

# 일일삼식, 음식 준비와 과정의 일상성, 요리의 문화성

－ 〈삼시세끼〉 프로그램에 대한 Levi-Strauss 개념 적용을 중심으로\*

김현혜\*\* · 백선기\*\*\*

## 【 차 례 】

- I. 서 론: 문제제기 및 연구목적
- II. 기존문헌 및 이론적 논의
- III. 연구문제 및 연구방법
- IV. 연구결과
- V. 논의 및 결론

## 국문초록

본 연구는 tvN 리얼리티 프로그램 <삼시세끼>의 음식 준비와 요리과정을 기호학 방법으로 분석하여 음식준비, 요리과정 및 공유가 함의하고 있는 사회문화적 의미를 고찰하였다. 한국 사회에서 음식의 의미는 단순히 허기를 채우기 위한 생존 수단이 아닌 다양한 추억과 감정 및 개개인의 정체성이 반영되는 것으로 전제하면서, <삼시세끼>라는 프로그램이 하나의 트렌드로 자리 잡게 되었는지 검토하였다. 분석방법으로는 통합체분석, 계열체분석, 행위주분석, 정념분석 등을 활용하였고, 레비-스트로스의 요리 삼각형 개념을 적용하였다. 분석 결과, 농어촌이라는 공간에서 진행되는 음식 리얼리티 프로그램을 통해 한국 사회에 일일삼식의 의미를 재조명하였고, 음식을 통해 공

\* 본 연구는 백선기의 <미디어와 한국요리> 프로젝트의 연구들 중 하나로서 김현혜의 석사논문의 일부 주제로 활용된 바 있다.

\*\* 성균관대학교 신문방송학과 박사과정, annahh@naver.com

\*\*\* 성균관대학교 신문방송학과 교수, baek99@skku.com, 교신저자.

동체내에서 소통하는 사회문화적 의미를 음미하였다. 특히 함께 음식을 준비하고, 만들며, 만든 음식을 나누는 협력과정을 통해 각각의 과정에 내재된 즐거움의 의미를 부각시켰다 이는 음식을 준비하고, 만들고, 나누는 과정이 힘들고 성가신 일이 아니라 즐거움을 생성하며 동시에 공동체 의식을 제고하는 과정임을 상기시켰고, 현대인들이 잃어버린 일일삼식의 의미와 음식의 일상성의 의미를 숙고하게 해주었다.

열쇠어 : tvN <삼시세끼>, 리얼리티 프로그램, 음식의 일상성, 요리의 문화성, 기호학분석, 레바-스트로스 요리 삼각형

## I. 서론: 문제제기 및 연구목적

2000년대 초반 해외 TV 프로그램 포맷의 유입을 시작으로 국내 오락 프로그램의 포맷은 ‘리얼리티’ 전성시대를 맞이했다. 이제 한국 TV 프로그램에 있어 ‘리얼’은 하나의 관행으로 자리 잡았다. 그러나 최근 인기몰이 중인 <삼시세끼>는 그들만의 룰(rule)은 있지만 설정은 존재하지 않는다는 점에서 특이하다. 다소 느슨한 과제를 갖고 특정 인물이 자신의 능력을 동원하여 과제를 수행하는 모습은 자연스러운 ‘리얼리티’를 생산해 낸다.<sup>1)</sup> 별다른 것 없는 이야기 속에서 출연자들 각자가 표출하는 행동에 의미를 부여하며 그들의 삶을 보여주는 방식은 시청자들로 하여금 바쁜 도시의 일상에서 탈출하고자 하는 욕망을 불러일으킨다.

프로그램을 통해 일상의 삶 속에서 재현되는 음식은 더 이상 단순히 배를 채우기 위한 생리적 수단이 아닌 보다 행복한 삶을 위한 즐거움의 대상이다. 인간에게 음식은 삶의 질에 부합하는 사회 문화적 생활양식이다. 요리한다는 행위와 먹는 행위는 지극히 개인적인 영역인 동시에 사회적인 영역이기도 하며, 시대와 사회적 가치에 따라 그 비중과 관심은 늘 변화했다.<sup>2)</sup>

---

1) 이경숙·조경진, 「오락프로그램에 차용된 리얼리티와 경쟁의 조합」, 『방송과 커뮤니케이션』 11, 문화방송사, 2010, 102쪽.

우리가 먹는 음식에는 우리 사회의 사회·문화·역사·종교적 속성 등이 고스란히 내재되어 있다. 우리가 음식에 사용하는 재료, 재료를 확보하는 방식, 음식을 조리하는 방식, 심지어 음식을 나누는 방식 등이 모두 그렇다. 우리가 무엇을 먹는가 하는 것은 우리의 정체성과 우리가 살아가고 있는 문화를 대변한다. 한국인들에게 ‘한 끼’의 의미는 단순히 허기를 채우기 위한 생존 수단이 아니라, 식사를 통해 얻어지는 추억과 다양한 감정들이 내재되어 있다. 음식은 그 자체로 기억을 불러일으키며 정체성을 형성한다.<sup>3)</sup>

따라서 본 연구는 케이블 채널임에도 불구하고 지상파 포함 시청률 동시간대 1위(11월21일, 13.8%)를 기록한 리얼리티 프로그램 <삼시세끼>를 대상으로 하여, 리얼리티와 음식 프로그램이 범람하는 현시대에 어떻게 <삼시세끼>가 우리 사회의 한 트렌드로 자리 잡게 되었는지 파악하였다. 나아가 <삼시세끼>의 콘텐츠 분석을 통해 프로그램이 재현하고 있는 음식준비, 요리과정 및 음식나누기가 우리 사회에 함의하고 있는 바가 무엇인지 살펴보았다.

## Ⅱ. 기존문헌 및 이론적 논의

### 1. 일상의 문화

#### 1) 일상 문화의 개념

‘문화는 일상적이다’라는 윌리엄스(R. Williams)의 주장대로 문화는 인간이 살아가면서 행하는 행위 들의 결합으로 이해될 수 있다. 문화는 특별한 것이 아닌 우리 삶 속에서 나타나는 사건들과 담론들의 일상적

---

2) 나은경, 「‘먹는 방송’과 ‘요리하는 방송’ 음식 미디어에 대한 커뮤니케이션학적 탐색」, 『사회과학연구』 28, 국민대 사회과학연구소, 2015, 184쪽.

3) 배주희, 「문(文) 문화의 도시에서 사는 법: 국방, 따뜻한 밥 한 끼에 대한 향수」, 『도시문제』 50, 대한지방행정공제회, 2015, 70-71쪽.

형태이다.<sup>4)</sup> 문화의 생산물 역시 특정 메시지만을 도출시키는 것이 아닌 몸을 통한 행위로 나타난다. 인간들이 추구하는 바와 실천하는 것이 문화라고 불릴 만큼 문화는 행위를 규정짓는 하나의 일상이다. 문화의 일상화는 문화가 정체되어 있는 하나의 패턴이 아닌 끊임없이 변화하는 가변성을 의미한다.<sup>5)</sup> 따라서 일상의 문화는 인간 삶에 있어 하나의 흐름과 생산이다.

윌리엄스의 문화이론은 한 사회 속에서 공동으로 의미와 가치를 창조하고 결정해 가는 과정, 즉 ‘삶의 전체 양식’으로서의 문화를 나타낸다. 그의 주장에 따른 일상의 문화는 개인들 간의 만남과 대화, 행위 등 삶의 전반에 나타나는 다양한 행동양식으로 이해된다. 이는 일상적 경험이 전체를 의미하고 있다는 점에서 문화를 고급으로 분류하려 했던 부르주아 문화와 대조를 이룬다. 그가 해석하는 문화가 인간이 소유하는 하나의 가치체계를 통해 표현되고 구체화된다는 점에서 개인의 삶과 일상이 주목을 받기 시작한다.

윌리엄스가 보기에 문화 창조의 주체는 특별한 계급이나 집단이 아니다. 윌리엄스가 논의한 공동의 문화는 사회를 구성하는 특정 계급이나 집단이 상호 배제되지 않은 평등한 관계 속에서 공동으로 의미와 가치를 창조하고 결정하는 열린 과정을 의미한다.<sup>6)</sup> 하나의 가치체계로써 문화가 이해될 뿐만아니라 그것이 표현되고 구체화되는 하나의 실천으로 규정된다.

## 2) 일상생활로서의 문화 의미

세계가 산업사회에서 탈산업사회로 이행되면서 인간의 일상적 삶의 태도와 가치관은 빠르게 변화했다. 과거 인간에게 일상의 문화는 매우

---

4) 이동연, 『문화연구의 새로운 토픽들』, 문화과학사, 1997, 23쪽.

5) 위의 책, 23쪽.

6) 허상문, 「레이먼드 윌리엄스의 비평이론과 문화유물론」, 『영미어문학』, 한국영미어문학회, 2006, 148쪽.

당연한 것으로 인식되어 그 의미와 중요성이 주목 받지 못했다. 그러나 빠르게 변하는 사회의 흐름 속에서 전체주의적 관점보다는 개인 자체에 초점이 맞춰진 일상에서의 문화에 대한 고찰이 대두되었다.

문화는 우리의 구체적, 일상적 삶의 모습이라고 할 수 있으며, 일상을 통해 드러난 우리의 구체적인 관계와 상징을 통해서 연구될 수 있다.<sup>7)</sup> 일상적인 개인의 삶은 사회를 구성하고, 사회는 사회 구성원으로서의 개인이 누리는 일상으로 구성된다. 개인과 무관한 사회, 혹은 사회와 무관한 개인은 있을 수 없다. 일상생활이 개인의 사생활에만 국한되는 것이 아니라 사회의 각 수준에서 찾을 수 있기 때문에, 사회 전체의 일상적 구조까지 확대해서 볼 수 있다.<sup>8)</sup>

일상성은 개인의 정체성을 발견하게 만드는 장이자 현재의 정체성으로부터 탈피를 추구하는 사건을 포함한다.<sup>9)</sup> 일상성은 동일한 공간에서 벌어지는 억압과 해방의 대결이자 시스템과 생활 지배의 문제이다. 또한 일상성은 지배의 대상이자 창조적 공간이다.<sup>10)</sup> 산업 기술의 폭발적인 발전 이후, 권력이 일상 문화의 공간으로 침투함에 따라 일상성은 권력의 확장적 지배의 공간이 되었다. 일상의 영역에서 발생하는 특별한 사건은 개인에게 큰 영향을 미칠 뿐 아니라 삶의 변화를 야기한다는 점에서, 일상에서의 문화의미 고찰을 통해 삶의 질적 변화를 조망할 수 있게 한다.

## 2. 음식의 일상성

한 사회가 공유하는 음식과 식습관은 자연적, 사회적, 문화적 요인에 의해 오랜 시간 형성되고 변화한 고유의 정체성을 지닌다. 음식문화는

---

7) 김상우, 「일상생활의 사회학」의 현황과 전망, 『문화와 사회』 1, 한국문화사회학회, 2006, 94쪽.

8) 윤택림, 「생활문화속의 일상성의 의미」, 『한국여성학』 12, 한국여성학회, 1996, 81쪽.

9) 이동연, 앞의 책, 23-24쪽.

10) 최하나, 「최근 한국영화에 나타나는 일상성의 특성」, 성공회대학교 문화대학원 석사 논문, 2016, 11쪽.

