



닭고기 구입요령

닭고기는 육류 중에서 가장 다양하게 사용할 수 있으며, 여러가지 방법으로 양념을 쳐서 할 수 있고 세계 모든 나라에서 쉽게 구할 수 있기 때문에 육류의 대명사가 되어가고 있다. 포장도 통닭으로부터 소비자가 좋아하는 부위별로 여러가지 포장이 있다. 가장 좋은 선택을 하도록 소비자는 미리 알아두는 것이 좋다. 가족이 짙은 색의 닭고기를 좋아하는지 닭다리포장육을 좋아하는지 또는 넓적다리나 아랫다리를 좋아하는지 잘 알아두면 편리하다.

닭고기는 가장 값싸고 가장 영양분이 많은 육류이며, 그 가격은 변동하지마는 다른 육류단백질에 비하여 아직까지 가장 좋은 가치를 갖고 있다.

닭고기에 대해서 소비자는 잘 알아둘 필요가 있는데, 여기서는 여러가지 종류의 닭고기에 대한 설명과 시장과 슈퍼에서 사는 방법을 소개코자 한다.

브로일러후라이어(Broiler Fryer) : 7~9 주에서 출하되며 0.9~1.59kg (2~3.5 파운드)이며 고기가 연하고 다목적으로 사용할 수 있다. 판매되는 닭고기의 90%에 이르며 식품점에서는 브로일러 (구이용) 닭고기 또는 튀김용 닭고기로 되어 있다.

로스터(Roaster) : 브로일러 후라이어보다 약간 더 자라고 큰 닭고기로 1.59 ~ 2.72kg 이고 16주간 기르며 고기는 연하다.

카폰(Capon) : 약 1.8~3.18kg (4~7 파운드)이 되는 큰 닭고기로 좋은 냄새와 담백한 고기가 많다. 카폰은 16주생으로 거세된 수탉으로서 아

주 좋은 구이용이 된다.

큰암탉(Heavy Hen) : 약 1.5년생된 고기살이 많고 알을 낳는 브로일러 암탉으로 2~2.72kg 이 나간다. 보통 찜용 또는 구이용 (베이킹용) 암탉으로 판매된다.

록코니쉬(Rock Cornish) : 특별히 작게 사육된 닭고기로 0.6kg 또는 그 이하이며 반쪽 또는 통으로 해서 1인분으로 보통 구워서 쓴다.

닭고기의 판매형태

미국의 상점에는 여러가지 많은 형태의 닭고기가 나와 있으며 통닭으로부터 특별히 뼈를 발라낸 가슴고기에 이르기까지 모든 형태의 닭고기가 나와 있다. 그래서 형태를 소비자의 맛과 요리에 맞출 수 있으며, 다음과 같이 여러 종류의 형태가 있다.

통닭(Wholechicken) : 엄통, 간, 똥집이 보통 속에 포장되어 있다. 통닭에 대한 요리후식용 수율은 구매시 중량의 약 50%이며 큰닭일수록 뼈에 대한 고기비율이 높다. 1인분으로 0.23~0.34kg이며 사라다, 냄비요리, 또는 크림요리를 만들기 위한 구이(로스팅)용 또는 찜용으로 쓴다.

반쪽(Halves) : 가운데를 가른 통닭. 구이용 (베이킹용, 브로일러용) 또는 바베큐용 1인분에 반쪽 사용.

1/4쪽(Quarters) : 1/4로 된 날개달린 가슴쪽 두

개와 두개의 다리(아랫다리와 넓적다리 포함), 구이용, 바베큐용, 후라이팬용, 또는 오븐용으로 1인분에 1/4 쪽을 사용.

조각고기(Pieces) : 8개 또는 9개로 아랫다리, 넓적다리, 가슴반쪽 그리고 날개 잘린 것. 등고기는 별개로 가슴고기 또는 넓적다리에 붙든지 한다. 1인분은 가슴고기 반쪽, 넓적다리와 아랫다리 또는 더 작은 조각의 조합이며 튀김용 닭으로 판매된다.

닭고기 부위

대부분의 소비자는 특별한 부위를 좋아하거나 연한색 또는 진한색 고기를 좋아하기 때문에 부위별로 산다. 가슴고기는 가장 고기가 많은 부위이기 때문에 더 값이 나가고 다음이 넓적다리, 아랫다리, 날개의 순으로 된다. 이들 부위의 가격을 비교하려면 그 가격을 인원으로 나누면 된다. 다음에 시장에서 구입할 수 있는 부위가 있다.

