



수확한 천마

하늘이 내린 약용작물 '무주 천마'

◇뽕나무 버섯균과 공생하는 희귀식물 '천마(天麻)'라는 이름은 하늘에서 떨어져 '마목(麻木)감각이 둔해지거나 없어진 증)'을 치료했다고 해서 '하늘'이라는 뜻의 천(天)과 '마목(麻木)'의 마(麻)가 합쳐 붙여졌다. 뽕나무 버섯균과 공생하는 희귀식물로 1년 이상 된 덩이줄기가 분열을 반복하면서 많은 자구를 형성해 번식한다. 광합성 능력이 없어 스스로 영양분을 흡수할 수 없기 때문에 공생관계인 뽕나무 버섯균이 참나무의 영양분을 흡수해 천마에 전달해주는 형태의 편리기생을 한다.

◇인정간 효능

천마는 고혈압과 두통, 혈액순환에 효능이 있는 웰빙 약용작물이다. 다수의 옛 문헌에도 나타나 있는데 '동의보감'에는 허약해서 어지러운 증상, 특히 중풍치료와 뇌혈관 계통에 효능이 있으며 힘줄과 뼈를 튼튼히 해 허리와 무릎에 좋다고 기록돼 있다.

'항약집성방'은 천마가 풍습(風濕)으로 인한 여러 가지 마비, 팔다리가 오그라드는 것, 어린이의 공간에 좋다고 밝히며 근력을 높여 오래 먹으면 기운이 나고 몸이 거뜨하다는 내용을 담고 있다. 이외 '본초강목', '약품의', '중약대사전', '신농본초경', '일화자초본', '개보초본' 등의 문헌에도 천마가 풍을 다스리고 기(氣)를 돋우며 혈액순환에 좋다고 쓰여 있는 것을 찾아 볼 수 있다. 또 '천마가 성분은 고르고 맛이 매우며 독이 없다'는 것이 공통

무주, 전국 50% 재배... 일조량 많고 일교차 커 품질 우수
뽕나무버섯균과 공생... 빈혈·치매·뇌경색·노화억제 효과
18종 건강보조식품 개발... 지역전략식품산업으로 육성

의견이다.

실제로 국립산림과학원 등지에서 천마성분을 분석한 연구 결과를 보면 빈혈과 산소결핍증, 치매, 뇌경색 등에 효과가 있는 '가스트로딘' 함량이 가장 많으며 간질이나 심장발작, 폐암 등에 효과가 있는 '바닐리 알콜', 노화를 억제하는 '에르고티오닌' 등의 성분을 함유하고 있다. 천마에 대한 효능 연구는 전북대 임상시험지원센터를 비롯한 경희대 등 국내 유수의 대학과 대학원 등지에서도 진행한 바 있다.

◇친환경 천마, 경쟁력도 최고

천마의 주 생산지 무주군 안성면은 해발 400~600m 내외의 산악지형과 고랭지, 마사토 등의 재배조건이 천마 자생지로 완벽하다는 평가다. 이 지역 천마재배는 1992년 38명의 작목반으로 시작돼 29년이 지난 지금은 327농가에서 연간 300여 t을 생산하고 있다. 다른 농사에 비해 노동력이 적게 들고 고소득을 기대할 수 있기에 농가들의 관심 또한 높다. 100% 친환경 농업 재배로 안전한 건

강보조식품이라는 인식을 얻으며 효능뿐만 아니라 경쟁력도 최고라는 찬사를 받는다.

무주천마는 2007년 지역별 농·식품산업 육성지원 품목 선정, 2009년 특허청 지리적 표시 단체표장, 농림수산식품부 공모 향토산업육성 대상 선정 등 영예로운 길을 걸어왔으며 2013년에는 지리적 표시제 등록까지 되면서 우수성과 차별성을 확실하게 인지도시켰다.

◇10여 년에 걸친 투자, 다양한 가공품 생산

무주군은 지난 2011년부터 지난해까지 '천마클러스터 사업'에 과감한 투자를 감행해 지리적표시제 확보, 천마상토 개발, 가공품 개발, 통합 홍보 등의 결실을 맺었다. 천마재배 성공률을 기존 30%에서 50%수준으로 향상시켰고 자체 생산한 우량 유성자마를 최초로 농가에 보급했다. 2018년부터는 유통구조개선 및 신규 전략상품 개발 사업을 펼쳐 총 18종의 상품을 개발했으며 유통·홍보마케팅으로 천마 인지도 및 활용 가능성을 높였다.

