

설탕·합성첨가물 빼고 유기농 건강 식품으로



‘유해’ 오명 탈출 과자의 대변신

지난해 멜라민 파동 등 일련의 식품안전사고를 겪으면서 최근 과자를 먹는 소비자의 취향이 달라졌다. 과자 하나를 먹더라도 먹는 즐거움보다는 양보다 질을 생각하게 되면서 건강과 영양의 균형, 안전이 중요한 선택 기준으로 자리 잡았기 때문이다.



배 이상 길다. 특히 어린이들에게 알레르기를 일으키는 성분들로 논란이 일었던 합성첨가물(합성착색료, 합성착색료, 합성보존료, MSG 등)을 비롯해 과자 모양을 보기 좋게 부풀리는 역할을 하는 팽창제도 들어가지 않는다.

팽창제 들어가지 않을 경우 온도, 시간, 습도 등 숙성조건을 철저히 지켜야만 과자의 맛과 모양을 낼 수 있다. 때문에 초창기에는 생산된 물량의 절반 이상을 폐기처분하는 등 실패도 많이 겪었다.

아이디어 회의부터 시작해 소비자들을 대상으로 한 품평회까지 최소 1년이라는 시간을 보내고 세상에 나온 유기농 제품들은 과자, 밀 반찬 류 등 모두 19가지다.

특히 우리 아이 시리즈인 ‘착한감자’, ‘착한 새우’ ‘첫 과자’ ‘카카오볼’은 (주)산들촌을 대표하는 인기상품으로 자리 잡았다. 이 제품들은 일반과자에 비해 가격이 다소 비싼 편(스낵류 가격이 1천500~2천원 수준)이지만 아이콜 생활연대(http://www.icool.or.kr), 초록마을(http://www.hanifood.co.kr), 한마을공동체(http://mall.yuginong.co.kr/kunshop) 등 유기농 식품 전문 사이트에서 좋은 반응을 얻고 있다.

광주 공장에서만 하루 평균 3천박스(1박스 30개)가 생산되고 있으며 생산된 물량의 90% 이상을 수도권 지역에 판매하고 있다.

(주)산들촌 차민석(41) 대표는 “소비자들이 믿고 찾을 수 있는 품질은 물론 맛있는 과자를 거리낌없이 만들다 보니 좋은 반응을 얻고 있는 것 같다”고 말했다.

/이은미기자 emlee@kwangju.co.kr



18일 오후 광주시 북구 양산동 풍전나이스제과 공장에서 직원들이 ‘우리 아이 착한 감자’ 등 유기농 과자 포장 작업을 벌이고 있다. /위정라기자 jrwi@kwangju.co.kr



시력 감퇴

‘동명의감’에 “눈은 마음의 심부름꾼이요, 마음은 정신을 지키는 곳”이라고 기록돼 있다. 눈은 오장육부의 정기가 모여 있는 곳으로 12경맥과 365경락이 모두 관련돼 있다. 때문에 모든 기관과 기능이 눈과 연결된다. 특히, 한의학적으로는 눈은 간장기능을 나타내는 창문이다. 그래서, 노화가 진행될수록 눈이 어두워지는 것도 혈기가 쇠약해지면서 간이 얽어지고 담즙이 감소되기 때문이다.

매운 음식을 생식하거나, 밤새 독서나 도박을 하며 지내거나, 지나친 음주, 부절제한 성생활, 비바람을 무릅쓰고 하는 모든 행위들이 눈을 상하게 하는 원인이 된다.

대부분의 눈병은 풍열(風熱), 혈소(血小), 심로(心勞·정신적 과로), 신허(腎虛·내분비계의 허약)에 속한다.

쌍나무열매인 ‘오디’를 건조한 것을 한약재로는 ‘상삼자’라고 한다. 체내의 필수영양물질인 단백질과 혈액, 정액을 생성하고 충만케 해서 눈의 피로를 해소하는 데 특효약으로 꼽힌다. 눈을 밝게 한다는 ‘결명자(決明子)’도 한의사에는 ‘환동자(還瞳子)’라 하여 눈을 환초시킨

오디·결명자 눈 회춘 특효

안구운동으로 눈피로 풀고

전복 껍질째 우린 국물 명약

다는 말도 있다. 하지만 설사가 잦거나 저혈압인 경우, 수면장애가 있는 경우, 배내장이 있거나 동공이 커져있는 사람은 피해야 한다. 또 성질이 차가 때문에 묽어서 사용하는 것이 좋으며, 속이 냉하거나 소화력이 떨어지는 사람은 장기복용을 하지 않는게 좋다.