음식의 재료가 되는 식품의 획득 방법과 종류, 조리법, 가공법, 식기류, 상차림, 식사예절 등을 포괄한다. 음식문화는 그 나라의 특징을 나타내는 중요한 요소로서 인간의 생활에서 빠질 수 없는 필수불가결한 존재이다. 인간은 자신들의 경험을 후대로 계승시킴으로써 문화를 형성하는데, 이 과정에서 ‘먹는 행위’는 단순히 생명을 유지하는 역할에서 점차 변화하여 일종의 문화, 즉 음식문화를 생성하게 된다.

음식은 인간의 삶과 관련된 모든 영역에 걸친 중요한 문화코드이다.<sup>11)</sup> 음식은 국가, 민족, 종교, 인종의 정체성과 밀접하게 연계된다. 특정한 지리적, 기후적 환경을 바탕으로 풍습, 신념, 타부, 종교 등 한 집단을 특징짓는 문화는 직접적으로 그 집단의 구성원들이 일상적으로 취식하는 식재료와 음식의 선택에 영향을 미친다. 인간사회에서 음식은 단순히 생존 차원의 영양분 섭취기능을 넘어서, 문화적이나 전통적인 관습에 더욱 연계된다.

음식문화에 관심을 갖고 흥미를 나타내는 일련의 행위는 음식이 국적, 신분, 성과 나이를 떠나 모든 생명체에게 일상적인 삶에서 영위하는 하나의 보편적 문화코드로 자리하고 있기 때문이다.<sup>12)</sup> 음식문화는 인간과 문화를 이어주는 매개자다. 음식문화란 생존과 건강에 좋은 것을 찾아내어 좋아하는 음식을 만드는 일이고, 자연에서 생산되는 식재료를 바탕으로 좋은 음식에 대한 희망을 공유하는 과정이다.<sup>13)</sup> 인간이 직접 요리를 하고 이를 맛있게 먹는 것은 인간의 식문화가 갖는 가장 큰 특징이다. 먹는 행위를 그저 본능적 욕구로 인식하는 것이 아니라, 일종의 문화적 차원으로 인식한다. 음식 나눔은 타인에게 인정받고 존중받고 싶은 사회성의 발현이다.<sup>14)</sup> 음식을 나누는 것과 함께 먹는 행위는 가족 공동체 차

11) 임두빈, 「브라질 음식문화 코드에 대한 이해」, 『글로벌문화콘텐츠』, 글로벌문화콘텐츠학회, 2014, 134쪽.

12) 위의 책, 135쪽.

13) 김현주, 「현대 사회의 음식문화와 식생활교육의 윤리적 성찰」, 『환경철학』 19, 한국환경철학회, 2015, 173쪽.

14) 장승희, 「음식생활에 대한 윤리적 논의와 음식윤리교육」, 『윤리교육연구』 31, 한국윤

원에서 일상화되어 있는 의례적 일이다. 음식이 인격, 권력, 역사의 집합체로서 교환체계에 속한다는 것은 정치 및 사회의 공동체의 일원이 되는 것을 의미하며, 식생활 차원뿐만 아니라 사회문화적 의미를 함유하고 있음을 시사한다.

### 3. 일일삼식(一日三食)의 의미와 한국 식문화의 특성

#### 1) 일일삼식의 의미

표준국어대사전<sup>15)</sup>에 따른 사전적 의미의 삼시세끼는 ‘아침, 점심, 저녁의 세 끼니, 또는 그 끼니때’의 ‘삼시(三時)’와 ‘아침, 점심, 저녁으로 하루에 세 번 먹는 밥’의 ‘세끼’가 결합하여 생긴 단어로 하루에 세 번 식사하는 것을 의미한다.

아침식사는 우리 몸에 에너지와 영양분을 공급하는 중요한 식사다. 밤 동안 수면을 취해 에너지를 많이 사용하지 않는다고 하더라도 우리 몸은 에너지의 부족 상태를 겪기 때문에 수면상태에서 소비 된 에너지를 보충하고 하루 일과를 시작하기 위해서 인간에게 아침은 필수적이다.<sup>16)</sup> 점심이라는 말의 사전적 의미는 본래 일일이식(一日二食)을 했던 중국에서 아침과 저녁 사이에 먹는 간단한 식사를 의미했다. 초기 농경사회에서는 하루 두 끼의 음식을 먹던 것이 전통으로서 점심은 아침과 저녁 사이에 시장기를 면하기 위한 간단한 식사를 의미했다. 그러나 현대에 들어서는 아침을 거르는 사람이 많고, 저녁은 건강문제로 소식을 하는 사람들이 증가하면서 에너지를 보충하기 위해 점심을 먹는 것이 중요해졌다. 저녁 식사는 하루일과를 정리하는 동시에 그날에 쌓인 피로를 풀고 새로운 활력을 얻기 위해 휴식을 취하는 만큼 에너지 필요량이 가장 적은 때이다. 필요한 만큼 먹고 먹은 만큼 소비하는 것이 좋지만, 현대인들은 대부분

---

리교육학회, 2013, 335쪽.

15) 출처: 국립국어원, 표준국어대사전, [www.stdweb2.korean.go.kr](http://www.stdweb2.korean.go.kr)

16) 이원중, 『가난한 밥상』, 시공사, 2007, 56쪽.

하루 일과를 끝내고 저녁에 회식을 이유로 폭식을 하는 경우가 많다. 옛말에 ‘세끼 먹는 밥이 보약이다’라는 말이 있을 정도로 한국인에게 삼시 세끼는 매일 챙겨먹어야 하는 에너지원이었지만, 현대에 이르러서는 매킨니가 허기를 채우기 위한 매식으로 전락했다.

## 2) 한국사회의 식문화 특성

한국사회의 식문화는 음식 자체를 넘어 언제, 어디서, 누구와 함께 먹었는가를 중시한다. 함께 모여 식사를 하는 행위는 인간이 생명을 유지하기 위한 생존의 의미를 넘어 타인과 함께하는 사회문화적 행위다. 한국사회의 밥상문화는 오래 전부터 사회를 결합하는 근본행위였다. 음식을 서로 나누는 것은 사회적으로, 물질적으로 동질감을 지닌 공동체적 인식을 지니게 한다. 역으로 음식 나누기를 거부하는 것은 공동체이기를 거부하거나 동시에 적개심의 표현이다.<sup>17)</sup> 음식을 나누어 먹는다는 것은 하나의 공동체로서 친밀감을 느끼는 동시에 유대감을 높이는 행위다. 서양에서는 음식을 시간 순으로 절차에 따라 나눠 먹지만, 우리는 음식을 한 상에 올려놓고 함께 나눠 먹는 것이 관습이다. 여기에서 ‘밥상’의 사회적 의미가 중요하게 부각된다.

한 국가의 다양한 문화 가운데 음식문화는 그 나라의 특징을 나타내는 중요한 부분이다. 음식이란 문화가 그러하듯이 보편적인 가치와 기능이 있으며, 지역과 시대의 특수성을 동시에 갖는다.<sup>18)</sup> 한국사회에서 매일 이뤄지는 일상의 식사는 밥을 주식으로 하여 여러 가지 반찬을 부식으로 먹는 형태다. 육지와 바다에서 얻은 식재료를 갖고 다양한 조리 방법을 통해 만든 반찬은 밥과 국과 함께 한 끼 식사로 제공된다. 여기에 계절에 맞추어 숙성된 김치, 된장, 젓갈과 같은 각종 발효식품은 한국인의 식

---

17) 오부영, 「인류학적 관점으로 접근한다: 의미, 상징, 언어로서의 음식」, 『활천』 743, 기독교대한성결교회출판부, 2015, 104-105쪽.

18) 김광익, 「음식: 문화융합의 장」, 동아시아식생활학회 학술발표대회논문집, 2015, 7쪽.

문화에 빠질 수 없는 요소다. 특히 지역의 특색에 맞춰 그에 맞는 식문화가 발전되었고 그것이 향토음식이라는 이름으로 지역만의 고유한 양식으로 발전하였다.

한국인의 음식에는 ‘약식동원(藥食同源)’ 또는 ‘식즉약(食卽藥)’이라 하여 ‘음식이 곧 약이다’는 철학이 담겨 있다.<sup>19)</sup> 제철에 나오는 음식재료를 그때그때 음식을 만들어 먹는 것을 무병장수와 건강한 삶을 위한 양식으로 생각했다. 몸에 건강한 음식, 인간에게 유익한 음식을 추구했던 선조들의 지혜가 드러난다. 음식을 대하는 선조들의 지혜는 음식을 차리는 상차림과 식사예법에까지 영향을 미쳐 한국의 고유 식사예법을 생성한다. 다른 국가에 비해 다소 엄격한 식문화를 갖고 있으며, 이는 자신의 행동을 절제하고 어른을 공경하는 전형적인 한국문화를 반영한다.

#### 4. 한국의 음식 TV프로그램과 음식의 사회적 변화

##### 1) 1960~1980년대 - 음식프로그램의 등장

1960, 70년대에도 음식을 소재로 하는 프로그램들은 존재했다. 그러나 당시의 요리, 음식프로그램들은 새마을운동을 통한 근대적 생활양식을 확산시키고자 하는 계몽적 목표에 맞춘 교양프로그램의 한계를 벗어나지는 못했다. 80년대에 들어 발전한 라이프스타일, 여가, 오락성을 가미하여 교양프로그램이라기보다는 대중성 있는 프로그램으로 발전했으며, 음식프로그램의 발전의 기원이 됐다.

##### 2) 1990년대 - 음식프로그램의 포맷변화

1991년 SBS 설립과 1995년 시작된 케이블TV 서비스의 시작은 다양한 음식프로그램의 변화로 이어진다. 교양으로 여겨지던 음식프로그램에 토크와 요리의 요소가 더해지면서 예능프로그램으로서의 성격을 지니게

---

19) 출처: 한민족 정보마당, 한스타일, [www.kculture.or.kr](http://www.kculture.or.kr)

된다. 단순히 조리법을 전달하던 음식프로그램은 시청률 확보와 재미를 위해 다양한 포맷과 콘텐츠를 활용하기 시작했다.

경제성장이 고조된 1990년대에는 이에 따른 부작용이 각 분야에 미쳤는데, 특히 식생활 분야는 과거에 비해 질적인 성장을 이루었으나, 지역 및 소득 계층 간의 편중된 분포로 균형을 이루지는 못했다. 특히 1997년 말의 IMF 경제 위기는 그동안 급성장을 하던 외식산업의 침체를 야기한다. 전반적으로는 경제성장과 서구 문물의 도입으로 라이프스타일과 가치관이 변화했고, 핵가족화, 간편화, 레저화 등이 식생활을 변화시키는 계기가 되었다.

### 3) 2000년대 – 음식프로그램의 ‘맛집 소개’ 전성시대

본격적으로 ‘요리’를 주소재로 다룬 프로그램들은 2000년대 초반부터 전성시대를 맞이한다. 당시 국내에서는 물질적 풍요로움과 정신적 여유를 추구하는 웰빙(well-being) 열풍이 불면서 음식에 대한 관심이 최고조에 이른다. 2000년 푸드 라이프스타일 전문 ‘채널 F’ (현재의 O’live Network) 개국을 비롯하여 위성방송 및 케이블 채널이 등장하면서 음식을 주소재로 하는 프로그램들이 급증하기 시작했다.<sup>20)</sup> 이 시기의 음식 프로그램은 요리를 활용하는 동시에 보다 실질적인 정보제공에 주력했다. 그러면서 동시에 수많은 패스트푸드, 인스턴트식품, 즉석요리들이 소개되면서 한국 전통의 손맛을 잊게 하고 한국인의 손맛, 한국의 식재료와 조리법이 들어갈 기회까지 차단하였다.

