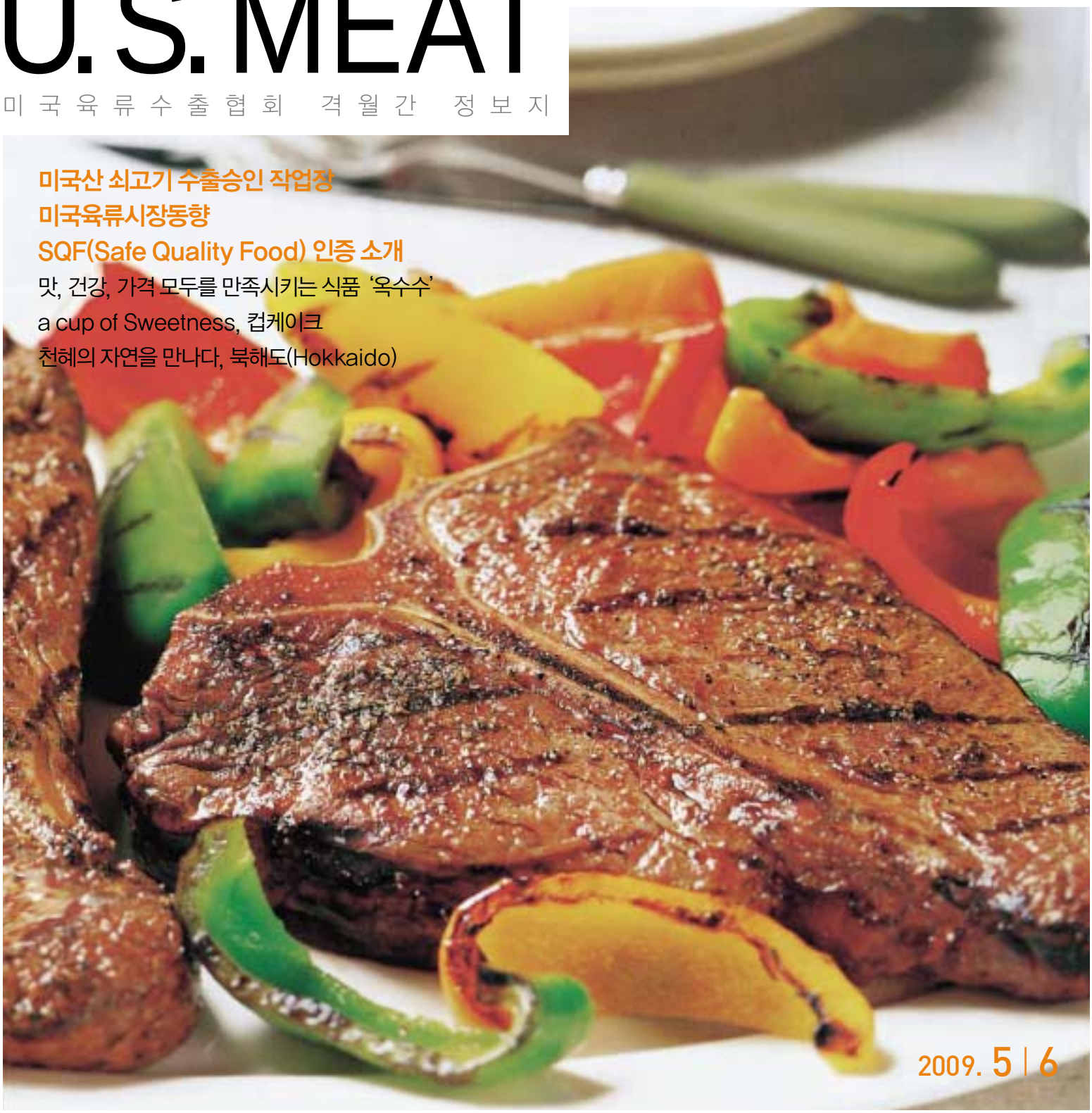
미국육류수출협회

서울시 종로구 수송동 146-1이마빌딩 303호 Tel : 02-720-1894~5 Fax : 02-720-1896 www.usmef.co.kr

미국육류수출협회(U.S. MEAT EXPORT FEDERATION)는 미국내 곡물 생산자, 육우 생산자, 정육 가공업자, 수출업자 및 농축 산물 관련 업체들이 설립한 비영리 기구입니다. 콜로라도 덴버에 본부를 두고 있는본 협회는 현재 도쿄, 홍콩, 타이완, 싱가포르, 멕시코 시티에 지사를 두고 세계 50여개국에서 활동하고 있으며, 한국에는 1991년 12월에 사무소를 개설하여 스테이크 본 고장의 탁월한 맛과 영양을 선보여 왔습니다. 미국육류수출협회는 순수 곡물로 키워 세계 최고의 품질을 자랑하는 미국산 육류의 홍보 및 정보제공, 각종 세미나, 소비자 기호조사, 수출입 업무안내, 기타 교육활동 등 제반업무를 담당하면서 보다 질 높은 식생활 문화 창조를 위해 노력하고 있습니다.

U.S. MEAT

미 국 육 류 수 출 협 회 격 월 간 정 보 지



미국산 쇠고기 수출승인 작업장

미국육류시장동향

SQF(Safe Quality Food) 인증 소개

맛, 건강, 가격 모두를 만족시키는 식품 '옥수수'

a cup of Sweetness, 컵케이크

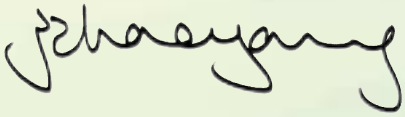
천혜의 자연을 만나다, 북해도(Hokkaido)

2009. 5 | 6

안녕하십니까?

생명의 기운으로 넘치는 화창한 봄입니다. 정말 오래간만에 서울 외곽으로 나갈 기회가 있었는데, 주변 산과 들에서 뿜어져 나오는 생기가 새삼 대단하게 느껴졌습니다. 가끔은 내가 속해있는 지역, 집단, 사회에서 빠져 나와 전혀 다른 세상과 접해보는 것도 현재의 나를 되돌아볼 수 있게 하고 내가 처한 상황을 보다 이성적으로 대처하는 데 도움이 되는 좋은 기회가 아닐까 하는 생각이 들었습니다. 그것이 물리적이던 정신적이던 새로운 시각을 갖게 하니까요. 여러분들께서도 한번쯤 일상에서 벗어나 잠시나마 새로운 환경과 시선에서 육류 시장을 보는 것은 어떨까요? 좋은 생각이 바로 옆에 와있을지도 모릅니다.

양 지 혜 지사장
미국육류수출협회 한국사무소



U.S.MEAT

U.S.MEAT EXPORT FEDERATION

2009 5 · 6

02 DIRECTOR'S CORNER

04 U.S. MEF ACTIVITIES & TRIBUNE

06 US BEEF IMPORT
미국산 쇠고기 수출승인 작업장

08 US MEAT MARKET SITUATION
미국육류시장동향

14 PROGRAM INTRODUCTION
SQF(Safe Quality Food) 인증 소개

16 FOODSERVICE CORNER
맛, 건강, 가격 모두를 만족시키는 식품 '옥수수'

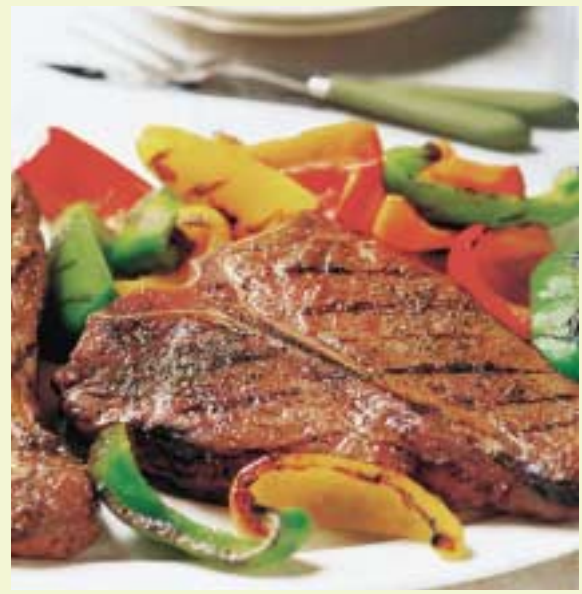
18 D.I.Y COOKING
영양의 균형을 맞춰주는 야채
파프리카를 곁들인 스파이시소스의 티본스테이크 / 돼지고기목살찹쌀구이과일편채

20 CONSUMER CORNER
a cup of Sweetness, 컵케이크

22 TRAVEL - HOKKAIDO
천혜의 자연을 만나다, 북해도

발행처 · 미국육류수출협회 (박행련 Tel : 02-720-1803 Fax : 02-720-1896 hpark@usmef.org)
발행일 · 2009년 5월 3일(비매품) **제 작** · (주)굿펠라스애드 (02-3443-8257)

U.S.MEAT에 실린 글과 사진은 서면으로 된 허락 없이는 어떠한 경우에도 옮겨 쓸 수 없습니다.
U.S.MEAT에 실린 글은 공식적인 견해가 아니라 필자의 의견을 나타낸 것입니다.



COVER TALK_ 파프리카를 곁들인 스파이시소스의 티본스테이크

미국육류수출협회

서울시 종로구 수송동 146-1 이마빌딩 303호
TEL : 02-720-1894~5 FAX : 02-720-1896 www.usmef.co.kr/korea@usmef.org

미국육류수출협회(U.S. MEAT EXPORT FEDERATION)는 미국내 곡물 생산자, 육우 생산자, 정육 가공업자, 수출업자 및 농축산물 관련 업체들이 설립한 비영리 기구입니다. 콜로라도 덴버에 본부를 두고 있는 본 협회는 현재 도쿄, 홍콩, 타이완, 싱가포르, 멕시코 시티등에 지사를 두고 세계 50여개국에서 활동하고 있으며, 한국에는 1991년 12월에 사무소를 개설하여 스테이크 본 고장의 탁월한 맛과 영양을 선보여 왔습니다. 미국육류수출협회는 순수 곡물로 키워 세계 최고의 품질을 자랑하는 미국산 육류의 홍보 및 정보제공, 각종 세미나, 소비자 기호조사, 수출입 업무안내, 기타 교육활동 등 제반업무를 담당하면서 보다 질 높은 식생활 문화 창조를 위해 노력하고 있습니다.

무 · 료 · 정 · 보 · 지

MEF Newsline 주간 | 매주 수요일

주간(매주 수요일) 무역업자용 뉴스레터로 미국 육류시장정보, 미국산 쇠고기 및 돼지고기 가격 정보 등을 제공하며 미국육류수출협회 홈페이지를 통해서도 볼 수 있다. (www.usmef.co.kr). Fax(02-720-1896)나 이메일(hpark@usmef.org) 또는 홈페이지에서 신청 가능하다.

