

■ 치킨 강국 한국! 홍콩에서 치맥, 삼계탕에 이어 닭 가슴살 열풍! ■

■ 홍콩사람 25%, 체중감량을 위해 다이어트 중

유로모니터에서 홍콩인 1,008명을 대상으로 실시한 식습관 설문조사에 따르면, 응답자의 46%가 체중관리를 위해 먹는 것을 모니터링하고 있으며, 25%가 체중 감량을 위해 다이어트 중 이라고 답했다. 특히 20~30대의 응답자가 체중관리를 위해 먹는 것을 모니터하거나 다이어트를 하고 있다고 응답한 비율이 높았다. 또한 응답자의 44%가 식음료의 영양 정보를 꼼꼼히 확인한다고 답해 저칼로리의 안전하고 건강한 먹거리 관심이 높은 것으로 나타났다.

<식습관 관련 홍콩 소비자 행동 조사>



출처: Euromonitor, 「Consumer Behaviour in Hong Kong, China」, 2019.10.31

■ 홍콩 다이어터의 마음을 사로잡은 한국산 “닭 가슴살”

한류의 인기와 함께 한국 연예인들의 다이어트 비법이 화제가 되면서 한식도 다이어트 및 건강식으로 전 세계의 관심을 받고 있다. 한국 전통음식은 붉은색 육류보다는 생선, 닭고기를 단백질 급원으로 하고 찌거나 삶는 조리법과 간장, 김치와 같은 발효식품에 중점을 두고 있다. 서구 식습관과 비교하여 설탕과 지방의 함유량이 적고 최소한의 가공으로 조리된 것을 특징으로 구별된다. 한국의 낮은 비만율과 함께 한국의 식습관이 주목받고 있다. 최근에는 예능프로그램, SNS 등을 통해서 한국 연예인, 인플루언서들의 닭 가슴살 다이어트 식단이 공개되어 홍콩인들의 관심을 불러일으키고 있다. 이러한 트렌드 덕분에 2019년, 닭고기(밀폐 용기의 것, 기타 조제저장)의 對 홍콩 수출물량과 금액 모두 큰 폭으로 증가하였다.

<예능 프로그램 및 SNS에서 공개된 연예인·인플루언서들의 다이어트 식단>



■ 한국산 “닭 가슴살”의 인기 이유

홍콩에서 판매되고 있는 한국산 닭 가슴살 제품의 브랜드도 점점 다양해지고 있다. 한국 연예인, 인플루언서들을 통한 노출 이외에도 다음과 같은 인기 요인이 있다.

① 간편한 조리법과 휴대성

1회 분량으로 개별 포장되어 있어 보관과 조리가 간편하다. 냉동 보관된 즉석 간편식 닭 가슴살 제품은 포장된 제품 그대로 전자레인지에서 2~3분 조리 후 바로 먹을 수 있다. 그뿐만 아니라 상온 보관용 제품도 출시되어 휴대가 간편하고 가정뿐만 아니라 사무실 등 외부에서도 간편하게 먹을 수 있다. 건강과 간편함을 원하는 현대 소비자에게 안성맞춤이다.

② 다양한 맛과 다양한 조리법

닭 가슴살은 단백질이 많고 지방이 적어 다이어트 식품으로 좋다. 그러나 닭 가슴살에는 기름이 없어서 부드럽고 맛있게 즐기기에 어려움이 있다. 한국산 닭 가슴살 제품의 경우 깻잎, 마늘, 고추, 치즈 등 비교적 담백하고 열량이 낮은 재료를 활용해 다양한 맛과 함께 조리 방법도 찜, 훈제, 스테이크로 다양하여 닭 가슴살을 맛있게 즐길 수 있다. 간편 조리식품만으로도 간편하게 섭취할 수 있으며 다른 재료와 함께 샐러드, 구이 등 다양한 요리로 응용·활용이 가능하다.

③ 낮은 칼로리

“낮은 칼로리”는 체중 감량을 위해 다이어트 중인 소비자가 제품 선정 시 고려하는 가장 큰 부분이기도 하다. 홍콩의 유명 잡지 “마리 클레르(Marie Claire)”에서는 홍콩에서 판매하고 있는 인기 한국산 닭 가슴살을 소개하고 제품별 열량, 가격, 특징 등을 비교하기도 하였다. 닭 가슴살 제품은 100g당 80~130kcal의 낮은 칼로리로 다이어트 식품으로 적합하다.

<홍콩에서 판매중인 한국산 닭 가슴살 제품>

			
그로서리서울 실온 닭가슴살 HK\$264/100g*10팩	맛있닭 닭가슴살 스테이크 HK\$30/100g	러브잇 슬라이스 닭가슴살 HK\$30/100g	치프닭 치즈 품은 닭가슴살 HK\$30/110g

출처: HKTVmall, 2019년 11월 기준 가격

■ 시사점

닭 가슴살은 지방이 적고 단백질이 풍부하여 다이어트 음식의 대명사이자 닭고기는 종교적으로도 거부감이 낮은 식재료이다. 닭 가슴살 간편식 제품은 간편함과 건강함을 모두 갖추고 있어 바쁜 현대인의 수요를 충족시킨다. 닭 가슴살에 한국의 맛과 기술을 담고, 할랄 인증, 무(無)항생제 인증, 유기농 인증 등으로 무장한다면 단순한 다이어트 식품이 아닌 어린이와 노년층의 영양 간식, 바쁜 현대인들의 간편식 등으로 전 세계 남녀노소의 마음을 사로잡을 것으로 예상된다.

■ 참고자료

1. More Sunday, 「一星期雞胸肉減肥餐單 瘦身必食 + 3大人氣即食雞胸肉品牌推薦」, 2019.10.23
www.sundaymore.com/742388/health-fitness/diet/一星期雞胸肉減肥餐單 瘦身必食 + 3大人氣即食雞胸肉品牌推薦
2. 香港01, 「減肥-韓國人氣即食雞胸低卡低脂 香港製無激素新品邊款較好?」, 2019.04.09.
www.hk01.com/%E6%95%99%E7%85%AE/315091/減肥-韓國人氣即食雞胸低卡低脂香港製無激素新品邊款較好?
3. Today, 「Why the diet loved by Korean pop stars is a hit worldwide」, 2019.09.14.
www.today.com/health/why-k-pop-diet-korean-food-popular-worldwide-t162564
4. 구글 이미지
5. Beauty女生專屬, 「一星期輕鬆減6kg! ? 韓國爆紅雞胸肉減肥餐單! 女生們加油!」, 2019.09.17
beauty.gobahub.com/2019/09/17/article/26860/
6. marie claire, 「減肥瘦身恩物! 盤點6大即食韓國人氣雞胸肉」, 2019.02.27.
www.marieclaire.com.hk/2019/02/27/減肥瘦身恩物! 盤點6大即食韓國人氣雞胸肉