총설

Bulletin of Food Technology
Vol.23, No 1. pp. 2-14

전통식품 : 과학적, 사회적 관점

Traditional Foods : a Science and Society Perspective

이소영* · 박소림 | 전통식품연구단
So-Young Lee*, So-Lim Park | Traditional Food Research Group

서 론

전통식품은 문화와 역사 그리고 생활양식의 표현이다. 세계화 시대에 살고 있음에도 불구하고, Slimani 등이 보고한 바와 같이 국가 간에는 다양한 식습관 양식이 여전히 존재한다. 전통식품에 관한 연구는 식습관 양식과 이것이 어떻게 형성되어 왔는지에 대한 중요한 이해를 제공한다. 전통식품과 양식은 시간이 지나면서 검증된 잠재적인 건강 특성을 가지고 있을 수 있는데, 이러한 사실은 무작위실험 뿐만 아니라 관찰연구 및 생리학적 논거에 기초한 전통적인 지중해식 식사에서 관찰된 바 있다. 이러한 이유로, 영양과 건강한 식사에 대한 현재의 대중적 관심은 전통식품에 대한 요구 증가에 기여하였고, 결과적으로 식품 제조업자들의 전통식품에 대한 관심을 증가시켰다. Allende, Tomas-Barberan과 Gil은 fresh-cut plant products에 대한 소비자 요구가 증가할 때, 산업이 이에 부응하기 위해 어떻게 노력해 왔는지를 보여준 바 있다.

대부분의 현재 국가식품성분데이터베이스(national food composition databases)는 Harrison에 의해 지적된 것처럼 국가고유 전통식품에 대한 데이터가 결여되어있다. 이러한 정보는 국가 데이터베이스가 제품 라벨링 뿐만 아니라 국민 식이 섭취를 정확하게 추정하기 위해 필요하다. European Food Information Resource Network(이하 EuroFIR)는 선택된 제조법을 화학적으로 분석하고 기존 성분별 데이터를 맞춤으로써 유럽 국가 전체의 전통식품 영양조성물에 대한 비교 가능한 또는 통합된 데이터를 제공하는 것을 목표로 한다. 가공과정과 영양소를 명시하는데 있어 유사성에 초점을 두고 합의된 기준을 준수하여 통합시킬 것이다.

또한 EuroFIR는 "Bioactive Substances in Foods Information System"(EuroFIR BASIS database)에 포함시키기 위해 선택된 생리활성성분을 결정하여, 제조법의 잠재적 건강 증진 특성에 대한 이해를 제공할 것이다.

유럽에서의 식습관 양식

영양역학은 영양교육 전략 및 국가의 식량 및 영양정책 수립의 맥락에서 우선사항을 적용해 식사 습관을 문서화하고 감시한다. 식사 습관을 문서화하는 것에 대한 초기 연구는 사람들의 건강과 관련있을 수 있는 특정 영양소를 확인하는 것에 집중되었다가 점차 음식물 섭취의 패턴을 연구하는 방향으로 확대되어 왔다. 연구의 방향이 식습관 양식을 연구하는 방향으로 가는 이유는 식이 노출이 보통과 달리 복합적이고 강한 연관성이 있다는 사실에 기인한다. 현재 통용되는 자료들은 영양소간의 상승 작용이 있을 수 있기 때문에 유익한 효과들이 특정 영양소에 의해 독점적으로 기인될 수 없다는 점을 제시하고 있다.

식품소비조사에서의 발표는 주로 소비된 개별적 식품이나 영양소 관점에서 나타나는 식이 섭취를 제공하는 것에 포커스가 맞춰져 있다. 그러나 식이는 생리학, 농업, 역사적, 종교적, 사회 경제적이고 심리학적인 것을 포함한 다양한 인자에 의해 형성되는 다차원적인 것이다. 국가 가계예산 조사 네트워크(data food networking-DAFNE database, www.nut.uoa.gr)를 통해 수집한 표준화 및 사후 조정된 데이터의 분석 결과 유럽국가에서 다양한 사회 인구학적 요인의 영향 하에 식습관 양식이 시

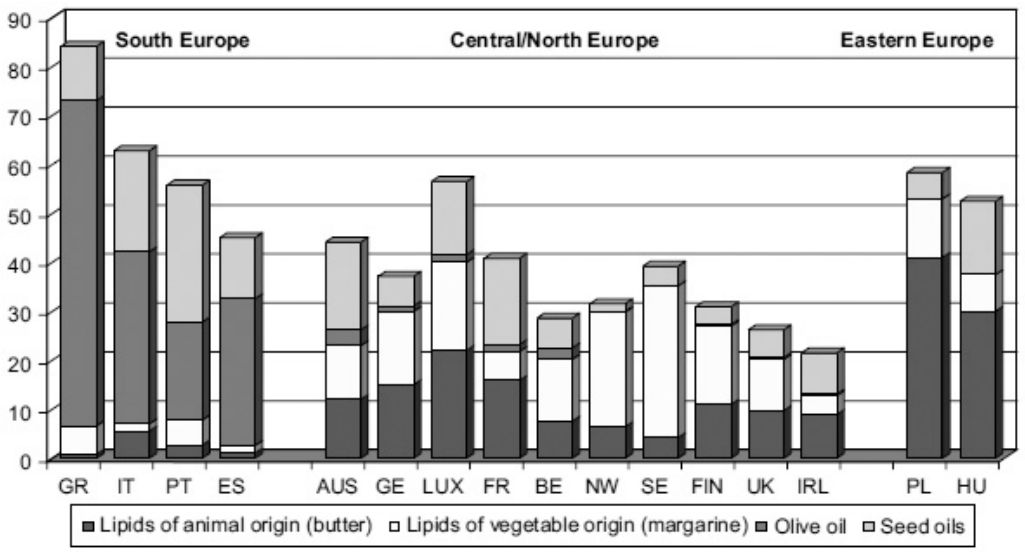

Fig. 1. Mean daily availability of total added lipids by type in the DAFNE countries, g/person/day (data collected in the 1990s) (Source: The DAFNE databank, www.nut.uoa.gr/dafnesoft)

