YsU
영산대학교

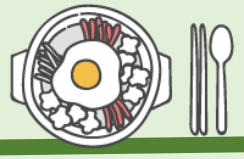


미식여행과 스토리텔링

12-3: 프랑스의 식문화

교수자 : 김현수

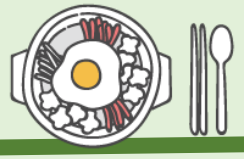
YsU 영산대학교



지난 차시 요약

1. 영국
   - 면적(세계78위), 인구(세계21위), GDP(세계9위)
   - 해양성기후, 습도가 높아 안개가 많음
   - 기독교 34.2%, 공용 언어 : 영어
2. 영국의 음식문화
   - 홍차의 나라
   - 로스트비프, 요크셔 푸딩, 피시 앤 칩스
   - 각 지역별 요리(잉글랜드, 스코틀랜드, 웨일즈)
3. 영국의 크리스마스 (크리스마스 로스트, 크리스마스 푸딩, 크리스마스 크래커, 민스파이)

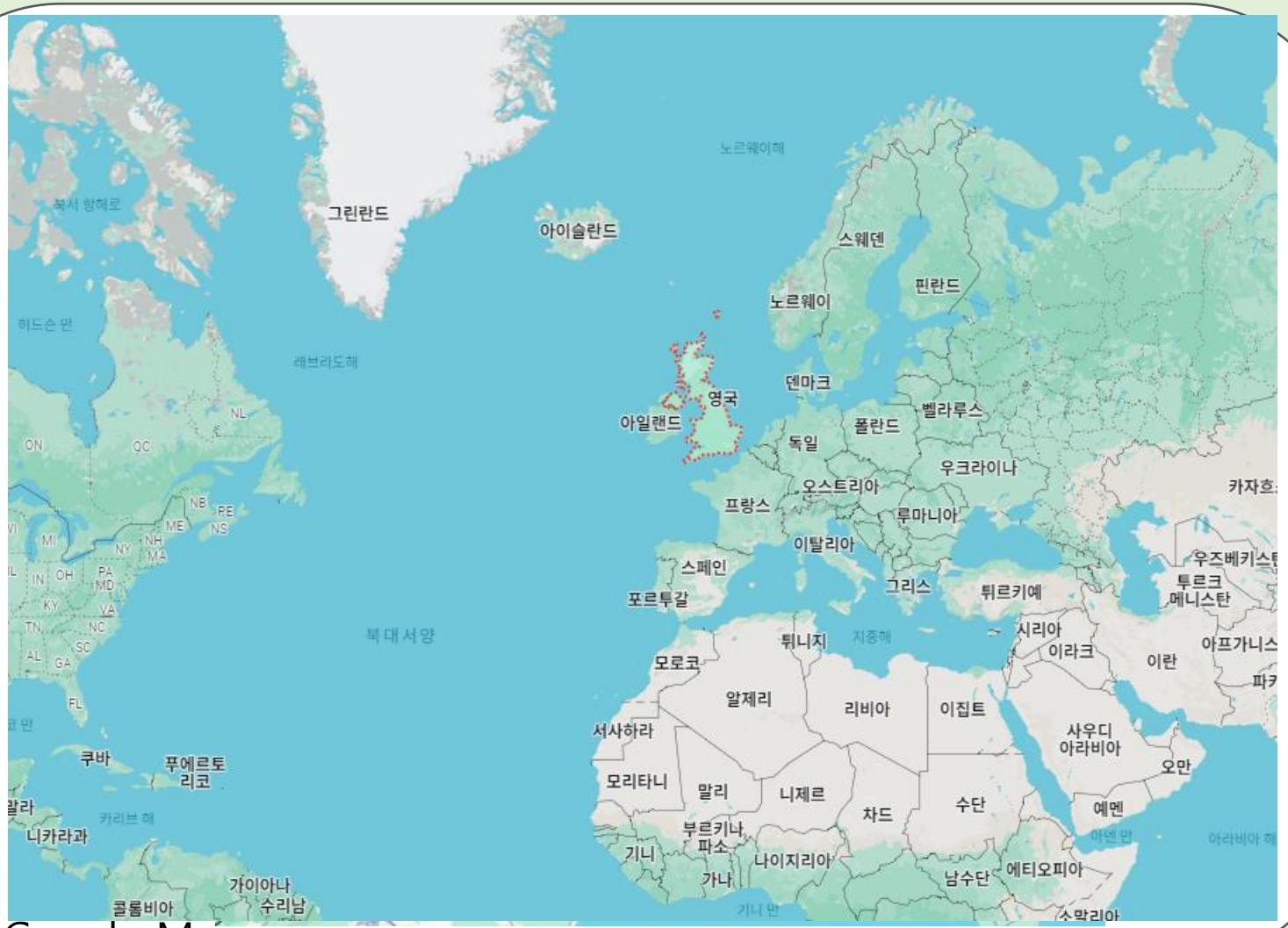
YsU 영산대학교



3차시 학습목표

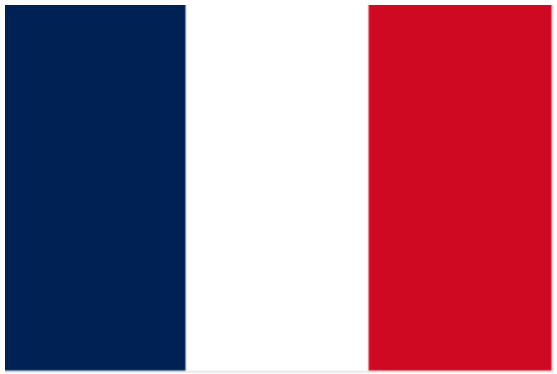
1. 프랑스의 기본정보
2. 프랑스의 식문화
3. 지역별 대표 요리
4. 행사 음식
5. 프랑스의 학교생활

프랑스 공화국(République française)



Google Map https://www.google.com/maps/@46.4081855,-3.918341,5.2z?hl=ko-KR&entry=ttu

1. 프랑스의 기본정보





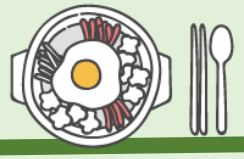
프랑스 공화국(République française)

