

향신료와 식품산업

노 완 섭

동국대학교 식품공학과 교수

사람이 음식을 섭취하는 목적은 生存과 健康 그리고 사람이 음식을 섭취하는 목적은 生存과 健康 그리고 活動을 위해서 이다. 그러나, 음식을 섭취하는 것이 營養만을 위한 것은 아니다. 여러 가지 음식을 여러 가지 形態로 식사를 통하여 즐긴다는 것은 음식을 맛있게 먹는다는 것이며, 맛있게 먹기 위해서는 맛과 향이 調和를 이룰 뿐만 아니라 음식이 맛있게 보이기 위해서는 시각적으로도 아름답게 보여야 한다.

따라서, 식품 재료를 신선한 상태로 이용하거나 調理와 加工을 통하여 음식물로 만드는 것도 음식을 보다 더 常味하기 위한 것이다.

食品을 조리할 때 소금, 간장, 식초, 설탕, 조미료 등 여러 가지 香辛料를 다양한 형태로 사용함으로써 食欲과 嗜好를 증진시키게 되는 것이다.

文化의 진전에 따라 食生活이 더욱 다양해지고, 발전함에 따라 香辛料의 種類와 形態도 더욱 다채로워지고 있다. 향신료의 수요증가와 변화욕구에 따라 人工 즉, 합성적인 製造品인 合成香料의 출현을 보기에 이르렀다. 그러나, 향신료의 경우 대부분이 아직도 自然品(粉末, 抽出物, 精油 등)이 대부분이며, 상당한 종류가 香辛野菜로서 상용되고 있다.

따라서 本 발표에서는 우리나라 식품산업에서 옛부터 전통적으로 사용하였고, 현재에도 널리 사용하고 있는 香辛料에 대하여 食品産業的 利用狀況과 앞으로 나아갈 방향에 대하여 살펴보고자 한다.

I. 香辛料의 정의

香辛料(spices)는 식품에 香味를 부여하기 위해 첨가되는 식품재료로 넓게는 식품첨가물로, 좁게는 식

품재료 또는 식품으로 취급하고 있다.

보통 향신료라고 하면 식물의 열매·종자·잎·줄기·뿌리 등으로 음식물에 독특한 맛이나 향기를 주어 음식에 風味를 주는 것¹⁾ 이라고 정의할 수 있다. 따라서, 소량을 식품에 첨가함으로써 香味를 發顯시키는 食品添加物의 一類이라고 할 수 있다.

香辛料의 본래 의미는 매운 맛을 가진 재료로 생각할 수 있으나 매운맛 이외 각종 향미를 나타내는 재료를 의미한다. FDA에서 규정한 향신료의 정의는 “식품조미료로 사용되는 건조된 방향성 야채류로 규정하고 향신료 명칭은 원료로부터 불여져야 하며, 추출한 일부 휘발성 성분이나 향기성분으로부터 이름을 불여서는 안된다(dried aromatic vegetable substances used for the seasoning of food, They are true to name, and from them no portion of any volatile oil or other flavoring principle has been extracted)”라고 규정하고 있다.

그러나, 향신료의 종류를 살펴보면 이렇게 간단하게 정의하기 어렵다. 우선 調味料 또는 양념과의 관계인데, 양념이라 하면 음식의 맛을 돕기 위하여 조금씩 넣는 물질을 통틀어 일컬으며, 소금, 간장, 기름, 꿀, 설탕, 파, 마늘, 고추, 후춧가루 등과 같은 것이다. 양념은 생강, 마늘 등과 같은 것을 다지거나 썰은 것 또는 가루로 한 것이 원뜻이라고 할 수 있다.

또한 향신료의 내용도 문제가 된다. 즉, 향신료에는 매운 맛이 위주가 된 것, 香味가 목적인 것, 그리고 향미와 매운 맛을 겸한 것으로 나누는 등 여러 가지가 있어서 식품에 기여하는 양상이 각기 다르게 되어 있다. 특히, 향미가 주로 간직되어 있는 것들은

오히려 食品香料라고 묶는 것이 편리하여 이들은 精油나 結晶으로 추출 또는 분리하여 쓰는 수가 많기 때문이다. 또한 食品産業이 발전함에 따라 天然香辛料를 원료 그대로 쓰는 경우와 가공하는 경우가 있다.

