

SBS 「토요특집 출발 모닝와이드(988회2부)」 2011년 1월 29일(토) 방영분 



오리의 재발견 전 세계인들의 영양식 '오리'

오리는 부위마다 뛰어난 영양을 가지고 있을 뿐 아니라, 일반 육류와는 달리 불포화지방산을 가지고 있어 체내에 쌓이지 않는 장점이 있다. 그래서 남녀노소 누구나 즐겨먹는 음식 중 하나.. 그 효능이 뛰어나 예로부터 궁중 음식으로 즐겨 먹었다는 오리. 중국황제의 밥상에 즐겨 올랐고 미식이 서태후가 가장 사랑했던 음식, 베이징 덕. 오리에게 꿀물 목욕을 시키고, 껍질과 살을 분리하는 것이 포인트. 가마에 찜질 하고 나온 오리는 그야말로 달콤한 냄새로 군침 돌게 하는데...이뿐 아니라, 백숙과 오리 불고기 등 오리조리법은 수십여가지가 넘을 정도다. 그런데 오리의 특별한 것으로 만든 밥이 최근 사랑받고 있는데... 바로 오리 기름과 수십여가지의 약재가 어우러진 약밥되지겠다. 오리 기름은 살이 찌지 않고 필수지방산으로 혈액순환을 원활하게 할뿐 아니라, 밥알을 부드럽게 만들어 맛과 영양에서 뛰어나다. 게다가 피부에도 좋아화장품을 만들어 쓸 수 있다고 한다. 맛과 영양뿐 아니라, 피부건강에도 좋은 오리의 재발견 속으로~!

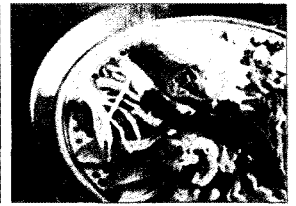


【최기환 아나운서】 겨울철 건강을 위한 보양식을 유슬기리포터가 전해주신다고 합니다.

【유슬기 리포터】 계속 되는 추위로 몸이 움츠러들기 쉬운 요즘, 가족 모두가 건강해지는 음식! 오리고기를



소개해드릴텐데요. 오리로 할 수 있는 것들이 상상한 것 보다 더 다양하고 특별했습니다. 버릴 것 하나 없는 오리고기의 재발견! 지금부터 확인해보시죠!



오리의 특별한 향연이 펼쳐집니다. 아무리 먹어도 질리지 않는 그맛! 오리 불고기에서부터 오리

백숙, 오리 훈제요리까지 어른뿐 아니라 아이들도 반할정도

남녀노소 불문하고 누구나 사랑하는 오리고기는 가족들의 대표 건강식입니다.

그리고 오리고기를 맛있게 먹는 법이 또 있죠.



TV속 오리기행

오리의 재발견, 전 세계인들의 영양식 '오리'



문전성시를 이루는 이곳의 대표오리는 중국 황실에서부터 내려왔다는 베이징 덕!



윤기로 눈길 사로잡고 달콤하면서도 부드러운 맛에 젓가락을 멈출 수 없는 단당연지사!



꿀물 목욕 후 무려 나흘동안이나 숙성된 오리를 한 시간 이상 참나무에 구워내면 맛있는 광채를 내뿜는 오리로 탄생합니다.



먹음직스러워 보이는 오리! 그러나 이것이 끝이 아닙니다. 손님상에 놓여지기 전 마지막 단계!



우선 바삭하게 구워진 껍질을 잘라내고 살을 저미는 과정인데요. 전문가의 숙련된 솜씨로



약 100조각이 나온다는데요.

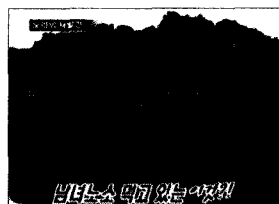
믿을 수 있는 국내산 오리로 구워낸 중국 황실 오리

의 맛! 두말하면 잔소리겠죠!



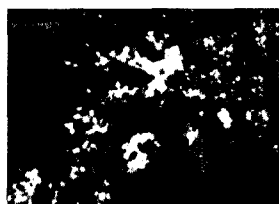
오리고기는 다양한 조리법으로 전세계인들의 사랑을 받고 있는데요. 오리간요리, 오리 발요리, 오리 혀요리까지. 그런데 이것으로도 오리요리를 할 수 있

다고 합니다.



오리의 어떤 것으로 요리를 할 수 있을까 제가 바빠 뛰어간 곳에서 사람들이 먹고 있는 건 밥인데요. 대

체 오리는 어디가고 밥뿐일까? 더욱 그 궁금증이 커졌는데요. 비밀을 파헤치기 위해 조리실을 찾았습니다.





밥솥에는 온갖 잡곡과 한약재 뿐, 오리는 털 끝하나 보이지 않았는데요.

【이춘희 사장님】 우리만의 비밀이에요.



그 비밀이 공개되는 순간! 여러분 놀라지 마십시오! 과연 그 비밀은?



다름 아닌 오리기름! 꼭 버터같이 생겼지만 오리 기름입니다. 십여가지의 한약재를 넣은 오리기름!



【유슬기 리porter】 냄새가 진짜 고소해요~



【유슬기 리porter】 밥에다 오리기름을 넣게 된 이유가 있으신가요?

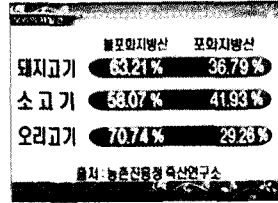


【이춘희 사장님】 오리기름이 다른 기름보다는 유용한 기름이기 때문에 넣게 됐어요.