- 수도 : 파리
- 면적 : 551,695km² (세계50위)
- 인구 : 약67,413,000명 (2021년 어림, 세계 22위)

  계속되는 이민자의 증가로 급속히 인구 증가 중
- GDP (2023년 IMF 기준 어림값)

  전체 $3조 490억 (7위) 1인당 $46,315(23위)

YsU 영산대학교



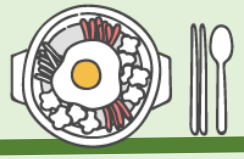
1. 프랑스의 기본정보

- 면적 : 632,734km² , 해외주와 해외 영토를 합하면 674,843km²
- 프랑스의 해외영토

- 해외 집합체 프랑스령 폴리네시아, 생마르탱, 생바르텔레미
  생피에르 미클롱, 왈리스 피튀나
- 특별 공동체 누벨칼레도니
- 해외 영토 클리피턴 섬, 프랑스령 남방 및 남극 지역

- 정치체제 : 단일국가, 양원제, 공화제, 이원집정부제
- 공용 언어 : 프랑스어
- 종교 : 카톨릭교 41%, 무종교 40 %, 이슬람교 6%,
  개신교 5%, 유대교 1%, 불교 1%, 기타 0.5%

YsU 영산대학교



1. 프랑스의 기본정보

- **설립** 843년(베르됭 조약)

  혁 명 : 1789년 7월 14일

  현행 헌법: 1958년 10월 4일

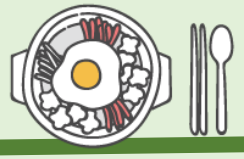
- 기후와 날씨

해안과의 거리, 해발고도, 국지적 풍향에 따라 다양한 기후를 보인다.

북부는 비가 많이 내리지만 남쪽은 비가 자주 내리지 않는다.