### 4) 2010년대 – 음식프로그램 장르 혼합

2010년대, 특히 2012년 이후 음식과 요리는 생활/정보 프로그램, 다큐멘터리, 드라마, 리얼 버라이어티, 리얼리티쇼 등 시사/교양과 예능 프로

---

20) 나은경, 앞의 글, 191쪽.

그램을 망라하여 거의 전 포맷에서 음식프로그램이 등장했다.<sup>21)</sup> 세계적인 리얼리티 프로그램의 서바이벌 포맷이 음식으로까지 번지기 시작했으며, 일반인부터 현직 요리사에 이르기까지 출연진이 다양해진다. 2014년에 들어서는 각각의 개성과 차별화로 승부를 건 음식프로그램들이 등장했다. 더욱이 직접 만들어 먹는 요리를 선보이는 프로그램의 등장은 과거 딱딱하게 조리법을 알려주던 초기 음식프로그램의 형태에서 발전한 모습을 보인다. 이렇듯 다양한 포맷 변화의 원인에는 시청자들의 현실에 대한 생각, 현실 삶의 심리가 반영되어 있으며, 음식의 키워드가 정보 차원에서 ‘일상’과 ‘생존’ 차원으로 변화된 것을 의미한다.<sup>22)</sup>

### Ⅲ. 연구문제 및 연구방법

이상의 이론적 논의를 바탕으로 본 연구에서는 <삼시세끼-정선편>과 <삼시세끼-어촌편>에서 재현되는 일상성으로서의 음식문화를 분석하였고, 음식문화의 다양한 의미들을 고찰하였다.

연구문제 1. <삼시세끼>의 포맷과 콘텐츠는 어떻게 구성되어 있는가?

연구문제 2. <삼시세끼>의 음식의 재료준비, 요리과정 및 음식 나눔이 함축하고 있는 의미는 무엇인가?

#### 1. 분석대상

본 연구에서는 <삼시세끼-정선편>과 <삼시세끼-어촌편>을 분석대상으로 선정했다. <삼시세끼-정선편>은 케이블방송 tvN에서 2014년 10월 17

---

21) 김수철, 「1980년대 이후 한국 텔레비전 음식프로그램과 음식문화의 관계에 대한 고찰」, 『방송문화연구』 27, 한국방송학회, 2015, 111쪽.

22) 나은경, 같은 글, 193-194쪽.

일부 2014년 12월 26일까지 시즌 1을 방영했고, 시즌 2는 2015년 5월 15일부터 2015년 9월 11일까지 정선의 봄과 가을의 모습을 다루었다. 한편 정선편의 스핀오프로 제작된 <삼시세끼-어촌편> 역시 2015년 1월 23일부터 2015년 3월 20일까지 시즌1을 방영하였고, 2015년 10월 9일부터 2015년 12월 11일까지 만재도의 여름과 가을을 담은 시즌2를 방영했다. 따라서 정선편과 어촌편에서 비교의 소재를 함유하고 내용을 지닌 회차를 한명의 게스트(2회분)를 중심으로 프로그램 당 3명의 게스트를 선정하여 각각 6회분<sup>23)</sup> 을 분석대상으로 삼았다.

〈표 1〉 분석대상

분석대상	방송사/회수	방영시기
〈삼시세끼-정선편〉	tvN/ 시즌1 - 1 · 2회	2014. 10. 17 - 2014. 10. 24
	tvN/ 시즌2 - 2 · 3회	2015. 5. 22 - 2015. 5. 29
	tvN/ 시즌2 - 14 · 15회, 총 6회	2015. 8. 14 - 2015. 8. 21
〈삼시세끼-어촌편〉	tvN/ 시즌1 - 5 · 6회	2015. 2. 20 - 2015. 2. 27
	tvN/ 시즌2 - 5 · 6회	2015. 11. 06 - 2015. 11. 13
	tvN/ 시즌2 - 8 · 9회, 총 6회	2015. 11. 27 - 2015. 12. 04

## 2. 분석방법

### 1) 통합체 분석

바르트(R. Barthes)의 기호학은 언어기호학의 일탈로서 언어의 사회적 기호로서의 구조와 의미로 발전하게 된다. 백선기에 의하면 바르트의 기

23) 한명의 게스트를 중심으로 2주간 프로그램이 방영된다는 특징에 따라 <삼시세끼-정선편>은 최화정 · 윤여정편, 박신혜편, 이선균편을 분석 대상으로 각 2회, 총 6회 분을 선정하였고, <삼시세끼-어촌편>은 정우편, 이진욱편, 윤계상편을 분석 대상으로 선정하여 정선편과 동일하게 각 2회씩 총 6회를 분석하였다.

호 체계는 1차 단계의 기호에서 끝나지 않고 메타 언어적인 2차 기호 체계를 형성한다.<sup>24)</sup> 지시적 의미와 함축적 의미의 관계를 1차 기호로 명명하고 1차 기호 자체가 독자적인 ‘지시의미’로 표현됨으로써 내포된 함축적 의미와의 관계를 2차 기호화하여 의미를 생성하게 된다. 이는 기호가 ‘어떻게 나타나는가’와 ‘어떤 의미를 내포 하는가’의 개념을 시사한다.<sup>25)</sup>

바르트가 제시한 1차 기호와 2차 기호의 의미작용은 지시적 형태적으로는 신화와 연계되며 내용으로는 이데올로기와 연계된다. 이러한 바르트의 신화 기호학은 신화라는 개념을 매개로 사회적 변화를 탐구하고, 사회적 변화에 따른 기호의 사회적 의미를 추구한다.<sup>26)</sup> 통합체 분석은 서사의 진행과정에서 형성되는 사건들의 결과로 텍스트를 분석하는 것을 의미한다. 통합체 내에서 선택된 기호는 다른 기호들과 수평적 관계를 이루며 상호 관계를 통해 서로 연결되는 특성을 갖는다. 기호의 수평적 연결은 선택된 기호들이 순서대로 배열되어 통합적인 의미를 구성함을 의미한다.

## 2) 계열체 분석

통합체 분석과 더불어 리얼리티 프로그램에는 일정한 서사의 흐름 이상으로 중요한 것이 이를 구성하는 계열 기호이다. 계열체는 기호의 선택이 이루어지는 단위들의 집합으로 동일한 텍스트 속에서 상호 대체를 이룰 수 있는 요소들의 합을 의미한다. 계열체 분석은 통합체 분석과는 달리 각각의 기호가 잠재적 존재로 자리 잡고 있으며, 그 중 선택된 항목이 통합의 단위를 구성한다.

계열체 분석의 목적은 의미들의 대립관계를 통해 각각의 구조가 어떤 차이를 갖는지 밝히는 것이다. 계열체 분석은 텍스트 속의 통합체가 나

---

24) 백선기, 『미디어 기호학』, 커뮤니케이션북스, 2015, 11-13쪽.

25) 이수진, 「문화 재현물의 가상공간이 지니는 내포: 이분법의 패러다임」, 『기호학 연구』 35, 한국기호학회, 2013, 248쪽.

26) 백선기, 앞의 책, 13쪽.

타내고 있는 의미 그 이상을 분석하는 것으로서 잠재적으로 내재되어 있는 계열의 관계구조를 통해 특정 기호가 갖는 부가의미를 발견한다.<sup>27)</sup> 계열 관계 속에서의 의미구조를 통해 특정 기호와 연계될 수 있으며, 해당 기호가 내재하고 있는 보다 깊은 의미를 파악하게 된다.<sup>28)</sup> 이를 통해 통합체 내에서 밝혀내지 못한 변별적 특징을 갖는 개체들의 숨은 의미를 밝힌다.

### 3) 그레마스의 행위주 분석

그레마스(A. J. Greimas)의 기호학은 유럽 기호론의 핵심인 기호, 의미, 신화, 문화 등의 연계성에 주목하며 기호의 구조부문을 체계적으로 분석한다. 그레마스는 기호들의 구성체인 텍스트의 단계별 구조를 통해 심층적 의미를 파악하고자 표출, 표층, 심층의 단계로 나누어 각 단계별 의미구조를 파악하고 있다. 김성도에 의하면 행위주 분석은 표층 단계에서 나타나는 인물의 행위를 분석하기 위해 만든 주요 도식 중 하나로 이를 통해 텍스트의 심연에 내재되어 있는 심층의 의미를 파악한다고 한다.<sup>29)</sup>

신혜원과 백선기에 따르면 행위주 분석은 인물의 기능과 역할을 통합적으로 분석함으로써 전반적인 의미를 밝힐 수 있다 했다.<sup>30)</sup> 행위주 분석은 기본적으로 주체가 대상을 욕망한다는 데서 시작되며 발신자와 수신자의 관계는 발신자가 주체를 매개로 대상을 수신자에게 전달하는 일방적 관계를 나타낸다. 협조자와 반대자는 주체가 대상을 욕망하는 과정에서 돕거나 방해하는 상반된 역할을 하게 된다. 행위주 분석은 서사구

27) 박정순, 『대중매체의 기호학』, 나남출판, 1995, 201-206쪽.

28) 백선기, 앞의 책, 17-18쪽.

29) 김성도, 『구조에서 감성으로-그레마스의 기호학 및 일반 의미론의 연구』, 고려대학교 출판부, 2002, 205-209쪽.

30) 신혜원·백선기, 「디즈니 애니메이션의 젠더 표상과 이데올로기」, 『한국방송학보』 28, 한국방송학회, 2014, 115쪽.

조 안의 모든 행위자들을 설명하지 못하는 단점을 지닌다. 그러나 주체를 중심으로 전개되는 이야기의 구조와 행위의 의미를 명확히 파악할 수 있다는 장점이 있다.<sup>31)</sup>



[그림 1] 행위주 모델 도식<sup>32)</sup>

#### 4) 그레마스의 정념의 기호학적 분석

그레마스(A. J. Greimas)의 정념 기호학은 그의 연구 구조 의미론과 서사 기호학의 마지막 연구단계로 육체와 정신 사이에 존재하는 차이를 보다 깊이 있게 분석하는 방법 중 하나이다. 정념을 통해 텍스트의 의미를 살펴보기 위해서는 기호-서술체의 층위를 실제차원, 인지차원, 기질차원에서 파악해야 한다. 한기창은 정념의 기호학은 가장 저층위에 존재하는 기질적 차원, 심층층위에 존재하는 인지적 차원, 그리고 표층층위에 존재하는 실용적 차원 등 세 차원들의 연속적 연계과정을 통해 형성되며 상호 연결성과 순환성을 가지고 지속적인 영향을 미친다고 주장한다.<sup>33)</sup>

첫 번째로 실제차원이란 주체와 대상간의 ‘이접(SUO)’과 ‘연접(S∩O)’라는 접합이 작용하는 단계로 주체가 대상을 획득하는 순간 주체는 대상과 분리를 이루게 된다.<sup>34)</sup> 두 번째로 인지차원은 의견 혹은 정보의

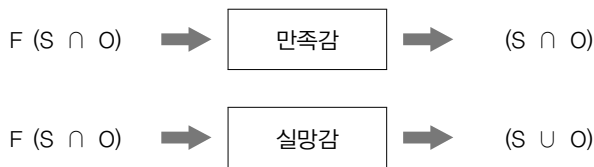
31) 백선기, 『영화 그 기호학적 해석의 즐거움』, 커뮤니케이션북스, 2007b, 111-117쪽.

32) 백선기, 『보도의 기호학』, 성균관대학교출판부, 1995, 301쪽.

