전통 장류 나트륨 현황과 저감화 방안

김미연¹, 정용진^{1,2*} ¹(주)케이엠에프, ²계명대학교 식품가공학과

Ⅰ. 장류 나트륨 저감화

1. 나트륨 저감화의 필요성

된장 및 간장 등 장류식품은 일반 국민의 식탁에서 거의 매끼 섭취되고 있는 품목이다. 특히 장류는 유용한 미생물의 급원이며, 비타민, 미네랄이 풍부하고 식이섬유소가 많은 우수한 발효식품이나 소금의 과다 섭취 요인 중의 하나이다. 된장은 콩을 이용한 발효식품으로 Bacillus속 세균, 젖산균과 함께 Aspergillus, Mucor, Saccharomyces등 곰팡이와 효모등 여러 미생물들이 어우려져 특유의 깊은 맛을 내는 식품이다. 우수한 콩 단백질의 분해로 얻어지는 아미노산 공급과 함께 항종양, 항동맥경화, 항혈전용해효과 및 면역증진에 기여하는 여러 생리활성물질을 함유하고 있는 것으로 알려져 있다. 이러한 좋은 기능과 깊은 맛을 유지하면서 소금의 양을 줄인 저염 된장의 필요성도 증가하고 있는 추세이다.

나트륨 소비가 많은 나라에 속하는 우리나라 사람들의 나트륨 제1급원식품은 김치류였으며, 그 다음이 된장, 간장 등 장류가 뒤를 이었다. 30세 이상의 고혈압 유병률은 2007년 24.6%에서 2008년 26.9%, 2009년 30.3%로 매년 증가하고 있으며, 고혈압 입원비율은 인구 10만명당 191명으로 OECD 4위로 나타났다. 최근 4년간 고혈압 진료인원 38.6%증

가, 진료비 52.8%증가(국민건강보험공단 '09) 고혈 압, 심혈관계·신장 질환 등을 유발하는 나트륨 과 잉섭취를 줄이기 위해 가공식품제조, 음식조리(급 식·외식·가정식) 및 소비자 섭취 등 모든 단계에 서 나트륨 섭취량 저감 추진 필요하다.



그림. 나트륨 주요 급원 식품

표. 국내 나트륨 섭취량 WHO 권고량의 2.4배~3 배'09년 국민건강영양조사 결과)

WHO 1일 섭취 최대 권고량	한국인 평균 섭취량	30~50대 남성 섭취량		
2,000mg	4,646mg	6,327mg		

2. 장류 제품 현황 및 품질특성

지역	역명	회사명	제품명	рН	산도	염도
	춘천시	상걸리	콩이랑	4.41	2.115	17.2
	양구군	다락식품	재래식전통된장	4.98	3.375	14.4
강원도	고성군	건봉	다시마막장	4.68	3.825	12.8
경전도	14.8년	건봉	다시마된장	4.68	3.555	11.6
	평창군	구수담	맛객된장	5.2	3.870	14.2
	અજિંદ	구수담	맛객고추장	4.72	2.205	8.7
		절골된장	전통된장	4.76	2.295	15.6
경기도	양평군	절골된장	유기전통엄나무된장	4.52	3.150	15.4
		광이원	우리콩으로만든전통된장	5.1	2.610	12.9
충청북도	단양군	COOP	전통된장	5.68	2.115	17.8
	안동시	안동제비원	소두장	5.78	1.620	13.6
	단중기	안동농협	재래된장	5.95	2.745	11.7
	영양군	영양산마을	산해원 국간장	5.01	5.940	18.4
경상북도	જ જુન	영양산마을	산해원 된장	5.04	2.520	12.2
70.0 H.T.	고령군	알알이	개량식 된장	5.08	2.295	11.8
	칠곡군	태장고	전통식 된장	4.82	2.048	13.7
	(설기년	해밀원	된장	5.46	2.565	12.6
	포항시	상목 고천마실		5.41	2.340	12.6
전라남도	강진군		강진된장	4.99	3.195	10.6
,	계		24개 품목			

Ⅱ. 염도 및 나트륨 분석법

1. 염도분석법

- 1. 염도계 종류
- 1) 디지털 염도계



2) 기타 염도계



[아날로그 염도계]

- ■0~28%까지 측정 가능.
- 빛과 불순물에 영향을 받음.

