



(19) 대한민국특허청(KR)
(12) 등록특허공보(B1)

(45) 공고일자 2014년07월16일
 (11) 등록번호 10-1419219
 (24) 등록일자 2014년07월08일

(51) 국제특허분류(Int. Cl.)
 A23L 1/10 (2006.01) A23L 1/36 (2006.01)
 A23L 1/172 (2006.01) A23L 1/212 (2006.01)
 (21) 출원번호 10-2012-0080946
 (22) 출원일자 2012년07월25일
 심사청구일자 2012년07월25일
 (65) 공개번호 10-2014-0015788
 (43) 공개일자 2014년02월07일
 (56) 선행기술조사문헌
[http://www.cyworld.com/dlalfks81/8696284\(2012.7.20.\)](http://www.cyworld.com/dlalfks81/8696284(2012.7.20.))

(73) 특허권자
 뉴영 (주)
 전라북도 전주시 덕진구 태진로 130-1 (금양동)
 (72) 발명자
 양성훈
 경기 안양시 만안구 안양천서로 245, 22동 302호
 (안양동, 진흥아파트)
 심요섭
 전북 전주시 완산구 태평2길 22, 109동 1104호 (태평동, 태평SKVIEW아파트)
 (뒷면에 계속)
 (74) 대리인
 고길수

전체 청구항 수 : 총 8 항

심사관 : 김태산

(54) 발명의 명칭 **피칸을 함유하는 죽 조성물 및 그 제조방법**

(57) 요약

본 발명은, 피칸과 영양분이 풍부한 재료들을 통해 맛이 뛰어나면서 다양한 색감으로 미각을 자극하는 죽 조성물 및 그 제조방법에 관한 것이다. 피칸에 함유된 프로안토시니딘은 플라보노이드 계열의 플라보놀 배당체로서 Bcl-2의 발현을 억제하고 동시에 카스파제-3를 활성화한다.

대표도 - 도1



(72) 발명자

이창호

전북 전주시 완산구 화산천변로 55, 110동 1003호
(중화산동2가, 코오롱하늘채아파트)

이병길

전북 전주시 완산구 태평2길 22, 104동 705호 (태
평동, 태평SKVIEW아파트)

임지희

전라북도 전주시 덕진구 진북동 1168-2번지 거성고
속 1차 아파트 1107호

특허청구의 범위

청구항 1

0.1~5mm의 크기로 다져진 피칸, 상기 피칸 100중량부에 대하여 분쇄된 발아찰현미 200~400중량부, 상기 피칸 100중량부에 대하여 들깨가루 150~350중량부, 상기 피칸 100중량부에 대하여 0.1~5mm의 크기로 다져진 새송이버섯 150~350중량부, 상기 피칸 100중량부에 대하여 0.1~5mm의 크기로 다져진 양배추 350~700중량부 및 상기 피칸 100중량부에 대하여 0.1~5mm의 크기로 다져진 애호박 200~450중량부를 포함하는 것을 특징으로 하는 피칸을 함유하는 죽 조성물.

청구항 2

삭제

청구항 3

제1항에 있어서, 상기 피칸 100중량부에 대하여 아스파라거스 5~150중량부를 더 포함하는 것을 특징으로 하는 피칸을 함유하는 죽 조성물.

청구항 4

제1항에 있어서, 상기 피칸 100중량부에 대하여 폴리플라워 5~150중량부를 더 포함하는 것을 특징으로 하는 피칸을 함유하는 죽 조성물.

청구항 5

제1항에 있어서, 상기 피칸 100중량부에 대하여 캐슈넛 5~120중량부를 더 포함하는 것을 특징으로 하는 피칸을 함유하는 죽 조성물.

청구항 6

피칸, 상기 피칸 100중량부에 대하여 발아찰현미 200~400중량부, 상기 피칸 100중량부에 대하여 들깨가루 150~350중량부, 상기 피칸 100중량부에 대하여 새송이버섯 150~350중량부, 상기 피칸 100중량부에 대하여 양배추 350~700중량부 및 상기 피칸 100중량부에 대하여 애호박 200~450중량부를 준비하는 단계;

상기 발아찰현미를 물에 불리는 단계;

상기 피칸을 0.1~5mm의 크기로 다지는 단계;

상기 새송이버섯을 끓는 물에 데친 뒤, 0.1~5mm의 크기로 다지는 단계;

상기 양배추를 끓는 물에 데친 뒤, 0.1~5mm의 크기로 다지는 단계;

상기 애호박을 0.1~5mm의 크기로 다지는 단계;

물에 불린 발아찰현미를 물과 함께 믹서기에 투입하고 분쇄하는 단계;

분쇄된 발아찰현미와 물을 조리용기에 넣고 끓이는 단계; 및

상기 발아찰현미가 끓어 익으면, 상기 조리용기에 다져진 양배추, 애호박, 새송이버섯 및 피칸을 넣고 끓여주고, 상기 들깨가루를 넣어 끓이는 단계를 포함하는 것을 특징으로 하는 피칸을 함유하는 죽 조성물의 제조방법.

청구항 7

삭제

청구항 8

제6항에 있어서,

상기 피칸 100중량부에 대하여 아스파라거스 5~150중량부를 준비하는 단계를 더 포함하며,

상기 아스파라거스를 십자 모양으로 자른 뒤 0.1~5mm의 크기로 다지고, 상기 발아찰현미가 끊어 익으면 상기 발아찰현미가 끊고 있는 상기 조리용기에 넣는 단계를 더 포함하는 것을 특징으로 하는 피칸을 함유하는 죽 조성물의 제조방법.