이밖에 만성두통으로 시달릴 경우에는 결명자를 베개 속에 넣어 베고 자도 효과적이다. 눈이 침침하고 자주 충혈되며, 눈물이 흐르고 눈곱이 끼는 등의 피로증세에는 ‘산초열매’도 좋다. 또한, ‘담근’에는 비타민A의 전신인 카로틴이 풍부해 레몬과 함께 먹으면 눈에 도움이 된다. ‘전복’도 좋는데, 죽이나 회로도 좋지만 껍질째 국을 끓여 먹으면 효험이 있다.

이 외에도, ‘구기자’ ‘감잎’ ‘달나무열매(저질자)’ 등은 눈의 피로와 시력회복에 효과적이다.

영양학적으로는 주로 비타민과 단백질이 눈에 좋다. 비타민A가 부족하면 야맹증에 걸리기 쉽고, 비타민C를 많이 먹으면 젊고 힘이 넘치며, 상처입은 조직의 치유와 출혈방지에도 필수적이다. 배내장 예방에도 도움이 된다.

평소 눈의 피로를 풀려면, 일상생활에서 눈이 피로하지 않게 자주 쉬는 게 좋다. 눈을 감은 채 눈동자를 위아래, 좌우, 대각선으로 자주 굴러주는 안구운동을 해주는 것도 도움이 된다.

이 외에도 눈 주위나 콧물을 중심으로 손으로 가볍게 눌러주며 마사지는 것도 눈의 피로를 푸는데 효과적이다. 또한, 머리뒷부분(두정부)이나 머리 옆부분(측두부) 등은 눈의 피로 때문에 동반하는 두통 등을 풀어주는 데 좋다. 더불어, 뒷목 부분이나 어깨쪽 부분을 풀어주는 것도 눈의 피로와 동반되는 어깨의 뻣근함을 완화시켜주는 경혈이다.

새우·감자 등 국내산 엄선

제조과정도 2~3단계 추가

가격 다소 비싸도 잘 팔려

지역에서도 아이들에게 행복한 추억이 되고 맛과 함께 건강까지 생각하는 ‘월빙 과자’를 4년째 만들고 있는 기업이 있다. 바로 유기농 전문 식품업체인 (주)산들촌(대표 차민석·www.sdcfood.com).

18일 오후 광주시 북구 양산동 풍전나이스제과 공장 안에서는 (주)산들촌의 의뢰를 받아 식품 첨가물을 없앤 유기농 과자인 ‘우리 아이 착한 감자’ 등 우리 아이 시리즈 과자 포장작업이 한창이었다. 이들 제품들은 일반 과자보다 훨씬 손이 많이 간다.

우선 초록마을, 생활연대 등 유기농 식품을 소개하는 단체에서 소개받은 1차 생산자들에게 재료를 납품받는다.

우리 아이 착한 감자·착한 새우 등은 국내산 밀가루를 비롯해 서해안에서 생산된 새우, 무농약 감자, 강원도산 옥수수 가루 등 엄선된 재료들로 만들어진다.

과자가 만들어진 과장에서도 일반 과자보다 훨씬 손이 많이 간다. 감자를 일일이 깎는 등 원재료 손질부터 시작해 재료 반죽, 건조, 숙성 등 일반과자(보통 10단계)보다 2~3단계가 더 추가된다. 또 숙성기간도 10일로 일반과자보다 두

배 이상 길다. 특히 어린이들에게 알레르기를 일으키는 성분들로 논란이 일었던 합성첨가물(합성착색료, 합성착색료, 합성보존료, MSG 등)을 비롯해 과자 모양을 보기 좋게 부풀리는 역할을 하는 팽창제도 들어가지 않는다.

