

식품 집중 탐구

두 층

▶ 두층 요리

“신선들의 기호식”…관절염·근육통 특효

오래 복용하면 간·신장 기능 강화

차로 끓여 마시면 혈액순환에 도움

99
세까지
88 하게

록돼 있다. 국내에서는 경기 수원과 충북 청원군 등지에서 집단 재배되고 있다.

두층은 유통, 근육통에 탁월한 효과가 있다. 관절염, 뇌행성 관절염, 류마티즘 등에 좋고 근육 경련, 근육 무력증과 이완 증상을 개선시키는데 탁월하다.

또 장기에 전혀 해를 주지 않고 근육과 골격에 힘을 주기 때문에 마음 놓고 복용해도 된다. 간 기능도 상승시켜 주며, 신장이 약해 소변을 볼 때 오줌을 지리고 몽정이 잦은 남자에게 효과적이다.

오래 복용하면 정력에도 도움이 된다. 신장의 기능을 왕성하게 한다는 것은 바로 정력에 도움이 된다는 뜻이기 때문이다.

살이 찌거나 잘 붓고 항상 몸이 무거운 사람에게 좋고, 다리가 아프거나 저리고 쥐어 지주 나는데도 효과가 있다.

진정 작용도 뛰어나 한여울을 열대 야로 잠 못 이루를 때도 끓여 마시면 되며, 봄철 원기가 떨어질 때도 몸을 보호해준다. 두층차는 중추신경의 진



두층은 관절염 치료와 혈액 순환에 탁월한 효능이 있으며, 봄철 원기 회복에도 좋다. /최현배기자 choi@kwangju.co.kr

점 작용이 뛰어나 속면을 둡기 때문이다.

맛 또한 순하고 구수해 먹기 좋다. 감초와 함께 끓이면 더욱 맛있다. 두층 껍질을 말린 것 10g에 감초 10g, 물 1000ml의 비율로 넣어 끓이면 된다.

잘게 찢은 두층과 감초를 깨끗이 씻고 물기를 뺀 다음 다관에 넣어 물을 부어 끓이면 된다. 두층만 넣고 끓여도 혈액을 맑게 하고 혈액순환을

도와 혈관의 노폐물, 중성지방, 콜레스테롤을 감소시키는 효능이 있다. 다이어트에도 좋다.

고혈압에는 두층 20g에 백하수오(白荷首烏) 30g, 물 2ℓ에 넣고 약한 불로 40분간 달여 먹으면 된다. 양기가 떨어졌을 때는 오가피를 함께 넣은 두층차를 마시면 도움이 된다.

술로 담가 먹으면 약효가 더 뛰어나다. 두층 150g에 소주 1ℓ, 설탕 150g을 넣고 담으면 되고 다리에 힘

이 없고 소변을 자주 보고 허리가 아픈 노인에게 권할 만하다.

최근에는 저질 외국산이 많이 수입되는데 국산 두층은 껍질이 두껍고 껍질 속에 섬유질이 뚜렷한 게 특징이다.

또 여성의 피부 색을 맑게 하고 윤기를 더해주기 때문에 두층을 재료로 한 화장품도 출시되고 있다.

/오광록기자 kroh@kwangju.co.kr



▲ 두층차=대추, 생강, 두층을 은근한 불에 오래 끓여 꿀로 맛을 내고 식용 꽂을 띄워낸다.

▶ 두층 카라멜밥

=①감자, 쇠고기, 당근, 애호박을 깍둑썰기한 다음 식용유 두른 팬에 볶는다. ②두층 우린 물과 미리 풀어둔 카레 가루를 ①에 넣고 저으면서 끓여 밥 위에 얹어낸다.



▲ 두층 소스 모듬 튀김=①당근, 표고버섯, 실파, 도리지, 쇠고기를 소금, 후추를 친 뒤 밀가루 노른자를 입혀 튀겨낸다. ②두층 육수로 맛낸 초간장을 곁들인다.

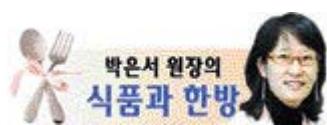
▶ 두층 도미찜

=①멸명자, 복어 머리, 다시마, 마늘 생강 양파를 넣고 육수를 뺀 다음 손질한 가지미, 간장, 설탕, 다진 마늘을 넣고 조린다. ②채썬 대파·붉은 고추를 ①에 뿌린다.



〈도음말〉=김자현 요리학원 정한나 연구원·푸드스타일리스트 정강업

“양기 보충해주고 고혈압·진통에도 좋아”



‘사선’(思仙)이라고 불리는 두층은 옛 선인들이 먹고 드도했다는 기담(奇談)이 전해온다. 중국에서는 ‘신비의 나무’로까지 여겨지는데 주로 강장제로 쓰인다.

한방에서는 양기부족을 보충해주는 보양 효과가 뛰어나고 오래 먹으면 늙지 않는다고 전해진다.

주로 껍질(수피·樹皮)이 약으로 쓰이는데, 따스한 성질이며 신장과 간장의 기를 강하게

한다. 한의서에는 “미신감(味辛甘)하며, 보간신(補腎腎) 장근골(壯筋骨) 인데(安胎)한다”고 전해진다. 즉 간장이 주관하는 ‘근육’과 신장이 주관하는 ‘뼈’를 튼튼하게 해 허리와 무릎이 허약하고 아픈 것을 치료해 준다.