청구항 9

제6항에 있어서,

상기 피칸 100중량부에 대하여 콜리플라워 5~150중량부를 준비하는 단계를 더 포함하며,

상기 콜리플라워를 끓는 물에 데친 뒤 0.1~5mm의 크기로 다지고, 상기 발아찰현미가 끊어 익으면 상기 발아찰현미가 끊고 있는 상기 조리용기에 넣는 단계를 더 포함하는 것을 특징으로 하는 피칸을 함유하는 죽 조성물의 제조방법.

청구항 10

제6항에 있어서,

상기 피칸 100중량부에 대하여 캐슈넛 5~120중량부를 준비하는 단계를 더 포함하며,

상기 캐슈넛을 0.1~5mm의 크기로 다지고, 상기 발아찰현미가 끊어 익으면 상기 발아찰현미가 끊고 있는 상기 조리용기에 넣는 단계를 더 포함하는 것을 특징으로 하는 피칸을 함유하는 죽 조성물의 제조방법.

명세서

기술분야

[0001] 본 발명은 죽 조성물 및 그 제조방법에 관한 것으로, 더욱 상세하게는 피칸과 영양분이 풍부한 재료들을 통해 맛이 뛰어나면서 다양한 색감으로 미각을 자극하는 죽 조성물 및 그 제조방법에 관한 것이다.

배경기술

[0002] 죽은 일반 쌀(백미)을 주재료로 하고 개인의 기호도에 따라 해물류, 야채류 등과 다량의 물을 가하여 장시간 끓여 만드는 음식으로, 주로 유아, 노약자, 환자 등의 주식 대용으로 널리 이용되어 왔다.

[0003] 죽은 영양 공급, 갈증 해소, 체질 개선, 체력 증강 등의 효과를 지니고 있을 뿐 아니라 이뇨 작용, 체중 완화 등에도 효과가 있고 다른 식품의 소화 및 흡수에도 도움을 주는 것으로 알려져 있다.

[0004] 일반 쌀(백미)에는 열량원이 되는 당질이 풍부하게 함유되어 있지만, 식물섬유, 무기질, 비타민 등의 필수 영양소 함유량이 부족하여 체력이 부족한 유아, 노약자, 환자 등에게 영양학적으로 균형이 맞지 않으며, 백미를 주식으로 하는 이용자에게는 건강에 있어 영양소의 불균형한 문제가 대두될 수 있으며, 특히 체력이 극히 부족한 환자들에게는 새로운 영양 공급원이 필요하다.

[0005] 최근에는 소비자의 맛에 대한 욕구 이외에도 웰빙 자연건강식품에 대한 요구가 꾸준히 증가하고 있어 영양을 강화하거나 기능성을 부여한 죽에 대한 개발이 요구되고 있다.

선행기술문헌

특허문헌

(특허문헌 0001) 대한민국 공개특허공보 제10-1997-0032498호

발명의 내용

해결하려는 과제

[0006] 본 발명이 해결하고자 하는 과제는 피칸과 영양분이 풍부한 재료들을 통해 맛이 뛰어나면서 다양한 색깔으로 미각을 자극하는 죽 조성물 및 그 제조방법을 제공함에 있다.

과제의 해결 수단

[0007] 본 발명은, 0.1~5mm의 크기로 다져진 피칸, 상기 피칸 100중량부에 대하여 분쇄된 발아찰현미 200~400중량부, 상기 피칸 100중량부에 대하여 들깨가루 150~350중량부, 상기 피칸 100중량부에 대하여 0.1~5mm의 크기로 다져진 새송이버섯 150~350중량부, 상기 피칸 100중량부에 대하여 0.1~5mm의 크기로 다져진 양배추 350~700중량부 및 상기 피칸 100중량부에 대하여 0.1~5mm의 크기로 다져진 애호박 200~450중량부를 포함하는 것을 특징으로 하는 피칸을 함유하는 죽 조성물을 제공한다.

[0008] 상기 죽 조성물은 상기 피칸 100중량부에 대하여 아스파라거스 5~150중량부를 더 포함할 수 있다.

[0009] 또한, 상기 죽 조성물은 상기 피칸 100중량부에 대하여 콜리플라워 5~150중량부를 더 포함할 수 있다.

[0010] 또한, 상기 죽 조성물은 상기 피칸 100중량부에 대하여 캐슈넛 5~120중량부를 더 포함할 수 있다.

[0011] 또한, 본 발명은, 0.1~5mm의 크기로 다져진 피칸, 상기 피칸 100중량부에 대하여 분쇄된 발아찰현미 200~450중량부, 상기 피칸 100중량부에 대하여 흑임자가루 150~350중량부, 상기 피칸 100중량부에 대하여 0.1~5mm의 크기로 다져진 황금송이버섯 200~500중량부, 상기 피칸 100중량부에 대하여 0.1~5mm의 크기로 다져진 브로콜리 200~450중량부 및 상기 피칸 100중량부에 대하여 0.1~5mm의 크기로 다져진 대추 10~200중량부를 포함하는 것을 특징으로 하는 피칸을 함유하는 죽 조성물을 제공한다.

[0012] 상기 죽 조성물은 상기 피칸 100중량부에 대하여 아스파라거스 5~150중량부를 더 포함할 수 있다.

[0013] 또한, 상기 죽 조성물은 상기 피칸 100중량부에 대하여 콜리플라워 5~150중량부를 더 포함할 수 있다.

[0014] 또한, 상기 죽 조성물은 상기 피칸 100중량부에 대하여 캐슈넛 5~120중량부를 더 포함할 수 있다.