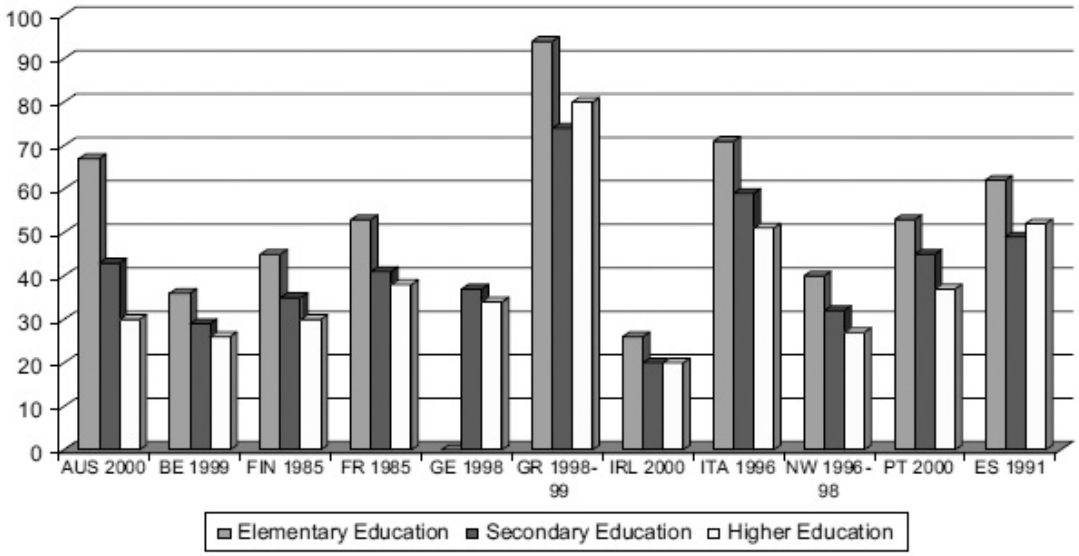

Fig. 2. Mean daily availability of added lipids by educational level of the household head (g/person/day) (Source: The DAFNE databank, www.nut.uoa.gr/dafnesoft)

간 경과에 따라 변화한다는 사실이 입증되었다. 이것은 DAFNE 데이터베이스(오스트리아, 벨기에, 필란드, 프랑스, 독일, 그리스, 헝가리, 아일랜드, 이탈리아, 룩셈부룩, 노르웨이, 폴란드, 포르투갈, 스페인, 스웨덴과 영국)에 포함된 16개 유럽 국가에서 증명되었다(Fig. 1, 2).

유럽의 식생활 양식에 관한 연구는 개인, 가정 또는 지역사회 수준에서의 식품 구매와 소비가 식품의 지역에서의 이용 가능성 및 문화적, 사회 경제적 환경에 의해 영향을 받는다는 관점에서 식이에서의 불일치가 존재함을 밝혔다. 그럼에도 불구하고, 식이에서의 동화 경향은 분명하고도 불가피한 것이다. 1960년대에 지중해 주민의 식이는 북유럽에서 나타나는 과일과 채소의 저소모와는 대조적으로 과일과 채소의 높은 소비로 특징지어졌다. 그러나 이러한 식이의 차이는 지중해 주민들이 그들의 전통적인 식습관 양식을 유지하고 북유럽 주민들이 과일과 채소의 소비를 증가시킴으로써 줄어들었는데 이는 Karamanos와 Tirchopoulos에 의해 문서화 되었다.

현대 지중해 주민의 식습관 양식은 상대적으로 높은 식물성 오일 특히 올리브 오일, 콩류, 붉은 살코기, 가금류, 생선 및 해산물의 소비로 특징지어지며, 북유럽 주민의 식습관 양식은 채소와 동물성 유지류의 높은 이용을 특징으로 한다(Fig. 3). 비록 식품 선택에 있어서 북유럽과 남유럽 주민들 사이의 차이는 계속해서 줄어들고 있지만 올리브 오일이나 콩류처럼 전통적으로 지역의 문화를 특징지우는 식품들의 경우, 분명한 남/북 간의 차이가 여전히 관찰되며, 이는 Fig. 3에서 관찰된다.

