

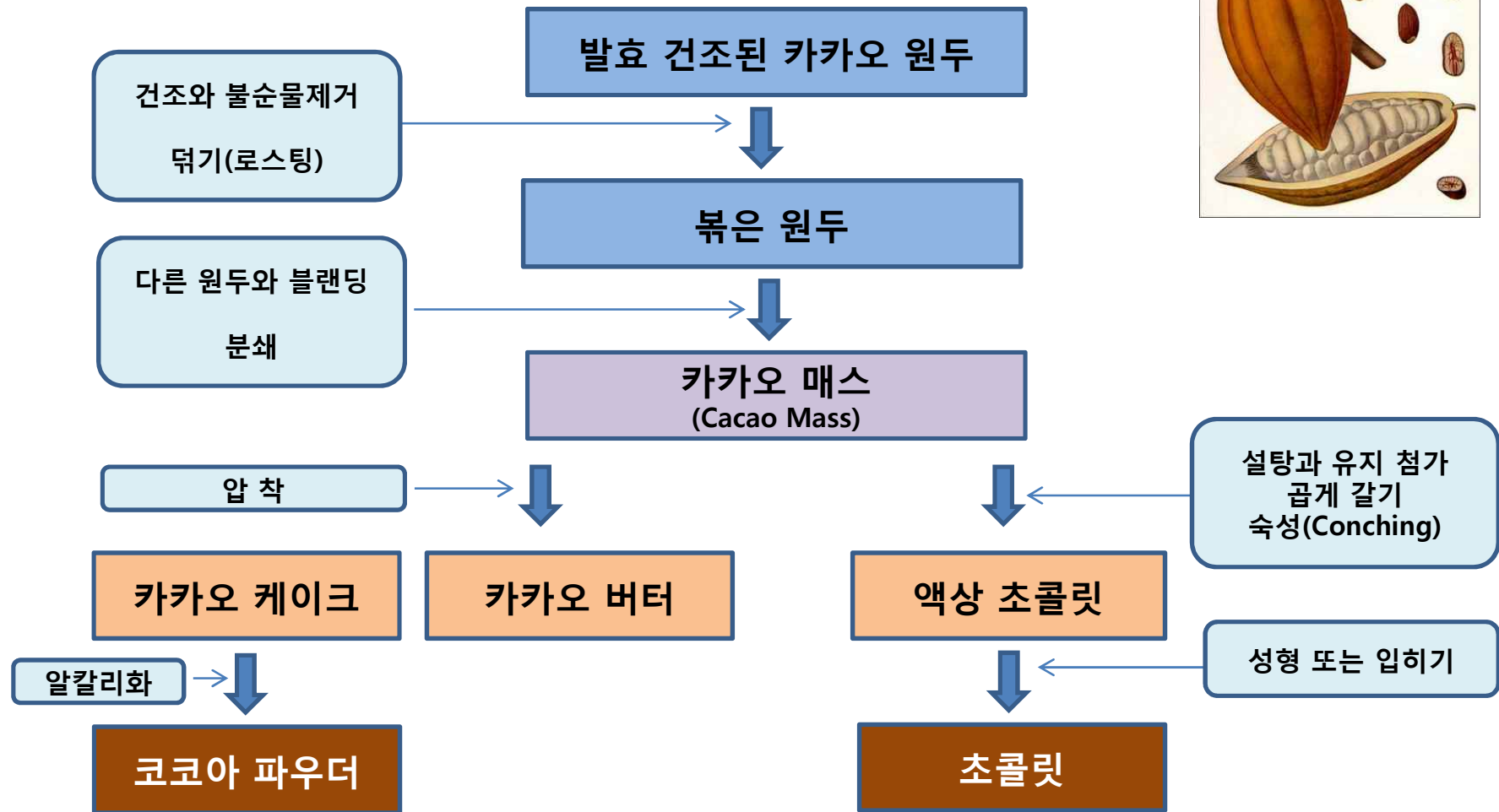
2013 박물관 시민강좌 7월 강의

신들의 음식, 초콜릿



정한진 (창원문성대학)

