

선엽 스님의
자연힐링차
⑥ 분류와 용어

모든 과정에 마음 다한 약차

발효 정도에 따른 분류

차는 일반적으로 찻잎의 형태, 산지, 품종, 채취 시기, 건조 방법, 가공 방법 등 여러 가지 기준에 따라 분류할 수있다. 그중 발효 정도에 따른 6대 다류(茶類)가 가장 널리 쓰이는 분류법이다.

똑같은 찻잎이라도 발효 정도에 따라 빛깔, 향기, 맛에 확연한 차이가 나타난다. 크게 백차(白茶), 녹차(綠茶), 청차(靑茶), 황차(黃茶), 홍차(紅茶), 흑차(黑茶)로 나뉘는데, 이름에서 알 수 있듯이 서로 다른 빛깔을 띤다. 여기에 미생물에 의해 발효되는 보이차까지 더하면 7대 다류가 된다.

차에는 폴리페놀이라는 성분이 있다. 폴리페놀은 가공하는 과정에서 폴리페놀옥시데이스(polyphenoloxidase)를 만나면 성분이 변한다. 이러한 과정을 산화 혹은 발효라고 하며 발효 후에는 차의 색깔과 향기, 맛이 이전과는 많이 달라진다.

찻잎을 가열해 산화효소의 활성을 억제하는 것을 살청(殺靑)이라고 한다. 살청의 청은차의 푸른잎을 의미한다. 살청 전에 발효하는 것을 선발효, 살청 후백차에 발효하는 것을 후발효라고 한다.

아울러 발효 여부와 정도에 따라 불발효차인 녹차, 반발효차인청차, 완전발효차인 홍차, 후발효차인 황차와 흑차로 분류된다. 발효는차를 만드는 과정에서 일어나는 현상이므로 6대 다류를 반드시 이해할 필요가 있다.


차는 크게 6대 다류 혹은 7대 다류로 분류한다.

6대 다류(茶類)가 가장 큰 분류법
제대로 만든 차 심신 이롭게 해줘

●불발효차

찻잎을 채취한 뒤 바로 증기로 찌거나 가마솥에 덖어 효소의 산화 작용을 억제한다. 이런방식으로 발효가 일어나지 않게 함으로써 녹색을 그대로 유지시켜 만든차다. 대표적으로 녹차가 있다.

●반발효차

햇볕 아래서 혹은 실내에서 찻잎을 시들리거나 휘저어 섞어줌으로써 찻잎 속에 있는 성분의 일부가 산화되어 향기가 나게 만든다. 중국 푸젠성과 광둥성, 타이완 등지에서 주로 생산하며, 황차와 우롱차가 반발효차에 속한다.

●완전발효차

찻잎을 반그늘에 잠시 널어두었다가 실내로 옮겨 장시간 시들린다. 그런 다음 찻잎에 있는 수분을 증발시킨다. 찻잎을 비벼주는 과정을 유념이라고 하는데 완전발효차는 찻잎을 유념하여 잎속에 들어 있는 효소의 활동을 촉진한 후 건조한 차다. 80% 이상 발효시킨 홍차 계열이 여기에 속한다. 열대지방이 주산지인 홍차는 일조량이 많을수록 타닌(tannin) 성분이 강해서 품질이 좋아진다.

●후발효차

녹차를 만들 때처럼 효소를 파괴시킨 후 찻잎을 퇴적시켜 공기 중에 있는 미생물의 번식을 유도한다. 이렇게 해서 다시금 발효가 일어나게 만든 것이 후발효차다. 대표적인 것이 보이차다.

〈제다 용어〉

재료를 채취한 다음 위조 ▹ 살청 ▹ 유념 ▹ 훼궤 ▹ 쇄청 과정을 거쳐 1차 완성된 차를 '모차(母茶)' 라고 한다. 다음은 자주 언급할 제다 용어들로 이 과정을 이해하면 약차 만들기가 한결 수월할 것이다.

위조 - 그늘에서 재료를 시들리는 것을 말한다.

살청 - 시간이 지날수록 재료의 산화와 갈변이 일어나는데, 이를 방지하기 위해 고온에서 덖는 것을 말한다.

유념 - 차의 영양분이 잘 우러나도록 재료를 비벼 상처 내는 것을 말한다.

훼궤 - 유념 후에 뭉쳐진 덩어리를 풀고 털어내는 것을 말한다.

건조 - 솥에서 약한 불에 덖어 수분을 날리는 것을 말한다.

쇄청 - 비타민D가 만들어지도록 햇볕에 건조하는 것을 말한다.

잠재우기 - 숙성과 발효 과정을 말한다.

보관 - 완성된 차는 방습제를 넣은 유리병에 담아 밀봉한 후 반드시 그늘진 곳에 두어야 한다. 햇빛에 두면 갈변과 산화가 일어나기 때문이다.

