 마늘은 다지고 생강은 즙을 낸다.
- ③ 간장에 다진 파와 마늘, 생강즙, 후춧가루, 깨가루, 참기름 등을 두고 잘 섞어서 양념장을 만든다.
- ④ 쏘가리에 양념장을 발라서 20분정도 재웠다가 적외선에 놓고 구워낸다. 초간장 또는 초고추장을 함께 낸다.

개성, 경기도의 요리

밥, 죽

장국밥
약밥
오평밥
개성비빔밥
잡과찰밥
김치밥
콩나물밥
나물밥
밤밥
굴밥
김쌈밥
жат죽
흑임자죽
콩죽
깨죽
수원의 찰쌀죽

떡, 지짐

개성찰쌀떡
송편
우메기
대추개피떡
봉우리떡(두릅떡)
물호박떡
상추떡
느티떡
수수도가니

솔방울떡
근대떡
진달래꽃전
색떡
개성경단
각색경단
각색편(백편, 꿀편, 승검초편)
려주산병
주악
대추단자
겨떡
빈자떡(녹두지짐)
수수지짐

국수

국수장국
제물국수
칼싹두기
비빔국수
찬콩국수
도미국수

만두, 수제비

개성만두
개성편수
평양고기만두
메밀만두
어만두
멸치장수제비
버섯장국수제비

국, 탕

소고기탕국
조랭이떡국

떡국
곰국
닭젓국
민어매운탕
뱅어국
북어국
해장국
토란국
냉이토장국
쭈국
신선로
면신선로
승기약탕
설령탕
갈비탕
죽탕
영계백숙
추탕(추어탕)

김치

개성보쌈김치
장김치
평김치
조이김치
오이장김치
알무우깍두기
총각김치
순무우짬지(수무짬지)
순무우석박지
채김치
콩밭무우김치
숙깍두기

숙김치
오이통김치
방아다리김치
비늘김치
석류김치

찌개, 장아찌

감동젓찌개 (건뎡이젓찌개)
민어찌개
마른조기장아찌
배추잎장아찌

나물, 무침, 볶음

구절판
녹두나물 (숙주나물)
물쭈나물
인삼나물
나무재나물
원추리나물
고수생채
메밀묵김치무침
파상추절이지
단무지무우
달래무침
잡채
어채
탕평채 (녹두묵채)
묵은나물볶음 (대보름나물)
해삼완자볶음
배추꼬랭이볶음

구이, 적

너비아니 (소고기양념장구이)
소갈비구이

북어구이
공치된장구이
굴꼬치구이
두부적
송이산적
떡산적

줄임, 전

소고기장줄임
토란줄임
조기줄임
꿀뚜기줄임
홍합초
두부장줄임
소간전(간랍)
홍해삼전
대합조개전

회, 찜, 튀기

갑회(회갓)
생굴회
갈비찜
종갈비찜
황계찜
호박선
도미찜
애호박찜
개성소갈비무우찜
수란
푼고추부각
다시마튀각
파래튀각

편육, 전골, 자반

양지머리편육

소머리수육

소혀편육

소족편

각색전골

조개전골

매듭자반

고기장떡

장, 절임, 젓갈

룡인외지(룡인오이지)

무우고추장절임

굴비

굴젓

약 밥

찐 찹쌀밥에 여러가지 재료를 섞어서 다시 시루에 찐 음식. 약반, 약식이 라고도 한다.

음식감

찹쌀	100g	꿀	30g	밤	50g
대추	20g	잣	10g	참기름	5g
간장	5g	계피가루	2g	사탕가루	15g
은행	20g				



만드는 방법

- ① 찹쌀을 불구었다가 시루에서 고슬고슬하게 찐다. 밤은 속껍질까지 벗기여 2~3쪽을 내고 대추는 씨를 뽑고 절반으로 쪼개며 은행은 닦아서 껍질을 벗긴다.
- ② 뜨거운 밥에 간장, 꿀, 참기름, 은행, 밤, 사탕가루를 두고 풀이 나지 않게 섞는다. 단지에 넣고 뚜껑을

꼭 덮은 다음 8~10시간 증탕한다. 이때 3시간정도 지나서 대추를 넣으며 가마의 물이 줄면 다시 붓고 증탕하다가 한번 뒤집어 섞는다.

- ③ 적갈색이 나면서 윤기가 돌면 잣알과 계피가루를 뿌려 낸다.

※ 정월보름날의 특별음식이었으며 생일날, 명절날, 귀한 손님이 찾아 왔을 때에도 만들었다.

대추개피떡

흰떡에 대추소를 넣고 반달모양으로 찍은 음식.

음식감

흰쌀가루	1Kg	대추	300g	녹두	200g
깨	50g	소금	10g	참기름	30g
사탕가루	40g				



만드는 방법

- ① 흰쌀가루를 익반죽하여 찌 다음 치댄다.
- ② 대추는 씨를 뽑고 잘게 다진다.
- ③ 녹두는 타개여 불구었다가 껍질을 벗기고 물을 짜운다.
- ④ 이것을 시루에 안쳐 40℃ 정도 찌 다음 주걱으로 으깨여 놓는다.
- ⑤ 다진 고추, 녹두보숭이, 사탕가루, 깨가루를 고루 섞어 대추알만하게 빚어 소를 만든다.
- ⑥ 흰떡을 얇게 밀고 소를 넣은 다음 반달모양으로 찍어 참기름을 바른단다.

※ 경기도의 개피떡은 이 지방에서 많이 나는 대추를 넣고 만드는 것이 특징이다. 특히 수원지방에서 단오날에 즐겨 해먹는다.

개성편수

밀가루반죽에 만두소를 넣고 가장자리를 맞붙여 네모나게 빚은 음식.

음식감

밀가루	200g	소고기	50g	닭고기	50g
돼지고기	100g	두부	1모	녹두나물	50g
잣	50g	마늘	5g	소금	5g
참기름	5g	후춧가루	0.5g	파	20g
깨소금	3g				



만드는 방법

- ① 밀가루반죽을 얇게 민다.
- ② 두부, 소고기, 돼지고기, 닭고기, 녹두나물을 섞어서 양념하여 소를 만든다.
- ③ 얇게 민 반대기에 소를 넣고 잣 두세 알을 넣고 가장자리를 맞붙여 귀가 생

기게 빚는다.

- ④ 끓는 물에 편수를 삶아 건져 대접에 담아 초간장, 배추김치나 나박김치를 같이 낸다.

