

### 돼지고기 수출부위 요리개발시 착안사항

# “소비자의 입맛을 충족시키는 균형있는 영양 요리로”

#### 1. 우리나라의 돼지고기 소비성향

돼지고기는 동서양을 막론하고 전 세계적으로 제일 많이 소비되는 육류이다.

식용을 위해 돼지를 가축으로 사육한 것은 기원전 7000년경 중동에 서부터라고 알려져 있다. 그러나 석기시대에도 야생돼지를 식용으로 이용한 증거가 발견되며, 돼지고기 요리가 발달한 중국에서는 2000년 전부터 돼지고기 요리를 즐긴 것으로 보고 있다.

보통 돼지 한 마리의 부위별 비중(무계기준, 뼈, 부산물 제외)은 등심, 안심이 17%, 삼겹살 17%, 목살 9%, 갈비 8%, 앞다리 16%, 뒷다리 26%, 기타잡육이 8% 정도이다. 그러나 우리 국민들의 실제 소비량은 삼겹살이 24%로 가장 많고, 등심·안심은 10%, 목살 10%, 갈비 8%, 앞다리 19%, 뒷다리 17%의 순이다.

선진국에서는 안심이나 등심이 고급부위로 인식되어 소비량도 훨씬 많은데 비해 우리나라는 구이 위주의 소비성향 때문에 소비패턴이 삼겹살에 편중되어 삼겹살, 앞다리, 목살은 수입하는 실정이다.

2000년 이후 우리나라의 양돈산업은 구제역과 돼지콜레라 발생으로 인해 수출이 중단된 이후 등심, 안심의 재고가 누적되고 돼지 사육두수는 증가되어, 국내 돈육수급의 불균형 및 가격 불안정으로 양돈농가 및 유통업계의 어려움이 가중되고 있다.

이러한 문제를 해결하기 위해 수출부위인 등심, 안심, 뒷다리살의 소



안 승 춘 회장  
한국식생활개발연구회

■ 수출부위 요리개발시 고려할 사항

- 가. 소비자의 취향과 선호도, 생활 패턴을 고려한 메뉴의 다변화와 간편한 조리법
- 나. 영양이 조화된 테이크아웃(take-out) 메뉴
- 다. 다양한 소스의 개발과 다양한 사이즈의 요리

비확대 방안을 다각도로 모색할 필요가 있다. 돼지고기 소비구조 변화를 위한 방안의 하나로써 다양한 요리개발 및 보급이 시급한 과제라고 할 수 있다.

2. 돼지고기 등심, 안심, 뒷다리살의 특성과 영양적 가치

요리개발을 위해서는 먼저 재료가 가지는 특성과 영양적

가치를 이해할 필요가 있다. 비만이 모든 성인병을 유발하는 심각한 현대병으로 인식되면서 일부에서는 무조건 육류 섭취를 기피하는 현상도 나타나고 있다. 육류 섭취시에 우려되는 것은 지나친 지방의 섭취라고 할 수 있다.

영양학자들은 다음과 같은 이유로 적당한 육류섭취를 권장하고 있다. 우리 몸에서 합성되지 않아 식품을 통해 섭취해야 하는 필수아미노산에

대부분 동물성 단백질이 충분히 들어 있는데, 채식위주의 식사만 할 경우 양질의 단백질, 비타민 B<sub>2</sub>, 비타민 B<sub>12</sub>, 비타민 D, 칼슘, 아연, 철분 등의 영양소가 부족하게 될 가능성이 있다. 특히 성장기의 어린이나 청소년, 임신했던, 수유기의 여성은 양질의 단백질인 동물성 단백질을 충분히 섭취해야 한다.

돼지고기에는 특히 동맥경화를 예방하고 억제하는 불포화지방산 및 비타민 B군, 양질의 단백질 등이 많아 탄수화물 대사는 물론 피로회복과 피부미용에도 유익한 식품이다.

돼지고기는 필수 영양소의 공급원일 뿐만 아니라 아연이나 철분 같은 광물질의 좋은 공급원이라고 할 수 있다.

특히 수출부위인 등심이나 안심 등은 삼겹살에 비해 단백질이나 비타민 B<sub>1</sub>의 함량은



▲ 우리나라는 구이 위주의 소비성향 때문에 소비패턴이 삼겹살에 편중되어 삼겹살, 앞다리, 목살은 수입하는 실정이다.



높은 반면, 성인병을 유발하는 콜레스테롤 함량은 오히려 낮을 뿐만 아니라 살이 연하고 담백하여 소화흡수가 잘 되는 특징을 갖고 있다. 따라서 우리 입맛에 맞는 요리를 개발한다면 소비자들에게 각광받을 이유가 충분히 있다고 생각된다.