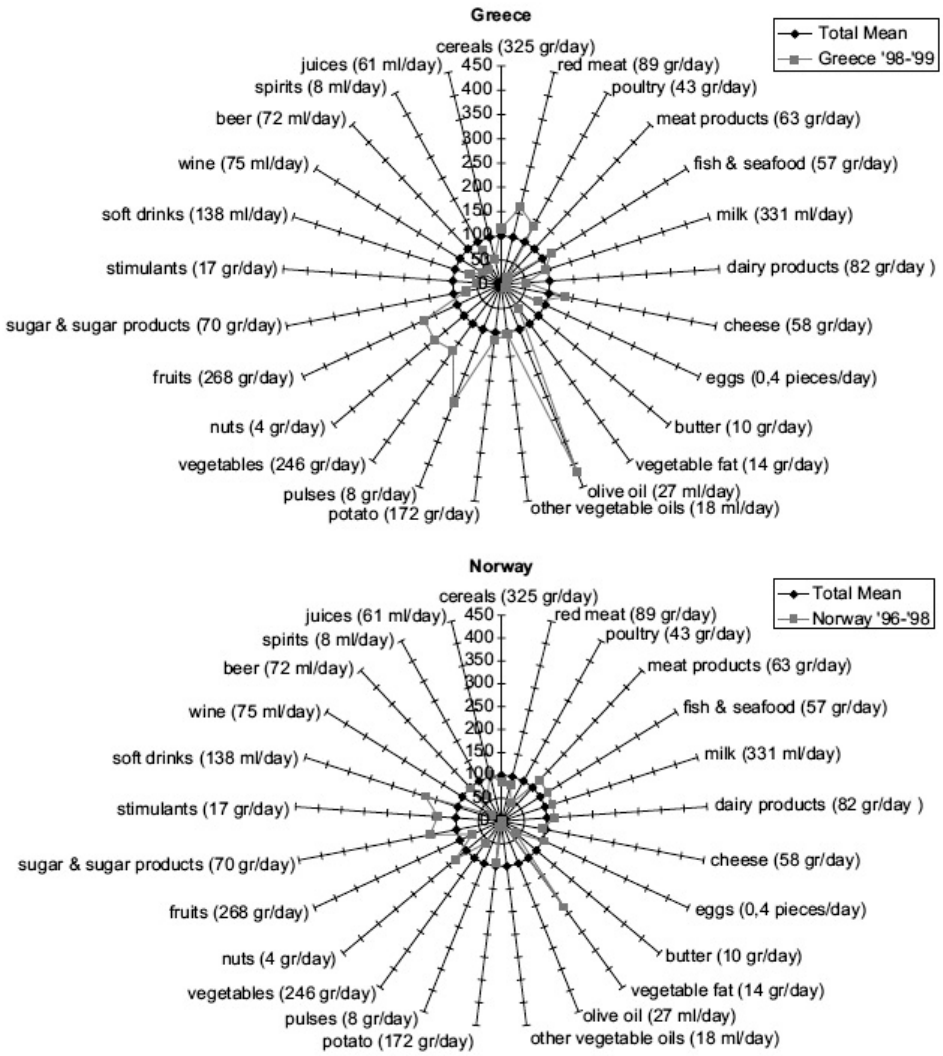

Fig. 3. Dietary pattern of a northern and a southern european country (Source: A Naska, et al, 2006)

식습관의 양식에서 전통식품의 역할

비록 식습관 양식에서의 차이가 좁혀지고 있는 중 일지라도 같은 지역에 거주하는 주민들 사이에서, 뿐만 아니라 다른 지역에 살고 있는 유럽주민들 사이에서 식습관 양식의 차이가 존재함이 Trichopoulos와 Lagiou에 의해 보고되었다. 이러한 식습관 양식에서의 차이점은 우리 전통이 계승되고 있음을 나타내기 때문에 환영받아야 한다. 유

럽의 식습관 양식에서 남/북 간의 차이는 각 지역에 상응하는 주민에게 나타나는 기후, 농업 및 경제 상태의 차이점이 반영된 것이다. 대부분의 경우, 식사 습관의 다양성은 거주자가 그 지역의 기후 조건에 식사습관을 맞춰야 했던 사실에서부터 발생되었다. 자급자족을 위해 사람들은 농업과 식품의 가공 및 저장 방법을 개발하여 왔다. 시간이 경과하고 사회가 발전함에 따라, 식이의 선택은 전통식품을 포함해 문화와 영양학적 선택으로 구현되었으며, Behar 역시 지적한 대로 그들의 집단 정체성이 되었다.

영양학적 차이의 핵심 요소는 전통식품이다. 전통식품은 아주 오랜 기간 동안 지역적으로 또는 지방적으로 소비된 식품이다. 대부분의 전통식품 소비는 수세기 전부터 시작된다. 현대의 생활양식이 일상생활과 관습에서 전통식품의 보존을 장려하지 않는다는 사실에도 불구하고, 전통식품은 문화유산을 반영하고, 각각의 식습관 양식에 그들의 표식을 남긴다.

문화의 매개체라는 것 이외에도 입에 맞지 않고 유익하지 않은 식품은 대부분 계승되어 내려오지 않기 때문에 전통식품은 건강특성을 가지고 있을 수 있다. 건강 측면에서 긍정적인 식습관 양식의 예는 Willet이 주장한 것처럼 전통 지중해식 식사이다. 전통적인 지중해식 식사는 다음과 같은 9가지 요소로 특징지어진다 : 높은 채소의 섭취; 높은 과일 섭취; 높은 콩류의 섭취; 높은 견과류와 곡물류 섭취; 높은 올리브 오일의 섭취 및 낮은 포화지질의 섭취; 적당히 높은 어류의 섭취; 대부분 치즈와 요구르트 형태인 유가공 제품의 적당한 섭취; 식육과 가금류의 적은 섭취; 일반적으로 식사 중에 섭취하는 규칙적이나 적당한 와인 형태의 알콜섭취.