※ 경기도와 서울지방에서도 물에 삶아 건진 만두를 편수라고 불렀다. 개성지방에서는 돼지고기를 많이 쓰며 양념감으로는 파보다 마늘을 많이 썼다. 편수는 한가지 고기만을 넣어 만들기도 한다.

소고기탕국

소고기를 푹 삶아 양념한 음식.

음식감

소고기	300g	파	20g	후춧가루	0.5g
간장	5g	고춧가루	1g	마늘	5g
소금	2g	깨가루	2g		



만드는 방법

- ① 소의 양지머리, 사태, 갈비에 붙은 살 등을 푹 삶아 건져서 찢는다.
- ② 이것을 파, 마늘, 후춧가루, 간장, 깨가루에 무쳐 다시 국물에 넣고 끓인다. 고춧가루는 식

성에 따라 넣는다.

※ 평양의 육개장과 대구의 육개장(대구탕)은 매운것이 특징인데 서울의 육개장은 맵지 않았다.

신 선 로

숯을 넣은 불통이 가운데에 달려 있는 용기에 고기류, 수산물, 남새 등을 돌려 담고 끓여 먹는 음식.

음식감

소고기	200g	소의 양	50g	염 통	50g
소치넵	50g	소간	50g	닭고기	400g
전복	50g	새우	50g	해삼	10g
둥글과	50g	버섯	30g	닭알	6알
미나리	50g	홍당무우	50g	참대순	50g
잣	10g	대추	10g	밀가루	60g
밤	60g	마늘	10g	참기름	10g
파	10g	소금	30g	은행	10g
간장	20g	후추가루	3g	사탕가루	20g
깨소금	10g	실고추	3g	당면	10g
기름	50g				



만드는 방법

- ① 닭고기는 저며 양념에 채우고 닭뼈와 껍질로 고기국을 만든다.
- ② 소고기의 절반은 다져서 완자를 만들어 밀가루와 닭알물에 굴리며 남은 고기는 찢어서 양념하여 채운다.
- ③ 다른 소고기로는 전을 지진다.

충청도의 요리

밥, 죽

보리밥
콩나물밥
무우밥
보리죽
녹두죽
호박풀대죽

떡, 지짐

해장떡
쇠머리떡(소머리떡)
곤떡
약설기떡
깨떡
마구설기
색떡
당귀편(당귀설기)
백편
국화전
꽃전병(꽃산병)
기주떡
수수팔떡
햇보리떡
개떡
감자송편
참개떡
도토리떡

호박떡

꿀편

감자부침

동부부치기

밀전병

국수, 묵, 범벅

칼국수

조개칼제비국

감자수제비

나박김치랭면

청포묵

호박범벅

호박풀대

호박꿀단지

국, 탕

생날떡국

준치된장국

굴랭국

콩국

두부새우젓국

파국

배추들깨국

콩김치국

넙치아욱국

청포묵국

복탕

추어탕

애탕

김치

호박김치

수박김치
박김치
붉은봄무우김치
새우젓깍두기
씀바귀김치
열무물김치

장아찌, 찌개

갯장아찌
수박장아찌
감장아찌
무우장아찌
과짬지
민물새우찌개
새우젓시래기찌개
청국장찌개
호박김치찌개
콩나물지찌개
닭고기새우젓찌개

볶음, 구이

말린묵볶음
돼지고기고추장양념구이
더덕고추장양념구이
모파구이

적, 튀기

소고기섭산적
미나리적
고추적
박누름적
미꾸라지튀기
홍어튀기
김튀기

줄임, 회, 찜

마른조개살줄임

미꾸라지회

민어회

떡찜

홍어찜

나물, 무침, 채

취나물(묵은 나물)

참죽나물

고추꼭지채

싸리버섯무침

동부청포

고추랭채

씀바귀나물

갯채

편육, 자반

돼지대가리편육

홍어자반

장

장떡

담북장

지레장(지름장)

계장

집장

밀고추장

젓갈

어리굴젓

풋고추젓

들깨잎장절임

해 장 떡

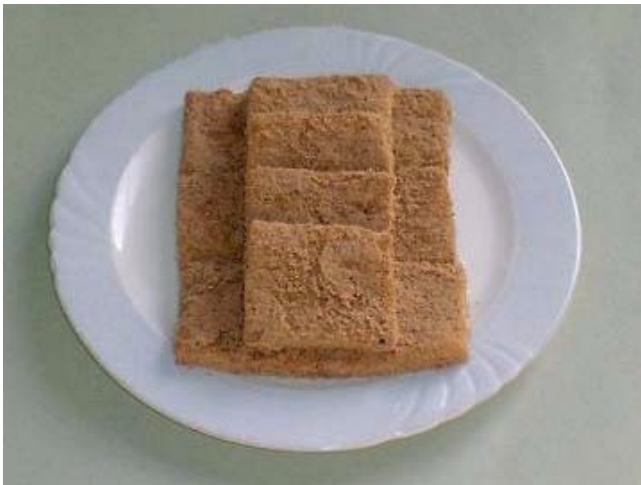
찰떡에 팔고물을 묻힌 음식.

음식감

찰쌀 800g

팔 250g

소금 8g



만드는 방법

- ① 찰쌀을 불구었다가 건져서 물을 찌운 다음 시루에서 30~40분간 찐다. 여기에 소금물을 100~150g을 두고 뜸을 들인다.
- ② 팔은 고물을 만든다.
- ③ 뜸들인 찰밥을 절구로 찜은 다음 손바닥만한 크기로 만들어 팔고물

을 많이 묻힌다.

※ 충청도 어부들이 주로 아침에 해장국을 마실 때 함께 먹은데서 붙은 이름이다.

청 포 묵

녹두를 갈아서 만든 음식.

음식감

녹두	1Kg	밀가루	50g	파	20g
마늘	10g	깨소금	약간	참기름	5g
간장	30g	고추가루	3g	깨가루	2g



같이 넣어 묵을 쑈다.

만드는 방법

- ① 녹두를 타개여 불구었다가 비벼 주면서 껍질을 없앤다. 이것을 망에 갈아체에 발은 다음 찬물을 많이 붓는다. 옷물을 버리고 가라 앉은 흰 앙금으로 농마가루를 만든다.
- ② 농마가루에 밀가루를
- ③ 청포묵을 썰어 파, 마늘, 깨가루, 깨소금, 간장, 참기름, 고추가루로 만든 양념장을 얹어서 낸다.

두부새우젓국

두부에 굴과 새우젓을 두고 끓인 음식.