I. 초콜릿은 어떻게 만들어지는가



1. 카카오 나무의 재배

■ 북위 20도와 남위 20도 사이의 강수량이 많은 열대지방에서 자란다. 1년에 최소 1,250㎖에서 최대 3,000㎖의 비가 필요

■ 품종

1) **크리오요**(Criollo) : '식민지 태생의 백인'

섬세하고 강한 향이 나는 양질의 카카오원두를 생산하지만 병충해에 취약. 전 세계 생산량의 5%미만

2) **포라스테로**(Porastero) : '외국인'

탄닌 함유량이 많고 저항력이 강하지만 품질은 보통. 전 세계 생산량의 80%

3) **트리니타리오**(Trinitario)

포라스테로 종을 크리오요에 접목. 크리오요의 뛰어난 향과 포라스테로의 저항력을 같이 겸비. 세계 생산량의 15%



2. 수확

카카오열매가 붉은색을 띠면 수확

3. 발효

수확한 카카오열매를 칼로 갈라 과육과 함께 씨를 빼내고 발효에 들어간다.

발효의 주목적은 씨앗의 배아를 죽임으로써 발아를 막고 초콜릿의 향을 만들기 위함.

4. 건조와 불순물 제거

5. 덫기(배전)

130°C의 열에 30-40분 정도

이 과정을 통해 초콜릿의 고유의 향이 발생하고, 7%의 수분은 2.5%로 낮아짐.
볶는 과정에서 열기에 의해 카카오원두가 터지면서 겉껍질이 벗겨진다.

6. 블렌딩

여러 품종의 원두 또는 원산지가 다른 원두 섞기

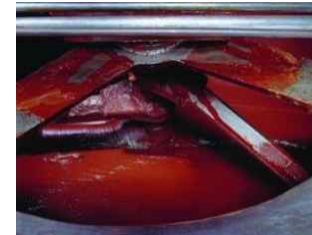
7-1. 분쇄와 압착

원두를 분쇄하여 갈면 카카오 매스(Cacao Mass) → 압착기 : 카카오 케이크와 카카오 버터로 나눔.

*코코아 파우더 : 카카오 케이크를 알칼리화 과정을 통해 물에 잘 녹도록 하고 향을 약화시킴. 때때로 물이나 찬 우유에 잘 녹도록 유화제를 첨가

7-2. 첨가와 마쇄(곱게 갈기)

다크 초콜릿은 카카오 매스에 설탕과 유지성분(카카오 버터 또는 식물성지방)을 넣고 입자가 아주 곱게 될 때까지 간다.



8. 숙성(conching)

고운 입자로 갈린 액상 초콜릿은 30°C로 유지되는 콘케(conche)라는 커다란 반죽통에서 1-3일간 숙성

이 과정을 통해 초콜릿의 향은 강화되고 남아 있던 쓴맛도 많이 줄어들며, 초콜릿 액은 벨벳처럼 부드럽고 윤기가 난다. 때로는 윤기가 더 나게 하기 위해 카카오 버터를 첨가 한다. 또한 향을 내기 위해 바닐라나 육계피, 정향 등의 향신료를 첨가

9. 성형 또는 입히기

숙성이 끝난 액상 초콜릿은 틀에 넣어져 판형 초콜릿으로 만들거나 속에 여러 가지 충전물을 넣어 다양한 초콜릿 당과로 만들어짐.



'입히기'는 초콜릿 충전물을 액상 초콜릿에 담그거나 초콜릿을 부어 충전물에 옷을 입히는 방식



*** 초콜릿의 종류(카카오 함유량에 따른 분류) : 유럽의 기준**

- **다크 초콜릿** : 카카오 매스+지방+설탕

카카오 매스 35%이상을 함유

최근에는 60% 이상의 카카오 매스가 함유된 초콜릿을 선호

- **밀크 초콜릿** : 카카오 매스+지방+설탕+밀크

카카오 매스 25% 이상

- **화이트 초콜릿** : 카카오 버터+설탕+밀크

카카오 버터 함유량이 최소 25%



II. 마시는 음료에서 먹는 초콜릿으로

1. 신들의 음식

- 14세기 멕시코 분지에 정착한 아스텍 족은 카카오나무 열매를 신들의 음식으로 여겼다.
그 이전 4세기에 마야족 또한 그들이 기록한 고문서의 그림에서 신들 앞에 카카오 열매를 산처럼 수북하게 쌓아 놓고 "카카오는 그의 음식이다"라고 기록