피레네산맥일대, 알프스산맥일대 : 겨울은 상당히 춥고 눈이 많이 내리고, 여름에는 건조하고 선선하다.

YsU 영산대학교



1. 프랑스의 기본정보

프랑스 시민혁명(1789년5월 5일~1799년 11월 9일)

프랑스 혁명은 1830년 7월 혁명, 1848년 2월 혁명도 있으나 대부분은 1789년 혁명을 가리킨다. 혁명 기념일은 매년 7월 14일이며 국경일로 쉰다.

불평등한 신분 봉건제, 루이 16세 때에 이른 국가 재정의 파탄 등이 불씨가 되고, 시민중심의 사회, 자본주의와 자유주의의 갈구에서 시민혁명이 일어나 10년간 이루어졌다.

2. 프랑스의 식문화

종류가 풍부하고 맛있는 치즈

프랑스에서는 마을마다 특징 있는 치즈가 하나는 있다고 할 정도로 치즈 종류 매우 많다. 전세계에 수출되고 있어 그 맛을 인정 받고 있다. 보통 우유뿐만 아니라 양이나 산양의 젖으로도 만든다. 특히 생젖으로 만든 치즈는 신경 써서 다룬다.

대표적인 치즈

브리

나무 향이 나고 상당히 부드럽고 크리미하며 신맛과 톡 쏘는 맛이 나는 치즈로 치즈의 여왕이라 칭할 정도이다.



https://namu.wiki/w/%ED%94%84%EB%9E%91%EC%8A%A4%20%EC%9A%94%EB%A6%AC#s-7.8

2. 프랑스의 식문화

종류가 풍부하고 맛있는 치즈

카망베르



브리 치즈에서 파생한 치즈로 브리 치즈보다 숙성기간이 짧아 향과 풍미는 떨어지지만 우유 향과 맛이 느껴지는 크리미 한 치즈다.

로크포르



양젖을 숙성시켜 만든 맛이 강하고 진한 푸른 곰팡이 치즈로 [로크포르-쉬르-술종]의 [콩발루]산에 있는 동굴에서 만들어진다.

https://namu.wiki/w/%ED%94%84%EB%9E%91%EC%8A%A4%20%EC%9A%94%EB%A6%AC#s-7.8
https://ko.wikipedia.org/wiki/%EB%A1%9C%ED%81%AC%ED%8F%AC%EB%A5%B4

2. 프랑스의 식문화

종류가 풍부하고 맛있는 치즈

퐁뒤 사부아야르드

치즈 퐁뒤.





라클렛

치즈를 전용 판에 녹여 감자나 햄, 스테이크 등에 올려서 먹는다.

https://namu.wiki/w/%ED%94%84%EB%9E%91%EC%8A%A4%20%EC%9A%94%EB%A6%AC#s-7.8

2. 프랑스의 식문화

프랑스요리와 소스

소스는 프랑스요리의 기본이다. 심플하게 구운 고기나 생선에 여러 가지 소스를 뿌려서 먹는 요리가 다양하다. 소스를 만들기 위해서는 먼저 고기와 야채에 월계수잎이나 타임 등을 첨가해서 끓여서 걸러 [퐁]이라는 육수 덩어리를 만든다. 이것을 물, 육수,요리술로 희석한 액체도 [퐁]이라 부른다. 송아지의 뼈와 고기를 사용한 육수는 [퐁 드 보]라고 한다.



https://ko.wikipedia.org/wiki/%ED%90%81_(%EC%9D%8C%EC%8B%9D)

2. 프랑스의 식문화

대표적인 소스

데미글라스 소스

풍에 버터와 밀가루 등을 넣어 졸여서 만드는 만능 브라운 소스.



베샤멜 소스(영미권에서는 화이트 소스)

그라탕이나 크림 고로케, 파스타 등에 사용하는 버터로 볶은 밀가루와 우유로 만드는 화이트 소스.



