

“전남 섬 특별한 맛 만들어보세요”

쫄팽이무침

#. 고흥 연흥도 ‘쫄팽이(쫄팽이) 무침’. 다금바리에 버금가는 귀족 어류의 활활한 맛.



전송자 이경림씨의 ‘쫄팽이 무침’ 레시피는 ① 쫄팽이 삶과 다진 배를 양푼에 담은 뒤 소금간을 살짝하고 막걸리 식초를 넣고 조물거린 뒤 나오는 물기는 제거한다 ②고춧가루를 뿌리고 고추장을 넣은 뒤 비벼준다 ③10분정도 냉장고에 넣어 숙성시킨다 ④숙성 후 마늘과 풋고추, 참깨를 넣고 비벼준다 ⑤상추나 깻잎 같은 야채는 밥상이 다 차려진 다음 먹기 바로 전에 넣고 마지막으로 비벼준다

홍어겹질묵

#. 치매예방의 특효약 흑산도 ‘홍어겹질묵’.

도시 소비자들이 겹질 있는 홍어를 꺼려하자 흑산도 사람들은 홍어겹질 요리를 만들었다. 처음엔 벗긴 겹질을 탕에 넣고 끓여 먹었는데 누군가 묵을 만들어 먹었다. 그게 홍어겹질묵이다. 홍어겹질묵은 일반 해초묵과는 달리 쫄깃하고 고소하다. 특히 치매 예방에 좋은 PEFL펩타이드가 풍부하다. ①홍어겹질을 깨끗이 씻어서 물에 넣고 필팔 끓인다 ②아주 녹아지도록 끓인 뒤 찌꺼기는 채로 걸러낸다 ③국물을 용기에 붓고 식혀서 굳힌다



전남도, 홍어겹질묵 등 ‘섬 토속음식 레시피’ 발간

어머니 손끝으로 전해지던 요리...재료·조리법 등 정리

신안 하의도 냉면포탕, 여수 안도 백년 손님밥상, 신안 흑산도 홍어겹질묵, 진도 모도 꽃게회...

전남도가 전남지역 주요섬의 토속음식 40종을 발굴해 ‘전남 섬 토속음식 레시피’를 보고서를 발간했다.

보고서에는 예로부터 섬 지방에 남아 전해지는 전복포, 백년손님밥상, 홍어겹질묵, 냉면포탕, 기젓국, 낙지잡살죽, 한가쿠갈치죽, 쫄팽이무침, 건민어탕 등 냉생채음 들어보거나 생소한 음식들이 많다.

어머니들의 손끝으로만 전수돼 온 기술로 노인들과 함께 영영 문힐 수도 있는 귀한 음식들을 재료에서부터 조리, 하나의 음식이 탄생하게 된 생태문화적 배경까지 수록했다.

여수 손죽도·금오도, 완도 소안도·생일도, 진도 관매도·모도, 신안 기점도·하의도·가거도·흑산도·팔금도, 고흥 연흥도, 무안 탄도, 보성 장도 등 전남지역 40여 섬을 표본 추출해 각 섬에 있는 대표적 토속음식을 기록했다.

강제운 섬연구소장은 “외래문화의 유입과 젊은이들의 부재로 섬의 토속음식은 점차 사라지고 물의 음식과 차별성이 점차 없어지고 있어 섬을 대표할만한 고유한 토속음식들을 조사했다”고 배경을 설명했다.

전남 섬 토속음식 레시피 채록보고서는 전남도 ‘가고 싶은 섬’ 누리집(www.jindadohae.com) 섬여행 스토리북에서 볼 수 있다.

/신안=이상선기자 sslee@kwangju.co.kr

희귀종 ‘맹구알버섯’

남원서 4년 연속 발견

올해 2개 총 14개 발견

세계적 희귀종으로 알려진 맹구알버섯(Calvatia nipponica)이 한 곳에서 최근 4년간 14개나 나와 화제다.

