식품 집중 탐구 누 에

노화 막고 氣力 키워주는 '토종 비아그라'

혈액내 활성산소 분해 심장기능 강화
당뇨·고혈압 등 성인병 예방에도 좋아

99세까지 88하게

우리가 즐겨 먹는 번데기는 누에 번데기를 말한다. 번데기(pupa)는 완전변태(完全變態)를 하는 곤충류에서 나타나는 유충기(幼蟲期)와 성충기(成蟲期) 사이의 발육이 멈춘 상태다. 이 단계에서는 먹이를 먹지도, 움직이지도 않는다.

누에나방의 유충인 누에는 뽕나무의 잎을 먹고 자라며, 튼튼한 고치를 만들고 번데기가 된다. 이때 비단실을 뽑고, 남은 번데기를 우리가 먹는 것이다.

1970~80년대까지는 국내 누에 생산이 활발했으나 지난 1998년 잠업법(蠶業法) 폐지로 국내 양잠산업도 급격한 하향곡선을 그리기 시작했다. 또 중국산 누에가 물밀듯이 들어오면서 국내 양잠업이 급속히 위축됐다.

하지만 최근 누에가 당뇨와 혈압 등 성인병에 효과가 좋다는 것이 알려지면서 양잠업은 새로운 변화를 맞이하고 있다. 누에를 이용한 다양한 건강기능 식품이 각광을 받으면서 농가 소득 작목으로 누에의 먹이가 되는 뽕나무밭이 조금씩 늘고 있는 추세이다.

전남지역에서도 순천시 낙안면 등지에서 뽕나무를 재배해 누에를 생산하고 있다.

특히 누에는 '농약 냄새만 맡아도 죽는다'는 말이 나올 정도로 환경오염에 민감해, 국내 생산 누에는 안심하고 먹을 수 있다. 누에는 또 "사람보다 더 결벽하다"고 한다. 소음을 싫어하고, 불결한 사람이 곁에 오는 것을 싫어한다고 해서 나온 말이다. 고기 누린내나 비릿한 냄새를 아주 싫어해 누에를 치기 전 뽕나무밭에 절대로 농약을 치지 않는다. 농약이 조금이라도 묻은 뽕잎을 누에가 먹으면 몸이 오그라져 죽는다.

최근에는 누에가루, 누에환 등 다양한 건강보조식품도 출시되고 있다.

누에 속의 '칼륨'은 혈압을 정상화시켜주는 데 효과가 뛰어나다. '아스파틱산'성분도 혈관강화, 콜레스테롤의 침착 개선을 통해 동맥경화를 예방해준다.

또 누에는 항산화작용을 통해 혈액내의 활성산소를 분해하고, 심장의 기능을 활발하게 해주기도 한다. 면역력 강화와 함께 폐기능도 촉진해줌으로써 감기 예방하고 피로를 회복시켜준다. 불면증 치료에도 좋고, 항염증 작용이 탁월해 천식, 알레르기피부염 등을 완화해주기도 한다.

누에의 '비타민E'는 노화방지, 정력증가, 기력촉진 등 남성에게 자양강장 효과를 낸다. 뿐만 아니라 호르몬 생성 촉진 및 조절력을 향상시켜준다. 노쇠해진 세포 활성화, 호르몬 분비조절, 자율신경 조절, 면역력 강화를 통해 갱년기 장애를 예방하는 효능이 있다.

누에에 대한 관심이 높아지면서 전남농업기술원 등이 누에생태관을 운영하고, 신품종 누에를 생산하고 있다.

전남농업기술원은 지난달 24일 나주시 산포면 전남농업기술원에서 개막한 '제7회 대한민국농업박람회'에서 형형색색의 다양한 누에를 선보였다. 빨강, 노랑색의 컬러 인공사료를 먹여 색색의 옷을 입은 컬러 누에를 만들어 낸 것이다.

'누에생태관'도 인기다. 알에서 깨어나는 모습부터 실을 뽑아내는 과정까지 누에의 일생을 생육 단계별로 볼 수 있는 곳이다.

