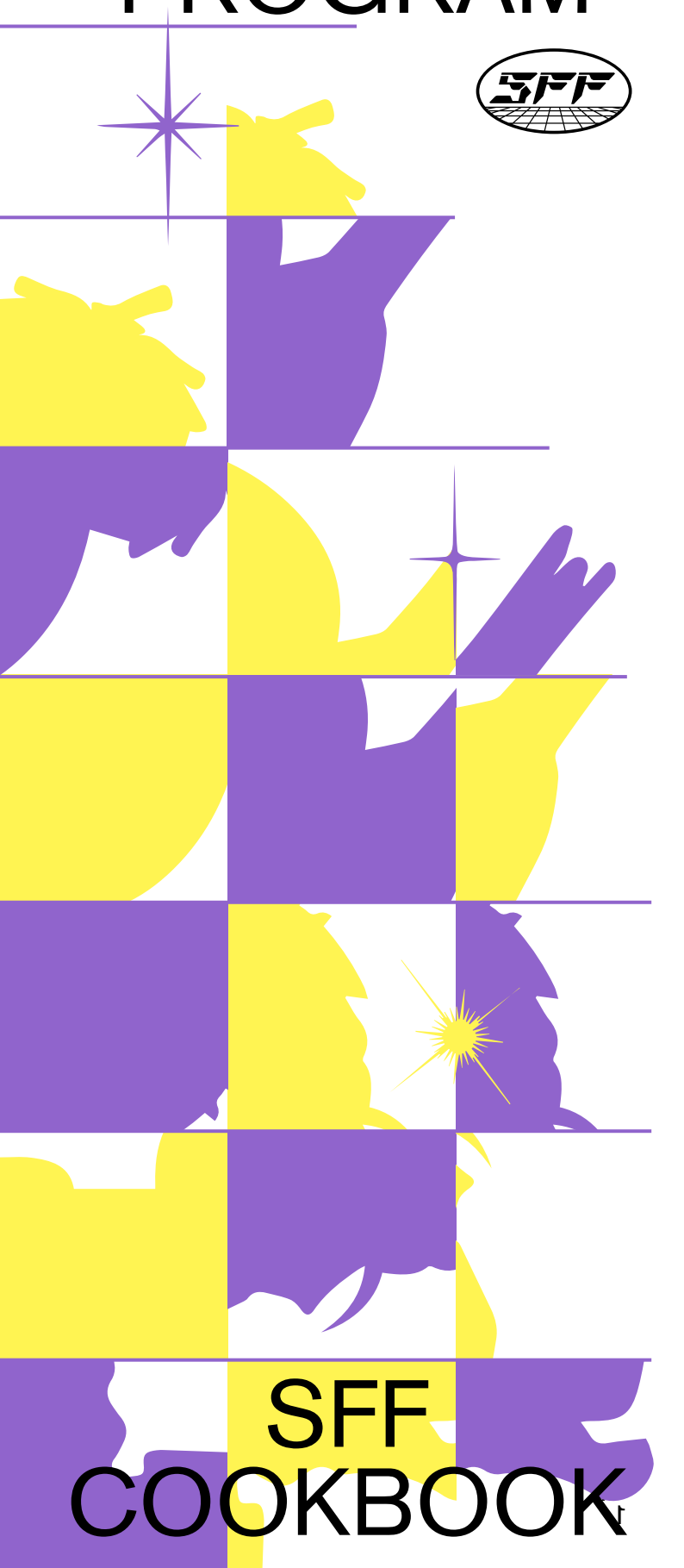
2019 ARKO'S SPECIAL PROGRAM



SFF COOKBOOK

2019 아르코미술관 주제기획 프로그램

2019 ARKO'S SPECIAL PROGRAM

슈퍼퓨처푸드

Super Future Food

일시	2019.12.19(목), 19:00
장소	아르코미술관 1층 스페이스 필록스
레시피	곽이브, 구동희, 김화용, 람한, 양아치, 우한나, 이소요, 이유성, 정현, 최하늘
레시피 연구 및 요리	동휴
디제이	LEEVISA
영상	오세나

프로그램 소개

아르코미술관은 2019년을 마무리하는 동시에 다가올 내일을 맞이하기 위한 주제기획 프로그램 〈슈퍼 퓨처 푸드(Super Future Food)〉를 개최합니다. 이 프로그램에 참여하는 10인의 작가(곽이브, 구동희, 김화용, 람한, 양아치, 우한나, 이소요, 이유성, 정현, 최하늘)는 이탈리아 미래주의 운동을 선도한 미래주의자 F.T. 마리네티(Filippo Tommaso Marinetti, 1876–1944)에 의해 주장된 '미래주의 요리'에서 영감을 받은 창작 레시피를 제안합니다. 미래주의자들은 예술과 삶의 변화를 꿈꾸며 새로운 요리조리법, 식사법, 연회설계 등을 개발하며 식탁의 변화를 도모하였습니다. 오늘날에도 여전히 음식은 우리의 생활과 신체에 긴밀한 간섭과 영향을 주면서 당대 문화 혹은 시대의 의제를 반영하는 현실적인 매개체가 될 수 있습니다. 이러한 배경으로 〈슈퍼 퓨처 푸드〉는 창작 레시피를 경유해 작가들의 메시지를 쿡북을 통해 전달하고, 작가들의 창작 레시피를 작은 식당 운영자 '동휴'가 해석한 음식과 테이블로 실현합니다.

슈퍼 퓨처 푸드 쿡북

SFF COOKBOOK

CONTENTS

슈퍼 퓨처 푸드SFF 쿡북에 대해 5

1 6

구동희 상극장 7
람한 Study_Tower_F 12

2 15

양아치 행운의 음식 16
최하늘 다면적이고, 징그럽고, 너무 거대한(조그만) 식사 19
김화용 육즙이 흐르고 붉은 강도 흐른다 22

3 27

우한나 허파탕탕이 28
이유성 타앙후루 tááng-h-ŏ-ŏ-ŏ-ŏ-lu 31
정현 구체 후식 The Dessert Sphere 34

4 36

곽이브 코리안 시리얼 (호랑이 기운이 솟아나요!) 37
이소요 清淨糜食方청정미식방 41

프로그램 참여자 소개 45
크레딧 48

슈퍼 퓨처 푸드SFF 쿡북에 대해
“미래를 미리 체험하는 방식으로”

디지털미디어 시대에 현재를 사는 우리는 과거로 쉽게 이동하며, 과거는 식민화되어 노스탤지어의 소비를 위해 희생된다. 현재는 이러한 시간대로 채워져 있는 반면, 미래라는 시간은 지연되며 결코 도달하지 않을 것처럼 보인다.

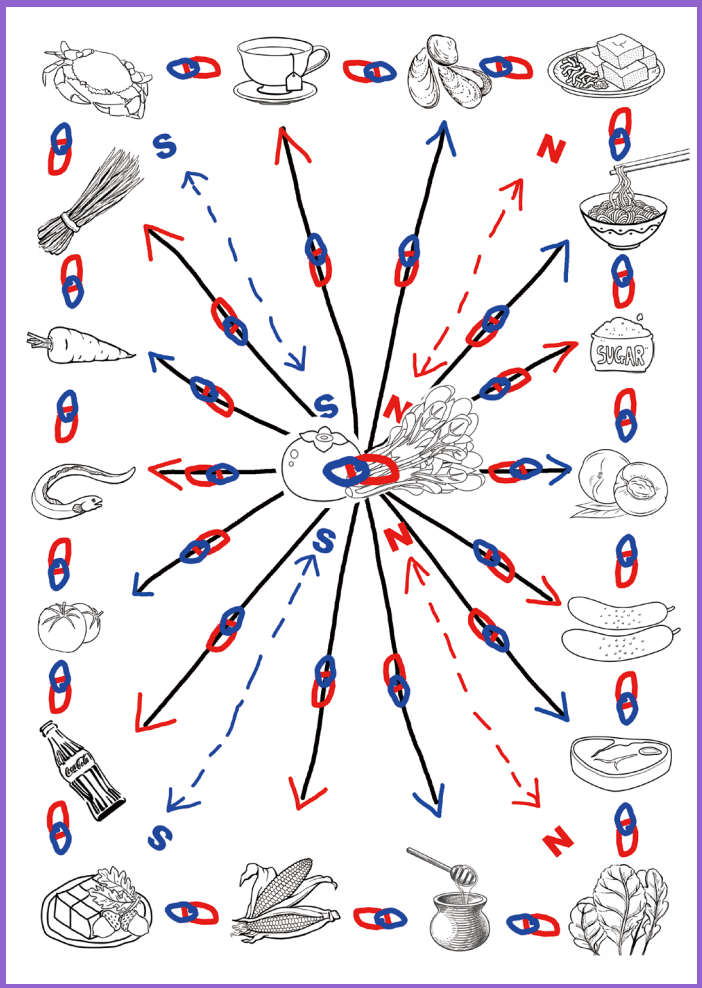
SFF 쿡북은 미래라는 시간대를 구체적으로 상상하며, “미래를 미리 체험하는 방식”으로 도래할 요리의 레시피를 담았다. 10인의 작가들은 이 레시피가 누군가에게 요리로 돌아올 것을 상상하며, 혹은 우리가 사는 이 지구와 환경을 위한 블랙유머로, 또는 과거와 미래를 연결할 매개로 삼는다. 이 레시피들은 요리로 고스란히 만들어지지 못할 수 있음에도 불구하고, 확산되고 해석될 가능성을 남긴다. 이러한 상상적인 방법론은 마치 사변 소설이 그러하듯, 우리시대의 사회적 문제와 이슈를 대안적이고 상상적인 방식을 통해 환기하고 변화할 것을 촉구하는 것이 될 수 있다.

SFF 쿡북에서 제안된 레시피는 다르게 말하면 지시문 혹은 매뉴얼로 기능한다. 이는 작은 식당 운영자인 ‘동휴’에 의해 해석되어 관습적으로 먹는 방식, 음식을 바라보는 방식, 취하는 방식과 같은 요리를 대하는 태도에 의문을 제기하며 또 다르게 실현된다. 결국 이 레시피는 책으로만 남겨지는 것이 아니라 관람객의 경험과 신체에 다른 감각으로 체화되어 새로운 에너지로 전환될 가능성을 기다린다. 이 쿡북의 레시피가 또 다른 이에게 해석되어 미래를 위한 상상력이 공유되고 확산될 수 있기를 기대한다.