그러므로 본 발표에서는 앞에서 말한 바와 같이 天然香辛料로서 마늘, 파, 생강, 양파, 후추에 대하여 食品産業的 利用狀況과 앞으로 나아갈 방향에 대하여 살펴보고자 한다.

II. 天然香辛料

천연향신료는 식물체 그대로, 혹은 이들의 건조물이나 그 분말로서 후추, 고추, 겨자, 마늘 등이 있다. 신선한 상태로 사용하는 것은 일반요리에서 흔히 볼 수 있다. 건조품은 산초와 같이 원형 그대로 건조시킨 경우도 있지만 대개는 입자가 굵은 粗粒品이나 미세한 분말로 가공한다. 천연 분말향신료는 품종, 산지, 기후, 재배조건, 수확시기 등의 여건에 의해서 향미 특성에 많은 차이를 보인다.

1. 마늘

마늘은 백합과(Liliaceae) 다년생초로서 학명은 *Allium sativum* for *pekinense* Makino (*Allium scorodoprassum* L.)이다. 마늘은 난지형과 한지형이 있으며 보통재배기간은 난지형이 8월 하순에서 6월 하순, 한지형이 10월 중순에서 7월 상순이며 잎마늘, 조숙, 꽃마늘 재배는 난지형에서 이루어지고 봄파종은 한지형에서 이루어진다.

한국인의 평균 마늘 소비량은 1980년 이후에 1일 평균 10g 정도이며 연도간 생산량의 차이가 크며, 최근 들어 값싼 중국산 마늘이 국내 시장에 유입되면서 국내 생산량에 크게 영향을 줄 전망이다³⁾. 우리나라 주요 산지별로는 1996년에 신안이 가장 높은 점유율을 보였으며 무안, 고흥, 남해, 창녕, 합천, 하동, 통영 순으로 나타났다(표 1).

마늘은 절임용과 건조가공품으로 일부 소비되고 90% 이상이 신선한 마늘 향신료로 사용되고 있다. 마늘을 가공하여 paste, 분말 또는 과립형으로 제조하여 사용하고 있으며 이러한 제품은 이용의 방법과 식문화 수준이 향상됨에 따라 마늘 가공품도 고급화, 다양화되는 추세이다. 또한 slice, minced, chopped, flake 등이 있으며, 각각 입자나 형태를 변화시켜 가공품에 사용하기도 한다. 조미향신료로는 마늘분말과 정제식염을 혼합한 garlic salt가 있으며, garlic oil은 식품 외에 의약품, 방부제, 구충제, 방충제 등의 배합 원료로서 이용하고 있다.

2. 파

파는 중국의 서부 원산으로 동양의 온대지방에 걸쳐 발달한 채소이며, 유럽이나 열대지방에는 그리 보급되어 있지 않다. 중국에서는 유사 이전부터 파를 재배한 듯하며, 우리나라 문헌에도 마늘, 염교 등과 함께 나타나는 것으로 보아 그 역사가 오래된 것을 알 수 있다. 문헌에 의하면 중국에는 이미 3천년 전에 파를 재배하였으며, 우리나라는 삼국시대 이전부터 재배한 기록이 있다. 파는 Liliaceae과의 여러해살이 풀로 학명은 *Allium fistulosum* L.이다.

표 1. 향신료로서 마늘 가공품의 형태 및 이용

제 품	형 태	이 용
Garlic oil	액상 또는 dispersed on a dry carrier	건조혼합물의 강한 flavoring agent 액상양념혼합물(바람직하지 못한 금속성의 이취 생성)
건조 마늘	분말, 과립, flake	분말 - 건조혼합물, 양념혼합물, 마늘이 있는 액상제품 과립 - 분말형태가 갖는 혼화성의 문제가 없기 때문에 액상 제품에 바람직하다 조각, slice - 향이 천천히 빠져 나가므로 pickle에 사용
마늘즙	액상 으깬, 다즙	국, 햄버거, 마요네즈, 드레싱 등 소스나 양념 - 용기를 개봉 후에는 냉장고에 보관함

국내 파 생산량은 1896년에 61만 2천톤이었던 것이 1988년에 54만톤, 1991년에 53만 4천톤, 1998년에 50만 4백톤으로 점차 생산량이 감소하는 추세이며, 주요 생산국은 중국, 인도, 미국, 터키, 일본 등이다. 국내 주요 도별 생산량은 1998년 기준으로 전남, 경기, 충남, 경북, 전북 순으로 나타났다.