2. 염도분석 방법

- 1) 측정할 된장을 콩 덩어리가 없게 으깬다
- 2) 으깬 된장 10 g에 물 90 g를 넣고 믹서기로 5 분 이상 혼합한다.
- 3) 여과포(부직포, 광목 등)로 여과한다.
- 4) 염도계로 분석한다.
- 5) 분석값에 10(희석배수)를 곱하여 계산한다.



[디지털 염도계]

- ■0~5%까지 측정 가능.
- ■5% 이상은 희석하여 사용.

3. 소금에서 나트륨 함량 계산

소금은 나트륨(Na, 40%)과 염소(Cl, 60%)로 이루어진 물질로 소금 내의 나트륨 비율을 토대로, 식품내 나트륨 함량을 알면 소금 함량을 계산할 수 있다. 예를 들어 라면 한 그릇에 나트륨이 2g(2,000mg)들어 있다. 이것을 소금 양으로 환산하면 2X2.5=5g이다. 나트륨이 g이 아닌 mg으로 되어있다면 g으로 환산해서 계산하면 된다. (1,000mg=1g)

- Ex1) 장류 제조 전 메주를 담가두는 소금물의 염도 측정?? 소금물 18%를 가정…
 - 1. 소금물 10g, 정제수 90g을 비커나 그릇에 섞어 줍니다.
 - 2. 디지털 염도계를 이용하여 염도를 측정합니다.
 - 3. 계산방법

염도 측정값이 1.8% 일 때,

1.8(%) X 10(희석배수) = 18%

Ex2) 된장의 염도를 측정 시…

- 1. 된장 10g, 정제수 90g을 비커나 그릇에 넣어 풀어줍니다. (믹서이용)
- 2. 디지털 염도계를 이용하여 염도를 측정합니다.
- 3. 계산방법

염도 측정값이 1.2% 일 때,

1.2(%) X 10(희석배수) = 12%

4. 소금과 나트륨 함량의 상호 환산법

1) 소금함량으로부터 나트륨함량을 구할 때 나트륨은 소금의 40%이므로 소금함량을 mg으로 바꾼 다음 0.4를 곱한다.

예) 5g 소금 : 5,000mg X 0.4 = 2,000mg

2) 나트륨함량으로부터 소금함량을 구할 때 나트륨함량을 g으로 바꾼 다음 2.5를 곱한다.

예) 2,000m 나트륨 : 2g X 2.5 = 5g

5. 나트륨 분석

나트륨 정밀 함량 분석은 각 지역별로 공인된 식품위생검사기관에 의뢰하여 진행한다. 분석에 필요한 장류량은 600g 이며, 분석기간은 14일(주말포함)이 소요된다.

Ⅲ. 나트륨 저감화 장류 제조

1. 장료 원료 및 공정 관리점

- 1) 소금 종류, 용기의 살균 소독
- 소금의 종류에 따른 나트륨 함량
- ·천일염(나트륨 90%)
- ·정제염(나트륨 99%)
- ·나트륨 저감화 소금(나트륨 99%) 함량을 고려 하여 선택하고 염수를 제조 할 때 특별히 관리 가 요함
- 나트륨 저감화 장류의 담금에서 가장 중요한 관리 포인트임
- 담금 용기의 살균과 소독
- ·일반적으로 스테인레스 용기를 제외한 옹기(독) 등은 살균·소독을 철저히 요함
- ·담금 용기는 청결하게 세척 후 건조하여 반드 시 연기로 훈증소독을 하고 하루 정도 방치 후 다시 물에 세척하여 사용함. 담긍 용기의 기공

속에 있는 유해균 제거에 가장 효율적 방법임.

2) 염수제조 및 염도 측정

- 나트륨 저감화는 정확한 염수제조 및 염도 기 주이 선행되어야 함
- 나트륨 함량은 일반 염도계로는 측정이 불가 능하며 천일염, 정제염, 나트륨저감 소금 등의 사용에 따른 나트륨 함량 기준을 참고하여 염 수를 제조함
- 일반적으로 15% 같은 염도 농도 기준일 때 천일염, 정제염, 나트륨 저감화 소금 용액의 나트륨 함량은 천일염(%),정제염(%), 나트륨 저감화 소금 용액(%) 임.

