

# 보이차 이야기

짱유화 | 한서대 차학과 교수





## 6

## 보이차 이야기

짱유화 한서대 차학과 교수

우리가 보이차에 열광을 했던 이유는 다양하다. 기호에 맞는다는 것이 가장 큰 이유였으나 유행의 흐름도 큰 몫을 했다. 유행이란 대중들이 선호하는 기호 속에 융합하거나 추종코자하는 하나의 심리상태로서 맹목적인 면이 많이 포함되어 있다.

전혀 생소했던 보이차의 맛과 향의 등장은 우리에게 신선함을 주는 동시에 혼란함도 함께 안겨주었다. 차를 마시는 사람으로서 보이차를 모른다면 혹여 무식하다는 소리를 들을까 싶어 먼저 ‘묻지마’의 형태로 마시기 시작했던 것이 유행의 시작이었다. 좋은 냄새, 나쁜 냄새, 지푸라기 냄새 심지어 곰팡이 냄새마저도 보이차의 참맛으로 알고 너도나도 이 행렬에 동참했다. 소비자들이 ‘보이차를 모른다’는 것은 아이러니하게도 잘 모르나 업으로 삼고 있기에 ‘잘 안다’고 할 수 밖에 없는 상인들에게는 더없이 좋은 상품으로 자리매김하게 되었다. 어느덧 보이차의 지식은 허식에 묻혀 참된 진실은 사라지고 대가(大家)와 도사(道士)들만 양성되는 결과를 초래했다.

현 시점에서 보이차를 다 안다는 것은 불가능하다. 최소한 지금까지는 그렇다. 차의 학문에서 보이차는 후발주자다. 이제야 비로소 정리되기 시작한 보이차 학문은 아직도 연구단계에 머물고 있다. 다양한 해석으로 비롯된 혼란을 정리하기 위해 2007년부터 중국정부 지원 아래 중국을 비롯해 해외 여러 곳에 보이차연구소를 만들어졌다. 필자도 중국정부로부터 지원을 받아 현재 보이차연구소 운영하며 이 연구에 동참하고 있다.

보이차는 중국 운남 특정지역에서 생산되는 차의 명칭이다. 중국독음을 따르면 ‘보이’는 ‘푸얼’이라 한다. 그래서 ‘푸얼차’라고도 부른다. ‘보이차’는 명(明)·청(淸)시대 당시의 전남(滇南) 즉 지금의 운남 서쌍판납(西雙版納)과 보이시(普洱市)에 속한 6대차산(六大茶山)의 차잎을 당시의 행정소재지였던 ‘보이부(普洱府, 지금의 寧洱縣)’에서 가공 판매했기에 얻어진

이름이다.

‘보이’의 어원은 하니족(哈尼族)에서 비롯되었다. ‘보(普)’는 성채의 뜻을 가진 ‘채(寨)’, ‘이(洱)’는 물굽이의 뜻을 지닌 ‘수만(水灣)’을 말한다. 물굽이가 있는 성채라는 뜻이다. 여기의 물굽이란 란창강(瀾滄江)을 말한다. 란창강의 원류는 중국 티베트다. 티베트에서 시작된 란창강 물줄기가 운남성을 거쳐 인도차이나반도로 들어가면 메콩강으로 변한다. 물줄기의 전체 길이가 4,020km이나, 중국 영내의 길이는 1,800km다.

란창강 양쪽의 고산구릉(高山丘陵)에는 야생 차밭이 분포되어 있다. 특히 란창강의 수면과 고산구릉 사이의 해발 차이가 심해 사시사철 운무(雲霧)가 가득하다. 온도 격차가 큰 이곳의 차잎은 저항성과 내한성(耐寒性)이 타 지역 보다 월등히 뛰어나 고급 보이차의 원료로서 최상급으로 인정받고 있다. 보이차는 북위 21° 08′ -25° 43′, 동위 97° 30′ -105° 38′, 해발 800~2300미터, 연평균 15℃ 이상의 조건에서 탄 차잎을 만들어야 좋다고 한다. 이 지역이 바로 란창강 줄기다.

