

주간 알뜰 장보기 물가정보



이번주 동향 (3.29~4.4)

 <p>돼지앞다리살(100g) ↑ 8.2% 상승</p> <p>이번주 : 1,100 지난주 : 1,017</p> <p>중국 등 국외에서 아프리카돼지열병 발병하여, 국내산 돼지고기 수요가 늘어 가격 오름세</p>	 <p>방울토마토(1kg) ↑ 4.4% 상승</p> <p>이번주 : 8,070 지난주 : 7,728</p> <p>주산지(담양, 보성, 부여) 큰 일교차에 따른 생육 부진으로 출하물량 감소하며 가격 오름세</p>	 <p>오이/다다기(10개) ↓ 12.9% 하락</p> <p>이번주 : 7,266 지난주 : 8,345</p> <p>기온상승으로 부진했던 생육이 호전되며, 출하물량이 늘어나 가격 내림세</p>	 <p>풋고추(100g) ↓ 8.5% 하락</p> <p>이번주 : 1,081 지난주 : 1,182</p> <p>따뜻한 날씨로 주산지(진주, 밀양) 작황이 양호하여, 출하물량이 늘어나 가격 내림세</p>
---	---	---	---

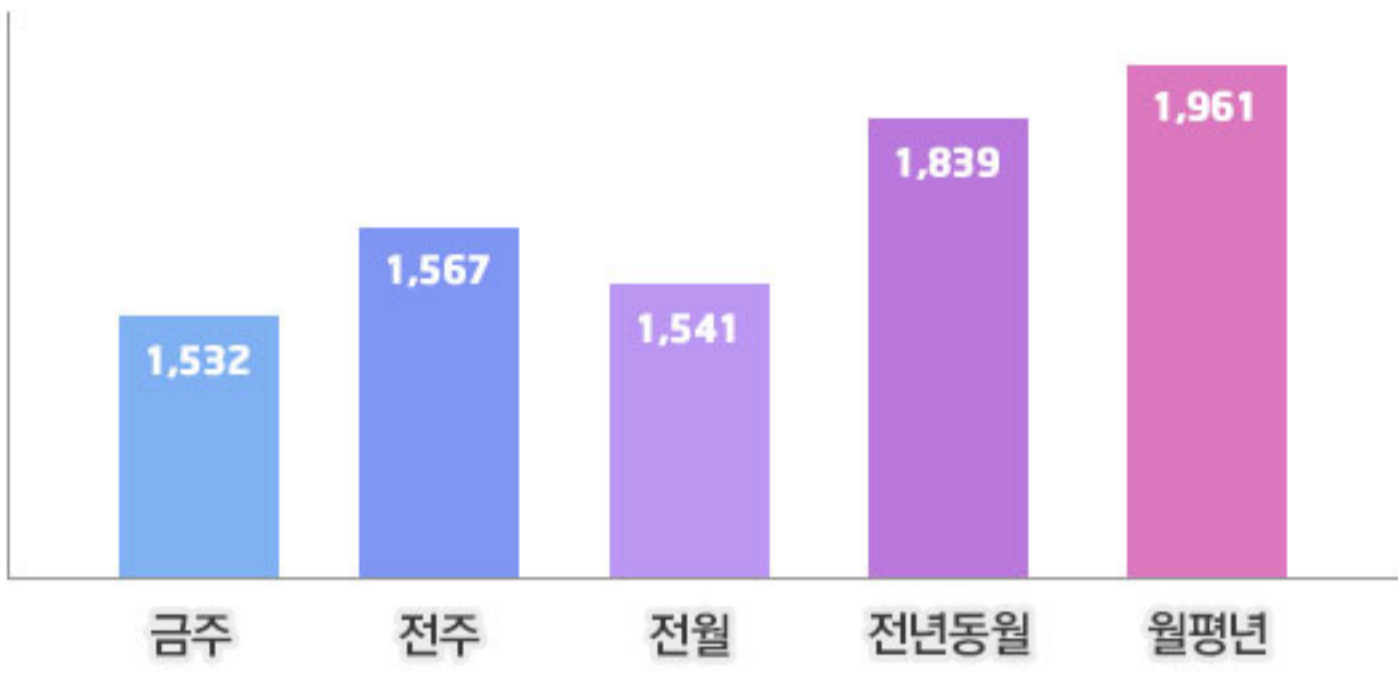
다음주 전망 (4.5 ~ 4.11)



주간 알뜰 장보기 물가정보



이슈 품목 동향 양파(1kg)