차는 원물재료부터 시작해서 차를 법제하는 과정과 보관 그리고 차를 우려 마시는 음다법까지 어느 과정 하나도 소홀히 할 수 없다. 그래서 모든 과정 하나하나에 철저하고, 정신을 집중해서 우린 약차는 우리의 몸과 마음을 이롭게 한다.

〈체질별약차 전문점 마음정원 대표〉



박주용의
소금&건강
⑥ 다양한 소금의 종류

제조법 따라 다른 맛, 다른 효과

"○○○ 수입 소금 때문에 김장김치가 이상하다."

우리는 이런 이야기를 종종 듣는다. 소금이 다르면 김치 맛도, 장 맛도, 간장 맛도 달라진다. 소금이면 다 같은 소금이지 소금 때문에 음식 맛이 달라진다니 하면서 반론을 펴는 사람도 있지만, 음식 좀 한다고 하는 사람들은 소금에 따라서 음식 맛이 달라진다는 것에 100% 공감 한다. 그리고 소금이 다르면 음식 맛을 다르게 할 뿐 아니라, 그것을 먹는 사람들의 건강 또한 다르게 만든다. 그럼 소금은 왜 다를까? 무엇이 소금을 다르게 만들까?

소금은 원료에 따라서, 만드는 방법에 따라서, 가공방법에 따라서, 성분도, 모양도, 녹는 속도도 다르다. 같은 바닷물로 만들어도 만드는 방법이 다르면 성분 또한 달라진다.

중국산 천일염과 한국산 천일염을 비교하여 보자. 같은 서해 바닷물로 만들고 방법도 햇볕을 이용하여 증발시켜 만든 천일염식이다. 염전에서 만든다는 것도 같다. 그런데 왜 소금이 다를까? 차이는 염전의 차이, 만드는 방식의 차이에 의해 발생한다. 한국의 천일염은 염전의 소금물의 깊이가 1cm 내외이다. 물이 아주 얕다. 이런 염전이 다단계로 구성되어 있다. 처음 들어온 바닷물은 침전지를 거치고, 1단계 2단계 3단계… 거치면서 조금씩 농축이 된다. 그렇게 만들어진 농축 해수를 마지막 단계인 결정지라는 곳에 집어 놓고 그날의 햇볕을 이용해 소금을 만들어 낸다. 약 15일에서 20일의 시간이 걸린 후 소금이 만들어지는 것이다. 그렇게 소금이 결정지에서 결정화되어 가라앉으면 그것을 모아서 창고에 쌓아두었다가 간수를 일부 뺀 후 제품화한다. 그리고 결정지에 남아 있는 물은 버린다.


지역에 따라 다른 염전, 좌측 상단 페루, 우측 상단 한국, 좌측 하단 프랑스, 우측 하단 중국.

중국산 천일염은 같은 서해 바닷물로 염전에서 만들지만, 염전이 다르고 방법이 다르다. 중국의 염전은 한국이 1cm 내외인 것과는 달리 30cm 이상 1m가 넘는 곳도 있다. 그렇게 넓고 깊은 염전에 해수를 집어 놓고 증발을 기다린다. 몇 달이 지나 증발이 되어 소금이 만들어지면 그 소금을 수확한다. 해수를 여러 번 넣어서 소금이 많이 만들어지도록 한 후 수확을 하기도 한다. 그렇게 하면 다단을 거치지 않아도 되고 사람의 수고도 줄일 수가 있다. 대량생산도 가능해진다. 문제는 이렇게 오랜 시간이 걸려 소금을 만들 경우 소금 성분이 제각각이 되고, 이물질의 함량도 높아지는 문제도 생기고, 간수 성분이 포함됨으로 인해 맛 또한 좋지 않은 문제가 발생한다. 그래서 중국 정부에서는 이렇게 만들어진 소금을 식용으로 인정을 하지 않고 후가공 과정을 거친 후 식용으로 사용하도록 하고 있다. 즉 세척, 이물질제거, 요오드 첨가 같은 후가공 공정을 거치도록 한 것이다. 그런데 많은 소금제조업자는 비용증가를 이유로 이런 후가공 공정을 거치지 않고 그대로 제품화하여 출하한다. 그 들 중의 일부가 한국에 수입이 되어 소금품질 문제를 일으키고 있는 것이다.

이처럼 같은 천일염이라고 해도 만드는 방법이 다르면 다른 소금이 된다. 호주나 멕시코에서 만들어지는 천일염은 또 다르다. 이를 지역의 천일염은 완전 기계화가 되어 있다. 사막기후라는 천혜의 기후조건과 저렴하고 넓은 땅은 일찌감치 기계화를 가능하게 하였다. 수확한 소금은 씻어 고순도의 염화나트륨으로 만들어 전 세계로 수출한다. 한국에 수입이 되는 천일염은 대부분 호주와 멕시코산 천일염이다. 이들 소금은 저렴한 가격과 고순도로 인해 공업용으로 많이 사용된다.