1

상극장
구동희

상차림



Courtesy of the artist.

상극장
구동희

상차림

Study_Tower_F
람한

전체
요리

레시피 소개

현대인은 인간관계, 업무에서의 스트레스, 혹은 한쪽으로 치우친 식사 패턴 등 여러 요인에 따라 이전보다 더 다양해진 선택과 풍요로워진 식생활에도 불구하고 많은 결핍을 종종 마주하게 된다. 이 레시피는 여러 가지 음식을 골고루 먹으면서 동시에 함께 먹으면 안된다고 알려진 상극 관계인 음식이 공존할 수 있는 공간의 위치와 배열을 알려준다.

중앙부에 감(S)과 시금치(N)를 곁들인 메뉴를 중심으로 이외에 총 18가지의 재료를 테이블(사각, 직사각, 원형 상관없음)의 가장자리를 따라 20도 간격마다 순서대로 돌려 놓는다. 각 재료가 다른 재료와 상극일 경우 감+시금치가 위치한 중심부를 지나는 180도 직선 상 서로 마주하여 가장 멀리 위치하게끔 배치한다. '상극장'은 마치 서로 궁합이 맞지 않는 음식이 같은 극성을 가진 자기장과 마찬가지로 서로를 밀어내 멀어지게 한다. 또한 이러한 상극 관계와 무관한 양 쪽의 인접한 재료를 끌어들여 최대한 음식을 골고루 섭취하게끔 유도하는 배열이다.

따라서 메뉴와 메뉴 간 거리의 중심에 NS극을 가진 막대 자석을 놓고 철 가루를 여유 공간에 뿌려 놓아 음식과 자기장 간의 일정한 상극 에너지 패턴을 함께 보여준다.

여기에 놓인 각 메뉴들은 지정된 자리에서 회전되는 음식 판을 1인당 한 바퀴만 돌려 순서대로 먹거나, 혹은 식탁 둘레를 한 방향으로만 직접 돌면서 각 메뉴당 한번씩만 맛을 본다.

요주의

이 음식을 단시간 내 한꺼번에 섭취하면 변비, 결석, 식중독, 칼슘 부족, 시력저하, 비타민 B, 비타민 C의 손실 등으로 인해 급격히 피로한 인간으로 거듭날 소지가 있으므로 총 섭취 시간은 충분한 시간을 두고 섭취하길 권고한다.

발생 가능한 부작용

감, 도토리묵: 빈혈, 변비
게(맛살), 감: 감의 탄닌이 식중독 균을 수렴하여 복통, 식중독
도토리묵, 감: 변비
장어, 복숭아: 설사
라면, 콜라: 칼슘 결핍
당근, 오이: 비타민 C 파괴
시금치, 두부: 결석
시금치, 근대: 결석
소고기-부추: 시력저하
토마토-설탕: 열량 파괴(비타민 B1 손실)
꿀+홍차: 빈혈, 탄닌이 꿀의 철분과 결합시 체내흡수저하
옥수수+조개: 배탈
✳ 음식 간의 관계는 인간 관계와 비슷하다.

재료 및 용량

물: 각 메뉴에 따라 다름
막대자석, 철가루
시금치: 다른 재료의 1.5배
감(감말랭이, 곶감): 다른 재료의 1.5배
도토리묵: 시금치나 감의 ½
게(게장, 게맛살): 시금치나 감의 ½
장어구이: 시금치나 감의 ½
복숭아(통조림): 시금치나 감의 ½
라면: 시금치나 감의 ½
콜라 : 시금치나 감의 ½
당근 : 시금치나 감의 ½
오이 : 시금치나 감의 ½
두부 : 시금치나 감의 ½
근대 : 시금치나 감의 ½
소고기(육포): 시금치나 감의 ½
부추: 시금치나 감의 ½
토마토: 시금치나 감의 ½
설탕: 시금치나 감의 ½
꿀: 시금치나 감의 ½
홍차: 시금치나 감의 ½
조개: 시금치나 감의 ½
옥수수(통조림): 시금치나 감의 ½

제조법

STEP 1 드로잉을 참고한 20가지 재료를 구비해서 필요에 의해 다듬거나 익힌다.

STEP 2 드로잉을 참고한 감과 시금치를 제외한 주재료와 양쪽에 인근 한 두 재료를 1:1/2:1/2 비율로 혼합, 조리하여 총 19개의 접시에 담는다. (필요에 따라 가공식품이나 물 첨가 가능)

STEP 3 드로잉을 참고하여 각 메뉴 접시 간 위치한 여백 중간지점에 막대 자석을 놓고 철가루를 뿌려 놓는다.

1. 게1을 부추1/2+홍차1/2과 혼합하여 자유롭게 조리한다.
2. 홍차1을 게1/2+조개1/2과 혼합하여 자유롭게 조리한다.
3. 조개1을 홍차1/2+두부1/2과 혼합하여 자유롭게 조리한다.
4. 두부1을 조개1/2+라면1/2과 혼합하여 자유롭게 조리한다.
5. 라면1을 두부1/2+설탕1/2과 혼합하여 자유롭게 조리한다.
6. 설탕1을 라면1/2+복숭아1/2과 혼합하여 자유롭게 조리한다.
✳7. 복숭아1을 설탕+오이와 (감)을 곁들여 자유롭게 조리한다.
8. 오이1을 복숭아1/2+소고기1/2과 혼합하여 자유롭게 조리한다.
9. 소고기1을 오이1/2+근대1/2과 혼합하여 자유롭게 조리한다.
10. 근대1을 소고기1/2+꿀1/2과 혼합하여 자유롭게 조리한다.
11. 꿀1을 근대1/2+옥수수1/2과 혼합하여 자유롭게 조리한다.
12. 옥수수1을 꿀1/2+도토리묵1/2과 혼합하여 자유롭게 조리한다.
13. 도토리묵1을 옥수수1/2+콜라1/2과 혼합하여 자유롭게 조리한다.
14. 콜라1을 도토리묵1/2+토마토1/2과 혼합하여 자유롭게 조리한다.
15. 토마토1을 콜라1/2+장어구이1/2과 혼합하여 자유롭게 조리한다.
✳16. 장어구이1을 토마토+당근과 (시금치)를 곁들여 자유롭게 조리한다.
17. 당근1을 장어구이1/2+부추1/2과 혼합하여 자유롭게 조리한다.
18. 부추1을 당근1/2+게1/2과 혼합하여 자유롭게 조리한다.
✳19. 감1+시금치1를 혼합하여 자유롭게 조리한다.

✳19번 중앙부에 놓이는 감과 시금치는 각각 상극의 관계에 있는 음식이 두 가지씩(감/게, 감/도토리묵, 시금치/두부, 시금치/근대)이므로 나머지 18개의 재료보다 조금씩 더 구비한다.

✳여유분의 양을 갖고 상극 관계인 게, 도토리묵, 시금치, 두부가 서로 섞이지 않으면서, 이 재료들이 섞인 접시가 바로 인접하지 않은 7번 '복숭아' 메뉴에는 감을 16번째 '장어구이' 메뉴에는 시금치를 각각의 레시피에 적절히 배합하여 조리한다.

레시피 노트

언제?

첫인상이 불길한 사람과 식사 시, 사이가 멀어진 사람과 가까워 지고 싶을 때

어떻게?

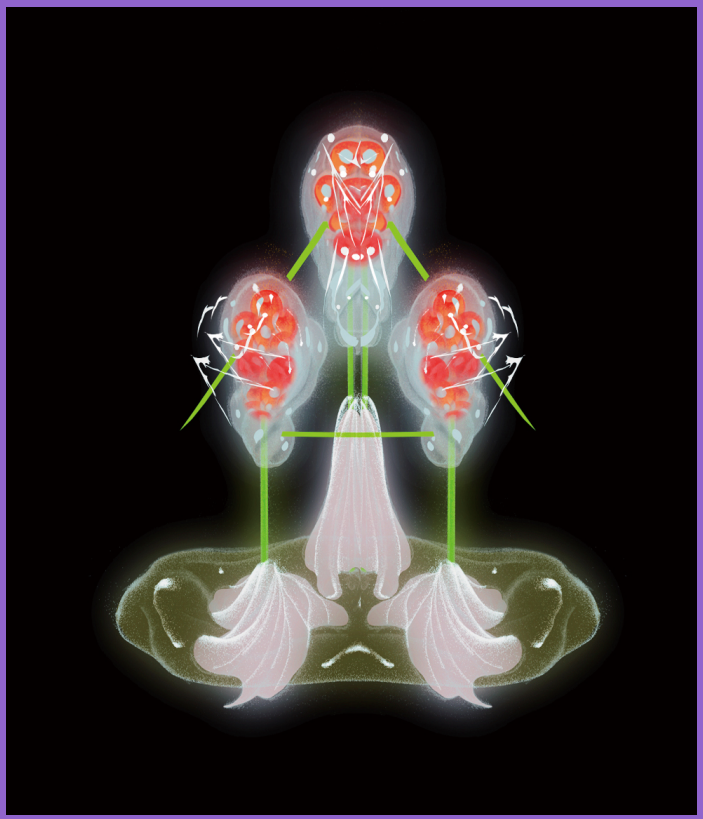
여기에 놓인 각 메뉴들은 지정된 자리에서 회전되는 음식 판(cf. 회전초밥, 딤섬 테이블)을 한 바퀴만 순서대로 먹거나, 혹은 식탁 둘레를 한 방향으로만 직접 돌면서 각 메뉴를 한번씩만 맛을 본다.

데코레이션

막대 자석을 드로잉을 참고해서 배치하여 주변 공간에 철 가루를 뿌려 놓는다.

Study_Tower_F
람한

전채요리



Courtesy of the artist.

레시피 소개

투명한 소재인 라이스페이퍼가 반복적인 형태를 띤 연어알을 감싸고 있다. 뼈대처럼 이쑤시개가 지지대 역할을 해 음식의 주제는 공중 떠 있지만, 곧 흘러내리거나 굴러 떨어질 수 있다. 다만 끈적거리고 점도 있는 재료를 사용해 일상의 음식보다 조금 느리게 붕괴한다.

