



닭과 닭고기 부위별 특성 (3)

목 차

- | |
|--------------------|
| 1. 닭의 기원과 일생 |
| 2. 속담속의 닭 이야기 |
| 3. 좋은 닭고기를 고르는 요령 |
| 4. 닭고기 부위별 특성과 상품화 |



장 영 수
축산물위생교육원 교수

...» 지난호에 이어 계속

3. 좋은 닭고기를 고르는 요령

좋은 닭고기를 고르는데 있어 우선 고려할 것은 국내산인지 수입산인지를 구분하는 것이다. 즉 닭고기 전체 유통량의 약 23%를 수입육이 차지하고 있는데 국산 닭고기는 대부분이 냉장 유통되고 있는 반면 주로 태국과 미국에서 들어오는 수입산은 거의가 다 냉동상태로 수입 유통되어 신선도에서 큰 차이가 난다.

예를 들면 수입산은 장기간의 냉동으로 뼈의 색이 검붉고 고기의 색 역시 윤기가 없는 반면 국산 닭고기는 뼈와 고기의 색깔이 밝고 윤기가 있다. 수입 닭고기의 경우 대부분 뼈를 포함해 수입되는데 냉동중에는 혈색소인 헤모글로빈이 파괴

되어 밖으로 빠져나와 산화되면서 뼈와 주변 근육이 까맣게 변해 뼈가 마치 오골계처럼 짙은 갈색을 띠게 된다.

또한 냉동 닭고기는 지방의 산패가 빨라 미생물의 번식우려가 있고 산패취가 난다. 뿐만 아니라 냉동 닭고기를 해동하게 되면 조리할 때 육즙이 함께 빠져나가 질겨지게 되며 불포화지방산과 필수지방산이 감소하면서 윤기와 탄력이 떨어져 고기 맛이 딱딱하게 된다. 따라서 곧바로 먹지 않을 때에는 냉동보관 하지만 가능한 한 빨리 냉동시키는 것이 좋으며 간장이나 술 등과 같이 조미액에 담가두는 것도 장기보관 방법중의 하나이다. 냉장상태에서도 닭고기는 사후 곧바로 강직하고 그 후의 숙성

시간이 짧기 때문에 가능한 한 빨리 조리하는 것이 좋다. 4℃에 저장된 상태로 8시간이 가장 이노신산이 많아진다고 하는 연구결과도 있지만 아무튼 물고기정도의 신선도 관리가 필요한 식품이다.

- 육색이 핑크색으로 연하면서도 광택이 있는 것이 좋고 지방색은 백색에 가까운 황색이 좋다. 다만 이 경우에도 광택이 있는 것일수록 신선하다고 하는 것은 잘못된 생각으로 바로 잡은 닭일수록 광택이 희미하고 어둡다가 시간이 지나면서 번질번질하게 변하기 때문이다.
- 만졌을 때 탄력이 있는 것을 고른다. 눌러 보아 단단한 감촉이 느껴질수록 신선하다. 시간이 지나면 고기에 탄력이 없어져 물기가 많아지고 부드럽게 된다.
- 표면의 깃털구멍이 도톨도톨 나와 있는 것을 고른다. 선도가 떨어진 것일수록 표면구멍이 솟아오른 것이 없어지고 표면이 매끈하게 변한다. 시간이 지나 선도가 떨어지면 껍질을 손가락으로 눌렀을 때 손자국이 남는다.

4. 닭고기 부위별 특성과 상품화

식문화의 차이로 우리나라에서는 골발을 안하고 도체전체를 이용한 삼계탕, 닭갈비, 닭도리탕, 양념치킨등의 요리가 주를 이루었지만 앞으로는 부위별로 더욱 더 세분화하여 상품화되고 유통될 것이기 때문에 골발에서 정형 및 상품화에 더욱더 주의를 기울여야 할 것이다.

1) 다리살

닭발을 제외한 다리 부분의 살로 회홍색으로 비교적 지방분을 많이 포함하고 있



다. 운동량이 많은 부분이기 때문에 육색이 짙어(미오글로빈 함량이 많다)적육으로 불린다. 중간 중간에 힘줄이 있어 탄력이 있으며 가슴살에 비해 육질이 단단하다. 다른 부위에 비해 약간 질기고 힘줄도 많지만 지방질을 다소 포함하고 있어 감칠맛을 내기 때문에 우리나라 사람들이 가장 좋아하는 부위로 알려져 있다. 껍질은 지방의 양이 많고 농후한 맛을 내는 것이 특징으로 단백질, 비타민, 미네랄이 풍부하게 포함되어 있어 껍질을 벗기지 않고 그대로 이용하는 것이 좋지만 지방의 많은 부분을 껍질부분에 포함하고 있기 때문에 지방섭취를 꺼리는 사람을 위해서는 껍질을 제거하고 사용하도록 권하면 된다. 껍질은 몸의 신진대사를 원활하게 하고 피부와 입술을 촉촉하게 해주고 부드럽게 하는 비타민 B₆가 풍부하며 닭고기 중에서 철분을 가장 많이 포함하고 있다.