아이디어 회의부터 시작해 소비자들을 대상으로 한 품평회까지 최소 1년이라는 시간을 보내고 세상에 나온 유기농 제품들은 과자, 밀 반찬 류 등 모두 19가지다. 특히 우리 아이 시리즈인 ‘착한감자’, ‘착한 새우’ ‘첫 과자’ ‘카카오볼’은 (주)산들촌을 대표하는 인기상품으로 자리 잡았다. 이 제품들은 일반과자에 비해 가격이 다소 비싼 편(스낵류 가격이 1천500~2천원 수준)이지만 아이콜 생활연대(http://www.icool.or.kr), 초록마을(http://www.hanifood.co.kr), 한마을공동체(http://mall.yuginong.co.kr/kunshop) 등 유기농 식품 전문 사이트에서 좋은 반응을 얻고 있다.

광주 공장에서만 하루 평균 3천박스(1박스 30개)가 생산되고 있으며 생산된 물량의 90% 이상을 수도권 지역에 판매하고 있다.

(주)산들촌 차민석(41) 대표는 “소비자들이 믿고 찾을 수 있는 품질은 물론 맛있는 과자를 거리낌없이 만들다 보니 좋은 반응을 얻고 있는 것 같다”고 말했다.

/이은미기자 emlee@kwangju.co.kr

‘뷰티 스타일’ ‘마더스 핑거’ ‘닥터유’

대기업들 ‘월빙 과자’ 잇단 출시

오리온 ‘닥터유’

과자에 대한 소비자들의 불신이 높아지자 대기업들이 몸에 좋은 월빙 과자를 잇따라 출시하며 이미 지 변신을 시도하고 있다.

최근 해태제과가 프리미엄 과자제품으로 ‘슈퍼푸드’가 전하는 맛이라는 제안을 주제로 한 ‘뷰티스타일’ 11종을 출시했다.

‘슈퍼푸드’는 미국이 전세계를 대상으로 조사한 대표적 14가지 장수식품으로 콩, 대두, 귀리, 호박, 시금치, 브로콜리, 블루베리, 오렌지, 토마토, 연어,

참깨, 오트, 차, 요구르트를 말한다.

해태제과는 이들 재료를 사용해 비스킷, 케이크, 스낵, 껌, 캔디, 초콜릿 등 다양한 형태의 간식거리를 선보였다.

롯데제과도 지난 11일 건강 안심 과자 ‘마더스 핑거’를 내놨다. 과자에 대한 소비자들의 ‘밀가루-첨가물-알레르기-영양부족’ 문제 해결에 중점을 둔 제품이다. 전 제품을 밀가루를 넣지 않고 국내산 쌀과 현미, 귀리, 오토분말 등을 이용해 만들었다.

서울대 가정의학과 유태우 박사와 공동으로 프로젝트를 진행해 기존 과자 제품에 들어갔던 합성보존료, 합성착색료, L-글루타민산 나트륨은 빼고 포화지방, 플라스틱, 트랜스지방을 줄이고 철분, 칼슘, 단백질 등 필요한 영양소는 추가했다.

특히 탄수화물, 단백질, 지방 균형을 맞추는 데 주안점을 뒀다. 고소미, 프리도, 베베플러스 등 주요 과자 제품과 함께 유아용 과자 제품 ‘닥터유 꿀단지키즈’ 3종이 대표적인 제품이다.

/이은미기자 emlee@kwangju.co.kr

롯데제과 ‘마더스 핑거’

해태제과 ‘뷰티 스타일’

경·공매전문가와 상담하세요

Advertisement for (주)옥션코리아 (Auction Korea) featuring contact information and a list of various real estate and business properties for sale or auction.

부동산 경제 전문회사

Advertisement for Asse Korea Real Estate Company, providing services like real estate appraisal, legal consultation, and property management.

부동산 경제 전문회사

Advertisement for Asse Korea Real Estate Company, providing services like real estate appraisal, legal consultation, and property management.

부동산 경제 전문회사

Advertisement for Asse Korea Real Estate Company, providing services like real estate appraisal, legal consultation, and property management.

부동산 경제 전문회사

Advertisement for Asse Korea Real Estate Company, providing services like real estate appraisal, legal consultation, and property management.

Advertisement for Asse Korea Real Estate Company, providing services like real estate appraisal, legal consultation, and property management.