2003년 최초로 제정된 [운남 지방 표준 조례] 3번 조항에서 보이차 표준은 아래의 정의를 정하고 있다. “보이차란 운남성 일정지역의 운남대엽종(雲南大葉種) 차잎을 햇볕에 말려 만든 초벌차 이른바 쇠청모차(曬靑毛茶)를 원료로, 후발효(後發酵) 가공을 거쳐 만든 산차(散茶)와 긴압차(緊壓茶)를 말한다. 외형의 색택은 적갈색, 탕색은 밝고 투명한 적색, 우린 잎은 적갈색이다. 독특한 향과 두터운 미감(味感)에 단맛이 나는 것이 특징이다.”

정리하면, 보이차란, 생엽은 운남에서 자란 대엽종 차잎, 초벌원료(쇠청모차)는 햇볕으로 건조, 발효는 미생물을 통한 후발효로 가공한다. 이 세 가지 조건에 부합하여 만든 산차와 긴압차만이 보이차다. 이 정의에서 우리가 흔히 말하는 보이생차는 보이차로 인정하지 않고 있다. 따라서 생차 원료로 수십 년 자연발효로 숙성된 이른바 호자급(號字級), 인자급(印字級) 보이차는 이 정의에 벗어났기에 보이차로 인정하지 않고 있다. 부연 설명할 것은 이곳의 ‘후발효가공’이란 인공쾌속미생물발효(人工快速微生物發酵)만을 지칭한 것이다.

2009년 개정된 [중국 국가 표준 조례] 3번 조항에서 제정된 보이차 정의의 핵심은 아래와 같다. “‘보이차’란 첫째, 운남지방정부에서 지정한 지리적 표시상품이다. 둘째, 보이차 산지환경 조건에 부합한 운남대엽종 차잎을 햇볕을 통해 만든 쇠청모차 원료를 특정 가공공정을 통해 생성된 독특한 품질의 차를 말한다. 셋째, 보이차는 보이생차(普洱生茶)와 보이숙차(普洱熟茶) 두 종류를 나눈다. 이중 ‘보이생차’란 보이차 산지환경에 부합한 조건에서 자란 운남대엽종 차나무의 생엽을 살청(殺靑), 유념(揉捻), 일광건조(日光乾燥) 등 공정을 거쳐 압제 만든 각종 모양의 ‘긴압차(緊壓茶)’를 말한다. 품질특징을 보면 외형의 색택은 묵록색, 탕색은 투명한 녹황색, 우린 잎은 황록색, 지속적인 청순한 향기와 두터운 미감(味感)에 단맛이 난다. ‘보이숙차’란 보이차 산지의 환경에 부합한 조건에서 자란 운남대엽종 차나무의 생엽을 원료로, 특정가공인 후발효공정에 따라 만든 산차와 긴압차를 말한다. 넷째, ‘후발효공정’이란 미생물을 통한 쾌속후발효(快速後發酵)와 자연발효를 통한 완만후발효(緩慢後發酵)를 모두 지칭한다. 품질특징을 보면 외형의 색택은 적갈색, 탕색은 밝고 투명한 적색, 우린 잎은 적갈색,

독특한 향과 두터운 단맛이 난다.” 이 내용과 2003년 조례를 비교하면 생차를 보이차로 인정했다는 것과 후발효공정에서 자연발효를 통한 완만후발효도 보이차로 인정했다는 것이 다르다. 따라서 적갈색으로 보이는 모든 보이차를 숙차라는 것이 정부의 공식입장이다.

산차와 긴압차에 대한 정의를 보면 “‘보이산차(普洱散茶)’란 증압과정(蒸壓過程)을 거치지 않는 줄기형태의 ‘보이숙차(普洱熟茶)’만 가리킨다. ‘보이긴압차(普洱緊壓茶)’란 쇠청모차와 보이산차(普洱散茶)를 원료로, 압제하여 병형(餅型), 전형(磚型), 타형(沱型) 등 형태로 만든 보이차를 말한다.”

이 내용에서 ‘보이산차(普洱散茶)’는 오직 줄기형태의 ‘보이숙차’만을 말한다. ‘보이긴압차’는 쇠청모차 혹은 보이숙차를 원료로 만든 각종 형태의 압제차를 모두 지칭하고 있다. 따라서 보이생차는 쇠청모차를 압제하여 만든 긴압차만 해당되며, 줄기형태일 경우 이를 보이차로 인정하지 않는 것이 정의의 핵심이다.