/전북일보·김효종 기자

전북 무주는 연평균 11.3도, 한 여름에도 평균 20도를 넘지 않는 남부지역 대표적 고랭지다. 일조량이 많고 일교차가 크기 때문에 이곳에서 생산되는 농·특산물의 맛과 품질은 타의 추종을 불허한다. 그 가운데 뽕나무버섯균과 공생하는 희귀식물로 온도와 습도, 햇빛, 토양 등 성장 조건이 까다롭다고 알려진 천마는 무주가 주산지다. 총 62.7ha(전국 재배 면적의 50%, 생산량의 62% 차지)에서 연간 300여 t이 생산되고 있다. 100% 친환경 농업재배로 안전한 건강 보조식품이라는 인식을 얻고 있으며 무주군은 이를 지역전략 식품 산업으로 육성해오고 있다.

생산부터 유통·가공까지 '무주 천마사업단'



무주 천마 육성과 농가 소득 증대를 위해 건립된 천마사업단은 천마의 유통과 가공기반 구축, 브랜드화, 자립화에 매진하고 있다. 무주군 안성면 소재 무주천마사업단 전경.

2011년 첫발을 댄 무주 천마사업단은 천마 육성과 농가소득 증대를 위한 전문 조직으로서 천마생산 및 유통·가공 기반구축, 브랜드화, 자립화를 위해 활동하며 무주천마의 대중화와 상품화에 크게 기여하고 있다.

무주천마 마스터플랜 수립, 천마 특허 상표 개발 및 농가 보급, 산림과학원과 연계한 천마 생산 기술 연구, 무주군농업기술센터 천마중심센터 운영, 다각도의 천마 홍보활동 추진 등이 주요 성과로 꼽힌다.

생천마를 비롯해 엑기스와 환, 액상추출차 등으로만 출시되던 천마 제품도 다양화됐다.

'천홍록', '무주천마12곡 미숫가루', '오!곡 누룽지', '무주참국수', '천마생와장', '천마수' 등이 그것들이다. 이는 천마를 처음 접하며 정보가 없는 소비자와 천마 고유의 맛에 어

는 정도 익숙한 소비자의 입맛과 취향을 고려한 맞춤형 상품들로 현재 온·오프라인을 포함한 로컬푸드 등 30여개 업체에 납품되고 있다. /전북일보·김효종 기자

천마, 어떻게 먹을까

- ▲생천마=1일 3회(1회 30~40g) 식후에 깨끗이 씻은 천마를 우유, 요구르트, 주스 등과 같이 먹거나 칼로 썰어 된장이나, 소금, 꿀에 찍어먹으면 좋다.
- ▲천마분말=식후 후 상관없이 1일 3회 정도 차스푼 2개 정도를 물에 타거나 대추 생강 꿀차 등에 섞어 마신다.
- ▲건천마=물 2L에 건천마 80~100g을 넣고 30~40분 정도 달인 후(3재탕 가능) 시원하게 두고 차 대용으로 마신다. 맛을 좋게 하기 위해 대추나 인삼, 생강 등을 넣어도 된다.
- ▲천마술=일반소주(알콜 25%~30% 이상)에 천마를 넣고 3~6개월 이상 숙성시켜 1일 2~3회 복용한다.
- ▲천마발효=천마를 생즙을 내서 끓이나 흑설탕에 3개월 이상 발효시켜 먹는다.



천마 가공 제품들



천마사업단에서 개발한 천홍록

▲천마오리탕=천마 30~50g을 오리 배속에 넣고 청주를 곁들여 3~4시간 동안 찐 다음 국물을 먼저 마시고 고기를 먹되 천마는 몇 차례 나누어 오리와 같이 먹는다. 2~3일 안에 먹되 한꺼번에 너무 많이 먹지 않는다.

이외에도 천마영양물술발, 천마칼국수, 천마굴전, 천마튀김 등 다른 재료들과 함께 요리하면 천마 특유의 향과 맛을 상쇄시킨 영양만점의 음식을 맛볼 수 있다. /전북일보·김효종 기자

그린궁 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.

그린알로에 건강기능식품은 단 1%도 중국산 원료를 사용하지 않습니다.

소비자상담실 080-234-6588