

# Muan Web Contents

2022년 05월 17일 23시 58분



# 목차

목차	2
황토마늘	3
황토마늘	3
마늘효능?	3
마늘을 이용한 레시피	3
마늘장아찌	3
마늘피클	3
마늘고추장절임	4
구입처	4



## 황토마늘

- 해안선을 끼고 있어 겨울철은 온난하여 생육이 좋고, 구비대기에는 서늘하여 구가 충실하게 비대하여 마늘 고유성분이 다른 지역보다 많음
- 땅이 우수한 황토로 이루어져 있어 황토의 여러 가지 성분이 마늘 생육과 구비대에 영향을 주어 품질이 좋음
- 땅에 게르마늄 성분이 많아 항산화작용으로 인하여 각종 성인병에 방에 효과가 있음

## 마늘효능?

- 스테미너 증강과 정력강화(위화아릴 성분)
- 위장 및 간기능 향상(알리신 성분)
- 콜레스테롤 분해(알리신 성분)
- 갱년기 장애 예방(성호르몬 분기기관 자극)
- 피부노화 방지와 비만예방(몸의 노폐물 배설도움)
- 항암효과(알리신성분 - 장암/췌장암, 아릴셀파이드성분)

## 마늘을 이용한 레시피



### 마늘장아찌

재료 : 갠마늘 300g, 간장3큰술, 설탕 1/2큰술, 소금3작은술

#### 이렇게 만들어 보세요

- 마늘을 씻어 물기를 제거한다.
- 소주를 스프레이로 뿌린 후 다시 물기를 제거한다.
- 끓여서 식힌 물과 식초, 설탕을 1:1:0.8의 비율로 섞은 찻물을 준 비린 마늘에 붓는다.
- 10일후 찻물의 1/3을 덜어 내고 1/3만큼 간장을 붓는다.
- 2~3주간 숙성후 냉장보관한다.

### 마늘피클

재료 : 마늘300g, 물200g, 식초100g, 설탕 150g, 소금 15g, 피클링 스파이스 2.3g

#### 이렇게 만들어 보세요

- 마늘을 깨끗하게 간 후 씻어 물기를 제거한다.
- 냄비에 물, 식초, 설탕, 소금, 피클링 스파이스를 넣고 끓인 뒤 식힌다.
- 마늘에 부어준다.





## 마늘고추장절임

재료 : 마늘피클, 양념장(고추장 45g, 고춧가루 15g, 소금 5g, 깨 3g, 청양고추 4개)

### 이렇게 만들어 보세요

- 마늘 피클을 건져 불기를 빼준다.
- 양념장에 잘 버무려 용기에 담는다.

## 구입처

구입처	연락처	비고
서남부채소농협	061-453-1982	
몽탄농협	061-452-3601	
서해영농조합	061-452-6086	깐마늘
현경유통영농조합	061-453-5398	깐마늘
(유)전일농산	061-282-0367	깐마늘
영흥농산	061-452-1144	깐마늘
등대유기영농조합	061-453-6289	친환경

MUAN

# Web Contents

 무안군