음식감

두부 1모
파 20g
참기름 5g

굴 100g
마늘 10g
깨소금 3g

새우젓 10g
붉은 고추 1개



만드는 방법

- ① 두부는 사방 1cm 로 썰고 굴은 연한 소금물에 씻어서 잡냄새를 없앤다.
- ② 붉은 고추는 송송 썰어 씨를 털고 파는 굵게 썬다.
- ③ 냄비에 기름을 두고 파와 붉은 고추를

볶다가 국물을 붓는다. 국물이 끓으면 굴과 두부를 둔다.

- ④ 국물이 끓고 굴이 익으면 다진 마늘을 두고 깨소금과 새우젓으로 간을 맞춘 다음 참기름으로 맛을 낸다.

붉은봄무우김치

붉은봄무우에 풋배추나 미나리를 두고 담근 김치음식.

음식감

붉은봄무우 2Kg
파 50g
소금 50g

풋배추 500g
마늘 30g

미나리 200g
고추가루 20g



만드는 방법

- ① 무우는 길이로 절반 쪼개여 반달모양으로 얇게 썰고 풋배추와 미나리는 다듬어 썬다.
- ② 무우와 풋배추, 미나리에 고추가루를 두고 버무리다가 실파와 다진 마늘, 소금을 섞은 다음 단지에 넣는다.

- ③ 삼삼한 소금물을 붓고 익힌다.

소고기섭산적

소고기에 여러가지 양념을 두고 지진 음식.

음식감

소고기	600g	두부	1모	마늘	20g
배	100g	깨	10g	참기름	25g
사탕가루	20g	기름	50g	잣알	40g
간장	20g	후춧가루	3g	소금	5g



만드는 방법

- ① 소고기는 보드랍게 다진다.
- ② 배는 절반은 즙을 내고 나머지 절반은 굴 쪽모양으로 썰어 소금물에 담근다.
- ③ 다진 고기에 물기를 짜우고 부스러뜨린 두부, 사탕가루, 배즙, 마늘, 참기름, 간장, 후춧가루를 두

고 이긴 다음 둥근 모양으로 빚어 칼금을 몇군데 준다.

- ④ 이것은 기름을 둔 지짐판에서 앞뒤가 진갈색이 나게 지진다. 접시에 소고기섭산적을 담고 성글게 다진 잣을 뿌린 다음 배를 곁들여 낸다.

※ 소고기약산적은 섭산적과 빚는 방법이 다르다. 약산적은 양념한 고기를 기름을 바른 종이에 5mm의 두께로 편 다음 가로세로 칼어임을 주고 적외에서 지진 다음 기름종이를 벗기고 네모나게 썰거나 삼각형으로 썬다.

경상도의 요리

밥, 죽

진주비빔밥
통영비빔밥
대구헛제사밥
무우밥
생선회비빔밥
단가래죽
참조기죽
열합죽
김치죽
жат대추죽
호박풀대죽
애호박죽

떡, 지짐

송편
만경떡
부편
무지개떡
마구설기
쑥굴래
밀비지
쫄떡
감자떡
감자송편
모시잎송편
잡파편(대추경단)
жат구리

웃기떡

절떡

장떡

단자

부꾸미

차노치

지짐

국수

닭칼국수

진진국수

누른국수

안동밀국수

밀국수랭면

조래국수

고구마칼국수

진주랭면

만두, 묵, 범벅

쫄만두

메밀묵

도토리묵

호박범벅

국, 탕

선지국

떡국

깨집국

대구국(대구탕)

채첩부추국

북어미역국

멸치김치국

홍합미역국

풍장어국

소라국
우렁이국(고동국)
민물고기국
인절미장국
가재썩국
들깨참깨미역국
호박잎국
썩국
병아리탕(영계탕)
콩가루김치국
어글탕
조개탕
아귀탕
추어탕
두루치기

김치

전복김치
들깨잎김치
우엉김치
부추김치
콩잎김치
속새김치

찌개, 장아찌

대구찌개
미더덕찌개
도루메기젓찌개(도루묵젓찌개)
깨잎장아찌
콩잎장아찌
참대순장아찌
참외장아찌

볶음

평 버섯 볶음

메 뚜기 볶음

구이, 적

돼지 발쪽 구이

돼지 갈비 구이

은어 구이

칼치 구이

상어 구이 (상어 돔배 기 구이)

도미 구이

뱀장어 구이

유곽

대합조개 구이

참새 구이

소라꼬치 구이

마른문어쌈

배추적

상어약산적

김부치개

줄임, 전

홍어줄임

닭날개 줄임

아귀줄임

장어줄임

김치전

파전

회

광어회

고등어회

피조개회

갯장어회

해 파리 회

찜

도미 찜 (돔찜)

소라 찜

바다게 찜

아귀 찜

미더덕 찜

우렁이 찜 (우렁 찜)

명태 고명 지 찜

튀기

꿀뚜기 튀김

감자 부각

참쌀다시마 튀기

고추 부각

참쑥 튀각

우엉 잎 부각

나물, 무침

해삼 무침

배추 고추장 무침

전복 무침

미역 줄기 무침

전복 랭채

툇나물

청각 무침

골뱅이 랭채

소고기 랭채

소라 랭채

해물 잡채

대구 껍질 채

꿀뚜기 무우 생채

두부 생채

쑤음배 추겉절이
꽃마늘겉절이
부루겉절이 (상치겉절이)

포, 자반

전복쌈
약대구포
붕어포
우영잎자반

식혜, 젓갈

가재미식혜
진주식혜
멸치젓
대구아가미젓
대구알젓
해삼창자젓
전복젓

진주비빔밥

진주지방에서 만들어 먹는 비빔음식. 화반(꽃반)이라고도 한다.

음식감

밥	200g	소고기	80g	선지피	100g
콩나물	70g	무우	40g	고사리	50g
쪽대기(돌김)	1.5장	청포묵	1/2모	바지락조개	200g
녹두나물	70g	쭈갓	70g	후추가루	3g
참기름	30g	소금	10g	마늘	10g
파	50g	사탕가루	10g	깨소금	5g
엿장	약간				



만드는 방법

- ① 조개를 참기름에 볶다가 물을 두고 끓여 보탕국을 만든다.
- ② 콩나물, 녹두나물과 쭈갓, 무우, 고사리, 쪽대기는 양념하여 무치거나 볶아서 나물을 만든다.
- ③ 소고기는 육회를

만들고 청포묵은 채썬다.

- ④ 솥대접에 밥을 담고 여러가지 나물과 청포묵, 육회를 얹는다. 보탕국과 선지피국, 김치, 마른 북어무침과 오징어채볶음을 같이 낸다.

