

환 제3차 돼지고기 1998. 5. 25 주최: 대한양돈협회 주관:

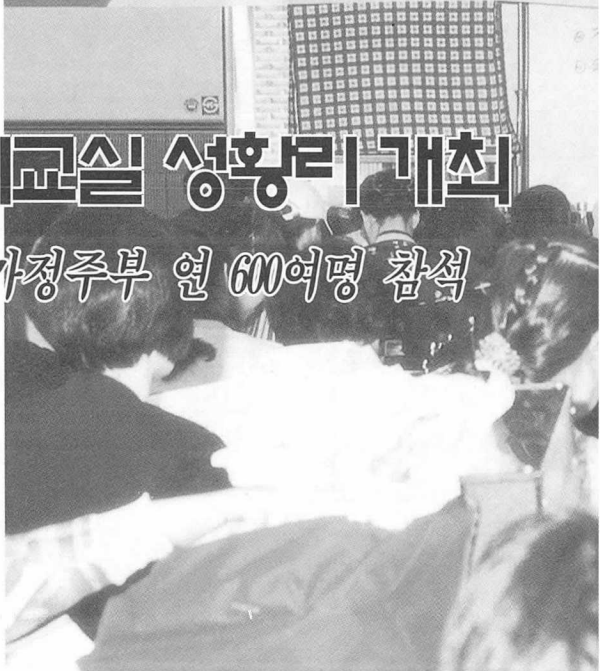
# 제3차 돼지고기 요리교실 성황리 개최

## -본회 주최, 영양사·조리사·가정주부 연 600여명 참석

본회가 주최한 제3차 돼지고기 요리교실이 지난 5월 25일부터 29일까지 한국조리직업전문학교에서 성황리 개최되었다.

최근 IMF한파로 인해 국내의 축산물 소비가 상당히 위축되고 있다. 이에 본회를 비롯한 생산자단체들은 축산물 소비촉진대회 등 축산물 소비를 확대하기 위해 나름대로 안간힘을 쏟고 있는 실정이다.

본회는 돼지고기의 소비를 촉진하기 위하여 지난 5월중 돼지고기 소비촉진 홍보물을 제작하



여 전국 돼지고기 직판장, 요식업소, 정육점 등을 통해 소비자에게 배부한 바 있으며, 지난 5월 16에는 관악산 입구에서 최상백 회장 등 본회 전직원이 참가한 가운데 등산객들에게 돼지고기 소비홍보용 요리책자, 전단, 팜플렛을 배부하기도 하였다. 또한 26일에는 수도권 축산대학생들과 함께 축산물 소비촉진 가두 홍보 캠페인을 전개하였으며, 축산물 소비촉진 결의대회 주관, 돼지고기 소비홍보용 애드벌룬 제작·전시, 일선조리사·영양사·음식점 경영자 조리교육 지원, 축산물 소비촉진 어린이 글짓기대회 주최 및 시상, 제3차 돼지고기 요리교실 개최 등 각종 행사를 통해 돼지고기 소비가 촉진될 수 있도록 노력하였다.



▲요리 강사가 돼지고기 조리실습에 앞서 돼지고기를 더욱 맛있게 요리할 수 있는 비결을 설명하고 있다.

그 중 96년 10월에 1차로 시작



되어 97년 4월 2차, 그리고 올해 5월 3차로 개최된 돼지고기 요리교실(본회 주최, 한국식생활개발연구회 주관)은 매회마다 조리사, 영양사, 식품업관계자, 가정주부, 일반여성 등이 골고루 참여하여 이 행사에 대한 높은 관심을 보여주었다.

### 영양학적으로 우수한 돼지고기

돼지고기는 타 식품에 비해 값이 싸면서도 우리 몸에 필요한 필수아미노산과 필수지방산이 듬뿍 들어있을 뿐만 아니라 각기병을 예방해 주는데 효과가 큰 비타민 B1이 타 육류에 비해 거의 10배이상 들어 있는 것으로 알려졌다.

또한 전세계에서 수명이 가장 긴 장수촌인 오키나와 지방 주민

들은 일본 국민들보다 평균 10배나 더 많은 돼지고기를 섭취하고 있는 것으로 나타나 돼지고기가 장수식품이라는 것을 입증하고 있다.

