

■ 홍콩판, 두부의 세계 ■



두부는 홍콩 소비자가 선호하는 식재료 중 하나로 다양한 형태로 조리되어 홍콩의 식탁에서 흔히 볼 수 있다. 합리적인 가격의 식물 단백질 공급원으로 건강을 중시하는 트렌드와 채식 열풍에 부합하는 식재료이다. 홍콩에는 우리가 일반적으로 아는 것보다 더욱 다양한 종류의 두부가 있다.

■ 연두부 (軟豆腐, Soft tofu)



| 홍콩산 연두부 |
HK\$30 /400g*4

| 중국산 연두부 |
HK\$34 /420g*2

| 한국산 순두부찌개국밥 |
HK\$33 /173g

연두부는 모든 유형의 두부 중 수분함량이 가장 높으며, 하얀색과 부드러운 식감으로 홍콩을 포함한 중국 광둥 지역 및 중국 남부 지역의 요리에서 널리 이용된다. 한국 순두부 처럼 매우 부드럽지만, 순두부보다는 조금 더 단단하여 조리 시 형태를 유지하기 쉽다. 조리 시 양념과 향미를 잘 흡수하여 짬맛의 소스와 다른 식재료와 잘 어울린다. 홍콩에서는 일반적으로 찐 연두부에 간장소스 또는 칠리 오일을 곁들이고 잘게 썬 생강, 쪽파, 참깨 등을 얹어 먹는다. 채소, 버섯 등을 넣고 찐 형태도 일반적인 조리법이다. 홍콩에서는 한국산 순두부, 순두부찌개용 소스, 순두부찌개 국밥 제품 등이 판매되고 있다.

■ 경두부 (硬豆腐, Firm tofu)



| 홍콩산 경두부 |
HK\$18 /340g*2

| 싱가포르산 유희농 두부 |
HK\$11 /300g*2

| 한국산 순두부 |
HK\$21.9 /300g

경두부는 우리가 아는 일반적인 단단한 두부로 콩의 함량이 높고, 수분의 함량은 적기 때문에 연두부와 비교하여 약간 노란색을 띤다. 단단한 형태로 젓가락으로 잡기 쉬워 얇게 잘라 구워 소스를 곁들여 밥과 함께 먹거나, 삶거나 국 요리 등에도 다양하게 활용된다. 홍콩에서 한국산 두부 제품은 중국산, 홍콩산과 비교하여 다소 고가이나 농협, 아워홈, 증가집, 풀무원 등 다양한 한국 브랜드의 두부 제품을 쉽게 찾을 수 있다.

■ 두부건 (豆腐乾, Dry tofu)



| 홍콩산 두부건 |
HK\$28 /340g*2

| 일본산 두부건 |
HK\$59.8 /60g*2

| 일본산 두부건 |
HK\$36.1 /96g

두부건은 수분 함량이 거의 없는 가장 단단한 형태의 중국식 두부다. 제조 시 압력을 가해 수분을 제거하여 납작한 형태에 더 쫄깃한 식감과 훈제한 맛을 특징으로 중국 요리에서 육류 대용품으로 폭넓게 활용된다. 가장 보편적인 조리법은 얇게 잘라 샐러리, 목이버섯, 연꽃 씨, 마늘 등을 넣고 볶아 먹는 것이다.

■ 오향 건두부 (五香豆乾, Five spice tofu)



| 대만산 양념두부 |
HK\$45/50g

| 대만산 마늘 두부 |
HK\$45/50g

오향 건두부는 인기 있는 건조 두부다. 산초, 팔각, 회향, 정향, 계피 등의 5가지 향신료로 맛을 낸 두부조림 형태의 제품으로 1.5~2cm 두께의 작은 블록 형태로 판매된다. 잘게 썰어 볶음 요리 형태로 먹거나, 목이버섯, 오이 등과 참기름에 버무리 차가운 전채 요리로 먹는다.

■ 튀긴 두부 (炸豆腐, Fried tofu), 두부 퍼프 (豆泡, Tofu puffs)



| 홍콩산 튀긴두부 |
HK\$9.9 /350g

| 홍콩산 튀긴두부 |
HK\$32 /450g

| 일본산 튀긴두부 |
HK\$69.9 /150g

튀긴 두부는 사각형에서 삼각형에 이르기까지 다양한 모양과 크기의 제품이 있다. 두부 퍼프는 튀긴 두부 중 두부의 밀도가 가장 낮고 대부분이 비어 있다. 튀긴 음식에서 생각하는 일반적인 바삭한 식감이 아니라 스펀지같이 폭신한 식감이 특징이다. 스펀지 같은 질감은 맛과 풍미를 흡수하기 완벽한 특징으로 국물 및 소스를 머금어주는 역할을 하여 휘귀(火鍋)의 단골 식재료이기도 하다.

