

## 아름다운 거래, 공정무역

### 이달의 소식

- 초콜릿의 원료인 카카오의 70%는 서아프리카로, 많은 기업은 카카오를 낮은 가격에 사들이기 때문에 농장주들은 생산비 절감을 위해 카카오 채취에 어린이들을 고용합니다.
- 아이들은 학교 대신 농장에 가서 하루 10시간 이상을 일하며 매질과 학대에 시달리고 있습니다.
- 그러나 ‘착한 초콜릿’도 있습니다. 바로 **공정무역**으로 생산되는 초콜릿입니다.
- **공정무역**이란, 생산자의 생계를 보장하는 비용과 생산 지역 사회의 발전을 위한 비용을 모두 포함한 공정한 가격을 구매가로 지불하는 무역 형태입니다.



FLO마크



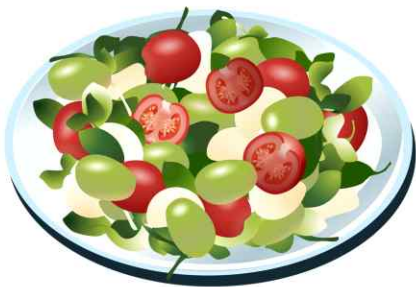
WFTO마크

FLO 마크와 WFTO 마크를 확인해보세요!

FLO 마크는, 제품이 공정무역을 통해 만들어졌는지를 알려주고,  
WFTO 마크는, 제품과 제품 생산 조직 전체가 공정무역 원칙을 준수하였는지를 알려줍니다.

### 우리학교 안심쿠킹

## 청포도 샐러드



#### ●재료 준비 (4인 기준)

청포도 300g, 방울토마토 200g, 생모짜렐라치즈 300g,  
드레싱(화이트식초 2T, 올리브오일 2T, 마질페스토 2T,  
통후추, 소금 약간씩)

#### ●만들어 볼까요?

1. 청포도와 방울토마토는 꼭지를 제거하고 흐르는 물에 깨끗이 씻는다.
2. 생모짜렐라 치즈는 깍둑 썰다.
3. 드레싱 재료를 섞어 1,2에 섞어 먹는다.

▶ 오리엔탈, 발사믹 드레싱 등 다양한 드레싱 추천!

### 흥미진진 식품 이야기

입맛이 없다면!

# 청포도

청포도는 색깔이 푸르러

입맛을 돋우는 데 제격!



독립투사인 이육사도 청포도의 색을

강화하여 독립을 염원한 시 '청포도' 많음

## 가정용 해섽 매뉴얼 - 조리흐름도



## 냉장고 속 명당자리

### 냉동 보관할 조리식품

·냉동실 상단 보관

### 냉동 보관할 육류·어패류

·냉동실 하단 보관

**TIP**  
생선 껍질은 생선을 빨리 상하게 하므로 씻어서 보관하세요.

### 냉동실 문쪽

문쪽은 안쪽보다 온도 변화가 심해요.

### 냉동실 안쪽

가장 오랫동안 보관할 식품을 넣어주세요.

### 냉장실 안쪽

문을 자주 열면 온도가 상승하기 쉬워요.

### 달걀

**TIP**  
문쪽은 온도 변화가 크니 금방 먹을 것만 보관하세요.

### 금방 먹을 육류·어패류

·냉장실(신선실) 보관  
·어패류는 씻어서 밀폐용기에 보관

### 채소·과일

**TIP**  
흙, 이물질 제거 후 보관하세요.  
채소는 씻어서 밀폐용기에! 신문지로 싸면 수분을 빼앗기고, 잎크 등 이물질이 묻어요.

### 냉장실 문쪽

온도 변화가 가장 심한 부분입니다. 잘 상하지 않는 식품을 보관하세요.

식재료 보관	이렇게 해요!	왜 그렇게 해야 할까요?
온도관리	뜨거운 식품은 재빨리 식혀서 냉장고에 넣어요.	뜨거운 식품을 바로 넣으면 주변의 온도를 높여서 세균 증식이 빨라지게 돼요.
	냉장고 문을 자주 열지 않아요.	문을 자주 열면 외부공기의 유입으로 온도 변화가 일어나서 보관 중인 식품의 보관 가능 일자를 줄여요.
	냉장고에 음식물을 가득 채우지 않아요. (70% 정도만)	음식을 가득 채우면 냉기순환이 원활하지 못해 온도유지가 잘 되지 않아요.
교차오염 방지	냉장고에 음식을 보관할 때 조리한 음식과 생식품을 구분하고, 뚜껑을 덮어 보관해요.	조리한 음식과 생식품을 같은 공간에 보관할 경우 생식품의 세균이 조리한 음식을 오염시킬 수 있어요.