

### 오피니언 리더



정성천 (주)한국영제교육발전연구소 광산교회집사

#### ## 누룩을 만드는 누룩

생 보리나 밀 등이 누룩이 되는 과정을 간단하게 정리하면 다음과 같다. 첫째, 생 보리나 생 밀 등을 다소 거칠게 빨아 가루로 만든다. 둘째, 가루에 물을 뿌리고 발로 단단히 밟아 보름달 크기로 만든다. 셋째, 맑은 동근 덩어리를 적절한 온도와 습기가 있는 곳에 둔다. 넷째, 보릿가루나 밀가루 덩어리에 누룩균이 들어와 덩어리 자체가 온전히 누룩이 될 때까지 기다린다.

생보리나 밀가루로 다진 덩어리가 누룩이 되면 보리나 밀의 처음 성질은 사라지는데, 이때, 보리와 밀 덩어리 자체가 누룩으로 완전히 변해야 좋은 누룩이다.

사람은 누룩을 만드는 과정에서 화학적 변

화가 긍정하게 부풀어 반죽이 변한 듯 보이지만, 실제로는 밀가루의 성질은 변하지 않은 채 반죽을 돋보이게 하는 것이다. 부풀 밀가루를 남기고 반죽에서 조용히 사라지는 것이 처음 누룩균의 역할이다.

#### ## 술, 식초를 만드는 누룩

생 쌀이나 생 보리 등으로 술이나 식초를 만드는 과정을 간단하게 정리하면 다음과 같다. 첫째, 생 쌀을 술에 넣고 찌서 고두밥을 만든다. 둘째, 쌀을 익힌 고두밥과 소량의 누룩을 잘 섞은 후 웅기에 담고 물을 넣는다. 셋째, 웅기를 따뜻한 곳에 며칠 동안 둔다. 넷째, 쌀알이 뽕뽕 떠오르면 시원한 곳으로 옮긴다.

## 누룩과 변화

화에는 관여하지 않고, 보릿가루나 밀가루 덩어리가 온전히 누룩이 되도록 모든 역할을 누룩균에게 맡긴다. 적은 양의 누룩균이 온 덩어리에 번져, 덩어리의 처음 성질은 없어지고 덩어리 자체가 누룩으로 변화되어, 온통 누룩균만 드러남으로써 처음 누룩균의 역할은 끝난다.

#### ## 빵을 부풀리는 누룩

생 보리나 밀 등으로 빵을 만드는 과정을 간단하게 정리하면 다음과 같다. 첫째, 생 보리나 생 밀 등을 곱게 빨아 가루로 만든다. 둘째, 빵은 가루에 아주 소량의 누룩을 넣고 물을 뿌리고 반죽을 한다. 셋째, 반죽을 따뜻한 곳에 몇 시간 둔다. 넷째, 반죽이 부풀어 오르면 반죽을 솥에 넣고 익을 때까지 찐다.

밀을 곱게 빨은 부드러운 생 밀가루에 누룩 가루를 조금 넣어 물로 반죽을 한 후에 시간이 지나면, 밀가루에 섞인 누룩으로 인해, 누룩에 닿은 일부 밀가루만 화학변화를 일으켜 밀가루로서의 성질을 잃으면서 부풀어 오른다. 이때, 나머지 대부분의 밀가루는 밀의 성질을 그대로 유지한다. 즉, 누룩에 의해 빵 반죽이 부풀어 오름으로써 밀가루의 성질이 변한 것처럼 보이지만 실제로는 밀의 특성은 대부분 그대로 살아있다.

밀가루반죽에 섞인 누룩균은 반죽 전체를 누룩으로 만들지 않고, 단지 반죽 덩어리가 부풀어 올라 커다랗게 보이도록 하는 역할을 담당한다. 빵 반죽에서 누룩균의 역할은 밀

쌀을 찌서 익힌 고두밥에 누룩 가루를 조금 넣어 섞은 후 웅기에 담고 물을 넣어 시간이 지나면, 쌀알에 섞인 누룩으로 인해, 고두밥은 화학변화를 일으켜 밥으로서의 성질을 잃는다. 즉, 밥은 그 성질이 처음과 다르게 알콜이나 식초로 온전히 변한다. 즉, 고두밥에 섞인 누룩균은 처음 재료가 그 성질을 잃고 다른 재료로 변하게 하면서도 누룩 자신은 조용히 사라지는 역할을 담당한다. 이 과정에서 처음에 섞은 누룩균은 고두밥을 변하게 하지만 고두밥을 누룩으로 만들지는 않는다. 고두밥을 변화시킨 후에 누룩이 어디에 있는지 모르도록 뒤로 사라지는 것이 처음 누룩의 역할이다.