[0015] 또한, 본 발명은, 피칸, 상기 피칸 100중량부에 대하여 발아찰현미 200~400중량부, 상기 피칸 100중량부에 대하여 들깨가루 150~350중량부, 상기 피칸 100중량부에 대하여 새송이버섯 150~350중량부, 상기 피칸 100중량부에 대하여 양배추 350~700중량부 및 상기 피칸 100중량부에 대하여 애호박 200~450중량부를 준비하는 단계와, 상기 발아찰현미를 물에 불리는 단계와, 상기 피칸을 0.1~5mm의 크기로 다지는 단계와, 상기 새송이버섯을 끓는 물에 데친 뒤, 0.1~5mm의 크기로 다지는 단계와, 상기 양배추를 끓는 물에 데친 뒤, 0.1~5mm의 크기로 다지는 단계와, 상기 애호박을 0.1~5mm의 크기로 다지는 단계와, 물에 불린 발아찰현미를 물과 함께 믹서기에 투입하고 분쇄하는 단계와, 분쇄된 발아찰현미와 물을 조리용기에 넣고 끓이는 단계와, 상기 발아찰현미가 끓어 익으면, 상기 조리용기에 다져진 양배추, 애호박, 새송이버섯 및 피칸을 넣고 끓여주고, 상기 들깨가루를 넣어 끓이는 단계를 포함하는 것을 특징으로 하는 피칸을 함유하는 죽 조성물의 제조방법을 제공한다.

[0016] 상기 죽 조성물의 제조방법은, 상기 피칸 100중량부에 대하여 아스파라거스 5~150중량부를 준비하는 단계를 더 포함하며, 상기 아스파라거스를 십자 모양으로 자른 뒤 0.1~5mm의 크기로 다지고, 상기 발아찰현미가 끓어 익으면 상기 발아찰현미가 끓고 있는 상기 조리용기에 넣는 단계를 더 포함할 수 있다.

[0017] 또한, 상기 죽 조성물의 제조방법은, 상기 피칸 100중량부에 대하여 콜리플라워 5~150중량부를 준비하는 단계

를 더 포함하며, 상기 콜리플라워를 끓는 물에 데친 뒤 0.1~5mm의 크기로 다지고, 상기 발아찰현미가 끓어 익으면 상기 발아찰현미가 끓고 있는 상기 조리용기에 넣는 단계를 더 포함할 수 있다.

[0018] 또한, 상기 죽 조성물의 제조방법은, 상기 피칸 100중량부에 대하여 캐슈넛 5~120중량부를 준비하는 단계를 더 포함하며, 상기 캐슈넛을 0.1~5mm의 크기로 다지고, 상기 발아찰현미가 끓어 익으면 상기 발아찰현미가 끓고 있는 상기 조리용기에 넣는 단계를 더 포함할 수 있다.

[0019] 또한, 본 발명은, 피칸, 상기 피칸 100중량부에 대하여 발아찰현미 200~450중량부, 상기 피칸 100중량부에 대하여 흑임자가루 150~350중량부, 상기 피칸 100중량부에 대하여 황금송이버섯 200~500중량부, 상기 피칸 100중량부에 대하여 브로콜리 200~450중량부 및 상기 피칸 100중량부에 대하여 대추 10~200중량부를 준비하는 단계와, 상기 발아찰현미를 물에 불리는 단계와, 상기 피칸을 0.1~5mm의 크기로 다지는 단계와, 상기 황금송이버섯을 끓는 물에 데친 뒤, 0.1~5mm의 크기로 다지는 단계와, 상기 브로콜리를 끓는 물에 데친 뒤, 0.1~5mm의 크기로 다지는 단계와, 상기 대추를 0.1~5mm의 크기로 다지는 단계와, 물에 불린 발아찰현미를 물과 함께 믹서기에 투입하고 분쇄하는 단계와, 분쇄된 발아찰현미와 물을 조리용기에 넣고 끓이는 단계와, 상기 발아찰현미가 끓어 익으면, 상기 조리용기에 다져진 브로콜리, 황금송이버섯, 피칸 및 대추를 넣고 끓여주고, 흑임자가루를 넣어 끓이는 단계를 포함하는 것을 특징으로 하는 피칸을 함유하는 죽 조성물의 제조방법을 제공한다.

[0020] 상기 죽 조성물의 제조방법은, 상기 피칸 100중량부에 대하여 아스파라거스 5~150중량부를 준비하는 단계를 더 포함하며, 상기 아스파라거스를 십자 모양으로 자른 뒤 0.1~5mm의 크기로 다지고, 상기 발아찰현미가 끓어 익으면 상기 발아찰현미가 끓고 있는 상기 조리용기에 넣는 단계를 더 포함할 수 있다.

[0021] 또한, 상기 죽 조성물의 제조방법은, 상기 피칸 100중량부에 대하여 콜리플라워 5~150중량부를 준비하는 단계를 더 포함하며, 상기 콜리플라워를 끓는 물에 데친 뒤 0.1~5mm의 크기로 다지고, 상기 발아찰현미가 끓어 익으면 상기 발아찰현미가 끓고 있는 상기 조리용기에 넣는 단계를 더 포함할 수 있다.

[0022] 또한, 상기 죽 조성물의 제조방법은, 상기 피칸 100중량부에 대하여 캐슈넛 5~120중량부를 준비하는 단계를 더 포함하며, 상기 캐슈넛을 0.1~5mm의 크기로 다지고, 상기 발아찰현미가 끓어 익으면 상기 발아찰현미가 끓고 있는 상기 조리용기에 넣는 단계를 더 포함할 수 있다.

발명의 효과

[0023] 본 발명에 의하면, 피칸과 영양분이 풍부한 재료들을 통해 맛이 뛰어나면서 다양한 색깔으로 미각을 자극한다.

[0024] 피칸에 함유된 프로안토시니딘은 플라보노이드 계열의 플라보놀 배당체로서 Bc1-2의 발현을 억제하고 동시에 카스파제-3를 활성화한다.