전주대비
2.2%

✓ 산지동향

'19년 조생종 양파 생산량이 평년보다 많을 것으로 예상되어 211ha(전남 167, 제주44)를 대상으로 시장격리 시행

* 자료 : 농업관측 월보(3월)

✓ 가격동향

금주 소매가격은 평년 대비 22% 하락한 1,532원/KG으로 지난해보다는 KG당 35원 하락함

✓ 전망

정부의 시장격리 노력으로 출하량이 조절되어 가격 보합세 전망

주요 농수축산물 소매가격

(단위: 원, 상품)

품목	단위	지난주(3.22~3.28)	이번주(3.29~4.4)	등락률(%)	품목	단위	지난주(3.22~3.28)	이번주(3.29~4.4)	등락률(%)
쌀	20kg	53,054	52,995	↓ -0.1	대파	1kg	2,090	1,959	↓ -6.3
감자/전체	100g	442	465	↑ 5.2	깎마늘	1kg	9,620	9,681	↑ 0.6
고구마	1kg	5,152	5,198	↑ 0.9	사과/후지	10개	24,767	24,789	↑ 0.1
당근	1kg	2,689	2,795	↑ 3.9	배/신고	10개	38,810	39,027	↑ 0.6
양배추	1포기	2,539	2,470	↓ -2.7	바나나	100g	290	288	↓ -0.7
배추	1포기	2,203	2,206	↑ 0.1	멜론	1개	11,644	11,961	↑ 2.7
적상추	100g	694	696	↑ 0.3	수박	1개	20,729	21,566	↑ 4.0
미나리	1kg	7,575	7,353	↓ -2.9	토마토	1kg	4,997	5,202	↑ 4.1
깻잎	100g	1,629	1,606	↓ -1.4	한우등심	100g	7,915	7,861	↓ -0.7
시금치	1kg	4,234	4,094	↓ -3.3	삼겹살	100g	1,731	1,752	↑ 1.2
청피망	100g	1,293	1,264	↓ -2.2	닭고기	1kg	5,287	5,284	↓ -0.1
다다기오이	10개	8,345	7,266	↓ -12.9	계란	30개	4,903	5,058	↑ 3.2
애호박	1개	1,291	1,189	↓ -7.9	고등어/생선	1마리	2,505	2,521	↑ 0.6
무	1개	1,274	1,329	↑ 4.3	갈치/생선	1마리	-	-	-
풋고추	100g	1,182	1,081	↓ -8.5	건멸치	100g	2,567	2,612	↑ 1.8
양파	1kg	1,567	1,532	↓ -2.2	명태/냉동	1마리	2,572	2,545	↓ -1.0

* 자료 : 한국농수산물유통공사 전국평균 소매가격

* 품목별 · 지역별 상세한 가격은 www.kamis.or.kr 에서 볼 수 있습니다.

주간 알뜰 장보기 물가정보



발행 aT유통정보부 문의 061-931-1087 담당 서용희

발행일 2019. 4. 5

중 · 대형유통업체 할인행사 정보

(단위 : 원)

구분	이마트			롯데마트			홈플러스		
	품명	규격	행사가	품명	규격	행사가	품명	규격	행사가
농산	HOT GAP 팽이버섯	1봉	1,980	HOT 간대파	200g	990	HOT 애호박	2개	1,990
	철원오대쌀	10kg	28,900	GAP 추부갯잎	1봉	880	간마늘	100g	1,500
	얼갈이	1단	1,980	파프리카	1개	990	햇브로콜리	2개	2,990
	백오이	3개	1,680	친환경 딸기	500g	4,900	아스파라거스	1봉	3,990
	토마토	6~8개	5,980	사과	4~6개	7,900	성주 참외	1.5kg	10,990
	산딸기	250g	8,900	바나나	800g	2,500	방울토마토	1.2kg	8,990
	제주 키위	6~12개	9,980	망고/태국	1개	2,900	제주 진지향	1.5kg	10,990
축산	HOT 황성 한우사골	1.5kg	24,000	HOT 한우 등심/1등급	100g	9,200	HOT 돼지목심	100g	1,490
	한우 불고기/1등급	100g	5,000	삼겹살/냉장	100g	1,490	한우 사태/1등급	100g	2,890
	닭가슴살/냉동	1kg	6,280	닭볶음탕	1kg	7,500	치마살/미국	100g	3,690
수산	HOT 두절새우	300g	10,800	HOT 주꾸미/생물	100g	2,980	HOT 전복/대	3마리	9,990
	건오징어	4마리	16,800	고등어/노르웨이	2마리	4,900	오징어/해동	1마리	2,290
	국물용 멸치	1kg	9,990	볶음용 멸치	250g×2	9,900	손질굴비	850g	36,900
구분	이마트 에브리데이			롯데슈퍼			홈플러스 익스프레스		
	품명	규격	행사가	품명	규격	행사가	품명	규격	행사가
농산	HOT 성주 참외	5~9개	9,900	HOT 청양고추	250g	2,990	HOT 오렌지/미국	13~21개	9,990
	고구마	1.5kg	5,900	제주무	1개	1,000	쌀/일품미	20kg	59,900
	하우스 수박	4kg	15,800	단호박/뉴질랜드	1통	2,990	머쉬 마루버섯	2봉	3,990
	사과	4~7개	7,900	청상추	1봉	1,000	대저 토마토	2kg	9,990
	씨없는 청포도	1.2kg	9,900	파인애플	1통	4,890	망고/태국	1개	2,990
축산	HOT 삼겹살/냉장	800g	18,400	HOT 우삼겹/구이용	600g	9,900	HOT 한우 안심/국거리	100g	2,890
	국내산 찜갈비	1kg	9,800	돈앞다리/보쌈용	600g	7,140	한우 안심/국거리	100g	2,890
	닭/볶음탕용	1.2kg	7,900	와규 소불고기	1kg	19,900	양념 안창살/호주	1kg	16,990
수산	HOT 안동 간고등어	350g	4,900	HOT 분홍새우/대	1마리	349	HOT 삶은 문어	100g	2,990
	두절새우	300g	9,400	갈치/냉동	1마리	3,300	제주 광어회	1팩	19,900
	바지락	1kg	6,900	영광 참굴비	20미	19,900	-	-	-