31일 전북 남원시에 따르면 지리산 자락인 남원 산내면 입석마을의 주지환(54)씨 과수원에서 이달 중순께 2개의 맹구알버섯이 발견됐다.

2014년에 2개, 2015년 2개, 2016년 8개가 발견된 데 이어 올해까지 한 곳에서만 모두 14개가 자란 셈이다.

이번에 발견된 맹구알버섯은 큰 것은 지름이 34cm, 작은 것은 5cm이다.

버섯은 축구공 모양으로 둥글고 표면은 백색이다.

맹구알버섯은 남성 성 기능 개선 효과가 있는 것으로 알려진 희귀버섯으로, 최근 전북과 전남, 강원, 제주도 등지에서 발견되기 시작했다.

중국에서는 성난 말이라는 뜻의 ‘마발’, 일본에서는 귀신의 머리라는 뜻의 ‘오니후스베’로 불렸으며 우리나라에서는 눈갈시탕을 의미하는 ‘맹구알’이라는 이름이 붙었다. /남원=백성기자 bs8787@



“남원천문대로 별 구경하세요”

주·야간 프로그램 운영

남원천문대를 하룻동안 체험해보자. 남원시 시설사업소가 여름방학을 맞아 오는 31일까지 남원항공우주천문대(사

진)는 관광객에게 주·야간 패키지 프로그램을 운영한다. 주간 천문대 방문 고객이면 야간에도 무료로 이용할 수 있도록 한 프로그램으로, 태양관측 뿐 아니라 야간 별관측을 한꺼번에 즐기는 게 가능해졌다.

남원항공우주천문대는 백두대간 지리산 자락에 위치한 서남권 대표적인 천문과학관으로 600mm대형망원경이 있는 주관측실, 광활한 우주의 신비로움을 온몸으로 느낄 수 있는 4D천체투영관, 항공시뮬레이션을 이용하는 항공체험실, 그리고 천문우주, 항공·로켓전시관 등을 갖췄다. /남원=백성기자 bs8787@



어린이 관람객들이 세계희귀곤충특별전에 전시된 다양한 곤충들을 살펴보고 있다. <남원시 제공>

남원시, 세계희귀곤충충전

백두대간 생태교육 전시관

국내외에서 서식하는 다양한 곤충을 만나볼 기회가 마련됐다.

남원시는 오는 27일까지 백두대간 생태교육장 전시관에서 ‘여름방학 세계희귀곤충특별전’을 연다.

전시는 ‘세계희귀곤충생태관’, ‘세계희귀곤충표본관’, ‘곤충놀이터’, ‘열대나비관’ 등으로 나뉘어 관람객들에게 다양한 볼거리를 제공한다.

‘세계희귀곤충생태관’에서는 헤라클레스장수풍뎠이, 나뭇잎대벌레, 기라파톱사슴벌레, 코카서스장수풍뎠이, 왕사슴벌레, 흉단딱정벌레, 개미귀신 등 이름도 낯선 40여종의 살아있는 국내외 곤충을 만날 수 있다.

또 곤충놀이터에는 장수풍뎠이와 사슴벌레를 직접 만져보고 체험할 수 있는 ‘딱정벌레체험존’을 마련, 어린이 관람객에게 생태놀이터 기능을 할 것으로 기대된다.

호랑이라이더관도 둘러볼만하다. 입장료는 무료. 오전 10시~오후 5시 30분까지다.

/남원=백성기자 bs8787@



“어울리는 이름 지어주세요”

무안생태갯벌유원지 명칭 공모

무안생태갯벌유원지(가칭) 명칭을 공모한다.

무안생태갯벌유원지는 국내 최초 습지보호지역이면서 갯벌도립공원으로 지정된 무안갯벌과 게르마늄이 풍부한 황토의 우수성을 알리기 위해 조성한 것으로, 사계절 체류형 관광지를 표방하며 9월 준공 예정이다.

무안생태갯벌센터 일원에 분재전시관, 로컬푸드 판매장, 황토점질방, 황토이글루 및 숲막, 국민여가캠핑장, 자연친화 탐방로 등을 조성하는 사업도 포함된다.