※ 진주비빔밥의 특징은 소고기육회를 비빔밥우에 놓으며 선지피국이 반드시 따른것이다. 소고기, 무우, 토란대, 고사리를 같이 넣어 끓인 국을 곁들이기도 한다.

전라도의 요리

밥, 죽

전주비빔밥
전주콩나물국밥
죽실밥
갯쌈지
닭죽
어죽
콩나물죽
피문어죽
합자죽
대합죽
십조개죽
우렁죽(우렁이죽)
미꾸라지죽
녹두죽
떡호박죽
대추죽
깨죽
복령죽
모파죽
런밥죽

떡, 지짐

전주편(소말이 단떡)
재증편
차조기떡
고치떡
복령떡
라복병
우찌지

호박메시루떡
수리취떡(수리취개떡)
벨기송편(삐삐떡)
호박고지찰시루떡
녹두설기
쭈찰떡(쭈굴레)
감찰떡
시루감떡
감인절미
감고지떡
감시루떡
감단자
섬전
화전
송기절편
송기개피떡
전주경단
해남경단
메밀말이떡
녹두지짐

국수, 묵

고동칼국수
진달래화면
밀국수
황포묵

국, 탕

메밀싹국
보리국
대합국
콩나물랭국
생미역국
머위들깨탕
천어탕

뱀 장어 탕
추 탕
죽순 탕
고사리 탕
두루치기

김치

굴깍두기
총각무우김치
콩나물김치
동파석박이
쌈바귀김치
파젓김치
어리김치
가지김치
풋고추김치
미나리지
겨자국김치

장아찌

김장아찌
고추잎장아찌
감장아찌

나물, 무침

콩나물잡채
곰취나물
참대순나물
머위나물
방아나물
돛나물
겨자잡채
죽순채
미나리초침
녹두묵무침
은행묵무침

파래 무침
해파리 무침
골뚜기 무우생채
수박생채

구이, 적

홍어 꼬치 구이
닭불고기
새끼돼지구이
낙지구이
유곽
은어 구이
생치섭산적
송이산적
교추적(꼬치적)
참대순누름적(죽순적)
동파산적

줄임, 전

붕어줄임
련뿌리줄임
보리새우줄임
소쫄뚜기줄임
대합전
소천엽전
돼지발쪽전
애호박전

회

홍어회
미나리감은회
백순회
참대순회(죽순회)
뱀장어회
뱅어회

찜, 튀기

참대 순찜 (죽순찜)
새끼돼지찜 (자돈증)
동과선
가죽부각
김부각
물고기튀기

편육

애저
죽편

자반, 포

새우자반
마른명태보풀자반
멸치자반
소고기포
민어포
대구포
굴비로적

장

순창고추장
두부장
익산조기젓장
콩게젓장

젓갈

대구아가미젓
멸치젓
새우알젓
뱅어젓
굴젓
황새기젓
멸치간장(멸간장)
송어알

어 죽

물고기를 넣고 쑨 음식.

음식감

흰쌀 100g
소금 3g
마늘 3g

물고기 200g
후추가루 0.2g

파 10g
생강즙 1g



만드는 방법

- ① 물고기는 살만 너비가 2cm 정도 되게 썰어 놓은 다음 다진 파와 마늘, 소금, 생강즙으로 채워 놓는다.
- ② 물고기뼈를 푹 끓인 다음 조리료 건져 내고 채워 놓은 물고기살은 넣는다. 국물이 끓으면 거품을 걷어 내고 물고기살을 건진다.
- ③ 쌀을 안치고 끓인다. 쌀알이 퍼지면 건져 놓았던 물고기살을 두고 끓이면서 송송 썬 파와 다진 마늘, 후추가루를 치고 소금으로 간을 맞추어 대접에 담는다. 양념장과 김치를 곁들인다.

※ 무주지방의 어죽이 유명하였다.

제주도의 요리

밥, 죽

기름밥(지름밥)

새끼돼지죽

닭죽

도미죽

전복죽

옥돔죽

계죽(강이죽)

미역죽(매역새죽)

버섯죽(초기죽)

떡, 지짐

쭈떡(속떡)

명석떡

오매기떡

차좁쌀떡

좁쌀가루떡(침떡)

돌래떡

고구마떡(빼대기)

고구마절편

반찰곤떡과 달떡

메밀지짐(빙떡)

썩지짐

고사리메밀지짐

국수

도미국수

만두

메밀만두

국, 탕

돼지고기탕국

제주도두루치기
해물뚝배기
평국
바르국
보가지국(복쟁이국)
계국(강이국)
미역국
고사리국
고사리탕
달래국(평마농국)
곤떡국
우무랭국
툇랭국
콩국

김치

전복김치
해물김치
동지김치

장아찌, 찌개

풋고추오이장아찌
달래찌개
버섯된장찌개

나물

툇나물
전복사채
미역나물
파래젓생채

적, 구이

돼지고기구이
평적
상어포구이

상어산적
옥도미구이
불락구이
전복꼬치구이
메밀묵구이

줄임, 곰

돼지고기줄임
전복줄임
꿩고기줄임
자리지짐이
닭곰
햇병아리곰

전

미스전 (돼지고기돈전)
상어지짐
고사리누름전
닭알전
참나무버섯전 (초기전)

회

돼지새끼회
굴숙회
자리회
비께회
전복회
오징어회

순대, 찜

순대 (수애)
송아지찜 (송치 고음)
전복찜

깨잎찜

튀기

깨잎부각

가죽부각

다시마튀각

고구마떡(빼대기)

고구마가루로 송편같이 빚은 음식.

음식감

고구마 2Kg

당콩 100g

소금 5g



만드는 방법

- ① 고구마를 껍질을 벗기고 얇게 썰어 말린다. (빼대기)
- ② 말린 고구마를 가루내어 익반죽한 다음 반대기를 만들어 찜솥에서 찌낸다. 고구마떡이 꾸둑꾸둑하게 식으면 당콩보숭이를 묻힌다.

※ 겨울철 음식으로 많이 만들어 먹었다.