이 요리는 특별한 향취가 없다. 음식을 먹는 환경의 냄새, 다음 요리(코스)를 위해 조리가 한창인 주방의 냄새가 이 요리의 향을 대신한다. 한 개, 두 개 집어 먹음에 따라, 아래쪽의 점도가 높고 형태의 회복력이 높은 슬라임(Slime) 소재의 소스로 인해 천천히 무너져 내리는 구조물을 감상한다. 맛이 없어서 한 개, 두 개, 혹은 다 남기더라도 손님이 이 음식을 바라본 이상 제대로 취한 것으로 간주한다.

음식의 재료를 취식이 가능한 형태의 드로잉이라고 상상하며 시각적인 형태와 균형을 먼저 떠올린 레시피이다. 평소 드로잉의 습관을 식자재에 부여했다. 포토샵(Photoshop)의 스탬프(Stamp) 툴과 같이 형태가 반복함으로써 얻을 수 있는 규칙성을 연어알의 일정한 형태로 표현하고, 러프 스케치(rough sketch)의 구조적인 기능은 녹말 이쑤시개로 표현, 드로잉의 전반적인 방향은 투명한 재료들에 부여해 작은 탑으로 만들었다.

모든 요리가 그러하지만, 식사의 환경에 따라 음식은 미세하게 특성을 바꾼다. 그 부분을 극대화 할 수 있는 식전 요리에 대한 레시피를 상상한다. 먹어가는 만큼 구조의 형태가 변하고 균형이 이동하는 작은 구조물에 대한 레시피라 할 수 있다. 실내의 조도와 접시의 색감에 따라 음식의 색이 바뀔 수 있도록 투명, 반투명, 무채색의 재료를 사용한다.

재료

생 만두피, 라이스페이퍼, 연어알, 감자전분, 녹말 이쑤시개, 레몬즙

제조법

STEP 1 라이스페이퍼를 따듯한 물에 불려 부드럽게 만든다.

STEP 2 연어알 1tsp을 라이스페이퍼로 감싼다. 비슷한 형태로 2개를 더 만든다.

STEP 3 먹을 수 있는 투명한 슬라임 반죽을 설탕, 감자전분과 따듯한 물로 만든다. 약간의 소금을

첨가한다. 주무른 그대로의 형태를 적당히 유지할 만큼 된반죽으로 만든다.

STEP 4 슬라임 형태의 소스를 접시에 올린다. 크기는 손바닥 반 정도, 두께는 2cm 정도 펴 담는다. 약간 울퉁불퉁해도 좋다.

STEP 5 그 위에 이쑤시개를 삼각형 모양을 그리도록 수직으로 꽂고 밑동을 생 만두피로 감싸 자연스러운 스커트 모양을 만든다.

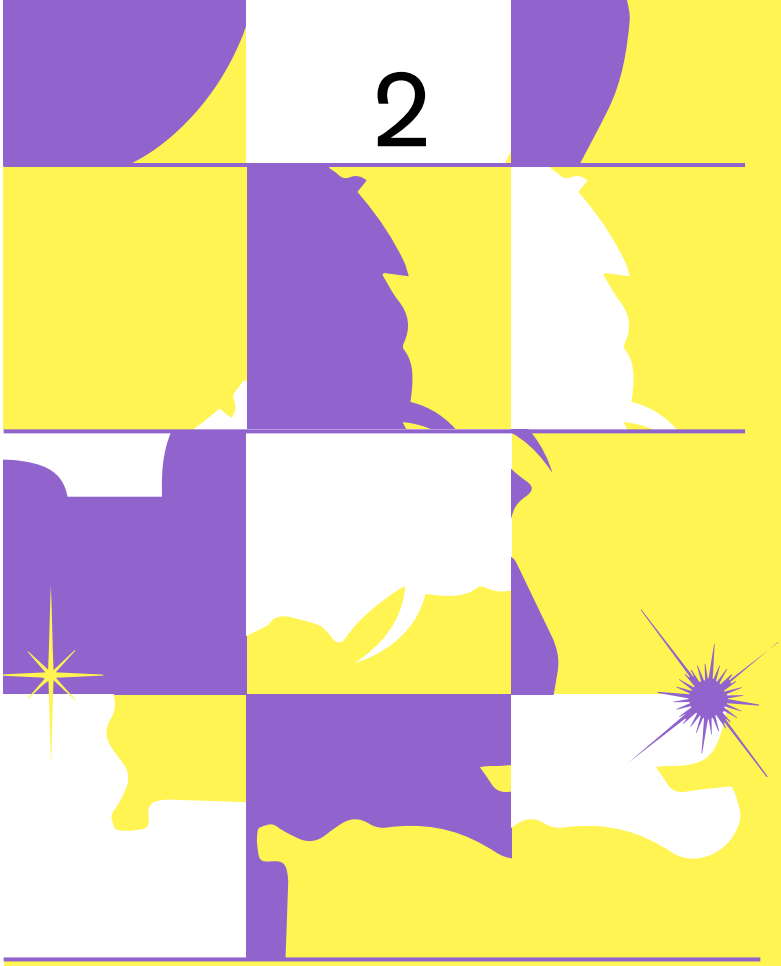
STEP 6 만들어둔 세 개의 연어알 쌈을 삼각형으로 꽂은 이쑤시개 위에 곧게 꽂는다.

STEP 7 수직방향의 세 개의 지지체가 서로 연결되도록 연어알 쌈을 이쑤시개로 연결해준다.

STEP 8 레몬즙을 전체적으로 뿌린다.

레시피 노트

맨손으로 먹는 것을 권장한다.



행운의 음식
양아치

메인
요리

다면적이고,
징그럽고, 너무
거대한(조그만)
식사
최하늘

메인
요리

육즙이 흐르고
붉은 강도
흐른다
김화용

메인
요리

행운의 음식
양아치
메인요리



Courtesy of the artist.

레시피 소개

행운의 음식은 영국에서 최초로 시작되어 일년에 한 바퀴 돌면서 받는 사람에게 행운을 주었고 지금은 당신에게로 옮겨진 이 레시피는 4일 안에 당신 곁을 떠나야 합니다. 이 레시피를 포함해서 7통을 행운이 필요한 사람에게 보내 주셔야 합니다. 복사를 해도 좋습니다. 혹 미신이라 하실지 모르지만, 사실입니다. 영국에서 HGXWCH이라는 사람은 1930년에 이 레시피를 받았습니다. 그는 비서에게 복사해서 다른 이에게 레시피를 보내라고 했습니다. 그는 곧 행복해지는 경험을 하게 되었습니다. 어떤 이는 이 편지를 받았으나 96시간 이내 자신의 손에서 떠나야 한다는 사실을 잊었습니다. 그는 곧 불행해지는 경험을 하게 되었습니다. 나중에야 이 사실을 알고 7통의 편지를 보냈는데 다시 행복해지는 경험을 하게 되었습니다. 미국의 케네디 대통령은 이 레시피를 받았지만 그냥 버렸습니다. 결국 9일 후, 그는 암살 당했습니다. 기억해 주세요. 이 레시피를 보내면 7년의 행운이 있을 것이고, 그렇지 않으면 3년의 불행이 있을 것입니다. 그리고 이 레시피를 버리거나 낙서를 해서는 절대로 안됩니다. 7통입니다. 이 레시피를 받은 사람은 행운이 깃들 것입니다. 힘들겠지만 좋은 게 좋다고 생각하세요. 당신의 7년의 행운을 빌면서……

행운의 음식은 미래에 도래할 '어떤' 사건을 신호하며, 현재에 위치한 당신에게 '어떤' 사건을 증폭시킬 수 있는 기회를 제공한다.

포도

스페인 혹은 포르투갈산 포도알 12개를 새해가 되는 자정에 먹어라. 포도알 하나가 한 달을 상징하며 행운을 가져다 줄 것이다.

국수

새해에 국수를 한입에 끊어지지 않게 먹어라. 그러면, 건강하고 오래 살 것이다.

돼지고기

쿠바, 스페인, 포르투갈, 헝가리, 오스트리아식 돼지고기를 새해에 먹어라. 그러면, 너는 발전할 것이다.

콩

브라질식 렌틸스프를 새해 첫 끼니로 먹어라. 그러면, 행운과 번영이 있을 것이다.

옥수수 빵

미국 남부식 옥수수 빵을 새해에 먹어라.
그러면, 부자가 될 것이다

생선

중국식 커다란 통 생선 찜을 먹어라. 폴란드식
절인 청어를 먹어라. 이탈리아식 소금에 절여 말린
대구를 먹어라. 독일식 잉어를 먹어라. 그러면,
건강하고 오래 살 것이다.

배추

독일, 아일랜드, 미국산 배추를 먹어라. 그러면, 돈을
많이 벌 것이다.

케이크

스웨덴과 노르웨이식 아몬드 케이크를 먹어라.
그러면, 행운이 있을 것이다.

석류

터키산 석류를 먹어라. 그러면, 건강과 번영을
가져다 줄 것이다.

재료

스페인/포르투갈 포도 12알, 소면, 돼지고기,
렌틸콩, 옥수수, 생선, 청어, 대구, 잉어,
독일/아일랜드/미국 배추, 아몬드, 달걀, 설탕, 버터,
중력분, 슈거파우더, 베이킹파우더, 터키 석류

제조법

인터넷에서 제공하는 방법을 우선시한다.