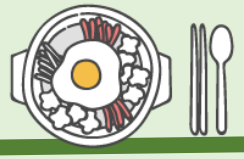
비네그레트 소스

식초와 기름 취향에 따라 허브를 넣어서 만드는 샐러드 드레싱에 사용하는 소스.



https://namu.wiki/w/%EB%8D%B0%EB%AF%B8%EA%B8%80%EB%9D%BC%EC%8A%A4%20%EC%86%8C%EC%8A%A4
https://namu.wiki/w/%EB%B2%A0%EC%83%A4%EB%A9%9C%20%EC%86%8C%EC%8A%A4
https://ko.wikipedia.org/wiki/%EB%B9%84%EB%84%A4%EA%B7%B8%EB%A0%88%ED%8A%B8

YsU 영산대학교



2. 프랑스의 식문화

세련된 프랑스요리의 시작

프랑스의 식문화는 유네스코 무형문화제 유산으로 등재되어 있다. 역사를 돌이켜보면 14세기 초에 쓰여진 요리서에는 [시나몬 소스를 뿌린 닭고기] 등 요즘 먹어도 맛있을 것같은 요리 레시피가 130개나 기록되어 있다. 그리고 프랑스요리가 다른 유럽 요리들과 달리 독자적으로 세련되어진 것은 17세기 베르사유궁전을 세운 [루이 14세] 때부터 였다고 한다. 그 뒤로 19세기 초에는 [마리 앙투안 카렘]이라는 셰프가 지금의 우리가 알고 있는 우아하고 세련된 프랑스요리를 만들어 냈다.

3. 지역별 대표 요리

유럽에 있는 나라 중에서는 꽤 큰 영토를 가지고 있어 음식에 있어서도 지역에 따라 많이 다르다. 대부분의 지역은 지중해 온대성 기후로 넓은 평야가 많고, 산악지대도 적당히 있고, 북쪽에는 한류성 어종이, 남쪽에는 난류성 어종이 잡히는 등 여러 다양한 식재료가 있다.

론-알프 지방

프랑스 제2의 미식의 도시 리옹이 있는 지역으로, 산악지대와 평야지대 사이에 위치해 다양한 식재료를 구하기 쉬운 곳으로 저렴한 서민 요리가 발달 해 있는 곳이다.



닭 간을 부드럽게 쪄 낸 리옹의 전통요리

https://m.post.naver.com/viewer/postView.nhn?volumeNo=8395101&memberNo=872107

3. 지역별 대표 요리

부르고뉴 지방

론-알프 지방 북쪽에 있는 지역으로, 풍부한 과일과 육류로 고급 요리의 기본을 만든 곳이다. 포도주요리(꼬꼬뱅(닭 부르기뇽), 뵈프(비프)부르기뇽 등), 마늘버터소스로 만드는 에스카르고(달팽이), 푸아그라(거위나 오리 간), 머스타드 등 우리에게 친숙한 요리의 원천이다. 와인이 유명한 지역으로 와인을 사용하는 요리도 많다.



뵈프부르기뇽



에스카르고



푸아그라

https://namu.wiki/w/%ED%94%84%EB%9E%91%EC%8A%A4%20%EC%9A%94%EB%A6%AC#s-5
https://ko.wikipedia.org/wiki/%ED%91%B8%EC%95%84%EA%B7%B8%EB%9D%BC

3. 지역별 대표 요리

알자스-로렌 지방

지역 특성상 독일 요리와 많이 섞여있고, 알프스가 있어 다양한 치즈가 발달했다. 맥주가 유명하고 [슈크르트]라는 야채절임, [키슈로렌]이라는 타르트 등이 유명하다.



[퐁뒤 사부아야르드(치즈 퐁뒤)]



슈크루트 달자스



키슈로렌

https://namu.wiki/w/%ED%94%84%EB%9E%91%EC%8A%A4%20%EC%9A%94%EB%A6%AC#s-7.8
https://ko.wikipedia.org/wiki/%EC%8A%88%ED%81%AC%EB%A3%A8%ED%8A%B8
https://ko.wikipedia.org/wiki/%ED%82%A4%EC%8A%88

3. 지역별 대표 요리

프로방스 및 코트 다 쥐르 지방

서민적인 요리가 많지만 일부 요리는 고급 요리도 있다. [부야베스(해산물 스튜)], [카시스 잼], [라따뚜이(야채를 익힌 요리], [니스아즈 샐러드]가 대표적이다. [라따뚜이]는 디즈니에서 만든 애니메이션(요리사가 되고 싶은 쥐 이야기)으로 친숙한 음식이다.



