

# 1등급 오리고기가 먹고 싶을 때



김성호 차장  
축산물품질평가원

등급판정은 국내산 오리를 대상으로 실시하며 등급과 판정일자표 표시합니다.

- 오리고기 생산의 모든 공정을 확인합니다.
- 신선한 오리 고기, 등급으로 구분할 수 있습니다.
- 홈페이지(www.ekape.or.kr)에서 등급 판정 확인서의 발급번호로 등급판정결과를 확인하세요.



도축 및 선별



등급판정



가공확인



포장 및 등급 표시



오리고기 포장에서 등급(1+, 1, 2등급)을 확인하고 구매하세요!

오리고기가 먹고 싶을 때 가까운 판매장을 찾았습니다. 저는 오리고기를 고를 때 '선택'에 대해서는 크게 고민하지는 않으며 막연히 '맛있겠지'하는 기대감에 '한 번 먹을까'하고 함께 간 사람에게 묻습니다. '다른 어떠한 육류보다 건강에 좋다는데' 라거나 '구울 때 나오는 기름조차 몸에 좋다'는 말을 들었기 때문일 수도 있습니다. 사실인지 아닌지 보다 오리고기 인식에 따른 구매에 고민을 덜었다는 데 의의 있겠죠.

오리고기는 소·돼지고기('93년), 계란('01년), 닭고기('03년) 등 다른 축산물처럼 2012.7월부터 품질(등급)을 평가 받아 소비자에게 판매할 수 있도록 축산물등급제에 포함되어 시행하고 있습니다. 오리고기의 품질을 평가 받으려면, 최소한 냉동 또

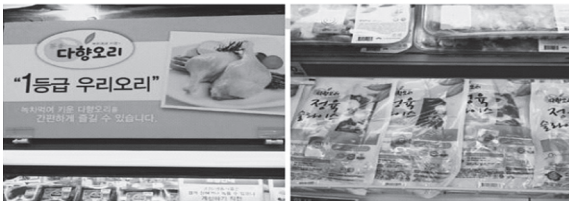


〈오리도체 품질평가 모습〉

는 해동된 제품으로 원료육으로 사용해서는 안되며, 변색 크기가 10cm를 초과하는 것이 없어야 하고, 위 내용물,

분변, 혈액, 담즙 등에 의한 이취 및 이물질 부착이 없어야 합니다. 그만큼 소비자의 안전·안심에 신경 쓴 모습입니다.

현재, 오리고기 등급판정은 총 13개 업체에서 참여하고 있으며, '13.4월 기준 총 오리 도축두수 대비 6.7% 정도 품질을 평가 받아 유통되고 있는 것으로 파악되었습니다. 1년이 채 되지 않아서인지, 소비자가 몰라 찾지를 않아서인지 다소 저조해 보입니다. 어서 빨리 확산되어 품질에 따른 소비만족이 높아지길 기대해봅니다.



〈등급오리 판매 모습 - "1등급 우리오리"판촉〉



〈등급오리 판매 모습 - 소포장 실물〉

오리고기를 섭취하면 좋은 점을 한국오리협회에서는 '크게 다섯 가지 이점이 있는 고기'라고 말합니다. '천하일미'라, 오리는 예로부터 '날개 달린 소'라고 불릴 정도로 영양이 좋고 특유의 감칠맛이 우리나라와 미식가들 사이에 정평이 나 있다고 하네요. '노화방지'라, 오리고기는 유일하게 알칼리성을 띠고 있는 육류로 체액의 산성화를 막고 인체 노화를 방지하여 탄력 있는 몸매와 피부를 유지할 수 있다고 합니다. '성인병 예방'이라, 오리고기는 혈중콜레스테롤, 중성지방 제거 등 심혈관계 기능회복에 효과가 있는 불포화지방산 함량이 매우 높다는군요. 한국인 영양섭취기준은 한국영양학회(한국인영양섭취기준위원회, 2010)에서 한국 사람들이 건강을 최적으로 유지하고 질병을 예방하는데 도움이 되도록 필요한 영양소 섭취 수준을 제시