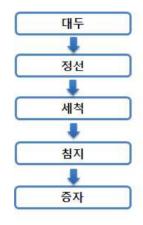
3) 담금

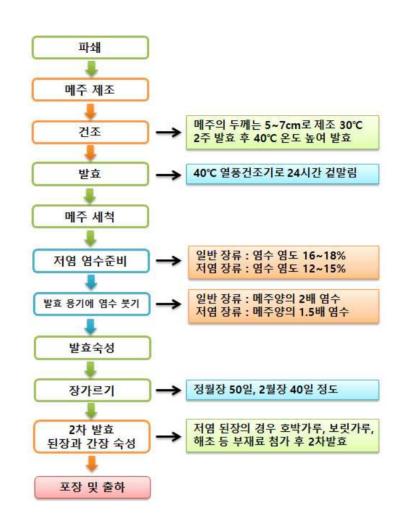
- 염수와 메주의 비율관리
- 담금과정에서 살균된 용기 및 외부 오염 요인 의 관리가 필요함

4) 숙성

- 나트륨 저감화 장류의 제조에서 소금의 종류, 염도의 조절만큼 중요한 관리 포인트가 되는 숙성조건임
- 농가형 소규모 담금 장류는 관리 가능하며 일 조량, 담금 용기의 크기 등을 고려하여 관리함
- 대구모 기업형 담금 장류는 실내 온·습도 조절 이 가능한 공간에서 수분함량을 관리하여 염 도 및 나트륨 함량을 조절함.
- 나트륨 저감화 장류는 소금의 종류, 염수제조 및 숙성과정에서 농축 증발되는 수분 함량 조 절을 통한 품질 관리가 요망됨.

5) 제조공정





2. 재래식 장류 저감화 방안 예시

1) 재래식 된장 담금비율

정제수	메주	소금(대체염)	염도
18L	6kg	5.2kg	16% (초기 소금물 염도)

담금구간	정제수	메주	나트륨 저감 소금
나트륨 25% 절감	450L	150kg	125kg

2) 저염된장 담금 실험

(1) 담금 배합비

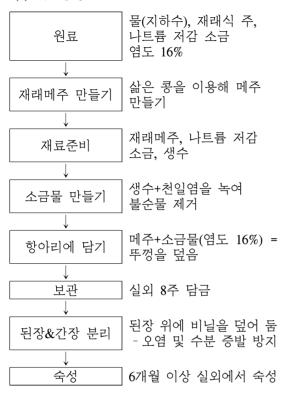
나트륨을 25% 절감한 대량생산공정 배합비

담금구간	정제수	메주	천일염
기존	450L	150kg	125kg

(2) 담금일정

일정	제조단계	내용
2016년 3월	재래식 메주를 이용한 담금	재래식 장담금
2016년 5월	된장 & 간장 분리	된장과 간장을 분리
2016년 11월 숙성 보관		진행 중

(3) 제조공정



3. 개량식 장류 저감화 방안

1) 개량식 된장 담금비율

정제수	메주	소금(대체염)	염도
10L	3kg	3.5kg	19% (초기 소금물 염도)

2) 저염된장 담금 실험

(1) 담금 배합비

나트륨을 25% 절감한 대량생산공정 배합비

담금구간	정제수	메주	천일염
 기존	1,200L	600kg	300kg
담금구간	정제수	메주	나트륨 저감 소금
나트륨 25% 절감	1200L	600kg	300kg













(2) 담금일정

일정	제조단계	내용
2015년 9월	개량식 메주를 이용한 장담금	개량식된장 담금
2015년 11월	된장 & 간장 분리	된장과 간장을 분리
2016년 4월	소분 포장작업	된장& 간장을 맛볼 수 있음

(3) 제조공정

원료	물(지하수), 개량식 알알이 메주, 나트륨 저감 소금, 염도 19%
↓ 개량메주 만들기] 삶은 콩에 고초균 활성조건에서 건조
↓ 원료준비] 개량메주(알알이), 생수, 나트륨 저감 소금
↓ 소금물 만들기] 생수+나트륨 저감 소금을 녹여 불순물 제거
→ 항아리에 담기	메주+소금물(염도 19%) =뚜껑을 덮음
→ 보관	-] 33℃ 전후의 공간에 8주 보관
된장&간장 분리	☐ 된장 위에 비닐을 덮어 둠 - 오염 및 수분 증발 방지
\	
숙성] 1개월-33℃정도에서 보관(41℃ 이상이면 발효 정지)