누에의 성분이 남자에게 특히 좋다는 게 알려지면서 최근 '토종 비아그라' 열풍이 불기도 했다. 농촌진흥청도 누에를 이용한 이 분야 치료제 연구를 중점과제로 선정, 산업화를 추진하고 있다.

/오광록기자 kroh@kwangju.co.kr

비타민E 성분이 풍부한 누에는 환자의 면역력을 키워주고 노화 방지에도 효과가 좋다. /최현배기자 choi@kwangju.co.kr

박은서 원장의 식품과 한방

"뇌신경 보강, 뇌졸중 등 뇌혈관 질환 예방"

한약재로 쓰이는 누에는 풍기를 물리치고 열을 내려주며, 담을 삭혀주고 습기를 말려준다. 일반적으로 순환기 질환에 약으로 쓴다. 누에가 혈맥과 경락을 잘 통해 경련을 멎게 하고 응어리를 풀어주기 때문이다. 각종 성인병의 치료와 예방에도 좋다.

한의서에도 "풍을 내려서 경련을 풀어준다(熄風解痙), 풍열을 풀어준다(疏散風熱), 담을 삭히고 맺힌 것을 푼다(化痰散結), 인후와 목을 풀어준다(解毒利咽)"고 전해진다.

특히 뇌의 기(氣)를 잘 순기(順氣)시켜, 뇌안의 혈관을 확장해 준다. 따라서 건망증이 심한 사람의 뇌신경을 보강해주며, 뇌졸중과 뇌혈전 등과 같은 뇌혈관 질환을 예방해준다. 중풍으로 안면신경마비, 언어장애가 온 경우에도 효과적이다.

손발저림이나 뻣뻣하고 떨리거나 머리가 무겁고 어지러우며, 귀가 먹먹하고 눈썹 주위가 당기면서 아픈 '두풍(頭風)' 치료에도 약으로 쓰인다.

또 갑상선기능항진증과 신부전증 치료에도 도움이 되며, 뽕잎에서 나오는 혈당 강하 물질인 '데옥시노지리마이신'이 누에의 몸속에 모아져서 혈당 강하 작용을 한다. 혈당이 높은 경우, 잠사(蠶砂·누에의 똥)와 함께 사용하면 효과가 더욱 좋다. 이 밖에 아이들의 경기(驚氣) 치료에도 도움이 된다.

아직 교배를 하지 않은 수컷인 '원잠아(原蠶蛾)'는 성질이 따뜻해 신장의 양기를 보한다. 원잠아는 성기능을 강하게 하고 이유없이 정액이 나오는 것을 막아줘 정력제로서도 효과가 탁월하다. 하지만 음기가 허약하면서 열이 있는 경우에는 피해야 한다.

누에번데기는 비, 위장을 조화롭게 하고, 만성간염, 지방간, 만성기관지염의 치료에 쓰인다. 번데기의 기름은 당뇨병의 치료에 상당한 효과가 있다.

잠사는 팔다리가 저리거나 중풍으로 손발을 잘 쓰지 못하는 경우와 월경불통, 협심증 등에 약으로 활용된다.

하지만 풍한(風寒)으로 설태(舌苔)가 백색이며, 오한(惡寒)이 심한 자는 피해야 한다. 또 심장의 기가 허약하여 정신이 편안하지 않은 경우에도 먹지 말아야 한다. 문의 062-374-7575. 〈광주예인한의원〉

▶ 누에 요리

▶누에 가루 설기떡=①쌀가루와 누에가루를 섞어 물을 약간 넣고 체에 내린다. ②체에 내린 쌀가루에 설탕과 소금을 넣고 김오른 찜기에 쪄낸다. 대추와 잣으로 장식한다.

▶번데기 초무침=①오이, 당근, 양파, 홍고추는 어슷썬다. ②고추장, 설탕, 파·마늘, 통깨, 식초, 고춧가루로 양념장을 만든다. 야채들과 번데기에 양념장을 넣어 가볍게 버무려 낸다.