전통 지중해식 식사의 유익한 효과는 단일의 요소 또는 단 하나의 영양소보다는 오히려 전체적인 식습관 양식에 기인한다는 것이 관찰되었는데, 이것은 지중해식 식사의 다른 요소들 간의 생물학적 상호작용이 분명하게 유익한 건강 효과를 담당하고 있다는 것을 보여준다. 이러한 유익한 효과들은 제한적인 조건에서 건강 상태를 향상시킬 수 있는 제조법과 입에 맞는 음식을 생산하기 위해 지역에서 이용 가능한 재료들을 최적으로 사용하는 방법을 습득해 왔던 지난 세대의 지식과 지혜가 조화된 전통식품에서 기인된 것일 수 있다. 그러나 보고된 전통 식품의 유익한 건강 효과를 문서화하고 일반적으로 용인된 생리학적 메카니즘의 관점에서 설명하기 위해서는 상당한 연구가 착수될 필요가 있다.

전통식품은 시스템적으로 연구되어야 할 필요가 있고 전통식품의 영양학적 성분에 대한 정보는 국가식품성분테이블에 포함되어야 할 필요가 있다. 대부분의 현재 국가데이터베이스에는 국가 고유의 전통식품에 대한 영양학적 정보가 부족한 상태인데, 이 정보는 국민 식이 섭취를 정확히 추정하기 위해 필수적이다. 더욱이 전통식품에 함유된 다량 및 미량 성분에 대한 측정은 각 지역 주민들의 전통적인 식습관 양식에서 성분들의 역할을 설명하기 위해 필수적인 것이며, 이는 건강증진효과를 시사하는 생리활성성분(bioactive components)에도 적용된다. 전통식품에 존재하는 다량 및 미량 성분과 생리활성 성분에 대한 신뢰성 있는 자료를 바탕으로 유럽 국가식품성분데이터베이스(european national food composition data bases)를 풍부하게 함으로써 전통식품에 대한 영양학적 정보가 부족한 현 상황을 개선하기 위한 시도가 EuroFIR에 의해 착수되었고, 이러한 목적을 달성

하기 위해 그리스 아테네 대학교에 의해 조직된 "전통식품" (WP2.3.1)에 대한 WP(work package, 복합작업)가 개발되었다(www. eurofir.net).

유럽 법률과 전통식품의 정의

전통식품은 비록 예외가 있기는 하지만 대부분 유익한 것으로 간주된다. 그러므로 일부 유럽 전통식품은 현재 기준으로는 건강에 유익하다고 간주될 수 없지만 이러한 일부 전통식품들도 식습관 양식 내에서 통합적으로 제공될 경우에는 건강상에 유익함을 제공할 수 있다.

또한 전통식품은 입맛에 맞는 경우가 많은데 이는 전통식품이 긍정적인 건강 효과가 있다는 평가들과 결부되어 식품 산업에서 전통식품을 매력적으로 보이게 한다. 식품 기업가들은 건강을 의식하는 소비자들에 의해 증가된 전통식품에 대한 요구로 부터 전통식품의 잠재적인 이윤을 인지하는데, 이는 Jordana(2000)에 의해서도 표현되어졌다. 그러나 "전통적인" 이라는 용어는 적절하게 정의내릴 수 없을 뿐만 아니라 국가적인 법률 수준에서도 보호받지 못한다. 더욱이 이 용어는 계획적으로 또는 본의 아니게 오용되기도 한다. 법률의 부족은 일반적으로 이해된 "전통적인" 기준의 어떤 것이든지 그것의 일부만을 충족시키는 제품도 전통식품이라는 주장 하에 유포되는 그릇된 식품의 발생 여지를 남긴다. 그러므로 전통식품의 법률과 표준화의 중요한 이슈는 전통식품이 (1) 모조품에 대해 보호될 것, (2) 높은 품질일 것, (3) 현대의 적절하고 안전한 생산 규칙에 따르는 것이다. 전통식품의 진위와 고품질 여부를 확실히 하기 위한 방법은 향후에 상업적 제품에 대한 표준규격을 결정할 법률에 대한 기준을 확립하는 것이다. Cayot은 식품생산의 산업화, 식품 안전에 대한 유럽 법률 및 혁신적인 제품의 개발은 전통 제품의 전형적인 관능 특징의 특성화까지 필요로 한다고 지적했다.

상업적 관심뿐만 아니라 "전통적인" 이라는 용어의 정의는 EuroFIR의 맥락에서 다루어져야 할 중요한 이슈이다. 이 프로젝트의 목적 중 하나는 비교 가능한 식품성분테이블과 식품 분류 제도를 위한 공통 기반을 설정하려는 것이다. 따라서 "전통적인" 의 정의는 식품성분테이블에서 전통이 고려된 식품을 구별하기 위해 꼭 필요한 전제조건이다.

EU 수준에서 유럽 시장에 있는 '지역/전통(local/traditional)' 식품의 사항을 다루는 두 가지 지침이 있다 :

(1) 1992년 7월 14일 이사회규정 No 2081/92 "지리적 표시의 보호와 농산품과 식료품에 대한 원산지의 명칭에 관한" EuroFIR 런던 회의 한 달 후, 상기 규정은 2006년 3월 20일 이사회규정 No 510/06 "지리적 표시의 보호와 농산품과 식료품에 대한 원산지의 명칭에 관한" 에 의해 교체되었다.

(2) 1992년 7월 14일 이사회규정 No 2082/92 "농산품과 식료품에 대한 세부적인 특징의 증명서에 관한" EuroFIR 런던 회의 한 달 후, 상기 규정은 2006년 3월 20일 이사회규정 No 509/06 "보증된 전통적인 지역특산물로서의 농산품과 식료품에 관한" 에 의해 교체되었다.