※ 할인행사는 지역·점포별로 상품과 가격 및 기간이 다소 차이가 있을 수 있습니다.

방풍나물

제철 먹거리

- ▶ 좋은 상품은? 잎이 신선하고 줄기가 길지 않으며, 향기가 좋은 것
- ▶ 손질·저장 (손질) 흐르는 물에 깨끗이 씻고 굵은 줄기는 떼어냄 (저장) 비닐팩에 넣어서 냉장 보관함
- ▶ 요리방법은? · 잎과 줄기는 데쳐서 나물로 무치거나 볶아 먹음 · 각종 죽, 전, 튀김, 나물 등으로 먹고, 장아찌, 파스타, 피자 등에도 활용
- ▶ 가격&칼로리 1,980원/230g, 41kcal/100g
- ▶ 어디에 좋아요 황사 등 미세먼지와 중금속 배출을 돕고 해독작용을 함
- ▶ 특징은요 농가에서 재배하는 약용식물로, 바닷가 모래에서 잘 자라는 식물임



주간 알뜰 장보기 물가정보



(단위 : 원)

 전통시장이 싸요!				VS	대형마트가 싸요! 			
	전통시장(A)	대형마트(B)	차액(A-B)		대형마트(A)	전통시장(B)	차액(A-B)	
 건오징어(10마리)	46,173	70,510	-24,337	 쌀/일반계(20kg)	51,989	54,503	-2,514	
 새우젓(1kg)	16,800	24,064	-7,264	 오렌지/네이블(10개)	9,894	11,970	-2,076	
 배/신고(10개)	35,344	42,553	-7,209	 전복(5마리)	14,374	16,410	-2,036	
 미나리(1kg)	4,962	11,111	-6,149	 참외(10개)	21,388	23,226	-1,838	

※ 이번 주(3.29 ~ 4.4) 전국 평균 소매가격으로 지역·점포별로 가격이 다를 수 있습니다.

먹거리 알뜰 정보

자료 : 경북고향장터 사이소(cyso.co.kr)

◆ 경북고향장터 사이소, 참외 30% 할인 & 매주 수요일 농산물 할인(4월)

■ 경상북도청과 농민이 함께 참여하는 '경북 농·특산물 직거래 사이트, 사이소'

◎ 경북고향장터 사이소는 경상북도청에서 운영 지원하는 지자체 농산물 쇼핑몰 전자상거래 시스템으로 쇼핑몰과, 커뮤니티, 농촌체험관광 등으로 구성 - 특히, 쇼핑몰은 경북우수농산물과 친환경 농산물 및 각종 수상 경력과 인증서를 가지고 있는 농가들을 중심으로 열린장터로 구성

■ 참외, 4월 한달간 매일 30% 할인 & 매주 수요일 농·특산물 10~30% 할인

◎ 사이소는 4월 한달동안 매일 30%까지 할인하는 '제철과일 참외 할인행사' 와 매주 수요일 농·특산물 10% 할인하는 '수요특가전' 행사를 진행중임

