

6월 음식을 오래 보관하기 위한 저장법

음식물쓰레기를 줄이기 위한 실천 전략으로 저장방법은 매우 중요하다.

음식을 만들기 전 재료를 신선하게 유지하는 것뿐만 아니라 만든 음식을 오랫동안 유지 보관할 수 있다면 쓰레기 발생은 줄어들 것이다. 예전부터 음식을 오랫동안 보존하기 위한 다양한 방법이 있었는데 주로 온도와 습도를 조절하는 방법이다.

건조법은 수분을 제거하는 가장 기본적인 방법으로 과일, 어류, 육류에 두루 사용되었다.

냉장법, 저온저장법, 냉동법은 모두 재료와 음식에 따라 온도를 조절하여 음식의 저장기간을 늘리는 방법이다.

염장법, 당장법, 초절임법은 소금, 설탕, 식초 등을 이용해서 미생물의 활동을 저지시켜 음식의 저장기간을 늘리는 방법이다.

훈연법, 가열살균법도 연기와 열을 이용해서 미생물의 활동을 저지시키는 방법이다.

발효에 의한 저장법은 유용한 미생물의 작용에 의해 소화되기 쉬운 상태로 음식을 변화시킨 것이다. 한국의 주요 발효식품으로는 전통장류인 간장·된장·고추장·청국장 등과 채소류 발효식품으로 김치·절임류, 수산물 발효식품인 젓갈, 그리고 주류와 식초 등이 주종을 이루고 있다. 또한, 주류, 빵류, 식초, 발효유제품(치즈·버터·요구르트 등) 등도 이에 해당된다.

※ 움 저장법[mud cellar storage]

땅 속에 움을 만들어 그곳에 농작물을 보관하는 식품저장법, 수확한 농작물은 실외에 그대로 방치할 경우 썩어 나거나 썩을 우려가 있고 겨울철이면 냉해를 입기 쉽다. 따라서 수확한 즉시 바람이 잘 통하는 그늘진 곳에 두었다가 땅 속에 움을 만들어 그곳에 보관해야 수확 당시의 상태를 장기간 유지할 수 있다.



[출처] 움저장법 | 두산백과

※기능성 냉장고

냉장고도 컨버전스 제품이 등장했다. 냉장고의 기능이 독립적으로 떨어져 나와 다양한 기능성 냉장고가 등장했다. 특별한 기능을 강조한 냉장고로, 특정물품을 보관하는데 가장 적합한 온도와 수분을 유지시키는 역할을 한다. 본래 소규모 기업이 필요에 따라 만들었던 냉장고로 역사를 거슬러 올라가기는 어려우나 대중적인 제품으로는 1995년 처음 시판된 김치냉장고가 시초이다. 이후 화장품 냉장고와 와인냉장고가 등장했으며, 쌀냉장고와 반찬냉장고, 맥주냉장고, 꽃냉장고 등 다양한 제품이 개발되었다. 혈액보관냉장고, 시체보관냉장고, DNA보관냉장고 등 의학용도 많이 개발되어 있다.

[참고자료]

김은실 외(2005). 21세기 웰빙 가공 저장 음식, MJ미디어

윤숙자(2007). 한국의 저장 발효음식. 신광출판사

네이버 백과 <http://terms.naver.com>