찾아보기

 밥	 지지개	 찜
 죽	 장아찌	 튀기
 떡	 나물, 무침	 편육
 지짐	 볶음	 전골
 국수	 구이	 비지, 두부
 만두	 졸임	 자반
 묵	 적, 산적	 젓, 젓갈
 수제비,		
 칼제비	 곶	 절임
 국, 탕	 전	 식혜
 김치	 회	 범벅
 찌개	 순대	 포
		 장

밥

감자밥(강원도)
 감자밥(량강도)
 갯쌈지
 강냉이밥(강원도)
 강냉이밥(자강도)
 고구마밥(평양, 평안도)
 고구마밥(강원도)

굴김치밥
 굴밥(황해도)
 굴밥(개성, 경기도)
 기름밥(지름밥)
 김밥
 김치국밥
 김치밥(개성, 경기도)
 김치밥(황해도)
 김쌈밥

개성비빔밥	찰수수밥(자강도)
귀밀밥	취쌈밥(강원도)
나물밥	취쌈밥(량강도)
닭고기밥	콩나물밥(개성, 경기도)
닭고기온반	콩나물밥(충청도)
닭비빔밥	콩나물밥(평양)
당콩밥	통영비빔밥
대구헛제사밥	평양비빔밥
무우밥(경상도)	평양온반
무우밥(충청도)	꽃완두밥
무우밥(함경도)	함흥갈비국밥
메밥	홀잎밥
밤밥	해주비빔밥(해주교반)
보리밥(충청도)	깨잎쌈밥
보리밥(황해도)	약밥
볶음밥	오곡밥(평양, 평안도)
비지밥	오곡밥(개성, 경기도)
섭조개밥	
송이버섯밥	
순두부국밥	
새알당콩밥	
생선회비빔밥	
잡과찰밥	
장국밥	
전주비빔밥	
전주콩나물국밥	
조밥	
죽실밥	
진주비빔밥	
췌기밥	
찰수수밥(강원도)	

죽

금강жат죽
김치죽
계죽(강이죽)
남매죽
녹두죽(전라도)
녹두죽(충청도)
단가래죽
닭죽(제주도)
닭죽(전라도)
도미죽

동그래죽
 대추죽
 대합조개죽
 새끼돼지죽
 대합죽
 런밥죽
 룡봉탕(죽)
 모과죽
 미역죽(매역새죽)
 미꾸라지죽
 버섯죽(초기죽)
 보리죽
 복령죽
 십조개죽
 수수죽
 수원의 찹쌀죽
 잣대추죽
 잣죽
 전복죽
 참조기죽
 콩죽
 콩나물죽
 토장아욱죽
 통강냉이죽
 평양닭죽
 평양어죽
 피문어죽
 합자죽
 호박풀대죽(경상도)
 호박풀대죽(충청도)

흑임자죽
 해삼죽
 깨죽
 떡호박죽(황해도)
 떡호박죽(전라도)
 어죽
 얼군콩죽
 열합죽
 우렁죽
 옥돔죽
 애호박죽

떡

가락떡
 각색경단
 각색조찰떡(각색차조인절미)
 각색편(백편, 꿀편, 승검초편)
 감가루약떡
 감고지떡
 감개피떡
 감단자
 감시루떡
 감자경단
 감자설기
 감자송편(강원도)
 감자송편(경상도)
 감자송편(량강도)

감자송편 (충청도)	귀밀 송편
감자찰떡	귀밀떡
감자떡 (감자시루떡)	나리떡
감자떡 (경상도)	녹두설기 (전라도)
감자떡 (량강도)	녹두설기떡 (평양)
감찰떡 (강원도)	느리떡
감찰떡 (전라도)	단자
감떡	단호박절편
감인절미	달떡
강냉이골무떡	닭알떡
강냉이기지떡	당귀편 (당귀설기)
강냉이설기떡	도토리떡
겨떡	돌래떡
경단	들깨잎떡
고구마경단	대추개피떡
고구마절편	대추단자
고구마떡 (배대기)	댁싸리떡
고치떡	라복병
곤떡	려주산병
골무떡	마구설기 (경상도)
국화전	마구설기 (충청도)
근대떡	만경떡
기장취떡	멍석떡
기장콩떡	모시잎송편
기주떡	무지개떡 (경상도)
기지떡 (쉬움떡)	무지개떡 (평양, 평안도)
기지떡 (증편)	무우설기떡
개성경단	무우송편
개성참쌀떡	물호박떡
개떡	밀비지
괴명떡	메밀말이떡

메시루떡 (설기떡)	전주경단
메싹떡	전주편 (소말이 단떡)
반찰곤떡과 달떡	절떡
방울증편	조개송편
복령떡	조찰떡 (차조인절미)
봉우리떡 (두릅떡)	좁쌀가루떡 (침떡)
부편	좁쌀떡
백편	주악
상추떡	증편
섬전	진달래꽃전
솔방울떡	재증편
송기개피떡	차조기떡
송기절편	차좁쌀떡
송기떡	찰강냉이떡 (자강도)
송편 (경상도)	찰강냉이떡 (평양)
송편 (개성, 경기도)	찰떡인절미
송편 (평양, 평안도)	총떡 (메밀전병)
수리취떡 (수리취개떡)	침개떡
수리취인절미	침떡
수수도가니	취개피떡
수수밤떡	취절편
수수삶이떡	큰송편
수수팔떡	튀긴단떡
시루감떡	팔소흑임자떡
색개피떡	호박고지찰시루떡
색떡 (개성, 경기도)	호박메시루떡
색떡 (충청도)	호박찰시루떡
쇠머리떡 (소머리떡)	호박떡
잡과편 (대추경단)	해남경단
жат구리	해장떡
장떡	햇보리떡

흰설기떡 (시루떡)	고사리메밀지짐
화전	노치
꼬리떡	녹두지짐 (전라도)
꼬장떡	녹두지짐 (평양)
꽃전	농마지짐
꽃전병 (꽃산병)	동부부치기
꿀물경단	밀전병
꿀편	메밀지짐 (빙떡)
깨떡	부꾸미
뽕떡	빈
뽕기송편 (뽕뽕떡)	빈자떡 (개성)
쭈굴래	수수지짐
쭈절편	지짐
쭈찰떡 (쭈굴래)	차노치
쭈떡 (쭈떡)	찰수수부꾸미 (함경도)
약설기떡	찹쌀부침
언감자떡	찹쌀전병 (찰부꾸미) (평양, 평안도)
오그랑떡 (함경도)	찹쌀지짐 (찹쌀전병) (함경도)
오그랑떡 (평양, 평안도)	콩지짐
오매기떡	푼강냉이지짐
오쟁이떡	평지짐
우기	완두지짐
우메기	
우찌지	
웃기떡	

국수

지짐

감자부침
감자지짐 (감자부치미)