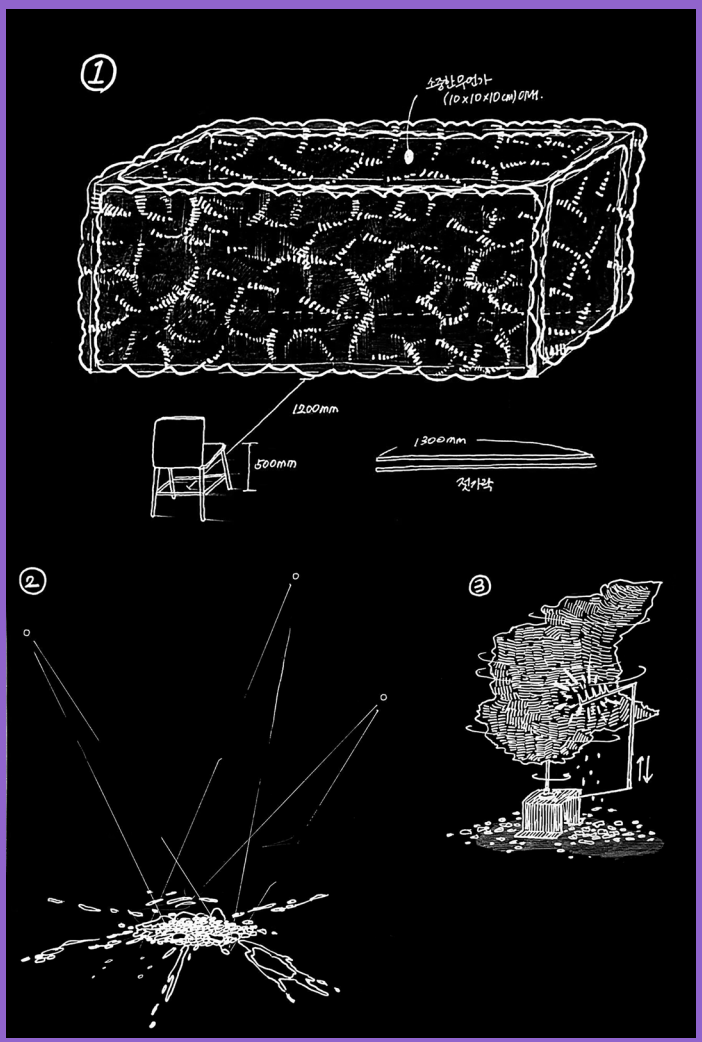
레시피 노트

당신의 행운은 누군가에게 레시피 전달과 함께, 정확한 식사
시기와 요리 방법을 선택함으로써 얻을 수 있다.

다면적이고, 징그럽고, 너무 거대한(조그만) 식사

최하늘

메인요리



Courtesy of the artist.

다면적이고,
징그럽고, 너무
거대한(조그만) 식사

최하늘

메인요리

레시피 소개

『미래주의 요리책』에는 「화가와 조각가를 위한 여름 오찬」(마티, 2005, p. 139.)이 수록되어있다. 여기서 항공시인 마리네티는 작가들이 "배가 불러 소화를 위해 걸어야 하고, 불안과 비관에 젖어 예술적으로 어정거리다"가 하루를 망치는 우를 범하지 않도록 돕기 위해 "순수한 미식 요리로 구성된 식사"를 제안한다. 사려 깊은 마리네티가 작가들에게 적합한 식단을 구성해주었다면, 나는 나와 함께 살아가고 있는 동시대인들에게 적합한 요리(조각)를 제공해보고자 한다.

그것은 한마디로 '사진으로는 담기 어려운 음식(조각)'을 뜻한다. 사진으로 담기 어렵다는 말에는 여러 이유가 동반된다. 먼저, 모든 면(面)이 다른 음식은 동시대인들이 가장 어려워하는 음식이다. 그것은 사진이 아니라 동영상으로만 담을 수 있기 때문이다. 그리고 너무 징그럽거나 예쁘지 않은 음식 역시 동시대인들이 기피하는 것 중 하나다. 동시대인들은 음식을 사진에 담고 어플리케이션을 써서 그것을 보정할 만큼 시간이 많지 않기 때문이다. 마지막으로 너무 거대하거나 작은 음식은 새로운 광학기술이 적용되어야 하므로 지금의 동시대인들에게 적합하지 않다.

재료 및 크기

❶ 강철 프레임, 솜, 200 × 100 × 150cm

❷ 석고, 실리콘, 알지네이트, 안료, 에폭시, 우레탄, 70 × 70 × 10cm

❸ 점토(흙), 강철 파이프, AC모터, 긁개, 락카 도색, 100 × 100 × 100cm

제조법

❶

Step 1 크기에 맞춰서 강철 프레임 제작
Step 2 강철 프레임이 보이지 않도록 솜 넣기
Step 3 소중한 무언가를 구석에 꽂아두기
Step 4 적정 거리에 의자를 배치

❷

Step 1 석고 등 각종 재료에 안료 섞기
Step 2 각 재료를 바닥에 흩뿌리기
Step 3 경화되기 전 조금 뒤섞기
Step 4 경화 이후 조금 더 징그럽게 연출하기

❸

Step 1 흙으로 조형물 즉흥적으로 제작
Step 2 모터 설치 후 결합
Step 3 회전 속도 조정
Step 4 긁개 설치 후 성능 테스트하기

레시피 노트

❶

✳ 크기가 커지거나 의자의 거리가 멀어지면 쓸데없는 스펙터클이 생길 수 있으니 제조법을 정확하게 따를 것
✳ 소중한 무언가는 그때그때 만드는 이의 기분에 따라 바뀔 수 있다.
✳ 솜을 직접 뜯어먹는 것이기 때문에 따로 식기를 준비할 필요는 없다.

❷

✳ 파란색 계열을 주로 사용하며, 쌀알의 형태를 차용한다.
✳ 별도로 대좌나 테이블, 식기를 놓지 않고 바닥에 쏟은 것처럼 뿌린다.
✳ 사진을 찍기 어렵게 만들기 위해 최대한 입체감 없이 납작하게 만들고 조명을 강하게 비춘다.

❸

✳ 흙을 이용해서 복잡한 형태를 제작한다.
✳ 모터는 최대한 빠르게 회전하며 긁개가 표면을 긁음으로써 조금 더 비정형적인 형태를 도출한다.

육즙이 흐르고 붉은 강도 흐른다

김화용

메인요리





Courtesy of the artist.

‡ 『미래주의 요리책』에서 제안한 '고기 조각'을 구현한 모습(이미지 출처: HTTPS://WWW.TACCUINIGASTROSOFICI.IT/)

⁞ 2019년 11월 10일 살처분한 돼지 수만 마리가 쌓여있던 경기도 연천군 중면 마거리의 임진강 상류 마거천에서는 붉은 강이 흘렀다. (이미지 출처: 연천임진강시민네트워크 제공)

레시피 소개

생태계 멸종의 시간을 조금이라도 유예하기 위한 총체적인 혁신 프로그램을 제안하고자 한다. 욕망덩어리 구시대인은 동물의 살점이 들어가지 않은 요리에 대해 배가 차지 않는다고 떠들곤 하지만, 미리 말해주지 않으면 자신이 '고기 조각' 정찬을 먹었다고 착각하는 사람도 많다. 미식가랍시고 맛에 대한 각종 비평을 쏟아낸들 기후위기 비상사태에 일조한 것에 지나지 않는다. 그런 종차별 언어는 무슨 일이 있더라도 무시하자. 생명 학대를 담보로 하는 모든 음식은 퇴출당할 것이다. 이를 통해 지구를 가급적 빨리 식히는 과업이 달성되길 고대하는 바이다. '고기 조각'의 모양과 맛을 굳이 흉내 내는 것이 탐탁지 않지만, 구시대인을 현혹하여 육식 소비를 대폭 절감할 수 있으리라 기대하는 발상이다. 이것을 만들기 위해서는 노동 시간이 꽤 필요하겠지만 이 정도의 희생은 감수하라. 바로 지금 여기, 아직도 어쩔 수 없다고 말하는 구시대인과의 합의를 기다릴 시간이 더 이상 남지 않았다.

재료 및 용량

❶ 원통형으로 쌓여있는 페이크 햄버거

껍질을 벗겨 채 썬 비트 2C, 오트밀 3/4C, 렌틸콩 1/2C, 밀가루 1/2C, 다진 양파 1/2개, 다진 마늘 2쪽, 땅콩버터 1T, 타임 2t, 후추 1/4t

✳ 리얼한 '고기 조각'의 구현을 위해 비트로 붉은 동물의 살을 표현하는 것이 중요하다. 비트를 구하기 어렵다면 빨간색 식용색소를 이용한다. 코치닐이라는 천연색소를 구입한다면 그것은 연지벌레를 갈아 만든 것이라 미래를 위한 음식에 부적절하니 발암물질이 의심되더라도 화학색소를 사용한다.

❷ 소시지같이 길쭉한 어떤 것

통조림 병아리콩 1/4C, 밀가루 3/4C, 다진 양파 1/2개, 다진 마늘 1쪽, 청양고추 1개, 토마토

⁄우리가 말하는 고기의 육즙이라는 것은 무엇인가. 그것은 동물의 살점에서 나오는 체액 그리고 핏물이다. 얼마 전 연천에서는 붉은 강이 흘렀다. 돼지 열병으로 수만 마리의 돼지가 살처분되었고 돼지가 산처럼 쌓여 있었다고 주민들은 말했다. 그 희생된 존재의 사체가 쌓여있다 묻힌 땅에는 당연히 상처가 깊게 남았고 강은 피로 물들었다. 인간은 그들을 평소에는 입에 넣고 아프면 땅에 묻기를 반복하고 있다. 연천의 임진강은 서해로 흐르고 그 흔적은 물의 줄기를 따라 가장 사람이 많이 모여있는 한강으로도 올 것이다. 우리는 당연히 그렇게 연결되어 있다. 붉은 강 사진과 기사를 접한 날, 중국 어딘가에서는 흑사병이 발병했다는 속보가 떴다. 어쩌면 수만 마리 생명이 쌓여있는 참사의 풍경은 책에서만 마주하던 역병이 창궐하던 시기의 학살과 별로 달라 보이지 않는다. 그리고 역사 속에 등장하는 치명적 전염병은 많은 경우 물에서 입으로 전해지는 병이다.

페이스트 1T, 큐민 씨드 1/2t, 펜넬 씨드 1/2t, 타임 1/2t, 파프리카 가루 1t, 탄산수 1/4t, 간장 1T

✳ 토마토 페이스트와 파프리카 가루의 양은 추가하며 조절할 수 있다. 그것으로 구시대인을 현혹할만한 소시지색을 구현한다.

❸ 느끼한 크림소스

양송이버섯 300g, 캐슈넛 100g, 마늘 2쪽, 레몬 1/2개, 파슬리 1T, 소금, 후추, 아몬드버터 혹은 식물성버터 3t, 물 150ml, 밀가루 약간, 뉴트리셔널 이스트

✳ 캐슈넛을 직접 갈아 사용하는 것이 소젖으로 둔갑하기에 가장 좋으나 번거롭다면 두유나 아몬드브리즈를 사용하면 된다.

✳ 뉴트리셔널 이스트(영양 효모)의 큼큼한 냄새가 소젖으로 만든 치즈로 오해할 수 있게 도와주지만 없다면 생략 가능하다.

