

계란

알토란 같은 실속 먹거리, 계란, 이보다 더 좋을순 없다!

이 진 희

경기도 성남시(주부, 기사모 회원)

을유년 새해가 밝았다. 닭들의 반란(?)이 시작된 걸까. TV프로그램에서는 닭의 우수성에 대한 칭찬을 아끼지 않는가 하면, 닭띠 연예인들의 새해 소망을 들어보는 연예오락프로그램이 방영된다. 프로그램을 보다 정말 닭이 영민한 동물이긴 한걸까란 의심병(?)이 발동한다. 그도 그럴것이 아둔한 짓을 하는 사람의 머리를 빗대어 말할때 우린 스스로 없이 '닭대가리'(육이 아니다. 조류의 머리는 대가리란 표현이 맞다.)라는 표현을 쓰지 않던가. 어쨌건 이런 인간의 이런 닭 폄하성 발언에도 꾀꾀하게 배신을 때리지 않고 알토란같은 먹거리를 제공하는 닭들에게 나머지 을유년을 맞아 고맙다는 말을 전하고 싶다.

가정경제를 책임지는 내무부 장관(?)인 주부의 시장바구니가 체감 경기를 현실성 있게 인지했던 작년. 그 극심한 경기침체가 을유년 한 해엔 훨훨 날개를 달고 사라졌음 하는 소망을 가져본다. 지난 한해, 뛰는 물가속에서도 꾀꾀

이 우리네 식단의 지킴이로써 제몫을 다해준 실속 3인방 먹거리가 펄쩍 떠올랐다. 계란, 콩나물, 두부. 서민들의 영원한 베스트셀러 먹거리란 생각을 해보게 된다. 특히 을유년을 맞는 계란에 대한 바람은 특히 날다르다.



작년에 발표됐던 국민 1인당 소비한 계란의 양은 191개로 2002년의 205개보다 줄었다고 했다. 물론 육류의 소비도 줄었었다. 조류독감(고병원성조류인플루엔자)과 구제역 등 파란만장한 사연들이 준비했던 이유로 뒤숭숭한 시국의 영향을 받았던 탓일게다. 거기다 천정부지로 물가상승률 못지않게 치솟던 계란값도 우리네 밥상에 위기감을 조성했었다. 공산품

이라면 아껴쓰고 안쓰면 될 일이지만. 어디 계란이야 그런가. 요모조모 쓸모있고 영양가 알짜배기인 계란의 가격표를 올려다 보고 또 보아야 했던 계란의 추억. 속모르는 우리 남편은 유가가 오르니 배송비도 오르고 물가가 오르니 사료값도 오르고 그러니 결국 계란값도 오르는 거란다. 맞는 말이긴 하다. 타당성을 동반한 계란값의 상승을 이해 못하는건 아니지만. 그래도 2005년, 올 을유년에는 경기가 회복돼서 물가도 안정되고 닭들도 순풍순풍 영양가 있는 알들을 많이 출산(?)해 양계업계는 이윤을 얻고. 가정경제는 안정감속에서 맛난

계란들을 넉넉하게 식탁에서 만날 수 있었음 하는 바람을 가져본다.

비타민C를 제외한 13종의 비타민, 아미노산, 미네랄, 무기질 등 완벽한 완전식품을 자랑하는 계란의 힘. 주머니 사정 넉넉지 못한 서민들의 영양 식단의 수호자로서 이보다 더 좋을 수 없는 계란과의 맛있는 동고동락, 율한해도 쭈욱~ 함께 계속될 것임을 믿는다.

추신)찜질방에서 먹는 삶(구운)은 달걀의 힘. 아시죠? 툭툭 바닥에 부딪혀 기절시켜 껍질 벗겨 소금에 찍어 먹는 그 맛. 그 속에 카~하... 영양, 에너지가 넘칩니다. 파워업!! **양계**

계란

계란, 아이에게 줄 수 있는 가장 좋은 음식

우 수 정
서울시 강동구 (주부, 계사모 회원)

다 가올 2005년은 을유년 닭의 해, 내가 사랑하는 신랑의 띠이기도 하다.

2005년은 개인적으로 결혼한지 6년차가 되는, 또한 한 아이의 엄마가 된지 3년차가 되는 해이다.

행복한 일도, 힘든 일도, 너무나 슬픈 일도 있었던 2004년이 지나가고 이제 새해가 밝아왔다.

21세기의 첫 시작을위해 보신각종 울리는 것을 들으려 그 많던 인파속에서 헤매던 것이

바로 엇그제 같은 데...

벌써 5년이나 지났다니...

다행이 그뒤로 결혼도 했고, 이쁜 아가도 보았으니... 내 나름대로는 의미있고 바쁘