Meat US 월간 | 매월 23일 경

유통업체 정육매장 담당자/바이어 대상 뉴스레터로 미국내 육류 시장상황, 가격정보 등을 제공하며 Fax(02-720-1896)나 이메일 (jpark@usmef.org) 또는 홈페이지에서 신청 가능하다.

U.S.Meat 격월간 | 홀수 달

미국육류수출협회 소식지로 각종 미국육류수출협회 행사, 미국육류 시장정보, 가격정보, 기술정보 등을 제공하며 홈페이지 (www. usmef.co.kr). Fax(02-720-189 6)나 이메일(hpark@usmef.org) 또는 홈페이지에서 신청 가능하다.

• 갈비전문점 '강강술래' 와 함께 미국산 술래갈비 행사

미국육류수출협회는 갈비전문점 '강강술래' 와 함께 미국산 술래갈비 1인분(450g)을 7년 전 가격인 24,000원에 특별판매하는 '미국산 술래갈비 행사' 를 강강술래 상계본점에서 2009년 4월 1일~5월31일까지 진행한다. 기간 중 미국산 술래갈비 4인분 이상을 주문하는 고객에게는 미국산 불고기 500g과 미국산 사골곰국 1Kg 1팩씩을 포장 증정하며 술래갈비 길거리 시식행사 및 가가호호 시식행사도 동시에 진행한다.

• 갈비전문점 '송추가마골' 과함께한 '맛있는소고기는웰빙을타고~'

미국육류수출협회는 갈비전문점 '송추가마골' 과 함께 '맛있는 소고기는 웰빙을 타고~' 라는 주제로 2009년 4월13일~30일까지 미국산 쇠고기 행사를 진행하였다. 송추가마골 신관 및 본관, 양주 덕정점, 의정부 용현점, 남양주 평내점, 의정부 2청사점에서 진행된 이번 행사에서는 미국산 양념 '화' 갈비를 1인분에 29,000원에 판매하고 웰빙 꽃차를 제공하였으며 미국산 LA 갈비 포장 고객에게는 친환경 웰빙 쌈야채를 제공하였다.

• 미국산 건조숙성쇠고기 세미나

미국육류수출협회는 최근 미국의 일류호텔과 고급레스토랑에서 재조명받고 있는 건조숙성쇠고기의 생산과정 및 특징을 주제로한 '미국산 건조숙성쇠고기 세미나' 를 2009년 4월 16일 서울 소공동 웨스틴 조선에서 개최하였다. 이번 세미나에서는 미국 오클라호마주립대학교 동물자원학부 교수인 Dr. J. Brad Morgan을 초빙해 쇠고기의 건조숙성 방식 및 특징, 그리고 미국의 건조숙성쇠고기 소비 현황 등에 대해서 들어보았다. 또한 이번에 한국에 최초로 소개된 미국산 건조숙성 쇠고기 제품을 전시해 직접 눈으로 확인할 수 있는 기회를 제공하였고 미국산 건조숙성 쇠고기 메뉴로 구성된 디너를 제공해 맛볼 수 있는 기회도 제공하였다. 약 100명의 호텔, 외식업계 관계자들이 참석하였다.

• 미국산 쇠고기 소매점프로모션

미국육류수출협회는 미국산 LA식 꽃갈비를 100g당 980원에 판매하는 봄맞이 미국산 LA 갈비 가격할인전을 롯데마트 창립 11주년 기념 행사의 일환으로 롯데마트 전점에서 3월 25일~4월1일까지 진행하였다. 기간 중 롯데마트 18개 매장에서는 시식 행사도 동시에 진행되었으며 갈비를 구입하는 고객들에게 양념 소스도 증정하였다. 또한 3월 5일~11일까지 7일간 홈플러스 전점에서 미국산 쇠고기 산소포장팩 2팩 구입시 1팩을 추가로 증정하는 프로모션을 진행하였다. 미국육류수출협회는 미국산 쇠고기와 돼지고기에 대한 대형마트 시식 행사도 지속적으로 진행하고 있는데, 2009년 2월과 3월에 걸쳐 이마트, 홈플러스, 롯데마트, 뉴코아, 그랜드마트, 홈플러스익스프레스, 메가마트, 탑마트에서 미국산 쇠고기 및 돼지고기 시싱행사를 진행하였다.

• 미국산 쇠고기 광고

미국육류수출협회는 각종 요리, 인테리어 및 여성지를 비롯해 음식업중앙회 회원지인 뚝배기와 각종 식당 관련 전문지에 미국산 쇠고기 광고를 게재하고 있다.

• 2009서울국제식품전 및 부산국제식품전

미국육류수출협회는 2009년 5월 13일부터 16일까지 일산 한국국제전시장(KINTEX)에서 개최되는 2009년 서울국제식품전에 참가하여 미국산 쇠고기 및 돼지고기에 대한 전시 및 시식행사를 할 계획이다. 이번 전시회에서는 Hormel Foods, PM Beef, Sugardale, Hatfiled Quality Meats, Smithfield International Group 등 5개 회원사가 함께 참가한다. 또한 이번 전시회에서는 미국산 쇠고기에 대한 올바른 정보를 제공하는 미국산 쇠고기 홍보부스를 별도로 마련하여 생산단계 과정, 사육환경, 사료 등에 대한 정보를 제공한다. 2009년 6월 18일부터 21일까지 부산 해운대 벡스코(BEXCO)에서 개최되는 2009 부산국제식품전에 단독으로 참가하여 미국산 쇠고기와 돼지고기 전시 및 시식행사를 할 계획이다.

• 서원유통 Top Mart 일본 FOODEX 연수

미국육류수출협회는 2009년 3월3일부터 6일까지 서원유통 탑마트 수입육구매담당자 및 매장담당자를 대상으로 일본 FOODEX2009 참관 및 일본식육산업 견학연수를 실시하였다. 이번 연수는 미국산 냉장 돼지고기의 연중 판매를 활성화 하기 위하여 수입 냉장육의 비수기인 10월~2월까지 시식행사 지원 및 세일즈 경합을 통해 수입육 바이어 및 우수 판매사원들을 대상으로 진행되었다.

• 미국육류수출협회 조찬회

미국육류수출협회는 2009년 4월 17일 소공동 웨스틴조선 서울에서 조찬회를 개최하였다. 이번 조찬회에서는 미국산 건조숙성 쇠고기에 대하여 미국 오클라호마주립대학교 동물자원학부 교수 Dr. J. Brad Morgan이 그 생산방식 및 특징에 대해서 발표하였다. 그 외 미국육류수출협회 활동 및 향후계획 등에 대해서 설명하였다. 약 40여명의 업계 관계자들이 참석하였다.

미국육류산업 동향

비육우

단위 : 백만 두

	1월	2월	3월
비육우두수	11.23	11.28	11.22
입식두수	1.86	1.67	1.8
시장출하두수	1.73	1.68	1.82

쇠고기(VEAL,CHILLED&FROZEN 포함)

단위 : 만 톤

	12월	1월	2월
생산량	94.52	96.16	90.12
수출량	7.01	6.64	6.61
1인당평균소비량(분기별평균치)	7KG	7kg	7kg

비육돈(분기)

단위 : 천 두

	9월(3분기)	12월(4분기)	2009년 3월
총사육두수	68,196	66,708	65,389
모돈수	6,061	6,081	6,011

돼지고기

단위 : 만 톤

	12월	12월	12월
생산량	93.16	91.98	82.45
수출량	15.37	15.66	15.84
1인당평균소비량(분기별평균치)	6KG	6KG	6kg

가격

UNIT; US $/100KG, FOB OMAHA

	1월	2월	1월
생우가격	183.52	179.12	180.66
생돈가격	81.9	83.44	84.91
소지육가격	297.63	278.37	276.04
돼지지육가격	125.41	125.94	127.31

호텔, 레스토랑, 급식업체 월평균 구매가격(CHOICE, 쇠고기)

UNIT; US $/KG, FOB OMAHA

품목	2월	3월	4월
109A, RIB, ROAST READY, 23 UP	8.49	9.2	9.9
112A, RIBEYE ROLL, LIP OFF, 14 UP	11.79	13.99	14.7
114, CHUCK, SHOULDER CLOD 13-25	4.38	3.87	3.74
116, CHUCK, CHUCK ROLL, RTL READY	5.57	-	-
120, BRISKET, BONELESS 09 UP	4.33	4.33	4.33
123A, SHORT PLATE	5.35	5.35	5.17
124, RIB, BACK RIB(FROZEN)	2.07	2.13	2.24
136, GROUND BEEF 75%LEAN	3.83	3.52	3.63
167, ROUND, KNUCKLE 10-12	4.97	4.62	4.53
174, LOIN, SHORT LOIN, BONELESS	9.24	9.53	10.23
180, LOIN, STRIP LOIN, BONELESS	9.46	9.7	10.41
184, LOIN, TOP SIRLOIN	5.63	8.1	7.72
189A, TENDERLOIN, DN	16.46	15.66	16.68
193, FLANK, FLANK STEAK	9.09	8.51	8.27

