

농약 걱정 없는 소박한 가을 채식밥상

‘건강하게 오래 살기’에 국민들의 관심이 모아지고 있는 가운데 채식이나 과일 위주의 소박한 식단이 현대인의 밥상 트렌드이다. 안심하게 먹고 차릴 수 있는 날씬한 밥상, 정부의 안전한 잔류농약 관리과정을 알아보자.

글 김남선 경인청 유해물질분석팀



식품의약품안전처에서는 식품의 원재료 생산에서부터 유통 및 소비까지 전 과정에서 위해요소를 관리한다.



잔류농약이란?

농약은 식물이 건강하게 자랄 수 있도록 사용하는 약으로 병충해, 잡초 등의 발생을 막아 농작물 피해를 막아줄 수 있다.

잔류농약이란 농약을 수천 배 희석하여 사용한 후 농산물에 남아있는 미량의 농약이다. 농약을 사용할 경우, 농약성분은 잎·줄기·열매에 부착·흡수된 후 수분, 햇빛, 산소 등에 의한 자연분해 및 식물효소에 의한 대사분해로 분해·감소된다.

분해·감소 후에 농약성분 일부가 남아있다 하여도 껍질제거, 세척, 삶기, 데치기 등의 세척 및 조리과정에서 대부분이 제거 또는 분해된다. 만약 농약성분이 우리 몸에 유입된다 하더라도 잔류농약의 양은 극히 소량이며, 대부분 분해 또는 배설로 우리 몸에 축적되지 않는다.

잔류농약 안전관리 이상무

그렇다면 혹시나 남아있을 수도 있는 잔류농약 관리를 위하여 정부기관은 어떤 관리를 하고 있을까? 식품의약품안전처는 식품의 원재료 생산에서부터 유통 및 소비까지 전 과정에서 위해요소를 관리하는 선진화된 위생관리시스템을 운영하고 있다. 농림축산식품부(농촌진흥청)가 농약품목 등록 및 안전 사용기준을 정해주면 식품의약품안전처는 식품(농산물, 축산물 등) 농약의 잔류허용기준·시험방법 등의 설정고시 및 유통되는 국·내외 식품의 잔류농약 검사를 담당한다. 농약의 잔류허용기준이란 기준치만큼의 농약을 식품을 통해서 평생 동안 매일 먹어도 인체에 아무런 영향을 주지 않는 수준의 잔류량 설정수치이다.

식품의약품안전처 식품의약품안전평가원은 지

난해 국내 유통 농산물 17품목(358건)에 대하여 잔류농약 모니터링 분석결과 99.7%(357건)가 적합으로 안전한 수준이라고 밝힌바 있다. '99년~'09년 잔류농약 모니터링 결과 농산물의 부적합률은 2.2%로 미국, 일본과 같은 선진국보다 낮거나 비슷한 수준이다. 또한 농산물은 출하 전 경매단계에서 잔류농약 검사를 실시하여 기준을 초과한 농산물의 경우 현장 폐기되어 시중에 유통되는 것을 차단하고 있으니 안심하고 먹을 수 있다.

씻기만 해도 잔류농약 걱정 뚝!

그렇다면 채소와 과일은 어떻게 씻는 것이 좋을까? 실제 흐르는 물, 담근 물, 숯, 식초 및 소금

물로 세척한 결과 잔류농약 제거율은 약 80% 이상으로 크게 차이가 없는 것으로 조사되었으며, 오히려 식초나 소금물로 씻으면 영양소가 파괴될 수 있다. 사과, 딸기, 배추, 고추, 오이 등은 물에 1분 정도 담가두었다가 흐르는 물에 씻는 것이 가장 좋고 사과, 무의 경우 껍질에도 영양소가 풍부하기 때문에 버리지 말고 씻어 먹는 것이 좋다. 사과는 물에 씻거나 헹궈 등으로 잘 닦아서 비타민C가 많은 껍질과 함께 먹어도 좋다. 딸기는 잘 무르기 쉽고 잿빛 곰팡이가 끼는 경우가 많아 곰팡이 제거제를 뿌리게 되는데 꼭지 부분은 농약 잔류 가능성이 있으니 먹지 않고 남기는 것이 좋다. 배추는 겉잎에 농약이 잔류할 수 있으므로 2~3장은 떼어내고 세척하

고, 파는 뿌리보다 잎에 농약이 더 많이 잔류할 수 있으므로 시든 잎과 함께 외피 한 장 정도 떼어낸 후 세척하면 좋다. 고추는 끝 부분에 농약이 남아있다고 알려져 있으나 실제로는 그렇지 않으며, 오이는 스펀지를 이용하여 표면을 닦는 것이 효과적이다.

포도는 포도 알 사이까지 깨끗이 씻기 어려워 일일이 떼어 내서 씻는 경우가 많은데, 송이째 물에 1분 동안 담갔다 그 후 흐르는 물에 헹구는 것이 좋다. 잔털이나 주름이 많은 깻잎이나 상추의 경우 농약잔류 가능성이 있으므로 다른 야채보다 세심하게 씻을 필요가 있어 물에 5분 정도 담갔다 30초 정도 흐르는 물에 씻는다면 안심하고 먹을 수 있다.

식약처 근본적인 해결 나서

안전한 잔류농약 관리를 위해서는 먼저 식품 생산단계부터 농약 관리가 필수다. 이에 2013년 10월 1일부터 식품의약품안전처와 농촌진흥청이 손을 잡고 농약등록 신청과 동시에 부처간 협의를 통해 농약의 잔류허용기준을 설정하였다. 또한 현행보다 6개월 정도 등록기간을 단축시켜 국민의 안전과 직결되지 않은 농약 등록 구비서류와 업무절차 간소화를 통해 잔류농약에 대한 소비자의 불안함을 처음부터 불식시키고, 국민들의 먹을거리 안전관리를 강화시킬 수 있도록 최선을 다하고 있다.

잔류농약을 효과적으로 제거하려면 물에 충분히 담가두었다가 다시 한 번 흐르는 물에 씻는 것이 가장 좋다.



유통중인 농산물 잔류농약, 이상 무!

대형마트나 백화점 등에서 유통되는 국내 농산물의 잔류 농약 여부는 걱정하지 않아도 된다. 지난해 국내에서 유통된 농산물 17개 품목(358건)을 수거해 성장조정제, 살충제 등 농약 237종에 대한 잔류 여부를 검사한 결과, 들깨잎 한 건을 제외하고 모두 안전 적합 판정을 받았다. 주식인 쌀을 비롯해 잔류농약이 자주 검출되는 상추, 들깨잎, 사과 등을 대상으로 전국의 대형마트와 백화점에서 수거한 농산물이다. 식약처는 앞으로 성장조정제인 6-벤질아미노퓨린 등 3종과 국내 미등록 농약 50 종을 추가하여 총 280여종 농약에 대하여 잔류실태를 조사하고 위해성평가를 수행할 예정이다. 또한 그 결과를 국민들에게 신속하게 공개함으로써 안심하고 먹을 수 있는 농산물 유통에 최선을 다할 것이다.