감자농마국수
감자호박채국수
고기쟁반국수
국수장국

귀밀국수
 나박김치랭면
 녹두농마국수
 느릅쟁이국수
 도미국수(개성, 경기도)
 도미국수(제주도)
 막국수(평양, 평안도)
 막국수(강원도)
 밀국수
 밀국수랭면
 메밀국수
 비빔국수
 진달래화면
 진주랭면
 찬밀제비국수(씻긴국수)
 찬콩국수
 평양랭면(평양국수, 평양메밀국수)
 평양쟁반국수
 회국수
 꿩고기랭면
 안동밀국수
 어북쟁반국수
 언감자국수
 온면
 올챙이국수(목)

만두

감자막가루만두

군만두
 개성만두
 개성편수
 메밀만두(강원도)
 메밀만두(개성, 경기도)
 메밀만두(제주도)
 꿩고기만두(개성, 경기도)
 꿩만두(경상도)
 찢만두
 어만두

수제비, 칼제비

감자수제비(강원도)
 감자수제비(충청도)
 강냉이수제비
 건진국수
 고구마칼국수
 고동칼국수
 누른국수
 닭칼국수
 멸치장수제비
 버섯장국수제비
 조개칼제비국
 조래국수
 제물국수
 칼국수(평양, 평안도)
 칼국수(충청도)
 칼싹두기
 팔칼국수

깨 칼국수

황포묵

올챙이묵

범벅

감자범벅

강냉이범벅

밀가루범벅

호박범벅 (량강도)

호박범벅 (황해도)

호박범벅 (경상도)

호박범벅 (충청도)

호박풀대

호박꿀단지

묵

강냉이묵 (평양, 평안도)

강냉이묵 (강원도)

녹두묵 (평양, 평안도)

도토리묵 (강원도)

도토리묵 (경상도)

묵물

묵장폐묵

메밀묵 (평양, 평안도)

메밀묵 (강원도)

메밀묵 (경상도)

새우랭묵

청포묵 (충청도)

국, 탕

가재미국 (강원도)

가재미국 (함경도)

가재썩국

갈비탕

감자고기국

고기완자탕

고사리국 (자강도)

고사리국 (제주도)

고사리탕 (전라도)

고사리탕 (제주도)

곤떡국

곰국

곰돌장사귀

굴 (굴린) 만두

굴국

굴랭국

근대국

길짬구국

김국

김찬국

김치국

계국

계국 (강이국)

넙치아욱국

녹두묵콩국

내복탕(돼지내포탕)	명태매운탕
냉이국	무우새우젓국
냉이토장국	미역국(평양, 평안도)
다시마랭국	미역국(강원도)
달래국(뽕마농국)	미역국(제주도)
닭고기국	미역계장국
닭젓국	미역성계국
닭탕	미역찬국
도미국	민물고기국
도미탕	민어매운탕
두루치기(경상도)	메밀쌈국
두루치기(전라도)	바르국
두부새우젓국	바스레기김국
두부탕	병아리탕(영계탕)
들깨참깨미역국	보가지국(북쟁이국)
대구국(대구탕)	보리국
대동강숭어국	복탕
대합국	북어국
대합조개국	북어미역국
된비지탕	배추들깨국
돼지고기국	배추돼지고기남비탕
돼지고기내포탕	뱀장어국
돼지고기배추국	뱀장어탕
돼지고기탕국	뱅어국
돼지고기해삼탕	뱅어탕
랭콩국	산천어푹고추국
만두국	삼숙이탕
머위들깨탕	선지국
면신선로	설렁탕
멸치김치국	섭조개국
명태국	소갈비국

소고기탕국	콩가루김치국
소내포국	콩국(충청도)
소라국	콩국(제주도)
승기약탕	콩김치국
시금치조개국	콩나물국
신선로	콩나물랭국
생날떡국	토란국
생미역국	툇랭국
생버섯국	파국(함경도)
세천어국(천렵국)	파국(충청도)
세치네장국	평양떡국
조기국	꽃배추계살탕
조기매운탕	풍장어국
조개탕(평양, 평안도)	함홍보신탕(단고기국)
조개탕(경상도)	호박만두국
조랭이떡국	호박순뜨더국
죽탕	호박새우탕
죽순탕	호박잎국
준치된장국	홍합미역국
재첩부추국	해물뚝배기
제주도두루치기	해장국
참나물국	햇고사리국
천어탕	꽃계장국
청포묵국	꼭지구탕(뚜거리탕)
초계탕	깨접국
추탕	깻국
추탕(추어탕)	떡국(개성, 경기도)
추포탕	떡국(경상도)
추어탕(경상도)	뜨더국(평양, 평안도)
추어탕(충청도)	뜨더국(황해도)
칠색송어국	쏘가리매운탕

쭉국(개성, 경기도)	개성보쌈김치
쭉국(경상도)	나박김치
아귀탕	달래젓김치
야래탕	돌나물김치
어글탕	동과석박이
어북쟁반	동지김치
영계백숙	동치미(평양, 평안도)
오리고기탕국	동치미(강원도)
오복탕	두릅김치
오이토장국	들깨잎김치
우렁이국(고동국)	대구깍두기
우렁이닭알국	미나리김치
우무랭국	미나리지
이면수국	박김치
인절미장국	방아다리김치
잉어국	부추김치
잉어탕	붉은갓김치
애탕	붉은봄무우김치

김치

가지김치	비늘김치
감자나박김치	석류김치
감자속통배추김치	석박김치
감자깍두기	속새김치
갓김치(량강도)	수박김치
갓김치(황해도)	숙김치
겨자국김치	숙깍두기
고수김치	순무우석박지
굴깍두기	순무우짬지(수무짬지)
	시금치김치
	새우젓깍두기
	생강김치
	장김치

전복김치 (경상도)
전복김치 (제주도)
조이김치
참나물김치
창란젓깍두기
총각김치
총각무우김치
채김치
채칼김치
콩나물김치 (함경도)
콩나물김치 (전라도)
콩밭무우김치
콩잎김치
통배추김치
파젓김치
평양백김치
풋고추김치
풋배추김치
풋절이김치
하늘아치김치
호박김치 (황해도)
호박김치 (충청도)
해물김치 (강원도)
해물김치 (제주도)
평김치
쭉갓김치
썸바귀김치 (전라도)
썸바귀김치 (충청도)
알무우깍두기
어리김치
열무김치