출처 : URNER BARRY, HRI BUYERS' GUIDE

돼지고기 부위별 월평균 도매가격

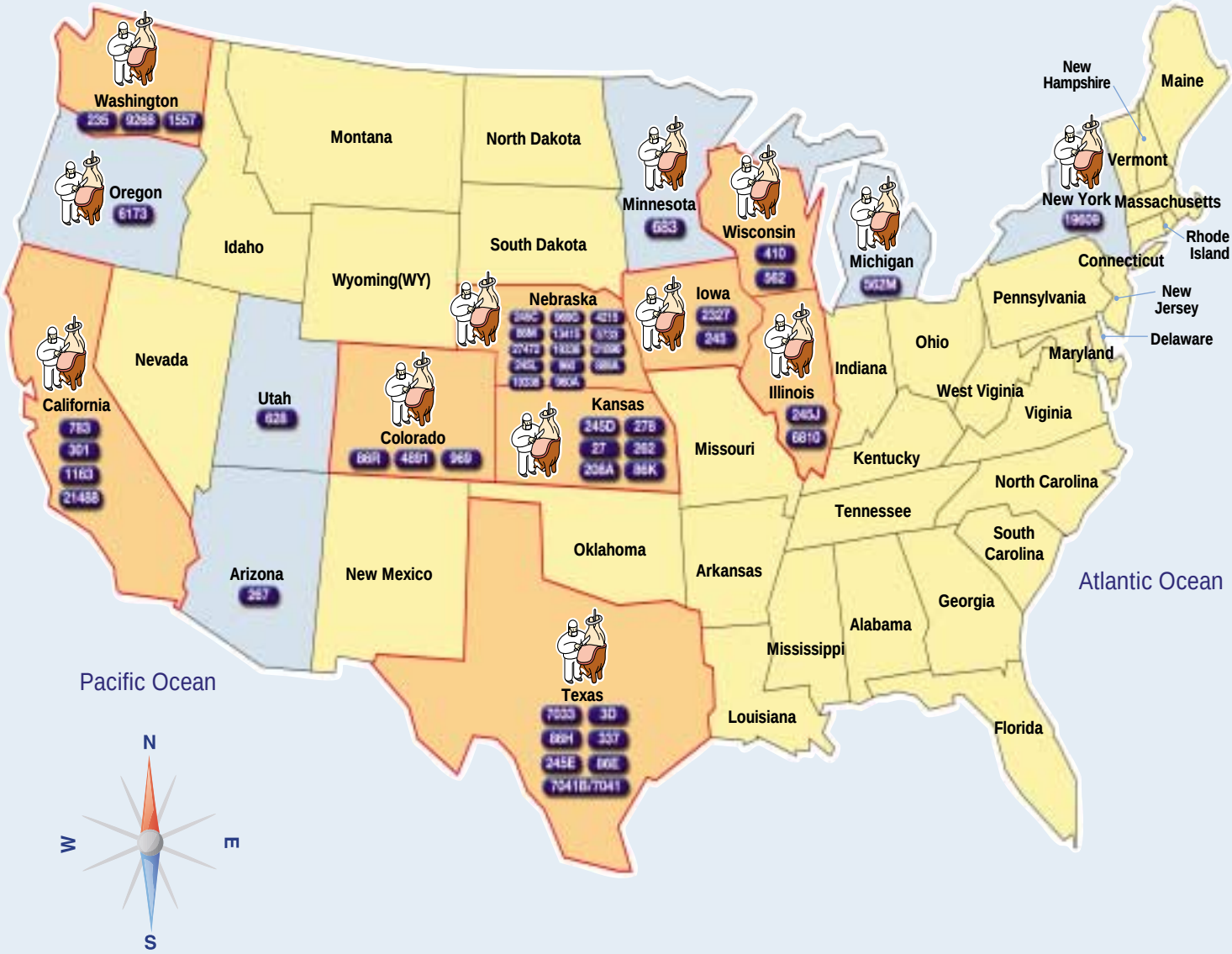
UNIT; US $/KG, FOB OMAHA

품목	1월	2월	3월
U40 LOIN, TRIM	2.1	2.09	1.99
U41 TENDERLOIN, 1.25 DOWN	4.85	4.85	4.73
U50 PICNIC, SMKR TRM COMBO	0.93	0.9	0.89
U42 BOSTON BUTT TRIM	1.58	1.64	1.61
U44 SPARERIB. 25#/DN-LGT	2.4	2.54	2.49
U46 HAM, BONE IN TRIMMED	0.92	0.96	1.08
U48 BELLY, SKIN-ON, FRESH	1.54	1.58	1.73
FRONT FEET, TOES ON	1.03	1.08	1.04
U51 NECK BONES	0.57	0.58	0.59
CHEEK MEAT, TRIMMED	1.54	1.64	1.4

출처 : AMS, WEEKLY NATIONAL CARLOT MEAT

*위의 가격정보는 미국 농무부(USDA)에서 발표하는 미국내 평균 도매가격이므로 수출가격과는 차이가 있음을 참고하시기 바랍니다.

미국산 쇠고기 수출승인 작업장



주요 9개주의 쇠고기 수출승인 작업장 및 전체 작업장 목록

*출처 : 국립수의과학검역원

*최종갱신일 : 2009년 3월 16일
작업장리스트는 지속적으로 업데이트 됩니다.

작업장 번호	작업장 명칭	작업장 주소
235	Washington Beef, LLC	201 Elmwood Road Toppenish, WA 98948
9268	Tyson Fresh Meats, Inc.	13983 Dodd Road Pasco(Wallula), WA 99363
783	Harris Ranch Beef Company	16277 S McCall Ave. Selma, CA 93662
21488	National Beef	57 East Shank Rd. Brawley, CA 92227
267	JBS Packer Land Inc.	651 South 91st Avenue Tolleson, AZ 85353
628	JBS Swift and Company	410 North 200 West Hyrum, UT 84319
1163	Unibright Foods Inc.	7101 Scout Avenue Bell Gardens, CA 90201
245C	Tyson Fresh Meats, Inc.	Hwy 35 IBP Ave. Dakota City, NE 68731
86M	Cargill Meat Solutions Corp.	590 Road 9 Schuyler, NE 68661
27472	Premium Protein Products, LLC	1009 M Street Hastings, NE 68901
245L	Tyson Fresh Meats, Inc.	1500 S. Plum Creek Phwy Lexington, NE 68850
86R	Cargill Meat Solutions Corp.	1505 E. Burlington Ave. Fort Morgan, CO 807014100
969	Swift Beef Company	800 North 8th Ave. Greeley, CO 80632
245D	Tyson Fresh Meats, Inc.	2101 West 6th Ave Emporia, KS 66801
27	Creekstone Farms Premium Beef	604 Goff Industrial Park Road Arkansas City, KS 67005
7033	Loggins Meat Co., Inc.	1908 E. Erwin Tyler, TX 75702
86H	Cargill Meat Solutions Corporation	3 Miles North of Plainview, TX 79072
245E	Tyson Fresh Meats, Inc.	5000 N. Fm 1912, Amarillo, TX 79108
208A	National Beef Packing Co. LLC	1501 E. 8th Street Liberal, KS 679050978
278	Tyson Fresh Meats, Inc.	Highway 50 West Holcomb, KS 67851
262	National Beef Packing Co. LLC	2000 E. Trail Dodge City, KS 67801
562M	JBS Plainwell, Inc.	11 Eleventh Street Plainwell, MI 49080
410	Green Bay Dressed Beef, LLC	544 Acme Street Green Bay, WI 54302
562	JBS Green Bay, Inc.	1330 Lime Kiln Road Green Bay, WI 54311
245J	Tyson Fresh Meats, Inc.	US Hwy. 92 at Joslin Geneseo, IL 61254
2327	Iowa Paciffic Processors Inc.	2606 Sunset Road Des Moines, IA 50321
19336	Nebraska Beef Ltd.	4501 S. 36th Street Omaha, NE 68107
960	Greater Omaha Packing Co.	3001 "L" Street Omaha, NE 68107
960A	Greater Omaha Packing Co.	3001 "L" Street Omaha, NE 68107
683	PM Beef Holdings, LLC	2850 Highway 60E Windom, MN 561011291
86E	Cargil Meat Solutions Corp	4 MI West on Hwy 60 Friona, TX 79035
3D	Swift Beef Company	U.S. Highway 287 Cactus, TX 79013
969G	Swift Beef Company	555 S Stuhr Rd. Grand Island, NE 688013201
86K	Cargill Meat Solutions Corp.	East Highway 154 Dodge City, KS 67801
245	Tyson Fresh Meats, Inc.	2490 Lincoln Way Denison, IA 51442
301	Yosemite Valley Beef Packing C	970 East Sandy Mush Rd. Merced, CA 95340
337	Sam Kane Beef Procerssors, Inc.	9001 Leopard Street Corpus Christi, TX 78409
1557	Macdonald Meat Co.	2709 Airport Way S. Seattle, WA 981341808
4215	Skylark Meats, LLC.	4430 South 110th Street. Omaha, NE 68137
4891	K2D, Inc.	2035 2nd Ave. Greeley, CO 80631
5733	Premium Protein Products, LLC	4611 W. Adams Street Lincoln, NE 685241444
6173	Masami Foods	5222 Tingley Lane Klamath Falls, OR 97603
6810	Meat By Linz, Inc.	414 State St. Calumet City, IL 60409
13415	Fremont Beef Company	960 South Schneider Street Fremont, NE 68025
31896	Universal Cold Storage & Trkg	1601Pioneers Blvd Lincoln, NE 68502
889A	J.F. O'Neill Packing Co.	3120 G Street Omaha, NE 68107
7041B/7041	Beltex Corporation	3801 North Grove Street Fort Worth, TX 76106
19609	U.S Meat Inc.	355 Food Center Dr. Bldg G-2 Bronx, NY 10474

미국 육류시장 동향

쇠고기 시장

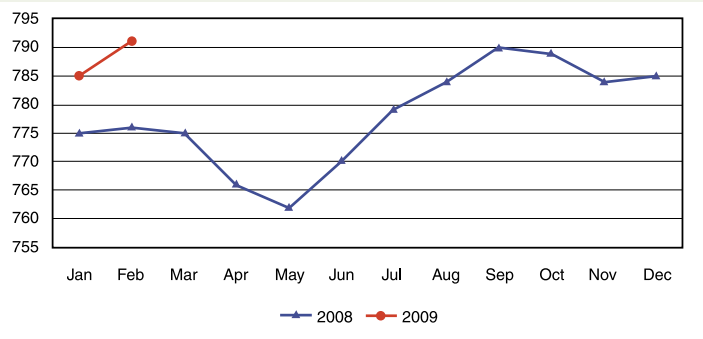
유우암소 도축두수 증가 및 지육중량 증가로 쇠고기 생산량 증가

미농무부(USDA) 농업마케팅국(AMS) 자료에 따르면 2009년 미국의 암소 도축두수는 2008년 대비 매우 높은 증가율을 보이고 있다. 아래 (그래프1)에서 보듯이 2008년 말 약간 소강상태를 보였던 암소 도축률이 2009년 들어 다시 상승하기 시작해 2월 7일주에는 2008년 동기 대비 13.8퍼센트 증가한 128,100두를 기록하였다. 이렇듯 높은 미국의 암소도축률은 미국내 유우 암소의 도축두수와 캐나다산 도축용 육우 암소 유입 증가가 주 요인이다. 2008년 미국의 우유 및 치즈 가격이 폭락하면서 유우 사육업자들의 유우 암소 출하가 급증하였다. 그 결과, 유우 암소의 도축두수가 무려 25.5퍼센트나 증가하여 2009년 초반 송아지 생산을 위한 암소의 보유 두수가 증가하면서 육우 암소의 도축두수가 2008년 대비 약 3.8퍼센트 증가한 데 그친 것과 큰 대조를 이루었다. 또한 캐나다로부터 수입한 도축용 육우 암소가 지난해 대비 38퍼센트 증가한 것도 미국의 전체 암소 도축두수 증가의 한 요인으로 작용하였다.

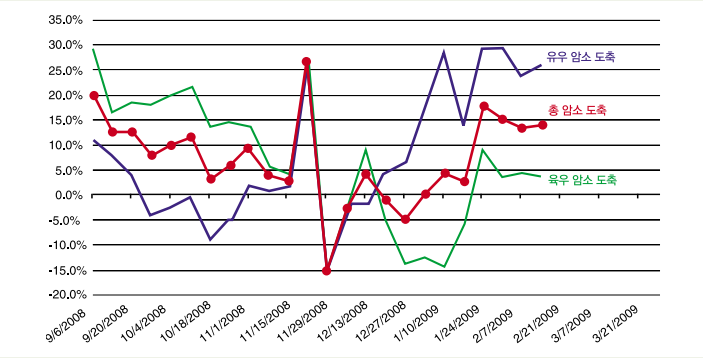
한편, 2009년 1월과 2월 도축된 생우의 평균 도체중량은 예년 대비 최고 수준을 기록하였는데, 이는 지난 해 늦가을부터 겨울 동안의 기후가 소 비육에 매우 유리한 조건을 형성했기 때문이다. 이는 암소 도축두수의 증가와 맞물려 기간 중 거세우 및 미경산우의 도축두수 감소분을 상쇄할 수 있었다.