4. 제조공정 매뉴얼 및 품질규격

1) 개량식 저염 된장

1. 제품개요			
	제품명	저염된장	
제품정보	생산공장	알알이식품	
세품/8모	제품유형	된장	
	성상	고상	
	제품용도	요리를 할 때 염미를 부여하기 위하여 사용 소스 등의 원료로 사용 된장 응용제품 개발 원료	
제품용도 및 유통기한	조리 /섭취방법	무침, 찌개 등의 요리에 사용 음식의 부원료로 사용	
	유통온도	실온(1∼35°C)	
	유통기한	제조일로부터 18개월	
 포장방법 및	포장방법	밀봉포장	
포장재질 특성	용기	PET, PP리드(폴리에틸련델레프탈에이트,알루미늄,종이)	
보관/유통상 주의사항 사용 후 마개를 꼭 닫고 서늘하고 그늘진 곳에 보관			

2. 배합비

	" " H " "				
원료명	규격	배합비(%)	1batch당 투입량		
콩	국내산	28.6	600kg		
소금		14.3	300kg		
정제수		57.1	1200L		
합계		100.00			

3. 제조공정

NO	공정명	작업내용 및 방법	주요설비명
1	입고 및 보관	원부재료가 기준 규격에 적합한지 검토하고 이상 없을 시 입고한다.	실온창고
2	개량메주제조	삶은 콩에 고초균 활성조건에서 건조	전자저울
3	재료준비	개량메주(알알이), 생수, 나트륨 저감 소금	
4	소금물 만들기	생수+나트륨 저감 소금을 녹여 불순물 제거	
5	항아리에 담기	메주+소금물(염도 19%) =뚜껑을 덮음	
6	보관	33℃ 전후의 공간에 8주 보관	
7	된장&간장 분리	된장 위에 비닐을 덮어 둠 - 오염 및 수분 증발 방지	
8	숙성	1개월-33℃정도에서 보관(41℃ 이상이면 발효 정지)	

4. 품질규격

77 m2	원산지	제조원 /수입원	법적유형		법적규격			
품명			대분류	세부 유형	구분	관리 세부항목	공통 규격	개별규격
우촌알알이된장	국산	알알이식품	장류	된장	보존료	소르빈산 소르빈산칼 륨 소르빈산칼 슘	1.0이 하	소르빈산으로서, 한식된장, 된장, 조미된장, 고추장, 조미고추장, 춘장, 청국장, 혼합장에 한한다
					타르색소	타르색소	-	불검출
					대장균	대장균	-	음성

2) 재래식 저염 된장

	1. 제품개요							
	제품명	저염된장						
게 뜨 저 ㅂ	생산공장	태장고						
제품정보	제품유형	한식된장						
	성상	고상						
	제품용도	요리를 할 때 염미를 부여하기 위하여 사용 소스 등의 원료로 사용 된장 응용제품 개발 원료						
제품용도 및 유통기한	조리 /섭취방법	무침, 찌개 등의 요리에 사용 음식의 부원료로 사용						
	유통온도	실온(1∼35°C)						
	유통기한	제조일로부터 12개월						
 포장방법 및	포장방법	밀봉포장						
포장재질 특성	용기	PET, PP리드(폴리에틸련델레프탈에이트,알루미늄,종이)						
보관/유통	통상 주의사항	사용 후 마개를 꼭 닫고 서늘하고 그늘진 곳에 보관						

2. 배합비

원료명	규격	배합비(%)	1batch당 투입량
코	국내산	20.7	150kg
소금		17.2	125kg
정제수		62.1	450L
합계		100.00	

특 집 (5)

3. 제조공정

NO	공정명	작업내용 및 방법	주요설비명
1	입고 및 보관	원부재료가 기준 규격에 적합한지 검토하고 이상 없을 시 입고한다.	실온창고
2	재래메주제조	삶은 콩을 이용해 메주 만들기	전자저울
3	재료준비	재래메주(태장고), 천일염, 생수	
4	소금물 만들기	생수+천일염을 녹여 불순물 제거.	
5	항아리에 담기	메주+소금물(염도 16%) =뚜껑을 덮음	
6	보관	실외 8주 담금	
7	된장&간장 분리	된장 위에 비닐을 덮어 둠 - 오염 및 수분 증발 방지	
8	숙성	6개월 이상 실외에서 숙성	

4. 품질규격

	원산지	제조원 /수입원	법적유형		법적규격				
품명			대분류	세부 유형	구분	관리 세부항목	공통 규격	개별규격	
저염된장	국산	태장고	장류	한식된장	보존료	소르빈산 소르빈산칼륨 소르빈산칼슘	1.0이하	소르빈산으로서, 한식된장, 된장, 조미된장, 고추장, 조미고추장, 춘장, 청국장, 혼합장에 한한다	
					타르색소	타르색소	-	불검출	
					대장균	대장균	-	음성	