열무물김치
열무부추김치
영채김치
오이소박이
오이장김치
오이통김치
우엉김치

찌개

가막조개찌개
감동젓찌개 (건뎡이젓찌개)
김치순두부찌개
게알두부찌개
달래찌개
닭고기새우젓찌개
닭알새우젓찌개
도루메기젓찌개 (도루묵젓찌개)
대구찌개
돼지고기두부찌개
명란찌개
미더덕찌개
민물새우찌개
민어찌개
버섯된장찌개
새우젓시래기찌개
청국장찌개
파된장찌개
풋고추된장찌개
호박김치찌개

이면수찌개
애호박찌개

지지개

감자지지개
고등어지지개
김치지지개
두부두릅지지개
돼지사태김치지지개
무우젓국지지개
바스레기호박장
밝은쟁이지지개
백하젓호박장
산치장지지개
삼주나물지지개
송이버섯장
생선두부지지개
콩나물지지개
호박고추장지지개
호박젓국지지개
약산적지지개

장아찌

가지장아찌 (평양, 평안도)
가지장아찌 (자강도)
감장아찌 (전라도)
감장아찌 (충청도)
갯장아찌

갯짬지
고추잎장아찌
김장아찌
냉이뿌리장아찌
더덕장아찌 (황해도)
더덕장아찌 (강원도)
도라지장아찌
두부장아찌
마늘장아찌
마른조기장아찌
무우말랭이장아찌
무우장아찌 (자강도)
무우장아찌 (충청도)
무우짬지
부추짬지
분지장아찌
배추잎장아찌
송이장아찌
수박장아찌
참대순장아찌
참외장아찌 (황해도)
참외장아찌 (경상도)
콩잎장아찌
파짬지
풋고추장아찌
풋고추오이장아찌
깨잎장아찌
오이장아찌 (자강도)
오이장아찌 (함경도)

나물, 무침

가지 닭고기랭채
 가오리랭채
 갓채
 겨자잡채
 고사리나물
 고수생채
 고추랭채
 고추꼭지채
 고추잎나물
 골뱅이랭채
 곰취나물 (강원도)
 곰취나물 (전라도)
 구기자나물
 구절판
 근대나물
 기름나물된장무침
 계루기뿌리생나물
 파일잣즙랭채
 나무재나물
 녹두나물 (숙주나물)
 녹두나물무침
 녹두묵무침 (평양, 평안도)
 녹두묵무침 (전라도)
 닥지쌈무침
 단무지무우
 달래무침
 닭고기깨장무침
 더덕생나물
 더덕생채

도라지생나물
 돛나물
 동부청포
 두릅나물
 두부생채
 등글레고추장무침
 대구껍질채
 마른오징어젓갈무침
 머위나물
 명나물무침
 무수해무침
 묵은나물볶음 (대보름나물)
 물쭈나물
 미나리생나물
 미나리초침
 미역나물
 미역조개무침
 미역줄기무침
 메밀묵김치무침
 박나물
 밝은쟁이무침
 밥조개랭채
 방아나물
 버섯나물
 봄나물
 부루겉절이 (상치겉절이)
 배추고추장무침
 배추생나물
 삼색나물
 삽주나물무침

소고기랭채
소라랭채
숙음배추겉절이
수박생채
잡채
전복랭채
전복무침
전복사채
죽순채
지누아리무침
참나물무침
참대순나물
참죽나물
청각무침
청포종합랭채
취나물
취나물(묵은나물)
콩나물무침
콩나물잡채
탕평채(녹두묵채)
툇나물(경상도)
툇나물(제주도)
파래무침(강원도)
파래무침(전라도)
파래젓생채
파상추겉절이
팔미채
풋마늘겉절이
한천랭채
호박오가리나물
해물잡채

해삼무침
해파리랭채
해파리무침
해파리해삼랭채
활량나물무침
꿀뚜기무우생채(경상도)
꿀뚜기무우생채(전라도)
깨나물무침
싸리버섯무침
쭈갓생나물
썸바귀나물
양장피소고기랭채
어채
얼레지고추장무침
오징어무침
오이닭고기랭채
우무랭채
은행묵무침
인삼나물
원산잡채
원추리나물

볶음

고비볶음
근대줄거리볶음
게살볶음
노란버섯볶음
닥지싹볶음
닭고기볶음

도치두루치기볶음
 돼지고기볶음
 마른명태볶음
 말린묵볶음
 멸치꽃고추볶음
 문어볶음
 메뚜기볶음
 밝은쟁이볶음
 밥조개두부볶음
 병풍잎볶음
 배추꼬랭이볶음
 보섭나물볶음
 석이볶음
 소고기볶음
 소염통볶음
 새우볶음
 새우완자볶음
 생선완자볶음
 주합
 채콩잔새우볶음
 꽃고추볶음
 해삼볶음
 해삼완자볶음
 쟁버섯볶음
 쟁완자볶음
 오이즙(오이볶음)

구이

가물치구이

가재미구이
 감자구이
 공치된장구이
 굴꼬치구이
 김고추장구이
 개구리구이
 낙지구이
 너비아니(소고기양념장구이)
 닭내포꼬치구이
 닭다리주머니구이
 닭불고기
 더덕고추장양념구이
 더덕구이
 도미구이
 돌김구이
 대합조개구이
 돼지갈비구이
 돼지고기고추장양념구이
 돼지고기구이(평양, 평안도)
 돼지고기구이(제주도)
 돼지발쪽구이
 명태구이
 모파구이
 문어꼬치구이
 메밀묵구이
 밥조개구이
 보가지꼬치구이
 불락구이
 북어구이
 뱀장어구이(평양, 평안도)
 뱀장어구이(경상도)

상어구이 (상어뚝배기구이)
 상어포구이
 소갈비구이 (평양, 평안도)
 소갈비구이 (개성, 경기도)
 소라꼬치구이
 소불고기
 새끼돼지구이
 전복꼬치구이
 전어구이
 조기구이 (평양, 평안도)
 조기구이 (황해도)
 참새구이
 청어구이
 칼치구이
 홍어꼬치구이
 해삼꼬치구이
 쏘가리소금구이
 쏘가리양념장구이
 오리불고기
 오리통구이
 옥도미구이
 움파꼬치구이
 유곽 (전라도)
 유곽 (경상도)
 은어구이 (경상도)
 은어구이 (전라도)
 이면수구이

적, 산적

감자약산적
 고추적
 고추적 (꼬치적)
 김부치개
 김치행적
 녹두지짐산적
 닭섭산적
 도라지산적
 동파산적
 두부적
 마른문어쌈
 미나리적
 박누름적
 배추적
 사슬적
 상어산적
 상어약산적
 소고기섭산적
 송이산적 (개성, 경기도)
 송이산적 (전라도)
 새우누름적
 생치섭산적
 잡산적
 참대순누름적 (죽순적)
 꿩적
 떡산적

