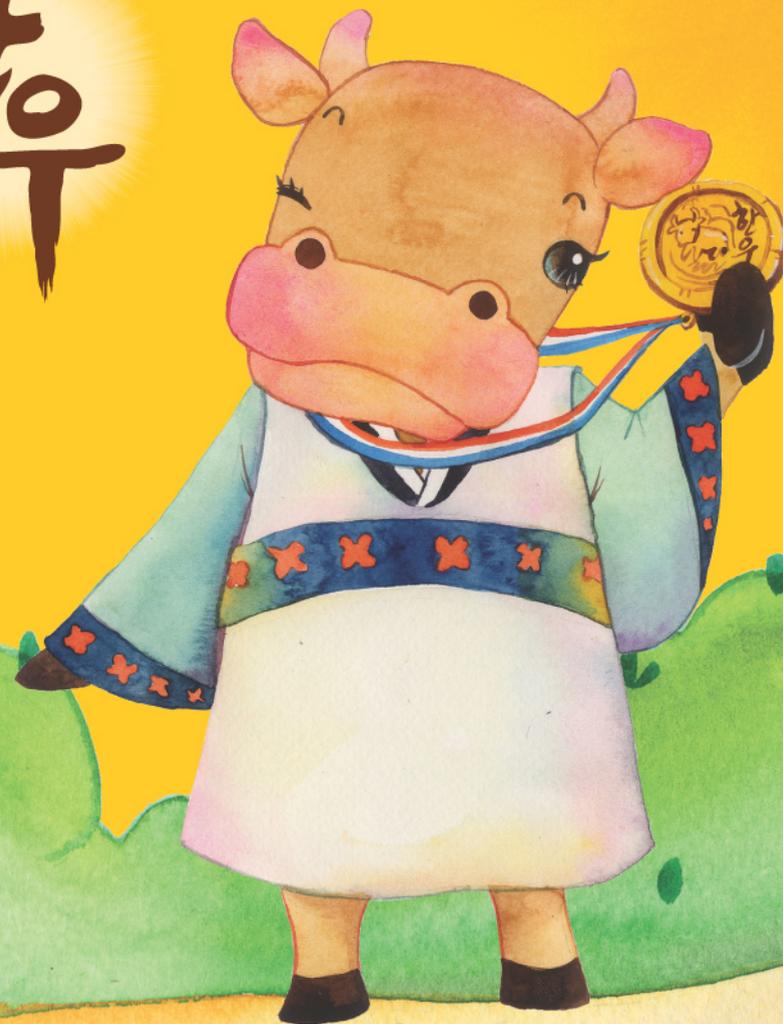


| 우리 한우 바르게 알기 |

# 이 땅위에 자존심

# 한우

 한우자조금관리위원회



# 우리 한우는 더 우수합니다

## 한우란\*

한우는 외래 품종과 혼혈 없이 사육되어 온 우리나라의 유일한 소로서 고유한 유전자 조성을 갖고 있으며 현재 보존되고 있는 토종 한우는 털색에 따라 황소, 칠푼소, 흑소로 나누어집니다. 한우는 예로부터 농가에서 일소로 사육되어 왔으나 농기계 보급의 확대와 국민경제 성장에 따라 역용우로서의 효용성이 없어지면서 우리 국민에게 고품질의 쇠고기를 공급하는 육용우로 탈바꿈하게 되었습니다.

한우는 5천년 우리 민족과 함께 해 온 동반자이자 중요한 가족으로 2006년 문화관광부에서 지정한 100대 민족문화상징으로 선정 되었습니다.

## 한우의 우수성\*



### 한우에 많은 올레인산은 한우 맛의 비결

한우에는 다른 쇠고기에 비해 맛을 좋게 한다는 올레인산이 많이 함유되어 있습니다. 또 고기 맛을 좋게하는 아미노산이 수입 쇠고기보다 많아 고유한 맛을 냅니다. 몸에 좋은 불포화지방산이 수입 쇠고기보다 많고, 포화지방산은 적어 건강에도 더 좋습니다.

### 한우의 신선한 냉장유통 시스템

머나먼 외국에서 수입되는 고기는 냉동과 해동을 거치면서 육즙이 빠져나가고, 도축 후 소비자들에게 도착하기까지 많은 기간이 걸립니다. 냉동육의 유통기한은 관례적으로 2년이며 냉장육은 60일입니다. 한우는 산지에서 바로 공급되어 냉장 시스템으로 유통되므로 신선하며, 이는 한우의 맛, 위생, 품질에 많은 영향을 주게 됩니다.