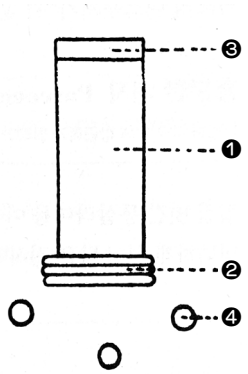
❹ 황금 현미 구슬 덩이

현미밥 210g, 유부 약간

✳ 구시대인들은 닭고기로 구슬 덩이를 만들었으나 그냥 주먹밥을 만들자.

제조법

기본적인 플레이팅 구성은 미래주의 요리책에서 제안한 '고기 조각(Carneplastico)'을 따른다.



'육즙이 흐르고 붉은 강도 흐른다'는 『미래주의 요리책』에서 제안한 '고기 조각'의 플레이팅 방식을 따른다. (이미지 출처: 『미래주의 요리책』, 마티, 2005, p. 193.)

❶ 원통형으로 쌓여있는 페이크 햄버거

STEP 1 ❶의 재료를 모두 믹서기에 넣고 갈아 4~6개의 햄버거 패티를 만든다.

STEP 2 중간불의 프라이팬에 기름을 두르고 충분히 달군 후 패티를 굽는다.

STEP 3 구운 패티를 탑처럼 쌓아 올려 원통형으로 만들고 접시 한가운데 놓는다.

❷ 소시지같이 길쭉한 어떤 것

STEP 1 약간 갈변할 때까지 양파와 마늘을 프라이팬에 볶는다.

STEP 2 청양고추도 함께 넣고 볶다가 펜넬과 큐민을 첨가한다.

STEP 3 밀가루를 제외한 모든 재료를 믹서기에 넣고 갈다가 밀가루는 마지막에 첨가하여 섞는다.

STEP 4 반죽을 순대나 소시지처럼 긴 고리 모양으로 만든다.

STEP 5 고리 모양으로 만든 반죽을 종이호일과 은박호일 2중으로 감싼 후 찜기를 이용해 찐다.

STEP 6 원통형으로 쌓아 올린 패티 주변을 이 고리로 감싸 기단으로 삼는다.

✳ 이 모든 과정이 힘들다면 적절한 비건용 소시지를 구입하여 사용한다.

❸ 느끼한 크림소스

STEP 1 아몬드 버터 1tsp를 중불에 녹이고 버섯과 바늘을 5분 정도 볶아 따로 보관한다.

STEP 2 캐슈넛과 물을 믹서기에 넣고 퓌레 질감이 날 때까지 충분히 간다.

STEP 3 캐슈퓌레에 레몬즙을 넣고 끓이다가 볶은 버섯과 파슬리를 넣는다.

STEP 4 소금, 후추를 넣어 간을 하고 밀가루로 점도를 조절한다. 밀가루 대신 전분을 써도 좋다.

STEP 5 원통형 패티탑 ❶에 이 소스를 두껍게 한 켜 바르고 뉴트리셔널 이스트를 살짝 뿌린다.

❹ 황금 현미 구슬 덩이

STEP 1 준비한 현미밥으로 주먹밥 세 덩이를 만든다.

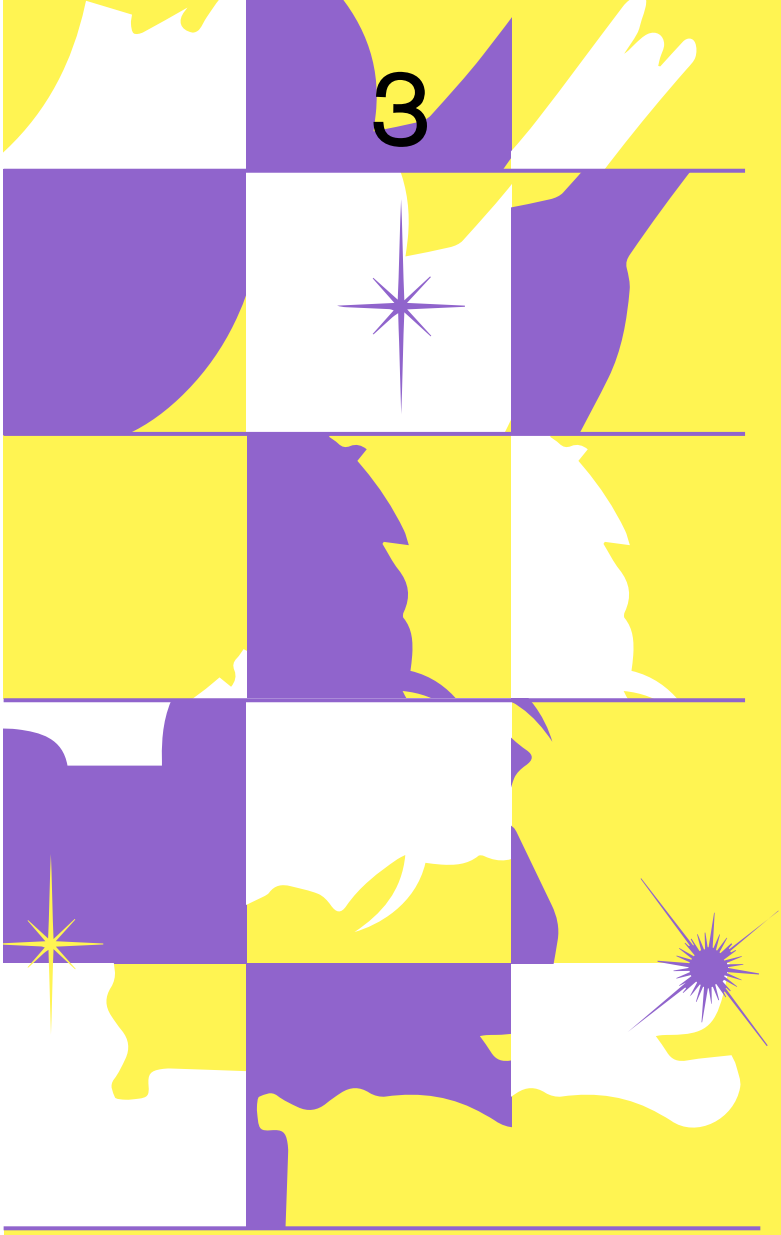
STEP 2 닭고기 질감 표현이 아쉽다면 유부를 볶아 주먹밥에 넣는다. 누군가는 결 따라 찢은 닭고기살이라고 느낄 수 있다.

레시피 노트

✳ 이 레시피는 『미래주의 요리책』「정제 음식을 향하여」(마티, 2005, p. 89.)의 문장과 어조를 가져와 다시 썼다. 미래주의자들이 전통을 따르는 자들을 조롱하며 '구시대인'이라 칭했던 것처럼 현재의 시점에서 미래주의자들을 다시 '구시대인'이라 칭했다.

✳ 이 레시피가 구현하는 요리의 외양은 미래주의 정찬 중

다섯 번째 코스인 '고기 조각(Carneplastico)'을 모티브로 삼았다. 미래주의 요리의 이정표라 불리운 '고기 조각(Carneplastico)'은 원통형 소고기 탑에 돼지고기 소시지를 기단으로 두르고 닭고기 구슬 세 덩이를 배치한다. 이 음식을 미래주의자들은 '균형 잡힌 경이로움'이라 표현했다. 하지만 인간이 그 세 동물을 더 많이 먹기 위해 안간힘을 쓰다가 지구의 모든 균형이 어그러졌다.



허파탕탕이
우한나

디저트

타앙후루
tááng-h-ŏ-ŏ-ŏ-ŏ-lu
이유성

약용
후식

구체 후식
The Dessert Sphere
정현

디저트

허파탕탕이
우한나

✳

디저트



Courtesy of the artist.

레시피 소개

이것은 요리라기보다는 마술에 가깝다.

이 음식은 우리들의 잠재된 장기의 기능을 증진시켜, 신체적 한계를 극복하게 만든다. 태초에 미생물이었던 우리들은 환경과 특성에 맞게 다른 방향으로 진화했고, 이제 다시금 대통합의 날이 도래하길 준비 중이다. '허파탕탕이'는 이에 발 맞춰 나온 미래주의 요리로 수많은 시행착오를 거쳐 나온 수작이며, 레스토랑 '동휴'에서 첫 시판되어 허파에 특화된 기능을 하는 요리다.

이 요리의 단점은 단 한 가지뿐인데, 요리를 먹으면 생기는 그 기능이 아직은 일시적이라는 것이다. 하지만 근미래에 이 요리는 부대찌개만큼이나 대중화될 것으로 보이며, 그에 따라 이 요리의 기능도 점차 안정화될 것이다.

이 요리를 먹으면 생기는 기능은 크게 두 가지로 나뉜다. 첫 번째는 '공기청정허파'의 기능이다. 점점 말도 안 되는 양의 먼지를 마시며 살고 있는 도시인들에게 더 이상의 물리적 필터(마스크)는 있으나 마나다. 먼지는 점점 더 미세해지며 기계 따위로는 도저히 거를 수 없는 수준에 이르렀다. 이제 이 요리로 허파 자체를 강화시켜, 걸러낸 먼지마저 에너지원으로 사용해서 공기가 안 좋은 날에는 식사를 걸러도 될 정도다. 두 번째는 '수륙양용허파' 기능을 얻는 것이다. 육지는 더러워질 대로 더러워져 점점 인간들은 지구의 반 이상을 차지하는 바다를 보고만 있을 수 없는 상태가 왔다. 바다 속의 지하자원, 바다 속의 식량, 바다 속의 절경을 누가 먼저 차지하고 재빨리 자본화 시키느냐에 따라 차기 3세기 정도의 주도권을 갖게 될 터인데, 현재로써 '허파탕탕이' 섭취 후 '수륙양용허파' 기능을 3시간 정도 쓸 수 있는 상황이다. 하지만 낙지탕탕이로 다져온 요리 실력을 가진 한국인들은 곧 무서운 속도로 이 기능을 강화시킬 것이라 미루어 짐작하고 있다.

이것이 선보일 '미래의 허파'를 가진 자의 '시간', 그 '맛'은 깊고 오묘한 '달콤함'이 틀림없다.

재료

로즈마리 두 스푼, 돗나물 두 스푼, 톳 두 스푼, 흑당에 이틀 정도 절인 통 연근 80g, 벌집 20g

✳ 1인분 기준 ✳ 조리시간 10분

제조법

Step 1 **연근 손질**

1. 통 연근을 세척하고 80g에 맞게 길이를 잡아 썬다.
2. 표면을 세척 후 감자칼로 껍질을 얇게 벗겨준다.
3. 흑설탕과 올리고당, 뜨거운 물을 적당량 섞어 허파시럽⟋을 만든다. 여기에 유자즙을 함께 넣어 향을 준다.
4. 잘 손질된 연근을 허파시럽에 푹 잠기도록 해두고 36시간을 재운다.