파의 성분은 품종에 따라 또는 부위에 따라 차이가 많으나 수분의 함량은 대체로 90~93%이며, 단백질이 1.4~1.8%, 지질이 0.3~0.5%, 당질이 4.0~5.5%, 섬유소가 1.5% 내외이다.

파는 흰부분이 많은 근심파와 주로 잎으로 된 잎파로 크게 구분된다. 이중 영양성분이 많은 쪽은 잎파로 흰 뿌리에는 없는 비타민 A가 있으며, 비타민 C, Ca, K 등이 비교적 많이 함유되어 있다. 일반적으로 잎파는 여름에, 근심파는 겨울에 생산된다.

파의 유효성분인 알리신은 휘발성이므로 물에 담그거나 오래 가열하면 그 효과가 없어진다. 그러나 끓여 먹는 요리나 국에는 없어서는 안될 재료이므로 먹기 직전에 살짝 가열하는 정도로 조리하면 향기도 강하고 알리신의 효과도 소실되지 않는다. 생으로 먹을 때는 전갱이나 정어리와 함께 다지면 생선의 비타민 B₁을 효율적으로 섭취할 수 있다. 우리 국민은 채소 중에서 파를 즐겨 먹어 여름에 식욕이 없을 때 국수나 소면에 잘게 썬 파를 듬뿍 가하면 식욕도 좋아지고 양념의 위력을 발휘한다. 파를 이용한 파요리는 파전, 파강회, 파김치, 파나물, 파누름적으로 조리하여 섭취하고 있다.

3. 양 파

양파는 세계 어디서나 사용되고 1년 내내 먹는 채소로 서부아시아에서 시작하여 중동을 거쳐 지중해 연안으로 전파된 것으로 알려지고 있다. 양파는 백합과(Liliceae)에 속하며, 학명은 *Allium cepa* L이다.

유럽에서 4천년 전부터 재배되어 온 양파는 생산량은 계속 증가하고 있으며, 주요 생산국은 중국, 인도, 미국, 터키, 일본 등이다. 우리 나라에는 1890년 경에 도입되어 지금은 전국적으로 생산되며, 전남, 경북, 경남, 제주, 전북 순으로 많이 재배된다. 1998년 기준으로 전남 무안이 전국 1위이며, 창녕, 신안

등이고 경남은 창녕, 의령, 함양, 함천, 통영, 거제 등에서 주로 재배되고 있다.

양파의 약효의 중심은 황화 allyl이라는 성분이고, 양파 특유의 냄새가 나며, 눈물이 나는 성분의 원인이기도 하다. 양파의 조리과 가공에서도 이러한 황화 allyl 성분이 중요시 된다.

양파의 황화 allyl을 많이 얻기 위해서는 생으로 먹는 것이 가장 좋다. 물에 행구어 물기를 없앤 후 이용한다. 물에 너무 오래 담그면 감칠 맛이나 황화 allyl이 용해되어 나오므로 주의해야 한다.

우리 나라는 아직까지 생산량의 일부만 가공용으로 이용되고 나머지는 신선한 형태로 소비되어 양파의 가공산업은 미미한 실정이다. 가공형태 또한 라면의 수프용과 몇가지 스낵에 첨가되어 이용되는 건조형태의 가공이 대부분을 차지하고 있으며, 최근 음료, 식초 및 100% 양파스낵 등의 가공품이 출시되고 있다.

양파 가공품은 건조, 농축, 주스, 기름, 절임제품 등 외국에서는 다양하게 상품화되고 있으나 현재 국내에서 가공하여 상업적으로 이용되고 있는 것은 극소수에 불과하다. 그러나 상업적으로는 유통되지 않으나 가정단위에서 식품으로 가공하여 이용하고 있거나 이용할 수 있는 가공기술은 다양하게 개발되어 있다. 여기에서는 현재 국내에서 제품화된 가공품과 농가 단위에서 가공하여 자가 이용하거나 유통시킬 수 있는 가공품에 대하여 기술한다.

