

# 주간 알뜰 장보기 물가정보



## 제철농산물 이용한 전통음식 이야기

자료 : 농촌진흥청

### 닭가슴살 양배추찜

- ▶ 재료
- [주재료] 양배추(10~15장), 파프리카(1/2개), 닭가슴살(3쪽)
  - [부재료] 간장(2 1/2T), 맛술(1 1/2T), 후춧가루(약간), 땅콩소스(약간)
- ▶ 이달의 제철먹거리 '양배추'
- 효능 : 위벽보호, 감기예방 및 피로회복
  - 구입요령 : 겉결구가 단단하고, 속대가 없는 것

### 조리 방법

1. 양배추는 씻어서 날장으로 떼고, 파프리카는 채 썬다.
2. 닭가슴살은 다진 뒤 밀간한다.
3. 김이 오른 찜기에 양배추를 5분간 찜다.
4. 양배추에 밀간한 닭가슴살과 파프리카를 올려 돌돌 만든다.
5. 김이 오른 찜기에 20~25분간 중간 불로 찜다.
6. 그릇에 담아 땅콩소스를 곁들인다.

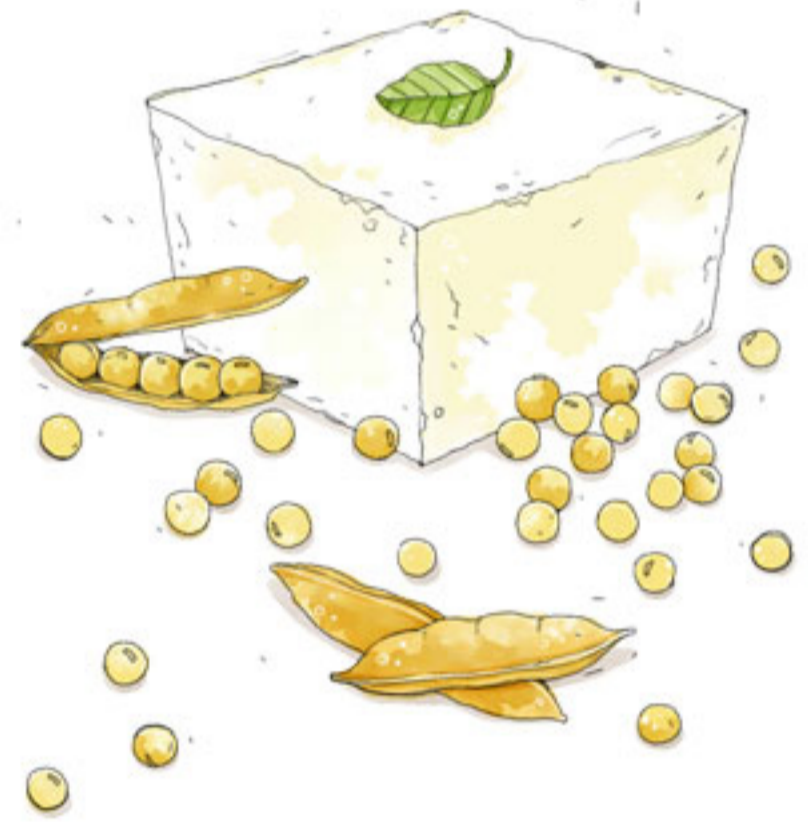


## 농축수산물 안전성 & 수급대책

자료 : 농림축산식품부

### ◆ 콩 · 두류부 등 원산지 특별단속으로 50개소 적발

- ▶ 콩 부정유통 근절을 위한 원산지 특별단속(2.20~3.8, 17일간)
- ◎ 단속 대상 업체
    - 외국산 콩 취급업체 및 두부류, 콩나물 등 가공 · 유통업체
    - 콩 요리 전문 음식점(지역 콩(두부)요리 밀집지역 등)
  - ◎ 단속결과 : 50개소 적발 [거짓표시 21, 미표시 29(과태료 765만원)]
    - 음식점 39개소, 가공업체 7개소, 유통업체 4개소
- \* 17.1.1.부터 음식점에서 콩(두부류, 콩비지, 콩국수) 원산지 표시 의무시행



## 이주의 정보 TIP

자료 : 홈페이지 주소/K-MOOC(kmooc.kr), KOCW(kocw.net)

### ◆ 다양한 분야의 무료 온라인 강좌 사이트 K-MOOC, KOCW

#### ■ K-MOOC 란?

- ◎ 교육부 산하 국가평생교육진흥원이 운영하는 무료 교육 사이트로, 국내 우수대학(서울대, KAIST 등) 20여 곳의 745개 강의를 제공
- 강의 분야는 인문, 사회, 교육, 공학 등 다양하며, 학점은행제 과정도 개설되어 있음
- \* 2020년부터 일부 유료 강의를 시범 운영할 예정

#### ■ KOCW 란?

- ◎ 교육부 산하 한국교육학술정보원(KERIS)이 운영하는 무료 교육 사이트로, 국내·외 대학 및 기관에서 자발적으로 공개한 강의 동영상, 강의자료 제공
- 제공 강좌수 : 대학 강의 15,104개, 기관 강의 2,368개

