

건강지킴이 가공식품 생산의 일등공신 - 식품첨가물

우리는 대중매체를 통하거나 혹은 시장에서 직접 지금까지 접하지 않았던 다양한 가공식품을 만난다. 새로운 형태의 식품은 우리에게 호기심을 자극하고 이를 직접 시식해 보고 싶은 마음을 불러일으킨다. 과거 경제적 여유가 넉넉하지 않던 시절, 산업화가 본격화되지 않던 시절에는 단지 배고픔을 채우기 위해 먹거리를 선택하였지만 현대의 먹거리 문화는 과거와는 비교도 되지 않을 정도로 다양한 양상으로 변화하였다. 오늘날 맛있는 형태의 제품은 소비자의 기호를 더 이상 충족시킬 수 없는 시대가 되었다. 현대의 소비자들은 자신의 개성을 환상적 이미지에서 찾듯이 먹거리 문화도 예외가 될 수 없다. 수많은 종류의 가공식품을 생산해 내는데 있어 일등 공신은 두말할 나위도 없이 바로 첨가물이라고 하는 물질이다. 맛있는 목면 천에 알록달록한 무늬를 입히는 것과 마찬가지로 식품에 개성을 부여하고 원료 물질이 가진 생산의 한계성을 극복하게 만드는 물질이 바로 첨가물이라 할 수 있다.

첨가물은 식품 중에 첨가되어 식품의 외형적 다양성을 부여할 뿐만 아니라 여러 다양한 역

할을 수행한다. 예를 들어 물과 기름을 혼합할 경우 이들은 결코 섞일 수가 없으나 첨가물의 하나인 유화제를 함께 혼합하게 되면 이들 두 물질은 잘 섞이게 된다. 이와 같은 원리를 이용하여 마요네즈, 각종 소스 류, 과자 등이 탄생하게 된다. 요즘 남녀노소를 불문하고 많은 사람들이 간식으로 즐기는 컵 라면이야말로 가공전분이라는 첨가물이 없었더라면 결코 탄생할 수 없는 가공식품이라 할 수 있다. 또한 생산물을 장기간 보관저장하고 식량의 폐기를 막기 원할 경우에도 보존료라고 하는 첨가물이 사용된다. 한편 소비자들은 다양한 시각적 효과 및 관능적 특성을 가지고 보존성이 뛰어난 제품을 원하면서도 이에 따르는 위험에는 많은 두려움을 나타내고 있다. 어린아이들이 즐겨 먹는 빙과류와 유색의 청량음료에 대해서 어머니들이 나타내는 우려는 이를 단적으로 반영하는 것이 아닌가 한다. 이처럼 첨가물은 편리성과 기능성, 다양성을 지닌 식품생산에 필수적인 면이 있는 반면, 인위적으로 첨가하는 화학 물질이라는 특성상 늘 안전성이라는 문제를 동시에 수반하고 있다. 따라서 첨가물은 위험성

과 경제적 이익이라는 두 가지 면을 늘 염두에 두어야 한다.

식품첨가물은 개별의 역할을 가지고 있는 물질이 아닌 만큼, 그 역할 수행을 통한 이익이 창출되는 물질이다. 그러므로 식품첨가물을 평가할 때에는 반드시 이익과 해로움(Risk and Benefit)에 대한 양면적 평가가 따르는 것이다. 예를 들어 보존료를 사용하지 않아서 폐기해야 될 식량의 양과 손상된 식품으로부터 발생될 수 있는 식중독의 발생을, 제품의 가격 안전성, 경제적 이득 등을 종합적으로 감안하여 보존료 사용에 대한 이익과 위험부담을 검토하고 있다. 빵을 생산하여 이를 소비하는 기간은 일반적으로 짧다. 제때에 소비되지 못한 잉여 빵을 폐기하는 것은 경제적 손실을 유발한다. 그러나 빵에 보존료를 첨가하여 빵을 장기간 소비할 수 있도록 하였을 때는 소비기간의 연장에 따른 이득이 따른다. 이때 빵에 첨가된 보존료로 인한 해로움과 보존료 첨가에 따른 식량문제 해결이라는 이득을 동시에 검토하고, 이익이 첨가로 인한 해로움보다 클 때, 우리는 그 식품에 첨가물을 허용하게 되는 것이다. 첨가물 사용에 따른 안전성을 보장하기 위해서 어느 나라를 막론하고 식품생산업체들은 첨가물 사용을 국가로부터 간섭받고 있다. 첨가물을 자율적으로 임의대로 사용하는 나라는 없다. 소비자들은 가공식품 중에 포함된 첨가물에 대해서 많은 우려를 나타내고 있지만 실제로 이들 첨가물의 섭취량은 안전성 하한치보다 낮은 수준이다.