천일염이라는 같은 원리로 만들어지는 소금도 이렇게 다른데, 이온교환막을 이용한 일반 정제염, 해양심층수를 이용한 해양심층수 소금과 같이 만드는 방법이 완전히 다르고 바닷물도 다르면 다른 소금이 된다, 같은 해양심층수로 만들어진 소금도 이온교환막을 이용한 일반 정제염이 있고, 끓여 만든 자염도 있고, 천일염식으로 만들어진 소금도 있다. 나아가 순간 공중결정 제염기술을 이용하여 해양심층수의 모든 미네랄을 그대로 살린 소금도 있어서 소금을 하나의 카테고리로 묶기 어려울 정도로 다르다. 그렇게 우리가 먹는 소금은 모양도 다르고, 맛도 다르고 성분도 다르다.

지구상에 존재하는 소금 대부분은 그 제조과정에서 우리가 흔히 미네랄이라고 이야기하는 성분 즉 칼슘, 칼륨, 마그네슘, 황, 등 수 많은 성분을 제거하면서 만들어진다. 우리 몸에 필요한 수많은 미네랄 중에서 나트륨과 염소만을 남겨두는 방식으로 소금을 만든다. 그 이유는 이들 미네랄이 소금에 포함이 되면 소금 제조효율과 소금을 맛을 나쁘게 하기 때문이고, 고순도 염화나트륨이 필요한 화학공업에 맞지 않기 때문이다.

칼슘은 가계장치를 망가뜨리고, 마그네슘은 맛을 쓰게 한다. 그래서 이들을 이른바 간수 빼기, 염전에서 잔여 농축수 버리기, 소금 만든 후 세척하기, 농축과정에서 칼슘 제거하기 등을 통해 남김없이 제거하는 것이다.

그렇게 해서 순수한 염화나트륨 중심의 소금을 만들어 내고 이를 소금의 품질 규격화, 품질 고급화라고 이름 붙이고 사용해 온 것이다. 소금은 서로 다르고 또 달라야 한다.

〈(주)오씨아드 이사〉

겨울철
난방(煖房)
걱정 끝!

바닥철거 없이 시공가능 난방비 50% 절감
21세기 신 난방 문화의 대변혁 : 법당, 요사채, 선방, 공양간 등

◈ 시공실적 ◈
해인사 백련암, 미황사(해남), 대흥사(단양), 용담사(안동), 연꽃마을(용인요양원),
전국 캠핑장 캠핑트레일러(경인 아라뱃길, 가평 자라섬), 대부도 캠핑장, 성동힐링센터(동강)등

이동식 주택형 찜질방 제작판매 (2인, 4인, 6인용) "정직한 시공으로 정성을 다하겠습니다."
정원난방산업 문의 010-3267-1263

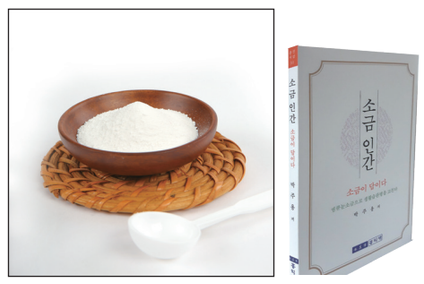
건강한 수행을 위한
기적의 소금

해양심층수의 모든 미네랄을 그대로 담은
최초의 제품, 소금이 아닌 소금,
기적의 소금으로 불리고 있는 소금이 있다.

강원도 고성 수평선 넘어 6KM 떨어진 깊은 바다, 수심 605m의 깊은 심층수를 길어 올려 첨단공장에서 정성을 다해 정성을 다해 만든 건강을 위한 제품입니다.

깊은바다 해양심층수의 깨끗함, 풍부한 미네랄을 살려 나트륨은 적고 칼슘, 마그네슘, 칼륨 등 바다의 모든 미네랄은 풍부한 소금, 모든 미네랄은 들어 있지만 쓴맛이 없는 부드러운 짠맛의 소금, 엠큐해양미네랄 제품을 한포 한포 물에 타서 드시면 새로운 건강세계를 경험하게 될 것입니다.
오씨아드의 첨단 기술과 생명살림의 마음을 담아 물에 타서 수시로 마실수 있도록(1포/500ml) 개발했습니다.
김오곤 원장 처방에 따라 몸에 좋은 침향을 첨가한 제품도 있습니다.
좋은 제품 드시고 모두 건강하기를 소망해 봅니다.

(주) 오씨아드 엠큐해양미네랄 제품은 강원도 고성 해양심층수 특화산업단지에 있는 해양심층수 엠큐눈소금 전용공장에서 생산 판매됩니다.





엠큐해양고미네랄(75,000원)
3g x 31포 x 2박스 + 180g 1병



김오곤원장의 엠큐해양고미네랄 침향
(125,000원)
3g x 31포 x 3박스=93포(침향 7% 함유)

구입하시는 분들에게는 "소금인간- 소금이 답이다" 책(18,000원판매중)을 함께 보내드립니다

주문 전화 및 대리점 희망 전화 : 033-631-9976, 010-5022-0442
www.mqsalt.com, www.ociad.com