### 믿을 수 있는 한우고기

한우는 믿을 수 있습니다. 한우는 품종의 특성상 내병성이 강하여 항생제를 거의 사용하지 않습니다. 그리고 정부에서 시행하는 HACCP인증을 받은 도축장에서 작업되어 유통되므로 위생적입니다.

### 쇠고기 이력추적시스템의 관리

'쇠고기 이력추적시스템'은 농장에서 소의 귀에 이음표를 달아 관리하는 소의 주민등록증이라고 할 수 있습니다. 현재 시범 사업으로 진행해 우리나라 전체 소의 60%가 이음표를 달고 있으며, 2008년 12월 22일부터 전면 시행이 의무화됩니다.

### 한우는 수제 명품 쇠고기

우리나라에는 2008년 6월 현재 228만두의 한우가 살고 있습니다. 각 한우농가당 12.9마리의 한우를 사육하고 있으며 소 한 마리 한 마리를 명품 한우로 길러내기 위해 한우농가들이 노력하고 있습니다. 미국은 약 1억두의 소가 90만개 농장에서 사육되므로 농가당 111만두가 사육됩니다. 한우에는 수출하기 위해 대량으로 사육된 소와는 비교할 수 없는 정성이 깃들여 있습니다.

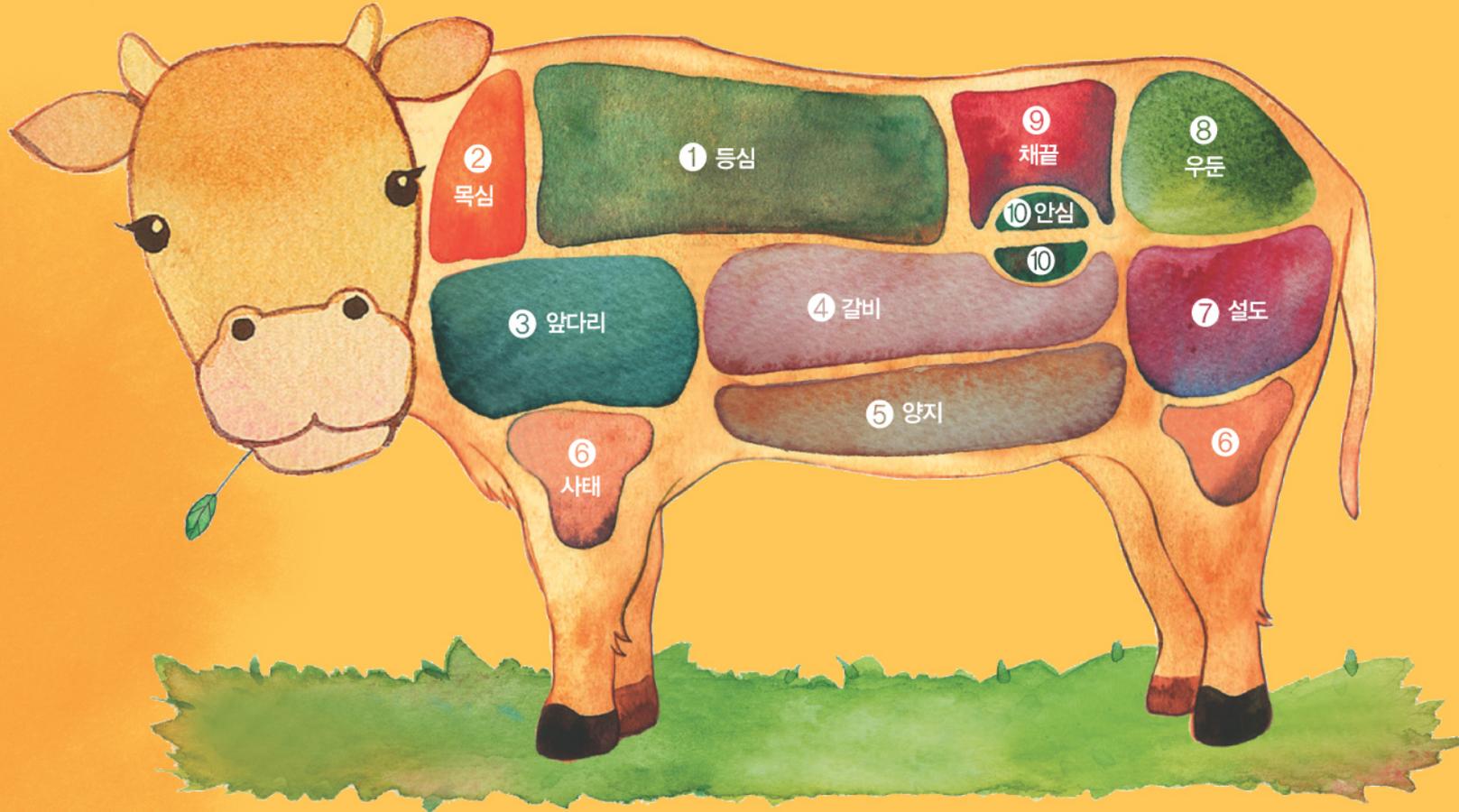
## Tip

### 【 국내산과 한우의 차이점 】

'국내산'이라 함은 원산지를 말하는 것이고, '한우'는 품종을 말하는 것이므로 구분 개념 자체가 다릅니다. 한우는 우리나라 고유 품종의 토종소로서 당연히 국내산이지만, 국내산에는 외국 품종의 육우고기나 젓소고기도 포함됩니다. 육우고기나 젓소고기는 모두 외국 품종이며 우리나라에서 태어나 기른 것뿐만 아니라 외국에서 살아 있는 채로 들여와 6개월 이상 기른 것도 모두 국내산으로 분류됩니다.



# 한우의 부위와 용도\*



- ① 등심 | 구이, 스테이크
- ② 목심 | 불고기
- ③ 앞다리 | 불고기
- ④ 갈비 | 불갈비, 짬갈비
- ⑤ 양지 | 국거리
- ⑥ 사태 | 장조림
- ⑦ 설도 | 산적, 불고기
- ⑧ 우둔 | 산적, 불고기
- ⑨ 채끝 | 구이, 스테이크
- ⑩ 안심 | 구이, 스테이크