가슴고기(Breasts) : 가슴고기 전체는 340~425g이 되며 닭의 고기가 가장 많은 부위이며 담백한 고기이다. 가슴고기는 종종 쪼개서 판매되며 반쪽이 1인분이다.

뼈바른 가슴고기(Boned Breasts) : 켈트렛트(cutlets)라고 하며 100% 다 먹을 수 있는 담백한 고기로 139g(1/4 파운드) 또는 가슴고기 반쪽이 1인분이 된다. (뼈바른 가슴고기는 껍질이 있거나 또는 없다; 켈트렛트는 보통 껍질없이 판매된다)

넓적다리(Thighs) : 진한색의 고기가 많은 부위로서 한개당 약 113g이 되며 두개는 충분히 1인분이 된다.

아랫다리(Drumsticks) : 진한색 고기로 113g~142g이며 두개가 1인분이 된다.

날개(Wings) : 날개 하나는 대략 56.7g이며 담백한 고기이다. 날개 3개가 1인분이 된다.

내장(Giblets) : 풍집, 간, 염통 등은 뼈가 없어서 100% 먹을 수 있다. 113g(1/4 파운드)이 1인분이 된다.

닭고기를 위한 T. L. C.

시장에서 입수되는 닭고기는 가장 엄격한 검사에 합격된 것이다. 모든 닭고기는 정부자치기관에서 검사되거나 또는 정부기관과 동등한 기준에 의해서 검사된다. 각 닭고기는 하나하나 모든 내장을 포함해서 전체적으로 검사된다.

도계장과 그 시설은 매일아침 작업이 시작되기 전에 위생을 위하여 철저히 검사된다. 검사 표시인을 라벨, 포장속, 날개에 달린 꼬리, 또는 내장포장지에 찍기도 한다. 그러나 신선한 닭고기는 때때로 큰 상자에 담아서 소매점에 출하되는데, 이때 그 상자에는 검사인이 찍히지만 각 닭고기에는 검사인이 안 찍힐 때도 있다.

시장출하용 닭고기 도계방법

도계장에서는 최선의 신선도와 맛을 가진 닭고기를 출하하도록 주의를 한다. 도계되는 브로일러후라이어의 90%는 도계되어 신선한 채로 얼음포장, 탄산가스포장 또는 급냉되어 출하판매된다. 이들 용어를 소매자를 위하여 설명한다.

얼음포장닭고기(Ice Pack) : 도계해서 내장을 빼내고 정부기관에서 검사를 하고 찬물에 담갔다가 신선한 채로 용기에 깨얼음을 채워서 포장한다. 탄산가스포장은 얼음포장과 원칙적으로 같으나 이 작업에서는 냉각제로서 탄산가스(드라이아이스)가 사용된다.

급냉 또는 크리스탈 포장(Deep Chill, Chill Pack, or Crystal Pack) : 닭고기를 -2~0°C로 냉동은 시키지 않고 급속히 냉각시킨다. 닭고기는 보통

이 단계에서 포장지에 얼음없이 포장된 채로 냉동트럭으로 출하된다. 이 처리방법은 약간의 크리스탈(살얼음?) 형성을 초래할 수도 있다. 이 고기는 판매원이 표면을 손으로 누르면 들어갈 수 있도록 충분히 연해야 한다.

냉동(Frozen) : 닭고기는 도계장에서 급냉동되어 출하되고 냉동된 채로 판매된다. 냉동닭고기는 통닭, 쪄낸 닭, 그리고 미리요리된 닭 등 여러가지 형태가 있다.

신선하고 완전하게 요리된 것(Fresh, Fully-Cooked) : 상점 또는 식당, 슈퍼에서 닭고기를 튀기거나 굽거나 또는 바베큐한 것이다.

시장에서 소비자가 사려는 닭고기가 어느 방법으로 처리되었는지 알려면 식품점 주인에게 물어보면 된다. 어느 경우든지 요리해서 먹을 수 있는 수월에 있어서는 거의 차이가 없다.