그리고 한국식품개발연구원이 지난 96년 3월에 발표한 연구결과에 따르면, 돼지고기가 중금속의 일종인 카드뮴을 해독해 주는 것으로 나타나 옛날부터 속설로만 전해져 내려오던 돼지고기의 중금속 해독효과가 과학적으로 입증되어 과거 광산촌이나 먼지가 많이 나는 공장에서 일하던 우리 조상들이 돼지고기를 많이 먹은 것이 얼마나 현명한 일이었는가를 잘 알 수 있다.

동의보감에 보면, 돼지고기는 성장기의 어린이나 노인들의 허약을 예방해 주고, 음기를 보해주는 데 좋은 약이 된다고 기술돼 있다. 한마디로 돼지고기는 스테미나식인 것이다.

### 돼지고기소비를 확대하기 위해 개최된 제3차 돼지고기 요리교실

본회가 주최하고 한국식생활개발연구회(회장 : 왕준련)가 주관한 제3차 돼지고기 요리교실은 지난 5월 25일부터 29일까지 5일동안 하루 3



▲이번 3차 돼지고기 요리교실에는 120여명의 강습생들이 참여했다. 이 중에는 남자 강습생들도 많이 참여하여 열기를 더했다.



◀그날 배운 요리는 바로 실습하여 조리과정을 습득하는데 한결 수월하게 진행되었다.



◀상당히 열정적으로 실습을 하고 있는 강습생들.

기요리 과정을 익힐 수 있도록 현장감 넘치는 교육이 되었다.

한편 본회 최상백 회장은 첫날 인사말을 통해 “이번 교육은 본회가 소비자들에게 다양한 돼지고기 요리를 개발·보급하고, 이를 통해 국민보건 증진에 이바지하기 위하여 마련한 것”이라고 밝히고, “아무쪼록 이번 돼지고기 요리교실을 통하여 새로운 요리방법을 많이 습득하셔서, 가족의 건강을 위해 맛있는 돼지고기 요리식단을 자주 마련해 줄 것”을 당부했다.

한국식생활개발 연구회 안승춘 부원장과 김경분 훈련교사의 강의와 시범으로 진행된 이번 행사에서는 총 15 종류의 돼지고기 요리

시간씩 서울시 영등포구 신길1동 소재 한국조리 직업전문학교 강의실에서 급식관련 조리사, 영양사, 음식업 관계자, 일반 가정주부 등을 대상으로 교육과 실습 위주로 진행되었다.

이번 돼지고기 요리교실에는 120여명의 교육생이 참석하여 돼지고기의 영양학적, 한의학적 우수성에 대한 강의와 돼지고기를 이용한 요리강습을 받았다.

강습이 끝난 후에는 교육생들이 직접 배운 요리를 실습하고 시식도 함으로써 확실하게 돼지고

와 돼지고기 조리시 더욱 맛나게 하는 비결 및 주의할 사항도 함께 설명해 주어 강습생들에게는 아주 유익한 시간이 되었다.

특히 이들중 5명 이상의 남자 강습생들도 참가하여 진지하게 강의를 듣고 실습하는 등 여자 강습생 못지 않은 관심을 나타내었다.

