

닭고기와 돼지고기의 합리적인 調理方法

왕 준 연 <한국식생활
개발연구회장>

1. 닭고기

◇...캔터키후라이치킨의 상륙

닭고기도 약이 되기도하고 한약먹을 때, 금기음식으로도 되어 있습니다. 닭고기에 삼을 넣어 푹 고와 먹으며는 보약이 된다고 합니다. 한 여름에 영계를 세마리만 먹으며는 추위도 안탄다고 합니다. 그러면서도 한약먹을 때에 닭고기를 먹으며는 안되고 약효가 안난다고 합니다. 영양학상으로 볼 때 단백질의 함유량과 영양성분은 별반의 차이를 볼 수 없고 외국에서도 닭고기요리는 유명하지만 합니다.

미국에서 유명한 “캔터키후라이치킨”은 미국국민이 안먹는 사람이 없고 미국내에서만 유명한 것이 아니고 일본에서도 유명하며, 한국에도 상륙하여 몇곳에 있는 것으로 알고 있지만 과연 인식은 어떠한지! 널리 알려지지 않은 것으로 알고 있습니다.

닭고기의 조리법은 닭의 독특한 맛을 살려서 불고기집모양 변화한 거리에 토막구이를 하여 싼값으로 공급한다며는 급격히 소비상승이 될 것으로 생각됩니다.

닭죽이나 통닭구이는 이미 소개가 많이 된 것으로 알고 있습니다. 닭의 토막구이는 아직 보급이 되지않고 있습니다.

양계업자는 육질이 좋은 고기를 만들고 소비자에게 먹기 좋은 방법으로 조리하여 보급한다면 맛을 아는 젊은 층의 애호를 받을것입니다.

닭을 기르는 사람이나 사업가는 이러한 점에 착안하지 않는 이상 유통의 정상화는 상당한 시일을 요하게 될 것입니다.

닭은 값도 싸고 단백질 공급원으로는 손색이 없으나 아직까지의 보급방법이 통닭 정도에서 그쳐있기 때문에 소비보급이 활발하지 않은 것 같습니다.

◇...토막구이, 닭튀김, 조림, 구이, 찜 다 좋아

합리적인 조리방법의 하나로 “토막구이”가 있고 닭튀김을 하여 먹는 방법이 있습니다. 많이 먹을수 있는 방법이고 각종에서, 좋아하는 방법도 됩니다.

조림, 구이, 찜 등 재래식도 좋습니다만 연구개발하여 맛의 변화로 닭고기의 애호가 를 마주잡는 방법이 닭고기 보급의 시급한 일이라고 생각됩니다.

닭은 알을 낳습니다. 종계가 낳는 알은 병아리를 까지만 그나머지 달걀은 다른 물가에 비해 엄청나게 싸입니다. 한개에 30원 내외에 구입할 수 있는 “종합비타민”이요, 단백질인 달걀에 대하여 그리 관심을 두는 사람은 적다고 생각됩니다.

◇...달걀은 값싼 영양식으로 최적

달걀을 이용하면 영양식도 되고 영양간식도 만들어내기 쉽습니다. 앞으로의 식생활은 간식도 필요로 하고 영양식도 필요합니다. 우선 많이 쓰여지는메가 도시락 찬 정도이겠지요.

고 보나도 달걀의 진가를 생각하면 값싼 영양 식으로는 최상입니다.

어느 간식이나 달걀이 대부분 들어갑니다. 달걀, 치즈, 생크림 등은 종전에는 생각조차 못했던 식품이지만 국산으로도 얼마 든지 나오는 것으로 보아 축산식품의 발전은 눈부십니다. 이것을 잘 이용하여 우리는 식습관을 개선하고 인습을 타파하여 돼지고기나 닭고기 달걀 등을 잘 이용하여 국민체위향상과 체력향상에 이바지 하여야 하겠습니다. 끝으로 부탁의 말씀은 돼지고기나 “부로이라”의 육질향상과 정육점에서의 부위별판매를 요리 연구가(소비자)의 한사람으로서 부탁드립니다.

2. 돼지고기

◇…돼지고기는 완전히 익혀 먹어야

옛날부터 돼지고기에 대해서는 약으로도 쓰여져 왔고 또는 잘먹어야 본전이라는 말이 있어 두 갈래로 전해져오고 있습니다.

약이라고 하는말은 단백질이 부족하여 일어나는 증세에 삶아서 국물과 고기를 먹으면 즉시로 효력이 있었고 산모가 젖이 나지 않을때 돼지족발을 삶아 먹으면 젖이 잘 나온다는 말은 흔히 있는 이야기입니다.

잘 먹어야 본전이라는 말은 잘못 조리하여 먹은 사람들이 부작용을 일으켜서 중독증을 일으키기 쉬우므로 잘 먹어야한다는 뜻이라고 생각됩니다. 돼지고기는 완전히 익혀서 먹어야 합니다.

더우기 새우젓국에 찍어먹는다는가 새우젓으로 간을 맞추어 볶는 방법 등은 옛부터 내려오는 안전한 방법이라고 소개되고 있습니다. 근래에 와서 돼지고기에 대한 인식은 차츰 달라지고 있습니다. 그러나 개중에는 돼지고기

에 대한 인식이, 내려오는 인습으로 먹어보기도 전에 싫다는 사람도 많고 또는 가정에서의 조리방법이 좋지않아 어렸을때부터 먹지 않았기 때문에 맛의 진가를 모르고 있습니다.

