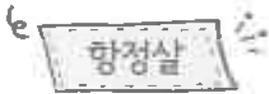
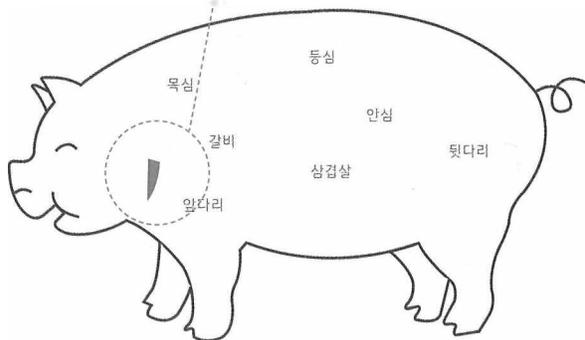


알고계세요?!

돼지고기에는 비타민 B<sub>1</sub>(정신 건강 개선·성장촉진), 비타민 B<sub>12</sub>(빈혈 예방·성장 촉진·신경계 건강 유지)·아연(상처 치유 시간 단축·성장촉진), 철분(빈혈 예방·피로 해소)이 풍부해 정신적 스트레스가 심한 직장인과 한창 자라는 어린이·청소년, 빈혈이 있는 젊은 여성에게 좋다. 하지만 부위별로 지방함량의 차이가 많으므로 고열량 고지방 식품이 될 수도 있고 저지방 고단백 식품이 될 수도 있다는 것을 명심하고 요리 용도, 기호 등에 따라 소비자의 올바른 선택이 필요할 것이다. 그렇다면, 돼지고기 부위는 모두 몇 개일까? 대부분할 7개(목심, 등심, 앞다리, 갈비, 삼겹살, 안심, 뒷다리)와 이를 다시 소분할 22개로 나눈다. 이번 신년호에서는 외식할 때 고깃집 메뉴판에서 한 번쯤은 봤을 향정살에 대하여 알아보자.



그럼 과연 돼지의 어느 부분일까?  
바로 여기!...



그럼 씹는 맛이 일품인 향정살의 부위는 과연 어디일까?

향정살은 머리와 목을 연결하는 돼지의 목덜미살로 앞다리 부위에서 분리하여 정형하며, 110kg짜리 돼지 한 마리에서 약 600g 정도만 나와 그 희소성이 높으며 주로 구이로 먹는다.

그렇다면 돼지고기를 익힐 때 주의해야 할 사항은 무엇이 있을까?

반드시 익히는 것이 중요하다. 그러나 너무 구우면 본래의 맛을 잃어버릴 우려가 있으니 살짝 눌러보아 탄력이 있을 때까지 굽도록 한다. 처음에는 센 불, 나중에는 약한 불로 익힌다. 처음에 센 불로 양면을 바삭 구워 맛있는 육즙이 흘러나오지 않게 한 다음 약한 불로 서서히 익히는 것이다. 편육을 할 경우도 끓는 물에 고기를 넣어 표면을 응고 시킨 뒤 삶아야 맛있게 된다. **특히**

향정살은 돼지고기 앞다리의 소분할(앞다리살, 앞사태살, 향정살) 중의 하나로 가장 큰 특징은 옅은 분홍색 살에 매우 훌륭하게 잘 침착되어 있는 마블링이다. 이렇게 살코기와 적절한 비율의 근내지방이 일정한 방향으로 섞여 있어 구워 먹을 때 씹히는 부드러운 탄력과 풍부한 육즙은 먹는 이로 하여금 그 쫄깃함과 풍미를 만끽할 수 있게 해 준다.

