



‘강화인삼’ 고려인삼의 맥을 잇다

진시황제가 탐할 만큼 그 효능이 뛰어났다는 고려인삼. 고려 고종(1232년) 때부터 재배를 시작한 고려인삼의 혈통을 그대로 이어받은 인삼이 강화인삼이다.

고려인삼은 당초 개성을 중심으로 재배됐다. 한국전쟁을 겪으면서 원산지에서 인삼을 재배해오던 개성 농민들이 강화도로 피난을 하면서 1953년부터 강화인삼의 본격적인 재배가 시작된 것이다.

강화인삼은 많은 사포닌 성분을 함유, 효능과 효과면에서 타 지역의 인삼보다 탁월한 것으로 정평이 나 있다. 이 때문에 강화는 6년근 인삼의 주산지지역으로 자리잡고 있다.

강화인삼은 원기를 보하고 혈액생성을 왕성하게 하며 폐기능을 강화시키는 한편, 체내의 독을 제거하는 등 신비의 영약으로 널리 알려져 있다.

인삼은 기후, 토양 등 환경조건이 무척 까다로운 특목 작물로 유명하다. 세계적으로 우리나라가 적지로 알려

져 있으며 그중에서도 강화도가 최적으로 평가받고 있다. 강화도는 사면이 바다로 둘러싸여 해풍의 영향을 받는 서늘한(20~25도) 기후 조건과 미사질 토양, 식양 토양을 갖추고 있어 인삼생육에 최적의 지리적 여건을 갖춘 우수한 지역이다. 강화도에서 재배된 6년근 인삼이 최고의 인삼으로 손꼽히는 이유다.

강화인삼은 홍삼 원료로도 국내 최고의 품질을 자랑한다. 강화인삼은 동체에 내공이나 내백이 없이 육질이 단단하고 치밀하며, 인삼 고유의 향을 오래도록 간직하는 특징을 갖고 있다. 특히 전국 각지에서 생산되는 홍삼 원료 중에서도 강화인삼만이 천삼, 지삼의 비율이 가장 높은 6년근으로 알려져 있다.

최근에는 코로나19 사태와 맞물려 건강에 대한 관심이 크게 늘어나면서 원기회복과 면역력 증진에 도움이 되는 인삼이 더불어 주목을 받고 있다.

동의보감을 비롯한 본초강목 등 많은 고서를 통해 인

기후·토양 등 환경 조건 까다로운 인삼 서늘한 기후·미사질 토양 등 강화도 최적 사포닌 성분, 원기회복·면역력 증진 도움 홍삼·엑기스·차 등 건강보조식품 인기

삼이 원기를 보하고 혈액생성을 왕성하게 하며 폐 기능을 강화시키는 한편 체내의 독을 제거하는 신비의 영약으로 전해지면서 강화인삼은 코로나19 시대의 건강 식품으로 우뚝서고 있다.

고려인삼의 맥을 이어받은 강화인삼은 국내에서는 유일하게 6년근 인삼이 생산되는 한국의 대표적인 인삼재배지로 알려져 있다. 강화인삼의 재배면적은 1970~1980년대에 약 900ha에 달했으나, 그동안 연작으로 인한 장애로 2007년에 180ha로 크게 감소했다.

이에 강화군과 인천시는 공동으로 강화인삼 명성 되찾기 사업을 본격적으로 추진, 고품질 인삼생산을 위해 인삼밭의 해가림 시설과 묘상생산, 인삼재배 예정지 미생물 지원 사업을 추진했다. 이에 힘입어 현재 300여 농가에서 200ha에서 인삼을 재배하는 등 재배면적이 점차 증가 추세를 보이고 있다.

현재 강화인삼은 강화인삼센터, 강화고려인삼센터,



수삼

초지인삼센터에서 판매를 하고 있다.

인삼센터 3곳에서는 말리지 않은 수삼(水蔘)과 수삼을 증기 또는 기타 방법으로 찌서 건조한 홍삼(紅蔘)을 비롯한 인삼엑기스, 인삼차, 정과, 캡슐류, 인삼젤리, 과자류, 건강보조식품 등 다양한 형태의 인삼상품도 선보이고 있다.

인삼업 종사자들 사이에서는 노지에서 키우는 인삼은 수온 상승 현상이 지속되고, 노동력과 인건비 상승으로 인해 전망이 밝지 않다는 견해도 만만치 않다.