■ 두부피 (腐皮, Tofu skin)



| 대산산 두부피 |
HK\$55 /90g



| 홍콩산 두부피 |
HK\$64 /300g*2



| 말레이시아산 두부피
스낵 |
HK\$39/75g

두부피는 두유가 끓고 표면에 막이 형성될 때 응고된 얇은 표면층이다. 두부피는 콩의 풍미가 풍부하며 신선한 상태의 “생 두부피”와 생 두부피를 말린 “건 두부피”의 형태로 판매된다. 두부피는 채소 요리에 활용되기도 하고, 딤섬에도 다양하게 활용된다. 중국의 전통요리에서는 여러 겹을 겹치고 훈제, 양념하여 닭고기 맛을 모방하는 채식 요리로 활용되기도 한다.

■ 푸주(腐竹, Dried tofu stick)



| 중국산 푸주 |
HK\$20 /200g



| 홍콩산 푸주 |
HK\$25.9 /180g



| 면 형태의 푸주 |

두부피와 비슷한 유형이지만 넓은 형태로 제공되는 두부피와 달리 길쭉한 형태로 판매된다. 중국식 탕 요리에 활용되거나, 전통 중국식 달달한 디저트용 수프에도 이용된다. 넓고 긴 면 형태의 두부피 제품을 밀가루 면 대용으로 활용해 건강하게 면 요리를 즐기기도 한다.

■ 발효 두부 (腐乳, Fermented tofu)



| 홍콩산 발효 두부 |
HK\$55/370g



| 홍콩산 발효 두부 |
HK\$19.9 /280g



| 중국산 발효 두부 |
HK\$15.9/130g

발효 두부는 일종의 절인 두부다. 말린 두부를 곡주(米酒), 소금물, 식초 및 향신료 등에 담가 천천히 발효시킨 제품이다. 발효가 잘된 발효두부는 페타 치즈와 같은 외형에 크림

치즈처럼 부드러운 형태로 변한다. 발효 두부를 식재료로 활용하기보다는 짠맛과 크림미한 질감을 특징으로 식품의 감칠맛을 높여주는 향미료로 활용되어 채소 볶음, 죽 요리 등에 넣어 먹는다.

■ 두부 디저트 및 두부 스낵

두부는 요리의 재료뿐 아니라 디저트, 스낵류로도 활용되고 있다. 푸딩 형태의 연두부를 생강, 아몬드를 첨가하여 달달하게 디저트로 먹기도 하며, 이케아(IKEA)에서는 두부 푸딩 아이스크림을 출시하기도 했다. 또한 두부를 활용한 스낵형태의 제품이 출시되기도 한다.



| 두부 푸딩 아이스크림 |
HK\$8.9/60g



| 한국산 두부김치 스낵 |
HK\$8.9/60g



| 홍콩산 생강맛 디저트 두부 |
HK\$5.7/229g



| 홍콩산 아몬드 디저트 두부 |
HK\$5.7/229g

■ 시사점

채식 음식이 각광받는 요즘 가장 대표적이고 클래식한 채식 식재료인 두부에 주목할 필요가 있다. 두부의 질감(수분 함량), 조리 법(튀기기, 말리기, 조리기, 절이기 등)에 따라 다양한 맛과 식감으로 다양한 요리에 활용될 뿐만 아니라 스낵, 디저트 형태로도 출시되고 있다. 건강에 대한 관심이 고조되고 전 세계적으로 채식 열풍이 불고 있는 지금, 두부를 활용한 무궁무진한 제품 개발을 고려해 볼 수 있겠다.

■ 자료 출처

- Green Queen, 「A guide to every kind of tofu by a cantonese doufu lover」, 2020.06.17.
www.greenqueen.com.hk/tofu-guide-list-every-kind-of-tofu-by-a-cantonese-doufu-lover
- 제품 및 제품 가격 정보(2020.07 기준)
HKTVmall(www.hktvmall.com), Wellcome(www.wellcome.com.hk), PARKnSHOP(www.parknshop.com)