33) 한기창, 「정념기호와 브랜드기호의 통합작용에 의한 감성기호의 개념연구」, 중앙대학교 대학원 박사학위논문, 2013, 35쪽.

교환을 통해 지식이 생성될 수 있으며 주체와 인지될 수 있는 접합이 발생하게 된다. 인지 단계서는 주체들 사이에서 대상을 공유할 수 있을 뿐만 아니라 개별적 단위로 결합이 가능하다. 마지막으로 기질 차원의 단계에서는 주체와 대상 간에 나타나는 정념에 따라 주체가 대상과 계속적으로 연접하거나 혹은 수정 또는 파기로서의 이접이 발생하기도 한다.

따라서 백선기는 정념은 이성적 의미의 심층구조보다 더 깊은 심층에서 드러나는 ‘인식론적 층위’나 ‘선조건 층위’에서 생성되는 것으로 긴장과 감응을 통해 ‘선가치’가 발생하고 가장 근원적인 행위를 발생시키는 ‘행위소’와 연계되어 주체와 대상 간에 발생하는 다양한 현상과 기질에 대한 연구가 가능하다고 한다.<sup>35)</sup>



[그림 2] 이접과 연접으로 인한 정념의 생성 과정<sup>36)</sup>

## 5) 레비-스트로스의 요리삼각형 개념 적용

프랑스의 구조주의 언어학자 레비-스트로스(C. Levi-Strauss)는 언어학자 야콥슨(R. Jakobson)의 영향을 받아 요리 삼각형을 도출해냈다. 그에게 있어 구조주의란 인간들에게 보편적인 심층구조를 탐구하는 것을 의미하며 아메리카 인디언의 신화 연구를 통해 인간에 대한 깊은 통찰력을 보여주고 있다. 특히 그는 여러 민족의 설화 구조 속에 용해된 요리코드

34) 백선기, 「영화에서 표출된 정념의 기호와 그 함축적 의미-영화 2010<하녀>에 대한 기호학적 분석을 중심으로」, 『기호학 연구』 28, 한국기호학회, 2010a, 144쪽.

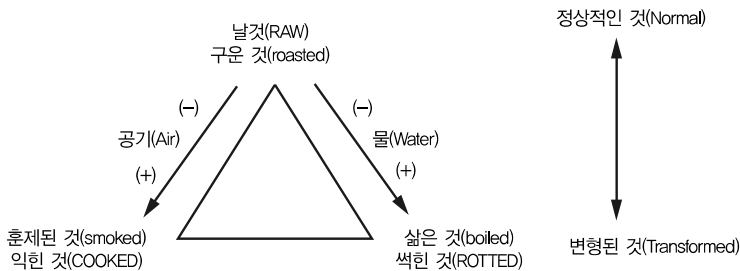
35) 백선기, 앞의 글, 145쪽. 백선기는 정념의 생성을 보다 적극적이고 능동적인 대상들 사이의 상호관계에서 생성된다고 보고 대상들의 이접과 연접 과정에 특히 주목한다.

36) 백선기, 같은 글, 145쪽.

의 복잡한 계보를 발견했다.<sup>37)</sup>

그는 <신화론1: 날것과 익힌 것>에서 음식기호에 숨겨진 요리코드의 해독을 통해 다양한 민족의 정체성을 규정하며 여러 민족의 신화구조 속에 숨겨진 요리 코드를 날것, 익힌 것, 삭힌 것으로 구성된 요리 삼각형을 제시한다. 레비-스트로스의 요리 삼각형은 일련의 요리 관행들의 이면에 공통의 구조가 있음을 전제한다. 자연과 문화의 대립이 요리 삼각형이라는 공통구조 내에서 특정의 지위를 차지한다. 음식의 상태는 세 가지 신화소를 구분하는 변별적 자질을 불의 가열 방법과 요리의 기술로 규정한다.

레비-스트로스는 물과 불의 대립적 관계를 설명하며 하늘이 원천인 창조적 불의 개념과 땅이 원천인 파괴적 물의 개념을 제시한다. 그의 요리 삼각형에서 날 것은 매개요소로서, 음식 재료의 날것은 그 자체가 자연적 요소로서, 삭힌 것은 자연적 변형으로 규정한다.<sup>38)</sup> 반면 요리는 자연이 문화로 변형되는 보편적 수단으로 익힌 것은 문화적 변형으로 규정한다. 따라서 요리 삼각형은 인간 문화 속에서 내면화된 ‘변형/정상’, ‘문화/자연’의 대립을 상징하게 된다.



[그림 3] 레비-스트로스의 요리 삼각형<sup>39)</sup>

37) 박신자, 「TV음식프로그램의 포맷과 서사성의 의미구조」, 성균관대학교 석사학위논문, 2013, 37쪽.

38) 박신자, 앞의 글, 38쪽.

39) 이성범, 『음식과 언어』, 서강대학교 출판부, 2013, 61쪽.

## IV. 분석 결과

### 1. 〈삼시세끼〉의 통합체 분석

두 프로그램의 서사전개 방식은 동일한 포맷을 갖는다는 점에서 지역적 차이는 존재하지만 진행의 방식은 유사하게 나타난다. 농어촌의 일상과 일일삼식의 도전과정이 고정출연진 및 게스트의 등장, 점심식사와 오후일과, 저녁식사와 마무리, 아침식사와 오전일과, 점심식사와 오후일과, 저녁식사와 마무리, 아침식사와 출연진의 귀가라는 일정한 포맷이 매번 다른 게스트를 중심으로 48시간 동안 진행된다.

그러나 시퀀스 분석을 통해 발견한 각 프로그램의 일상에는 차이가 발견된다. 먼저 정선편은 경작 및 작물수확 활동 뿐 아니라 도심의 편의시설을 이용하여 음식을 만드는 과정에 보다 집중한다. 일일삼식을 준비하기 위해 자급자족 행위와 더불어 도심의 문물을 일부 수용함으로써 매끼니를 완성하기 위한 출연진들의 시행착오와 갈등, 그리고 극복과 성취를 통해 발생하는 희로애락을 재현한다. 고정된 삶의 공간이 아닌 다소 떨어진 농촌에서의 이탈의 여유로움에 주목한다. 반면 어촌편은 도심과 분리된 어촌이라는 고립된 공간에서 생존을 위한 어업활동을 전개한다.

이러한 환경의 제약은 이들의 서사를 다소 단조롭게 만들기도 하지만, 생존을 위해 자급자족으로 음식문제를 해결하려는 출연진들의 행위를 보다 극대화 시킨다. 도심의 편의시설을 이용할 수 없는 환경적 제약에 의해, 음식을 만드는 기본 요소인 식재료 획득 과정에 보다 집중한다.

〈표 2〉 통합체의 비교 분석 결과

〈삼시세끼-정선편〉	통합체 분석결과	〈삼시세끼-어촌편〉
도심의 문물 일부 수용	시퀀스 분석	도심과 분리된 고립된 생활 진입
경작 및 작물 수확 활동		어업 활동
음식을 만들기 위한 도심의 편의 시설 이용		환경 제약에 따른 모든 식재료의 자급자족
자재의 구매를 통한 완벽한 ‘화덕’ 완성		아궁이 개조를 통한 임시방편으로서의 ‘화덕’
요리의 시행착오 반복을 통한 서사전개 변화 야기		상황극과 몰래카메라를 통한 단조로운 서사성 극복
여성 게스트를 통한 애정서사 및 다양한 서사 연출		새로운 고정 출연진의 합류로 인한 역할 변화
역할 변화에 따른 다양한 별칭 생성		고정된 역할에 따른 별칭 소유
<div><div><div>↓</div><div><ul style="list-style-type: none"><li>• 식재료 획득을 통한 ‘음식 준비’의 과정 조명</li><li>• 일탈로서의 일상</li></ul></div></div><div><div>↓</div><div><ul style="list-style-type: none"><li>• 어업활동을 통한 ‘식재료 획득’의 과정 조명</li><li>• 생존을 위한 일상</li></ul></div></div></div>		

## 2. 〈삼시세끼〉의 계열체 분석

두 프로그램의 주요 등장인물 사이의 계열관계를 비교 분석함으로써 인물들 사이에서 드러나는 이항대립적 관계를 발견하였다. 특히 정선편과 어촌편에는 성역할에 대한 역할 도전과 변화가 감지되었다. 정선편의 경우 여성의 부재에 따른 어려움을 겪는 남성들이 요리라는 여성의 전유물에 도전함으로써 위기를 극복하고자 하는 모습을 재현하고 있는 반면, 어촌편은 여성역할을 대체할 수 있는 절대적 상징 존재로 인해 여성의 부재를 초월하는 남성의 모습을 재현한다.

더불어 인물 관계에 따라 생성되는 갈등 양상은 정선편의 경우 음식을 요리하는 과정에서 조리 방법의 견해 차이로 외형적 갈등을 겪지만 이내 음식을 성공적으로 완성함으로써 갈등 상황이 봉합된다. 이는 등장인물 사이의 유기적인 역할을 통해 식재료를 생산하고 음식을 만듦으로써 일종의 ‘공동체의식’을 생성한다. 반면 어촌편은 식재료 확보 자체에 큰 어려움이 있어, 식재료 획득에 실패할 경우 음식 만드는 것이 불가능하다는 점에서 등장인물들 사이에 긴장관계가 형성된다. 더욱이 음식을 만드는 차승원의 일방적 지시에 따라 출연진들이 심적 갈등을 느끼며, 차승원에 대한 순종 및 회피를 통해 갈등을 증폭시키거나 완화한다. 고정된 가족의 역할이 강요되며 ‘유사가족’으로서의 관계가 형성된다.

〈표 3〉 계열관계 비교 분석 결과

〈삼시세끼-정선편〉	계열관계 분석결과	〈삼시세끼-어촌편〉
고정된 환경과 남성의 인식을 고수하는 보수적 남성 모습 재현	고정된 성역할	가정의 생계를 지키기 위한 남성중심의 가부장적 가족 재현
남성들의 상호협력과 감정표출을 통한 탈 가부장적 남성 모습 재현	성역할의 진화	부자·부녀와 유사한 관계를 통한 탈 남성화와 성역할의 고정관념 파괴
여성들이 향유할 수 있는 사적 공간으로 대표되는 부엌 재현	부엌과 여성의 의미 고찰	부엌 내에서의 수직적 관계와 위계질서 재현
여성의 부재를 통한 음식 준비의 어려움 재현		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 능력주의 사회에 익숙한 개인주의</li> <li>• 젊은 남성의 위기극복 이미지 재현</li> </ul>	개인주의 현상 생산	
	공동체주의 현상 생산	전통적인 공동체 밥상문화 재현



- 개체로서의 공동체 관계 구축
- 여성의 부재에 따른 남성들의 힘든 도전과정 재현
- 식재료를 생산하고 음식을 만드는 과정에서의 ‘유동적 역할’
- 조리방법의 견해차이로 인한 ‘외형적 갈등’
- 음식 완성을 통한 갈등 봉합



- 유사가족 관계 재현
- 여성의 부재를 초월하는 남성의 역할 구축
- 식재료를 생산하고 음식을 만드는 과정에서의 ‘고정된 역할’
- 식재료 획득 실패 및 일방적 지시에 따른 ‘심적 갈등’
- 순종 및 회피를 통한 갈등 완화

### 3. <삼시세끼>의 요리 수행관련 행위주 분석

두 프로그램은 식재료 공급, 요리행위, 음식 나눔의 과정에서 나타나는 개인들의 심리상태 변화라는 점에서 표출적 의미는 유사한 듯 보이나 심층적 의미는 많은 차이를 드러내고 있다.