⟋ 위의 조리과정을 통해 나온 연근과 유자향의 조화가 그득한 글로시한 시럽이다.

나물 손질

톳, 돗나물, 로즈마리 모두 가장 신선한 상태로 가져와 도마에 함께 올린다. 세 나물 모두 같은 중량 1:1:1이 될 수 있도록 유념한 후, 그 양의 반은 손가락 두 마디 정도의 크기로 손질한다. 나머지 반은 도마 위에 따로 올린 후 마음을 가다듬고 양손에 중국칼을 쥐고 탕탕 탕탕탕!!!

벌집

벌집은 있는 그대로를 사용하되 너무 비싸니까 약 20g만 내놓는다. (한 입에 들어가고 씹으면 벌꿀이 입 안 가득 찰 수 있는 용량)

Step 2 **조리 시작**

흑당에 절여진 연근을 꺼내 프라이팬에 호두오일을 뿌리고 표면을 구워준다. 둥근 표면에 구워진 부분마다 어두운 선이 생기게 하여 전부 다 구워놓고 연근을 세웠을 때 연근의 옆 표면에 옅은 브라운 빛의 스트라이프 문양이 보이면 완성.

Step 3 **플레이팅**

흑당 연근구이가 된 덩어리를 접시의 한 가운데 세운다. 연근의 구멍들을 꽃병 삼아 손가락 두 마디 정도로 손질된 톳, 돗나물, 로즈마리를 조화롭게 꽂아준다. 그리고 나머지 탕탕이가 된 녀석들을 접시 전체에 골고루 뿌린다. 그 위에 다시 연근을 재웠던 시럽을 한 번 뿌려 주면 완성.

레시피 노트

나이프와 포크가 꼭 필요한 음식으로, 허파의 기운을 담고 있는 연근과 벌집을 직접 썰어서 그 위에 나물들을 뿌리고 올려 곁들여 먹는 것을 추천한다.

타앙후루
tááng-h-ǒ-ǒ-ǒ-ǒ-lu
이유성

약용 후식



Courtesy of the artist.

타앙후루 이유성 약용 후식
tááng-h-ŏ-ŏ-ŏ-ŏ-lu

레시피 소개

'타앙후루(tááng-h-ŏ-ŏ-ŏ-ŏ-lu)'는 과일표면을 설탕으로 코팅한 디저트다. 중국 송나라 광종의 후궁인 황귀비(黃貴妃, ?~1191년)가 어느 날 병에 걸려 시름시름 앓았고, 어떠한 약제에도 회복되지 않았다. 이에 의사는 산사나무 열매와 설탕을 함께 달여 식전에 5~10개씩 먹도록 처방하였고 얼마 후 귀비가 씻은 듯이 나았다. 이 소식이 퍼져 백성들이 끓인 설탕에 산사 열매를 굴려 긴 나무에 꽂아 팔기 시작한 것이 타앙후루의 기원이다. 이후 약 1200년이 지난 2314년 현재까지 꾸준히 거리음식으로 전해진다.

현대사회에서 타앙후루의 주요한 약효는 사실 성분이나 맛에서 나오지 않는다. 알을 깨물었을 때 '콰쟉'하고 설탕껍질이 부서지는 파열음, 아랫니와 윗니를 맞물려 단단한 껍질을 깨뜨리며 과즙이 나오는 느낌이야말로 사람들을 치료할 수 있는 효능이다. 무기력증에 특히 좋다.

인류에게 가장 혹독했던 기후의 22세기를 거쳐 24세기에 접어든 지금은 지구의 생물종이 급격히 줄어 과일이 단 297종에 그치게 되었지만, 2100년 이전까지만 해도 과일의 형상이 지금과는 사뭇 달랐으며, 그 종류도 수천에 달했다고 전해진다. 선조들은 '딸기'라는 씨로 뒤덮인 작고 붉은 열매를 주로 사용했으나 현재 멸종했고, 비슷한 열매를 사진자료와 문헌을 바탕으로 수십 차례 개량하여 딸기를 재현한 과일인 '다톨기'를 이용한다. 이 레시피에서는 다톨기와, 노르웨이 스발바르 종자 보관소(2008~)를 통해 무사히 종 보존에 성공한 무화과를 사용한다. 단단한 치즈조각 등도 재료로 쓸 수 있다.

재료

다톨기, 무화과(그 외 각종 과일과 치즈),
설탕 1컵, 물 1/3컵, 용도에 맞는 허브가루 한 톨
✳ 조리시간 15분

제조법

STEP 1 재료를 깨끗이 씻고, 잘 털어 물기가 전혀 없도록 준비해둔다. 칼로 꼭지부분을 자르거나 반으로 가르는 등 물기가 나올만한 작업은 일체 하지 않는다.

STEP 2 설탕과 물을 3:1비율로 냄비에 담고 중간-센 불에서 젓지 않고 가열한다.

STEP 3 끓기 시작하면 중불로 줄인다. 얼음물에 한 방울 담갔을 때 금새 딱딱하게 굳을 정도의 질감이 될 때까지 인내심을 가지고 끓인다.

STEP 4 시럽에 허브가루를 뿌리고, 준비한 재료를 편한 방식으로 골고루 코팅한다.

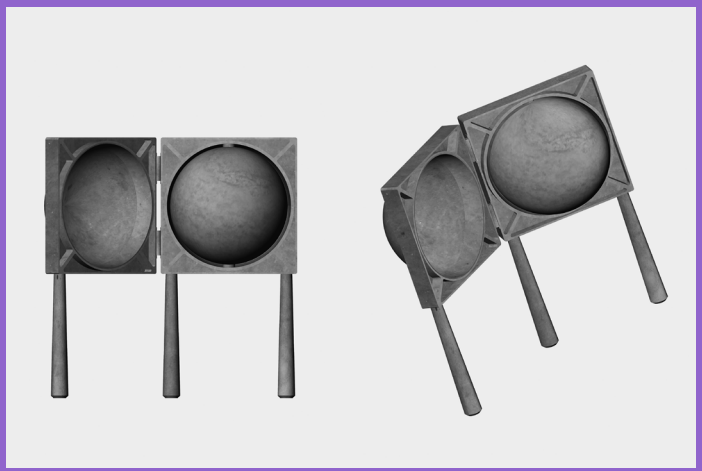
레시피 노트

타앙후루는 가는 막대에 꿰어 간식으로 먹는 것이 일반적이지만, 표면 절반만 설탕시럽에 굴린 후 3~5알 가량을 제철 잎채소와 곁들여 과일샐러드로 먹어도 좋다. 첫 번째 알은 껍질을 부수는 느낌에, 두 번째는 깨지는 소리에, 세 번째 알은 달콤한 맛에 집중하며 먹어보자. 네 번째에는 한 번에 느낄 수 있을 것이다.

구체 후식
The Dessert Sphere
정현

✳

디저트





ⓒSUPERELLIPSE

레시피 소개

'구체 후식'은 현대 한국 식사의 대미를 장식하는 탄수화물-디저트에 대한 건축적 재해석이다. 과거 솥의 아랫면에 붙어 있던 누룽지를 입가심으로 먹던 것과 달리, 오늘날 한국에서는 주요리에 김치나 참기름, 가공 치즈나 날치알 등 주요리와 연관 없는 재료들을 추가한 뒤 밥과 함께 볶아 만든 눌은밥을 후식으로 먹는다. 식사 후반으로 갈수록 끊임없이 높아지는 밀도, 가열 도구 표면에 맞추어 재료를 평평하게 만드는 가공법, 추가 재료 선택에 있어서의 무맥락성 등과 같은 탄수화물-디저트의 특징은 단순 형태의 고밀도 표피의 추구, 주변 맥락과 역사를 상관하지 않는 과감한 양식 등으로 대표되는 당대 건축과 예술을 연상시킨다. 이 탄수화물-마이야르 복합 반응 요리를 과거와 현대를 이어주는 기념비로서 구축하기 위해 기념비적 건축의 원형에서 연유한 조리 도구를 설계하였다. '구체 후식'은 얇고 밀도 높은 탄수화물 껍질로서, 요리사의 선택에 따라 무한 변주가 가능한 가능태로서의 내부 공간을 갖게 된다.

재료

밥, 계란, 주요리의 식재료
김치, 참기름, 김, 가공 치즈, 날치알 등
요리사의 선택에 따른 자유로운 추가 식재료
✳ 조리시간: 구체가 온전히 형태를 유지할 수 있을 만큼의 조리 시간

제조법

STEP 1 조리 도구를 가열한다.

STEP 2 가열된 조리 도구에 당일 주요리의 식재료와 추가 식재료를 혼합한 밥을 채워 넣어 구체를 형성한다.

STEP 3 구 형태를 유지할 수 있을 정도로 조리가 되면, 요리를 도구에서 분리하여 조심스럽게 내놓는다. 완성된 '구체 후식' 내부에는 별도의 요리를 자유롭게 넣을 수 있다.

레시피 노트

완성된 '구체 후식'은 접시 중앙에 두어 기념비성을 강화하는 것이 보기에 좋다. 디저트이지만 주요리의 짭짤함을 유지해야 한다. 단, '단짠'을 위해 매콤달콤한 요리나 소스의 곁들임이 가능하다. '구체 후식'은 손님 수에 맞추어 여러 개의 접시에 담기보다는 4인 이상이 함께 숟가락으로 해체하여 먹을 수 있도록 한 접시에 담는 것이 바람직하다.

4

코리안 시리얼
(호랑이 기운이 솟아나요!)
곽이브

밥맛 없을 때

코리안 시리얼
(호랑이 기운이 솟아나요!)
우한나

밥맛
없을 때

清淨糜食方청정미식방
이소요

비상
식량



Courtesy of the artist.

레시피 소개

살다 보면 밥맛이 없을 때가 있습니다. 또는 바쁘거나 요리를 하기 번거로워 간단히 먹고 싶을 때가 있죠. 몸이 음식을 찾지 않거나 받지 않을 때, 배는 고프지만 장이 아플 때. 배고픔을 해결하면서 영양이 고려된(듯한) 음식을 찾다 보면, 인생에서 한번은 찾게 되고 먹게 되는 그것 입니다. 게다가 작업을 하는 사람에게 작업실에서 해결할 수 있는 식사로도 꽤 훌륭한 조건을 가지고 있습니다. 일을 하면서 (혹은, 거의 일을 하면서) 먹을 수 있거든요.