이제 식품은 양적 증대와 더불어 질적인 개선을 가져왔고 보존성과 편리성이 뛰어난 가공식품이 각광을 받고 있다. 현재 우리가 시장에서 마주치는 가공식품은 이미 국가에서 간섭하고 있는 범위 내에서 첨가물이 허용된 것이라고 한다면, 해당 식품에 허용된 첨가물은 더 이상 두려운 존재만은 아닐 것이며 오히려 우리의 식생활을 더욱 다양하게 한다는 점에서는 환영할 만한 물질이 아닌가 생각된다.

그러나 특정한 가공식품을 상식을 벗어나 지나치게 섭취할 경우에는 첨가물에 과다 노출될 가능성이 있기 때문에 식품을 골고루 섭취하는 것은 중요한 식습관이다.

일부 첨가물은 알레르기를 유발할 가능성이 있기 때문에 가공식품의 표시를 정확하게 읽고 개인이 어떠한 물질에 민감한 지를 잘 관찰하여야 할 필요가 있다. 예를 들어 이산화황과 같은 물질은 천식환자들이 조심하여야 하며 고감도 감미료인 아스파탐은 페닐알라닌을 함유하고 있어, 매우 드문 경우이기는 하지만 이를 소화시키지 못하는 사람들에게는 위험할 수 있다. 따라서 가공식품을 구매 또는 섭취할 때 첨가물의 표시사항을 유심히 읽어 보는 습관을 갖는 것은 현대인의 올바른 식습관이라 하겠다.

Q. 백화점과 대형할인점에 식품코너가 지하에 있는 이유는?

당연한 일이다. 왜냐하면 백화점이나 대형할인

점은 전체면적이 넓기 때문에 장소별로 온도차이가 크게 나타난다. 따라서 백화점이나 대형 할인점의 구조상 지하의 온도가 가장 낮다.

결국 식품류는 냉장보관이 기본이라 장시간 신선도를 유지하기 위해서이다. 또 지하의 특성상 외부의 높은 기온을 차단하기가 용이하고 냉각된 온도를 유지하기가 쉽기 때문이다. 그 밖에 물청소의 경우 배수관리 등 배수 설치적인 면에서 지하가 유리하기 때문으로 생각된다.

Q. 삼겹살 먹을 때 허브를 넣는 이유?

주로 서양에선 향신료를 많이 넣어 요리한다. 여기서 향신료란 바로 허브를 말한다.

고기요리 여러가지 소스 등 안들어가는 데가 없다. 왜냐하면, 맛도 내고 향기도 살리고...

요즘 퓨전요리가 많이 나오면서 한식에 서양요리의 접목이 많다. 삼겹살의 경우에도 와인숙성이라던지 허브 삼겹살 등 다양한 방면에 접목 시키고 있다. 주로 서양에선 돼지고기 양고기 요리에 필수로 들어가는게 바로 세이지(sage)라는 허브를 많이 사용한다. 강한 향을 지니고 있으면서 지방 성분을 분해시키므로 기름기 많은 육류의 냄새 제거에 이용된다. 그 밖에 소세지, 스프, 생선 요리에 주로 사용한다. 삼겹살의 경우도 마찬가지다. 허브를 사용하면 돼지고기의 냄새를 없앨 뿐만 아니라 지방분을 분해 시켜 소화도 잘 되고 뒷맛도 느끼하지 않기 때문이다.

Q. 한우고기가 수입고기보다 비싼 이유를 알고 싶어요...

국내산은 두가지다. 우리가 누령이라 부르는 황소(한우) 종과 주로 젖소인 홀스타인 종이다. 이 두종이 우리나라에서 사육되어 도축되는 종들이다. 원래는 먹기위해 사육한 종은 아니지만, 우리나라에서는 쭉~~ 이걸 먹어왔다. 외국산의 경우에는 앵거스 등 육용용으로 사육되는 소들이다. 그러나, 사실 일반들이 먹어서 이 두가지의 맛을 구분하기는 어렵다. 이걸 확인할 수 있다. 그리고, 미국산과 일부 호주산의 경우에는 한우와 똑같은 곡물사육우이다. 사람도 먹는 것에 따라 몸의 성분이 달라지듯이 소도 마찬가지다. 때문에 곡물사육우의 경우에는 한우와 거의 영양적으로 큰 차이 없다. 그리고 미산의 경우에는 HACCP인증이 모두 되어 있는 곳에서 만들어지기 때문에 생산되어 부분육으로 만들어지기까지는 위생적으로 처리된다. 그런데, 왜 수입쇠고기가 더 싸고 안 좋다는 인식이 있느냐?