정선편의 경우 개인의 욕구나 개성에 높은 가치를 부여함으로써 ‘공동체’라는 프레임에서 나타나는 개인의 능력에 집중한다. 이들의 관계는 한 집에 함께 살며 끼니를 나누는 구성원들, 즉 수평적 관계의 공동체 안에서 발생하는 현대사회의 개인주의 모습을 드러낸다. 공동체라는 프레임 속에서 공동체로서 공동의 이익을 창출하기 위해 정선의 출연진들은 과정에 보다 초점을 맞춘다.

반면, 어촌편은 현대 사회의 가족관계를 동일하게 형성하는 동시에 가족관계의 새로운 관계를 모색한다. 비혈연 관계로 구성된 ‘유사가족’으로서 여성의 고정된 역할로 여겨왔던 요리를 남성이 탁월하게 수행함으로써 기존의 성역할에서 벗어난다. 남성이지만, 요리에 두각을 나타내며 여성보다 월등한 능력을 발휘하는 차승원의 모습은 공동체 안에서의 위계질서를 확립하는 기제로 작용한다. 특히 어촌 인물들의 행위주는 요리에 탁월한 능력을 소유한 차승원이 완벽한 음식을 만들 수 있도록 돕는 조력자 역할을 자처하는 것을 확인할 수 있다. 차승원이라는 인물을 중심으로 능력에 따른 역할 구분이 이루어지며, 차승원이라는 인물을 중심으로 하는 ‘유사가족 관계’를 형성한다.

〈표 4〉 〈삼시세끼-정선편〉과 〈삼시세끼-어촌편〉의 행위주 모델 비교 분석 결과

〈삼시세끼-정선편〉	행위주 분석결과	〈삼시세끼-어촌편〉
이서진의 요리하기에 관한 행위주	요리하기에 관한 행위주	차승원의 요리하기에 관한 행위주
성취지향의 성과주의		<ul style="list-style-type: none"> <li>남성의 여성화</li> <li>여성 중심의 음식주도 탈피</li> </ul>
옥택연의 협력에 관한 행위주	협력에 관한 행위주	손호준의 협력에 관한 행위주
<ul style="list-style-type: none"> <li>공동 발전을 위한 상호협력</li> <li>관계지향성</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>탈 남성주의</li> <li>남성의 여성화</li> <li>순종을 통한 자아성취</li> </ul>
김광규의 역할 수행에 관한 행위주	역할 수행에 관한 행위주	유해진의 책임감에 관한 행위주
성장을 통한 개인의 사회화		<ul style="list-style-type: none"> <li>남성의 역할갈등</li> <li>가부장적 남성상 재현</li> </ul>
박신혜의 주도권 행사에 관한 행위주	게스트의 역할에 관한 행위주	이진욱의 합류에 관한 행위주
<ul style="list-style-type: none"> <li>여성 중심의 식사 준비</li> <li>주체적 행위를 통한 여성의 자아성취</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>기존 공동체의 변화 독려</li> <li>협력자로서의 초월적 능력</li> </ul>



- 개인적 욕구나 개성을 존중하는 수평적 관계의 공동체
- 현대사회의 개인주의 및 능력주의
- 협동을 통한 요리 과정 조명



- 음식준비를 통한 유사가족의 형성
- 현대사회의 완벽주의 재현
- 협력을 통한 완벽한 음식 결과물 추구

#### 4. <삼시세끼>에 재현된 정념들에 대한 분석

두 프로그램의 등장인물들의 정념이 나타내는 변화의 추이를 이들 관계의 이접과 연접을 통해 살펴보았다<sup>40)</sup>. 정념의 실제차원, 인지차원, 기질차원에서 나타나는 특징들을 분류하여, 정서적 존재가 나타내는 정념, 자아 성찰을 통해 얻어진 새로운 정념, 타인과의 관계에서 얻어진 정념 등 세 가지 층위로 재분류하여 주체들 간의 행로를 살펴보았다.

정선편은 농촌이라는 공간에서 공동체가 협동하여 일일삼식을 직접 만들어 먹는 과정을 연출함으로써 현대인들의 개인 역할 수행 능력에 따른 성취효과를 재현하는 동시에, 요리과정을 통해 개개 구성원이 공동체를 이루고 협력할 수 있다는 ‘공동체 의식’을 생성한다. 이는 화합의 장으로서의 열린 조리 공간을 조명하며 요리 자체에 대한 희열을 생성한다. 나아가 공동의 성과물로 완성된 음식을 나눔으로써 공동체 구성원으로서의 안도감과 친밀감을 고취시킨다.

반면, 어촌편은 어촌이라는 보다 척박한 공간에서 일일삼식을 위한 식재료를 직접 공급하고 요리하여 나누는 모습을 통해 현대 사회에 잊혀져 가는 ‘가족’의 의미를 상기시킨다. 주목할 점은 차승원이라는 독보적 존재의 요리능력에 따라 요리를 수행하는 인물들 간에 나타나는 정념이 보다 위계적이고 수직적이란 점이다. 이는 함께 협동하는 개념이 아닌 차승원을 만족시켜야 하는 상황에서 비롯된 정념으로 음식을 만들기 위해 누군가를 돕는 일 자체가 심리적 부담감을 생성한다. 또한 음식을 만드는 사람 역시 폐쇄된 부엌 공간에서 완벽한 음식을 만들기 위해 노력하며, 음식을 맛있게 먹는 사람들의 모습을 통해 자부심과 보람을 느낀다.

---

40) 백선기는 정념의 생성을 단순한 기질이나 인지 차원에서 형성된다기보다 주요 인물들 사이의 변화된 관계 속에서 형성된다고 본다. 따라서 인물을 사이의 이접과 연접의 관계 속에서 다양한 정념들이 생성된다고 인식한다(백선기, 2015).

〈표 5〉 〈삼시세끼-정선편〉과 〈삼시세끼-어촌편〉에 재현된 정념의 비교 분석 결과

〈삼시세끼-정선편〉	정념 분석결과	〈삼시세끼-어촌편〉
도전을 통한 목표설정 • 자신감, 만족감, 충족감	식재료 획득을 통한 정념	생산적 사회구성원으로서의 역할 확인 • 걱정, 미안함, 좌절
성취를 통한 자기가치 발견 • 감격, 흥분, 기쁨	요리하기를 통한 정념	요리과정에 내재되어 있는 위계적 관계 형성 • 순종, 헌신, 복종
공동체적 연대감 형성 • 연대감, 동질감, 친밀감	음식 나눔을 통한 정념	나눔을 통한 목적성취 • 감사, 기대, 자부심, 애정



- 요리 수행행위에 대한 희열
- 요리과정을 통한 자기발견  
및 공동체적 집합의식 형성
- 화합의 장으로서의 열린 조  
리 공간 조명
- 음식 나눔을 통한 안도감  
표출



- 음식완성을 위한 조력행위  
의 부담감
- 요리를 통한 여성의 독보적  
역할 조명
- 권력의 장으로서의 폐쇄적  
부엌 공간 재현
- 음식 맛에 대한 기대감 표출

## 5. 〈삼시세끼〉의 음식과 식문화의 속성 및 성격; 레비-스트로스의 요리 삼각형 개념 적용

### 1) 〈삼시세끼〉의 음식 속성; 레비-스트로스의 요리 삼각형 개념 적용

<삼시세끼>는 매일의 일상 속에서 매회 각 끼니마다 새롭고 다양한 음식이 등장한다. 레비-스트로스의 요리 삼각형을 기준으로 두 프로그램에 내재된 식문화 특성과 음식에 대한 문화적 의미를 고찰했다.

1) <삼시세끼>의 음식 속성; 레비-스트로스의 요리 삼각형 개념 적용

(1) <삼시세끼-정선편>의 음식 속성 및 특징

〈표 6〉 요리 삼각형 기준 <삼시세끼-정선편>의 음식 유형 분류

	레비스트로스의 요리 삼각형	세부 항목	한식	서양식	일식	중식
종합 (171)	날것 (13)	생선류				
		야채류 (8)	토마토김치, 부추무 침, 파절이, 양파절임	리코타치즈 샐러드, 웰빙 샐러드, 가스파 초, 양배추 샐러드		
		음료 (5)		야채주스, 맷돌커 피, 라떼, 수박소주, 애플민트 모히토		
	날것 (구운 것) (37)	구운 것 (24)	생선류 (4)	고등어구이, 양미리 구이, 임연수어 구이, 꽂지구이		
			야채류 (3)	군고구마, 야채구이	아스피라거스 튀김	
		기타 (9)	제과 제빵 (8)	계란빵	육쪽갈릭바게트, 식 빵, 베이글, 베이컨, 수제 햄버거, 루꼴 라피자, 자두파이, 깡뻘뉴(뽕)	
			기타 (9)	김구이, 와인숙성 삼 겹살, 고기구이, 김 구이, 양념돼지갈비	옥수수버터구이(곡 류), 로스트치킨, 립 바비큐, 화덕 통닭	
	익힌 것 (그을린 것/ 훈제한 것) (49)	익힌 것 (49)	곡류 (10)	야채 볶음밥, 김치볶 음밥, 찜장볶음밥, 마 늘볶음밥, 수수부꾸 미, 양볶음밥, 찞샴볶 음밥, 검은콩자반	태국식 볶음밥, 콘 버터	

			육류 (12)	돼지고기 김치볶음, 분홍소시지, 비엔나 소시지, 햄볶음, 제 육볶음, 양대창구이, 양념치킨, 불고기, 닭갈비, 삼겹살김치 두루치기	후라이드치킨		탕수육
			야채류 (16)	김치볶음, 팽이버섯 버터볶음, 감자볶음, 채소볶음, 고추튀김, 호박전, 가지볶음, 열 무김치볶음, 야채튀 김, 감자전, 파전, 양 념가지, 해물파전	아스피라거스, 감자 튀김,	감자 고로케	
			기타 (11)	계란말이, 계란후라 이, 멸치볶음, 송사 리 튀김, 굴전, 주삼 볶음, 두부부침	오믈렛, 에그스크램 블, 팬케이크, 계란 토스트		
	썩힌 것 (삭힌 것/ 삶은 것) (85)	삶은 것 (66)	곡류 (16)	수수밥, 간장계란밥, 고구마밥, 인절미, 콩나물 버섯밥, 유부 초밥, 고추멸치 주먹 밥, 수수밥 송늬, 비 빔밥, 강된장 쌈밥, 생곤드레 비빔밥, 열 무 보리 비빔밥, 무 밥, 버섯무밥	콘스프	카레 라이스	
			탕·찌 개류 (21)	곰탕, 햄된장찌개, 무 국, 호박국, 된장찌 개, 오이냉국, 콩나 물국, 다슬기 해장 국, 계란국, 미역국, 돼지고기 김치찌개, 들깨 미역국, 달래된 장찌개, 아욱된장국		솔뚜껍 샤브 샤브	

				만둣국, 얼갈이 된장국, 비트 고추장찌개, 대구매운탕, (콩치) 고추장찌개, 감자탕			
		면류 (13)		잔치국수, 장칼국수, 다슬기 비빔국수, 콩국수, 콧등치기 국수, 비빔국수, 라면, 해물라면, 수제비	꽃등심토마토스파게티, 알리오올리오 파스타, 봉골레 파스타		짜장면
		찜류 (10)		계란찜, 삶은 감자, 삶은 계란, 호박알찜, 수육, 만두, 등갈비 김치찜, 양배추찜	수제마요포테이토에그, 매시드 포테이토		
		기타 (6)		시금치무침, 두릅 데침, 곰취 데침, 떡볶이, 감자옹심이, 콩비지찌개			
		삭힌 것 (19)	김치류 (7)	깍두기, 파김치, 배추 겉절이, 김장김치, 오이소박이, 배추김치, 물김치			
			기타 (12)	고추장아찌, 깻잎장아찌, 오징어젓갈, 무절임	요구르트, 블루베리 오디 크림치즈, 플레인 크림치즈, 블루베리잼, 딸기에이드, 레몬에이드, 오이비트피클, 더덕주		

첫째, 정선편에서 두드러지게 나타나는 삶은 음식은 국물이 많이 첨가되는 것이며, 집단적으로 나눔이 가능한 찌개문화를 선호한다. 전통 한식 상차림에서 밥을 제외한 국과 반찬은 한 밥상에서 나누는 사람들과 함께 공유된다. 찌개류의 음식은 최근 들어 식품의 위생 문제로 개인별로 그릇에 덜어먹는 문화로 변화했지만, 전통사회에서 찌개에 숟가락을

넣어 함께 음식을 나누는 것은 공동체로서의 정과 소속감을 느끼는 행위였다. 공동체로서 식사를 함께 나누는 식구의 의미 역시 한국인의 식문화에서 비롯된 것으로, 같은 음식을 나누는 공동체를 뜻한다. 정선편의 음식 유형에서 삶은 찌개 음식이 두드러지게 등장하는 것을 통해, ‘온식문화’인 한국음식의 특징과 공동체로서의 연대감을 추구하는 문화경향을 확인하게 된다.

