우수석풍
제압주가 탄고기

<유상철>

본 원고는 외지에서 발해한 것으로 닭고기가 가 장 경제성이 높게 생산할 수 있는 식품이며 또한 그 영양가도 우수하여 인류의 식생활에 기여하는 바 가 크다는 점을 강조하면서 몇 가지 기본적인 소비 확대 방안을 제시한 것으로 우리आ영계인들에게 참고될 것으로 믿는다. "...

탑고기는 식품중에서 가장 사료 효율이 좋다

“식품”으로서 탑고기는 다른 육류와 비교 가산할 정도로 사계 생산할 수 있으며, 영양가 를 파악해서는 육류뿐만 아니라 다른 모든 식품과 비교 하여도 우수한 것을 알 수 있다. 오늘날 1파운드의 사료를 먹어서 1파운드의 고기로 생산할 수 있는 것은 오로지 탑고기 뿐이다. 최근에는 사료효율을 1.99:1로 개선시키 200
만수의 탑고기가 출하되었는데 이것은 마치 100m경주에서 인간능력의 한계라고 밝혀낸 10조F의 기록을 깨뜨리고 9.9에 뛰는 것처럼 사료효율의 한계라고 믿고 있던 2:1을 깨뜨린 것이다.

가득은 채어지기 위해서 존재하는 것. 사료 효율은 날로 개선되어 나갈 것이다.

우리나라도 한때 사료효율은 2.2~2.3까지 개선하는 호기로 매겨졌지만 지금은 사료품질 의 저하로 말미암아 다시 3.0근처까지 기록의 우회를 가져오고 있는데 이는 한마디로 사료 일러 산업의 후퇴를 의미하는 것이다. 코넬의 맥스브링크 교수는 “육계생산은 세계 적으로 가장 선진된 식량생산업”이라고 말하면서 “그렇게 경이적인 사료효율을 나타내고 있는 대신 사료비가 생산비의 2/3를 차지하고

* 탑고기는 모든 식품중에서 가장 우수합니다. 탑고기의 음도는 아주 다양합니다. 또 육류중에서 가장 갯짜게 구입할 수 있습니다. 탑고기 같이 우리을 건강하게 만들 수 있는 식품도 드물 것입니 다.*
있기 때문에 사료사정에 따라서 변화가 크다고 말했다.

**닭고기는 가장 우수한 단백질 식품**

아름다운 영양가가 높고 경이적인 효율로 생 산하기 때문에 최근 영양학자들의 집중 연구 대상이 되고 있는 것은 물론 없는 사실이다. 닭고기의 단백질 함량은 다음 표에서 볼수 있듯이 다른 식품과 비교하여 우수한 레에 속 한다.

![이미지](image)

<table>
<thead>
<tr>
<th>식품</th>
<th>칼로리</th>
<th>단백질</th>
<th>지방</th>
<th>탄수화물</th>
<th>칼슘</th>
<th>철</th>
<th>비타민A</th>
<th>지아민</th>
<th>비타민B6</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>닭고기</td>
<td>204</td>
<td>25</td>
<td>10</td>
<td>0</td>
<td>11</td>
<td>1.5</td>
<td>286</td>
<td>0.04</td>
<td>0.16</td>
</tr>
<tr>
<td>계란</td>
<td>148</td>
<td>11.1</td>
<td>11.1</td>
<td>소량</td>
<td>50</td>
<td>2.0</td>
<td>1092</td>
<td>0.09</td>
<td>0.28</td>
</tr>
<tr>
<td>쇠고기</td>
<td>270</td>
<td>23</td>
<td>19</td>
<td>0</td>
<td>10</td>
<td>3.0</td>
<td>33</td>
<td>0.08</td>
<td>0.02</td>
</tr>
<tr>
<td>돼지고기</td>
<td>255</td>
<td>15.7</td>
<td>20.6</td>
<td>0</td>
<td>7.8</td>
<td>2.2</td>
<td>60</td>
<td>0.62</td>
<td>0.18</td>
</tr>
<tr>
<td>우유</td>
<td>6.5</td>
<td>3.5</td>
<td>3.9</td>
<td>4.7</td>
<td>111.8</td>
<td>3.04</td>
<td>153</td>
<td>0.06</td>
<td>0.12</td>
</tr>
<tr>
<td>백</td>
<td>109</td>
<td>2.2</td>
<td>24.6</td>
<td>8.0</td>
<td>0.3</td>
<td>0</td>
<td>0</td>
<td>0.04</td>
<td>0.02</td>
</tr>
<tr>
<td>밀가루</td>
<td>73</td>
<td>1.8</td>
<td>0.6</td>
<td>13.9</td>
<td>7.9</td>
<td>0.6</td>
<td>20</td>
<td>0.04</td>
<td>0.02</td>
</tr>
<tr>
<td>비타민</td>
<td>660</td>
<td>74</td>
<td>74</td>
<td></td>
<td>20</td>
<td>0</td>
<td>3036</td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

**표 1** 주요 식품 100g의 영양가

뇌기도 한다. 다음 표 2에서 볼수있듯이 100g의 단백질을 섭취하기 위하여 드는 비용은 닭고기 280원으로 가장 적을 것을 알 수 있다.