1) 양파음료

현재 국내에서 제조하여 시판하고 있는 양파음료의 제조방법은 일반적으로 양파를 60~100°C의 물이나 100~150°C의 수증기로 1~5분간 살균가열하여 고유한 향기나 특성을 제거하는데, 살균가열은 단시간에 한정하여 영양소 파괴를 극소화한다.

성분액을 원심탈수가압식으로 추출하여 각각의 현탁액 혹은 혼합 현탁액을 감미료, 산미료, 향료, 약초류와 혼합하여 제조한다. 이러한 음료는 제조 후 침전물질이 형성되므로 침전 생성을 억제하기 위하여 첨가물의 이용이 필요하다.

2) 양파식초

식초는 동서양을 막론하고 옛날부터 이용되어 온 발효식품으로 우리 식생활과 밀접한 관계를 가져왔으며, 최근 소득수준의 향상과 식생활의 변천 및 건강에 대한 관심의 고조로 양조 식초의 소비가 증가하고 있다. 이에 따라 양파식초도 국내에서 제조되어 인기리에 시판되고 있다. 양파식초 제조방법은 지금까지 이용하던 방법과 같이 천연의 당류를 이용하여 1차 알코올발효를 하거나 알코올을 첨가한 후 2차 초산발효한 후 식초를 만든다. 즉, 양파를 착즙하여 80°C에서 10분간 가열처리하고 발효균을 접종하여 알코올발효시킨 후 알코올농도를 4%, 산도를 2%로 조종한 후 30°C에서 초산발효시켜 만든다.

3) 양파 100% 스낵

양파를 일부 첨가하는 것이 아니고 양파 자체를 감압 유탕하여 스낵으로 만든 제품으로 국내에서 시판되고 있다. 제조방법은 양파의 외피를 제거하여 6등분으로 잘라 쪽을 분리한 후 소금 2% 정도 첨가된 끓는 물에서 5분간 데친 후, 즉시 흐르는 물에 냉각 세척하여 당이 함유된 액에 3시간 침적 후 영하 20°C 냉풍 하에서 5시간 이상 동결한 후 감압 유탕처리하여 만든다.

4) 건조 양파

양파 가공식품 중 가장 많이 이용되고 있는 것으로 라면이나 스낵 등과 같은 제품에 첨가하여 이용되고 있으며 건조품 자체가 별도 제품으로 시중에 유통되는 것은 없다. 외국에서는 분말제품, 간 제품, 분쇄한 제품, 슬라이스 제품, 썰어놓은 제품 등이 있으며, 이들 형태를 볶은 제품이 따로 있어 소비자들이 조미료 등으로 구입 이용하고 있다. 건조양파는 천일건조, 열풍건조, 진공건조, 동결건조 등 다양한 제조방법이 있다.

5) 양파소금

우리 나라에는 양파소금이 없지만 외국에서는 판매되고 있다. 양파소금이란 특별한 제품이 아니라, 백색 양파분말 25%와 일반 식탁용 소금 75%를 혼합한 제품이다. 가정에서도 만들 수 있고, 일반 소금보

다 사용량을 약간 증가시켜야 하며 여러 가지 조리법에 편리하게 이용할 수 있다.

6) 양파초절임 및 간장절임

초절임 및 간장절임은 그 동안 가정에서 만들어 식용하던 것으로, 양파(3kg) 껍질을 벗겨 큰 것은 반으로 자르고 작은 것은 통째로 항아리에 담으면서 소금을 뿌려 하루쯤 절인 다음 양파판 건져 물기를 뺀 후 항아리에 담고 위로 떠오르지 않도록 돌을 올려 놓는데 초절임의 경우 0.5kg, 간장절임은 0.3kg의 소금으로 절인다. 여기에 초절임은 물 0.5 l, 식초 0.5 l, 설탕 2컵의 비율로, 간장절임은 간장 0.5 l, 식초 0.5 l, 설탕 2컵의 비율로 섞어 끓여 뜨거울 때 항아리에 부은 후 1~2주 후에 조미액만 따라내어 끓여서 식힌 후 붓는다. 서늘한 장소에 두고 3~4주 후부터 먹는다.