둘째, 한식에는 한국인만의 독특한 맛과 향이 있다. 발효식품은 한식의 맛을 내는 필수 조미료로 한국처럼 종류와 방식이 다양하게 발달한 곳이 없다. 다른 국가들의 음식과는 달리 다양한 조미료를 이용해 한식만의 독특한 맛을 내는 것이 특징이다. 한국의 조미료에는 간장, 된장, 고추장을 비롯해 식초류, 유지류, 조미 향신료류, 김치와 젓갈 등을 들 수 있다. 한국의 장류는 냉장고가 없던 전통사회에서 사시사철 먹을 수 있는 식품을 위해 발달하였다. 발효 식품은 날것과 익힌 것의 중간 음식으로 자체 발효과정을 거쳐 음식이 숙성된다는 점에서 익힌 음식인 동시에 식재료에 어떤 조리도 가하지 않았다는 점에서 날것의 음식이라 할 수 있다. 인공 조미료가 아닌 자연과 더불어 생성된 한국 고유의 조미식품은 한국의 독특한 자연과 상황에서 오랜 시간을 걸쳐 생성된 문화적 생성물이다.

셋째, 우리의 육식문화는 삼국시대 이후 불교의 영향으로 인해 채식이 사회 전반에 정착되기 시작하면서 채식 위주의 식습관이 발전하게 된다. 한국 사회에서 육류를 이용한 음식의 변화는 진행되어 왔지만, 가난했던 조선시대 대부분의 사람들이 고기를 먹는 것은 매우 어려운 일이었다. 때문에 육식이 익숙하지 않던 시절, 날 것의 육류 음식은 매우 낮은 것으로 간주되었다. 한국 전통문화에서 양념하지 않은 생고기를 먹는 육식문화는 그리 오래되지 않았으며, 날 것의 육류보다는 양념과 조리가 가미된 것이 선호되었다. 단순히 생고기를 구워 먹는 방식 뿐 아니라 고기에 양념을 하여 볶고, 튀기고, 익히고 삶는 등의 조리법들이 발전하였다.

## (2) 〈삼시세끼-어촌편〉의 음식 속성 및 특징

〈표 7〉 요리 삼각형 기준 〈삼시세끼-어촌편〉의 음식 유형 분류

	레비스트로스의 요리 삼각형		세부항목	한식	서양식	일식	중식
종합 (100)	날것 (구운 것) (21)	날것 (13)	생선류 (7)	우럭 물회, 노래미회, 우럭회, 부시리회, 부시리회 초무침,		노래미 회덮밥, 회전초밥	
			야채류 (2)	오이무침, 토마토 설탕절임			
			음료(1)		절구커피		
			기타 (3)	멸무침, 미역 초무침, 오이냉국			
		구운 것 (8)	생선류 (4)	노래미 양념구이, 열기구이, 장어구이, 학꽂지구이			
			야채류				
			제과 제빵 (2)		해산물피자, 식빵		
			기타 (2)	구운김, 삼겹살			
	익힌 것 (그을린 것/ 훈제한 것) (21)	익힌 것 (21)	곡류 (4)	김치볶음밥, 검은콩자반, 숙주볶음밥, 야채볶음밥,			
			육류 (2)	오삼 불고기, 제육볶음			
			야채류 (3)	감자볶음, 부추전			고추잡채
			기타 (12)	계란말이, 계란후라이, 홍합전, 달걀부침, 홍합튀김, 다시마 튀각, 망상어 튀김, 게튀김	에그스크램블	생선가스	꽃빵, 우렁탕수

썩힌 것 (삭힌 것/ 삶은 것) (57)	삶은 것 (47)	곡류 (5)	눌은밥, 간장밥, 거북손 죽, 홍합밥,		카레	
		탕· 찌개류 (24)	시래기국, 고추장찌개, 배 춧국, 황태국, 배추감자찌 개, 김치콩나물국, 된장찌 개, 해물된장찌개, 거북손 된장찌개, 콩나물국, 무국, 우거짓국, 감자 달걀국, 꽂치통조림 김치찌개, 미 역국, 홍합미역국, 베도라 치 매운탕, 매운탕, 수제비 매운탕, 우럭매운탕, 배말 시래기국, 홍합탕, 해물뚝 배기		어묵탕	
		면류 (5)	잡채, 칼국수, 김치수제비, 수제비,			홍합짬뽕
		찜류 (4)	계란찜, 삶은 고구마, 삶은 감자, 해물찜			
		기타 (9)	군소데침, 다시마쌈, 우 럭조림, 열기조림, 메추 리알 장조림, 문어초회, 문어숙회	옥수수 매시 드 포테이토, 오렌지마멀 레이드		
	삭힌 것 (11)	김치류 (9)	깍두기, 겉절이, 배추김치, 열무김치, 오이소박이, 파 김치, 동치미, 김장김치, 무생채			
		기타 (2)	깻잎지, 막걸리			

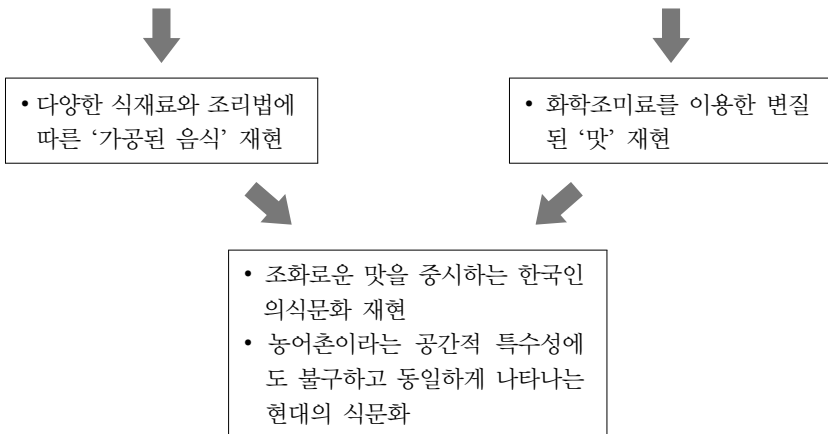
첫째, 한국의 전통음식은 농경문화를 근간으로 쌀과 같은 곡물을 주식으로 그와 함께 먹을 수 있는 습식 조리인 국물요리가 발달한 식문화다. 한국인의 국물문화는 상대적으로 적은 식재료로 여러 사람이 나눠먹는다는 특징이 있다. 한국인들의 국물문화는 부족한 식재료로 가족 구성원이 함께 음식을 나누기 위해 국물로 양을 늘릴 수밖에 없었던 가난한 한국사회의 시대상을 반영한다. 오랜 시간 물에 식재료를 삶은 방식의 습식 음식은 영양 손실이 많다. 그럼에도 불구하고 국물을 조리할 수밖에 없었던 것은 식재료가 절대적으로 부족한 환경에서 여럿이 함께 나눠 먹을 수 있는 방식이었기 때문이다.

둘째, 어촌의 밥상에는 저장음식으로 대표되는 김치가 빠지지 않고 등장한다. 우리나라는 대륙성 기후의 영향으로 겨울과 여름은 길고 일조량이 적기 때문에 저장식품이 발달할 수밖에 없는 환경적 조건을 지닌다. 현실적으로 식재료를 보관하기 힘들었던 시절, 계절에 따른 식재료 공급과 보존을 위해 저장음식이 발달했다. 김치는 단순한 음식이 아닌 한국인의 삶에 필수불가결한 전통 음식이다. 장시간의 발효과정은 식량을 안정적으로 공급하는 데 가장 큰 기여를 했을 뿐 아니라 밥상에 부족한 음식종류들을 보완해주고 인체에 유익한 영양소를 공급하는 중요한 역할도 수행한다.

셋째, 레비-스트로스의 요리 삼각형에 따르면 날것은 그 자체가 자연적 상태인 것으로서 어떤 변형도 가하지 않은 자연의 음식을 섭취하고자 하는 민족의 ‘순수성’이 드러난다. 다양한 날 것의 해산물은 우리의 식생활에서 동물성 단백질의 영양 공급뿐 아니라 맛의 다양한 변화를 추구해왔다. 전통 한식 반상 차림에서 어패류로 만든 음식은 5첩 이상의 반상에 오를 수 있는 식품중 하나로 이를 일상적으로 섭취할 수 있었던 사람들은 부유한 지배층에 속했다. 이는 전통 한국인의 식탁에서 어패류가 갖는 위상을 나타낸다.

〈표 8〉 〈삼시세끼-정선편〉과 〈삼시세끼-어촌편〉의 음식속성 비교 분석 결과

〈삼시세끼-정선편〉	음식 분석결과	〈삼시세끼-어촌편〉
공동체적 소속감을 나누는 ‘찌개’가 발달한 식문화	삶은 것	공동체가 함께 나누어 먹을 수 있는 ‘국’이 발달한 식문화
편리한 부식으로서의 ‘김치’ 재현	삭힌 것	식재료 부족현상에 따른 ‘김치’ 중심의 저장음식 식문화
발효된 천연 ‘조미료’ 사용		가공된 ‘화학조미료(MSG)’ 사용
육류를 이용한 ‘익힌 것’의 식문화	익힌 것	
	날 것	어패류를 이용한 ‘날 것’의 식문화



## 2) 〈삼시세끼〉의 끼니별 식문화 특성; 레비-스트로스의 요리 삼각형 개념 적용

두 프로그램의 아침, 점심, 저녁의 음식을 보다 세분화하여 각각의 음식이 지니는 문화적 특성을 고찰하였다.

### (1) <삼시세끼-정선편>의 끼니별 식문화 특성

<삼시세끼-정선편>의 식사 형태에는 일정한 패턴이 존재한다. 현대의 한국인들은 세 끼를 밥으로 섭취하기 보다는 하루 두 끼, 혹은 한 끼는 빵, 채소, 떡 등으로 밥을 대신한다. 정선편의 출연진들의 식사 형태 또한 이와 유사하다.