특히 신장의 기능이 쇠약하거나 과한 성생 활로 생긴 허리 통증인 ‘신허요통’과 남성 발기 불능에도 효과가 있다. 정력을 보강시켜 주며, 남녀의 생식기에 음습함과 가려움증을

낫게 하기도 한다. 소변이 잦거나 정액이 자질로 새어나오는 병증에도 효과가 있다. 힘이 없고 나쁜한데 몸을 가볍게 하기도 한다.

또 머리가 어지러운 증상 현훈(眩暈)과 오줌을 자주 누는 증상(소변빈작·小便頻數)의 치료에 탁월한 효능이 있다. 임신부의 각종 병증에도 좋다. 임신 누혈(漏血), 습관성 유산인 탈화(滑胎) 치료와 예방에도 좋다.

혈관을 확장·진정시켜 쿠레스테롤 수치를

낮춰주 간신(肝腎)부족으로 인한 혈압상승을 다스린다. 현대 의학에서도 고혈압 치료약과 진통제로도 이용된다. 신경통, 관절염, 허리 혈액에 효과가 있다.

하지만 더운 성질이 강해 몸에 열이 많거나 음기가 약해 체질이 뜨거운 사람은 피하는 게 좋다. 몸속에 열이 많고 건조한 경우와 감기에 걸려있는 경우는 주의해야 한다.

특히 아원 사람과는 궁합이 맞지 않다. 수척한 사람이 두층을 장기 복용하면 신체 조직 활동을 너무 활성화시켜 숨이 차는 등의 부작용이 나타날 수 있다.

〈광주예인한의원 062-374-7575〉

대인동식일부동산

☎ (02) 222-1140, 5210 원 011-602-2322

(광주광역시 신남동, 대인동 소방서 건너편)

모텔 목욕탕 및 각종 상가건물

을 빨리 팔고 싶으시거나 임대를 내놓고 싶으시면 저희 부동산으로 오십시오

저희 부동산은 오래도록

광주시내권 및 시외순으로

모텔·목욕탕 및 각종 상

가건물을 사실분과 얻으실

분 손님을 많이 확보하고 있습니다.

시장님께서 소유하고 계신 건물을 팔거나 임대를 내놓고 싶으시면 저희 부

동산에서 빠르고 정확하게 일해 드리겠습니다.

다면, 시장님께서 저희 부

동산에 내놓으신 소중한

건물을 철저하게 비밀보장

하여 조용히 팔아드리겠습니다.

첨단월계공인중개사

☎ (02) 458-2385 원 011-804-8205

(첨단지구 부영아 LC빌딩 사거리)

★ 급매 매★

첨단 인근 비아동 일반주거지

지역 1000평 다세대주택,

물류창고 특지실버시설

첨단종심상업지역 200평,

매 280만원 (공시지가 280

만원), 230평

첨단 중심 상업매매

정부지정청탁 2008년 1월 314평

부영 호반아파트 걸문 앞 145, 135평

비밀호수집권 부문 유동지역 100평

첨단 원룸 건물 급매

·대 63 건 145 원 011-7 쓰리풀 1개

보7000만 원 495만 원 54억 3천만

·70 대 10평 원 152평

보2000만 원 80만 원 4억 8천만

·대 70 평 건 120 원 600 6 투룸 3 주

인 방기기 보 4억 2천만 원 180만

만 4억 7천만

·대 68평 건 127평+주차장 투룸

4 원룸 8800만 원 300만

원 4200만 원 4억 4억 7천만

첨단 원근 녹지 급매매

·신기동 부영④ 부근

생산녹지 900평

인상동, 비아 증통④ 부근

생산녹지 900평

도전동 공단 골짜기로부근 450평

700평 공장, 창고 적립

·부구 지4동 30m 도로 인근 전후면

도로접 기든 첫집, 창고, 공장 적립

고흥신도시공인중개사

☎ (011) 833-6669

핸 010-8004-6669

서·원도 (개인독설)

마을앞 야산.

별장. 펜션.

농장등 다양

도 사용가능.

(전기. 전화. 수

도. 가능지역)

청정지역으로

경치가 아름다

운. 섬

6천평 평당

17만원

법원 경매 전문

지지경매컨설팅(주)

(법원 경매입찰장 앞)

☎ 062-226-0047 ~ 8

명식한 권리분석, 명쾌한 명도,

명확한 수익성 분석에 의한 재테크 전문상담

▶ 아파트/빌라

소재지 명칭/면적/층/감량가/최저가

오정동 주공 17/148 39평 3층 2억

처량동 현대 19/144 19평 15평

양현동 원평 30/148 19평 15평

용현동 현대 22/136 19평 8평

동현동 홍성 34/148 19평 15평

팔계동 복사 27/148 19평 15평

동현동 유일기든 24/148 4평 2평

월현동 쌍용 30/148 4평 2평

금호동 토이스토리 24/148 4평 2평

우동동 모아리보드 22/148 1