

## 베트남, 신선식품 고르는 팁 8가지

2023년 11월 23일, 하노이지사

### □ 키워드 :

#### ○ 베트남 현지 언론, 신선식품 고르는 팁 소개

- 식품의 신선도 유지와 장기간 보관을 위해 유해첨가물을 사용하는 공급업체들이 많음
- 이런 저품질 식품을 섭취 시, 초기에는 아무런 증상이 없을지라도, 오랜기간에 걸쳐 섭취할 경우 인체에 매우 유해할 수 있음.
- 호치민시 과학기술원의 장곡쿠엔 박사에 의하면, 과일을 빨리 익히기 위해서 사용되는 촉진제 아세톤은 피부암을 유발한다고 언급. 이에 따라 현지 언론 VTC뉴스에서는 소비자의 안전한 식품 구매를 위해, 신선 식품을 고르는 팁 8가지를 소개함

#### ① 생선

- 신선한 생선의 눈은 투명하고 밝은 색, 피부는 푸른 빛깔을 띠고 있음. 비늘은 밝고, 피부에 딱 달라붙어 있는 것, 아가미는 다홍색을 띠고 있는 것이 신선함.
- 잘라놓은 생선 또한 위와 같은 조건의 생선이 품질이 좋은 생선임. 그러나, 판매자는 품질이 좋지 않은 생선의 비늘을 벗기거나, 머리 부분을 잘라서 감추는 경우도 있음. 때문에, 소비자는 생선 구매시, 주의해서 살펴보아야 하며, 특히 피부가 갈색인 생선은 피해야 함.

#### ② 닭고기

- 닭고기는 닭가슴살 부분의 흰색 줄무늬와 비계부분을 유심히 봐야 함. 흰색 줄무늬가 많을수록 지방 함량이 매우 높기 때문임.
- 전문가에 따르면, 이런 흰색 줄무늬는 선진국에서 닭의 무게 증가 및 성장 촉진에 치중한 양계 교배 방식과 사육하는 방식 때문이라고 말함.

- 닭고기 색깔이 노란색으로 변했을 신선하지 않은 닭고기임. 신선한 닭고기의 경우 가슴살 부분이 연한 분홍빛이며, 너무 부드럽지 않음.

### ③ 돼지고기

- 신선한 돼지고기는 손가락으로 눌렀을 때 탄력성이 있으며, 눌렀던 부분의 흔적이 바로 사라짐. 또한, 고기 색이 다홍색이며 육질이 너무 말랑하지도, 딱딱하지도 않으며, 이상한 냄새가 나지 않음.
- 키친타월로 고기를 닦았을 때, 핏자국이 남으며, 물기가 많이 묻지 않은 것이 신선한 돼지고기 임. 만약 돼지고기를 잘랐을 때 단면의 색이 짙으나, 테두리는 흰색인 경우 유통기한을 늘리기 위해 첨가제를 쓴 것이므로 피해야 함.

### ④ 계란

- 계란은 빠르게 상하는 식품 중 하나임. 계란이 신선한지 확인하기 위해서 찬 물을 받은 컵에 계란을 넣어보는 방법이 있음. 계란이 물에 가라앉을 경우 신선한 계란이며, 물에 뜰 경우 상한 계란임.
- 계란판에 든 계란을 구매할 경우, 유통기한 및 계란상자가 찌그러진 부분은 없는지 잘 살펴보아야 함. 깨져있는 계란을 구매할 경우, 껍질에서 광이 나며 부드럽고, 갈라지거나 금간 부분이 없는 것이 신선한 계란임.

### ⑤ 꿀

- 꿀의 신선도를 확인하기 위해서는 약간의 꿀을 표면에 떨어뜨려 보면 알 수 있음. 신선도가 낮거나, 가짜 꿀의 경우 떨어뜨렸을 때 표면에 바로 퍼짐. 신선한 꿀은 걸쭉하며 떨어뜨렸을 때 물줄기가 굵고 느리게 퍼짐.
- 또 다른 방법으로는 꿀 스푼을 이용하는 방법이 있음. 좋은 꿀은 꿀 스푼으로 꿀을 저은 후 물에 탔을때 용해되기까지 오랜 시간이 걸리나, 품질이 낮은 꿀은 금방 용해되어 버림.

### ⑥ 파인애플

- 파인애플은 열매가 노랄수록 당도가 높으므로, 노란색을 고르는게 좋음.
- 파인애플의 눈 부분은 크고 잘 벌어진 것이 좋음. 이는 껍질을

벗겼을 때 열매가 크고, 자연적으로 잘 익은 것이기 때문.

#### ⑦ 딸기

- 딸기는 과육이 다홍색이며, 수분이 풍부하고 만졌을 때 딱딱한 것이 당도가 높고 잘 익은 것임. 또한, 얼룩 자국이나 멍든 자국이 없는 것이 좋음.
- 빨갱고 파란 색으로 섞여 있는 것과 푸른 반점이 있는 것은 딸기가 익기 전에 수확한 것으로서 신맛이 강하고, 과즙이 덜하므로 피하는 것이 좋음.

#### ⑧ 토마토

- 토마토를 고를 때는 과실의 크기가 적당하며, 과육이 통통하고, 껍질이 매끈하고 광이나는 것, 색깔은 다홍색이며, 무르지 않은 것이 좋음.
- 껍질이 두껍거나, 찌그러진 것은 맛이 떨어지며, 과즙이 적음. 외관상 이상한 것은 과일을 빨리 익게 하기 위해 숙성촉진제(약품, 주사)를 사용한 것이므로 피하는 것이 좋음.

#### ○ 시사점

- 베트남은 코로나19 펜데믹 기간을 거치며, 신체 면역력과 건강을 중요시하는 트렌드가 생김. 때문에, 對베트남 수출 식품에 건강, 안정성, 신선함 등을 강조하여 홍보하면 효과적일 것으로 판단됨.
- 현지 소비자들이 식품 구매 시 상품의 외관에 더욱 신경을 쓸 것으로 사료됨에 따라 수출 품목의 포장, 박스, 파손, 제품 변질 등 유통 부분에 보다 주의를 기울일 필요가 있음.

#### ○ 출처

- 8 mẹo giúp bạn nhận biết thực phẩm kém chất lượng 2023.11.14. vtc.vn

#### ○ 문의처

- aT 하노이지사 박태영 +84 24-6282-2987