- 마야족은 카카오원두로 만든 걸쭉하고 쓴 초콜릿 음료를 마셨다.
아스텍족의 음료 또한 오늘날 우리가 알고 있는 부드럽고 풍부한 맛을 내는 걸쭉한 음료와 아주 다르게 매우 쓰고 기름진 음료
마야족들이 초콜릿을 뜨거운 음료로 여겼던 반면에 아스텍족은 차갑게 마심.

- 아스텍족에게 있어서 초콜릿은 지혜와 힘의 원천
몬테수마 왕은 하루에 50잔 이상을 마셨는데, 규방에 들기 전에 반드시 한 잔의 초콜릿을 마심.

- 아스텍 사회에서는 초콜릿이 일상적으로 소비됨에도 불구하고 아스텍족의 특권층, 곧 왕족, 귀족, 상인계층 그리고 전사들만이 마실 수 있었음.

-갈색의 금, 카카오원두

카카오원두는 화폐로 쓰임. 100개의 카카오원두로 노예 한 명을, 4개로 토끼 한 마리를 살 수 있으며, 10개로 성적 서비스를 받을 수 있었다.



- '초콜릿'의 어원

초콜릿이라는 말이 어디에서 유래했는가에 관한 주장은 다양하며 여전히 논쟁거리다. 가장 설득력 있는 주장은 아스텍족의 언어인 나우아틀어 '초콜라틀 (*tchocolatl*)'에서 유래했다는 것이. 이 말이 스페인어로 옮겨지면서 '초콜라테 (*chocolate*)'로 변하고 영어로는 '초콜릿'이라 읽히게 되었다.

2. 초콜릿의 스페인화

-신대륙을 발견한 콜럼버스 일행은 유럽인 중 처음으로 카카오 원두를 접하나 무관심 신대륙에 도착한 코르테스 일행도 초콜릿의 음료나 식재료로서의 가치를 알지 못함.
그저 와인이 떨어졌을 때 대체 음료 정도로 생각.



그러나 스페인 식민지 지배자들은 초콜릿에 매료되면서 변용하기 시작

- 아스텍인들이 보통 차갑게 마셨던 것에 반해 스페인의 백인들은 초콜릿을 뜨겁게 마시고, 초콜릿 음료에 설탕을 넣었다. 그리고 육계피나 아니스, 후추와 같은 향신료뿐만 아니라 고추와 같은 현지 향신료로 향을 첨가



- 몰리니요(molinillo)의 사용 : 이 나무 봉을 이용해 거품을 냄
- 카카오원두를 갈아 얇은 판 모양으로 만들어, 여기에 뜨거운 물과 설탕을 넣으면 바로 초콜릿 음료가 됨.
이러한 방법은 초콜릿 음료가 스페인으로 건너가 유럽의 여러 나라에 전파되는 데 매우 중요한 역할

3. 초콜릿 유럽을 건너가다

- 유럽인들이 르네상스 시대에 카카오원두와 초콜릿을 발견했다면, 이 음료가 널리 퍼진 것은 바로크 시대
- 다른 희귀한 수입품과 함께 수입된 초콜릿은 중과세 대상이었기 때문에 매우 비싸 일반인이 접근하기 어려운 상품. 아스텍족에서와 마찬가지로 스페인에서도 특권층의 음료. 스페인에 도착한 이 신비로운 식품은 원기를 북돋우고 최음 효과가 있다고 알려지면서 급속도로 퍼짐.
초콜릿이 한 궁정에서 다른 궁정으로, 이 귀족 저택에서 저 귀족 저택으로, 이 수도원에서 저 수도원으로, 온 유럽을 돌아다닐 수 있었던 것은 바로 이 때문
- 가장 먼저 초콜릿을 도입한 스페인에서는 17세기 전반 동안 초콜릿 음료를 마시는 것이 궁정이나 귀족문화 속에 정착.