▶번데기 닭 야채 볶음=①닭과 당근은 끓는 물에 익혀둔다. 표고 양파는 적당한 크기로 썬다. ②간장, 설탕, 다진 파·마늘, 참기름 를 넣어 양념장을 만든다. ③닭과 양념장의 절반을 넣고 끓이다가 나머지 양념장과 번데기와 야채를 넣고 조리한다.

▶누에 가루 칼국수=①밀가루에 소금과 누에가루를 넣어 반죽한다. 반죽을 채썬다. ②애호박, 당근, 홍고추, 감자, 대파를 적당한 모양으로 썬다. ③다시마 육수에 감자와 국수를 넣어 끓이다가 대파, 마늘, 소금, 후춧가루로 양념한다.

〈도움말=김지현 요리학원 한도 강사·푸드스타일리스트 정강엽〉

대인동삼일부동산
☎(代)223-1140, 5210 핸 011-602-2532
(광주은행 신본점옆, 대인동 소방서건너편)
모텔 목욕탕 및 각종 상가건물
을 빨리 팔고 싶으시거나 임대를 내놓고 싶으시면 저희 부동산으로 오십시오.
저희 부동산은 오래도록 광주시내권 및 시외손님으로 모텔·목욕탕 및 각종 상가건물 사실분과 얻으실분 손님을 많이 확보하고 있습니다.
사장님께서 소유하고 계신 건물을 팔거나 임대를 내놓고 싶으시면 저희 부동산에서 빠르고 정확하게 일해 드리겠습니다.
다만, 사장님께서 저희 부동산에 내놓으신 소중한 건물은 철저하게 비밀보장하여 조용히 팔아드리겠습니다.

▶우주센터 고흥 상가부지
고흥녹동 터미널 옆 상가부지. 다용도사용가능.
300평,500평,700평
평당가격 70만원
음식점,모텔,학원,병·의원 최적지 신도시 중심지 입구 광주-고흥간 고속도로 현재 공사중
▶바닷가 펜션,부지등 다용도 사용
고흥 두원면 대전리 해수욕장 옆 약 4천평. 평당 7만원 바다와 접한 작은 야산과 유자밭포함
광주-고흥간 고속도로 (현공사중) 완공시 30분거리로 광주에서 출퇴근할 수 있는 지역임.(관리지역) 징계리 바닷가 관리지역 약 700평당3만원(평) 전원주택지로 최적
▶아름다운 섬. 고흥득량도. 풍차관광 예정지
약 800평 당.3만원
낚시터 등 별장지로 최적
바다와 맞닿는 지면이 약 100미터로 전망좋고 남향임. 현재는 1일 1번 섬운항선 있음. 녹동항에서 섬까지 약 10분거리로 전기전화등 약 20호 거주하는 아름다운 섬. (낚시는 배 수시운항함)
주직/061)843-7005
H.010-8004-6669

상무랜드공인중개사
☎(FAX)383-5221 핸 011-609-5221
(구 상무대 정문)
▶건물
- 대607/건1,352 보37억/월 3,000만원 매매가 85억
- 대260/건2,000 보20억/월 4,000만원 용자 18억 매가 65억
- 대200/건900 보증금 30억/월 2,000만원매가 55억
- 대501/건1,500 보증금 7억 월수7,000만원매매가 110억
- 대500/건4,000평 매매가 220억
▶땅
(상무지구 중심상업지역)
- 826㎡(250평) 3.3㎡당 1,200만원
- 2,800㎡(850평) 3.3㎡당 1,300만원
- 727㎡(220평) 3.3㎡당1,200만원(유통가)
- 450㎡(136평) 3.3㎡당 850만원(유통가)
- 580평 평당 1,300만원
- 시청역입구 265평 평당 1,500만원 (기타지구)
- 330㎡(100평)3.3㎡당 800만원(시청역입구)
- 지연녹지 대로변 3,000평(예식장,학원접합)평당180만원
- 생산녹지 대로변 3,000평(장례식장 적합)평당250만원
- (동산동) 광산구 동산동 73,000㎡(2만2천평)3.3㎡당 265만원
- (쌍촌동)대지512㎡(155평)20m 도로접 3.3㎡당 265만원
- (장동동) 3,760㎡ (1,140평) 평당 40만
▶병원·학원·기타용도
- (하남산성홈플러스옆 사거리처도) 근린지구1,652㎡(500평) ㎡당 600만원
▶모텔·호텔매매·사우나
- 객실35개 용자16억 매가28억
- 현금45억 투자 호텔 월 1억수익
- 현금30억 투자 월 임대수익 6,000만원
물건 교환 환영
★24시간 전화 물건 접수합니다★