7) 양파장아찌

양파장아찌는 오래전부터 가정에서 크기가 작은 양파를 사용해서 간장, 식초, 소금, 설탕 등을 조합, 제조해서 식용해 온 전통식품이라 할 수 있다. 양파장아찌를 만들 때 식초는 황색의 응집물이나 침전물 형성이 생기지 않도록 하는 작용을 하며, 저장성을 갖기 위해서 초산으로 산도를 낮추어 주도록 한다.

8) 기타 가공품

이상 열거한 가공품 외에도 최근에 개발한 양파 발효주를 비롯하여 가정에서 널리 이용하고 있는 김치나 범벅, 건조양파를 이용한 스프, 국수 등 다양한 가공품 제조에 대한 기술이 개발 실용화되고 있으며 공정화도 추진되고 있다.

4. 생 강

생강(새양, 薑)은 아시아의 고온다습한 곳에서 고대로부터 재배되어온 천연향신료이다.

Zingiberaceae과에 속하는 다년생초로서 그 학명은 *Zingiber officinale* Rosc.이다.

생강의 주요 생산국은 중국이며, 우리나라의 경우 생강의 수입은 대부분 중국으로부터 이루어지고 있

고 1997년에 5,935톤으로 1996년의 약 8배로 급증했다. 우리나라의 생산량은 1998년에 47,203톤이고 그 중 충청남도가 32,298톤으로 전체 생산량의 68%를 차지하고 있으며 최대 주산지인 서산, 완주 등 주로 해안가이다. 현재 우리나라의 생강 생산량은 47,203톤이고 재배면적은 1995년 이후 1997년에는 감소하였으나 1998년에 다시 증가하는 경향을 보이고 있다. 소비용도별 구성비는 양념용이 73%, 종자용이 16%, 가공조미용이 7%, 약재용이 4%이다.

우리 나라에서는 생강을 다져서 양념으로 사용하며 생강을 주로 한 식품에는 생강정과, 생강수정과, 생강차, 생강편, 생강 장아찌, 생강초, 생강엿, 수정과 등이 있다. 생강은 생으로 채소, 피클, 수프 등에 첨가하며 커피나 과자류와 음료를 만드는데 첨가하고 브랜디, 포도주 및 주류에도 넣으며 케이크에 첨가하기도 한다.

1) 냄새 제거

우리 나라에서는 김치의 양념으로 가장 많이 사용되며, 생선이나 육류를 조리할 때 냄새를 제거하기 위하여 첨가하기도 한다.

2) 음료, 비스킷, 케이크, 쿠키, 생선, 생강빵, 생강 맥주, 생강와인, 푸딩, 소스

향신료혼합물 등에 사용되고 있으며 쿠키에 사용할 때 생강이 향산화작용이 있는 것으로 알려지고 있다⁴⁾.

3) 유럽에서는 생강을 단맛이 많은 요리에 사용하는 경향이 있어 빵, 비스킷, 초콜릿 등에 자주 이용되고 있다.

4) 연육효과

생생강에는 효소가 함유되어 있으므로 생강을 넣은 고기는 조직이 연해진다.

생강의 가공에 대한 연구 개발은 미진한 상태이며, 가공품 또한 제한되어 있다.

- 생강 가공품

① 건강 : 근경을 찌거나 혹은 건조한 것

② 흑강 : 타도록 불에 구워 말린 것

③ 편강 : 생강을 썰어서 설탕에 넣었다가 80~90°C에서 말린 것으로 기침가래약, 기관지 천식과 메스꺼움, 위를 튼튼히 하는데 효과가 있다.

④ 절임생강 : 생강을 설탕시럽에 절이거나 건조 또는 분말생강에 설탕시럽이 스며들게 하고 설탕을 표면에 입힌다.

⑤ 생강페이스트 : 생강을 마쇄, 착즙, 가열 등의 처리방법으로 가공한 생강 paste는 신선미와 매운 맛을 그대로 유지할 수 있고 장기간 저장할 수 있는 방법이나 저장, 유통 중 비효소적 갈색화가 일어나 제품의 품질저하를 초래한다.

⑥ 생강분말품

⑦ 건조 생강 : 건조 전에 완전히 껍질을 제거한 것, 약 반 정도 껍질을 제거한 것, 껍질이 붙어 있는 것, 껍질째 slice한 것, 완전히 껍질을 제거한 후 아황산으로 표백한 것, 껍질이 붙은 것을 라임 코팅한 것 등이 있다.

