우리가 잘못 알고 있는 쇠고기에 대한 상식

갈비는 핏물을 빼주어야?

예전부터 갈비국이나 찜을 하기 위해서 갈비를 사면 하루 저녁 찬물에 갈비를 담가 핏물을 빼곤 한다. 하지만 이렇게 해서 빠지는 것은 단순한 핏물이 아니라 고기의 맛과 영양소가 함축돼 있는 육즙이다. 갈비를 가공하는 과정에서 고기 표면에 뼛가루 등이 묻어 있을 수 있으므로 흐르는 물에 한번 씻어주면 된다.

고기는 상온에서 해동?

실온에 방치해 해동하는 것은 고기 표면의 박테리아를 증식시키므로 매우 위험한 방법이다. 냉동된 고기 제품의 맛을 최대한 살리기 위해서는 냉장고의 냉장실에서 서서히 녹이는 것이 가장 좋은 방법이다. 급박할 경우에는 전자레인지의 해동프로그램을 이용하는 것이 가장 안전하다.

위생적인 날고기에는 세균이 한마리도 없어야 한다?

안전하고 위생적인 육류란 세균의 수를 최소화하기 위해 취급을 주의한 고기인 것이지 세균이 전혀 존재하지 않는 것은 아니다. 그렇다면 이렇게 세균이 존재하는 고기를 어떻게 먹어야 할까? 표면을 충분히 익혀 먹으면 된다. 세균은 고기의 표면에 존재하는 것이지 고기 내부에 침투해 있지는 않다. 그래서 외국의 경우 스테이크 표면은 익었지만 내부는 육즙이 떨어질 정도의 레어(rare)로 고기를 즐기는 것이다.

고기를 구울 때 빨리 익으라고 고기를 자주 뒤집는다?

고기를 구울 때는 한번만 뒤집는 것이 고기의 최상의 맛을 유지하는 비결이다. 고기를 자꾸 뒤집어서 익히면 그만큼 고기내 수분이 증발해 고기 특유의 고소한 맛을 잃게 되고 고기가 질겨지게 된다.

날고기를 집었던 젓가락으로 식사를?

일상생활에서 가장 쉽게 저지르는 잘못이다. 날고기를 집는 집게와 구운 고기를 먹는 젓가락은 반드시 구분해서 사용해야 한다. 위에서 언급한 바와 같이 날고기의 표면에는 각종 세균이 서식하고 있기 때문이다. 날고기를 담았던 접시에 익은 고기를 놓거나 야채 등에 날고기의 즙 등이 묻지 않도록 주의해야 한다.

수입고기에는 방부제가 첨가되어있다?

어떻게 얼리지 않은 고기를 외국에서 가져올 수 있을까? 그러기 위해서는 방부제를 첨가하지 않았을까? 이에 대한 해답은 진공포장과 냉장·냉동컨테이너이다. 냉동육의 경우 가공 및 진공 포장 후 -40℃로 급속냉동되며, 냉장육은 진공 포장 후 -1℃~1℃ 온도가 유지되는 컨테이너에 실려 한국까지 운반되게 된다. 2주정도 소요되는 운반기간 동안 고기는 숙성기간을 거치게 되므로 오히려 최상의 맛과 품질이 유지된 상태가 된다.