지방과 단백질이 조화를 이루고 있을 뿐만 아니라 몇 개의 근육사이에 약간의 지방을 포함하고 있기 때문에 쫄깃쫄깃한 맛이 특징으로 수분이 많고 부드러워 튀김요리에 최적으로 꼽히는지도 모르겠다. 다리살을 이용한 상품화는 하퇴골 부분의 뼈가 붙어있는 드럼스

틱 형태의 후라이드 치킨이 가장 일반적이다. 다만 가시모양의 비골이 살 속에 남아 있어 먹을 때 목에 걸리는 경우가 있으므로 가급적 갈살을 위로 뒤집어 비골을 제거한 형태로 상품화 하는 것이 안전상에도 좋다. 포장은 트레이를 이용해 5~6개를 엇갈려 진열 포장한다. 뼈 없는 다리살의 경우 중간부분에서 둘로 나눌 수도 있는데 치킨까스나 닭갈비, 까라아게 등 용도가 다양하다

2) 가슴살

가슴부위에 있는 삼각형모양의 고기를 말하는데 대부분이 천홍근으로 되어 있다. 넓은 의미로 날개살을 포함한 가슴살을 날개살이라고 하는 움직임도 있지만 일반적으로는 뼈를



제외한 가슴부위의 정육을 지칭한다. 다리살에 비해 육색이 옅기때문에 구미에서는 화이트미트의 부류에 속한다.

가죽을 제외하면 지방이 적기 때문에 담백하고 부드럽지만 불을 너무 가하면 퍼석퍼석해진다. 육색이 옅고 타 육류에 비해 지방성분이 1.2%로 매우 낮아 다이어트 음식으로 각광받고 있으며 비타민 중에서 구내염과 신경성 위염을 예방하는 나이아신이 많이 포함되어 있다. 또한 지방간의 예방에 효과적인 메치오닌과 단백질이 다른 동물성 식품에 비해 높게

함유되어 있는 것이 특징이다.

일본에서는 가슴살에 안세린과 카르노신이 라는 암 예방 물질이 들어있다고 해서 소비자들로부터 인기가 높다. 이 두가지 물질은 암의 원인이 되는 활성산소를 몸 안에서 해독하는 작용을 하는 것으로 알려져 있다. 이 두 가지 물질이 한 가지씩 들어있는 것은 있어도 두 가지를 동시에 포함하고 있는 것은 닭고기 밖에 없으며 그것도 가슴살에 다리살의 두 배나 들어 있어 암 예방효과가 크다는 점이 주목을 끌고 있다.

또한 일본에서는 가슴살이 딱딱한 살이라는 이미지를 개선한 “숙성 가슴살”이 인기를 끌고 있는데 가슴살을 뼈가 붙은 상태로 0℃에서 5~6시간 재워둠으로써 보다 부드럽고 감칠맛이 더하도록 처리한 것이다. 우리에게겐 생소 할지 모르지만 튀김요리와 치킨까스에 적합하다.

3) 날개살

상완골과 전완골로 이루어져 있는 부위로 날개살은 날개 몸통과 날개 끝으로 나



누어지는데 날개 끝은 제1관절 부분에서 절단한 앞부분으로 다시 날개와 끝부분의 수지부분으로 나누어진다.

전체적으로 피부 노화를 방지해주는 콜라겐



간 장



근 위



심 장

성분이 많이 들어있어 골다공증을 예방하는 효과가 있으며 아름다움을 추구하고 고운 피부를 원하는 젊은 여성들에게 인기가 높다. 그 밖에 콜라겐과 함께 피부점막을 튼튼하게 하고 병 회복을 도와주는 작업을 하는 비타민 A도 많이 포함되어 있다. 날개몸통은 wingstick이라고도 하는데 날개부위 중에서는 살도 많고 다리살에 비해 지방도 적고 부드러워 담백하고 시원한 맛을 낸다. 살을 뒤집어 복채모양의 상품화가 가능한데 다리뼈에 있는 비골과 같은 작은 뼈도 없기 때문에 먹기 쉬어 어린이들에게 인기가 높다.

날개는 요골과 척골로 이루어져 있는데 가느다란 요골을 제거한 뒤 척골에 부착되어 있는 고기를 위로 뒤집어서 까라야게나 튀김용으로 상품화하는데 일명 튜올립 치킨으로 불리고 있다. 끝의 수지부분은 거의 결합조직과 소량의 지방뿐으로 젤라틴 성분이 강해 국물을 내는데 최적이다. 날개 끝부분은 단백질이나 아미노산가는 적육에 비해 약간 떨어지지만 뼈와 함께 시간을 들여 푹 삶으면 고기도 부드러워지고 뼈 부분의 젤라틴 성분이 녹아 나와 국물의 감칠맛을 더한다. 조림이나 튀김 요리에도 적합하다.

4) 안심살



적기 때문에 담백한 맛을 느낄 수 있다. 소화가 빠르며 영양면에서도 뛰어나기 때문에 회복기의 환자나 유아식에 적합하며 상등육으로 취급되고 있다.

안심살의 경우 닭고기 중에서 단백질 함량이 가장 높고 지방은 거의 포함되어 있지 않는데 다른 육류중에서도 단연 톱으로 평가받고 있다. 가운데 질긴 힘줄이 있는데 제거하면 한결 부드러워 지며 신선한 것은 회로도 이용 가능하다. 열을 가할 때는 너무 장시간 가열하여 퍼석퍼석해지지 않도록 주의한다. 트레이 크기에 맞게 겹치지 않는 범위내에서 알맞게 넣어 포장하면 된다. **양계**

소와 돼지의 안심에 해당하는 부위로 가슴살 안쪽 흉골에 붙어 있으며 대나무 잎모양으로 좌우 대칭을 이루고 있다. 심흉근으로 닭고기 중에서 가장 육질이 부드럽고 지방이