이제는 노동집약에서 기술집약 형태로 바뀌어야 한다는 지적과 함께 무공해 정정인삼 생산을 통한 화장품이나 의약품 개발 등 기능성 인삼 개발에 나서야 한다는 목소리도 높아지고 있다. 이와 맞물려 인삼 커피, 인삼을 이용한 보드카 생산 등을 준비하고 있다고 한다.

/경인일보=김종호기자 kjh@kyeongin.com /사진=강화인삼조합 제공



강화도 인삼밭 전경



홍삼 제품들



인삼꽃



인삼 잘 고르는 법

인삼 센터를 비롯한 시장과 백화점에서 인삼(수삼)을 고를 때 일반 소비자들은 몸통이 굵고 통통한 인삼을 좋은 인삼으로 생각하기 쉽다. 이런 인삼의 경우, 무게는 많이 나가지만 품질과는 별개의 문제다. 즉 인삼의 약효가 크기에 비례하는 것이 아니기 때문에 외형이 크다고 해서 약효가 그만큼 뛰어난 것은 아니다. 연수에 비해 크기가 너무 큰 인삼은 오히려 속이 무를 수 있어, 연수에

맞는 적절한 크기가 가장 좋은 삼이다. 예로부터 인삼은 사람의 형태를 닮은 것을 최고의 등급으로 여겼다. 즉 머리, 몸통, 팔, 다리가 사람처럼 달려 있고, 각 부위별로 균형 잡힌 형태를 갖춘 인삼이 좋은 인삼이다. 즉 몸통에 2~3개의 굵은 뿌리가 있고, 모양이 완벽한 것이 좋은 인삼이다. 또 몸통에 붉은 반점이나 검은 반점이 없고, 잡뿌리가 원형을 유지하고 많이 붙어

있는 것이 좋은 인삼이다. 강화인삼의 무게단위는 1체를 기준으로 하고 있다. 이는 750g을 기준으로 한 단위다. 강화인삼조합은 2014년부터 강화인삼을 널리 알리기 위해 매년 10월에 인삼축제를 개최해 각종체험 행사, 인삼 경매, 문화예술공연, 농산물판매 등 다양한 프로그램을 진행하고 있다.

인삼 활용 요리

#인삼 갈비찜 <재료: 갈비 1.5kg, 무 200g, 인삼 3뿌리, 생울(밤) 10개, 은행 3큰술, 잣 1큰술, 단호박 1개, 대추 12개, 양념장> 1 갈비는 끓는 물에 한번 데쳐 낸다. 2 냄비에 데쳐낸 갈비를 넣고 양념장을 2/3만 넣고 재료가 잠기도록 물을 붓고 끓인다. 3 끓기 시작하면 증발로 줄이고 덮은 다음

50분간 익힌다. 4 50분 후에 나머지 양념장 1/3과 무, 밤, 단호박, 은행, 대추를 넣고 뚜껑을 덮어 25분간 중불에서 끓여 준다. 5 인삼은 꺼내기 10분 전에 넣으면 된다. 6 완성되면 그릇에 담고 잣을 살짝 뿌려 준다. #인삼 과일 세이크 <재료: 바나나 인삼세이크=바나나 2개, 인삼 1뿌리, 우유 1컵 1/2, 설탕 2큰술, 바닐라향 약간 / 딸기 인삼세

이크=딸기, 인삼 1뿌리, 우유 1컵 1/3, 설탕 2큰술, 바닐라향 약간> 1 바나나는 껍질을 벗기고 딸기는 꼭지를 따 준비하고, 인삼은 깨끗이 씻어 잘게 썰는다. 2 믹서기에 준비한 인삼과 바나나 또는 딸기, 우유를 넣은 후 믹서기를 돌려 갈아준다. 3 어느정도 섞이면 설탕과 바닐라향을 넣고 잘 저어주면 된다.

그린알로에

그린궁 宮 GREEN GOONG PRIME EVER 120 프라임에버 120

다시 맞이하는 빛나는 아름다운 여성의 건강한 봄날을 위하여!

그린궁프라임에버120은 소중한 여성의 피부 건강과 저하된 면역력을 증진시켜 주며 장 건강 그리고 뼈 건강에 도움을 주어 활력있는 여성의 아름다운 건강을 위한 여성 건강기능식품입니다.

소비자상담실 080-234-6588

그린알로에 건강기능식품은 단 1%도 중국산 원료를 사용하지 않습니다.