⑧ 생강젤리 : 생강 추출액을 이용한 생강젤리를 제조하여 후식이나 간식으로 젤리의 조리법을 이용해 우리의 입맛에 맞는 새로운 식품으로 제품화할 수 있다.

5. 후 추

인류가 후추를 먹기 시작한 기간은 약 3천년이 넘는 것으로 알려져 있다. 후추는 후추과(Piperaceae)에 속하며 그 학명은 *Piper nigrum* L.이다. 후추는 높이가 5~9m에 달하며, 지름이 약 1.3cm의 회색줄기를 가지고 있는 만성의 나무로 줄기의 마디는 굵고 아래쪽은 많은 뿌리가 나와 있다. 후추에는 흑후추, 백후추, 녹후추가 있으며 흑후추는 청색의 미숙 열매를 수확, 건조하여 얻어지며 백후추는 성숙된 열매를 자루에 넣고 소금물이나 석회수 또는 흐르는 물에 7~10일간 담갔다가 꺼내어 햇볕에서 말린 다음 마찰시켜 과피를 제거하고 건조하여 만든다⁵⁾. 건조된 것을 분쇄한 것이 후춧가루이다.

후추의 용도를 살펴보면 다음과 같다.

① 냄새제거 : 생선이나 육류 조리시 비린 냄새 제거에 분말후추가 좋으며, 후추 특유의 풍미를 가미

하기 위하여는 거칠게 뺀 후추가 적당하다. 냉동건조시킨 녹색후추는 그 맛이 부드러워 수프 등에 첨가하거나 그대로 먹을 때도 편리하다.

② 식품가공시 첨가(방부작용) : 햄이나 소시지 등의 육가공품에 부원료로 첨가하며 훈제육 등의 표면에 바르는 소스에 사용되기도 한다. 그 외에 카레, 수프, 샐러드 드레싱, 피클 등의 가공식품과 술이나 청량음료수 등에 일부 사용된다.

③ 후추가공품 : 사용목적에 따른 후추의 형태는 일반적으로 원형, 4등분, 6등분, 거칠게간 것, 분말, 고운 분말의 제품 형태가 있다. 후추는 분말입자가 가늘수록 풍미는 바로 나타나지만 풍미의 지속성이 적다. 후추기름은 후추 특유의 방향을 가지고 있으나 이용범위는 넓지만 특유의 자극적인 매운 맛이 없다.

후추는 세계 각국에서 많은 요리에 이용되는 향신료이다. 후추의 자극성 향미는 외피에 많이 함유되어 있어 외피가 있는 흑후추는 백후추보다 향미감이 약 4배정도 강하다. 자극성 매운맛도 향미성분과의 상승 효과에 의해 보다 강하게 느껴진다.

① 고기, 수프, 생선, 피클 등에는 흑후추를 적당히 첨가하고, 강렬한 매운맛과 시원한 방향이 필요한 육류요리에는 거칠게 간 흑후추를 사용한다.

② 흑후추의 방향성을 내기 위해서는 조리의 마무리 단계에서 첨가하는 것이 좋지만 매운맛을 강조하는 목적에는 요리 중간에 넣는 것이 좋다. 또한 육류요리의 냄새제거 목적에는 요리 도중 흑후추를 넣는다.

③ 부드러운 방향과 매운맛을 가진 흰후추는 색이 흰음식, 즉 화이트소스, 화이트 스투, 메시 포테이트, 흰살생선요리, 크림 소스로 끓인 생선이나 고기요리, 그라탱 등에 사용한다.

④ 후추는 조리시 오래 가열하거나 태우면 본래의 맛을 잃게 되므로 조리의 마지막에 넣는 것이 좋으며, 분말상태에서는 향미가 약해지기 때문에 가능하면 통후추를 보관했다가 쓸때마다 갈아서 뿌리는 것이 좋다.

6. 부추

부추는 특유의 향기와 신선한 맛이 있고 영양가가

높아 각종 요리에 많이 이용하고 있어 최근 우리나라의 연간 생산량과 소비량이 증가하는 추세이다. 부추의 학명은 *Allium tuberosum* Rottler로서 중국과 인도가 그 원산지로 알려져 있다. 중국에 비해 우리나라는 그 이용이 아주 적은 편이며 우리나라에 전해진 경로는 아직 확실치 않다고 알려져 있다.

