



21. 우유의 맛은 가공처리 방법에 따라 달라지는가?

제조회사마다 우유의 맛이 조금씩 다른 이유는 원유의 품질, 제조기술, 가열살균조건 등에 따라 조금씩 차이가 나기 때문입니다. 또한 설비에 의한 영향으로 균질화 공정여부에 따라 우유의 성상과 풍미가 달라집니다. 그것은 우유 중의 단백질과 지방질의 미세 입자구조에서 오는 영향으로 균질화 공정을 거치면 우유의 촉감이 부드럽고 담백한 맛을 내게 됩니다.

22. 멸균유와 살균유는 어떻게 다른가?

살균유는 일상 소비하는 음용 우유로서 냉장온도(0-10℃)에서 5일간 유통이 가능한

우유
백문백답

문 지 응
(농박·서울우유
기술연구소장)

〈3〉

일반시유이며, 멸균유는 상온(실온)에서도 비교적 유통기간이 긴(실온에서 7주간)무균우유로서 영양상의 차이는 없습니다. 다만 유통상의 미생물적 변질을 예방하기 위하여 멸균유는 초고온 살균방법

(UHT)으로 가열처리한 후 무균적으로 포장 용기에 충전하며, 살균유는 고온순간살균방법(HTST) 및 저온장시간 살균방법(LTLT)으로 병원성 미생물만 최소한 사멸시킨 후 충전포장하는 것이 다릅니다.

23. 우유 단백질의 주요성분과 영양·생리적 가치는?

우유 고형분 중에는 25%이상의 단백질이 함유되어 있으며 약 78%의 카제인과 20% 정도의 유청단백질로 구성되어 있습니다. 우유 단백질 중의 카제인은 각종 기능성 펩타이드를 생성하여 생체조절 기능으로 칼슘흡수 촉진, 면역부활 기능, 진정진통 기능을 가지며, 유청 단백질 중에는 단백질의 생물가를 높이는 락타알부민과 면역기능을 증강

시키는 Ig G, A, M, D, E 등의 면역글로불린이 함유되어 있어 질병 예방 및 생체 방어 기능을 갖게 해 줍니다.

24. 우유의 10대 음용효과란?

우유를 지속적으로 음용해서 얻을 수 있는 효과로서는

- 1) 식생활에서 균형된 영양을 얻는다.
- 2) 각종 비타민과 칼슘이 풍부하여 성장 발육을 촉진해 준다.
- 3) 각종 무기질이 골고루 함유되어 치아와 골격을 튼튼히 해준다.
- 4) 항악성 빈혈인자의 함량이 높아 빈혈을 예방해 준다.
- 5) 뇌의 구성성분의 일종인 갈락토스의 함량이 많아 머리를 좋게 해준다.
- 6) 비타민 A 등의 영향으로 위를 보호해 준다.
- 7) 고급단백질의 성질에 의하여 피부를 곱게 해준다.
- 8) 유산균의 정장작용에 의해 장을 건강하게 해준다.
- 9) 우유중의 인지질 성분에 의하여 혈압을 낮게 해준다.
- 10) 암의 생성을 억제해 준다 등이 의학적으로 밝혀지고 있으며 그 외에 많은 생리적 효과가 있는 것으로 보고되어 있습니다.

25. 우유의 지방율이 높으면 좋은 우유인가?

우유의 지방율은 대략 3.4-3.7%로 단백질보다는 약간 높

으나 지방율이 높은 우유라고 꼭 좋은 것만은 아닙니다. 체질과 기호에 따라 치아가 있겠지만 고혈압이나 비만증 또는 다이어트 하는 사람에게는 오히려 저지방 우유나 탈지우유가 좋다고 하겠으며, 성장기 유아나 운동선수처럼 고열량을 필요로 하는 사람에게는 고지방 우유가 좋겠습니다.

26. 음주시 우유와 함께 마시면 숙취를 제거하는가?

우유의 지방과 단백질은 위와 장에서 분비하는 알콜분해효소의 분비를 완만하게 하는 작용을 해주며, 우유 지방 중의 비타민 A는 위벽에서 피막현상을 일으켜 위를 보호하는 것으로 보고되어 있습니다.

27. 강화우유와 저지방 가공우유는 어떤 것인가?

강화우유는 우유가 가지는 원래성분 중에서 인체에 필요한 영양소를 증강시켜주는 것이며, 우유가 갖지 않은 성분을 첨가해서 성분조성을 용도에 맞도록 보강시켜주는 것을 성분조정유라 합니다. 그리고 소비자의 기호에 맞도록 향신료, 과즙, 과육 등을 넣고 만드는 가공유 중에서 우유 지방분을 2.0%이하로 낮게 만든 음용우유를 저지방 가공유라 합니다.

28. 얼은 우유는 다시 녹여 마셔도 좋은가?

우유는 물보다 약간 낮은

온도(-0.54℃)에서 얼지만 한번 얼었다하면 우유 중의 단백질 구조가 대부분 변형되고 성상이 변화하여 우유 원래의 맛을 찾을 수가 없으므로 시유는 특별히 얼지 않도록 주의 보관하여야 합니다.

29. 우유를 끓여마셔도 좋은가?

우유는 냉장유통되므로 가급적 차게 마시는 것이 옳은 방법이며 불가피 뜨겁게 마시고자 할 때에는 약 60℃ 전후로 데워서 음용하는 것이 좋습니다. 왜냐하면 우유를 긴 시간 높은 온도에서 가열하면 가열취(Cooked flavor)가 생기며 영양성분의 변질이 우려되기 때문입니다.

30. 가정배달되는 우유의 유통조건은?

공장에서 출하되는 우유는 각 영업소나 보급소로 운송되며, 각 보급소에서는 구역별로 판매원에 의하여 가정 배달됩니다. 슈퍼마켓이나 대량소비처도 보급소에서 배달하는 경우가 대부분이며 회사에 따라 직접 공급하는 경우도 있습니다. 이러한 일련의 공급체계는 모두 냉장조건하에서 이루어지므로 결국 목장에서 공장, 보급소, 소비자에 이르기까지 모든 우유는 냉장온도 조건(0-10℃ 이하)으로 유통됩니다. 따라서 이들을 Cold Chain System이라 합니다.