(그래프2) 도축 생우의 도체중량

단위 : 파운드

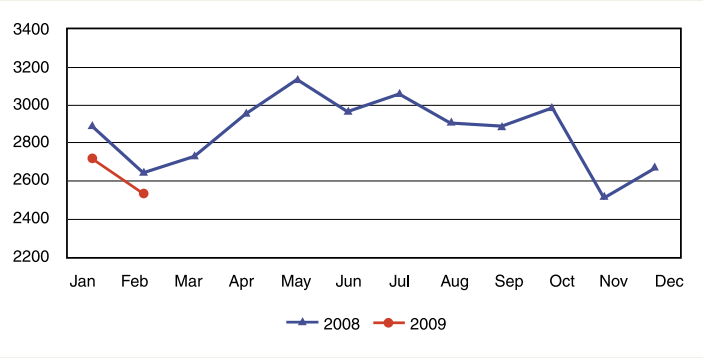


(그래프1) 미국의 주간 암소 도축률



(그래프3) 거세우 및 미경산우 도축두수

단위 : 천두

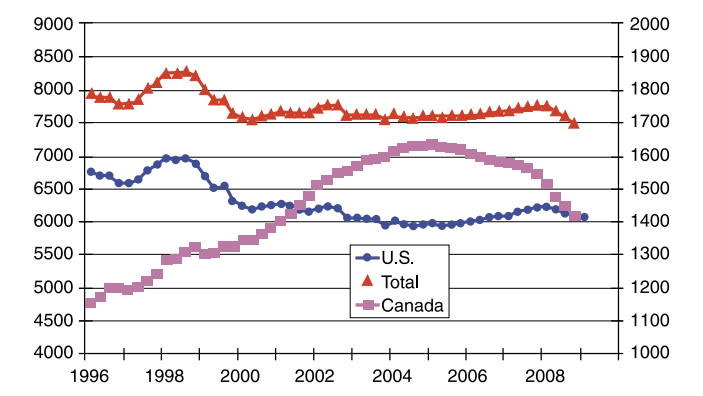


송아지 생산량 감소로 향후 쇠고기 생산량 감소 예상

이렇듯 유우 암소의 급격한 도축두수 증가는 향후 미국의 유우 암소 총 사육두수에도 영향을 끼칠 것으로 예상된다. 즉, 유우 암소는 물론 육우 암소의 도축률도 현 수준을 유지한다면 2010년까지 미국내 암소 사육두수는 지속적으로 감소할 것으로 예상된다. 전체 암소 사육두수의 감소는 곧 송아지 생산량의 감소를 의미하는 것으로, 단기적으로는 향후 적어도 2010년 에서 2012년까지는 미국의 쇠고기 생산량은 감소세를 보일 것이고 결과적으로 쇠고기 가격은 상승할 수밖에 없을 것으로 예상된다. 물론 이러한 부족분은 캐나다 또는 멕시코로부터의 비육밑소 수입량 증가로 어느 정도 상쇄할 수는 있을 것으로 보인다. 하지만 현재 캐나다의 암소 사육두수는 미국과 마찬가지로 감소추세를 보이고 있고 멕시코 역시 현재 자국내 건조한 기후로 인한 사육조건 악화로 미국으로의 비육밑소 수출량이 증가하고 있기는 하나 이는 향후 기후, 사육지조건, 환율 및 경제상황 변화 등에 따라 가변적일 수밖에 없다. 여기에 2008년 후반기부터 시행중인 미국의 소매점 원산지 의무표시제(COOL)에 따라 수입량이 제한적일 수밖에 없는 점 또한 향후 미국의 쇠고기 생산량 감소 예상의 또 다른 요인으로 작용하고 있다.

(그래프4) 미국 및 캐나다 암소 사육두수

단위 : 천두



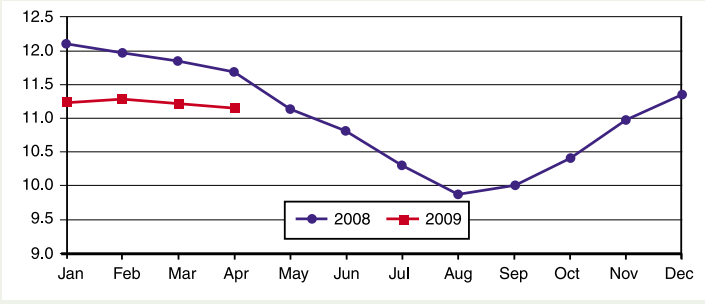
미경산우 보유증가로 비육장 비육우 두수 감소세 지속

미농무부(USDA) 농업통계청(NASS) 자료에 따르면, 2009년 4월1일 현재 1,000두 이상 보유규모의 비육장의 비육우 두수는 약 1,120만두로 2008년 동기 대비 각각 5퍼센트 감소하였다. 이러한 추세는 암소 사육 두수의 감소에 따른 송아지 생산량 감소와 송아지 생산을 위한 미경산우 보유 두수 증가가 맞물려 당분간 지속될 것으로 예상된다. 2006년 1월부터 2009년 1월 사이에는 1,000두 이상 보유 규모의 비육장의 비육우 두수 중 미경산우의

비율이 지속적으로 증가해왔고, 이는 곧 사육업자들의 향후 송아지 생산량 증가를 위한 미경산우 보유 의지가 그만큼 낮음을 의미했었다. 그러나 이후 송아지 생산을 위한 사육업자들의 미경산우 보유두수가 증가하면서 비육장으로 입식되는 미경산우의 두수가 지속적으로 감소하고 있는 것이다. 올해 하반기에 비육우 및 쇠고기 가격이 본격적으로 상승한다면, 미국내 사육업자들의 미경산우 보유두수는 더욱 증가할 것이고 이는 미국의 쇠고기 시장에 중요한 두 가지 영향으로 작용하게 될 것이다. 그 첫번째는, 앞서 언급한 비육장으로의 미경산우 입식 두수 감소로 전체 비육우 두수가 감소하게 되어 향후 쇠고기 생산량이 감소하게 될 것으로 예상되는 것이다. 두번째로는, 미경산우 보유두수가 증가하면서 미국내 육우 암소 사육두수가 증가하게 되는 것으로, 이는 장기적으로 현재 암소도축두수 증가로 침체기에 있는 암소 사육기반이 다시 확립되는 것이다. 그러나 최근 보유두수가 증가한 미경산우가 새끼를 낳아 생산되는 송아지의 두수가 증가하는 시점은 적어도 2011년이나 돼야 하고 그러한 송아지들이 비육장에 입식되어 쇠고기 생산량이 증가하기까지는 적어도 2011년이나 2012년은 돼야 할 것이므로 향후 몇 년간은 미국의 쇠고기 생산량이 감소할 수밖에 없을 것으로 예상된다.

(그래프5) 1,000두 이상 보유규모의 비육장 비육우두수

단위 : 백만두

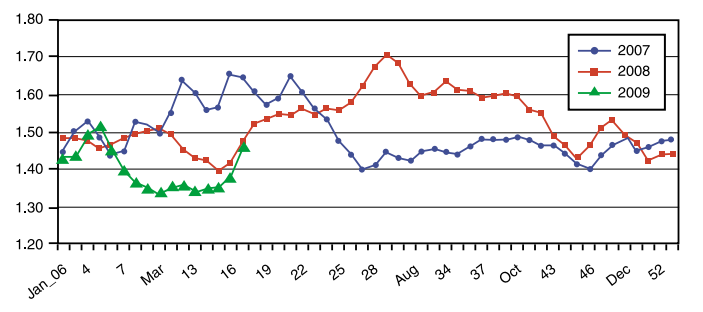


경기침체로 쇠고기 가격 약세, 봄철 가격 상승기 도래

전세계적인 경기침체의 영향으로 미국의 쇠고기 가격도 하락하여, 2009년 들어 미국의 초이스급 쇠고기 도매 가격은 지난해 대비 5-6퍼센트 하락하였다. 계절적으로 쇠고기 가격은 연중 봄철이 되면 상승기에 접어들게 되는데, 예년의 미국의 봄철 쇠고기 가격 상승기는 보통 4월 초반에 시작되어왔다. 그러나 올해는 경기침체가 장기화되면서 쇠고기 수요 또한 지속적으로 침체되어있는 데다가, 3월 말 미국의 주요 소 사육지역에서의 혹한을 동반한 눈보라 및 저기온 현상으로 인한 이상기후가 맞물려 봄철 쇠고기 가격 상승기가 지연되었다. 2008년의 경우 봄철 쇠고기 가격 상승기는 4월 7일주에 시작되어 초이스급 쇠고기 도매가격은 그 전주 대비 백파운드당 15-18달러 이상 상승하였고 생우 가격도 백파운드당 6달러 가량 상승하였다. 그러나 2009년에는 4월 셋째주가 되어서야 상승세로 돌아서긴 했으나 해당 주로부터 최근 10일간 백파운드당 10달러 이상 급상승했는데, 이는 향후 쇠고기 생산량이 감소할 것이라는 미국 정부 및 각종 전문가 보고서를 비롯해 봄철 가격 상승기가 도래했다는 업계 분위기가 더해진 데다가 최근 쇠고기 생산업체들의 감산까지 맞물린 결과이다.

(그래프6) 미국내 주간 초이스급 쇠고기 가격

단위 : 달러/파운드

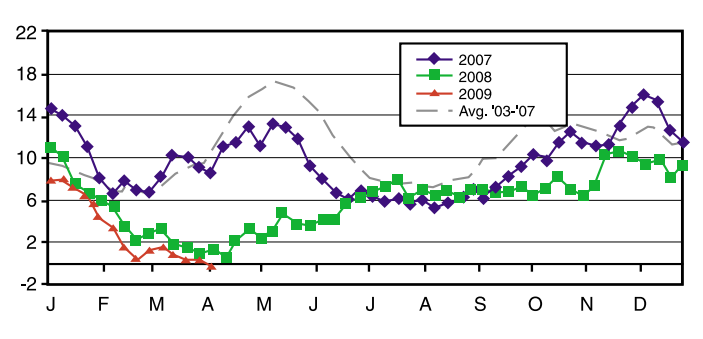


초이스급 쇠고기 공급량 증가와 셀렉트급 쇠고기 수요증가로 가격격차 역대 최저

미국의 쇠고기 상위 3개 품질등급은 프라임(Prime)급, 초이스(Choice)급, 셀렉트(Select)급 순이다. 프라임급 쇠고기는 출현율이 3퍼센트 정도밖에 안 되는 최상급 쇠고기로 가격 역시 가장 높다. 그 다음이 평균 출현율 55-57퍼센트인 초이스급, 그리고 셀렉트급 순이다. 일반적으로 셀렉트급 쇠고기는 초이스급 쇠고기에 비해 지육 100파운드 당 약 7-15달러 가량 저렴하다. 그러나 경기침체로 저렴한 등급의 쇠고기 수요가 증가하면서 2008년 하반기부터 두 등급 간의 가격 격차가 점차 좁아져 파운드당 약 1.4달러대까지 좁혀지더니 급기야 아래 (그래프7)에서 보듯이 2009년 4월 한때에는 두 등급의 가격이 역전되는 기현상이 발생하였다. 이는 1989년 노동절 휴일에 두 등급간의 가격이 한 번 역전되었던 때 이후 최초로, 아래 (그래프 8)에서 보듯이 최근 미국의 초이스급 쇠고기 출현율이 급격히 증가함으로써 공급량은 늘어난 반면 경기 침체로 보다 저렴한 셀렉트급 쇠고기를 찾는 소비자들의 수요가 증가한 데 따른 기현상으로 볼 수 있다. 또한 이는 통상적으로 초이스급 이상의 쇠고기를 사용하는 외식업계에의 소비가 줄어들고 선택구매가 가능한 소매점에서의 셀렉트급 쇠고기의 소비가 그만큼 증가했다는 것을 의미하기도 한다.

