

차요테 가공식품 소재화를 위한 부위별 유용성분 분석

이규희*, 이민정, 김주형, 김영호

충청북도농업기술원 연구개발국

Analysis of Useful Ingredients of Chayote (*Sechium edule* (Jacq.) Sw.).

Kyu Hoi Lee*, Min-Jeong Lee, Ju Hyoung Kim and Young Ho Kim

Bureau of Research & Development, Chungcheongbuk-do Agricultural Research and Extension Services, Cheongju, Chungbuk, 28130, Republic of Korea

최근 기후온난화 및 다문화 가정 증가에 따라 아열대작물 재배 및 수요가 증가하고 있다. 차요테 (*Sechium edule* (Jacq.) Sw.)는 멕시코 남부와 중앙아메리카가 원산인 아열대 채소로 박과에 속하는 다년생 덩굴식물이다. 차요테는 아삭아삭한 식감에 가벼운 단맛을 가지고 있으며, 그 맛이 오이, 무와 비슷하다. 라틴아메리카에서는 튀김, 샐러드, 수플레로 필리핀에서는 수프와 볶음의 재료로 활용한다. 국내에서는 식감이 좋아 열매를 장아찌 용으로 이용하거나 어린순과 잎을 무침용으로 이용하기도 한다. 차요테는 매우 낮은 칼로리를 지녔으며 포화지방이나 콜레스테롤을 함유하지 않아 다이어트 식품으로 알맞은 채소이다. 또한 비타민 C와 E, K가 풍부하여 피로 해소, 면역력 개선, 피부 미용, 감기 예방, 골다공증이나 암 예방, 동맥경화 방지는 물론 신경전달물질인 세로토닌과 멜라토닌 형성에도 도움을 준다. 그밖에 칼륨, 마그네슘, 망간, 구리, 아연 등의 미네랄이 함유되어 있어 세포의 성장과 분열, 면역체계의 활성화, 심장과 근육 기능 유지 등에 기본적인 도움을 준다. 따라서, 본 연구는 차요테의 가공식품 소재화를 위해 부위별 유용성분 함량 분석을 통한 차요테 이용 확대를 위해 수행하였다. 차요테는 잎에서 열매와 어린순에 비해 지방, 단백질, 탄수화물, 식이섬유 등이 높게 나타났으며, 비타민 C, E 및 칼슘과 철분도 높은 함량을 나타내었다. 또한 장에 존재하여 다당류를 단당류로 분해하는 효소인 Alpha-Glucosidase의 활성을 억제하여 탄수화물 흡수를 지연시켜 체내 혈당을 낮추는 효과를 나타내는 AGI 활성은 열매 부위에 가장 높게 나타났다.

주요어: 차요테, 유용성분, 가공식품

*(Corresponding author) E-mail: lkh79@korea.kr, Tel. 043-220-5622, Fax. 043-220-5629