금보부동산컨설팅
☎(代)261-8949 핸 011-602-2233
(산수동 543-51(두암타운입구 삼거리)
▶싼땅매매
-동구 산수동 35m대로변 나대지720.6㎡ 매매가 6억 5,000만원(급매) 주유소, 병원부지 물류 최고적지
-광산구 장록동 생산녹지 약 1,941㎡ 매가 2억 4,000만원
-북구 양일동(청목동)2차선변 1종주거지역1,280㎡매매가3억
-담양군 남면 구산리 계획관리지역 임야 6,869㎡(2차선접) 매매가 1억 5,000만원급매
-담양군 월산면 용흥리 임야 83,558㎡(2차선접) 농림지역 매매가 1억 3,000만원
-담양군 대덕면 상우리 임야 18,000㎡(국도접) 관리지역 매매가 1억 9,000만원
-담양군 읍 삼인리 전원주택지 1,400㎡(4차선접) 매매가 1억 5,000만원
▶원룸부지매매
-동구 산수동 238㎡(원룸하기좋은 16세대) 매가 1억 2,000만원
-서구 화정동 208㎡(투룸 12세대 하기좋음) 매가 1억 2,000만원
-동구 지산동 126㎡(원룸 8세대 하기좋음) 매매가 5,000만원
-동구 산수동 222㎡ 10m도로변 준주거 매가 1억 1,500만원
▶건물매매
-남구 봉선동 대 148㎡ 건343㎡(지하1층 지상3층) 소방도로 4거리 코너 매가 1억 6,000만원
-북구 문흥동 대지 396㎡ 건 1,791㎡(지하1층지상6층) 세 보증금 2억1,400만원에 월세400만원 매가14억(동의4,000포함)
-북구 두암동 상권최고 4거리 코너 대지 1,023㎡ 건5,473㎡ 세보증금 20억 월 4,000만원 매가 60억(용자 18억포함)
-서구 농성동 대로변 대 512㎡ 건1,139㎡(지하1층지상6층) 세 보증금 1억 9,000만원 월 650만원 매매가 9억 7,000만원 (용자 5억포함)
-북구 풍향동 대지 127㎡ 건 192㎡(지상3층 매매가 1억 5,000만원(소방도로 x15m 코너)
-북구 용봉동 대지 430㎡ 건평 318.3㎡(대로변코너) 2층건물 세 보증금 5,000만원에 월 600만원 매 8억 5,000만원
▶고시원 및 원룸주택매매
-남구 주월동 대지 237㎡ 건 525.66㎡ 1층 당구장 2-4층 원룸 세 보증금 4,000만원 월 500만원 매매가 5억
-남구 주월동 대304㎡ 건496㎡ 1층 점포2~4층 원룸 및 투룸 세 보증금8,100만원 월700만원 매매가 8억 5,000만원(신축)
-동구 산수동 대176.2㎡ 건324㎡ 투룸 6세대 세 보증금 1억 2,300만원에 월 120만원 매3억2,000만원(용 5,000만원포함)
-북구 용봉동 상세 원룸 대 332㎡ 건 902㎡ 건물 2층 고시원 실평실 월수입 약 1590만원 매매가 8억 5,000만원(용자 3억 8,000만원 포함 급매)
▶주유소매매
-광산구 소촌동 대 1,378.5㎡ 건 237㎡ 주유소 성업중 매매가 13억(용자 7억 포함)
※ 주유소 부지, 시외 주유소 매물 다량 보유 상담 환영
※ 토지, 건물, 원룸 물건 다량 보유