◆ 이주의 소식

자료 : 농식품부

축제 명	실내장식 선도매장(한샘 잠실점)과 손잡고 화훼 전시·판매	축제 개요	소비가 많이 찾는 실내장식(인테리어) 선도매장(플래그숍)을 활용하여 화훼를 이용한 식물 실내장식(플랜테리어*, planteria) 전시 및 판매 * Planteria(Plant+interior) : 실내 곳곳에 식물·화분으로 포인트를 주는 실내장식
행사기간&장소	(기간) '19.3.29 ~ 6.30.(3개월) / (장소) 한샘 플래그숍 잠실점		
이벤트 소개	4.3 ~ 4.7 동안 '계절 꽃 또는 공기정화 식물 나눔 행사', 4.3과 4.10에는 입점 커피숍을 활용하여 '일일꽃꽂이 무료강좌'(flower one day class) 등 꽃 생활화 홍보 추진		

주간 알뜰 장보기 물가정보



제철농산물 이용한 전통음식 이야기

자료 : 농촌진흥청

돼지고기달래샐러드

- ▶ 재료
- [주재료] 달래(1/2줌=32g), 봄동(5장=45g), 돼지고기(볶음용 150g)
 - [부재료] 양파(1/4개), 맛술(1T), 간장(1T), 설탕(1/2t), 고춧가루(1t), 액젓(2T), 올리브유(3 1/2T), 참깨(1/4t)
- ▶ 이달의 제철먹거리 '달래'
- 효능 : 식욕부진, 춘곤증에 좋음
 - 구입요령 : 잎이 진하고, 뿌리는 매끄럽고 윤기가 있는 것

조리 방법

1. 건가지는 찬물에 담가 15분간 불린다.
2. 물기를 뺀 뒤 국간장을 넣어 무친다.
3. 튀김가루(2/3컵)에 찬물(3/4컵)을 섞어 튀김반죽을 만든다.
4. 불린 가지에 튀김가루(1/3컵)를 얇게 묻힌 뒤 튀김반죽을 묻힌다.
5. 팬에 식용유를 자작하게 둘러 중간 불로 달군 뒤 가지를 넣어 튀긴다.
6. 다른 팬에 강정소스를 넣어 끓여오르면 튀긴 가지를 넣어 버무린다.



돼지고기
달래샐러드

농축수산물 안전성 & 수급대책

자료 : 식품의약품안전처

◆ 식약처, 봄나물 5종에서 기준초과 농약 검출 · 폐기

- ▶ 봄나물 5종(미나리, 돌나물, 냉이, 방풍, 취나물)에서 잔류허용 기준초과 농약 검출
- ◎ 식약처는 지난 3월 5일부터 19일까지 15일간 도매시장, 마트 등에서 유통 · 판매되는 봄나물 334건과 도로변 등 야생 봄나물 122건을 수거하여 검사한 결과, 봄나물 7건에서 농약 잔류허용 기준보다 높게 검출되었다고 밝힘
 - 농약 검출 품목 : 미나리(3건), 돌나물, 냉이, 방풍, 취나물
 - ◎ 부적합 제품은 관할 행정기관에서 압류 · 폐기 조치하였으며, 해당 제품을 생산한 생산자에 대해서는 관계기관을 통해 생산지 안전관리를 실시할 예정



이주의 정보 TIP

자료 : '농촌여행, 웰촌'(www.welchon.com)

◆ 봄에 가볼만한 국내 농촌 여행지 6곳

- 전국 6개 권역에서 봄 체험을 할 수 있는 우수 농촌체험휴양마을을 지자체로부터 추천을 받아 농식품부가 최종 선정

지역	여행지	주요 프로그램	체험
경기권	노승산우무실마을	경기도 이천시 설성면 진상미로 867번길 34-8	숙개떡 만들기, 인절미 만들기, 전구화분 만들기, 도자기 체험
강원권	봉황마을	강원도 평창군 대화면 금당 계곡로 824	약선고추장 만들기, 핸드드립 커피 체험, 감자전 만들기
충청권	매화동병마을	충청남도 태안군 원북면 동해길 301-41	동병생태학습, 동병푸기, 삼색쌀찐빵 만들기, 짚풀 공예, 장뇌삼화분 만들기
전라권	왕인박사마을	전라남도 영암군 군서면 구림로 57-15	전통혼례 체험, 한지 공예, 예절인성교육, 인절미 만들기
경상권	하범곡마을	경상북도 경주시 양북면 하범길 199	전통 고추장 담그기, 두부 만들기
제주권	가시리마을	제주도 서귀포시 표선면 녹산로 381-15	승마체험, 말똥꾸기 만들기 체험