도면의 간단한 설명

[0025] 도 1은 실시예 1에 따라 제조된 죽 조성물을 보여주는 사진이다.

도 2는 실시예 2에 따라 제조된 죽 조성물을 보여주는 사진이다.

발명을 실시하기 위한 구체적인 내용

[0026] 이하, 본 발명에 따른 바람직한 실시예를 상세하게 설명한다. 그러나, 이하의 실시예는 이 기술분야에서 통상적인 지식을 가진 자에게 본 발명이 충분히 이해되도록 제공되는 것으로서 여러 가지 다른 형태로 변형될 수 있으며, 본 발명의 범위가 다음에 기술되는 실시예에 한정되는 것은 아니다.

[0027] 이하에서 제시하는 죽 조성물의 실시예들에서 사용된 재료들은 다른 실시예에 따른 죽 조성물의 재료로도 사용이 가능함은 물론이다. 예컨대, 제1 실시예에서 사용된 새송이버섯, 양배추, 애호박 등의 재료들은 제1 실시예에서 제시된 각 재료의 함량 범위 내에서 제2 실시예에서 제시되는 죽 조성물에 추가적인 재료로 사용될 수 있음은 물론이다.

[0028] 본 발명의 바람직한 제1 실시예에 따른 피칸을 함유하는 죽 조성물은, 0.1~5mm의 크기로 다져진 피칸, 상기 피칸 100중량부에 대하여 분쇄된 발아찰현미 200~400중량부, 상기 피칸 100중량부에 대하여 들깨가루 150~350중량부, 상기 피칸 100중량부에 대하여 0.1~5mm의 크기로 다져진 새송이버섯 150~350중량부, 상기 피칸 100중량

부에 대하여 0.1~5mm의 크기로 다져진 양배추 350~700중량부 및 상기 피칸 100중량부에 대하여 0.1~5mm의 크기로 다져진 애호박 200~450중량부를 포함한다.

- [0029] 피칸에 함유된 프로안토시니딘은 플라보노이드 계열의 플라보놀 배당체로서 Bc1-2의 발현을 억제하고 동시에 카스파제-3를 활성화한다.
- [0030] 발아찰현미는 백미에 비해 두 배에 달하는 풍부한 식이섬유가 들어 있다. 또한, 발아찰현미에 감마오리자놀이 함유되어 있고, 씨눈에 피트산이 포함되어 있으며, 발아찰현미에 베타시스테롤도 함유되어 있다. 현미를 발아시키게 되면 쌀겨로부터 다양한 물질들이 배출되는데, 이때 아라비녹시란도 함께 분비된다. 발아찰현미에 나이아신도 함유되어 있다. 발아찰현미는 외피가 딱딱하여 소화에 힘들기 때문에 입안에서 의식적으로 많이(예컨대, 20번 이상) 씹게 되어 충분한 소화 효소를 분비시키게 하는 역할도 한다.
- [0031] 들깨가루에는 비타민A, E가 들어 있으며, 들깨에 풍부하게 함유된 리놀렌산 성분은 오메가3 지방산으로 불포화 지방산이다. 또한 들깨가루에 로즈마리산도 함유되어 있다.
- [0032] 새송이버섯은 비타민C가 다른 버섯에 비해 풍부하다. 새송이버섯은 베타카로틴과 식이섬유가 풍부하다.
- [0033] 양배추에 베타카로틴, 비타민C 등의 물질들이 포함되어 있다. 양배추에는 식이섬유와 클로로필 외에도 인돌 등의 물질과 스테롤도 함유되어 있다. 다른 음식에서 발견되는 폴리페놀 뿐만 아니라 글로코시놀레이트라고 불리는 미립자들도 높은 비율로 함유하고 있다. 글로코시놀레이트는 두 종류의 화합물(아이소시오사이어네이트와 인돌)의 활동을 돕는다. 글로코시놀레이트는 열에 약해서 오래 요리하면 함량이 절반 이하로 떨어지므로 가능한 한 열에 길게 노출시키지 않는 것이 바람직하다.
- [0034] 애호박에 비타민C와 E가 함유되어 있고, 애호박에는 베타카로틴의 성분이 풍부하고, 루테인, 페놀, 셀레늄 등도 들어 있다. 애호박에 루테인도 함유되어 있다. 애호박에 함유된 페놀은 야채, 과일, 차등에 넓게 함유되어 있는 성분이다. 애호박에 함유된 셀레늄은 미네랄의 일종이다.
- [0035] 상기 죽 조성물은 상기 피칸 100중량부에 대하여 아스파라거스 5~150중량부를 더 포함할 수 있다. 아스파라거스에 함유된 글루타치온은 아미노산 합성물의 일종이다. 또한 아스파라거스에 엽산이 함유되어 있다. 아스파라거스의 윗부분에는 사포닌 성분이 함유되어 있다.
- [0036] 또한, 상기 죽 조성물은 상기 피칸 100중량부에 대하여 콜리플라워 5~150중량부를 더 포함할 수 있다. 콜리플라워는 베타카로틴, 비타민C, 인돌, 설포라판, 클로로필, 유황 화합물 등 피토케미컬이 풍부하다. 특히, 콜리플라워에 설포라판이라는 성분이 함유되어 있다. 콜리플라워는 단맛이 나서 채소의 쓴맛을 싫어하는 아이에게 권할 만하다. 콜리플라워를 살 때는 덩어리가 단단하고 흰 것을 고르는 것이 바람직하며, 흰 것이 햇볕을 받으면 유백색으로 변하며, 어느 한 부위라도 갈색·회백색으로 변했거나 반점이 있다면 신선하지 않다는 증거다. 콜리플라워에 함유된 비타민C, 비타민B군 등 소중한 영양소를 잃지 않으려면 조리 시간을 최대한 단축하고 물 사용을 줄이는 것이 바람직하다. 콜리플라워의 가열 시간이 길어지면 비타민C가 파괴되고, 물을 많이 넣고 조리하면 수용성인 비타민B군이 채소 밖으로 빠져 나가기 때문이다. 콜리플라워를 찌 때는 5분 이내, 끓인 물에 담글 때는 최대한 빨리 꺼내는 것이 바람직하다. 콜리플라워를 너무 오래 끓이면 흐느적거리므로 마지막에 넣는 것이 좋다. 콜리플라워를 가열하거나 조리를 할 때 이상한 냄새가 나기도 하지만 걱정할 필요는 없다. 콜리플라워의 피토케미컬에 든 유황 냄새이기 때문이다. 일부 피토케미컬은 주방기구의 철과 반응해 콜리플라워의 색깔을 갈색으로 바꿔놓기도 한다. 하지만 물에 넣고 레몬주스 몇 방울을 떨어뜨리면 막을 수 있다. 콜리플라워를 볶을 때는 끓는 물에 먼저 살짝 데친 뒤에 볶는 것이 바람직하다. 콜리플라워의 가열 시간이 줄어들어 영양소가 덜 파괴되고 아삭거리는 맛도 낼 수 있다. 콜리플라워에 잔류하는 농약 등이 우려된다면 깨끗한 흐르는 물에 3~5번 씻은 후 소금물에 잠시 담가 두었다가 물로 다시 한번 행구는 것이 바람직하다. 콜리플라워를 사용해 요리된 것은 냉장고에 넣으면 식감이 떨어지므로 한번 만들어 다 먹는 것이 좋다.
- [0037] 또한, 상기 죽 조성물은 상기 피칸 100중량부에 대하여 캐슈넛 5~120중량부를 더 포함할 수 있다. 캐슈넛에는 비타민K, 리놀레산, 판토텐산, 셀레늄, 구리, 마그네슘이 함유되어 있다. 캐슈넛은 콜레스테롤이 없고, 불포화 지방산 함유량이 높으며, 비타민, 식물성 단백질이 많다. 캐슈넛에 리놀레산과 셀레늄이 함유되어 있다.
- [0038] 이하에서 본 발명의 바람직한 제1 실시예에 따른 피칸을 함유하는 죽 조성물의 제조방법을 설명한다.
- [0039] 피칸, 상기 피칸 100중량부에 대하여 발아찰현미 200~400중량부, 상기 피칸 100중량부에 대하여 들깨가루 150~350중량부, 상기 피칸 100중량부에 대하여 새송이버섯 150~350중량부, 상기 피칸 100중량부에 대하여 양배추 350~700중량부 및 상기 피칸 100중량부에 대하여 애호박 200~450중량부를 준비한다.