#### ## 누룩과 변화

바리새인과 사두개인의 교훈을 누룩으로 비유했는데, 이 누룩은 어떤 누룩일까? "천국은 마치 여자가 가루 서 말 속에 갖다 넣어 전부 부풀게 한 누룩과 같다"에서의 누룩은 어떤 누룩일까?

경건하여 온 집안과 더불어 하나님을 경외하고, 백성을 많이 구제하고, 하나님께 항상 기도한 결과 온 이방인들에게 예수님이 전파 되도록 한 고넬료의 믿음은 어떤 누룩이라 할 수 있을까?

예수님을 구세주라 고백한 나에게는 지금, 어떤 누룩이 필요할까?

나는 주변에 어떤 누룩의 역할을 하고 있으며, 어떤 누룩이 되어야 할까?

외무필자의 원고는 본보의 편집방향과 다를 수 있습니다.

## 건강칼럼

### 전통 당류인 식혜, 조청, 엿은 같은 뿌리의 한가지이다

약간 된 밥인 고두밥 등에 엿기름을 우려낸 물을 넣어 삭히면서 따뜻한 곳에 두면 밥알이 동동 뜬 식혜를 만든다. 식혜를 만들 때는 고두밥을 이용하는데, 고두밥은 쌀이 물에 닿지 않도록 시루 등에 넣은 뒤 증기에 찌낸 밥을 말한다. 식혜를 만들 때 고두밥을 쓰는 이유는, 고두밥이 보통 밥에 비해 당화가 잘되기 때문이다. 고두밥을 지을 때, 찹쌀보다는 찰쌀을 주로 이용한다. 100% 아밀로펙틴으로 되어 있는 찹쌀은, 찹쌀에 비해 당화가 빨라 단맛이 더 나는 식혜를 만들 수 있기 때문이다.

다당류인 탄수화물의 고두밥에 엿기름 속의 아밀라아제 효소에 의해 당화(糖化)라는 가수분해 과정을 거쳐 대부분 이당류인 엿당(맥아당)으로 분해되어 단맛을 낸다. 밥을 오래 쪄면 찹 속의 아밀라아제에 의해 쌀의 녹말이 엿당(맥아당)으로 분해되어 단맛이 나는 것과 같은 원리이다. 실제 이렇게 만들어진 식혜는 당도가 높지 않기에 설탕을 추가로 넣어 단맛을 내게 한다. 시판되고 있는 식혜제품의 경우는 더욱 당도를 높이기 위해 추가로 설탕 외에 수크랄로스 같은 인공감미료를 사용한다.

식혜상태에서 건더기를 빼내고 솥에 넣고 끓여 적절히 졸이면 전죽한 조청이 된다. 자연산의 꿀을 청(淸)이라 부르는데, 인공적인 꿀인 조청(造淸)은 곡식으로 만든 우리나라 고유의 천연 감미료이다. 조청을 오랜시간 졸이면 단단한 겹엿이 된다. 겹엿을 먹기 좋게 공기를 넣어 뽕은 것이 바로 엿이다. 조청의 경우, 원재료로 현미나 쌀 외에 수수, 도라지, 생강, 호박 등을 넣어 다양한 풍미를 주는 조청을 만들 수 있고 호박엿같은 여러 종류의 엿도 만들 수 있다.

엿을 한방에서는 한자 '엿(飴)'을 사용해 이당(飴糖) 혹은 부드러운 사탕의 연당(軟糖)이라 부른다. 예부터 원기를 회복시키며 진액(津液)을 생성하는 효능을 가진 약재로 사용하였다. "과거공부하는 집에서는 엿을 고는 단내가 난다"는 속담도 있을

정도로 오래전부터 사용되었다. 스트레스로 예민한 과거시험 준비하는 유생에게, 엿은 당분을 섭취하는 간식정도 수준이 아닌, 원기를 회복시키며 속을 보하는 약재의 효능이 있었다. 극심한 긴장의 시험 스트레스 받는 유생들에게, 엿은 스트레스로 인한 배앓이 증상을 가라앉히는데 가장 효과적이었다. 그렇기에 과거시험을 치르는 유생들이 엿을 하나씩 입에 물고 시험장에 들어갔다는 기록도 있다. 또한 찹쌀 볶는 엿의 특색같이 시험에 합격하라는 주문은 오래전 조선시대부터 이어 내려온 풍습이다. 그래서 과거시험을 보는 유생들의 과나리뽕집 안에는 엿이 필수품으로 들어 있었다고 한다. 영양사 약제에다가 장원급제하라는 소원도 담겨있었던 것이다.