이러한 규정은 지리학적 또는 전통적인 기준에

대한 식품 명칭의 보호를 위한 단순한 시스템 제공을 목적으로 한다. "원산지 표시 보호(protected designation of origin, PDO)" 또는 "지리적 표시 보호(protected geographical indication, PGI)" 는 성공적으로 수행되었고, 많은 유럽 식품이 등록되었다. 이와는 대조적으로 극소수의 식품만이 "전통적 특성 보증(traditional specialty guaranteed, TSG)" 으로 인증되었다. 이것은 부분적으로 전통식품(특히, 복합식품)의 독립적 등록을 보증할 수 없음을 초래한 법령 2082/92에서의 "전통적인" 이라는 용어에 대한 뚜렷한 정의 부족에 기인할 수 있다.

2005년 1월에 설립된 "전통식품" (WP2.3.1)에 관한 EuroFIR 특정 특별조사위원회는 당시 EU 수준 및 국가 수준 양쪽에서의 전통식품을 위한 정의 부족을 인식했다. 특별조사위원회는 유럽식품성분데이타베이스 내에서 전통식품을 분류하기 위해 EuroFIR의 맥락에서 "전통적인" 이라는 용어의 정의를 시도했다. 초기 조사는 12개 참가국의 국가 법률에 대해 착수되었는데, 조사결과 오직 이탈리아에서만 "전통적인" 에 대한 법률적 정의가 다음과 같이 존재하는 것으로 나타났다 : "전통제품(trditional products)은 다음과 같이 정의된다 : 농식품 제품의 가공, 저장 및 숙성 방법이 균일하고 일정한 지역에서 사용됨에 따라 시간과 함께 굳건히 굳혀진 것이다." 다른 참여국에는 현재 존재하는 EU 규정 2081과 2082의 순서를 바꾸거나 번역한 법령이 존재했고 이에 EuroFIR 특별조사위원회는 EU 지침에 따라 작업할 것을 결정했다.

전통적인 제조법에 근거한 복합식품은 EU 규정 2082에 의해 다루어졌다. EuroFIR 특별조사위원회는 이 규정에 포커스를 맞추었고, 1차 워크샵에서 이 규정에 적용된 기본 용어에 대한 정의 확립을 시도했다 : 전통적인 재료(traditional raw material), 전통적인 구성(traditional composition), 그리고 전통적인 유형의 생산과/또는 가공(traditional type of production and/or processing). 규정 2082를 따르는 Agricultural Products Certification & Control Organization(AGROCERT)의 그리스특별조사위원회에서 제안된 정의는 EuroFIR working group에 의해 "전통적인" 이라는 개념의 아웃라인을 잡기 위한 기초 역할을 하였다.

1차 워크샵에서 동의된 "작업적 정의(working definitions)는 WP 참가국 간의 평가와 논평을 통해 알려졌다. 이러한 이슈와 EuroFIR 사용자 및 고문단에 의해 받아들여진 의견 및 제안에 대한 1년여 간의 생산적 토론 후, 정의를 마무리 짓기 위해 2006년 1월, 2차 워크샵이 아테네에서 개최되었다. EuroFIR 과학경영이사회(euroFIR scientific management board)가 2차 워크샵에서 인정하고 승인을 권고한 최종 규정은 다음과 같다.

전통식품(Traditional food)

"전통적인" 은 2차 세계대전 이전에 확립된 제품 사양 또는 관습에 따른 것을 의미한다. 전통 식품은 아래와 같이 규정된 "전통적인 원료(traditional ingredient)" (원료 또는 1차 가공품) 또는 "전통적인 구성(traditional composition" 또는 "전통적인 유형의 생산과/또는 가공(traditional type of production and/or processing method)" 의 사용에 있어 같은 category의 유사한 제품과 분명하게 구별되는 특정한 특징 또는 특성이 있는 식품이다.

- 전통적인 원료(traditional ingredient)
- 전통적인 구성(traditional composition)
- 전통적인 유형의 생산과/또는 가공(traditional type of production and/or processing method)

- 전통적인 원료 (traditional ingredient)
동일한 지리적 영역에 사용되어 오고 있고 오늘날에도 그 사용이 유지되고 있는(한동안 사용되지 않다가 다시 사용되는 경우들 고려) 재료로서 원재료(수종 및/또는 품종)나 단독 혹은 식품재료로서의 1차 가공품과 이것의 특징은 국가와 EU 법률의 현재 제품사양에 상응한다.
- 전통적인 구성(traditional composition)
2차 세계대전 전에 처음으로 확립되었고 구전 혹은 다른 수단에 의해 계승된 고유하게 식별 가능한 구성요소(재료 관점에서)는 필요시 제품이 속한 더 넓은 식품 그룹에서 일반적으로 인정된 특징들에 의해 규정된 구성(composition)과 구별되어진다.
- 전통적인 유형의 생산과/또는 가공(traditional type of production and/or processing method)
• 구전 또는 다른 수단을 통해 대대로 전승되었다.
• 국가 또는 EU이 식품위생 규정이나 기술적 진보의 수용에서 비롯된 강제규정의 조정에도 불구하고 생산과/또는 가공이 원래 쓰이던 방법과 조화되고 식품의 물리적, 화학적, 미생물학적 또는 감각수용성 특징과 같은 그 식품의 내재 특징이 유지되는 조건하에 2차 세계대전 이전부터 적용되었으며, 지금도 여전히 이용되고 있다(한동안 사용되지 않다가 다시 사용되는 경우를 고려).

선택된 제한 시간인 "2차 세계대전 이전"은 "대량식품생산 시대 이전"을 의미하는데, 이는 사람들이 단순하고 오랫동안 내려온 처리방법을 여전히 적용하고 있을 때의 시기를 나타내며, 식품생산공정을 상당히 변화시킨 기술 혁신의 도입 이전을 말한다.