- [0040] 상기 발아찰현미를 소정 시간(예컨대, 3~18시간 정도) 동안 물에 불린다.
- [0041] 죽 조성물에 함유되는 피칸, 새송이버섯, 양배추 및 애호박을 손질한다. 상기 손질은 다음과 같이 이루어질 수 있다.
- [0042] 상기 피칸을 소정 크기(예컨대, 0.1~5mm)로 잘게 다진다.
- [0043] 상기 새송이버섯을 끓는 물에 데친 뒤, 소정 크기(예컨대, 0.1~5mm)로 잘게 다진다.
- [0044] 상기 양배추를 끓는 물에 데친 뒤, 소정 크기(예컨대, 0.1~5mm)로 잘게 다진다.
- [0045] 상기 애호박을 소정 크기(예컨대, 0.1~5mm)로 잘게 다진다.
- [0046] 물에 불린 발아찰현미를 물과 함께 믹서기에 투입하고, 상기 믹서기에서 알갱이가 보이지 않을 정도로 분쇄한다. 이때, 상기 믹서기에 투입되는 물의 양은 발아찰현미 90g에 대하여 60~120ml 정도인 것이 바람직하다.
- [0047] 냄비와 같은 조리용기에 물을 넣고, 분쇄된 발아찰현미를 포함하는 결과물을 상기 조리용기에 넣어 약한 불에서 끓여준다. 이때, 상기 조리용기에 투입되는 물의 양은 발아찰현미 90g에 대하여 800~1300ml 정도인 것이 바람직하다.
- [0048] 상기 발아찰현미가 끓어 익으면, 상기 조리용기에 다져진 양배추, 애호박, 새송이버섯 및 피칸을 넣고 30초~5분 동안 끓여주고, 마지막으로 들깨가루를 넣어 10초~5분 동안 끓여주어 죽 조성물을 얻는다.
- [0049] 상기 죽 조성물의 제조방법은, 상기 피칸 100중량부에 대하여 아스파라거스 5~150중량부를 준비하는 단계를 더 포함하며, 상기 아스파라거스를 십자 모양으로 자른 뒤 0.1~5mm의 크기로 다지고, 상기 발아찰현미가 끓어 익으면 상기 발아찰현미가 끓고 있는 상기 조리용기에 넣는 단계를 더 포함할 수 있다.
- [0050] 또한, 상기 죽 조성물의 제조방법은, 상기 피칸 100중량부에 대하여 콜리플라워 5~150중량부를 준비하는 단계를 더 포함하며, 상기 콜리플라워를 끓는 물에 데친 뒤 0.1~5mm의 크기로 다지고, 상기 발아찰현미가 끓어 익으면 상기 발아찰현미가 끓고 있는 상기 조리용기에 넣는 단계를 더 포함할 수 있다.
- [0051] 또한, 상기 죽 조성물의 제조방법은, 상기 피칸 100중량부에 대하여 캐슈넛 5~120중량부를 준비하는 단계를 더 포함하며, 상기 캐슈넛을 0.1~5mm의 크기로 다지고, 상기 발아찰현미가 끓어 익으면 상기 발아찰현미가 끓고 있는 상기 조리용기에 넣는 단계를 더 포함할 수 있다.
- [0052] 이렇게 제조된 죽 조성물은 고소한 풍미를 주며, 새송이버섯, 양배추 및 애호박으로 부드러운 식감을 주며, 또한 피칸을 잘게 부수어 넣어 씹음으로서 고소한 맛을 더욱 증강시켜 줄 수 있다.
- [0053] 본 발명의 바람직한 제2 실시예에 따른 피칸을 함유하는 죽 조성물은, 0.1~5mm의 크기로 다져진 피칸, 상기 피칸 100중량부에 대하여 분쇄된 발아찰현미 200~450중량부, 상기 피칸 100중량부에 대하여 흑임자가루 150~350중량부, 상기 피칸 100중량부에 대하여 0.1~5mm의 크기로 다져진 황금송이버섯 200~500중량부, 상기 피칸 100중량부에 대하여 0.1~5mm의 크기로 다져진 브로콜리 200~450중량부 및 상기 피칸 100중량부에 대하여 0.1~5mm의 크기로 다져진 대추 10~200중량부를 포함한다.
- [0054] 피칸에 함유된 프로안토시니딘은 플라보노이드 계열의 플라보놀 배당체로서 Bc1-2의 발현을 억제하고 동시에 카스파제-3를 활성화한다.
- [0055] 발아찰현미는 백미에 비해 두 배에 달하는 풍부한 식이섬유가 들어 있다. 또한, 발아찰현미에 감마오리자놀이 함유되어 있고, 씨눈에 피트산이 포함되어 있으며, 발아찰현미에 베타시스테롤도 함유되어 있다. 현미를 발아시키게 되면 쌀겨로부터 다양한 물질들이 배출되는데, 이때 아라비녹시란도 함께 분비된다. 발아찰현미에 나이아신도 함유되어 있다. 발아찰현미는 외피가 딱딱하여 소화해 힘들기 때문에 입안에서 의식적으로 많이(예컨대, 20번 이상) 씹게 되어 충분한 소화 효소를 분비시키게 하는 역할도 한다.
- [0056] 흑임자는 비타민E의 함량이 높으며, 흑임자에 안토시아닌 성분도 함유되어 있다.
- [0057] 황금송이버섯(맛버섯)은 국내에서 일부 재배되고 있다. 황금송이버섯에 함유된 무틴이라는 점액성분은 수용성 식이섬유이다.
- [0058] 브로콜리는 송이가 단단하면서 가운데가 볼록하게 솟아올라 있으며, 줄기를 잘라낸 단면이 싱싱한 것을 고르는

