

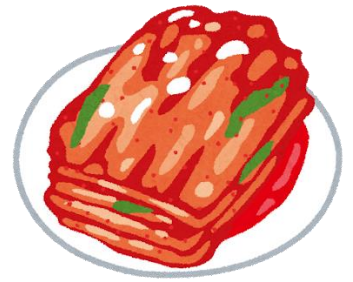


겨울을 나는 김장, 봄을 맞는 겉절이

한국에서는 겨울이 시작될 무렵이 되면 많은 가정에서 ‘김장’을 합니다. 김장은 겨울 동안 먹을 김치를 한꺼번에 담그는 전통입니다. 예전에는 겨울철에 신선한 채소를 구하기 어려웠기 때문에, 가을이 끝날 즈음 배추를 소금에 절이고 양념을 더해 저장했습니다. 그렇게 담근 김치는 긴 겨울 식탁을 책임지며 가족의 건강을 지켜 주었습니다.

● 김치: 채소에 고추, 마늘, 소금 등을 넣어 만드는 한국의 저장 음식

● 양념(ヤンニョム): 한국 특유의 달콤하고 매콤한 양념장



하지만 김장은 단순히 음식을 만드는 날이 아닙니다. 가족과 이웃이 함께 모여 배추를 씻고, 소금에 절이고, 붉은 양념을 정성스럽게 발라 넣으며 하루를 함께 보냅니다. 작업하는 동안 웃음소리가 오가고 서로의 안부를 나눕니다. 김장은 사람과 사람이 마음으로 이어지는 따뜻한 시간입니다.

저 역시 어린 시절 어머니의 김장을 보며 자랐습니다. 식탁에 늘 오르던 김치가 얼마나 많은 손길과 정성을 거쳐 만들어졌는지, 그때는 깊이 생각해 보지 못했습니다. 일본에서 30년을 생활한 뒤, 한국의 김장 문화를 소개해 달라는 요청을 받아 체험 행사를 열게 되었습니다. 배추를 절이고, 멸치젓과 새우젓, 마늘, 생강, 과일 등을 넣어 양념을 만들었습니다. 일본인도 한국인도, 아이도

어른도 함께 모여 김치를 담갔습니다. 서툰 손놀림 속에서도 웃음과 대화가 이어졌고, 김치를 담그는 시간은 자연스럽게 서로의 마음을 잇는 시간이 되었습니다.

● 새우젓: 작은 새우를 소금에 절여 만든 젓갈

행사가 끝난 뒤 한 참가자가 이렇게 말했습니다.

“이렇게 마음이 담긴 김치는 처음입니다.”

그 말을 듣는 순간, 김치가 단순한 음식이 아니라 사람과 사람을 이어주는 ‘마음’이라는 사실을 다시 한 번 느꼈습니다.

2013 년, 김장 문화는 유네스코 무형문화유산으로 등재되었습니다. 이는 김치라는 음식 뿐만 아니라, 함께 나누고 협력하는 정신, 세대를 넘어 이어져 온 삶의 지혜가 인정받은 것입니다. 겨울에 담근 김치는 김치찌개, 김치볶음밥, 김치전 등 다양한 요리로 식탁을 풍성하게 합니다. 발효를 통해 깊어지는 맛은 혹독한 겨울을 이겨 내는 지혜이기도 합니다.

● 유네스코 무형문화유산: 세계적으로 소중히 보존해야 할 문화

● 김치찌개: 김치를 넣어 끓인 찌개

● 김치볶음밥: 김치로 맛을 낸 볶음밥

● 김치전: 밀가루 반죽에 김치 등을 넣어 부쳐낸 음식

● 발효: 미생물의 작용으로 맛이 깊어지는 과정



그리고 긴 겨울이 지나 봄이 오면 식탁의 풍경도 한결 가벼워집니다. 오래 숙성된 김치 대신, 막 버무린 겉절이가 옵니다. 김치가 시간을 들여 발효시키는 저장 음식이라면, 겉절이는 거의 절이지 않고 바로 무쳐 먹는 신선한 음식입니다.