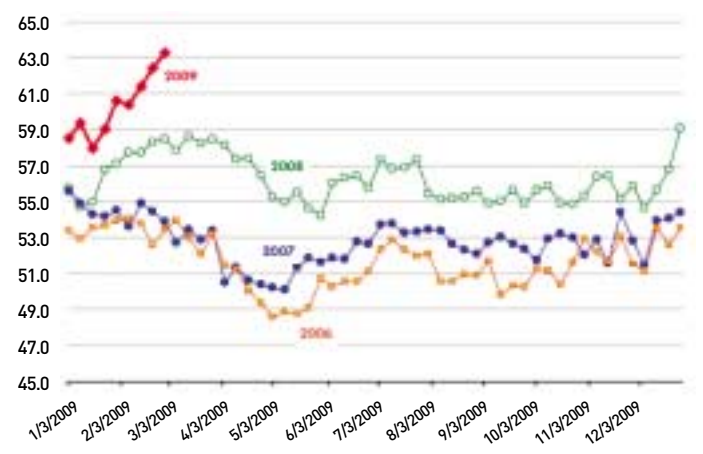
(그래프7) 초이스급-셀렉트급 가격 격차

단위 : 달러/백파운드



(그래프8) 초이스급 쇠고기 출현율

단위 : 퍼센트



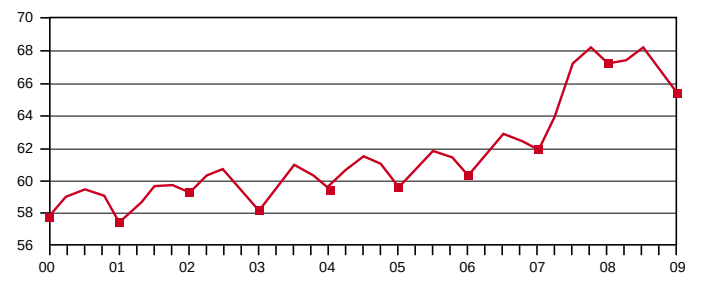
돼지고기 시장

돼지 총 사육두수 및 모돈두수 감소, 돼지고기 생산량 감소 예상

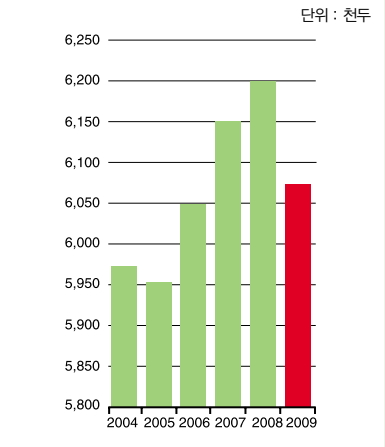
미농무부(USDA) 산하 농업통계청(NASS)에 따르면 2009년 3월 1일 현재 미국의 돼지 총사육두수는 약6,050만두로 전년 동기 및 2008년 12월1일 현재 대비 각각 3퍼센트 와 2퍼센트 감소하였다. 그 중 모돈의 수는 약 601만두로 전년 동기 및 지난 분기 대비 각각 3퍼센트와 1퍼센트 감소하였고 비육돈도 약 5천940만두로 전년 동기 및 지난 분기 대비 각각 3퍼센트와 2퍼센트 감소하였다. 2008년 12월부터 2009년 2월까지 새끼돼지 생산두수는 약 2천820만두로 지난 해 동기 대비 1퍼센트 감소하였고 2007년 동기 대비 7퍼센트 증가하였다. 기간 중 새끼돼지를 낳은 모돈은 298만두로 전년 동기 대비 3퍼센트 감소하였고 2007년 동기 대비 3퍼센트 증가하였다. 이는 전체 모돈의 50퍼센트에 해당하며 2008년 12월부터 2009년 2월까지의 평균 산자수는 9.48마리로 작년 동기의 9.24마리에 비해 증가하였다. 미국의 돼지사육농가들은 2009년 3월에서 5월까지 약 296만두의 모돈이 자돈을 생산하도록 계획하고 있으며 이는 2008년 및 2007년 동기간의 실제 자돈 생산두수 대비 각각 3퍼센트와 2퍼센트 감소한 수치이다. 한편, 2009년 6월부터 8월까지는 2008년 동기 및 2007년 동기 대비 각각 4퍼센트와 6퍼센트 감소한 약 295만두의 모돈이 자돈을 생산하도록 계획하고 있는 것으로 나타났다.

(그래프1) 매년 3월 1일 현재 미국내 돼지 총사육두수

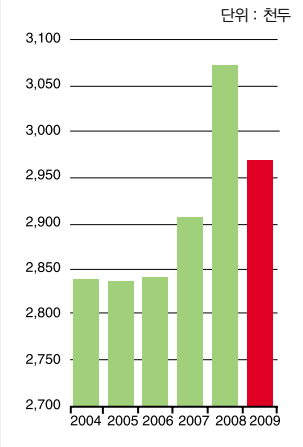
단위 : 백만두

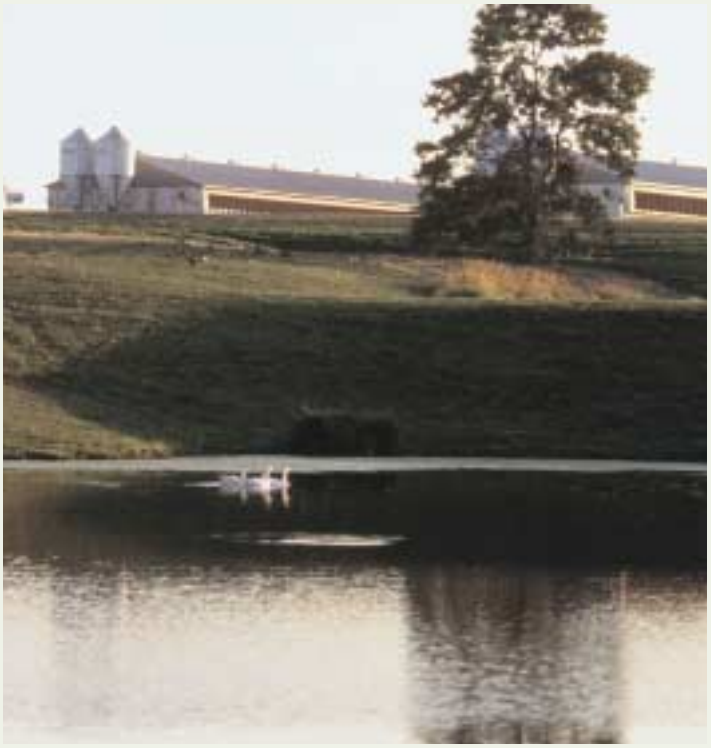


(그래프2) 3월 1일 현재 미국내 돼지 모돈두수



(그래프3) 12월-2월 분만두수





이렇듯 모돈과 비육돈 두수가 감소하였고 2009년 상반기 양돈업자들의 번식의지 또한 감소한 에다가 미국으로 수입되는 캐나다산 도축용 생돈도 지속적으로 감소하고 있어 미국의 돼지고기 생산량이 적어도 2010년까지는 감소할 것으로 예상된다. 2009년 미국의 돼지고기 총 생산량은 약 220억 8,000만파운드로 2008년 대비 2.4퍼센트 가량 감소할 것으로 예상된다.

경기침체에 따른 수요감소와 수출 증가 둔화로 돼지고기 도매 가격 약세, 생돈가격 상승

쇠고기와 마찬가지로 돼지고기 역시 경기침체로 인해 그 수요가 감소하고 있고 미국 달러화의 경쟁력 약화로 해외 수출시장에서의 수요 역시 약세를 보임에 따라 2009년 1분기 돼지 지육 가격은 백파운드당 지난해 대비 1.6퍼센트 하락한 57.49달러를 형성하였다. 이는 기간 동안 돼지고기 생산량이 2008년 동기 대비 3.5퍼센트 감소했음에도 불구하고 가격은 하락한 것으로 돼지고기의 수요가 그만큼 침체돼 있음을 보여주는 것이다.

한편, 2009년 1분기 돼지고기 도매가격의 약세에도 불구하고 생돈 가격은 2008년 동기 대비 6퍼센트 상승한 것으로 나타났다. 즉, 이는 돼지고기 생산업자들의 이윤이 그만큼 감소했다는 것을 짐작할 수 있는 부분으로, 경기침체현상이 장기화되어 양돈업자들의 생산비 증가에 따른 상승분을 돼지고기 생산업체가 부담할 수 없게 되면 미국의 미국의 양돈업계의 돼지 사육기반이 붕괴될 수 있는 가능성도 배제할 수 없을 것으로 예상된다.

