

소비홍보현장을 가다.

# 본회, 돼지고기 영양과 동양요리법 발표회 개최

—「돼지고기 한근 더 먹기 운동」도 전개해

취재 : 곽 삼 섭 기자



「돼지고기에는 인체생리에 중요한 단백질·필수지방산·Vitamin B군 등이 풍부하다」

「돼지고기는 니코틴·알코올·납성분 유기염소제·매연 등의 독성물질을 해독시키는 효능이 있어 각종 공해에 시달리는 현대인(도시인·광부·운전자·생산근로자·청소년)에게 없어서는 안될 필수식품이다」

「특히 돼지고기에는 다른 육류에 비하여 단백질이 풍부할 뿐만 아니라, 필수영양소가 고루 함유되어 있어 세계적으로 돼지고기를 많이 먹는 나라가 부강하고 국민들은 나날이 더욱 건강하게 장수하며 살고 있다」

본회(회장 : 전동용)가 주최하고(사)한국식생활개발연구회(회장 : 왕준련)가 주관한 가운데 지난

11월 21일부터 12월 8일까지 춘천(대한적십자사)·전주(코아백화점)·서울(프라자호텔)·대구(동인호텔) 등 4곳에서 개최된 「돼지고기의 영양과 동양요리법 발표회」가 각 관할지역에서 영양사와 조리사, 여성단체 회원 및 본회 회원부인, 관계공무원과 초청인사 300~700여명이 대거 참석한 가운데 성황리에 개최되었다.

돼지고기에 대한 소비자들의 잘못된 인식을 바로잡아 주고 대중성 있는 새로운 돼지고기 요리법을 보급해 돼지고기 소비를 촉진하고 국민건강 향상에 기여하기 위해 개최된 이번 행사는 1·2·3부로 나눠 진행되었다. 1부에서는 돼지고기에 대한 영양특강, 2부에서는 돼지고기를 이용한 동양요리강습, 3부에서는 돼지고기 요리에 대한 질의응답과 전시·시식회 순으로 진행해 참석자들에게 뜨거운 호평을 받았다.

「우리나라는 전체 육류소비의 60% 이상을 돼지고기가 차지하고 있

다. 일부 국민들이 돼지고기에 대한 영양적 가치와 섭취효과에 대해서는 깊이 알리고 하지 않을 뿐더러 잘못 알고 있는 면이 많다」

지난 11월 21일 첫 순회지인 춘천에서 윤숙자 교수(춘천전문대 전통조리학과)가 「돼지고기에 대한 영양과 섭취효과」에 대한 주제발표에서 이같이 말하고 돼지고기에 대한 잘못된 인식을 바로잡아 주었다. 또 전주(12/1)에서는 박형기 교수(전북대 축산학과), 서울(12/6)에서는 유태종 박사(곡천장수건강연구소), 대구(12/8)에서는 한재숙 교수(영남대 가정관리학과)가 「돼지고기에 대한 영양과 섭취효과」에 대해 각각 주제발표를 해 주부들이 평소에 알고 있던 잘못된 인식을 새롭게 고쳐 시켜 주었다.

이번 행사에서는 돼지고기 밥찜·돼지고기 육개장 등 한국의 돼지요리 5종을 포함해 돼지고기 생강장구이·돼지고기 꼬치구이 등 일본의 돼지고기 요리 5종, 오향장육·돼지고기 야채라유볶음 등 중국의 돼지고기요리 5종, 카레밥·돼지고기 바베큐(훈제) 등 동남아의 돼지고기요리 5종 등 모두 20종의 동양 돼지고기요리가 소개돼 일반 가정은 물론 단체급식소 등에서 참석한 영양사들이 재료 및 만드는 방법을 질의하는 관심을 보였다.

특히 (사)한국식생활개발연구회 왕준련 회장은 돼지고기를 이용한 동양요리강습회 시간마다 조리사와



함께 등단하여 일반가정에서 쉽게 조리해 먹을 수 있는 돼지고기 밥찜·돼지고기 갈비찜 등 여러 종류의 요리를 직접 선보여 돼지고기의 맛을 한층 더해 주었다.