EuroFIR에서의 유럽전통식품의 연구

위생 및 역학부와 의과대학으로 대표된 국립 아테네 대학교(national and kapodistrian university of atherns, NKUA)는 EuroFIR의 "전통식품"에 관한 WP2.3.1.의 조정자로서 활동한다. NKUA의 위생부 및 역학부는 1992년 이래로 전통 그리스 식품의 조직적인 연구에 참여해왔다. Hellenic secretariat for research and technology와 EU에 의해 자금을 제공받은 일련의 연구 프로젝트를 통해, 전통 그리스 식품과 제조법에 대한 조직적 연구를 위한 아래의 내용을 포함하는 다양한 측면의 프레임워크를 개발해 왔다.

• 식품의 전통적인 본질을 문서화한 역사적이고 민속적인 검토
• 기본적인 전통식품과 복합전통식품의 영양성분 및 비영양성분 확인
• 전통적인 생산 방법 기록(음성 및 시각자료뿐만 아니라 세부적인 기록 묘사)
• 식품의 잠재적인 산업화 또는 준 산업화 생산 기술 연구
• 소유권 주장에 이용할 수 있는 전통적인 특징 및 속성과 관련된 통합 기록물 형성

EuroFIR의 맥락에서 NKUA의 위생부와 역학부에 의해 얻어진 전통식품에 관한 내용은 WP2.3.1 "전통식품"에 참여하는 12개의 유럽국가(오스트리아, 벨기에, 불가리아, 덴마크, 독일, 그리스, 아이슬란드, 이탈리아, 폴란드, 포르투갈, 스페인 및 터키)에서 공유될 것이며 이들 국가의 내실있는 기여에 의해 더욱 확립될 것이다. NKUA의 위생부와 역학부에 의해 개발된 연구 프레임워크는 전통식품의 문화, 건강, 표준화 측면을 고려한다. 이 프레임워크는 전통적인 제조법 기록과 실험용 샘플의 준비 및 수집에 대한 기록을 위해 개발된 프로토콜과 함께 EuroFIR의 필요에 맞게 적합하게 개선될 것이다. 예비조사는 전통식품의 조직적 연구에 대한 경험과 노하우를 얻기 위해 제한된 수의 시료(나라 당 5개 식품)를 대상으로 실시될 것이다. 그러므로 전통식품의 조사를 위한 공통 방법론이 유럽 전역에 점차 확립될 것이다. 이러한 시도는 국가가 전통식품에 대한 신뢰할 만하고 비교 가능한 새로운 데이터로 구성된 국가식품성분테이블을 지속적으로 업데이트하고 국가 수준에서 전통식품을 더 연구할 수 있도록 해준다. 예비 조사 목록에 포함된 전통식품과 제조법의 진행 절차는 아래와 같이 기술된 세 단계(문서화, 우선순위지정 및 평가)이다.

문서화(Documentation)

목적달성을 위한 전통식품 국가 문서 파일과 가이드 라인은 WP2.3.1 참가국에 의해 개발되었다. 문서 파일은 5개 분야의 정보로 구성된다.

1. 각 식품에 대한 서술적 묘사
2. WP 정의에 따른 식품의 전통적 특성 문서화
3. 넓은 식품 범주 또는 식품에 대한 소비량 데이터
4. 식품 또는 더 넓은 식품 종류의 구성성분자료에 대한 이용 가능성 여부
5. 상기된 모든 분야의 정보에 연결된 코드화된 참고문헌

참가국들이 문서화 절차 동안 부딪히게 되는 주요 장애물은 전통식품에 대한 소비량 자료의 부족이다.

우선순위지정(Prioritization)

특정 국가의 국가문서분류 기록과 관련된 전통식품의 우선순위지정을 위한 가이드라인은 WP2.3.1 참가국에 의해 개발되었다. 모든 참가국은 다음의 기준에 동의했다.

1. 전통적인 특징의 문서자료정리
2. 구성성분자료의 유용성과 품질
3. 소비량 데이터

소비량 데이터를 이용할 수 없는 경우, 참가국은 "빈번한", "빈번하지 않은"의 추정 소비치를 제공한다.

평가와 선택(Evaluation and selection)

국가 당 최고 5개의 우선된 전통식품 또는 제조법은 2차 워크샵에서 더 평가받았고, 건강관련

성 및 마케팅 잠재력과 같은 추가적 기준이 고려되었다.

이 절차와 함께 EuroFIR은 예비조사를 통해 연구 대상이 될 전통식품 리스트를 개발해 왔다. 잠정적으로 선택된 식품은 Table 1과 같으며, EuroFIR 협력단으로부터 추가적인 평가를 받기 위해 개방되어 있다.

지적된 것처럼 EuroFIR의 전통식품 연구를 위한 공통 방법론은 NKUA에 의해 개발된 연구 프레임 워크에 의지할 것이다. 예비조사 후 이용 가능한 구성성분데이터가 없는 전통식품은 국가적 차원에서의 향후 연구 활동 형태로 참가국에 의해 연구될 수 있다. 그러므로 국가식품성분테이블은 새롭게 획득된 데이터와 함께 점진적으로 업데이트 될 수 있으며, EuroFIR 가이드 라인에 따라 법령이 비슷하게 맞춰질 수 있다.

다른 WP2.3.1 참가국은 그리스의 경험적 지식을 보충해왔고, 전통적인 제조법의 기록과 수집, 준비, 실험용 시료의 분배에 대한 가이드라인이 개발되었다. 이 절차는 대표적이고 믿을 만한 식품 시료가 분석되는 것을 확실히 하기 위해 필수적이다. 지침이 최종 결정되고 예비 연구가 적용되기 전에 전문가의 추가 투입이 고려 될 것이다.