소화를 돕는 엿당 성분이었기에, 예부터 식사 후 소화제로 사용하기도 했던 식혜, 물에도 좋고 뇌에도 좋기에 새벽에 눈뜨자마자 왕들이 먹었다는 조청, 그리고 과거시험 필수품이었던 엿까지, 이들은 선조들의 지혜가 담겨있는 전통식품들이라 할 수 있다. 정분(녹말)을 원료삼아 당화과정을 거쳐 엿당(맥아당)이 주요 성분인 이들 식혜와 조청과 엿은 같은 뿌리를 가진 한가지이다.



#### 이원재 교수

- 서울대의 KAIST 졸업
- KIST 연구원으로 근무
- 미국 일리노이 주립대학(UIC) 박사학위 취득
- 중 대학에서 박사후 연구원
- LG화학기술연구소 연구원 근무
- 전) 조선대학교 약학대학 교수
- 약학대학 학장과 임상약학대학원장 역임

## 선교칼럼

97



장찬익 선교사 이일관교회 대표 광주중앙교회 협동목사 저서, 이슬람선교의 돌파구

▶지난호에 이어서 그 이후 지금의 뉴욕의 반응 조란 맘다니가 시장 당선연설을 한 이후 시민들의 반응은 분명하게 갈렸습디다. 그를 지지하는 사람들은 무상버스와 무상주차와 노숙자들을 위한 무상복지와 무상복지시리즈를 이용하면서 앞으로의

더 큰 복지를 기대하며 웃음과 미소로 매일 아침을 기쁘게 맞이하고 있습니다. 하지만 뉴욕의 월가와 부를 좇는 자들은 앞날에 대해 막막한 마음을 감추지 못하고 있습니다. 하루 아침에 텅 빈이 높아진 법인세를 비롯해서 15억 이상의 주식을 보유한 자의 주식세와 건물을 보유한 자의 임대료 소특세가 올랐기 때문입니다. 그래서 뉴욕을 떠나 값싼 텍사스 주와

만큼 돈을 빌려야 하는 약자들과 가난한 자들을 생각하고 돌보는 종교라고 말하면서 부유한 자의 수익은 가난한 자들에게 흘러감으로서 부유한 자들이 사회적인 위치를 공동으로 분담해서 지는 구조가 바람직하다고 여기고 있습니다. 이러한 이슬람의 경제관이 사회민주주의와 하나가 되어 자본주의의 약점을 공격하고 있습니다. 그러나 문제는 세금을 너무 많

니다. 이것을 증거로 보여주고 있는 대표적인 나라가 바로 이슬람의 경제관 때문에 붕괴되고 있는 튀르키예의 모습이고 지난 47년 동안 이슬람의 경제관으로 통치하였지만 결과는 경제붕괴로 끝나고 있는 이란의 모습입니다. 그런대로 조란 맘다니는 무슬림 사회주의를 뉴욕에서 실시하려고 합니다. 과연 뉴욕의 미래는 어떻게 될까요?

## 지금 뉴욕시장은 무슬림 맘다니-2

샌프란시스코로 옮기려는 자들이 많다고 합니다. 그렇다면 앞으로는 어떻게 될까요? 무슬림들이 희망하는 사회복지주의의 끝은 어디일까요? 무슬림들이 사회복지국가를 꿈꾸는 이유는 쿠란의 말씀 때문입니다. 쿠란 2장 275절에서는 "알라께서는 매매는 허락하시고, 이지는 금지하셨다"고 되어 있습니다. 이 문인해 무슬림들은 매매는 허락하되 이지는 금지하고 있습니다. 그

이 과도하게 울려서 부유한 자들은 이전보다도 사업을 운영하기가 더 어려워지게 되고 사회적인 약자와 가난한 자들은 무상복지에 익숙해져서 나중에는 도전할 줄들이 사회복지국가를 꿈꾸는 이유는 쿠란의 말씀 때문입니다. 쿠란 2장 275절에서는 "알라께서는 매매는 허락하시고, 이지는 금지하셨다"고 되어 있습니다. 이 문인해 무슬림들은 매매는 허락하되 이지는 금지하고 있습니다. 그

우리의 기도제목  
1. 이슬람 사회주의로 뉴욕이 망가지지 않고 나후된 복지가 선하게 회복될 수 있도록  
2. 무슬림시장으로 인해 뉴욕이 런던처럼 이슬람 신학교와 모스크가 많이 활성화되지 않도록  
3. 뉴욕의 그리스도인들과 교회들이 무슬림 맘다니로 인해 더 깨어 있는 신앙생활과 복음전도활동을 일으킬 수 있도록 기도부탁을 드립니다.