![이미지](image)

<table>
<thead>
<tr>
<th>식품</th>
<th>가격</th>
<th>단백질 100g 섭취에 필요한 비용</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>닭고기</td>
<td>70(원/100g)</td>
<td>400g 280원</td>
</tr>
<tr>
<td>계란</td>
<td>37</td>
<td>910 337</td>
</tr>
<tr>
<td>쇠고기</td>
<td>150</td>
<td>430 645</td>
</tr>
<tr>
<td>돼지고기</td>
<td>83</td>
<td>656 528</td>
</tr>
<tr>
<td>밀</td>
<td>17.5</td>
<td>4545 795</td>
</tr>
<tr>
<td>밀가루</td>
<td>10</td>
<td>5555 5555</td>
</tr>
</tbody>
</table>

**표 2** 단백질을 섭취하기 위하여 드는 비용 (원)

닭고기는 표 1에서 보듯이 섬유질이 없기때 문에 소화효율 높고 맛이 부드러워 어린이나 노인에게도 아주 좋은 식품이다.

그러니까 닭고기 차단 식품보다 작은 영양 소스를 제공할 뿐만 아니라 저칼로리 식품으로, 탄수화물이 적고 단백질 함량이 높기 때문에 조리기법에 관계없이 다양한 음식으로 활용될 수 있다. 2008년 미국 보건소와 미국 식품국가 건강위생연구소에 따르면 닭고기는 다른 식품보다 1/3의 칼로리를 제공하며, 단백질 함량은 20%이상 높다고 한다.

요약하자면, 닭고기는 저칼로리, 저지방, 단백질 함량이 높고, 소화가 용이하며, 다양한 조리 방법으로 활용이 가능하여 건강한 식단에 이상적인 음식으로 작용한다.
요리 술서는
주부들의 자랑거리

대개 주부들은 높은 평가를 받는 요리 술서를 발휘하여 가족을 돌보며 생활하는 방법을 만드는 것이 대부분이다. 우리나라의 경우 유행의 교신(연배의)가 조사한 것을 보면, 주식 요리는 물이나 소비가 가와 소비가 가장 많으며, 그 다음으로는 회와 소비의 가와 야식을 만드는 것이다. 또한, 새로운 요리법이 개발될 경우의 25%의 주부들이 요리를 더하려는 흥미를 보이고 있다.

또한, 새로운 요리법에 대한 반응을 보면, 27%의 관심을 보이고 있는데 여기서 생각해보면, 요리의 간단한 기법을 제외하고는 몇몇 요리의 기법은 어렵게 되는 것이다.

미국의 20년동안 5배이상의 소비를 증대시킨 것은 미국 부모들의 협회가 새로운 요리를 개발하여 계속 PR한 결과로 보인 것이다. 미국의 요리 전문가들은 스스로의 기분이 아니라 해외의 밥(飯)여행자들은 밥과 다양한 요리를 만들어 먹으며, 야식음료 제공 서비스를 받아야 한다.
비중대를 놓리는데 가장 좋은 방법은 하약감이 될 것이다. 윤호진교수의 조사에 의하면, 제주
응용실의 사회적 활동을 통합한 무시로 판매한다던가, 아니하더라도 그만 하겠다는 소비자들은
40%가 소비증가를 두고 하었다. 그렇지 않으면 증가하는 소비자들은 소비층의 35%로 전체
조사대상 중 65%가 부분으로 임
하고 있었다.
미국에서는 90%이상이 신선한 맛을 잘 포
장하여 식품점 전문에 잘 진열되어 있어 판매
에 도움이 되고 있다. 그러나 우리나라는 생
동물 맛을 판매하고 있기 때문에 별로 좋아하
지 않는다는 것다. 미국에서는 주부들이 시장에
장에 필요한 물건을 적어가지만, 냉동고가
회고기 보다는 신선하고 값싼 냉고기가
잘진열되어 있는 것을 보고 살물을 적어오
지 않았더라도 그저에서 사는 일이 좋을 있
다.
우리나라에서도 계육의 포장에 대한 소비자
의 반응은 일관성이 잘 되어 있지 않다는 소
비자가 지배적이며, 그 이유로는 탑의 경우 비
위생성이라는 소비자 수가 70% 은반에 불과
하다는 소비자가 25%이다. 또한 사육 소비
점에서 위생적으로 판매했지만, 냉동고
차량의 양쪽 포장은 보편
채취의 시장 도제장에서 산란을 보고 그저
에서 답안에 산다는 소비자수가 80%나된다.
우리나라에서는 앞으로 이점에 집중적인 개
과 PR가 필요할 것으로 본다.
갑자기포장을 바꾸게 되면 부작용을 거르게
마련이지만 단계적으로 우선 시장 도제장은
위생적으로 바꾸기 위해 판창고를 필수적으
로 갖추어 하루로 도제장의 제품을 진열 판매
하는 것도 생각해볼 필요가 있다. 실질에 의
하면 판고기를 납장고에 보관할 경우 18~21
일간은 신선도로 유지할 수가 있다.
우리는 소비자가 원하는 것이 무엇인가를
잘 알아야 할 것이다. 신선한 것을 원하면 신
선하게, 포장이 덜었어야 하면 포장을 덜었기에,
부분육을 원하면 부분육을, 색갈이 덜었어야
하면 색갈을 덜었기에 해야한다. 요컨대 많은
우리가 얻어야 할 생각이기 때문에 우리가 잘
지지 않으면 아무도 얻어볼 사람인 없는 것이다.