Table 1. Selected provisional WP2.3.1 traditional recipes and/or ingredients for inclusion in the EuroFIR pilot study

Country	Selected recipes and/or ingredients in English and national language				
Austria	Cut-up pancake (kaiserschmarm)	Buckwhwat dish	Broad beans, cooked	Cured sausage	Potato dumplings (Erdäpfelknödel)
Belgium	Waffles from Brussels (Brusselse wafel)	Cherry pie(Kriekenta art; basis gistdeeg)	Flemish stew(Vlaamse stoofkarbonnade)	Meat loaf, meatballs	Grated Belgian endives (Gron dwitloof)
Bulgaria	Cold soup(Tarator)	Tripe soup(Shkembe)	Rose jam(Sladko of rozi)	Pepper relish (Liuteniza)	Nettle with rice
Denmark	Curly kale, raw	Curly kale, stewed (Gron langkål)	Parsley sauce (Persillesovs)	Herring raw	Herring, fried(Stegt sild)
Germany	Sauerkraut	Smoked ham(Black Forest) (Schwarzwälder Schinken)	Fried sausage from Thüringen(Thüringer Rostbratwurst)	German ravioli, Swabian(Maultaschen)	Wholemeal rye bread
Greece	Olive bread (Eliopsomo)	Snails, raw(Hohli or Saligaria)	Snails boubouristi (Hohli boubouristi)	Sea urchin(Achinos)	Pearl onions, cooked (kremidia stifado)
Iceland	Cheese: Skyr	Pickled blood pudding (Súr blóðmör)	Stockfish: Haddock (Harðfiskur(ýsa))	Cured shark (Kaestur hákarl)	Cured skate(Kaest kata)
Italy	Ricotta stuffed roll (Cannolo alla ricatta)	Vicentina cod(Baccalà alla vicentina)	Neapolitan Margherita pizza	Braised beef with barolo (Brasato al Barolo)	Castagnaccio
Poland	Smoked ewe's milk cheese(Oscypek)	Tree cake(Sekacz)	Cold soup(Chlodnik)	Dumplings stuffed with sauerkraut and mushrooms(Pierogi z kapusta i grzybami)	Stewed dish made of sauerkraut, meat and mushrooms(Bigos)
Portugal	Portuese boiled dinner(Cozido à portuguesa)	Cod with chick-peas (Bacalhau com grão)	Green cabbage soup (Caldo verde)	Roasted goat kid (Cabrito assado)	Egg sweet from Murca (Toucinho deo céu de Murça)
Spain	Spicy vegetable sauce (Mojo Picón)	Stewed vegetables (Pisto Manchego)	Cardoon in almond sauce(Cardo con salsa de almendras)	Roasted pepper/ aubergine salad (Escalivada)	Galician octopus (Pulpo Feira)
Turkey	Tarhana soup (Tarhana çorbasi)	Baklava	Pastrma	Kebab	Bulgur, raw

결 론

유럽 내에는 많은 다른 문화가 있고, 각 문화는 각기 소유하고 있는 차별화된 식습관이 있다. 전통식품은 오랜 기간 동안 지역적으로 소비되어온 식품을 포괄한다. 전통식품의 제조 방법은 세대를 거쳐 전승되어 왔으며, 지금은 국가 민속의 일부로서 자리 잡고 있다. 그러나 전통식품의 정확한 구성성분에 관한 문서화된 정보는 일부만이 존재한다.

전통식품의 과학적 연구와 "전통적인"이라는 용어에 대한 유럽 공통정의의 창안은 이러한 식품을 국가 및 유럽식품성분데이터베이스에 통합시키기 위한 전제조건이다. 전통식품의 영양 및 생리활성 성분에 대한 이용 가능한 자료는 인간의 건강에 대한 이들 성분의 효과에 집중된 연구를 수행하는 것을 한층 더 고려하게 할 것이다.

전통식품의 생산에는 일반적으로 지역의 농산품이 이용된다. 지역 농산물의 경작은 지속가능한 환경과 지역 주민의 고용에 기여할 것이다.

'건강한 그리고 입맛에 맞는'의 조합은 식품산업에 있어 매우 매력적인 것이며, 이러한 관점에서 볼 때 전통식품은 잠재적으로 대량생산 및 수출될 수 있을 것이다. 그러나 만약 이 생산이 주의 깊게 관리되지 않는다면, 소비자를 기만하는 형편없는 전통식품의 모조품이 생산될 수 있는 위험이 있기 때문에 제품, 생산자, 소비자를 보호하기 위해 법률 제정과 표준화가 필요한 것이다. 전통식품의 등록은 유럽 전역에 걸쳐 전통식품의 소규모 생산을 권장하고 전통식품의 수출 가능성을 제품 발생지 밖의 외부 국가로 확장시킬 수 있다. EuroFIR에 적용될 다중적 연구 프레임워크는 전통적인 제조법에 대한 현장에서의 세부적인 기록을 포함한다. 이것은 식품의 잠재적인 준산업적(semi-industrial) 생산의 표준화에 유용하며, 최근에 만들어지는 분석 데이터와 통합될 수 있으며, 지역 생산자가 그들의 전통 산물을 등록하는 것에 동기를 부여할 수 있었다.