곰

가물치곰
닭곰
물구지곰
소고기감자곰
햇병아리곰
인삼닭곰
잉어곰

줄임

감자돼지고기줄임
감자줄임
고등어줄임
고추소박이줄임
낙지줄임
단호박줄임
닭날개줄임
두부장줄임
돼지고기줄임
돼지발쪽줄임
련뿌리줄임
마른조기줄임
마른조개살줄임
멸치줄임
명태줄임
무우시래기줄임
무우까나리줄임

메기장줄임
보리새우줄임
붕어줄임(평양, 평안도)
붕어줄임(황해도)
붕어줄임(전라도)
소고기실줄임
소고기장줄임(평양, 평안도)
소고기장줄임(개성, 경기도)
소쫄뚜기줄임
송도원불고기
송어줄임
자리지짐이
장어줄임
전복줄임
조기줄임
조기푯고추줄임
종개줄임
참계장줄임
청어줄임
칼치푯고추줄임
콩장
토란줄임
푯고추까나리줄임
홍합초
홍어줄임
쫄뚜기줄임
뽕고기줄임
아귀줄임
왕새우줄임

전

감자전
고사리누름전
골전
김치전
닭고기전
닭알전
더덕전
돈전
두부전
대합전(전라도)
대합전(황해도)
대합조개전
돼지고기편육전
돼지발쪽전
마른명태전
미스전(돼지고기돈전)
뱅어전
삼색전
상어지집
소간전(간랍)
소고기전
소천엽전
송이버섯전
순모전
색쌈
참나무버섯전(초기전)
털게전
파전

홍해삼전
해삼전
알쌈
양전
애호박전
왕새우전

회

가물치회
가오리회
갑회(회갓)
고등어회(함경도)
고등어회(경상도)
골뱅이회
굴숙회
굴회
갯장어회
광어회
낙지회
두부회(양념모두부)
대합조개회
돼지새끼회
명태회
문어회
미나리감은회
미꾸라지회
민어회
밥조개회
붕어회

비깨회
백순회
뱀장어회
뱅어회
소간회
소고기회
숭어회
생굴회
자리회
전복숙회
전복회
준치회
참대순회(죽순회)
피조개회
향어회
호드기회
홍어회
해파리회
쏘가리회
오징어회(강원도)
오징어회(제주도)
왕새우회

순대

개순대
낙지순대
돼지순대(평양, 평안도)
돼지순대(함경도)
명태순대

순대(수애)
오징어순대

찜

가지찜(평양, 평안도)
가지찜(함경도)
가오리찜
갈비찜
감자말이찜
개성소갈비무우찜
단고기찜
닭강냉이찜
닭인삼찜
도미찜
도미찜(돔찜)
동과선
대게찜
돼지고기완자참살찜
돼지발쪽찜
마른명태찜
명태고명지찜
명태찜
미더덕찜
바다게찜
밥조개찜
붉은조개찜
소라찜
소발통무우찜
소꼬리속찜

송아지찜 (송치 고음)	갈계튀기
수란	감자닭알쌈튀기
송어찜	감자맨튀기
새끼돼지찜 (자돈증)	감자부각
생선절임찜	감자속튀기
생선포찜	감자순모튀기
생선쌈찜	고추부각
전복찜	굴튀기
종갈비찜	김부각
참대순찜 (죽순찜)	김튀기
토끼고기찜	다시마튀각 (개성, 경기도)
호박선 (개성, 경기도)	다시마튀각 (제주도)
호박선 (황해도)	닭알고기쌈 (알육쌈) 튀기
홍어찜	두부장떡튀기
해삼속찜	들깨송이부각
황계찜	들깨잎튀기
꽃게찜	망둥어튀기
깨잎찜	물고기튀기
떡찜	미꾸라지튀기
아귀찜	메추리튀기
얼간고등어찜	뱅어튀기
영계찜	산죽튀기
우렁이찜 (우렁찜)	새우튀기
애호박찜	참쑥튀각
왕새우찜	참쌀다시마튀기
	청취튀기
	파래튀각
	풋고추부각
	홍어튀기
	꿀뚜기튀김
	깨잎부각
가죽부각 (전라도)	
가죽부각 (제주도)	

튀기

평고기완자튀기
우엉잎부각

편육

돼지고기편육
돼지대가리편육
소머리수육
소족편
소혀편육
족편
양지머리편육
애저

전골

가막조개전골
각색전골
닭고기전골
돼지고기전골
밥조개전골
조개전골

비지, 두부

된비지
돼지갈비비지
바다물두부
신김치고기비지

자반

가오리자반
고기장떡
낙지자반
다시마자반
마른명태보풀자반
마른조기자반
멸치자반
명태자반
매듭자반
새우자반
조기자반
홍어자반
까나리자반
우엉잎자반

젓, 젓갈

가재미젓
갈게젓
굴젓(황해도)
굴젓(개성, 경기도)
굴젓(전라도)
대구젓
대구아가미젓(전라도)
대구아가미젓(경상도)
대구알젓
멸치젓(전라도)
멸치젓(경상도)

명란젓 (함경도)
 명란젓 (강원도)
 명태고지젓
 명태모젓
 명태아가미젓
 방게젓
 뱅어젓
 새우젓
 새우알젓
 전복젓
 창란젓 (함경도)
 창란젓 (강원도)
 풋고추젓
 해삼창자젓
 황새기젓
 아가미젓
 어리굴젓
 연어알젓
 오징어젓

절임

갈게절임
 달래장절임
 도루메기절임
 들깨잎장절임
 룡인외지 (룡인오이지)
 멸치공치절임
 무우고추장절임

풋고추된장절임
 풋고추절임
 오이절임

식혜

가재미식혜 (함경도)
 가재미식혜 (강원도)
 가재미식혜 (경상도)
 낙지식혜, 도루메기식혜, 창란식혜
 대합조개식혜
 마른명태식혜
 명태식혜
 명태아가미식혜
 문어식혜
 보가지송이버섯식혜
 진주식혜
 연안식혜

장

계장
 담북장
 두부장
 멸치간장
 밀고추장
 바다게장
 순창고추장

장떡
지레장(지름장)
집장
콩계젓장
함흥막장
익산조기젓장

포

굴비
굴비로적

대구포
민어포(강원도)
민어포(전라도)
북어
붕어포
소고기포
숭어알
전복쌈
편포
약대구포