차는 만드는 방법에 따라 맛과 향이 달라진다. 찻잎을 수확해서 보이차를 만들 때 가장 먼저 원료를 자연발효시킬 것인지 미생물발효시킬 것인지를 결정해야 한다. 일반적으로 야생 찻잎은 자연발효차, 일반찻잎은 미생물발효차를 만들어야 품질이 좋다. 이 결정에 판단할 의거는 카테킨(catechin) 성분이다.

차의 짙은맛을 내는 성분이 카테킨이다. 카테킨은 햇빛을 받을수록 더 짙어지는 성질이 있다. 그러나 이 짙은맛은 성분의 구조에 따라 다르게 나타난다. 하나는 강하지 않은 짙은맛에 단맛을 낸다. 이 성분 구조가 간단하다하여 ‘간단카테킨’이라 한다. 또 하나는 강한 짙은맛을 지속적으로 낸다. 이 성분 구조가 복잡하다하여 ‘복잡카테킨’이라 한다. 간단카테킨을 ‘유리카테킨’, 복잡카테킨을 ‘에스터카테킨’이라고도 부른다.

이 두 가지 형태의 카테킨은 일조량에 따라 성분 조성 비율이 달라진다. 산지의 야생차는 장시간 원시림 사이의 햇살을 받아 간단카테킨이 많아 온화한 짙은맛을 낸다. 평지의 대지차(臺地茶)는 일조량을 많이 받으므로 복잡카테킨의 비율이 높아 강한 짙은맛을 낸다. 강한 짙은맛 중 가장 강한 것이 에피갈로카테킨갈레이트(EGCG)이다. 이 성분이 많을수록 미생물발효차가 짜임새가 있고 풍부한 맛을 가지게 된다. 따라서 미생물발효차를 마실 경우 대지차를 선택하는 것이 좋고 저장해 마실 경우 야생차를 선택하는 것이 좋다. 더욱이 야생차는 오랜 숙성시간을 거치면 고급보이차로 재탄생하게 된다. ‘대지차’란 근대에 심은 수령 10~30년 정도 밀식 재배된 계단식과 평지차밭에서 생산된 차를 말한다.

미생물발효법이란 인위적으로 발효한 공법으로, 1973년 곤명차창(昆明茶廠)에서 개발했다고 한다. 상품으로 생산된 것은 1975년 이후의 일이며, 맹해(勐海), 하관(下關), 보이(普洱) 등 차창(茶廠)으로 확대 생산하였다.

보이차의 원료는 녹차와 같은 방법으로 만든다. 첫 덩어임인 살청<sup>1)</sup>에 있어, 녹차는 고온에서 진행되나 전통보이차는 저온에서 이루어진다. 녹차의 첫 덩어임은 찻잎의 산화효소를 제어하기

1) 살청의 주요작용은 고온을 통해 생엽 중의 단백질 산화효소를 신속히 파괴시켜 티 폴리페놀(TP)의 산화로 인한 찻잎의 홍변紅變을 막고 녹색을 유지시키는 동시에 찻잎의 수분을 일부 증발시켜 엽질葉質을 부드럽게 하고 생엽의 풋냄새를 제거하는 일련의 화학반응이다.

위한 수단인 반면 전통보이차의 덫음은 찻잎을 잘 비비기 위한 숨죽이기 작업이다. 따라서 저온을 통한 숨죽인 찻잎에는 산화효소의 활성이 강해 햇빛을 받으면 곧 바로 발효가 진행된다. 생차가 저장할수록 맛이 좋은 것도 이 이유에서다. 지금도 일부 소수민족들이 찻잎을 햇볕에 시들게 한 후 덫지 않고 그대로 비벼 말려 마시곤 한다.

줄기형태의 찻잎을 비빈 후 햇볕아래 말린 초벌차를 '쇄청모차(曬靑毛茶)' 또는 '전청(滇靑)'이라 한다. '전(滇)'은 운남의 약칭(略稱)이다. 전청이라는 초벌차의 함유량은 10% 정도가 적절하다. 이 원료로 압착하면 보이생병이 되고, 약퇴(渥堆)공법으로 발효시키면 미생물 발효차가 되는 것이다

'약퇴'공법이란 물과 습열 등 작용으로 생성된 미생물들이 촉매작용을 일으켜 찻잎속의 화학물질들을 산화, 분해 등의 반응을 말한다. 온도·습도·pH 수치 등의 조건에 따라 번식한 미생물이 자신들이 분비한 각종 체외효소(體外酵素)를 통해 찻잎을 발효시키는 것을 미생물 발효라고 한다.