것이 바람직하며, 물에 넣고 끓이면 엽산이 파괴될 수 있으므로 살짝 데쳐서 먹는 것이 바람직하다. 하지만 브로콜리의 비타민C는 가열하더라도 다른 채소에 비해 크게 손실되지는 않는다. 브로콜리는 조리하기 전에 소금물에 30분 정도 담궈서 꽃눈속의 먼지를 제거하는 것이 바람직하고, 줄기의 영양가가 송이보다 높으므로 버리지 않는 것이 바람직하며, 줄기는 익는 속도가 다르므로 먼저 익히는 것이 바람직하다. 브로콜리는 비타민C와 베타카로틴이 풍부하며, 그밖에 비타민E, 루테인, 셀레늄, 제아잔틴, 식이섬유 등이 풍부하다. 브로콜리는 콜리플라워에 비해 단백질(글루타민산, 트립토판, 라이신)과 무기질(구리, 아연), 비타민C, B2의 함량이 월등히 높다. 브로콜리 속에 셀레늄이 풍부하게 들어 있다. 브로콜리에 함유된 아이소시오사이어네이트라고하는 긴 이름을 가진 물질은 글루코시놀레이트에 의해 활동성을 가지게 되는 데, 이러한 아이소시오사이어네이트의 여러 종류 중에서 글루코시놀레이트와 강하게 반응하는 대표적인 것이 설포라판이다. 설포라판은 성숙한 브로콜리보다는 막 자라기 시작하는 브로콜리에서 100배 이상이 존재한다.

[0059] 신선한 대추에는 당분이 20~36% 정도 함유되어 있고, 건조된 대추에는 당분이 약 60~80% 함유되어 있다. 대추에 함유된 비타민C는 사과나 복숭아의 백배 정도나 되며, 대추에는 지지핀산(Zizyphic acid), 비타민B군, 카로틴, 갈슘, 철, 인 등의 영양분이 천연의 비타민제라고 할 정도로 많이 함유되어 있다. 대추나무잎에서는 루틴이 1.6% 정도 추출된다. 과피에는 타닌(Tannin)이 함유되어 있다. 대추에 여러 성분(다양한 비타민류, 식이섬유, 사포닌, 베타카로틴, 플라보노이드, 미네랄 등)들이 함유되어 있다.

[0060] 상기 죽 조성물은 상기 피칸 100중량부에 대하여 아스파라거스 5~150중량부를 더 포함할 수 있다. 아스파라거스에 함유된 글루타치온은 아미노산 합성물의 일종이다. 또한 아스파라거스에 엽산이 함유되어 있다. 아스파라거스의 윗부분에는 사포닌 성분이 함유되어 있다.