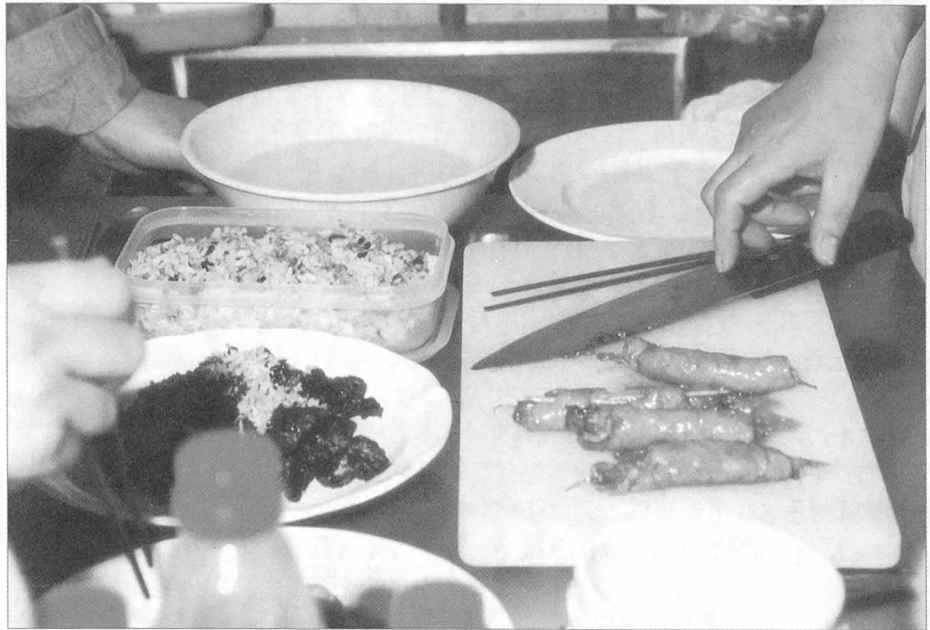
이번 요리교실에서 선보인 총 15종류의 돼지고기 요리로는 첫날에는 돼지고기 인삼즙 냉채, 돼지고기 깨장 셀러드, 돼지고기 초무침, 둘째 날에는 돼지고기 감자탕, 돼지고기 인삼편육, 돼지

고기 카레스튜, 셋째 날에는 돼지고기 채소말이조림, 돼지고기 장조림, 돼지고기 짜장강정, 넷째날에는 라조편육, 돼지고기 두반장볶음, 중국식 돼지고기 조림, 마지막으로 다섯째 날에는 돼지고기 맥주소스찜, 돼지고기 샐브샐브, 돼지고기 스윗탕수를 강습했다.

돼지고기 요리강습은 본회작 제작하여 보급한 「가정용 국산 돼지고기 요리 50」책자를 교재로 사용하였으며, 요리 시범 후 각 조별로 나누어 그날 배운 요리를 직접 실습함으로써 확실하게 돼지고기 요리의 과정을 습득할 수 있었다. 또한 120여명의 수강생들은 모든 과정을 수료하고 나서 본회와 한국색생활개발연구회에서 발부한 제3차 돼지고기 요리교실 수료증을 수여 받았다.

### 돼지고기 소비의 확대와 양돈농가들의 소득증대를 기하기 위한 돼지고기 요리교실

본회는 돼지고기 요리교실을 통해서 돼지고기 수입개방시대를 맞아 조리사와 영양사, 음식점 관계자, 급식관련 종사자, 가정주부 등에게 국산 돼지고기의 영양학적 우수성을 널리 홍보하고, 돼지고기의 다양한 조리법을 교육함으로써 국산 돼지고기의 소비를 확대하고 이를 통해 양돈농가



▲어느 조는 도시락까지 싸와 직접 만든 돼지고기 요리를 시식하고 있다. 사진의 요리는 돼지고기 짜장강정(좌측), 돼지고기 채소말이 조림(우측)

들의 소득증대를 기하기 위한 것이다.

특히 본회는 돼지고기 요리교실을 통해 주부들에게 가정에서 손쉽게 할 수 있는 돼지고기요리의 보급, 조리사·영양사 등 단체급식 종사자들에게도 돼지고기 요리에 관한 교육을 집중 실시해 돼지고기 소비의 저변확대를 유도, 돼지고기의 영양학적 우수성을 교육하고 다양한 돼지고기 조리방법을 직접 실습케 함으로써 교육효과 극대화, 식생활개발 관련단체에 교육을 주관케 함으로써 일반 소비자들에게도 돼지고기 조리방법을 확대 보급, 수출후 남은 잔여육(전후지 중심)을 활용한 요리방법 개발·보급을 그 기본 목적으로 하고 있다.

앞으로도 돼지고기 요리교실을 통해 우수한 돼지고기의 다양한 조리방법을 소비자에게 알림으로 영양만점인 국산 돼지고기가 전국의 소비자들에게 사랑받고 아주 친근하게 다가갈 수 있을 것으로 보여진다. <취재 : 이병석> **養豚**