전통식품의 연구와 등록은 국가의 음식 유산과 문화의 중요한 요소를 보존하는데 기여하며, 전통식품을 이용하는 지역 토착민과 타 지역 주민의 다음 세대가 전통식품을 경험하고 습득하는 것을 가능하게 한다. 불행히도 전 유럽의 일부 전통식품은 변화된 생활양식으로 인해 사라질 위협을 받고 있다. 그러므로 유럽 문화의 중요한 요소를 보존하기 위해 그리고 가능하다면 대륙 전체 국민들의 식이를 개선시키고 풍부하게 하기 위해 전통식품을 연구할 필요가 있다.

참고자료

1. Allende A, Tomas-Barberan F, Gil M, Minimal processing for healthy traditional foods, Trends in Food Science & Technology, **17**, 513-519, 2006
2. Behar M, European diets vs traditional foods, Food Policy, **1**(5), 423- 435, 1997
3. Cayot N, Sensory quality of traditional foods, Food Chemistry, **101**(1), 154-162. 2007
4. Commission of the European Communities, Council Regulation(EEC) No 2081/92, 14 July, 1992
5. Commission of the European Communities, Council Regulation(EEC) No 2082/92 14 July, 1992

6. Commission of the European Communitiesm, Council Regulation(EC)No 510/2006, 20 Mar, 2006
7. Commission of the European Communities, Council Regulation(EC)No 509/2006 20 Mar, 2006
8. Estruch R, Martinez-Gonzalez MA, Corella D, Salas-Salvado J, Ruiz-Gutierrez V, Covas MI, PREDIMED Study investigators, Annals of International Medicine, **145**(1), 1-11, 2006
9. FAO, Food safety and quality in Europe: aspects concerning in particular quality, nutritional balance, the importance of agricultural land and cultural heritage (Terroirs), 24th Regional Conference for Europe, Item 6, Montpellier, France, 5-7 May, 2004
10. Gedrich K, Determinants of nutritional behaviour- a multitude of levers for successful intervention Appetite, **41**(3), 231-238, 2003
11. Gerber MJ, Scali JD, Michaud A, Durand MD, Astre CM, Dallongeville J, et al., Profiles of a healthful diet and its relationship to biomarkers in a population sample from Mediterranean southern France, Journal of the American Dietetic Association, **100**(10), 1164-1171, 2000
12. Harrison GG, Fostering data quality in food composition databases: applications and implications for public health, Journal of Food Composition and Analysis, **17**, 259-265, 2004
13. Jordana J, Traditional foods: challenges facing the European food industry, Food Research International, **33**, 147-152, 2000
14. Karamanos B, Thanopoulou, A, Angelico F, Assaad-Khalil, S, Barbat A, Del Ben, M. et al., Nutritional habits in the Mediterranean Basin, The macronutrient composition of diet and its relation with the traditional Mediterranean diet, Multi-centre study of the Mediterranean Group for the Study of Diabetes MGSD), European Journal of Clinical Nutrition, **56**(10), 983-991, 2002
15. Kris-Etherton PM, Hecker KD, Bonanome A, Coval SM, Binkoski AE, Hilpert KF, et al, Bioactive compounds in foods: their role in the in foods: their role in the prevention of cardiovascular disease and cancer, American Journal of Medicine, **113**(Suppl. 9B), 71S-88S, 2002
16. Naska A, Fouskakis D, Oikonomou E, Almeida MDV, Berg MA, Gedrich K, et al., and DAFNE participants, Dietary patterns and their socio-demographic determinants in 10 European countries: data from the DAFNE databank. European Journal of Clinical Nutrition, **60**, 181-190, 2006
17. Slimanii N, Fahey M, Welch AA, Wirfalt E, Stripp C Bergstrom E Bergstrom, E., et al., Diversity of dietary patterns observed in the European Prospective Investigation into Cancer and Nutrition (EPIC) project, Public Health Nutrition, **5**(6B), 1311-1328, 2002
18. Tregear A, Arfini F, Belletti G, Marescotti A, Regional foods and rural development: the

role of product qualification. Journal of Rural Studies, **23**, 12-22, 2007

19. Trichopoulou A, Costacou T, Bamia C, Trichopoulos D, Aherence to a Mediterranean diet and survival in a Greek population. The New England Journal of Medicine, **348**(26), 2599-2608, 2003.
20. Trichopoulos D, Lagiou P, Mediterranean diet and overall mortality differences in the European Union, Public Health Nutrition, **7**(7), 949-951, 2004
21. Trichopoulou A, Naska A. What consumers eat in The nutrition handbook for food processors, CJK Henry, C Chapman (eds.), CRC Woodhead Publishing Ltd in Food Science and Technology, Cambridge, **2**, 7-33, 2002
22. Trichopoulou A, Vasilopoulou E, Georga K, Soukara S, Dilis V, Traditional foods: why and how to sustain them. Trends in Food Science and Technology, **17**, 498-504, 2006
23. Trichopoulou A, Vasilopoulou E, Hollman P, Chamalides Ch, Foufa E, Kaloudis Tr, et al., Nutritional composition and flavonoid content of edible wild greens and green pies: a potential rich source of antioxidant nutrients in the Mediterranean diet, Food Chemistry, **70**, 319-323, 2000
24. University of Athens Medical School. Department of Hygiene and Epidemiology, Public Health Nutrition and Nutritional Epidemiology Unit, www.nut.uoa.gr
25. Willet WC, The Mediterranean diet: science and practice, Public Health Nutrition, **9**(1A), 105-110, 2006

자료출처

Trichopoulou A, Soukara S, Vasilopoulou E, Traditional foods: a science and society perspective, Trends in Food Science & Technology, **18**, 420-427, 2007