'코리안 시리얼'의 가장 큰 특징은 '간편함'과 '영양성'에 있습니다. 하지만 특유의 '접근성'과 '친근함'도 잊어서는 안됩니다. 대한민국의 현대 도시인들은 온·오프라인의 어느 슈퍼, 어느 슈퍼 같은 곳을 가든 코리안 시리얼을 손쉽게 구매할 수 있습니다.

시리얼은 미국의 한 요양원에서 환자들의 식사를 연구하던 한 박사에 의해 개발된 영양식입니다. 우연히 조리과정에서 그릇 외각에 묻은 채 마른 밀가루 반죽의 조각을 발견하고, 그 조각을 오븐에 구워 우유와 함께 환자들에게 제공했습니다. 먹기 쉽고, 소화하기 쉽고, 필수적인 영양의 균형을 맞춘 식사의 시작입니다.[1]

한 요양원의 식사가 산업화되면서 미국의 식문화에서 인기를 끌며 대중화되고 아침 메뉴로 정착된 것은, 아침 식사로 홍보 되면서부터입니다. 간편한 조리과정과 빠른 식사 시간은 늘 시간이 없는 현대인의 음식으로 안성맞춤이었습니다.

사실 이 음식은 아침에만 먹을 필요는 없습니다. 지금 그리고 앞으로도, 우리는 늘 시간이 없기 때문입니다. 이 간편히 먹을 수 있는 영양가 있는 식사는 때를 잊은 음식입니다. 하지만 시리얼은 여러 문제점도 발견되었습니다. 식사가 때를 잊고 간식화되면서, 제품이 된 식사에는 당류의 첨가가 늘었고, 나트륨 과다의 이슈도 불거졌습니다. 기본 섭취 공식인 시리얼과 찬 우유의 조합은 유당불내증을 가진 사람과 소화기 기관이 약한 사람들에게 적합하지 않습니다. 또 국가, 인종, 성별, 연령, 문화, 사회 경제적 지위와 소득수준 같은 특수한 상황이나 개인의 체질에 따라 독이 되고 득이 되는 곡류의 종류를 배려할 수 없었습니다. 그래서 이런 여러 변수들에서 건강의 균형을 맞춘 시리얼을 고안했습니다.

미래에 우리가 먹을 시리얼을 소개하겠습니다. 사골[2]과 현미 후레이크로 만들어진 간편 영양식입니다. 생애 주기와 삶의 환경과 날씨와 계절에 영향 받는 몸의 특성을 고려하지만, 생애 주기와 삶의 환경과 날씨와 계절에 구애 받지 않습니다. 당신이 어디에 있든 상관없습니다. 슈퍼를 찾을 수 있다면요.

미래의 어느 때, 당신은 이 음식이 필요합니다. '코리안 시리얼'을 드세요. 당신의 몸 어디에선가, 호랑이 기운이 솟아납니다.

[1] 이것은 시리얼의 최초의 순간이자 브랜드 켈로그의 역사인데, 상표 등록되어 판매된 제품으로의 시리얼 브랜드의 최초는 아닙니다. 켈로그 형제 요양원에서 일하던 직원이 그 가능성을 보고 포스트를 먼저 만들었거든요.

[2] 채식주의자는 사골 대신 막걸리를 활용 할 수 있습니다.

❶사골+현미

프리미엄 한우 사골을 구입해 오랜 시간 정성스럽게 고아낸다. 사골곰탕이 완성되면, 불려둔 현미를 믹서에 가볍게 갈아 후레이크를 만든다. 현미 후레이크와 사골을 함께 끓인다. 현미가 익고 국물이 걸죽해지면 불을 끄고 손으로 만든 자국이 있는 도자기 그릇에 담아 천연 옻칠이 된 나무 수저로 먹는다.

❷ 오뚜기 사골곰탕+현미

슈퍼에서 오뚜기 사골곰탕 한 봉지와 현미를 구입한다. 현미는 믹서기에 갈아 후레이크를 만든 뒤, 사골곰탕과 함께 끓인다. 현미가 익고 국물이 걸죽해지면 불을 끄고 대량생산된 도자기 그릇에 담아 쇠숟가락으로 먹는다.

❸ 오뚜기 사골곰탕+켈로그 현미 후레이크

슈퍼에서 오뚜기 사골곰탕 한 봉지와 통현미 후레이크를 구입한다. 전자렌지 전용 용기에 사골곰탕을 넣어 데운 뒤, 현미 후레이크를 양껏 넣어 일회용 플라스틱 수저로 먹는다.

✳ 부록

코리안 시리얼바

위의 방법으로 제조된 코리안 시리얼에 꿀, 또는 올리고당, 또는 설탕을 넣고 섞는다. 평평한 곳에 부어 먹기 좋은 크기의 바 형태로 모양을 잡아 차갑게 식힌다. 굳은 뒤 날카로운 것으로 자신의 이름, 생년월일, 조리일자를 새긴다. 랩으로 개별 포장해 냉장보관 해두었다가, 이동 중에 간편히 먹을 수 있다.

재료

찹쌀 또는 현미 50g, 오뚜기 사골곰탕 350g,
기호에 따라 우유 50ml
✳ 조리시간 10분

제조법

❷ 오뚜기 사골곰탕+현미

STEP 1 현미를 물에 불립니다.
(소화력에 따라 이 단계는 건너 뛸 수 있습니다.)

STEP 2 현미를 믹서에 30초간 갈아 후레이크를 만듭니다.

STEP 3 적당히 오목하고 넓은 냄비에 사골곰탕과
갈아준 곡물 후레이크를 넣고 중불에서 끓여줍니다.

STEP 4 끓어 오르면 불을 약불로 줄이고,
납작한 주걱으로 바닥을 저어주며 시리얼
넘버를 씁니다. (흰 눈에 글자를 남기듯, 자신의
이름+생년월일+조리 일자를 연도, 월, 일의 순서대로)

STEP 5 시리얼 넘버를 쓴 이후에 시계 방향으로 1분,
시계 반대 방향으로 1분, 아날로그 시계가 없을
상황을 추가해 아라비안 숫자로 1~120의 수를
씁니다.

STEP 6 중간 중간 우유를 부어 사골곰탕의 짠기를
중화시켜 줍니다.
(개인 취향에 따라 이 단계는 건너 뛸 수 있습니다.)

STEP 7 중간 중간 시리얼 넘버를 써서
계정 상태를 유지합니다.

STEP 8 액체에 점성이 생기고, 점도가 높아져
한 덩어리처럼 느껴진다면 불을 끄고
내용물을 용기에 담습니다.

STEP 9 대기의 시간입니다.

STEP 10 뜨거움이 식고 따뜻한 기운이 있을 때
먹습니다. 기호에 따라 각종 견과류, 건과일,
마늘 후레이크를 올려 함께 먹어도 좋습니다.

淸淨糜食方청정미식방

이소요

비상식량



Copyright ⓒ 2019. 이소요, 생물과 문화. All rights reserved.

레시피 소개

糜食方미식방⟋은 식재료를 볶아서 가루 내는 방법을 뜻하며, '미숫가루 만드는 법'이라 풀이할 수 있다. 미식은 휴대와 저장이 쉽고 불을 피우지 않아도 먹을 수 있어서 여행할 때, 혹은 비상시에 요긴하다.

어떠한 음식 재료이든 미식으로 만들 수 있겠지만, 그 중에서도 마리네티와 필리아가 『미래주의 요리책*La Cucina Futurista*』(1932)에서 추구하였던 진보적인 식문화의 특징을 참고하여 아래의 조건을 만족하는 세 가지 재료인 감국, 남천, 그리고 측백나무의 잎을 선택했다.

1. 늦가을, 초겨울에 한국 도심의 길거리에서 쉽게 발견할 수 있는 재료⟋⟋
2. 정제 탄수화물을 포함하지 않는 재료
3. 향기로운 재료

감국, 남천, 그리고 측백나무는 식용으로 길들여 대량생산하는 생물에 익숙한 현대인에게 생소하게 여겨질 수 있으나, 조선 후기의 실학자 풍석 서유구가 남긴 실용 류서 『林園經濟志임원경제지』 중 음식 재료와 요리법을 다룬 『鼎俎志정조지』⟋⟋⟋에 실려 있어 우리 식생활의 일부였음을 알 수 있다.

재료 및 용량

감국*Chrysanthemum indicum*의 잎 50g

✳ 감국 대신 다른 국화속 식물을 사용해도 무방하다. 절화, 화분, 화단용 재배종이 다양하게 개발되어 있다.

남천*Nandina domestica*의 잎 50g

✳ 늦가을 붉게 물든 잎을 사용한다.

측백나무*Thuja orientalis*의 잎 50g

✳ 측백나무 대신 서양측백*Thuja occidentalis*을 사용해도 무방하다. 허가 받은 장소에서 채취하기 어렵다면 화훼시장에서 구입하여 사용한다.

제조법

감국, 남천, 측백나무 각각에 대한 조리 방법은 따로 명시한 경우를 제외하고 동일하다.

STEP 1 준비된 식물의 잎을 정히 씻어 물기를 없앤다. 낙엽이 아닌 싱싱한 잎을 사용한다.

STEP 2 잎을 절구에 찧는다.

STEP 3 찧은 잎을 시루에 찐다. 측백나무의 경우 잎에서 쓴 맛이 많이 난다면 찌는 대신 물에 넣고 삶은 다음 체에 밭쳐 물기를 뺀다.

STEP 4 익힌 재료를 채반에 펼쳐 햇볕에 바짝 말린다. 햇볕에 널기 어렵다면 아랫목이나 식품건조기를 이용한다. 곰팡이가 피지 않도록 주의한다.

STEP 5 바짝 마른 재료를 분쇄하여 고운 가루로 만든다.

STEP 6 완성된 미식은 살균한 유리병에 밀봉하여 건조하고 서늘하며 볕이 들지 않는 장소에 두고 쓴다.

비상시에, 혹은 간편하게 물에 타서 마신다. 우유나 꿀을 섞어도 좋다. 살을 찌우는 대신 향으로 몸과 마음을 깨워줄 것이다. 밥을 지을 때 섞거나 빵이나 밥의 반죽에 넣거나, 고기 구울 때 뿌리거나, 샐러드 드레싱에 섞는 등 상상력을 발휘하여 두루 사용한다.