(그래프4) 미국의 돼지고기 도매가격

단위 : 달러/백파운드

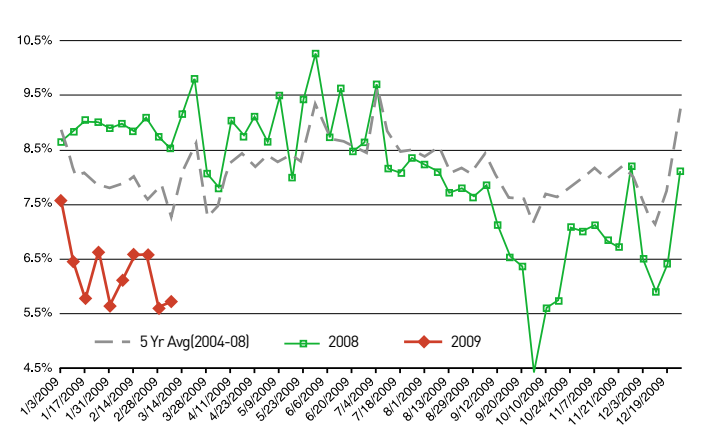
캐나다산 생돈수입량 감소, 돼지고기 수입량 감소

2009년 1월의 캐나다산 생돈 수입량은 645,434두로 전년 동기 대비 41.6퍼센트 감소하였고 2월에는 525,000두로 44퍼센트 감소하였다. 미국의 양돈업계에서는 2009년 캐나다산 생돈 총 수입량은 2008년 대비 25퍼센

트 감소한 약 7백만두가 될 것으로 예상하고 있다. 이는 캐나다의 돼지 사육두수가 감소한 데다가 캐나다 내의 양돈 및 돼지고기 시설이 확충되었고, 또한 캐나다 달러화 대비 미국 달러화의 경쟁력 약화와 미국의 소매점 원산지 의무표시제(COOL) 시행 등 여러가지 요인이 복합적으로 작용하고 있는 결과이다. 한편, 경기침체에 따른 미국내 수요감소로 돼지고기 수입량 또한 감소세에 있어, 2009년 2월 미국의 돼지고기 수입량은 약 6,100만파운드로 2008년 동기 대비 15퍼센트 감소하였다. 그 중 캐나다산 돼지고기의 수입량은 약 7퍼센트 감소하였고 덴마크산 돼지고기 수입량은 25퍼센트 가량 감소하였다.

(그래프5) 주당 생돈 도축두수 중 캐나다산 생돈 비율

단위 : 퍼센트

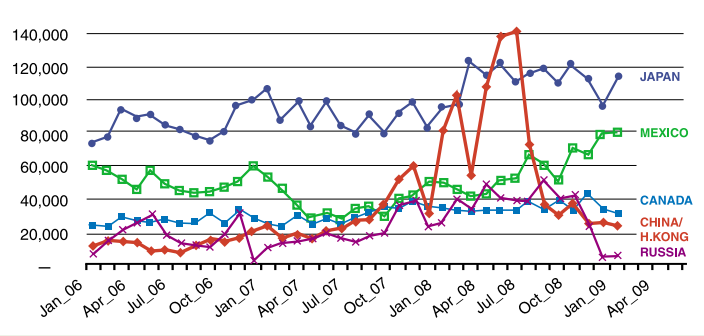


2009년 미국산 돼지고기 수출호조 예상

2009년 2월 현재 미국의 돼지고기 수출량은 약 3억4,100만파운드로 2008년 동기 대비 13퍼센트 감소하였고 1~2월의 총수출량은 11퍼센트 감소하였다. 이는 미국을 비롯한 전세계 경기침체에다가 미국 달러화의 경쟁력 약화로 미국산 돼지고기에 대한 수요가 약세를 보이고 있기 때문이다. 그러나 이는 최근 발생한 특별한 상황으로, 2009년 1~2월 미국산 돼지고기 수출량은 2007년 동기에 비해서는 여전히 25퍼센트 가량 높은 수치이다. 전문가들에 따르면 2009년 미국산 돼지고기 수출량은 2008년 대비 약 13퍼센트 감소한 41억파운드가 될 것으로 예상되는데, 이는 2008년만큼의 기록적인 수치는 아니어도 2007년의 수출량 대비 29퍼센트, 2004-2008년 평균치 대비 33퍼센트 이상 증가한 수치로 여전히 강세를 보일 것으로 예상된다. ⚜

(그래프6) 주요시장으로의 미국산 돼지고기 수출량

단위 : 천파운드



출처 : USDA ERS report, 2009년 3-4월분 / CME Newsletter

SQF(Safe Quality Food) 인증 소개

● 개요

어느 국가이든 국민의 생활 문화 또는 삶의 패턴이 향상되면 주변 환경으로부터의 '위해' 라는 문제에서 탈피해 보고자 하는 욕구가 그 나라 사회전반에 깔리게 마련이다. 따라서 각 국가별로 식품의 안전을 위한 기준 및 수단이 마련하여 시행하고 있으며 책임 있는 단체나 기관에서는 자국의 기준은 물론 국제적으로도 인정받아 통용될 수 있는 시스템을 적용하여 식품의 안전을 도모 하고 있다. 이번 호에서는 전 세계적으로 식품에 대한 소비자들의 신뢰도가 많이 저하된 지금, 식품업계의 새로운 관심을 불러일으키고 있는 HACCP 국제 민간 인증의 하나인 SQF(Safe Quality Food) 인증에 대해서 알아보고자 한다.

● SQF(Safe Quality F●●d)인증이란 무엇인가

SQF는 Safe Quality Food, 즉 안전한 품질의 식품을 말하며, SQF 인증이란, 제품의 생산, 준비, 운송, 저장과 취급 방법에 있어 SQF 인증기준에 따라 위생적이고 안전하게 생산되었으며 국제표준과 부합하는지의 여부를 심사하여 부여하게 되는 일종의 HACCP 국제인증이다. 또한 SQF 인증 프로그램은 전세계 40여개국을 회원국으로 둔 GFSI(The Global Food Safety Initiative, 국제식품안전협회)에서도 공인을 받았으며 안전하지 못한 식품이 시장에서 유통될 수 있는 위험도를 감소시키기 위해 식품산업에서 사용한 입증된 방법인 NACMCF(식품미생물기준국가자문위원회)와 CODEX(국제식품규격위원회)의 HACCP의 원칙과 지침을 요약한 HACCP 관리 시스템의 하나이다.

SQF는 식품영역에 종사하는 공급자, 제조업자, 도소매상, 중개인 및 수출업자 등에게 제공되는 식품의 품질 안전을 위해 개발된 인증 규범으로 1994년에 호주 서부농무성(AG West)에서 최초로 시작되었다. 이후 미국 FMI(Food Marketing Institute, 식품 마케팅 협회)가 2003년 8월 SQF 인증 프로그램의 운영 권한을 획득했고 프로그램 관리를 위한 SQF Institute Division(식품안전인증국)을 미국 워싱턴 D.C에 설립했다. 미국 FMI는 미국은 물론 전세계 약 1,500여개의 식품 도소매 관련업체를 회원사로 두고 있으며 식품안전, 시장조사, 교육을 위한 각종 프로그램을 운영하는 협회이다.

● SQF 인증의 범위

현재 SQF 인증에는 SQF 1000 과 SQF 2000 두가지가 있다. SQF 1000은 주로 농작물 경영을 발전시키기 위한 HACCP 프로그램이며, SQF 2000은 식품산업의 Food Chain을 포함한 모든 부문에서 사용될 수 있는 HACCP 프로그램이다.

SQF 1000 경우에는 현재 농산물의 재배 농장이나 목축, 양돈, 양계, 사료, 도축장 등에서 적용 운영되고 있다. SQF 2000 경우는 앞서 언급한대로 식품산업의 전반에 걸쳐 사용되고 있으며, 가열식품, 비가열식품, 냉동식품, 냉장식품, 건조식품, 레토르트식품, 식품포장용기, 식품유통, 식품서비스산업, 케이터링 등 폭 넓게 적용 운영되고 있다.

● SQF 2000 인증 단계 및 요건

SQF 인증 프로그램 중 식품산업 전반에 걸쳐 적용되는 SQF 2000의 인증 단계는 Level 1, Level 2, Level 3 세가지 단계로 나누어지는데, Level 1을 받기 위해서는 GMP(우수제조관리기준)이 확립되어 있어야 하고 Level 2를 받기 위해서는 Level 1의 요건에다가 식품의 안전성을 보증할 수 있는 HACCP 프로그램을 확립해야 한다. 마지막으로 Level 3을 받기 위해서는 위 두가지에다가 식품품질에 대한 위험도 평가와 품질관리를 위한 프로그램이 마련되어 있어야 한다. 공식 프로그램상에 포함되어있는 그 핵심 요건들을 간략히 소개 하자면 다음과 같다(요건번호 1-3까지는 해당 프로그램의 범위, 참조사항 및 개념에 해당).

요건번호 : 4

4.1 경영자 의지(Commitment)

4.2 문서관리 및 기록(Document Control and Records)

4.3 사양서 및 제품개발(Specifications)

4.4 식품의 안전성(Attaining Food Safety)

4.5 검증(Verification)

4.6 제품식별,추적,회수 및 리콜 (Product Identification Trace and Recall)

4.7 공장보안(Incident Management)

요건번호 : 5 GMP(우수제조공정기준) 식품안전을 위한 기초사항 (Food Safety Fundamentals Described)

요건번호 : 6 선행요건프로그램에 대한 요구사항

요건번호 : 7 식품제조 공정스케줄의 설정, 가공시의 온도관리, 스팀과 봉인의 과정, 품질보증사항 등에 대한 요구조건

● SQF 의 인증절차

공급자가 인증을 받기위한 절차는 현재로서는 SQFI 웹사이트(www.sqfi.com)에서 접근이 가능 하도록 되어 있다. 인증심사는 SQFI에 의해 위임된 심사기관이 하게 된다.

1)우선 먼저 SQFI 웹사이트 에서 심사를 신청 하겠다는 의사를 표명하고 SQFI에서 운영하는 국제 공인 교육 프로그램을 수강하여야 한다. 한국의 경우는 SQFI의 위임받아 SGS Korea에서 진운영하고 있으며 교육 과정에서 확인된 업체의 교육이수 내용은 미국 SQFI에 통보 하게 되어 있다.

2) 이후 SQFI 에서는 이를 근거로 한 자료와 위임된 SQF 심사원의 현장 심사 자료와 결과를 종합 검토 한 후 중대한 결함이 발견되지 않으면 인증서가 인증기관에 의해서 발행된다.

3) 시정조치 사항이 발견될 경우 시정 요구사항이 완결 될 때 까지 인증서의 발급이 보류 되기도 하며, 6개월 주기의 사후 심사 시에는 이전 심사에서의 시정 요구사항이나 관찰사항을 반드시 검토 하게 되어있다.

● SQF 인증의 국제적 위상

앞서도 설명했듯이 SQF 인증 국제적으로 인정받아 통용되는 식품안전인증으로 소비자들의 신뢰도 확보를 위해 고안된 인증이다. 통상적으로 현재까지 미국이나 유럽 등에서 국제적으로 널리 인정되는 HACCP 프로그램으로는 BRC프로그램(영국 국가품질위생기준 프로그램), SQF인증프로그램(식품안전인증 프로그램), IFS(국제식품규격), Dutch HACCP프로그램(네덜란드 국가HACCP 프로그램) 등 정도이다. 즉, 그러한 국제적으로 통용되는 인증을 받은 식품의 공급자들은 국가간 교역시 교역조건에 부합하고 식품에 결함이 없을 경우 품목에 관계없이 그 품질안전성을 공인받아 교역되고 있는 것으로 알려지고 있다.

미국의 경우 다수의 쇠고기 가공시설 및 돼지고기 도축시설에서 이 SQF2000인증을 부여 받아 적용하고 있으며 쇠고기 도축시설로는 최초로 2009년 초 PM Beef가 공식적으로 이 SQF2000인증을 부여 받았다.