[0061] 또한, 상기 죽 조성물은 상기 피칸 100중량부에 대하여 콜리플라워 5~150중량부를 더 포함할 수 있다. 콜리플라워는 베타카로틴, 비타민C, 인돌, 설포라판, 클로로필, 유황 화합물 등 피토케미컬이 풍부하다. 특히, 콜리플라워에 설포라판이라는 성분이 함유되어 있다. 콜리플라워는 단맛이 나서 채소의 쓴맛을 싫어하는 아이에게 권할 만하다. 콜리플라워를 살 때는 덩어리가 단단하고 흰 것을 고르는 것이 바람직하며, 흰 것이 햇볕을 받으면 유백색으로 변하며, 어느 한 부위라도 갈색·회백색으로 변했거나 반점이 있다면 신선하지 않다는 증거다. 콜리플라워에 함유된 비타민C, 비타민B군 등 소중한 영양소를 잃지 않으려면 조리 시간을 최대한 단축하고 물 사용을 줄이는 것이 바람직하다. 콜리플라워의 가열 시간이 길어지면 비타민C가 파괴되고, 물을 많이 넣고 조리하면 수용성인 비타민B군이 채소 밖으로 빠져 나가기 때문이다. 콜리플라워를 찌 때는 5분 이내, 끓인 물에 담글 때는 최대한 빨리 꺼내는 것이 바람직하다. 콜리플라워를 너무 오래 끓이면 흐느적거리므로 마지막에 넣는 것이 좋다. 콜리플라워를 가열하거나 조리를 할 때 이상한 냄새가 나기도 하지만 걱정할 필요는 없다. 콜리플라워의 피토케미컬에 든 유황 냄새이기 때문이다. 일부 피토케미컬은 주방기구의 철과 반응해 콜리플라워의 색깔을 갈색으로 바꿔놓기도 한다. 하지만 물에 넣고 레몬주스 몇 방울을 떨어뜨리면 막을 수 있다. 콜리플라워를 볶을 때는 끓는 물에 먼저 살짝 데친 뒤에 볶는 것이 바람직하다. 콜리플라워의 가열 시간이 줄어들어 영양소가 덜 파괴되고 아삭거리는 맛도 낼 수 있다. 콜리플라워에 잔류하는 농약 등이 우려된다면 깨끗한 흐르는 물에 3~5번 씻은 후 소금물에 잠시 담가 두었다가 물로 다시 한번 헹구는 것이 바람직하다. 콜리플라워를 사용해 요리된 것은 냉장고에 넣으면 식감이 떨어지므로 한번 만들어 다 먹는 것이 좋다.

[0062] 또한, 상기 죽 조성물은 상기 피칸 100중량부에 대하여 캐슈넛 5~120중량부를 더 포함할 수 있다. 캐슈넛에는 비타민K, 리놀레산, 판토텐산, 셀레늄, 구리, 마그네슘이 함유되어 있다. 캐슈넛은 콜레스테롤이 없고, 불포화 지방산 함유량이 높으며, 비타민, 식물성 단백질이 많다. 캐슈넛에 리놀레산과 셀레늄이 함유되어 있다.

[0063] 이하에서 본 발명의 바람직한 제2 실시예에 따른 피칸을 함유하는 죽 조성물의 제조방법을 설명한다.

[0064] 피칸, 상기 피칸 100중량부에 대하여 발아찰현미 200~450중량부, 상기 피칸 100중량부에 대하여 흑임자가루 150~350중량부, 상기 피칸 100중량부에 대하여 황금송이버섯 200~500중량부, 상기 피칸 100중량부에 대하여 브로콜리 200~450중량부 및 상기 피칸 100중량부에 대하여 대추 10~200중량부를 준비한다.

[0065] 상기 발아찰현미를 소정 시간(예컨대, 3~18시간 정도) 동안 물에 불린다.

[0066] 죽 조성물에 함유되는 피칸, 황금송이버섯, 브로콜리 및 대추를 손질한다. 상기 손질은 다음과 같이 이루어질 수 있다.

[0067] 상기 피칸을 소정 크기(예컨대, 0.1~5mm)로 잘게 다진다.

[0068] 상기 황금송이버섯을 끓는 물에 데친 뒤, 소정 크기(예컨대, 0.1~5mm)로 잘게 다진다.