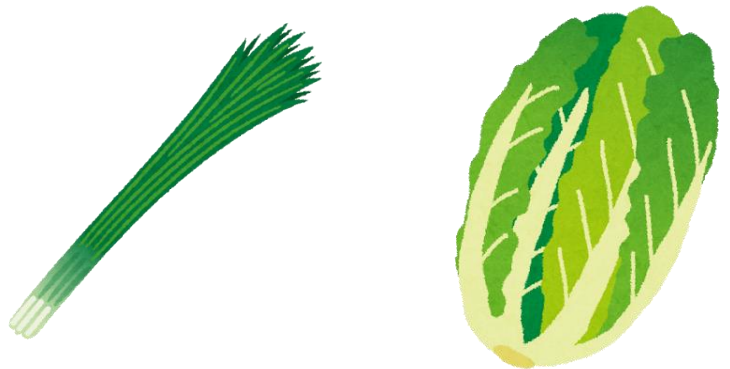
봄을 대표하는 것은 봄동 겉절이입니다. 잎이 부드럽고 은은한 단맛이 있어 가볍게 버무리기만 해도 산뜻한 맛이 살아납니다. 달래 겉절이는 봄 향기가 특징이며 밥과도 잘 어울립니다. 냉이나 미나리 같은 봄나물도 각각의 향과 씹쌀함을 살려 무칠 수 있습니다. 오이 겉절이는 상큼함이 돋보이고, 열무 겉절이는 소면이나 비빔밥과도 잘 어울립니다.

● 비빔밥: 여러 재료를 넣어 비벼 먹는 한국의 혼합 밥 요리

겉절이는 일본의 고깃집에서 나오는 '네기 초레기(파 샐러드)'와도 비슷한 느낌의 음식입니다. 무쳐서 바로 먹는 그 가벼운 한 접시를 떠올리면, 봄 겉절이의 매력을 조금 더 가깝게 느낄 수 있을지도 모릅니다.

김장으로 겨울을 나고, 겉절이로 봄을 맞이하는 것. 그것은 단순한 음식의 차이가 아니라 계절과 함께 살아가는 지혜입니다. 한 접시의 김치에는 어머니의 손길과 가족을 향한 마음, 그리고 함께한 시간이 담겨 있습니다. 봄이 오는 이 계절, 막 무친 겉절이처럼 새로운 시작을 맞이해 보시기 바랍니다.

● 네기 초레기: 한국식 파 샐러드



사업추진계에서 알림

<문화교류광장 정보코너를 이용해 주십시오>

일본어 학습정보와 외국인을 위한 생활 정보 등을 다국어로 제공합니다.

【장소】 네리마구 히카리가오카 3 - 1 - 1

【전화】 03 - 3975 - 1252

【개설시기】 평일은 오전 10시 ~ 오후 1시

토 · 일 · 축일은 오후 1시 ~ 4시

※연말연시 등 「문화교류광장」 휴관일은 제외

【대응언어】 영어 : 화 · 목 · 토 중국어 : 수 · 금 · 일 한국어 : 월

※그 외의 언어는 문의해 주세요.

<외국어 상담창구를 이용해 주세요>

지역진흥과 사업추진계에서는 영어 · 중국어 · 한국어 · 타갈로그어 · 일본어로 여러 가지 상담이 가능합니다.
전화로도 상담을 받고 있습니다.

【장소】지역진흥과 (구청 본청사 9층) 네리마구 토요타마키타 6 - 12 - 1

【전화】 03 - 5984 - 4333

【개설일시】 평일 오후 1시 ~ 5시

【대응언어】 영어 : 월 ~ 금 중국어 : 월 ~ 금 한국어 : 금 타갈로그어 : 월

※그 외의 언어는 문의해 주세요.

일본인과 외국인이 교류할 수 있는 이벤트 등을 개최하고 있습니다. 상세한 내용은 [여기로](#)

【구공식 홈페이지】 <https://www.city.nerima.tokyo.jp/gaikokunohitomuke/bunka.html>

【QR】



네리마구지역진흥과 사업추진계

〒176 - 8501

네리마구 토요타마키타 6 - 12 - 1

네리마구청 본청사 9층

전화 03 (5984) 4333

e-mail:CHIIKI17@city.nerima.tokyo.jp

편집: 문화교류 광장

(히카리가오카 3 - 1 - 1)

다언어정보지원원

와타누키 미호 (영어 담당)

호리고메 요시미 (중국어 담당)

여 가옥 (한국어 담당)