### 3. 수출부위 요리개발 시 고려할 사항

안심, 등심, 뒷다리살의 실수요를 창출하고 소비를 늘리려면 전략적이고 지속적인 제품 및 요리개발이 급선무이

다. 이때 고려할 사항을 몇 가지 생각해 보고자 한다.

가. 소비자의 취향과 선호도, 생활 패턴을 고려한 메뉴의 다변화와 간편한 조리법

최근 소비자들의 최대 관심은 건강이라고 할 수 있으며, 입맛은 고급화되고 차별화되는 추세이다. 국제간의 활발한 교류로 인해 다양한 음식문화를 접하게 되어 색다른 맛에 대한 욕구도 강하다고 할 수 있다. 이러한 경향을 비추어 볼 때 소비자의 다양한 입맛을 충족시킬 수 있는 건강식을 개발하도록 해야 한다.

또한 핵가족화, 독신가정의 증가, 맞벌이 부부 및 노령인구의 증가 등을 고려하여 누구나 쉽고 간편하게 만들 수 있는 조리법을 개발하는 것도 돼지고기 소비를 증진시키는 요리개발의 포인트가 될 것이다.

생활패턴은 집에서의 식사보다는 외식 및 직장에서의 단체 급식, 학교 급식의 비중이 증가하는 것을 감안하여 돈가스나 탕수육, 햄버거 등으로 한정되어 있는 메뉴를 다변화하여 단시간에 대량으로 조리가 가능하고 맛과 영양면에서도 손색없는 요리를 중점적으로 개발할 필요가 있다.

나. 영양이 조화된 테이크아웃(take-out) 메뉴

최근 학생과 직장인을 중심으로 이동이 편리하고 먹기 쉬운 테이크아웃(take-out) 음식문화가 하나의 생활패턴으로 자리잡아 가고 있으며, 실제로 많은 테이크아웃(take-out) 음식점들이 성업중이다.

주식, 부식으로서의 메뉴뿐만 아니라, 간식용 메뉴도

소비자의 다양한 입맛을 충족시킬 수 있는 건강식을 개발하도록 해야 한다.

또한 핵가족화, 독신가정의증가, 맞벌이 부부 및 노령인구의 증가 등을 고려하여 누구나 쉽고 간편하게 만들 수 있는 조리법을 개발하는 것도 돼지고기 소비를 증진시키는 요리개발의 포인트가 될 것이다.

생활패턴은 집에서의 식사보다는 외식 및 직장에서의 단체 급식, 학교급식의 비중이 증가하는 것을 감안하여 돈가스나 탕수육, 햄버거 등으로 한정되어 있는 메뉴를 다변화하여 단시간에 대량으로 조리가 가능하고 맛과 영양면에서도 손색없는 요리를 중점적으로 개발할 필요가 있다.

개발할 필요가 있으며, 양적인 욕구도 충족시키면서 영양적으로 균형을 이룰 수 있도록 과일이나 채소가 함께 어우러진 메뉴를 개발하는 것도 돼지고기 소비를 확대시킬 수 있을 것으로 생각된다.

아울러 손에 들고 먹을 수 있는 다양한 형태의 음식들을 개발해야 한다.

다. 다양한 소스의 개발과 다양한 사이즈의 요리

같은 조리법의 요리라고 할지라도 어떤 소스를 곁들

이느냐에 따라 기호가 달라질 수 있다. 따라서 소비자의 입맛을 사로잡는 다양한 소스를 개발하고 한 접시의 요리 안에서 색다른 다양한 소스들을 즐길 수 있도록 하는 것도 소비확대의 한 방법이 될 것이다.

또한 충분한 양을 원할 때와 가볍게 요기하고 싶을 때에 먹을 수 있는 다양한 욕구를 충족시킬 수 있도록 볼륨 있고 큰 사이즈의 요리와 한 입 크기의 요리들을 개발하는 것도 고려해볼 일이다.

돼지고기 등심, 안심, 뒷다

리살은 현대인에게 꼭 필요한 충분한 영양적 가치와 다양한 조리가 가능한 이점을 갖고 있음에도 소비자의 인식부족으로 소비가 활성화되지 못한 아쉬움이 크다.

앞으로 수출부위의 영양적 가치에 대한 꾸준한 홍보와 교육을 통해 소비자의 인식을 바꾸고 누구나 손쉽게 조리할 수 있는 다양한 조리법을 개발·보급하고 외식산업의 메뉴 다변화를 모색한다면 국민의 영양증진은 물론 양돈산업의 안정과 발전을 기대할 수 있으리라고 생각한다. **양종**

문지 캠페인

~~비선호~~



수출부위