때때로 닭고기포장에는 '즉석요리가능'이라는 표가 붙어있다. 이 뜻은 닭고기가 도계되고 내장이 빠지고 정부기관에서 검사하고 찬물에 담그어 소비자가 포장에서 꺼내자마자 요리할 수 있다는 것이다

어디서 닭고기를 자르나

점점 많은 수가 도계장에서 잘려서 포장되지만 대부분의 닭고기는 소매점에서 잘려서 포장된다. 거의 급냉된 닭고기는 도계장에서 포장된다. 드문 경우지만 잘린 닭고기포장에는 어떤 부분이 빠지는 수가 있다. 그러나 가격은 포장 무게에 따라서 정해지므로 빠진 부분에 대해서는 소비자부담이 안된다.

소매점 판매방법

소비자는 닭고기가 소매점에서 얼마동안 안전한가 질문할 것이다. 이에 대한 대답은 닭고기

는 보통 도계장에서 받은 후 7일간 좋은 품질을 유지한다는 것이다. 이 기간 후에도 닭고기는 보관온도에서 급속하게 부패하지 않기 때문에 안전하다.

어떤 지방에서는 닭고기에 날자가 찍혀 있고 어떤 지방은 날자를 찍는 방향으로 추진하고 있다. 소비자는 닭고기 포장에서 '날자를 찍어서 판매합니다'라는 말을 볼 수 있다.

사실 모든 경우에 있어서 2~3일 이내에 도계장에서 식품점으로 운반된다.

품질식별법

모든 닭고기를 등급화 하지는 않지만 소매점에 있는 닭고기의 대부분은 A등급이다. 등급분류는 도계장 자의에 의해서 정부감독하에 자격을 소지한 등급분류자에 의해서 행해진다.

어떤 포장에 있는 미국농무성검사표와 A등급표는 최상급닭고기의 보증이 된다. 고급닭고기의 표시는 살이 많고 상처가 없고 변색 안된 깨끗한 껍질을 나타내는 살찐 닭이다.

닭고기 색에 대한 소비자의 기호도는 사용하는 사료에 따라서 흰색으로부터 진한 황색에 이르기까지 지방에 따라서 다양하다. 껍질색은 영양가, 맛, 연하고 질긴 것 또는 지방함유량 등에 대한 기준치가 못된다. 모든 닭고기는 색이 밝아야 하고 회색 또는 오래된 색을 띠어서는 안된다.

닭의 각 부위가 모양이 좋아야 하고 살이 많아야 한다. 내장의 색도 또한 다양하나 이것이 품질의 표시는 아니다.

소비자는 종종 닭고기포장속에 약간의 습기를 볼 수 있을 것이다. 좋은 도계과정에서는 닭고기는 미생물학적 처리시 급속체열제거를 위해 물에서 냉각된다. 이 방법은 닭고기에 여분의 물이 없도록 정부기관의 엄격한 검사하에 행해진다. 물기가 스며나온 것은 닭고기에서 스며

나온 자연육즙과 약간 흡수된 수분의 혼합물일 수 있다. 보통 계군과정에서는 약간의 중량차이를 허용하며 소비자는 닭고기자체의 무게에 대해서만 지불한다.

포장된 닭을 구매시 개봉을 하면 냄새가 나는데 걱정할 필요가 없다. 이것은 산화에 의한 것이고 보통으로 생각하면 된다. 그러나 개봉후 2~3분후까지도 냄새가 풍기면 닭고기는 점포에 반환되어야 한다.

닭고기는 영양적으로 대단히 가치가 있다. 닭고기는 파운드당으로 가장 싼 식용단백질을 공급한다. 영양학자는 소비자에게 닭고기는 다른 육류가 능가할 수 없는 단백질성분을 함유하고 있다는 것을 확신시켜 준다. 닭고기는 단백질을 형성하는 필수아미노산과 화학요소를 함유하고 있기 때문에 고급단백질이다.

동물단백질의 아미노산구성은 인체섬유질구성과 유사하며, 이들 아미노산은 인체가 요구하는 바와같은 비율로 공급되기 때문에 동물성단백질은 높은 영양가치가 있다. 뼈없는 85g의 구운 닭고기는 소고기가 단백질을 20.6g 공급하는데 비하여 23.4g을 공급한다.

풍부한 영양

LP가스시대 도래

**내린 가스값으로 고통스런 육추에서 해방되어
편하고 효율적인 육추를...**

과학축산시스템
서울·성동구 능동 246-10
☎ 445-0212, 1886

적외선 가스육추기는 태양열처럼 아래로 내려쬐인다. 병아리와 바닥이 잘 보온되며, 육추상태를 쉽게 관찰할 수 있고 노동력을 80% 이상 절약한다.