최근에 와서는 돼지고기를 싫어하는 사람들도 포오크카쓰레쓰(돈까스)는 무조건 좋아하시며 아무말 없이 잡수십니다. “탕수육”이라는 중국요리도 태반의 여성들이 즐겨먹는 것으로 알려지고 있습니다. 말하자면 돼지고기를 안잡수신다는 분이 별 말씀없이 잡수시는 것으로 보아 역시 조리방법이 기호를 좌우하는 것이 아닌가 생각됩니다.

우리 식성에 알맞게 합리적인 조리방법으로 이루어진다면 돼지고기의 소비는 쇠고기의 소비를 따라갈 것입니다.

한가지 문제점은 수출품인 돼지고기와 같이 육질이 좋은 고기를 우리 소비자에게 줄 수 있다면 더욱 발전을 할 것입니다.

비계는 대부분이 싫어합니다. 1근만 사도 비계가 많아서 골치라고 말을 많이 듣고 있습니다. 앞으로 생산자와 사육자는 될 수 있으면 좋은 사료를 먹여서 육질이 좋은 돼지고기를 소비자에게 공급하도록 부탁드립니다.

◇…돼지고기 싫어해도 탕수육, 돈까스는 좋아해

합리적인 조리방법은 연령에 따라서 다르고 생각됩니다. 중년이상이 돼지머리고기, 순대, 족, 내장 등을 좋아하는가 하면 청소년층은 좀더 보름이 있고 얇은 맛이나는 튀김, 햄, 소세이지, 베이컨 같은 것을 좋아들 하고 있습니다. 돼지고기를 안먹는다는 사람들도 가공품인 햄, 베이컨 같은 것은 아무소리 없이 먹고 있습니다.

식생활의 변화는 역시 연령의 차이로 이루어지는 것 같습니다.

일반여성들은 탕수육이나 포크커피레쓰, 햄 썰러드 같은 맛을 좋아 하십니다. 하와이에 가면 돼지고기의요리에 파인애플이 들어있었고 그 맛이 잘 조화되어 이것이 돼지고기인가 하고 다시 먹어볼 정도로 맛이 있습니다.

대만의 돼지고기요리는 기름기가 있어도 느끼하지 않고 맛이 있다고 합니다. 우리가정에서도 조리방법을 개선하여 될 수 있으면 돼지고기의 이용을 넓혀야만 하겠읍니다.

왜냐하면 값도 싸고 고기도 연하여 조리할 때 놓아도 손색이 없는 점등을 감안하여 손님 초대시에나 도시락 찬에도 많이 쓰여져야 하겠읍니다. 우리음식에 무우시래기 같은 비타민C와 A가 풍부한 식품이 있습니다. 여기에 갈비찜을 하면서 시래기를 넣어 조리해본 결과 부드러운 시래기갈비 찜이 되었읍니다. 김치밥이나 콩나물밥에 돼지고기를 넣으면은 밥도 부드럽고 맛도 있습니다. 알면서도 실천을 못할 때 육질이 좋은 고기를 맛 볼 수 있다면은 거기서부터 맛을 들여 많은 소비자가 적극적인 호응을 할 것으로 생각됩니다. 우리 소비자로서는 언제나 바라고 있는 것은 담홍색의 좋은 돼지고기를 원하고 있습니다. 그리고 부위별고기가 상등품 중등품의 구별로 가격이

정해진다면 돼지고기 보급은 기하급수로 올라가게 되고 소비량이 놀라운 현상을 가져올 것입니다.

일반에게는 돼지고기 조리법을 널리 알리고 정육점은 부위별 돼지고기가 선을 보이게 된다면은 그 즉시로 많은 기호자가 자연 생기게 됨은 확실한 사실이라고 생각됩니다.

정육점에 가보면 모든장치가 기계화 되어있어 그리 어려운 일은 아니라고 생각됩니다. 조금만 더 생산자가 연구를 하신다면 발전을 보게 될 것으로 생각됩니다.


인식을 바꾸고 연구해보아야 할 일들도 허다합니다.

예를 들어 중국인은 돼지고기를 먹어도 약의 효과를 보는데 한국인은 약 먹는데 돼지고기는 못먹는다고 전해지고 있습니다.

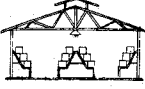
병원의 급식을 보면 돼지고기가 제지당하고 있습니다. 어째서 일까요? 무엇인가 잘못 된 것이 아닌지 요리를 연구하는 사람이면 서도 이해가 안갑니다.

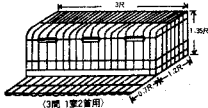
우선 그릇된 인식을 개선하고 새로운, 그리고 합리적인 조리방법으로 단백질 섭취음식으로 계속 연구노력해 보겠읍니다.

完全自動 亞鉛맥기 · 自動스포이트용접에 의한 實用的인 케이지




(亞鉛용)
完成 1 層分
幅 3尺 깊이 1.5尺
30~40층用 幅이 1.5尺
1~19층

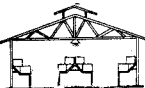


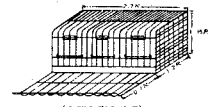


(3間 1室2層用)



(亞鉛용)
完成 1 層分
幅이 1.5尺 幅 3尺
幅이 0.6尺 30~35層用
1~30層





(3間 1室2層用)

광 주 케 이 지

주소 : 전남 광주시 동구 우신동 478번지
전화 : 5 - 1 - 2 - 7 - 3