대부분의 도시에 초콜라테리아(chocolaterías)라는 초콜릿 가게가 들어섰고, 오후에 초콜릿 음료 한 잔에 일종의 도넛과 같은 피카토스테(picatoste)를 적셔 먹는 것이 유행.

-프랑스 살롱의 음료

1615년 루이 13세와 결혼한 스페인의 공주 안느 도트리쉬가 초콜릿을 프랑스에 가져옴.

루이 14세와 비밀리에 결혼한 두 번째 왕비 마담 드 맨트농은 왕을 설득해서 베르사이유 왕궁의 축제 때 초콜릿 음료를 대접. 이러한 초콜릿에 대한 기호는 궁정을 넘어 귀족의 살롱에까지



- 영국의 초콜릿 하우스

1657년에는 한 프랑스인이 처음으로 초콜릿 하우스를 열었고, 이어서 이탈리아인이 세인트 제임스 궁 근처에 '화이트 초콜릿 하우스'를 열었는데, 이 유명한 초콜릿 하우스와 경쟁관계에 있던 '코코아 트리'도 근처에 생긴다. 우연스럽게도 두 초콜릿 살롱을 찾는 이들은 정치적으로 반대 입장에 있었던 이들이었다.



코코아 트리에는 왕정주의자인 토리당원들이, 화이트 초콜릿 하우스에는 휘그당원들과 자유문인들이 출입했다. 상류계층에게 있어 커피 하우스와 초콜릿 하우스는 대담을 나누고 정치적 음모를 꾸미는 장소이기도 했다.

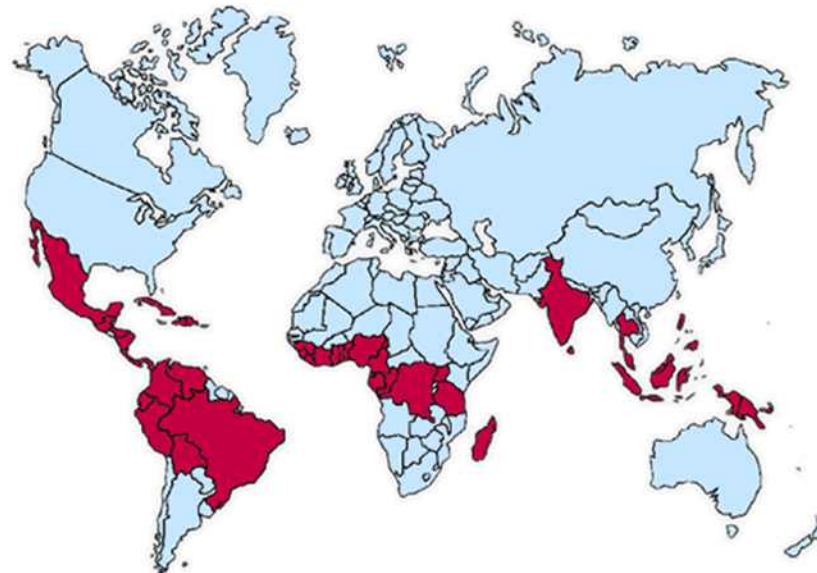
[Liotard, Jean-Etienne](#)

The Chocolate-Girl

1743-45

4. 카카오 재배지의 확산과 노예노동

- 17세기 유럽에서 초콜릿 소비가 확대되면서 토착 인디오를 동원 대규모로 카카오 나무 재배와 가공. 유럽에서 건너온 천연두와 홍역 같은 병에 걸려 떼죽음. 17세기말엔 원래 인구의 10%도 채 남지 않음.
- 아프리카 흑인 노동
- 1824년 포르투갈은 아프리카의 기니 만에 있는 가봉에 포라스테로 종의 카카오 나무 옮겨 심음.
- 17세기 초 네덜란드는 카카오 나무를 자바와 수마트라로 이식



5. 먹는 초콜릿

- 1828년 네덜란드 화학자 코엔드라 반 후텐은 매우 정교한 압착 유압기를 고안.