IV. 나트륨 저감화 장류 제품화 사례

1. 개량식 저염 된장 및 간장제조

1) 제품정보



	우촌알알이 된장	제품유형	된장		
상품명		구성 및 포장형태	PET, PP리드(폴리에틸련델레프탈에이트, 알루미늄, 종이), 밀봉포장, 100g, 200g, 500g, 950g, 1kg, 2kg, 3kg, 10kg, 20kg		
원료명 및 함량	메주68.4%[대두(국내산) 99.98%, 황국(국내산)0.02%], 가공소금(짤트75)29.6%[정제소금74.5%, 염화칼륨22.25%, 보합조미식품(에스에이피(SAP))1.5%, 이산화규소1%, 구연산0.55%, 발효식초(비열처리현미생식초) 0.2%],주정2%				
나트륨함량	12.4%(3,721 ± 2.2 mg%)				

2) 품목제조보고

품목제조보고대장

1. 품목제조보고사항

영업신고번호 제 19990568032 호

품목보고번호	19990568032-79	제품명	<u> </u>	혼알알이	된장	업소명	알알이 식품	
식품의 유형	Ę		보고일자 2016-04-26			5-04-26		
원재료또는 성분명및 배합비율	가공소금(짤트7. 보합조미식품(°	메주68.4%[대두(국내산) 99.98%, 황국(국내산)0.02%], 가공소금(짤트75)29.6%[정제소금74.5%, 염화칼륨22.25%, 보합조미식품(에스에이피(SAP))1.5%, 이산화규소1%, 구연산0.55%, 발효식초(비열처리현미생식초) 0.2%],주정2%						
성 상	황갈색 색택을	띄며, 이미, ㅇ]취가	없어야 한	<u> </u> 나.			
포장방법 (단위)	1 '	PET,PP리드(폴리에틸련델레프탈에이트, 알루미늄, 종이), 밀봉포장, 100g, 200g, 500g, 950g, 1kg, 2kg, 3kg,10kg, 20kg						
용도용법			음식의	부원료.	로 사용			
유통기한	제조일로-	부터 18개월		품 유지	_			
품목제조조건				ק [כ	ולב וו	직 급	지방보건주사	
古古州丕丕征	기재자 성명 송대희						송대희	
유통기한 설정사유	자사에서 생산 유통중인 부촌알알이된장 품목과 유사한 제품으로 유통기한 설정기준의 규정에 의거 유통기한이 설정됨							
기타								

2. 재래식 저염 된장 및 간장제조

1) 제품정보



	나트륨은 줄이고	제품유형	한식된장			
상품명	짠맛은 그대로 저염된장	구성 및 포장형태	용기-PET,뚜껑-PP 500g, 1kg, 2kg			
원료명 및 함량	메주25%(대두, 정제수), 가공소금(짤트75)17%[정제소금74.5%, 염화칼륨22.25%, 보합조미식품(에스에이피(SAP))1.5%, 이산화규소1%, 구연산0.55%, 발효식초(비열처리현미생식초) 0.2%], 정제수58%					
나트륨함량	13.6%(3,845 ± 2.2 mg%)					

2) 품목제조보고

품목제조보고대장

1. 품목제조보고사항

영업신고번호 제 20120570125 호

품목보고번호	201205701256	제품명	나트륨은	줄이고짠맛은 그대로 저염된장	업소명	태장고		
식품의 유형	7	한식된장		보고일자	2010	5-10-31		
원재료또는 성분명및 배합비율		메주25%(대두, 정제수), 가공소금(짤트75)17%[정제소금74.5%, 염화칼륨22.25%, 보합조미식품(에스에이피(SAP))1.5%, 이산화규소1%, 구연산0.55%, 발효식초(비열처리현미생식초) 0.2%], 정제수58%						
성 상	고유의] 색탁과 향	미를 지니.	고 이미,이취 및 이물	질이 없어야	한다.		
포장방법 (단위)		용기-PET,뚜껑-PP 500g, 1kg, 2kg						
용도용법			음식의	리 부원료로 사용 -				
유통기한	제조일	로부터 12기]월	품질 유지기한				
품목제조조건				기 제 기.	직 급			
품득세소소선	기재자 성명							
유통기한 설정사유	기존유사제품과 포장방법, 식품유형, 성상이 같으므로 유통기한을 12개월로 설정							
기타								