희망지는 무안군청 홈페이지(www.muang.go.kr)에서 응모신청서를 다운받아 신청하면 된다. 다음달 21일 당선자를 발표할 예정이다.

무안군 관계자는 “해양관광도시 위상을 높이고 관광객들에게 친근감을 줄 수 있는 명칭이길 바란다”고 말했다.

/무안=임동현기자 jdh@kwangju.co.kr

금당공인중개사

저희는 매도·교환·개발 등의 물건을 구합니다!

팬션·전원주택지

- 원도 약산면 득암리 해수욕장점 2481㎡ 별장적합 2억4천
- 담양 무정면 오례리 1495㎡ 창평에서 15분 4800만원
- 곡성 옥과읍 죽림리 대지 311㎡ 은행 2500 매도 5500
- 광주에서 100분 거리 바닷가 대지 607㎡ 편선적합 2층주택 1억2천
- 금매 장흥군 수문해수욕장 3548㎡ 은행 1억3천 매도 3억7천
- 화순군 동북면 가수리 1877㎡ 요양주택·사찰도 적합 5300만원

주택·원룸·아파트

- 아파트 남구 서동 제일파크 7층 105㎡ 1억1500 임대가능
- 아파트 북구 오치동 혁신 78㎡ 9층 올리모텔랑했음 1억3천
- 월산동 우체국부근 골목 대지 294㎡ 정원과 주택 2억3천
- 월산동 원룸 중 3층 23㎡ 독립생활적합 2100만원

투자·매도·교환

- 광산구 송산동 7725㎡ 빌라·다세대적합 12억3천
- 신안 지도읍 내양리 해안가 전 13662㎡ 농장적합 1억천
- 남구 양과동 그린벨트·주택 땅 9958㎡ 투자가치양호 17억
- 공장적합 담양 봉산면 제일리 3501㎡ 1억1500만원
- 필파견내면 양동 상업지역 367㎡ 주상복합 적합 4억8천
- 담양군 봉산면 대지 10692㎡ 다가구·빌라·창고 적합 12억5천
- 요양병원적합 담양군 대덕면 집종지 8451㎡ 도로여건 좋음 7억

상가건물

- 남구 월산동 신축중인 3층 상가주택 대지 175㎡ 1층 상가, 2층 원룸과 투룸, 3층 안집 살면서 임대생활적합 5억6천
- 주월동 무등시장은부근 대지 209㎡ 다가구 14세대 328㎡ 3억5천
- 월산동 4차선과 2차선점 땅 129㎡ 철근조 2층상가주택 2억6천
- 충정로4가 요지 대지 261㎡ 건평 1128㎡ 전세3억 월 천만원수익 25억
- 유동 2층식당건물 대지 598㎡ 건평 334㎡ 건물 상태좋은 9억6천

감정가 이하

- 유동 좋은 모텔 대지 422㎡ 건평 984㎡ 감정12억선 교환가능 8억
- 무안군 일로읍 죽산리 4137㎡ 감정 2억5200 은행 1억7600 매도 800

문의 222-4994, 010-2632-5659

서구한전, 농성초교앞문앞

싼임야삽니다

오 천 개 발
H. 010-3605-5000

수기동 제일오피스텔 급매

- 19층 95㎡(28평)
- 보400/월47(임대중)
- 수익률 12% 이상
- 매매 6000만원

수기동 제일오피스텔 급매

- 8층 49㎡(14평)
- 보200/월25(임대중)
- 수익률 12%이상
- 매매 3000만원

수기동 제일오피스텔 급매

- 13층 49㎡(14평)
- 보200/월25(임대중)
- 수익률 12%이상
- 매매 3100만원

수완지구 아파트 매매

- 광산구 장덕동 양우내안에 5층(33평)
- 초·중·고 바로 인접
- 전망 좋음 놀이터 솔무공원 전망
- 로얄동 4베이 정남향 일조권 최상
- 매매 2억 7000만원

문의 010-9203-6161