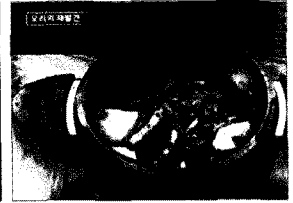
【김강식 한의학박사】 오리기름은 섭취했을 때 혈액순환을 돕거나 콜레스테롤을 저하시키는 효과가 있죠. 열독을 풀어주기도 하고



부기를 가라앉히고 종창을 가라앉히면서 혈관벽을 깨끗하게 하는 효과가 있죠.



체내에 쌓이지 않고 배출되는 것이 불포화지방산! 그 비율이 오리고기는 다른 육류에 비해 높았습니다.



다. 그래서 밥에 넣었을 때 여러효과를 볼 수 있는데요.



스무가지가 넘는 약재의 효능과 함께 오리기름이 노폐물까지 배출해주시니 그야말로 약밥이 따로 없겠죠.

그렇다면 그맛은 어떨까요?



【손님】 기름이 들어가면 느끼할 것 같고 그런데 밥이라서 그런지 담백한 맛이 강한 것 같아요.

● TV속 오리기행

오리의 재발견, 전 세계인들의 영양식 '오리'

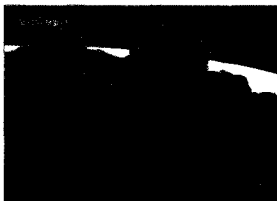
그뿐만이 아닙니다. 현재 개발중인 색다른 오리음식이 있다는데요.



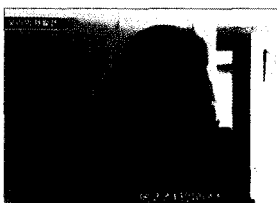
바로 개발 중인 오리 탕수육입니다. 이것도 오리기름이 들어갑니다. 식용유와 오리기름이 반반으로 섞여 튀겨지는 오리탕수육! 오리기름과 오리고기가 조화를 이룬 오리탕수육 독특하죠? 튀김요리는 기름기가 많아 피하는 분들이 많으신데 그런 부담을 오리기름이 줄여준다고 합니다. 하지만 무엇보다 맛이 중요한데요.



【유슬기 리포터】 음~ 오리기름 냄새가 전혀 안나요. 오리기름이라고 해서 바삭바삭 안할 줄 알았는데 바삭바삭하고, 오리고기가 굉장히 부드럽네요. 오리탕수육이 대중화가 되는 날이 멀지 않은 것 같



네요.



오리의 무한 변신! 이것이 끝이 아닙니다.

천연재료로는 못 만드는 것이 없다는 친환경전문

가를 만나봤습니다.



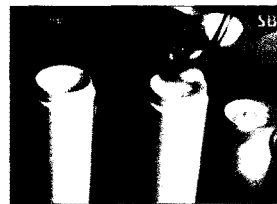
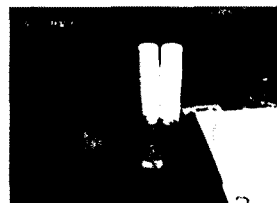
집에서 오리고기를 구워 먹을 때 골칫거리중 하나가 기



름이잖아요.

이 기름으로 우리생활에 유용한 물건을 만들 수 있다고 합니다.

【최윤하 에코스타일리스트】 겨울철에 손이나 발에 쓰면 보습에 좋은 오리기름을 이용해서 크림을 만들 거예요.



우선 찌꺼기를 걸러낸 오리기름에 유허제를 2:1 비율로 넣어줍니다 오리기름의 약6배의 정제수를 더해주고 모두 다함께 넣고 기구를 이용해 섞어주면 오리 핸드크림이 됩니다.



【유슬기리포터】 우와~ 정말 간단한 방법으로 핸드크림이 완성됐어요.

오리기름이 들어가서 다를 것 같은 핸드크림은 확실히 촉촉한게 느껴집니다.

또한 오리기름으로 주방



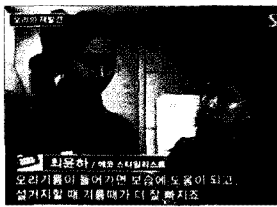


비누도 만들 수 있다고 합니다.

약한 불에 비누베이스를 녹인 후 커파찌끼기와 오

리기름을 넣고 저어주면 완성!

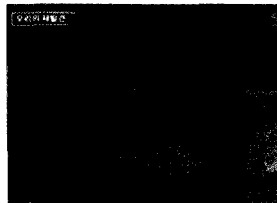
마지막으로 오리기름을 소량 넣은 후 혼합이 될 때까지 젓기만 하면 되는데요.



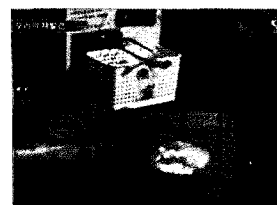
【최윤하 에코스타일리스 트】 오리기름이 들어가면 보습에 도움이 되고, 설거지할 때 기름때가 더

잘 빠지죠. 오일은 오일을 녹이는 성질이 있으니까요.

마지막으로 굳히기 단계!



섞여진 비누액을 예쁜 틀이나 종이컵에 담고 냉동실 혹은 상온에서 그대로 두기만하면 오리기름 주방비누가 완성되는데요!



정말 이번 설에 어머님들이 비누로 설거지 하시고 손도



촉촉하게 보호된다고 하니까 이거 한번 이용해보시면 좋을 것 같아요.

몸의 건강 뿐 아니라 피부



의 건강까지 챙길 수 있는 오리고기!

가족이 함께 모이면 화목까지 챙길 수 있겠죠?

오리고기의 무한 변신 앞으로 계속됩니다.