**앞다리** '내부에 지방층과 근막이 많기 때문에 연한 부위와 질긴 부위가 섞여 있으며, 운동량이 많아 육색이 짙은 것이 특징입니다.

**설도** '엉덩이살 아래쪽 넓적다리살로서 다소 결이 거칠고 질긴편으로 우둔과 비슷하며 부위별 육질차가 큼니다.



**목심** '어깨 위쪽에 붙어있는 근육으로, 두꺼운 힘줄이 여러 갈래로 표면에 존재하기 때문에 약간 질긴 편입니다.



**등심** '등쪽에 원통모양으로 위치하고 있으며 비육이 잘 된 소의 경우 마블링이 잘 발달되어 있어 고급부위로 알려져 있습니다.



**안심** '유일하게 척추 뼈 안쪽에 위치하고 있는 근육으로 움직임이 없어 조직이 부드럽고 연합니다.



**우둔** '지방이 적고 살코기가 많으며, 고기의 결이 약간 굵으나 근육막이 적어 연합니다.



**채끝** '허리부분(등심 뒷부분에 연결)의 등심과 맞닿은 운동성이 없는 부분으로 등심과 비슷한 모양입니다.



**갈비** '육즙과 골즙이 어우러진 부위로 농후한 맛을 냅니다.



**양지** '앞가슴에서 복부 아래쪽에 걸쳐있는 부위로 결합조직이 많아 육질은 질깁니다.



**사태** '앞·뒷다리 사골을 감싸고 있는 부위로 운동량이 많아 색상이 진한 반면 근육다발이 모여 있어 특유의 쫄깃한 맛을 냅니다.

# 우리 한우는 더 믿음직합니다

## 한우의 사육·판매 과정\*



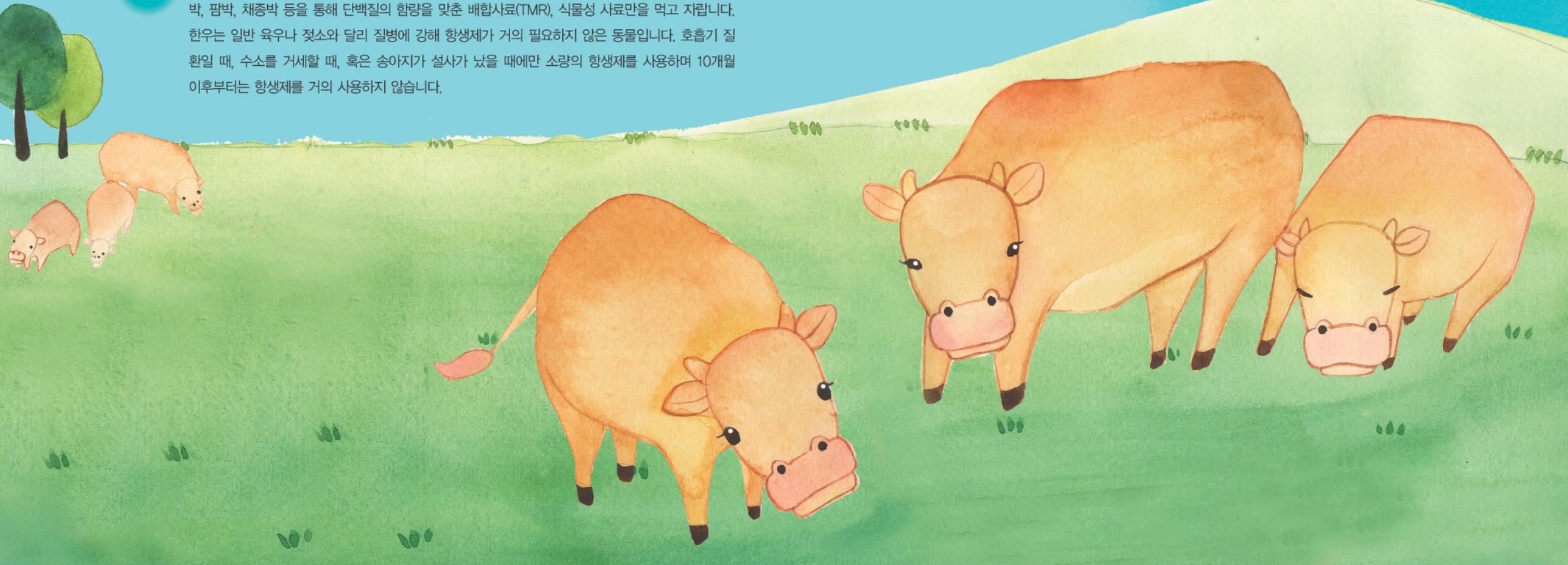
**사육** 우리나라 고유 품종의 토종소인 한우는 암소, 거세우, 비거세우로 구분됩니다. 한우는 옥수수, 아자박, 팥박, 채종박 등을 통해 단백질의 함량을 맞춘 배합사료(TMR), 식물성 사료만을 먹고 자랍니다. 한우는 일반 육우나 젖소와 달리 질병에 강해 항생제가 거의 필요하지 않은 동물입니다. 호흡기 질환일 때, 수소를 거세할 때, 혹은 송아지가 설사가 났을 때에만 소량의 항생제를 사용하며 10개월 이후부터는 항생제를 거의 사용하지 않습니다.

**계류** 우시장 혹은 농장에서 매입한 한우를 도축전 소가 충분히 휴식을 취하도록 하여, 소의 이동 스트레스를 줄여 최상의 상태로 유지합니다.

**도축** HACCP 인증을 받은 위생적인 도축장에서 소의 내장, 가죽, 고기 부위를 분리하는 과정입니다.

**등급판정** 도체상태에서 등급판정 규정에 의해 육질의 좋고 나쁨, 육량의 많고 적음을 판정합니다. 육질등급은 고기의 질을 근내지방도, 육색, 지방색, 조직감, 성숙도에 따라 1++, 1+, 1, 2, 3등급으로 판정하는 것으로 소비자가 고기를 선택하는 기준이 되며, 육량등급은 도체에서 얻을 수 있는 고기량을 도체중량, 등지방 두께, 등심단면적을 종합하여 A, B, C등급으로 판정합니다.