대승공인중개사
☎ 062)954-7700, 010-9468-7959
토지구합 수완지구 건축상담
아파트 매매·임대전문
토지매매
▶수완구 333-1(명의변경가능) 60미터 대로변 상업용지, 3면도로 주차장인접 720㎡ 3.3㎡당 600만원
▶수완지구 아파트 밀집지역 정문 입구 상업용지 500㎡ ㎡당 210만
▶수완지구 단일평형 170세대 정문앞 아주 지력지 330㎡ 3.3㎡당 450만원
▶광산구 수완동 35m 대로변 자연녹지 답 1,762㎡ 4,231㎡ ㎡당 70만(분할가)
▶광산구 신촌동 광송간대로변 지하철역 앞 상업지역 대지 286㎡ 매가 2억 9,000만
▶광산구 유계동 답4,300㎡ ㎡당 41,000원
▶광주 북구 동림동 6차선 대로변 대지 1,533㎡ 3.3㎡당 480만원
상가매매
▶운남동 주공9단지앞 PC방 183㎡(시비 있음) 매매가2억 3천만원
노블메디컬센터 임대분양
▶수완구 중심상권
- 지하1층, 지상8층 연면적 5,000㎡
- 1층 : 약국, 전시장, 안경점, 부동산, 이동통신업
- 2~5층 : 병의원(내과, 소아과, 안과, 피부과 이비인후과 등) 임대중(평수 대응)
- 원내 지하주차장 및 원외 주차장 설치로 주차공간 100% 확보
※1층 파리바게뜨 입점확정
2층 파파존스 피자 입점확정
6~8층 : 치과병원(임플란트전문) 개원 확정
수완지구 아파트 분양권 거래전문
◐ 수완지구 용지매매 및 개발상담 ◑

현대공인중개사
☎ (062)371-1900, 핸 010-2006-0115
(상무 우리병원에서 50m지점, www.85858949.co.kr)
매 매
◎상권 좋은 아파트 단지 내 상가 매매
- 지 역:수완지구 주공 상가
- 면 적:82.228㎡(25.7평)
- 매매가:5억7천
- 특 징:아파트3200세대 중심에 위치. 명의 변경 가능
- 대출 가능금액:3~4억 (신용도에따라)
◎상권 좋은 아파트 단지 내 상가 매매
- 지 역:수완지구 주공 상가
- 면 적:73.933㎡(22.3평)
- 매매가:5억
- 특 징:아파트632세대 중심에 위치. 명의 변경 가능
- 대출 가능금액:3~4억 (신용도에따라)
◎상권 좋은 수완지구 근린생활용지 매매
- 지 역:아파트 단지 앞
- 면 적:528㎡(160평)
- 매매가:7억 5천
◎영업 잘되는 모텔 매매
상무지구 / 첨단 / 품앗지구 등 기타 지역도 다수 확보
부동산 관련 직종의 전문가와 입지선정에서 준공까지 원스톱으로 컨설팅하여 드립니다.
토지구합
◎별 장 용 지
- 지 역:화순, 장성, 담양, 나주, 함평-광주인접지역
- 면 적:1000평 이상
- 금 액:협의 후 결정
- 입지조건:물이 흐르는 곳
◎묘 지
- 지 역:함평, 장성, 나주
- 면 적:500~1000평
- 가 격:협의
- 조 건:도로변
◎건 물 구 합
아파트 단지 앞이나 상권 좋은곳 현금 4억~10억
저희 업소는 20년 가까운 중개경험과 노하우를 바탕으로 다음과 같은 토지의 매매를 전문적으로 중개합니다.
병원/공장/원룸/식당 모텔/차고지/전원주택 주유소 및 가스충전소 부지 투자용토지 상가건물