구분	닭고기 (성계)	오리 (가슴살)	한우 (등심)	돼지 (삼겹살)	개고기
콜레스테롤	90.0	77.0	71.0	64.0	43.0
지질	8.1	4.3	-	38.3	20.2
단백질	19.0	17.7	15.9	15.8	19.0

※ 가식부 100g 당 함량, 생것 기준, 2012년 콜레스테롤 성분표 및 식품성분표, 농촌진흥청

〈육류 콜레스테롤, 지질, 단백질 함량〉

하고 있는데, 콜레스테롤의 경우 섭취기준 제정을 위한 과학적 근거자료의 부족에도 불구하고 최근 높아진 대사증후군과 만성퇴행성질환 예방을 위해 2010년부터 19세 이상부터 성인에 대해 목표섭취량 기준을 300 mg/day 미만으로 제시하였습니다. 지질은 50 g/day, 단백질은 60 g/day입니다. ‘해독작용’이라, 오리는 맹독인 유향을 먹고도 살아나는 지구상의 몇 안 되는 동물로 자체 해독력이 뛰어나 오리고기 섭취 시 체내 질소를 효과적으로 분해하여 불순물 등이 우리 몸에 쌓이지 않고 바로 배출될 수 있도록 돕는데 효과적입니다. ‘스테미너’라, 우리나라에서 삼계탕, 장어와 함께 3대 보

양식 중 하나로 소화 흡수가 잘되어 예로부터 스테미너 보양식으로 각광받고 있습니다.

여러분, 오리는 제조제를 먹고도 살까요? 혹시 넘어져 뒤집히면 일어날까요, 못 일어날까요? 오리를 만났을 때 자기에게 오게 하려면 어떤 소리를 내야 할까요? 궁금하시다면, 바로 오리에게 물어보십시오. 더위와 장마를 이겨내기 위해 오늘 1등급 오리고기를 구워보면 어떨까요?

집집마다 1등급 오리고기를 구워먹으면 보이지 않는 ‘국익’이 증가합니다. 국내산 소비에 따른 가격 안정과 함께 “정말 맛있다”라는 군침이 대대손손 이어질 겁니다.

식 품 명	가식부 100 g당 함량		식 품 명	가식부 100 g당 함량	
	지질(g)	콜레스테롤(mg)		지질(g)	콜레스테롤(mg)
달걀(난황)	31.2	1300.0	간(송아지)	4.9	334.0
오징어, 마른것	6.9	944.6	오징어, 삶은것	1.2	320.0
오리알	13.8	884.0	신장(돼지)	3.3	319.0
거위알	13.3	852.0	간(돼지)	3.4	301.0
마요네즈(난황)	72.5	814.4	주꾸미, 생것	0.5	301.0
대구포	0.7	562.9	성게, 생것	8.5	290.0
간(거위)	4.3	515.0	명란젓	3.3	280.0
간(오리)	4.6	515.0	슈크림빵	13.6	250.0
연어알(염장)	15.7	510.0	잔멸치볶음	12.6	246.9
달걀부침(후라이)	12.8	473.6	간(소)	4.6	246.0
메추라기알, 생것	12.5	470.0	허파(소)	2.5	242.0
달걀, 삶은것	10.2	444.6	모래주머니(닭)	2.1	240.0
간(칠면조)	5.5	415.0	허(송아지)	10.1	238.0
신장(소)	3.1	411.0	위(돼지)	10.1	223.0
달걀(전체)	11.2	396.3	파운드케이크	19.9	221.0
청어알	4.1	382.0	뱅장어(구운 것)	24.4	220.0
간(어린양)	5.0	371.0	버터(무염)	81.1	215.0
신장(송아지)	3.1	364.0	대장(돼지)	13.8	210.0
간(닭)	3.1	358.0	곱창	26.1	210.0
명란	1.5	340.0	황태포	3.8	203.0
신장(어린양)	3.0	337.0	뱅장어	17.1	196.0

\*수육식품 중 콜레스테롤 함량이 200 mg 이상인 경우

〈콜레스테롤 함량 높은 식품〉