**판매** 경매를 통한 쇠고기는 도매시장을 거쳐 중간 유통업체 또는 대량 급식처, 정육점, 대형할인점, 음식점, 직매장 등으로 이동합니다.



# 우리 한우를 더 잘 먹기 위한 방법

## 한우를 잘 고르려면\*

**첫째** 고기는 냉동육보다 냉장육을 구매하는 것이 좋습니다. 그 이유는 고기가 냉동과 해동과정을 거치면서 일어나는 근육조직의 손상으로 조직 내 영양분이 빠져나오기 때문입니다.

**둘째** 진열 쇠고기의 전면에 설치된 '식육판매표시판'의 기재 내용(부위명, 등급, 용도, 100g당 가격, 원산지)을 꼭 확인하고 가격과 용도에 맞게 구입하기 바랍니다. '식육판매표시판'에는 소비자가 필요로 하는 해당 고기의 품질관련 정보가 제공됩니다.

**셋째** 쇠고기는 근내지방이 많을수록 좋고, 육색은 선홍색, 지방색은 유백색으로 선명하고 윤기 나는 것이 좋습니다. 마지막으로 고기표면은 건조하지 않고 삼출수도 생기지 않는 적당히 촉촉한 고기로 탄력성이 있어야 합니다.



### 고기의 색

쇠고기의 색은 같은 적색이라 할지라도 그 밝기의 차이가 큼니다. 선홍색의 쇠고기는 대체로 연한 어린 쇠고기로 믿어도 좋으며 신선도에 대한 보장도 됩니다. 고기의 표면이 지나치게 검고 점성이 느껴지며 악취와 녹색을 띠는 것은 좋지 않습니다.

### 지방의 색

지방의 색은 흰색~연노랑색 범위는 정상입니다. 종종 눈에 띄는 미황색 또는 황색지방은 높은 소나 여름철 청초를 먹고 자란 소에서 생산된 고기일 가능성이 많으며 자칫 고기가 질기거나 풋내가 나는 경우가 있습니다.

### 지방교잡정도

쇠고기 등심이나, 목심, 갈비, 양지 등에는 살코기 속에 지방이 골고루 박혀있는 경우가 있는데, 이처럼 살코기 속에 지방이 박혀 있는 것을 지방교잡이라 합니다. 이러한 고기는 적당히 성숙하고 비육이 잘된 소에서 생산된 고기로서 일반적으로 연하고 맛이 좋습니다.

### 고기의 결

결이 곱고 윤기나는 고기는 육질이 대체로 우수하다고 믿어도 좋습니다. 고기의 결은 체구가 비교적 적은 소가, 수소보다는 암소가, 높은 소보다는 어린 소가 고운 편입니다.



## 한우를 맛있게 먹으려면\*

**냉동한우는 먹기 하루 전 냉장실로 옮겨 놓는다** <sup>1</sup> 냉동시킨 한우는 저온에서 천천히 녹여야 고기의 맛있는 육즙이 빠져나오는 양이 적습니다. 한 번 녹힌 고기는 다시 얼리지 않도록 양 조절에 유의해야 합니다. 부득이 시간이 촉박한 경우에는 랍에 꼭 싸서 흐르는 물에 담가 해동시킵니다.

**고기는 조리 직전에 고기결과 직각으로 자른다** <sup>1</sup> 고기를 잘라서 오래두면 육즙이 나와 맛이 달라지고 공기 중에서는 신선도도 떨어지므로 잘드는 칼로 조리 직전에 잘라야 합니다. 덩어리 고기를 얇게 썰어 사용할 때는 고기결과 직각으로 잘라야 고기가 연하고 조리에 용이하게 됩니다. 단 채를 칠 때에는 고기결과 나란히 잘라야 부서지거나 오그라들지 않고 쫄깃한 질감을 살릴 수 있습니다.

**고기를 구울 때는 센불에서 구워야 한다** <sup>1</sup> 육즙과 구수한 맛의 손실을 최대한으로 막으려면 센불에서 가능한 짧은 시간에 굽는 것이 좋습니다.

**스테이크는 한 번만 뒤집는다** <sup>1</sup> 스테이크를 맛있게 구우려면 그릴이나 후라이팬에 올려 놓은 후 고기 위로 육즙이 배어날 때까지 기다렸다가 한 번 뒤집은 뒤 식탁에 올립니다. 자주 뒤적이면 겉은 타고 딱딱하게 되고 속은 전혀 익지를 않아 스테이크 고유의 맛을 즐길 수 없습니다.

**조리된 고기는 생육이나 그 육즙과 접촉하지 않도록 한다** <sup>1</sup> 익힌 고기를 생고기를 잘랐던 도마 위나 그릇에 놓게 되면 세균의 성장이 굉장히 빨라집니다.