- [0069] 상기 브로콜리를 끓는 물에 데친 뒤, 소정 크기(예컨대, 0.1~5mm)로 잘게 다진다.
- [0070] 상기 대추를 소정 크기(예컨대, 0.1~5mm)로 잘게 다진다.
- [0071] 물에 불린 발아찰현미를 물과 함께 믹서기에 투입하고, 상기 믹서기에서 알갱이가 보이지 않을 정도로 분쇄한다. 이때, 상기 믹서기에 투입되는 물의 양은 발아찰현미 80g에 대하여 60~120ml 정도인 것이 바람직하다.
- [0072] 냄비와 같은 조리용기에 물을 넣고, 분쇄된 발아찰현미를 포함하는 결과물을 상기 조리용기에 넣어 약한 불에서 끓여준다. 이때, 상기 조리용기에 투입되는 물의 양은 발아찰현미 80g에 대하여 800~1300ml 정도인 것이 바람직하다.
- [0073] 상기 발아찰현미가 끓어 익으면, 상기 조리용기에 다져진 브로콜리, 황금송이버섯, 피칸 및 대추를 넣고 30초~5분 동안 끓여주고, 마지막으로 흑임자가루를 넣어 10초~5분 동안 끓여주어 죽 조성물을 얻는다.
- [0074] 상기 죽 조성물의 제조방법은, 상기 피칸 100중량부에 대하여 아스파라거스 5~150중량부를 준비하는 단계를 더 포함하며, 상기 아스파라거스를 십자 모양으로 자른 뒤 0.1~5mm의 크기로 다지고, 상기 발아찰현미가 끓어 익으면 상기 발아찰현미가 끓고 있는 상기 조리용기에 넣는 단계를 더 포함할 수 있다.
- [0075] 또한, 상기 죽 조성물의 제조방법은, 상기 피칸 100중량부에 대하여 콜리플라워 5~150중량부를 준비하는 단계를 더 포함하며, 상기 콜리플라워를 끓는 물에 데친 뒤 0.1~5mm의 크기로 다지고, 상기 발아찰현미가 끓어 익으면 상기 발아찰현미가 끓고 있는 상기 조리용기에 넣는 단계를 더 포함할 수 있다.
- [0076] 또한, 상기 죽 조성물의 제조방법은, 상기 피칸 100중량부에 대하여 캐슈넛 5~120중량부를 준비하는 단계를 더 포함하며, 상기 캐슈넛을 0.1~5mm의 크기로 다지고, 상기 발아찰현미가 끓어 익으면 상기 발아찰현미가 끓고 있는 상기 조리용기에 넣는 단계를 더 포함할 수 있다.
- [0077] 이렇게 제조된 죽 조성물은 블랙푸드의 선두주자로 각광받고 있는 흑임자를 함유하여 고소한 맛을 제공할 수 있으며, 황금송이버섯과 브로콜리를 함유하여 식감을 높일 수 있고, 대추와 피칸으로 흑임자의 고소한 맛을 더욱 증강시켜 준다.
- [0078] 이하에서, 본 발명에 따른 실시예들을 구체적으로 제시하며, 다음에 제시하는 실시예들에 본 발명이 한정되는 것은 아니다.
- [0079] <실시예 1>
- [0080] 피칸 30g, 발아찰현미 90g, 들깨가루 80g, 새송이버섯 80g, 양배추 150g 및 애호박 100g을 준비하였다.
- [0081] 상기 발아찰현미를 6시간 동안 물에 불렸다.
- [0082] 죽 조성물에 함유되는 피칸, 새송이버섯, 양배추 및 애호박을 손질하였다. 상기 손질은 다음과 같이 이루어졌다.
- [0083] 상기 피칸을 약 2mm의 크기로 잘게 다졌다.
- [0084] 상기 새송이버섯을 끓는 물에 데친 뒤, 약 2mm의 크기로 잘게 다졌다.
- [0085] 상기 양배추를 끓는 물에 데친 뒤, 약 2mm의 크기로 잘게 다졌다.
- [0086] 상기 애호박을 약 2mm의 크기로 잘게 다졌다.
- [0087] 물에 불린 발아찰현미를 물과 함께 믹서기에 투입하고, 상기 믹서기에서 알갱이가 보이지 않을 정도로 분쇄하였다. 이때, 상기 믹서기에 투입되는 물의 양은 발아찰현미 90g에 대하여 100ml 정도 였다.
- [0088] 냄비에 물을 넣고, 분쇄된 발아찰현미를 포함하는 결과물을 상기 냄비에 넣어 약한 불에서 끓여주었다. 이때, 상기 냄비에 투입되는 물의 양은 발아찰현미 90g에 대하여 1100ml 정도 였다.
- [0089] 상기 발아찰현미가 끓어 익으면, 상기 냄비에 다져진 양배추, 애호박, 새송이버섯 및 피칸을 넣고 약 10분 동안 끓여주고, 마지막으로 들깨가루를 넣어 약 2분 동안 끓여주어 죽 조성물을 얻었다.

- [0090] 도 1은 이렇게 제조된 죽 조성물을 보여주는 사진이다.
- [0091] <실시예 2>
- [0092] 피칸 30g, 발아찰현미 80g, 흑임자가루 80g, 황금송이버섯 100g, 브로콜리 80g 및 대추 4개를 준비하였다.
- [0093] 상기 발아찰현미를 물에 불렸다.
- [0094] 죽 조성물에 함유되는 피칸, 황금송이버섯, 브로콜리 및 대추를 손질하였다. 상기 손질은 다음과 같이 이루어졌다.
- [0095] 상기 피칸을 약 2mm의 크기로 잘게 다졌다.
- [0096] 상기 황금송이버섯을 끓는 물에 데친 뒤, 약 2mm의 크기로 잘게 다졌다.
- [0097] 상기 브로콜리를 끓는 물에 데친 뒤, 약 2mm의 크기로 잘게 다졌다.
- [0098] 상기 대추를 약 2mm의 크기로 잘게 다졌다.
- [0099] 물에 불린 발아찰현미를 물과 함께 믹서기에 투입하고, 상기 믹서기에서 알갱이가 보이지 않을 정도로 분쇄하였다. 이때, 상기 믹서기에 투입되는 물의 양은 발아찰현미 80g에 대하여 100ml 정도 였다.
- [0100] 냄비에 물을 넣고, 분쇄된 발아찰현미를 포함하는 결과물을 상기 냄비에 넣어 약한 불에서 끓여주었다. 이때, 상기 냄비에 투입되는 물의 양은 발아찰현미 80g에 대하여 900ml 정도 였다.
- [0101] 상기 발아찰현미가 끓어 익으면, 상기 냄비에 다져진 브로콜리, 황금송이버섯, 피칸 및 대추를 넣고 약 10분 동안 끓여주고, 마지막으로 흑임자가루를 넣어 약 2분 동안 끓여주어 죽 조성물을 얻었다.
- [0102] 도 2는 이렇게 제조된 죽 조성물을 보여주는 사진이다.
- [0103] 이상, 본 발명의 바람직한 실시예를 들어 상세하게 설명하였으나, 본 발명은 상기 실시예에 한정되는 것은 아니며, 본 발명의 기술적 사상의 범위 내에서 당 분야에서 통상의 지식을 가진 자에 의하여 여러 가지 변형이 가능하다.

도면

도면1



도면2