첫째, 아침에는 소화에 무리가 없는 간편식을 선호한다. 별다른 반찬 없이 밥과 국을 한 끼로 준비하거나, 미리 발효시킨 밀가루로 빵을 만들어 먹는 일이 자주 등장한다. 텃밭에서 직접 수확한 야채를 이용한 야채 주스, 샐러드, 삶은 감자요리, 익힌 계란 요리 등을 조리하여 먹으며 밀과 유제품으로 주식인 쌀을 대체한다. 이는 한국인의 의식변화에 따른 식생활의 서구화를 의미한다.

둘째, 정선편의 점심 형태는 간편식을 선호하며, 밀을 이용한 면 요리와 다양한 식재료를 섞어 먹는 비빔류의 음식이 다수를 차지한다. 이는 쌀로 만든 밥이 한국인을 대표하는 정체성과도 같았던 전통 한식 문화의 변화를 의미한다. 주식 자체에 변화가 나타나기 시작하는 것은 쌀이 주식이 되어 부식을 함께 섭취했던 전통 한식의 밥상문화를 파기하는 형태로, 서구화된 한국인의 입맛과 함께 현대인의 일상에서 잊혀져가는 한국인의 정체성 혼재를 의미한다.

셋째, 정선편의 출연진들은 생고기구이, 양념구이, 화덕구이, 찜, 볶음 등의 다양한 조리법을 이용한 육류 음식을 섭취함으로써 농촌 생활에 필요한 노동의 에너지를 추구한다. 밭에서 수확하는 작물 외의 식재료의 경우 읍내에서 구매해야 하는 특성상 식재료 구매를 위해 노동이 필수불가결하다. 노동과 식재료를 교환하는 일은 농경사회의 문화적 풍습을 반영한다. 그러나 육류에 대한 섭취가 다소 많다는 것은 전형적인 농촌 사회의 반영이라기보다는 현대 도시인들의 선호에 편향된 것이 아닌가 하는 의구심이 든다.

## (2) <삼시세끼-어촌편>의 끼니별 식문화 특성

<삼시세끼-어촌편>은 오전과 오후일과를 통해 하루 식량을 확보하는 이들에게, 아침은 식재료를 공급하기 위한 필수에너지원이다. 그러나 식재료의 부족으로 인해 출연진들은 전날 먹었던 찌개를 재활용하고 남았던 밥에 물을 부어 늘은밥으로 아침식사를 하는 일이 빈번하다. 늘은밥은 우리나라에만 있는 고유한 음식으로 한국의 전통 가옥에서는 온돌과 부뚜막 아궁이가 일체형으로 되어있고 솥은 고정식 가마솥이어서 솥을 씻기가 매우 불편했다. 누룽지에 물을 붓고 끓이면 솥능과 함께 솥을 세척할 수 있는 일석이조의 효과가 있었다. 이렇듯이 한국인들이 식후에 먹는 솥능은 한국인만이 갖고 있는 전형적인 음식문화다.

점심은 하루 세끼 중 가장 간단한 음식들로 구성되어 있다. 여러 종류의 반찬과 다양한 조리법이 사용된 식사가 아닌 죽, 수제비, 볶음밥, 물회, 칼국수, 카레, 고추잡채 등 일품요리 중심의 식사로 구성되었다. 일품요리는 음식을 한 그릇에 담아 만든 간편한 한 끼 식사로 편리할 뿐 아니라 조리 시간도 단축되는 장점이 있다. 식자재를 구하기 힘든 어촌에서 도시인의 삶을 반영하듯, 간단한 일품 식사로 대체하는 것은 여전히 현대의 식사관습에서 완전히 벗어나지 못했음을 의미한다.

저녁은 출연진들이 확보한 식재료의 향연과 소멸의 장이다. 하루 동안 출연진이 바다에 나가 포획한 각종 해산물은 다양한 조리방법을 거쳐 저녁식사로 재탄생된다. 회, 어묵, 탕, 구이, 덮밥, 초밥, 튀김 등 생선을 비롯한 각종 해산물을 이용해 만들 수 있는 날 것 요리뿐 아니라 다양한 조리법의 등장은, 하나의 식재료로 다른 맛을 낼 수 있는 한국인의 음식문화를 재현한다. 다양한 조리법은 같은 해산물이라 하더라도 지역의 특성을 지닌 음식으로 재탄생하고, 날 것의 식자재가 어떻게 다양하게 변형되는지 보여주고 있다.

〈표 9〉 〈삼시세끼-정선편〉과 〈삼시세끼-어촌편〉의 끼니별 식문화 특성 비교분석 결과

〈삼시세끼-정선편〉	끼니별 특성 분석결과	〈삼시세끼-어촌편〉
과거 농경생활로 인해 조식을 중요시하던 유교사상 반영	아침식사	과거 어촌생활로 인해 조식을 중요시하던 유교사상 반영
다양한 식재료를 이용한 음식 재현		식재료 부족 현상 반영
식문화의 가치변화에 따른 식생활의 ‘서구화’		전통 사회의 한국 식문화 재현
관행적 식사로서의 점심식사	점심식사	관행적 식사로서의 점심식사
식재료 부족 현상 반영(작물수확의 한계 및 구입의 한계)		오전 낚시활동으로 인한 식재료 공급
쌀 위주의 주식문화 파기		편향되지 않은 식문화 패턴 재현
육류를 이용한 다양한 조리법 재현	저녁식사	어패류를 이용한 다양한 조리법 재현
경제 성장에 따른 육류 소비의 증가와 물질문화의 보편화 반영		획득한 식재료의 공동체적 향유와 소멸
육류에 길들여진 현대화된 식문화		자연친화적 날 것 요리의 재현



- 현대인의 풍요로운 식재료 재현
- 부유해진 한국사회의 매식문화 재현
- 서구화 된 식생활 재현



- 환경 제약에 따른 빈곤한 식문화
- 가족주의 문화형태의 식문화 재현
- 지역 특산물과 제철 음식의 재현



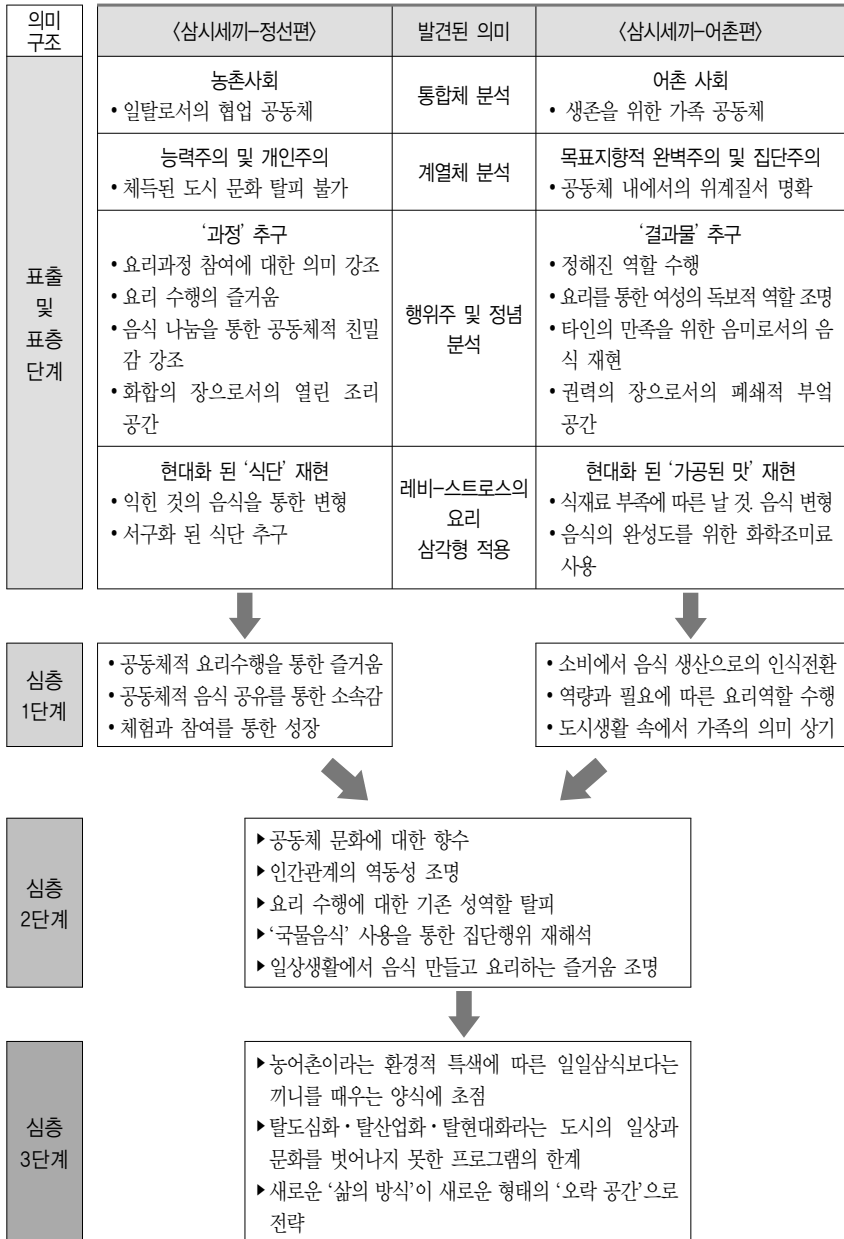
- 농어촌이라는 환경적 특색에 따른 일일삼식보다는 끼니를 때우는 양식에 초점
- 현대적으로 변형 된 ‘식단’ 재현

## V. 논의 및 결론

<삼시세끼> 프로그램에서 재현된 농어촌에서의 일상 음식은 먹을거리의 풍성함 속에서 망각하게 되는 감정적 기억과 정서적 의미들을 음식이라는 상징물을 통해 상기시킨다. 그러나 도시에서도 재현할 수 있는 음식과 일상의 문화를 농어촌이라는 공간에서 재현하는 시도는 리얼리티 프로그램이 재현할 수 있는 일상의 기능을 얼마나 현실적으로 나타낼 수 있는가에 대한 비평적 접근이었다.

현대 사회에서 최소 단위의 기본적 공동체가 되는 가족과 식사하는 일은 더 이상 일상적인 일이 아니다. 개별적으로 식사를 해결하는 현대인들이 증가하면서 많은 현대인들이 음식을 섭취함에도 불구하고 포만감과 만족감을 느끼지 못하는 ‘정서적 허기’를 경험한다. 그런데 <삼시세끼>를 통해 재현된 음식은 함께 준비하고, 함께 만들며, 함께 공유하는 공동체적 조화를 통해 요리하는 것에 대해 즐거움을 느끼며 공동체적 친밀감을 고취시킨다. 사람들은 무언가를 혼자하기 보다는 공동으로 하는 일에 재미와 보람을 느낀다. 이는 음식도 마찬가지이다. 혼자 먹기 보다는 함께 식사할 때 음식을 더 맛있게 느끼며, 누군가와 함께 나누는 시간 자체를 행복으로 인지한다.

특히 프로그램을 통해 발견한 ‘과정 지향적’ 협력관계는 공동체 안에서 타인과의 협력 관계를 통해 자신의 성향뿐 아니라 타인의 성향을 발견하고, 이를 이해하여 보다 발전된 관계를 형성한다. 공동체 내에서 위계질서와 수평관계, 공동체와 개인, 자율의지와 책임감 등 다양한 가치관의 대립으로 갈등을 겪기도 하지만 이러한 문제가 공동체를 통해 해소될 때 보다 강력한 유대감이 생성된다. 나아가 남성들의 요리과정에 대한 적극적인 참여를 통해 요리의 영역이 전형적으로 여성에게 한정되어 있는 영역이 아니라, 필요에 따라 남성도 참여할 수 있는 남성과 여성의 공동 영역임을 시사해주고 있다.