미생물발효는 대체로 40~60일 정도이면 공정을 마친다. 완성된 차를 가리켜 보이산차(普洱散茶) 또는 보이숙차(普洱熟茶)라 한다. 이 숙차를 수증기로 압제하면 보이긴압차(普洱緊壓茶)가 된다. 모양에 따라 둥근 것은 숙병(熟餅), 벽돌모양은 숙전(熟磚), 그릇 종지처럼 생긴 것은 숙타(熟沱)라고 한다.

오늘날 보이차가 높은 인기를 얻고 있는 것은 기호식품에서의 뛰어난 맛과 향이 있기에 가능한 것이다. 그러나 빼놓을 수 없는 시너지효과 중에는 건강이라는 키워드가 있다. 예로부터 보이차는 약으로 유명했다. 달여서 만든 보이차고(普洱茶膏)는 청나라 황실이 외국 사신에게 준 선물 중에서도 귀한 것이었다. 약으로 유명했던 보이차, 지금은 건강기능식품으로 더 인정받고 있다.

산화방지제로서 가장 각광 받고 있는 물질이 비타민이다. 이중 비타민 E, C, 베타카로틴과 미네랄 중의 셀레늄이 대표적 물질이다. 이러한 항산화 물질이 인체에 항상 채워져 있어야 각종 질병과 노화 예방이 가능하기 때문에 산화방지제의 연구는 생명공학으로서 조명을 받고 있는 학문이다. 최근 산화방지제 연구 대상이 비타민에서 폴리페놀(polyphenol)이란 물질로 옮겨가고 있다. 과학전문지 네이처에 발표된 보고서를 따르면 폴리페놀의 추출물에는 산화에 의한 병폐를 막는 식물성 항산화물질이 많이 함유되어 있다. 이 물질을 비타민류와 비교해 볼 때 무려 40배, 많게는 100배 정도의 효과가 더 있다고 한다.

식물체에는 수천 종의 페놀화합물이 있으나 차에는 약 30여 가지만 존재한다. 차 속의 폴리페놀을 '티 폴리페놀(tea polyphenol)'이라 한다. 이중 가장 많이 차지하는 성분이 카테킨(catechin)이다. 카테킨 중에서 가장 많이 차지하는 성분이 EGCG이다.

티 폴리페놀은 일조량에 따라 생성되는 물질이다. 그래서 온대지방의 찻잎보다 열대지방의 찻잎에서 많이 발견되고 있다. 티 폴리페놀의 함유량이 가장 많은 찻잎이 대엽종이다. 대엽종은 일반 찻잎인 소엽종보다 2배 정도 함량이 많다. 이 찻잎으로 만든 차가 보이차다. 매일 일정한 보이차를 마실 경우 장수할 수 있다는 보고는 바로 이 티 폴리페놀 물질에서 비롯된

것이다.

최근 수차례의 임상결과를 통해 확인된 것은 티 폴리페놀 중의 카테킨, EGCG는 건강한 심장을 만들어주며, 암 예방, 노화현상에 대한 방지, 유해산소의 제거, 당뇨병 완화, 치매치료 및 예방, 관절염 예방, 체중조절 등에 대한 효과가 탁월하다는 것으로 확인되었다.

최근 일본 후쿠시마 원전 사고로 방사능 피폭에 대한 우려가 확산되고 있다. 원전 사고로 누출된 주요 방사성물질은 방사성요오드(I-131)로 확인됐다. 이 물질이 고용량으로 축적이 되면 갑상샘 결절이나 갑상샘암이 발병할 수 있다. 요오드화칼륨(postassium iodide)을 복용하면 갑상샘암 등을 예방할 수 있는 것으로 알려져 있다. 연구에 따르면 티 폴리페놀은 강력한 피폭 치료제로서 방사성 물질의 동위원소(radioisotope)를 90% 이상 흡수하여 신진대사를 촉진시켜 조혈 기능을 개선할 수 있다고 보고한 바가 있다.