부야베스



라따뚜이



니스아즈 샐러드

https://namu.wiki/w/%ED%94%84%EB%9E%91%EC%8A%A4%20%EC%9A%94%EB%A6%AC#s-5
https://ko.wikipedia.org/wiki/%ED%91%B8%EC%95%84%EA%B7%B8%EB%9D%BC

3. 지역별 대표 요리

노르망디 및 브르타뉴 지방

대서양에 접해 있어서 해산물과 생선요리를 많이 먹는다. 프랑스 요리라기에는 간단한 요리가 많은 것으로 유명하다. 노르망디는 가리비 요리, 브르타뉴는 랍스터, 가재, 홍합 요리가 발달되어 있다. [갈레트(메밀가루로 만드는 바삭한 케이크)], [시드르(노르망디 사과로 만든 토속주)], [칼바도스(시드르를 증류한 사과 브랜디)], [크레이프] 등이 있다.



갈레트



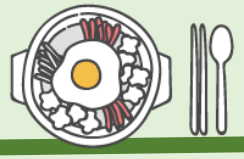
크레이프



칼바도스

https://namu.wiki/w/%ED%94%84%EB%9E%91%EC%8A%A4%20%EC%9A%94%EB%A6%AC#s-5
https://namu.wiki/w/%EC%B9%BC%EB%B0%94%EB%8F%84%EC%8A%A4(%EB%B8%8C%EB%9E%9C%EB%94%94)

YsU 영산대학교



3. 지역별 대표 요리

남서부 누벨 아키텐 지방

거위 간 [푸아그라]가 유명한 지역으로 보르도 포도주와 대서양 연안이라 해산물이 풍부하고 특히 [아르카숑]의 굴이 유명하다. 낙농업, 과수원, 밀농장이 많고, [페리고르]는 송로버섯 산지이다.

2. 영국의 식문화

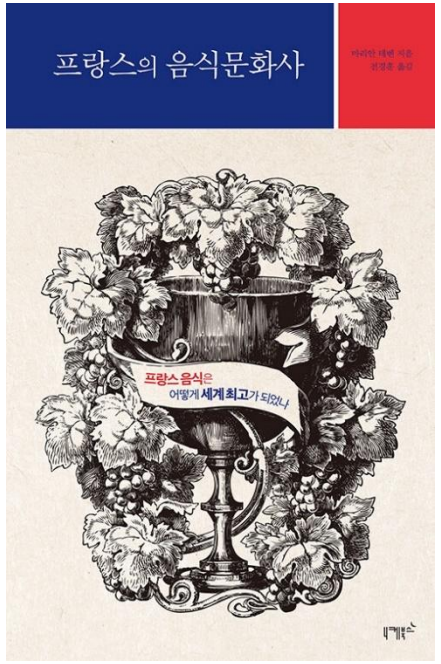
스토리텔링의 힘...미식의 나라를 만들다

최고의 역사 120년 미래를 연다
서울신문

입력 :2023-11-17 00:02 | **수정** : 2023-11-17 00:02

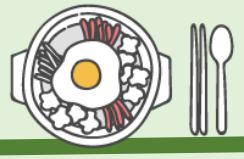
안동환 전문기자

프랑스의 음식문화사/마리안 테벤 지음/전경훈 옮김/니케북스/580쪽/3만 2000원



https://www.seoul.co.kr/news/life/publication-literature/2023/11/17/20231117019001

영산대학교



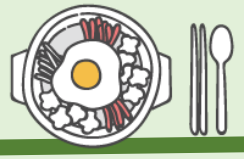
3. 지역별 대표 요리

프랑스 음식은 흔히 '미식'(美食)의 정수로 통한다. 유네스코는 2010년 [프랑스 미식](가스트로노미)을 인류문화유산으로 등재하며 세계 최고의 반열에 올렸다.