[그림 4] 〈삼시세끼-정선편〉과 〈삼시세끼-어촌편〉의 다층적 구조 및 심층의미

<삼시세끼>는 농어촌 속에서 자연을 벗하고 전통으로 회귀하여 한국인의 식문화를 회복하자는 탈도심화·탈산업화·탈현대화를 시도했다. 그러나 분석을 통해 나타난 프로그램의 최종적 심층 의미는 식사를 때워야 한다는 강박관념으로 인해 각 끼니가 갖는 의미와 그들의 수행이 지향하는 바를 적절하게 전달하지 못했다. 농어촌이라는 특수한 상황에도 불구하고 탈도시적 형태의 일상을 벗어나지 못한 현대의 음식문화와 맛을 재현하며, 개인주의와 자본주의로 상징되는 ‘현대’의 틀을 벗어나지 못했다. 단지 프로그램을 통해 재현된 ‘새로운 삶의 방식’이 ‘새로운 형태의 즐거움과 오락 공간’을 제공하는 방식으로 변질된 것이다.

그럼에도 불구하고, 프로그램 <삼시세끼>는 집단의식의 상징성이 부여된 국물음식의 재현과 공동체로서 일상을 살아가는 모습을 통해 기존의 음식 리얼리티 프로그램과 차별화된 방식으로 ‘공동체 문화’에 대한 향수를 불러일으키며, 일일삼식을 준비하고 공유하는 즐거움에 대한 의미를 반추하는 계기를 제공했다는 점은 긍정적으로 평가해야 할 부분이다.

## 참고문헌

- 강인희, 『한국음식오천년』, 유림문화사, 1988.
- 국민권익위원회, 『1인 가구 급증에 대한 정책적 대응방향 모색』, 통계청, 2014.
- 김광억, 「특집/음식과 현대 한국사회: 음식의 생산과 문화의 소비: 총론」, 『한국문화인류학』 26, 한국문화인류학회, 1994, 7-50쪽.
- \_\_\_\_\_, 「음식: 문화융합의 장」, 동아시아식생활학회 학술발표대회논문집, 2015, 5-15쪽.
- 김상우, 「일상생활의 사회학」의 현황과 전망, 『문화와 사회』 1, 한국문화사회학회, 2006, 91-122쪽.
- 김성도, 『구조에서 감성으로-그레마스의 기호학 및 일반 의미론의 연구』, 고려대학교 출판부, 2002.
- 김수철, 「1980년대 이후 한국 텔레비전 음식프로그램과 음식문화의 관계에 대한 고찰」, 『방송문화연구』 27, 한국방송학회, 2015, 85-122쪽.
- 김아영, 「텔레비전 음식 프로그램의 변화와 사회: 1981년부터 현재까지 지상과 텔레비전을 중심으로」, 서강대학교 신문방송학과 대학원 석사학위논문, 2014.
- 김예란·박주연, 「TV 리얼리티 프로그램의 이론과 실제」, 『한국방송학보』 20, 한국방송학회, 2006, 7-48쪽.
- 김현주, 「현대 사회의 음식문화와 식생활교육의 윤리적 성찰」, 『환경철학』 19, 한국환경철학회, 2015, 171-196쪽.
- 나은경, 「‘먹는 방송’과 ‘요리하는 방송’ 음식 미디어에 대한 커뮤니케이션학적 탐색」, 『사회과학연구』 28, 국민대사회과학연구소, 2015, 183-215쪽.
- 박신자, 「TV음식프로그램의 포맷과 서사성의 의미구조」, 성균관대학교 석사학위논문, 2013.
- 박신자·백선기, 「TV 음식프로그램의 포맷구성과 콘텐츠의 의미생성: KBS-TV <한국인의 밥상> 에 대한 기호학적 분석을 중심으로」, 『기호학 연구』 36, 한국기호학회, 2013, 69-104쪽.
- 박정순, 『대중매체의 기호학』, 나남출판, 1995.
- 배주희, 「문(文) 문화의 도시에서 사는 법: 쿡방, 따뜻한 밥 한 끼에 대한 향수」, 『도시문제』 50, 대한지방행정공제회, 2015, 70-71쪽.
- 백선기, 『보도의 기호학』, 성균관대학교출판부, 1995.
- \_\_\_\_\_, 『미디어, 그 기호학적 해석의 즐거움』, 커뮤니케이션북스, 2007a.
- \_\_\_\_\_, 『영화 그 기호학적 해석의 즐거움』, 커뮤니케이션북스, 2007b.

- \_\_\_\_\_, 「영화에서 표출된 정념의 기호와 그 함축적 의미-영화 2010< 하녀> 에 대한 기호학적 분석을 중심으로」, 『기호학 연구』 28, 한국기호학회, 2010a, 135-172쪽.
- \_\_\_\_\_, 『영화 그 기호학적 해석의 즐거움2』, 커뮤니케이션북스, 2010b.
- \_\_\_\_\_, 『미디어 기호학』, 커뮤니케이션북스, 2015.
- 보건복지부·질병관리본부, 『2013 국민건강통계』, 통계청, 2014.
- 서영호, 「TV 드라마의 기호학적 분석: MBC TV드라마 <명태>의 사례연구」, 홍익대 산업 미술대학원 석사학위논문, 1994.
- 신혜원·백선기, 「디즈니 애니메이션의 젠더 표상과 이데올로기」, 『한국방송학보』 28, 한국방송학회, 2014, 98-136쪽.
- 오부영, 「인류학적 관점으로 접근한다: 의미, 상징, 언어로서의 음식」, 『활천』 743, 기독교대한성결교회출판부, 2015, 104-105쪽.
- 오세영·이현, 「보문: 한국인의 공동체의식과 식문화에 대한 소고 (小考)」, 『한국식생활문화학회지』 19, 한국식생활문화학회, 2004, 556-565쪽.
- 윤덕노, 『신의 선물 밥 : 음식 유래 이야기』, 청보리, 2011.
- 윤택림, 「생활문화속의 일상성의 의미」, 『한국여성학』 12, 한국여성학회, 1996, 79-117쪽.
- 이경숙·조경진, 「오락프로그램에 차용된 리얼리티와 경쟁의 조합」, 『방송과 커뮤니케이션』 11, 문화방송사, 2010, 89-119쪽.
- 이동연, 『문화연구의 새로운 토픽들』, 문화과학사, 1997.
- 이성범, 『음식과 언어』, 서강대학교 출판부, 2013.
- 이수진, 「문화 재현물의 가상공간이 지니는 내포 : 이분법의 패러다임」, 『기호학 연구』 35, 한국기호학회, 2013, 243-266쪽.
- 이원중, 『가난한 밥상』, 시공사, 2007.
- 이현율, 「한국 리얼리티 프로그램의 실제성 구현 연구」, 『한국방송학보』 29, 한국방송학회, 2015, 241-272쪽.
- 임두빈, 「브라질 음식문화 코드에 대한 이해」, 『글로벌문화콘텐츠』, 한국글로벌문화콘텐츠학회, 2014, 129-152쪽.
- 장승희, 「음식생활에 대한 윤리적 논의와 음식윤리교육」, 『윤리교육연구』 31, 한국윤리교육학회, 2013, 321-348쪽.
- 주영하, 『음식인문학: 음식으로 본 한국의 역사와 문화』, 휴머니스트, 2011.
- 주현식, 「음식 다큐멘터리 TV의 연행성」, 『대중서사연구』 20, 대중서사학회, 2014, 443-487쪽.
- 최하나, 「최근 한국영화에 나타나는 일상성의 특성」, 성공회대학교 문화대학원 석사학위논문, 2016.

한기창, 「정념기호와 브랜드기호의 통합작용에 의한 감성기호의 개념연구」, 중앙대학교 대학원 박사학위논문, 2013.

한복진, 『우리 생활 100년 · 음식』, 현암사, 2001.

———, 『한국음식문화와 콘텐츠』, 글누림, 2009.

한지원 · 백선기, 「“장애인 다큐멘터리”의 다층적 서사구조와 문화적 함축 의미: 다큐멘터리 <달팽이의 별>의 유럽과 일본 버전에 대한 기호학적 비교분석」, 『기호학 연구』 41, 한국기호학회, 2014, 227-263쪽.

허상문, 「레이먼드 윌리엄스의 비평이론과 문화유물론」, 『영미어문학』, 한국영미어문학회, 2006, 141-159쪽.

Lévi-Strauss. C., *Mythology1: The raw and the cooked.*, 1964. 임봉길(역), 『신화학 1: 날 것과 익힌 것』, 한길사, 2005.

Lévi-Strauss, C., *Myth and Meaning*, 1977. 임옥희(역), 『신화와 의미』, 이끌리오, 2000.

Storey, J., *Cultural theory and popular culture : an introduction (third edition)*, 2001. 박만준(역), 『대중문화와 문화연구』, 경문사, 2004.

Williams, R., *Marxism and Literature*, 1977. 박만준(역), 『문학과 문화이론』, 경문사, 2003.

한민족 정보마당, [www.kculture.or.kr](http://www.kculture.or.kr)

국립국어원 표준국어대사전, [www.stdweb2.korean.go.kr](http://www.stdweb2.korean.go.kr)

<삼시세끼-정선편> 공식 홈페이지, <http://program.interest.me/tvn/3bob/4/Contents/Html>

<삼시세끼-어촌편> 공식 홈페이지, <http://program.interest.me/tvn/3bobinsum>

## Reality TV program <Three meals a day>, everyday meals, cooking, and cultural meanings in Korea

- A Semiotic approach on reality TV program of tvN,  
〈Three meals a day〉

Kim, Hyn-hye · Baek, Seon-Gi

The purpose of this study was to investigate formats and contents of a TV reality program of tvN, <Three meals a day>, and discuss cultural meanings of such program in the Korean society. The authors concerned narrative structure of the program, paradigmatic relations of main characters, dichotomous structures of conflicts and struggles, multi-layer structures of emotions, and speculated meanings of preparing and cooking in the Korean society according to concepts of Levi-Strauss's.

As the main research object, the authors selected the TV reality program of tvN, <Three meals a day>, which represented to prepare and cook meals three times per day by main characters at a farming village or a fishing village. They collected three episodes of programs from such farming village or fishing village separately. They analyzed such episodes of programs by various semiotic research methods such as 'narrative analysis', 'sequential analysis', 'syntagmatic analysis', 'paradigmatic analysis', 'actional agent analysis', and emotional analysis of Greimas's.

It was firstly found that the program expressed pleasure and enjoyment of preparing and cooking meals three times per day, even though such pleasure and enjoyment could not be actualized in the real lives. Secondly, it represented a kind of cooperative spirit of main characters to prepare and cook a meal even though one person - a woman or a professional cook - could prepare and cook in the real life. Thirdly, it indicated that the cooking would be a sort of collective work if there were no professional cook, while the cooking would be a professional job if there were a talented people or a professional

cook. Fourthly, it turned out that Korean foods outnumbered by soups and boiled types would reflect previous tough circumstances and lack of food suppliants in the Korean society.

It concluded that this reality program tried to recognize meanings of preparing and cooking a meal everyday, reconsider pleasure of cooking, and speculate cultural meanings from cooking foods.

Key word : reality program, everyday meals, cooking, cultural meaning, tvN <Three meals a day>, semiotic analysis

투고일 : 2016. 08. 10. / 심사일 : 2016. 08. 15. / 심사완료일 : 2016. 08. 31.