카카오 원두를 갈아 얻은 카카오 매스에는 약 50% 가량의 카카오 버터가 포함되어 있는데, 이 압착기는 27%까지 줄임.

카카오 버터를 카카오 매스와 설탕과 함께 섞어 액상 초콜릿을 만듦. 이를 일정한 틀 속에 넣어 굳힘. 영국의 프라이사가 최초로 판형 초콜릿을 만드는데 성공하여, 이것에 '먹는 달콤한 초콜릿'이라는 이름을 붙임.

- **밀크 초콜릿** : 스위스 화학자 앙리 네슬레는 1867년 탈수과정을 통해 분유 만드는 방법을 발견. 초콜릿 제조업자 다니엘 페터가 분유와 초콜릿을 혼합해서 최초로 밀크 초콜릿을 탄생시킴.

- 1879년 루돌프 린트는 '콘킹(Conching)'이라는 새로운 초콜릿 제조방법을 고안

- 미국의 밀턴 스네이블 허시는 1893년 시카고에서 열린 만국박람회에서 초콜릿제조 기계를 보고서, 초콜릿 제조업에 뛰어듬.

1907년 '키세스(Kisses)



Ⅲ. 초콜릿의 생리학과 심리학

1. 초콜릿의 효능

- 17세기 유럽에서 초콜릿은 피로회복제 강장제 등으로 널리 선전
- 초콜릿의 지방과 탄수화물이 에너지를 공급하고, 지방 성분이 포만감을 느끼게 한다
- 자연적인 각성물질
 - 카페인 : 초콜릿에는 중추신경계를 자극하는 카페인이 소량 들어 있어 뇌를 자극해 각성 효과
 - 테오브로민 : 초콜릿의 성분 중 또 다른 신경자극 물질로는 테오브로민이 있는데, 이 물질은 폐의 평활근을 이완시켜 긴장을 풀고 편안함을 느끼도록 함
 - 트립토판 : 뇌의 신경세포는 트립토판을 이용해 세로토닌이라는 신경전달물질을 만드는데, 고농도의 세로토닌은 기분 좋은 상태, 심지어 황홀경에 이르게 한다고 함.
 - 폴리페놀 : 카카오엔 폴리페놀이 풍부. 카카오 함량이 높은 다크 초콜릿의 항산화력이 뛰어나다고 보는 것은 이래서다. 노화.성인병의 주범인 유해(활성)산소를 없애는 작용

2. 초콜릿과 사랑

- 초콜릿의 처음 효과는 이미 아스텍족과 스페인 정복자들에 의해 높이 평가
카사노바에 따르자면 초콜릿은 '사랑의 묘약'
이러한 믿음은 스페인인에게서도 잘 나타나는데, 그들이 칸타리스(푸른 광택
이 나는 검은 곤충으로, 로마시대 때부터 이 곤충을 말려 가루로 만들어 처음제
로 사용)라는 유명한 처음제를 초콜릿에 초콜릿을 넣었다.
- 현대 과학적 연구는 초콜릿이 직접적으로 처음 속성을 갖는 물질을 함유하고
있지 않다고 평가
- 광고는 초콜릿을 확실히 관능적이고 성적인 욕구와 연관시킴
초콜릿은 성적인 암시를 띠는 것으로 '음탕한' 쾌락과
연관되어서 묘사되곤 함.



3. 초콜릿과 중독

- 초콜릿 중독자는 사실은 초콜릿이 아니라 설탕에 중독된 섭식장애자
- 시중에서 판매되고 있는 초콜릿의 주된 원료는 설탕과 고체 상태의 식물성 지방, 그리고 분유로서 이런 나쁜 요소가 비만과 충치, 그리고 중독을 불러 일으킴.

4. 발렌타인 데이와 초콜릿

영국의 리처드 캐드버리(Richard Cadbury)는 1861년 발렌타인 데이를 위해 하트 모양의 초콜릿 캔디 박스를 최초로 만듦