외무필자의 원고는 본보의 편집방향과 다를 수 있습니다.

## 교회건물 매매·임대

### 광고 문의

T.062) 367-9109  
F.062) 367-9108

※ 예배당, 기도원 등 교회 관련 부동산 매매 및 임대광고입니다.



### 교회 임대

- 위치: 북구 중흥동 806-13(2층) 안보회관 건너편
- 면적: 35평
- 금액: 보증금 1,000만원 / 월60만원

010-7129-0281

### 교회 임대

- 위치: 북구 군왕로 159-1 / 2층
- 면적: 40평
- 금액: 보증금 1,000만원 / 월35만원
- ※권리금 있음 ※깨끗하고 위치도 좋음

010-8884-2988

### 교회 임대

- 위치: 북구 서하로 240-18/ 3층
- 면적: 57평
- 금액: 보증금 500만원 / 월50만원
- ※권리금: 인테리버 협의

010-9436-3613

### 교회 임대

- 위치: 북구 용봉로 126번길 48-1 / 2층
- 면적: 29평
- ※바로 예배 드릴 수 있습니다.
- 금액: 보증금 300만원 / 월25만원
- 비품 500만원

010-7766-8463

### 교회건물매매

- 위치: 북구 설죽로 471번길 77 일곡사거리 북광주제국 옆(전설2호선 일곡사거리역 옆)
- 면적: 대지-72평, 건물-110평  
1층 주택 30평, 교육관 및 사무실 25평 (화장실별도)  
(1층 주택과 교육관 도시가스 보일러 설치됨)  
2층 교회 본당 40평
- 금액: 3층 유아실, 방습실 15평 (실자가 대형 철골 중합)
- 금액: 건물 및 교회비품포함 4억 5천만원

010-2518-8291

### 교회 매매

- 위치: 북구 운암동 대지로 87 2층
- 면적: 123.2㎡
- ※뒷밭 10평 별도로 있음
- ※1층같은 2층(공간 넓고 자유도움)
- 금액: 2억원 ※살림 가능
- ※성물 응항시설, 기타 생활용품 인수가

010-8609-7224

### 교회 임대

- 위치: 북향동사무소 맞은편 (목포엘림수양관)
- 면적: 40평 (3층)
- 금액: 보증금 3천만원 월44만원
- ※조정가능

010-5302-3389

### 교회 매매

- 위치: 북구 청소년수련관 부근 3층
- 면적: 대지 56평
- 1층 교회 2, 3층 주택
- 금액: 6억 3천만원
- ※성구 일체 포함
- ※수리 후 건물 깨끗

010-8210-5005

### 교회상가건물매매

- 위치: 광주광역시 북구 군왕로 182번길(성가 4층)
- 면적: 대지 62평, 건물 131평  
(도청까지 차로 5분거리)
- 2층 - 인테리버 사무실(인수 후 편의점, 카페 가능)
- 2층 - 교회 / 3층 - 조정 사무실 / 4층 - 사택
- 금액: 6억(조정가능) / 교회비품무로 드림(여의예가능)
- ※ 교회 이전으로 매매, 기도원, 개척교회, 복지시설, 타입증가능 ※주변에 아파트 단지 있음

010-4154-7945

### 교회 매매 및 임대

- 위치: 송정동 아파트상가 (반지하 통풍 환기 잘됨)
- 면적: 30평 예배당(주방겸 목양실)
- 금액: 8천5백만원 / 임대 보500 월35만원
- ※성물 집기포함, 가격조정가능
- 울리 모델링, 교통주차편리

010-5600-8890

### 교회 임대

- 위치: 남구 백운로 66번길 파리바게트 3층
- 면적: 55평
- 금액: 보증금 1,500만 / 월 60만
- ※비권있음

010-7488-3375

### 교회 매매

- 위치: 무안군 일로읍 월암리(사랑하는교회) (도청까지 차로 5분거리)
- 면적: 대지114평, 교회40평, 사택20평
- 금액: 1억 4천만원
- ※식당,창고,화장실
- ※성물외 지동차스타렉스1인승,집기포함

010-8355-9200

### 토지 매매

- 위치: 전원교회 용도 토지매매
- 담양군 대전면(복광주 IC부근)
- 면적: 약 2,480제곱미터
- 금액: 1제곱미터당 54만원

010-6425-1491

### 교회 매매

- 위치: 전남 무안군 일로읍 (도청까지 차로 5분거리)
- 면적: 대지 114평 교회 40평 사택 20평
- 식당, 창고, 화장실,
- 금액: 1억 5천만원
- ※성물 외 집기포함

010-4630-0091