

# 꼼꼼히 확인하고 안전하게 드세요

## 식약청이 전하는 '안전한 먹을거리 가이드'

"도대체 뭘 먹으면 말아야?" 요즘 TV프로그램이나 언론매체에서 쏟아지는 식품 관련 기사를 보면 이런 한탄이 절로 나온다. 중국산 김치와 찐쌀로 전국이 몸살을 앓고 난 후 최근에는 트랜스지방이 과도하게 함유된 도넛, 농약이 검출된 가루녹차 그리고 찹쌀방 등에서 즐겨 먹는 구운 계란에까지 '주의보'가 내려졌다. 그렇다고 경고나 내리진 식품들을 전혀 먹지 않고 살 수는 없는 것이 현실이다. 식품의약품안전청이 제시하는 '안전한 먹을거리 가이드'를 통해 막바지 여름 건강을 챙겨보자.



### ▶ 트랜스지방

올해 초부터 패스트푸드 업체와 제과업체를 중심으로 '트랜스지방 제로(0)' 운동이 펼쳐지고 있다. 소비자들의 트랜스지방에 대한 높은 관심을 반영하는 현상이다. 트랜스지방은 액체 상태의 식물성 기름을 마가린·쇼트닝과 같이 반고체 상태로 가공할 때 수소를 첨가하는 과정에서 생성되는 것으로, 체중 증가와 해로운 콜레스테롤인 저밀도지단백질(LDL) 증가로 심장병·동맥경화증 등의 질환을 유발하는 것으로 알려져 있다.

최근 업체들의 노력으로 식품 100g당 트랜스지방 함량은 2005년에 비해 80% 정도 낮아졌다고 식약청은 밝혔다. 식약청이 서울지역에서 판매되는 대형 프랜차이즈형 제

과점 제빵류의 트랜스지방 함량을 조사한 결과, 평균 0.36g 정도로 나타났다. 또한 서울시 소재 100여개 초등학교 급식에서도 마찬가지로 모두 버터로 대체했으며, 전이나 튀김에도 대두유나 채종유 등을 사용하고 있는 것으로 조사돼 트랜스지방의 위험으로부터 안전해졌다고 평가했다.

하지만 여전히 일부 수입식품에서는 트랜스지방 함량이 3.2~5.7g 정도로 높은 것으로 나타났다. 이는 국내 생산제품의 트랜스지방 함량 0.1~0.5g에 비해 최고 10배 이상 높은 것이다.

여기에 더해 '트랜스지방 제로(0)'라고 표기된 제품도 안심할 수준은 아니라는 것이 식약청의 설명이다. 식약청이 제시한 트랜스지방 표시 기준안에 따르면 제품 100g당 '트랜스지방 0.5g 미만'은 '저트랜스지방'으로, '트랜스지방 0.2g 미만, 포화지방 5g 미만'은 '무트랜스지방'으로 표시가 가능하기 때문이다. 현재 패스트푸드업체나 제과

## 트랜스지방-인스턴트 식품 섭취 줄이고 함량 살펴야 녹차-농약 문제 제품 전량 폐기...인증 녹차는 안전 구운 계란-유통 기한 등 확인...섭취 전 냄새 맡아봐야

업체들이 정확한 함량을 공개하고 있기 때문, '무트랜스지방'이라고 표기된 식품도 2~3개 정도 섭취할 경우 트랜스지방 1일 허용 기준치를 넘어설 수 있다.

식약청은 "패스트푸드나 도넛, 햄버거 등의 섭취를 줄이고 마가린이나 쇼트닝 대신 올리브유 등 자연산 식물성 기름을 사용하라"고 조언한다. 또한 △마가린을 사용하는 경우 가능한 한 티스푼당 2g 이하로 사용할 것 △ 한번 튀긴 기름은 다시 사용하지 말 것 △ 깨 볶은 기름은 냉장 보관할 것 등을 당부했다.

### ▶ 녹차

최근 일부 언론에서는 녹차에서 맹독성 잔류농약이 검출됐다는 보도를 쏟아냈다. 시중

에 유통 중인 국산 녹차 중 동원가루녹차와 동서가루녹차에서 살충제인 EPN이 기준치 이상 검출됐고, 수입산 중에서는 유기농녹차 등 5개 제품에서 살충제의 일종인 비펜스린이 낮은 수준으로 검출됐다는 것이다.