보이차가 건강에 좋다는 인식이 세계에게 알려진 것은 1978년 프랑스 파리성 안토니오 임상의학의 임상실험 보고서였다. 당시 그들의 연구시료는 프랑스인 프레드 켈플러(fred kempler)가 수입한 인공쾌속발효한 보이숙차(普洱熟沱茶)였다. 이 시험에서 하루 숙차(熟茶)를 3잔을 꾸준히 마실 경우 한 달 후면 혈중의 지방함량을 1/4로 줄일 수 있다고 밝혀졌다. 보이차가 다이어트 특효에 있다고 알려지자 이른바 요조숙녀들이 마시는 '요조차(窈窕茶)', 체중을 감량하는 '감비차(減肥茶)' 등의 이름을 얻게 된다.

숙차는 생차와는 달리 카테킨 성분이 대부분 산화되어 함량이 매우 낮다. 그럼에도 불구하고 오늘날의 보이차 건강에 대한 연구는 모두 숙차에서 그 해답을 찾고 있다. 그 이유는 바로 카테킨의 최종 산화물질인 암갈색의 테아브로닌(theabrownine)이라는 성분 때문이다. 테아브로닌은 그 동안 차의 당색과 엽저(葉底)를 어둡게 하고, 차의 산뜻한 맛을 떨어트리는 성분으로 인식되어왔다. 그러나 최근의 연구에서 항혈압, 항당뇨와 콜레스테롤의 수치를 낮추는 효능이 탁월하다는 것으로 밝혀졌다. 특히 응용방법이 옳아야 그 효과가 배가된다는 사실도 밝혀냈다. 예를 들어 혈중 콜레스테롤을 개선할 경우 식사와 같이 마셔야 효과가 좋고, 당뇨·고혈압의 경우 식사 30분 후 마셔야 효과가 좋다.

고급보이차가 사람들의 가슴에 잊을 수 없는 감동을 안겨 준 것은 보이차의 저장이다. 보이차의 저장과 보관에는 상당한 노력이 필요하다. 50년 이상 된 보이차부터 올해에 만든 보이차가 함께 익어가는 곳이 저장 공간이다. 바람이 잘 통하는 건조한 곳에서 보이차가 천천히 마르는 동안 새로운 생명이 탄생이 되고 말할 수 없는 희열을 안겨준다.

보이차의 저장은 열화인자(劣化因子)들을 철저히 예방해야만 차의 열변(劣變)을 막을 수가 있다. 보이차의 올바른 저장환경은 아래와 같다.

- 1) 저장환경의 공기는 맑아야 한다. 냄새나는 주방에서 멀리 떨어질수록 좋다. 아파트일 경우 배란다를 택한다. 전원주택일 경우 냇가에 가까울수록 좋다.
- 2) 풍부한 산소가 있는 서늘한 곳이 좋다. 햇빛이나 직사광선을 피한다.
- 3) 상온상습 즉 실온을 22~25℃, 상대습도를 65~75% 정도 유지하면 좋다. 습도가 높은 장마철을 제외하면 뚜껑을 자주 열어 산소와 접촉해야 숙성에 도움 준다. 지나친 습도

는 곰팡이를 만드는 원흉이므로 주의해야 한다.

- 4) 저장용기는 통기성이 좋은 자연유약으로 구운 용기가 좋다. 점토의 입자가 클수록 통기성이 좋아 저장하는데 유리하다. 입자가 고운 자기나 자사(紫砂) 등은 좋지 않다. 화학유약은 차를 오염할 수가 있어 피해야 한다.
- 5) 같은 종류의 보이차는 분리 저장한다. 생차는 생차끼리, 숙차는 숙차 끼리 저장한다. 숙차 중에서 완만후발효한 숙차와 쾌속후발효한 숙차를 따로 저장한다.
- 6) 등급 다른 보이차를 같은 용기에 저장하지 않는다. A급은 A급끼리, B급은 B급끼리 저장한다. 보이차는 특유한 향기가 있어 다른 차와 뒤섞지 않아야 자신만의 맛과 향을 드러낼 수가 있다. 곰팡이 핀 보이차와는 같이 저장하지 않는다.