● 결론

SQF 인증의 궁극적인 목적은 소비자로 하여금 이 인증을 부여받은 제품에 대한 위생 및 품질 안전에 대한 신뢰도를 보다 향상시키기 위한 것이다. 물론, 국가별로 자국의 국가 식품안전 프로그램이 시행되고 있으며 그러한 바탕 하에 국가간 교역도 활발하게 이루어지고 있다. 그러나 그럼에도 불구하고 전세계적으로 각종 식품관련 위해 사고가 빈번히 발생하고 있으며 산업이 발달할 수록 위해 환경이 증가하고 있는 것이 사실이다.

또한 글로벌시대를 맞아 식품은 생산되는 각종 제품들에 대한 국가간 교역이 점차 확대되고 있는 이 때에, 식품 업계에서 국제적으로 통용될 수 있는 이러한 SQF 인증프로그램이 다시금 관심을 받고 있다는 것은 식품안전에 대한 전세계 소비자들의 신뢰도를 강화할 수 있는 좋은 계기가 될 것이다. ⚜

자료출처 : 박윤규 사장 / 티지시스템(식품 HACCP 및 의약품 GMP컨설팅 전문회사)

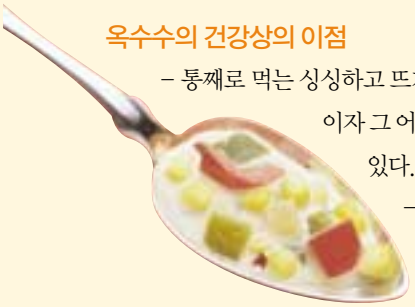
맛, 건강, 가격 모두를 만족시키는 식품 '옥수수'

A wholesome way to Bon Appétit!

경제 불황으로 민감해진 요즘, 요리하기 간편하고 저렴하면서도 건강에 좋은 comfort foods(일명 '위로음식')가 소비자들의 마음을 움직이고 있다. 이번 호에서는 경제 난관을 극복하기 위해 사업비용, 인력, 그리고 불필요한 지출을 줄이는 등 비용절감을 위한 방법에 모두 몰두 하고 있는 요즘, 소비자들의 입맛을 만족시키고, 건강에 좋으면서, 저렴한 비용으로, 쉽게 요리할 수 있는 식품의 하나로 각광받고 있는 옥수수와 옥수수를 활용한 간편 레서피를 소개하고자 한다.

활기차고 뜨거운 여름에 먹을만한 채소로 갓 수확되어 싱싱하고 수분이 많은 '옥수수' 만한 것이 또 있을까? 요즘은 연중 내내 시장에서 옥수수를 구입할 수 있는데, 이는 저렴하면서도 좋은 품질과 다양성으로 소비자들에게 큰 만족을 주기 때문일 것이다.

메이즈(Maize)라고도 알려진 옥수수는 세계에서 가장 기본적이고 중요한 농산물이다. 또한, 미국 문화의 아이콘으로서, 여름철 BBQ 파티와 영화를 관람하는 저녁에 으레 내어지곤 하는 옥수수는 미국의 전통을 잘 나타낼 수 있는 음식으로 손색이 없다. 더불어, 옥수수는 다양한 음식의 부재료로 쓰이는 콘시럽처럼 여러 형태의 가공품으로 제조되어 우리 식단에 빼놓을 수 없는 중요한 자리를 이미 점하고 있기도 하다. 옥수수 하면 보통 노란색을 연상하지만 실제로 적색, 자주색, 흑색, 푸른색과 같은 다양한 색을 지닌 옥수수가 생산되고 있다. 정제하지 않은 곡물섭취에 있어 중요한 부분을 차지하고 있는 옥수수는 올올이 박혀있는 옥수수 낟알이 옥수수수염과 껍질에 의해 잘 보호되면서 자란다.



옥수수의 건강상의 이점

– 통째로 먹는 싱싱하고 뜨거운 옥수수는 여름철 파티의 필수 아이템이자 그 어떤 메뉴에도 건강한 영양요소를 부여할 수 있다.

– 옥수수는 많은 영양소들이 들어 있는 주요 공급원인데, 티아민(비타민 B1), 판토텐산(비타민 B5), 엽산, 식이섬유, 비타민C, 인산, 망간과 같은 많은 영양소들이 함유되어 있다.

– 옥수수를 섭취하면 폐암과 대장암의 발병가능성을 낮추는데 도움을 준다. 특히 옥수수에 함유된 티아민(비타민 B1)은 스트레스를 받는 상황에서도 도움을 줄 만큼 인간의 기억능력과 에너지 생산에 큰 도움을 준다.

– 새로운 연구결과에 따르면, 옥수수가공제품에는 항산화성분이 풍부하며, 특히 루테인과 같은 카로티노이드(carotenoids) 물질이 다량 함유되어 있다고 한다. 카르티노이드는 노란, 오렌지 색의 식물성 색소로서 암, 심장병, 시력감퇴와 같은 만성질환을 예방하는 것으로 알려져 있다. 이는 노란 옥수수 가공제품들은 항산화 물질이 풍부한 식품군에 속해야 한다는 것을 증명하였고, 특히 주요 비타민과 영양소들이 더 쉽게 소화되고, 흡수되는데 도움을 주는 것을 말한다. 가공된 옥수수제품으로는, 옥수수가루, 콘플레이크 등이 있다.

옥수수 먹는 팁!

– 옥수수는 껍질째 또는 껍질 없이 조리가 가능하다. 만일 옥수수를 삶거나 찌는 방법으로 조리할 때, 소금을 넣거나 너무 익히면, 옥수수가 쉽게 단단해지고 그 풍미를 잃을 수 있기 때문에 주의하는 것이 좋다. 옥수수를 껍질째 삶을 경우 물이 끓기 전에 미리 물에 담가 두는 것이 좋다.

– 통째로 옥수수를 먹거나 유기농 버터, 올리브유, 아마씨유(flaxseed oil), 또는 소금과 후추, 영양이 풍부한 효모나 각종 허브와 양념을 곁들여 조리하여 먹으면 좋다.

– 후라이팬에 옥수수와 청고추, 양파를 썰어 넣고 기름을 약간 둘러 살짝 볶아 내면 반찬으로서 손색이 없다.

– 옥수수캔 제품을 흐르는 물에 잘 씻은 후 토마토, 피망 그리고 빨간 강낭콩을 넣고 좋아하는 취향의 샐러드 드레싱을 추가하여 먹는다.

– 건강에 좋은 피자 크러스트를 만들기 위해 옥수수 가루의 한 종류인 폴렌타(Polenta, 이탈리안 옥수수 가루)를 사용한다.

– 수프 조리시 옥수수를 넣어 먹는다. ⚜

출처: 샤브리나 인(Sabrina Yin) / 미국육류수출협회 싱가폴지사

영양의 균형을 맞춰주는 채소와 과일

흔히 고기요리에 곁들여 나오는 채소나 과일은 메인 요리와 함께 영양의 균형을 맞춰주고 위에도 부담을 주지 않는다. 알록달록한 채소와 과일의 식감은 식욕 또한 돋우는 역할을 톡톡히 해준다.

파프리카를 곁들인 스파이시소스의 티본스테이크 (1인분 기준)

재료 쇠고기티본스테이크(340g, 약 1.8cm 두께)1개, 노랑, 초록, 빨강 파프리카 반개씩

스테이크 양념재료 굵게 간 흑/백 후추 1TS, 정제소금 2ts, 후추가루 1/8ts

스파이시 스테이크 소스재료 식용유 1ts, 잘게 썬 양파 1/4컵, 간 마늘 1ts, 케첩 1컵, 쇠고기육수 1/2컵, 건포도 1/3컵, 발사믹식초 1TS, 꿀또는 시럽 1TS, 간장 1TS

만드는 법 ❶ 작은 볼에 스테이크양념재료를 넣어 섞는다. 스테이크소스용으로 2ts분량을 남겨놓고 티본스테이크에 섞어놓은 양념재료를 앞뒤로 골고루 잘 바른다. ❷ 달궈진 팬에 식용유를 넣고 양파, 마늘을 넣고 약 1-2분간 잘 저어가며 볶는다. ❸ 2에 나머지 스테이크소스재료와 1에서 남겨놓은 양념재료를 넣어 끓인다. 끓기 시작하면 약한 불에서 약 10분간 잘 저어가며 끓인다. ❹ 파프리카는 적당히 썰어 달궈진 팬에 볶아둔다. ❺ 중간온도로 예열된 오븐에 1의 티본스테이크를 넣어 약 10~12분간 뒤집어가며 미디엄레어 정도로 굽는다. ❻ 접시에 ⑤의 스테이크를 놓고 3의 소스를 뿌린후 주변에 4의 파프리카로 장식해 낸다.

돼지고기목살 찹쌀구이과일편채 (2인분 기준)

주재료 돼지고기 목살 200g, 소금 · 후춧가루 · 청주 · 식용유 · 잣가루 · 무순 약간씩, 배 · 당근1/4개씩, 사과 1/2개, 찹쌀가루 1/2컵, 겨자소스(연겨자 · 레몬즙 · 설탕 1TS씩, 식초 2TS, 소금 1ts, 다진마늘 1/2ts, 참기름 · 간장 약간씩)

만드는 법 ❶ 목살은 두께 3mm, 사방 7mm 크기로 자른 뒤 소금, 후춧가루, 청주를 뿌린다. ❷ 배 · 당근 · 사과는 5cm 길이로 곱게 채썰고, 무순은 끝만 살짝 다듬어 찬물에 담갔다 건진다. ❸ 목살에 찹쌀가루를 고루 묻힌 뒤 식용유를 두른 팬에 지진다. ❹ 익힌 목살을 잘 펼친 뒤 2를 넣어 돌돌 말고 위에 잣가루를 뿌린다. ❺ 분량의 재료를 섞어 만든 겨자소스를 곁들인다.

TIP 목살을 냉동실에 살짝 얼리면 얇게 자르기 편하다. 배, 당근, 사과, 무순 외에 좋아하는 채소나 과일을 넣어도 좋다.

달콤한 매력에 빠져볼 테다

a cup of Sweetness

알록달록한 모양에 달콤한 맛으로 여자들을 유혹하는 컵케이크가 디저트 트렌드를 주도하고 있다. 칼로리에 철저한 여자들도 무너지게 한 매력적인 한 컵의 비결은 과연 무엇일까? 컵케이크의 탄생부터 요즘 트렌드까지, 그 비결을 밝혀 보자.

컵케이크와 머핀은 사촌지간

컵케이크(Cupcake)는 귀여운 모양 때문에 요정 케이크(Fairy cake)라고도 불리는데 종이 컵 포장 안에 든 작은 케이크를 말한다. 서구에서는 보통 아이들의 생일 파티나 베이비 샤워에 많이 쓰이고 최근에는 컵케이크를 층층이 쌓아 만든 웨딩 케이크도 유행이다. 컵케이크는 큰 케이크와는 달리 크기가 작아 한 사람이 먹기에 좋고, 자를 필요 없이 간편해 최고의 디저트로 사랑받기에 충분하다.