보도 후 식약청은 기준치를 초과해 검출된 두 제품을 긴급 회수·폐기토록 처분했다. 관련 업체들은 "가루녹차의 경우 OEM(주문자상표부착생산)방식으로 생산하다보니 문제가 발생한 것 같다"며 해당 제품을 전량 폐기하고 있다.

하지만 소비자들의 항의는 거세지만 하

다. "몸에 좋다고 해서 먹은 제품이 독성 농약이 웬말이냐"는 것이다. 대형마트의 경우 하루 100여 건의 환불 요구에 시달리고 있으며, 업체 홈페이지에도 항의 글이 끊이지 않고 있다.

문제는 이번 조사결과로 마저 '모든 녹차'에 농약이 든 것으로 오해하는 소비자들이 많다는 것이다. 식약청은 "기준치를 초과한 두 제품을 제외한 다른 녹차에서는 잔류농약이 검출되지 않았다"며 "무조건 녹차 제품을 버리기보다 검사결과에 제시된 해당 제품의 이름을 정확히 확인해 볼 것"을 주문했다.

식약청은 현재 관련 업체에 대해 건입(乾葉) 등 원료와 제품을 정밀조사 중이며, 다른 업소의 시중 유통 제품도 수거해 검사하



### 46. 차(茶)산업

차나무는 잎의 크기에 따라 온대 지역의 소엽종(小葉種)과 열대지역의 대엽종(大葉種)으로 구분한다. 보통 우리나라에 분포된 차나무는 소엽종이다. 소엽종은 발효차보다는 발효하지 않은 녹차 종류를 만들기

에 적합하다. 좋은 품질의 차를 만들기 위해서는 자연조건이 가장 중요하다. 지형, 기상, 토양 등이 일차적 요인이다. 강이나 호수 주변의 습도가 높고 일교차가 큰 반양반음(半陽半陰)의 양지바른 그늘진 숲속이 최적의 생육 환경이다.

우리나라의 주요 차산지는 전남 강진·순천·보성, 전북 순창, 경남 하동, 진주 등에 분포되어 있다. 주

족하게 되자 품질이 낮은 홍차와 불량 홍차가 시중에 유통되기 시작했다. 양질의 홍차를 생산하기 위해 외국산 홍차 원료를 수입하여 국산 홍차와 혼합하여 판매하는 등 부작용과 시해작용을 거치는 시기였다.

이후 정부는 농어민 소득 증대 특별사업의 일환으로 전남 보성과 광주 무등산 지역 농가에 차밭 조성을 꾸준히 지원하게 된다. 73년에 이르러 차밭 면적이 증가되어 580ha로 늘어난다. 그러나 근세 이후 정치적 변혁기를 거치면서 커피는 서양의 선진문물로 받아들여지고 사람들에게 급격히 확산되기 시작하였다. 커피를 마시는 행위는 멋진 지식인처럼 보인다는 인식이 팽배하여 차보다는 커피를 더욱 선호하게 된다.

커피 수요가 증가하는 만큼 차 산업은 더욱 어려움을 겪게 된다. 이

## 정부, 보성 등 지역 농가에 차밭 조성 지원 국산차 마시기 운동 전개로 대중화 앞당겨

된 차나무 종은 오래 전부터 차산지에 분포되어 있던 야생 재래종과 해방 전후 일본에서 유입된 야부기다종이 있다. 야부기다종은 생산량이 많고 재배 관리하기



국제 차(茶) 문화 대전에 전시된 차 (2007년 6월).

에 차 제조판매 업체에서는 기존 차밭을 정비하고 새롭게 차밭을 조성하여 차의 맛과 마시는 방법 등 다각적 노력을 하게 된다. 한편 정부는 국산차 마시기 운동을 전개하여

가 용이한 반면 병충해 피해가 많아 수확량이 줄어들 수 있다. 우리 풍토에 적응되어 온 야생 재래종은 추위에 강하여 동사율이 낮으며 병충해에 강한 내성을 지니고 있어 피해가 적다. 하지만 세운이 지라는 시기가 일정치 않아서 기계사용이 어려우며 생산량이 많지 않아 다수확을 할 수 없다.