신간 '프랑스의 음식문화사'는 조상인 골족과 프랑크족의 갈리아 시대부터 중세와 르네상스, 앙시앵레짐(절대왕정기), 프랑스 혁명기를 거쳐 현대에 이르기까지 프랑스인들이 먹고 마시며 찬양해 온 '맛의 역사'를 집대성한 인문서다.

골족과 프랑크족은 로마제국 시절부터 잘 먹기로 소문난 사람들이었다. 중세에는 교회의 영향으로 고기 소비가 엄격히 제한되면서 '빵의 시대'가 도래했다. 식단의 중심이 된 빵은 중세 시대부터 그 명칭과 종류, 중량이 세세하게 정해졌다. 상다리가 휘어질 정도로 쌓아 올린 진수성찬과 화려한 궁정 연회가 열린 절대왕정기는 프랑스 미식의 혁신기로 꼽힌다. 17세기 인쇄본으로 쏟아져 나온 수많은 요리책은 프랑스 요리의 규칙과 기술을 기록하는 동시에 미식의 확산을 이끌었다. 샴페인으로 알려진 발포성 와인이 프랑스적 음료로 탄생한 것도 이 시기였다.

YsU 영산대학교



3. 지역별 대표 요리

1789년 프랑스대혁명 이후 일자리를 잃은 궁정 요리사들이 파리의 거리로 나와 최초의 레스토랑을 열었다. 레스토랑의 탄생으로 왕과 귀족의 밥상이 대중화 됐고, '오트 퀴진'(고급 요리)은 오늘날 전 세계 국가 만찬의 표준이 됐다.

프랑스 요리는 과연 뛰어난 맛으로 세계를 지배하게 된 것일까. 저자는 다르게 본다. 맛이 명성에 부합 해서가 아니라 프랑스인들이 자국의 음식 이야기를 전하는 데 탁월한 이야기꾼이었기 때문이라고 말한다. 저자는 프랑스 음식 문화의 키워드로 '사부아르페르'(savoir-faire)를 지목한다. 수완 혹은 기량을 뜻하는 프랑스어 사부아르페르는 훌륭한 먹거리를 키우고 요리한 미식을 프랑스적인 것으로 홍보하는 예술적 노하우다.

이 점에서 음식은 프랑스를 정의하는 국가적 정체성이자 프랑스 공동체의 삶을 가장 잘 설명하는 현상이라고 저자는 강조한다.

안동환 전문기자

5. 행사 음식

카니발의 [베녜]와 부활절의 달걀모양 초콜릿

기독교 카톨릭 국가들에서는 [카니발(사육제)]이라는 축제가 있고 프랑스에서는 카니발의 마지막 날을 [마르디 그라]라고 한다. [마르디 그라]가 끝난 다음 날부터 부활절까지의 40일간은 육류를 먹는 것을 제한하기 때문에 이 날은 맛있는 것을 먹고 싶은 만큼 먹어도 된다고 한다. 이 날 아이들은 [베녜]라는 튀긴 과자를 먹는다. 프랑스에는 20가지나 되는 버전의 [베녜]가 있다.



[오트사부아]의 베녜

https://en.wikipedia.org/wiki/Beignet

5. 행사 음식

카니발의 [베녜]와 부활절의 달걀모양 초콜릿

부활절에는 달걀모양의 초콜릿이나 [로스트 램]을 먹는다. 부활절 전날에는 아빠 엄마들이 삶은 달걀 껍질에 그림을 그린 부활절 달걀을 어딘가에 숨기고 아이들이 찾는 즐거운 행사도 한다.



https://overseas.mofa.go.kr/oecd-ko/brd/m_8516/view.do?seq=1206672&srchFr=&srchTo=&srchWord=&srchTp=&multi_itm_seq=0&itm_seq_1=0&itm_seq_2=0&company_cd=&company_nm=

5. 행사 음식

크리스마스 대표 음식

크리스마스에는 성대하게 축하하며 많은 음식을 먹는다. 프랑스에서는 크리스마스를 [노엘]이라고 한다. 크리스마스 대표 음식으로는 [푸아그라], [캐비아], [부댕(프랑스식 흰 선지 소세지)], [코코뱅(닭 부르기뇽)], [뷔슈 드 노엘(통나무 모양의 코코아크림 롤케이크)], [닭이나 칠면조 로스트]나 [로스트 램] 등을 먹는다.