생김새가 비슷한 머핀과 컵케이크의 차이는 무엇일까? 겉모습만 봐서는 큰 차이를 찾기 힘들다. 만드는 재료 역시 별다를 바 없고 유산지로 감싼 부분만 놓고 보자면 쌍둥이 같다. 하지만 결정적으로 머핀과 컵케이크를 구분 짓는 특징이 있으니 바로 프로스팅(Frosting). 컵케이크는 촉촉한 시트 위에 알록달록한 프로스팅을 듬뿍 올려 내는 것이 특징이다.

프로스팅은 아이싱(Icing)이라 불리는 달콤한 설탕 크림 장식으로 버터, 마시멜로, 초콜릿 등 다양한 맛을 낼 수 있다. 덕분에 컵케이크는 재료와 프로스팅에 따라 얼마든지 다양한 모습으로 변신할 수 있다. 그렇다면 유산지 속에 숨어 있는 시트의 맛은 어떨까? 머핀보다는 촉촉하고 케이크보다는 씹힘이 느껴지는 중간 정도의 질감이다.

컵케이크 환상의 짝꿍, 커피

컵케이크 열량은 밥 한 공기(200~300kcal)와 맞먹으니, 디저트라고 하기엔 열량이 살짝 부담스러운 것이 사실. 예쁜 데다 맛까지 좋은 컵케이크를 포기하기란 맘처럼 쉽지 않은 일이지만 먹지 못한 스트레스는 고열량보다 다이어트에 더 해를 미친다고 하니 마음 놓고 달콤함이 주는 행

복을 만끽하자. 컵케이크의 달달한 맛은 커피나 차의 쌉싸래한 맛과 환상의 궁합을 자랑한다. 먼저 컵케이크를 한 입 베어 물고 달콤함을 음미한 뒤 따뜻한 커피를 한 모금 마신다. 달달한 여운은 오래 남되 입 안은 깔끔하게 정리되어 좋은 기분이 밀려들 것이다.

컵케이크의 절대 강자, 레드 벨벳

컵케이크 계의 절대 강자로 불리는 레드 벨벳 컵케이크는 진한 초콜릿 케이크의 일종으로 뉴욕의 윌도프 아스토리아 호텔에서 처음 만들어졌다고 알려져 있다. 때문에 '윌도프 아스토리아 케이크' 라 불리기도 하며, 이 케이크를 맛본 사람이 100달러에 레시피를 구입했다 하여 '100달러 케이크' 라고도 불린다. 강렬한 붉은색은 코코아 파우더 때문이라는 설이 있었으나 현재는 천연 또는 식용색소, 사탕무를 끓여 특유의 붉은 색을 낸다.

한국에 레드 벨벳(Red Velvet) 케이크가 알려지게 된 결정적 계기는 모 방송에서 LA를 여행 중이던 탤런트 한예슬이 유명 컵케이크 매장에 들러 맛있게 먹는 장면이 전파를 타면서부터다. 와인 빛깔을 띠는 붉은 속살과 달콤한 크림치즈 프로스팅은 보는 이들로 하여금 한 입 베어 먹고 싶다는 충동을 불러일으키기 충분했다. ⚜

글 : 엄민지(프리랜서)

Tip 레드벨벳 컵케이크 만들기

컵케이크 재료

밀가루 2 1/2컵, 소금 1ts, 무염버터 (실온상태)1/2컵, 설탕 1 1/2컵, 계란 2개, 코코아 파우더 2ts, 물 56ml, 식용 레드 푸드컬러링 56ml, 버터밀크 1컵, 바닐라 에센스 1ts, 베이킹 소다 1ts

크림치즈 프로스팅 재료

크림 치즈(8ounce) 실온 상태 1 package, 무염 버터(실온상태) 1/2컵, 파우더 슈가 1과 1/2컵, 바닐라 엑스트랙 1ts(**만들기** : 볼에 재료를 넣고 거품기로 잘 섞는다. 크림 치즈는 네 시간 전에 냉장고에서 꺼내둬야 부드럽게 잘 섞인다.)

만드는 법

❶ 오븐을 350도로 예열하고 컵케이크 팬에 베이킹 컵을 미리 씌워 놓는다.

❷ 버터를 크림 상태가 되도록 저어 주고 설탕을 넣어 골고루 잘 섞는다.

❸ 계란을 넣고 잘 섞어준 뒤 코코아 가루와 식용 레드 푸드 컬러링을 넣어 붉은 빛을 낸 다음 바닐라 에센스를 첨가해 잘 섞어준다.

❹ 또 다른 볼에 밀가루 · 소금 · 베이킹 소다를 체에 쳐서 걸러준 뒤 세 번에 나누어 조금씩 3.번에 넣는다.

❺ ④의 반 죽 을 아이스크림 스쿱이나 수저로 컵케이크 종이 틀에 3분의 2가량 채워 담는다.

❻ 예열된 오븐에서 15~20분간 구운 후 완전히 케이크가 식으면 크림 치즈 프로스팅을 얹어준다.

천혜의 자연을 만나다
북해도(Hokkaido)

차가운 공기가 머리카락 끝 한 올까지 전해지는 푸르고 시린 호수, 색색의 꽃들이 만발한 드넓은 평원, 초록을 머금은 계곡이 어우러진 일본의 북쪽 끝 북해도. 다가오는 여름에는 깨끗하고 깊은 천혜의 자연을 만날 수 있는 곳, 일본 속의 이국 북해도로 가보자.

후라노와 비에이, 천상의 자연을 만나다

북해도에서 이곳처럼 아름다운 자연을 만날 수 있는 곳이 또 있을까? 이곳이 일본인가 싶을 정도로 이국적인 풍경이 펼쳐진다. 만발한 꽃은 네덜란드, 초록의 평원은 혹시 스위스를 연상케 한다. 북해도 섬 중앙인 아시히가와에서 남쪽으로 내려오면 말로 형용하기 어려울 정도로 아름다운 자연을 품은 비에이와 후라노가 있다.

비에이는 외국인 여행객보다 일본 현지인들 사이에서 더 유명하다. 영화와 광고의 배경이 되었던 아름다운 풍경의 촬영지가 비에이 곳곳에 숨어 있다. 자동차 광고에 등장했던 커다란 나무 주위로 펼쳐진 스카이라인의 풍경, 감자 꽃이 피었다 지면 바로 보라빛 라벤더가 만발하는 비에이 곳곳의 평원들, 어느 곳에 카메라를 들이대도 최상의 앵글이 나온다.

비에이에서 조금 더 남쪽으로 내려가 있는 후라노는 조금 대조되는 풍경이다. 비에이가 한가로움과 여유로움이 전해지는 자연 풍경이라면 후라노는 화려함과 번화함이 함께 있는 지역이다. 후라노에는 팜 토미타 라는 명물 관광지가 있는데, 토미타라는 사람의 개인 소유지만 넓이와 아름다움은 여느 국립공원 못지않다. 시시때때로 다른 색 꽃을 피우는 화원은 이곳 관광의 백미. 매년 여름에는 라벤더 축제가 열려 만발한 꽃과 향기만

큼 많은 인파가 어우러져 흥겨운 분위기로 가득찬다.

사람과 자연이 만들어내는 그림, 삿포로

자연 일색의 여행에서 조금 벗어고 싶다면 삿포로로 향해보자. 삿포로 맥주, 삿포로 눈 축제 등으로 유명한 이곳은 여름이면 흔히 상상하는 눈으로 뒤덮인 풍경이 아닌, 북해도의 자연과 도시, 인파가 어우러진 활기찬 도시다.

삿포로 여행은 JR 삿포로 역에서 출발한다. 삿포로 역과 오도리 역을 지나는 길부터 삿포로의 명물들이 시작되기 때문이다. 삿포로의 랜드 마크가 되는 붉은 벽돌 건물인 북해도 구 본청사, 시계탑, TV 타워, 오도리 공원, 그리고 조금 더 걸으면 나타나는 라멘 골목들은 이곳을 방문한다면 꼭 둘러봐야 할 곳들이다. 오도리 역에서 시작되는 오도리 공원은 도심 속 오아시스와 같은 곳이다. 좌우로 늘어선 가로수와 잘 조경된 화원, 분수, 조각상 등이 1.5km에 걸쳐 늘어서 있다. 여행자는 물론 주변의 사무실에서 나온 회사원들, 공원을 찾은 시민 모두의 휴식처가 된다. 여름에는 맥주 축제가 이곳을 달구고, 겨울에는 낙엽이 진 나무에 네온과 전구를 달아 연출한 화이트 일루미네이션이 장관을 연출한다. 는 곳이다.

영화 속 주인공이 되는 곳, 오타루

한때 많은 사람들의 심금을 울렸던 영화 〈러브레터〉 촬영지인 오타루는 이국적인 정취가 넘치는 광경으로 일본인이 특히 사랑하는 관광지다. 많은 것을 기대했던 이에게는 작은 운하 주변으로 낮은 건물이 늘어선 조용한 마을처럼 보일지도 모른다. 하지만 눈이 내리는 겨울이나 해진 후 가로등이 불을 밝힐 시간이 되면 낮의 황량함과 대조되는 영화 같은 풍경이 펼쳐진다.

오타루의 또 다른 명물은 오르골과 유리 공예인데, 증기 시계 주변으로 오르골 박물관과 유리 공예 관광지가 몰려 있다. 자동으로 음악이 연주되는 오르골은 오타루에 외국 문물이 유입되며 처음 도입된 것으로 모양과 소리도 앙증맞고 종류도 다양해 보는 구경 온 사람들이 하나쯤 구입하지 않을 수 없게 만든다.

북해도 여행의 백미, 호수와 온천

북해도는 일본의 다른 곳에 비해 호수가 많은 편이다. 동부의 마슈호, 아칸호, 누카비라호, 시가리베츠호 등까지 크기, 모양, 호수의 빛깔까지 다양하다. 그 중 노보리베츠 부근에 있는 도야호는 화산 활동으로 생긴 칼데라 호수가 있고 그 안에 다시 네 개의 섬이 있는 북해도 최대 규모의 호수다. 쇼와신산이라고 불리는 산의 분화구는 지금도 활발하게 분화 연기를 뿜고 있어 근처 어디를 가도 활동하는 화산과 온천을 볼 수 있다.

온천으로 유명한 일본에서도 북해도는 대표적인 온천 지역으로 꼽힌다. 대표적인 온천은 노보리베츠 온천. 일본 온천 100선에서 1위를 차지할 정도로 수질이 높은 것으로 정평이 나 있다. 온천가를 따라 전통과 품질을 자랑하는 온천장들이 늘어서 있어 온천욕과 함께 전통적인 온천 마을의 분위기를 만끽할 수 있다. 노보리베츠 온천에서 멀지 않은 곳에는 화산의 연기와 열기, 유황 냄새를 직접 경험할 수 있는 지옥 계곡들도 있어 또 다른 볼거리를 안겨준다.