그건 초창기 우리나라에 들어온 쇠고기들의 등급이 낮았기 때문이다. 사실 신선도에는 문제가 없는데(영하 20도 이하에서 보관이 되기 때문에 제품의 신선도에는 절대 문제가 없다.) 초창기 우리나라에 쇠고기 쿼터제가 있고, 동시에 우리나라의 경제의 수준이 높지 않았을 때 수입육이 포지션을 값싸게 나가는 걸로 잡았기 때문에 아직 그 인식이 남아있기 때문이다. 더욱이 우리나라에서 냉장육 선호도가 높

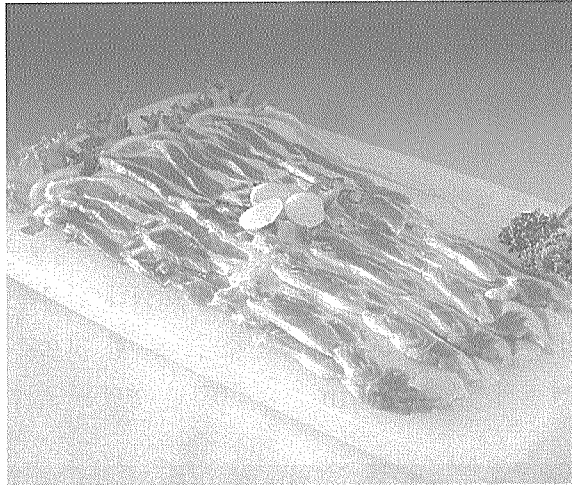
아지기 시작했을 경우 수입육은 냉동육, 한우는 냉장육으로 인식되었기 때문이다. 그러나 최근에는 수입육도 냉장육으로 수입됨으로써 한우의 내세울 수 있는 냉장육이라는 사실도 이제는 자랑거리가 되지 못한다는 사실...

그러나 2002년 이후 수입자유화되면서 또 판도가 달라졌다. 우선, 우리나라 상등급에 비길 수 있는 초이스급의 쇠고기들이 스테이크가 가능한 등심, 목심 등의 부위와 갈비 등 부위로 많이 들어와 있기 때문이다. 또한 냉장육의 경우에는 일부러 수입해서 그 재료만을 쓰는 레스토랑도 있을 정도다. 아마 수입육업체들에게는 그동안에 수입육은 값이 싸고 질이 떨어진다고 생각하는 소비자들의 생각을 깨는 것이 주 과제일 것이고 한우업체들에게는 그러한 고품질의 수입육과 경쟁하여 가격상로나 위상으로 지금의 위치를 지키는 것이 주 과제가 될 것이다.

Q. 중국인이 돼지고기를 선호하는 이유는?

중국인은 쇠고기나 닭고기 등보다 돼지고기를 선호한다고 한다. 전 육류소비의 70%라고 한

다. 역사학으로 풀어보는 음식 이야기는 매우 오묘하다. 중국의 황사 바람을 돼지고기가 씻어준다느니 돼지는 기름기가 많아 추운 지방에 사는 사람들에게 높은 열량을 공급한다, 돼지고기가 중국식 요리법 튀기거나 볶는 것에 어울린다거나.. 등등 이런 설명들은 매우 국지적인 것이다. 마빈해리스가 지은 음식 문화의 수수께끼를 보면 각 나라별로 어떤 고기를 선



호하고 어떤 고기를 더부시하는가에 대해 역사학적으로 설명하고 있다. 한번 그 책을 읽어보길 바란다. 간단히 설명 드리자면 중국은 인구가 많은 나라이고 그래서 양적으로 충분한 고기 공급이 필요했다. 닭에 비해 돼지는 고기량이 많

고, 소에 비해 기르기가 쉽다. 즉 가장 효율성이 크게 돼지라는 것이다. 우리나라에서는 평소 고기를 먹는다 하면 닭을 잡았다(중국처럼 인구가 많진 않았기에) 잔치를 한다 싶으면 돼지를 잡았다. 그리고 정말 부자는 소를 잡았다. 농경문화인지라 소를 잡는 것은 극히 드문 일이다.