



10. 냉동육보다는 냉장육이 더 맛있는 이유는?

육류를 냉동하게 되면 단백질의 변성이 일어나고 조직을 구성하는 세포에 기능적인 손상이 생기기 때문에 냉동되었던 육류를 해동하면 근육조직으로부터 액체가 분리되어 나오게 되는데 이를 육즙(drip)이라고 합니다.

이러한 육즙의 발생은 고기의 중량을 감소시키는 결과를 가져올 뿐만 아니라 단백질, 비타민, 무기물 등의 영양 성분이 육즙과 함께 분리되어 나오기 때문에 영양적 손실도 크게 만듭니다.

고기를 씹을 때 적당히 배어 나오는 수분은 미각을 자극하고 식욕을 돋우는 역할을 하는데, 얼렸다가 녹인 고기는 육즙이 빠져나가기 때문에 고기에 함유된 수분이 줄어들어 씹을 때 딱딱한 느낌을 주게 되고, 냉장 상태에서의 숙성 또한 이루어지지 않아 조리할 경우 질겨질 가능성이 높습니다.



〈 냉동 삼겹살 〉



〈 냉장 삼겹살 〉