부추는 여러해살이풀이며, 지방에 따라 줄, 부초, 소풀, 정구지, 구채, 난총, 부채로도 불리고 있다. 부추는 산과 들에 많이 자생하고 있으나 대부분 채소로 재배하여 나물이나 만두속, 잡채, 오이소박이 등에 사용하고 있다⁶⁾. 부추의 종류는 잎모양에 따라 소엽과 대엽으로 나누고 소엽은 잎이 둥글고 가늘며 작은데 추위와 더위에 잘 견디는 특징이 있고 대엽은 잎이 납작하고 크며, 더위와 건조한 기후에 매우 약하다.

부추의 영양성분은 다른 파의 종류에 비하여 단백질, 지질, 당질, 회분, 그리고 비타민 A가 월등히 많다. 부추는 carotene, 비타민 B₂, 비타민 C, 칼슘, 철 등의 영양소를 많이 함유하고 있는 녹색채소이다. 부추에 들어있는 당질은 대부분 포도당과 과당으로 구성되어 있어 섭취한 후 흡수, 이용될 때까지의 시간이 짧기 때문에 피로회복에 매우 효과적이다. 최근 부추 성분에 관한 연구에 의하면 주로 allyl sulfide, pentose 및 allithamine만이 알려져 있을 뿐 다른 성분의 연구는 거의 없는 실정이다⁷⁾. 또한 부추의 산업적 가공에 대한 실례 또한 전무하며 이에 대한 연구도 부족하다.

부추에 대한 연구자료로는 부추 추출물이 유산발효에 미치는 영향에 관한 연구⁸⁾, 부추가 카드뮴 독성 흰쥐의 혈청 테스토스테론과 고환에 미치는 영향⁹⁾ 등이 있다.

부추를 기름에 볶으면 비타민 A의 효과를 증가시킬 수 있어 무침이나 국 등으로 조리하는 방법도 있지만 특히 돼지 고기와 함께 조리하면 좋다.

일반적인 조리에 이용되는 부추의 조리법을 예로 들면 다음과 같다.

① 부추죽 : 잎길이가 약간 짧고 부드럽고 녹색인 짙고 윤기가 있는 것이 약효가 많아 식용유로 볶아 아주 뜨거운 것에 마늘, 간장을 조금 넣어 먹으면 효

과적이다. 국건더기, 계란찜, 나물무침 등 여러 가지 조리법을 연구해 이용하도록 한다. 부추죽은 다시마, 가다랑이포를 우려낸 국물에 된장으로 맛을 내고 현미밥을 넣어 다시 약한 불에서 끓이고 부추를 넣고 뜨거울 때 먹어야 좋다. 몸이 따뜻해져 정장에도 좋으므로 몸이 약한 사람은 열심히 먹도록 한다.

㉔ 기타 : 부추맛살달걀볶음, 부추밀절병, 양장피잡채, 부추샐러드, 부추달걀말이튀김, 부추김치 등에 이용하고 있다.

Ⅲ. 문 헌

1. 한글학회 (1957) : 큰사전 4판, p.2049.
2. 이상인, 안덕균 (1990) : (韓方)家庭療法大全, 경희대학교 한의대 본초학교실편, 한국도서출판 중앙회.
3. 우리나라 음식 맛의 감초격인 마늘 (1993) : 식품과 위생 1993년 6월호.
4. 박권우 (1997) : 향신채의 재배 및 이용론, 고려대학교 출판부.
5. 이춘녕, 김우정 (1987) : 천연향신료와 식용색소, 향문사.
6. 심상용 (1990) : 약용식품백선, 보건신문사.
7. 노승배 (1985) : 부추엽의 배당체 성분에 관한 연구, 부산대학교 대학원 제약학과 석사논문.
8. 정성달 (1989) : 부추추출물이 유산발효에 미치는 영향에 관한 연구, 대구대학교 대학원 식품공학과 석사논문.
9. 안미령 (1997) : 부추(*Allium odorum* L.)가 카드미늄 독성 흰쥐의 혈청 테스토스테론과 고환에 미치는 영향, 동덕여대, 동독논총, 21, 333.