지난 12월 1일부터 2주동안 전국적인 「돼지고기 한근 더 먹기 운동」과 함께 실시한 이번 행사는 본회 도협의회 산하 각 지부장을 주축으로 한 회원들이 「돼지고기를 한근 더 먹읍시다」라는 어깨띠를 두르고 소비홍보 전개에 호응을 같이했다. 각 도협의회에서는 참석자들에게 「육과 육제품」을 비롯해 「어때! 삼겹살에 소주 한잔」「이것이 돼지고기의 진짜 모습이다」「성인병, 공해에 시달리는 현대인」「한의학적으로 본 돼지고기의 효능」 등이 인쇄된 소비홍보 팸플렛을 일일이 나눠 주어 행사의 분위기를 한층 더

높여 주었다.

대국민 호소를 통한 돼지고기 소비확대책의 취지는 그릇된 편견이 아니었다. 지역순회시 마다 행사장 주변에는 「영양많은 돼지고기 내몸튼튼 축산부국」「사천만의 건강식품 맛도좋은 돼지고기」 등의 프랑카드를 입구 외각에 부착하여 돼지고기의 중요성을 심어주듯 소비홍보의 초점을 강하게 표시해 주었다.

농축산물 수입개방압력 등으로 인한 우리나라 농촌의 어려운 현실이 국민들의 피부에 와 닿게 한 것은 매스컴의 덕택이다. 돼지고기를 많이 먹어달라는 양돈인들의 호소와 함께 주목할 만한 사실은 이번 행사장마다 지역의 KBS와 MBC, 지방신문사 등 각 매스컴들이 앞다투어 취재·보도해 양돈인들의 입장을 대변하는 듯 했다. 특히 서울프라자



호텔에서는 진시·시식하고 있는 20종의 돼지고기 요리를 국내 각 신문사와 여성잡지사에서 하나하나 카메라에 담은 모습은 행사장을 생화롭게 했다.

한편 본회 전동용 회장은 12월 6일 서울에서 가진 행사에 참석, 「요즘 일반가정의 식탁에는 외제식품이 하나 둘씩 오르기 시작했다」면서, 「이자리에 오신 주부들은 돼지고기 한근 더 먹기 운동에 발맞추어 수입쇠고기를 먹지 말고, 값이 싸고 맛과 영양면에서 훨씬 우수한 돼지

고기를 많이 먹어줄 것」을 당부하기도 했다.

이번 행사는 「왜, 돼지고기가 필수 건강식품인가?」에 관한 일반국민들의 질문에 명확한 해답을 얻게 해 주었다. 특강을 통해 발표된 돼지고기는 ▲ 동맥경화증·고혈압 등의 성인병을 예방한다 ▲ 수은·납 등의 공해물질을 체외로 배출시키는 해독작용을 한다 ▲ 젊고 탄력있는 피부를 만들어 준다 ▲ 어린이 성장발육에 좋다 ▲ 빈혈예방과 간장을 보호한다는 등의 확실한

보아도 이미 돼지고기가 필수 건강식품이라는 것을 한눈에 입증해 주었다.

아무튼 양돈인들이 직접 소비자들에게 돼지고기가 다른 육류에 비해 값이 훨씬 싸고 영양가가 풍부하다는 인식을 심어준 것은 무척 다행한 일이다. 또 돼지고기가 비타민 B<sub>1</sub>과 지방이 많아 곡류 등 채식위주의 우리 식생활에 부족하기 쉬운 영양소를 보충해 주는 영양식품으로도 적당하다는 것은 좋은 현상이다.

그러나 「돼지고기는 잘 먹어야 본전이다」라든지, 「고혈압에 좋지 않다」는 등의 속설로 인해 지금까지 일부러 먹지 않았던 가정이 많았다. 이번 「돼지고기의 영양과 동양요리법 발표회」를 계기로 돼지고기가 오히려 쇠고기보다 콜레스테롤치가 낮아 동맥경화증 유발과는 아무런 관계가 없다는 것을 밝혀 둔다. 특히 돼지고기가 체내의 각종 불순물을 체외로 밀어내는 역할을 해내는데다 섬유소가 높고 연해 소화율이 95%나 되는 우수식품이라는 것을 강조하고 싶다.

본회는 이번 행사가 일반 시민들로부터 의외로 큰 호응을 얻고, 또 행사를 개최하지 않은 지역의 요청에 따라 12월 15일 대전(부라다백화점), 12월 20일 광주(전남여성회관), 12월 22일 부산(부산호텔), 12월 27일 청주(충북여성회관)에서 추가로 돼지고기 요리강습회를 실시했다. **■**