코코뱅



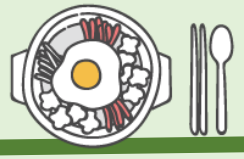
부댕



뷔슈 드 노엘

https://namu.wiki/w/%ED%94%84%EB%9E%91%EC%8A%A4%20%EC%9A%94%EB%A6%AC#s-5
https://ko.wikipedia.org/wiki/%EB%B7%94%EC%8A%88_%EB%93%9C_%EB%85%B8%EC%97%98

YsU 영산대학교

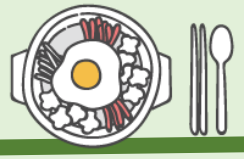


6. 학교 생활

[교육 과정] 에콜 마테르넬(유치원) 3살~5살 3년
에콜 프리메르(초등학교) 5년
콜레주(중학교) 4년
리세(고등학교) 3년
대학교 학사과정 3년

의무교육은 유치원~중학교까지 이고, 고등학교에는 유급 제도가 있다.
대학 시험(바깔로레아)의 경우, 고등학교 2학년 때 프랑스어, 영어 시험이 10점(20점 만점) 이상 되어야 3학년으로 진학이 가능하고, 3학년 때 각 전공 시험을 친다.
대학은 5월말에 학기말 시험을 치뤄서 2번 떨어지면 본인의 전공은 어느 대학에서도 선택할 수 없다.

YsU 영산대학교



6. 학교 생활

프랑스의 공립학교는 무료로 다니고, 공립은 모두 남녀공학이다.

거의 대부분의 경우, 수업은 월요일, 화요일, 목요일, 금요일이고 수요일은 휴일(또는 반나절)이며, 토요일, 일요일은 쉰다.

신학기는 9월부터 시작되고, 방학은 가을과 크리스마스, 겨울, 봄에 각각 약 2주간, 그리고 7월 초순부터 약 2달간 여름방학이다.

YsU 영산대학교

6. 학교 생활

학교 급식

프랑스의 급식은 [코스]방식으로 밥을 먹는다.

[아프레티프]는 전체요리 개념으로 일반적으로는 짭잘한 감자 칩이나 절인 올리브 등을 많이 먹는다. [메뉴]는 주로 고기나 생선이다. [데세흐]는 디저트로 타르트, 과일, 요거트 등이 나온다.

약 2시간의 긴 점심시간을 갖는 학교도 있어, 대도시나 맞벌이 부모의 경우가 아니면 집에 가서 점심을 먹는 경우도 있다.



아프레티프



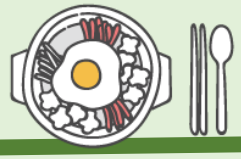
메뉴



데세흐

https://m.blog.naver.com/naverschool/221319907369

YsU 영산대학교



요약정리

1. 프랑스의 기본정보
2. 프랑스의 식문화
3. 지역별 대표 요리
4. 행사 음식
5. 프랑스의 학교생활

- <정리하여 생각해보기>

프랑스은 어떤 이미지인가? 프랑스 음식 중 먹어보고 싶은 것은?

☞ 여러분이 생각하는 가장 핵심이 되는 단어 3개 생각하기

YsU 영산대학교

다음 차시 안내

1. 네덜란드의 기본정보
2. 네덜란드의 식문화
3. 네덜란드의 주식
4. 네덜란드의 요리
5. 행사 음식
6. 네덜란드의 학교생활



수고 하셨습니다.