1900년대 초 우리 차는 사철이나 농가에서 스님들의 수행과 약용으로 만들어 마시는 정도였다. 일본인에 의해 재배되던 차밭은 해방이 되자 정부에 귀속되고 이를 다시 기업이 인수한다. 생산기반이 취약했던 당시 실정으로 일본에서 제다 기계를 들여와 대량 생산의 기틀을 마련하지만 미흡한 수준이었다. 당시 홍차에 대한 수요 증가로 생산량이 부

80년대 중반부터는 차에 대한 수요가 조금씩 상승하게 되고 이후 차가 건강음료로 떠오르게 된다. 국제 차 심포지엄, 마스크에서의 차 효능에 대한 홍보는 차에 대한 새로운 인식 전환과 함께 차를 '건강음료'로 자리 잡게 했다.

언제 어디에서나 손쉽게 마실 수 있는 인스턴트 차와 구수한 맛과 향 등 여러 기능이 합유된 소비자의 기호에 맞는 다양한 상품이 출현한다. 비수기철인 여름에 마실 수 있는 냉차도 출시된다. 식품, 생활용품에 이르기까지 차를 이용한 산업은 기업 및 마니아에 의해 주도되어 차는 서서히 다도(茶道)라는 인식에서 탈피, 건강에 좋은 차가 '생활의 여유'라는 측면으로 강조된다.

■ 이창숙(동아사이언스문화연구소 연구원)

### ▶ 구운 계란

찹쌀방에서 빼놓을 수 없는 재미 중 하나가 구운 계란을 먹는 것이다. 최근에는 기차역이나 터미널, 도로변 휴게소, 편의점 등에서도 간식용으로 구운 계란을 많이 판매하고 있다. 하지만 기온과 습도가 높은 여름철에는 유통·보관상의 부주의로 인해 쉽게 상하므로 식중독의 위험이 높다는 것이 식약청의 설명이다.

식약청은 8월 13일 구운 계란 제품으로 인한 식중독 사고 예방을 위해 제조·유통, 판매업소와 소비자를 대상으로 안전지침을 발표했다. 지침에 따르면, 소비자는 제품 구입 시 유통기한과 계란 표면에 균열이 없는지를 확인해야 한다. 또한 섭취 전에는 제품에서 상한 냄새가 나는지, 곰팡이가 피지 않았는지를 확인해야 한다고 주의를 당부했다.

유통·판매업자들 역시 바람이 잘 통하고 습도가 낮은 서늘한 곳에 제품을 보관하고, 보관기간을 다른 계절보다 짧게 설정해야 한다. 이와 더불어 유통·운반 과정 중에 제품이 깨지지 않도록 주의하고 판매 시에는 균열이 가거나 곰팡이가 핀 제품을 골라내도록 했다.

여수령 기자 snoop@buddhapia.com

# 한국불교종합예술대학 학인모집

사단법인 대한불교 삼계종 부설 "한국불교종합예술대학"에서 아래와 같이 작법과정 학인을 모집합니다.

### ◎ 작법·무용과정

나비춤 - 사방요신, 다계작법, 도량계작법  
바리춤 - 요잡바라, 관음계바라, 천수바라, 사다라니바라

### 지도교수

#### 일초스님 직강

인천광역시 무형문화재 제 10-나호 범패·나비춤 보유자  
인천광역시 무형문화재 제 15호 인천수륙재 보유자

■ 개강일시 : 2007년 9월 4일(화요일) 오후 2시  
(오리엔테이션 및 학사일정 설명)

■ 모집인원 : 000명 (FAX접수가능)

※ 본인 연락처 및 인적사항 필히 기재

■ 매주 강의요일 : 화, 목 (주 2회) - 오후 3시 ~ 5시

■ 접수기간 : 2007년 8월 1일 ~ 2007년 8월 31일까지

■ 제출서류 : 입학원서1부, 반명함판 사진 2매, 주민등록증 사본 1장

\* 본교는 초종파 불교종합예술대학으로 수료 후 수료증을 수여하며, 전통의식을 여법하게 봉행할 수 있도록 지도합니다.

\* 본교는 불교의식을 배우고자 하는 분은 누구나 등록할 수 있습니다.

## 사단법인 대한불교 삼계종 · 한국불교종합예술대학

인천광역시 무형문화재 10-나호 범패 · 나비춤 보존회 · 인천광역시 무형문화재 제 15호 인천수륙재 보존회

주소 : 인천광역시 부평구 부평 6동 612-4호 (전철 1호선 부평역 하차 남부역으로 나와서 골다리 방향으로 5분 거리)

전화 : 032)529-6708 FAX : 032)529-6709

홈페이지 : 본 대학 http://www.bumpae.org / 한글인터넷 : www.수륙재 www.범패 / 삼계종 http://www.samgyeojong.org / 한글인터넷 : 삼계종

