

Muan Web Contents

2021년 09월 26일 03시 47분



목차

목차	2
황토·자색고구마	3
황토고구마	3
구입처	3
자색고구마	3
자색고구마 효능?	3
구입처	3
고구마를 이용한 레시피	4
고구마범벅	4
구입처	4



황토고구마

고혈압, 암, 당뇨병 등 성인병이 급증하여 1980년대 중반부터 자연 건강학자들이 고구마 감자, 채소 등을 자연건강보조식품으로 지정. 게르마늄황토와 해풍이 고구마 생육에 이로운 환경을 갖추고 있어 당도가 매우 높고 색깔이 고우며 견고하여 저장성 매우 뛰어난 친환경 농산물이다.

판매시기 : 9월부터 이듬해 3월까지

구입처

구입처	연락처	비고
고구마클러스터사업단	061-454-7445	
행복한고구마	061-453-1835	친환경
무안황토고구마나라	061-454-1087	
해야영농조합법인	061-454-8156	
새봄이네고구마	061-452-7446	
등대유기영농조합	061-453-6289	친환경



자색고구마

- 안토시아닌색소 함유량이 일반 고구마에 비해 월등히 높으며, 생식이나 식품가공의 천연원료로 쓰임(찐 고구마로는 단맛을 감추게 하는 특유의 맛과 냄새가 있어 부적합)
- 안토시아닌색소는 수용성으로 추출이 용이하여 추출한 색소나 건조분말, 찐 고구마 등을 다른 재료와 혼합하여 양갱, 국수, 과자류, 음료 등 색깔 있는 음식을 만들 수 있음
- 녹즙, 샐러드 등 자연건강식품으로도 다양하게 이용 할 수 있음

자색고구마 효능?

- 변비 및 숙변제거 효능, 혈당조절 기능
- 간 기능 향상과 지방간 개선, 순환기 개선 능력
- 아토피 등 피부염 완화 등

구입처

구입처	연락처	비고
한아름영농조합법인	061-452-4491	
행복한고구마	061-453-1835	친환경

고구마를 이용한 레시피



고구마범벅

재료 : 말린고구마 200g, 팥 200g, 밀가루1컵, 소금약간, 설탕약간

이렇게 만들어 보세요

- 고구마를 잘라 건조기에 말린 다음 다시 물에 10분정도 불린다.
- 팥은 무르게 삶는다.
- 밀가루에 물을 뿌리면서 버물버물 덩어리지게 만든다.
- 삶은 팥에 불린 고구마를 넣고 몽근하게 끓인다.
- 팥과 고구마가 어우러지면 밀가루를 넣고 소금과 설탕으로 맛을 낸다.

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