레시피 노트

⟋ 이 문서는 'recipe레시피'가 아니라 '方방'으로 이름 붙였다. 마리네티와 필리아가 1932년 발표한 『미래주의 요리책 *La Cucina Futurista*』의 주된 특징 중 하나로, 저자들의 국가인 이탈리아의 독립된 식문화를 추구하였다는 점을 꼽을 수 있다. 저자들은 영어나 프랑스어에서 온 외래어를 대체할 수 있는 이탈리아식 요리 용어를 새로 고안하기도 하였고, 'recipe' 대신 'formula포르물라'라는 표현을 사용하였다고 알려져 있다. '方'은 이 문서를 작성하기 위해 참고한 『林園經濟志 鼎俎志임원경제지 정조지』에 등장하는 조리법 제목의 형식을 차용한 것이다.

⟋⟋ 현대인이 시장이 아닌 '자연'에서 청정 식재료를 얻을 수 있는가? 감국, 남천, 측백나무가 자생하는 사례를 전혀 찾아볼 수 없지는 않겠지만, 임산물 채취는 법률 제 635호 "임산물 단속에 관한 법률" 등에서 규제하는 바를 참고해야 한다. 뿐만 아니라 오늘날 한국의 숲과 공원에서 자라는 감국, 남천, 측백나무는 조림된 재배종이 많아 도심의 조경 식물과 크게 다르지 않을 것으로 추측할 수 있다. 조경 식물에서 충분한 양의 잎을 얻고자 할 때, 각 시에서 정하는 "가로수 조성 및 관리 조례"를 염두에 두어야 할뿐더러 물, 공기, 흙에 포함된 인체 유해물질의 영향을 고려해야 한다. 채집할 수 없다면 구입해야 할 텐데, 감국, 남천, 측백나무를 식용으로 재배하는 농가를 찾기는 쉽지 않을 것이다. 그러나 이 식물들은 관상용으로 널리 재배하므로 11월에서 12월 사이 화훼 시장, 묘목 시장을 방문했을 때 무척 쉽게 구할 수 있고 가격도 저렴하다. 다만, 재배 과정에서 농약을 사용했을

것이므로 마음 놓고 식용으로 가공하기에 꺼려질 수 있겠다. 화훼 시장의 상인들에게 농약의 유해성에 대해 질문하면 해롭지 않다고 대답하는 경우가 많기 때문에 유의미한 정보를 얻으려면 다른 출처를 통할 것을 권한다.

⁄⁄⁄ 이 문서를 작성하는데 『鼎俎志』의 역자이자 (사)임원경제연구소 정정기 번역팀장님의 도움을 받았기에 감사드린다. 임원경제연구소는 2008년 결성된 고전번역 전문기관으로 『林園經濟志』 완역을 목표로 연구 · 번역 · 출판에 매진하고 있으며 이 문헌의 여러 측면을 소개할 때 '오래된 미래'라는 표제어를 사용해왔다.

프로그램 참여자 소개

참여작가/레시피

곽이브

곽이브는 살아가는 생활 환경과 삶의 구축성이 가지는 지난한 아름다움에 대해 관심을 가져왔다. 주로 한국 도시건물 특유의 형태와 호흡을 관찰해왔고, 건설적 미래를 그리는 사람들의 방법과 미술 행위의 유사성을 발견하고 있다.

구동희

구동희는 일상적인 것에서 파생되는 감각을 변주하며 이를 설치, 조각, 비디오 등 다양한 매체로 선보인다. 공간의 조형적 요소와 전시장의 건축적 구조를 활용하여 몸을 움직이는 과정과 체험 속에서 보는 방식을 뒤섞여 놓으려고 시도하며, 관습적인 감각이 변환되는 지점에 주목한다.

김화용

고정관념, 관습, 이데올로기가 만들어낸 정체성에 질문을 던지며 이를 둘러싼 제도, 경계, 다양성, 젠더에 대한 고민을 만남, 여행, 워크숍, 퍼포먼스 등의 방법으로 작업해왔다. 예술 그 자체보다 삶을 예술적이고 정치적으로 구축하는 이들에게 관심이 있고 최근에는 문화/예술 신화 뒤에 가려져 있던 비인간 동물의 착취에 대한 리서치를 진행 중이다. 〈옥인 콜렉티브〉 멤버로도 활동했다.

람한

람한은 서울을 기반으로 활동하는 일러스트레이터이다. 디지털 페인팅을 주요 매체로 사용하며 현재와 과거의 팝/서브컬처와 미디어에 주입된 체험적 판타지를 그린다. 대중매체 안에서 복제되고 열화되어 진위가 모호한 유사 기억을 잘라 붙여 왜곡된 제3의 장면을 소환하고 그것을 수용자의 체험으로 치환시키는 것에 관심이 있다.

양아치

양아치는 근미래, 소실점, 황금, 원근법, 감시, 장치, 네트워크, 대륙이동설클럽, 5G, 사랑, 불면증, 최면, 미들 코리아, 우울증, 전미래(futur antérieur), 복숭아, 스크린, 비둘기, 전기, 전자가 배제된 미디어 아트, 여의도, 1인칭, 2인칭, 3인칭, 농담, 청춘, 칠보시(七步詩), 홍콩에 관심이 있다.

우한나

우한나는 도시인들의 삶을 디오니소스들의 고군분투의 현장으로 바라보며, 종종 본인의 삶도 멀리서 보려고 시도한다. 매일이 천 년, 만 년이 똑같기 만한 인간이 느끼는 갈등과 노여움 또 행복 같은 반응, 그것들의 미세한 차이를 비춰내고 들이밀어 느끼게 하는 것이 예술가의 역할이라고 생각한다. 불평, 불만이라도 꾸준한 것은 가치 있다 믿고, 오늘도 사부작 사부작 무언가를 만들었고, 그것에 이름을 붙여주었다.

이소요

이소요는 생물을 시각적 정보와 예술로 환원해온 문화적 관습들에 관심을 가지며, 생물학-자연사-예술에서 공유하는 방법론과 가치관을 탐구한다. 서울에서 일인출판사 '생물과 문화'를 운영하면서 생물을 다루는 예술 작품을 책의 형식으로 펴낸다.

이유성

이유성은 표면을 액체, 저장, 효율, 삭제 등으로 연결짓는 시간 속에서, 이미 존재하는 문화나 기억, 두께가 있는 방식 등에 엉켜있는 이미지들을 조각적 상태로 엮는다. '지금' 이라 포장된 것들에서 아나크로닉한 얼굴을 발견할 때, 그리고 개와 걸을 때 지금을 느낀다. 이 모든 단어를 내일도 쓸지 모르겠지만, 만들던 것은 내일도 이어서 만들 것이다.

정현

정현은 홍익대학교에서 목조형 가구 디자인을 전공하고, 코넬 대학교에서 건축학 석사 학위를 받았다. 도쿄와 뉴욕, 샌프란시스코 등의 건축사무소에서 근무한 뒤 서울로 돌아와 건축과 출판을 아우르는 프로젝트 초타원형(SUPERELLIPSE)을 설립하여 미술가, 사진가, 음악가, 게임 제작자, 그래픽/제품 디자이너 등과 협업하고 있다. 현재 서울시립대학교 겸임교수로 재직 중이다.

최하늘

최하늘은 서울에서 조각을 만들고 있다. 조각이 현실과 맺는 관계를 재설정하는 방식에 관심을 두고 있다. 조각이 일상에서 독립적으로 존재할 수 있는 환경을 구축하고, 그 안에서 뻔뻔하게 놀고 있는 조각을 만든다.

레시피 연구 및 요리

동휴

아카이브봄 건물에서 식당 '동휴'를 운영하며, 음식을 먹고 바라보는 방식을 재구성하는 프로젝트를 진행한다. 케이터링을 퍼포먼스로 연결한 〈쨍그랑! 디너쇼〉(포항 영일대), 항공뷰로 케이터링을 구성한 〈Bird Eye View〉(플랫폼엘) 등에 참여하였다.

음악/디제잉

LEEVISA

혼란의 시대에서, 그는 음악이 사회문화적 맥락에서 중요한 역할을 할 수도 있음을 알게 되었고 본격적으로 소리를 탐구하기 시작했다. 2015년부터 디제잉을 시작, 2018년 EP앨범 〈Candle〉 발표를 시작으로 펜실베이니아에 거점을 둔 인터넷 레이블 JEROME의 컴필레이션 앨범 참여와 리믹스 작업으로 음악 활동을 본격 시작했다. 2018년 CTM Festival 20주년 이벤트 참여, 2019년 8월 타이베이에서 첫 공연을 성황리에 마쳤다. 미술, 패션, 단편영화 등 분야의 제한 없이 음악을 담당하며 제작의 스펙트럼을 넓혀가고 있다.

영상 스크리닝

오세나

베를린을 기반으로 활동하는 비주얼 미디어 디자이너이다. 혼용되고 남용되는 디지털 인터페이스와 매체를 재-응시하며 현실과 가상현실이 중첩된 태도로 체험하고 해소하는 작업을 한다.

2019 아르코미술관 주제기획 프로그램
슈퍼 퓨처 푸드
2019 ARKO'S SPECIAL PROGRAM
Super Future Food

2019.12.19(목), 19:00
아르코미술관 1층 스페이스 필룩스

참여작가	곽이브, 구동희, 김화용, 람한, 양아치, 우한나, 이소요, 이유성, 정현, 최하늘
레시피 연구 및 요리	동휴
음악/디제잉	LEEVISA
영상 스크리닝	오세나
주최	한국문화예술위원회 아르코미술관
아르코미술관	한국문화예술위원회 위원장 박종관 예술공간운영본부장 송시경 미술관운영부장 정해영
기획	노해나
코디네이팅 및 홍보	김예솔
그래픽디자인	팡팡팡그래픽실험실
인쇄	홍성문화사
후원	복순도가

아르코미술관 Arko Art Center

복순도가
福順都家
발효건축

ⓒ 2019 한국문화예술위원회 미술관운영부
이 책은 한국문화예술위원회 미술관 운영부에서 제작하였으며, 책과 이미지의 저작권은 미술관운영부와 작가에게 있습니다. 이 책은 저작권법에 의해 보호받는 저작물이므로 무단 전제 및 복제를 금합니다.