

## 농산물 안전하게 섭취하기

### 1 농약이란?

- 농작물을 해치는 균, 곤충, 잡초 등을 방제하기 위해 사용되는 살균제·살충제·제초제 등을 말함
- '식품의 잔류농약'은 병충해로부터 농작물을 지키기 위하여 사용한 농약이 농작물 또는 이를 원료로 사용한 식품 중에 남아있는 것을 말함

#### 농약이 없다면?

- ① **농산물** 생산성이 대폭 줄어들  
(과일류의 경우 생산량이 10배까지 차이나기도 함)
- ② 벌레가 먹거나, 병해충이 붙어있는 **농산물**이 유통될 수 있음

#### 농산물 안전관리

정부는 생산 단계 **농산물**과 소비자가 많이 찾는 유통 단계 **농산물**을 상시 수거하여 잔류농약 검사를 실시하여 안전하게 관리하고 있음

### 2 잔류 농약 적게 섭취하기!

- ① 음식을 조리하기 전이나 먹기 전에 물로 충분히 씻기
- ② **농산물**을 물로 씻을 때 물에 소금을 추가하여 2~3회 씻기
- ③ 채소의 가장 바깥 쪽 잎 제거 후 사용
- ④ 채소는 삶거나 데친 후 섭취 (데친 물 버리기)
- ⑤ 식초나 소금물에 절이기
- ⑥ 과일은 껍질을 벗긴 뒤 섭취

**농산물**에 잔류된 농약은 충분히 씻으면 쉽게 제거됩니다

#### 과일의 껍질 벗기기에 의한 농약의 제거 효과



### 3 식품별 잔류 농약 제거 방법

#### 딸기



물에 1분간 담근 후,  
흐르는 물에 30초 세척  
(꼭지 부분은 농약 잔류 가능성이  
있으므로 제거하여 섭취)

#### 포도



물에 1분간 담근 후,  
흐르는 물에 행굼  
(포도 표면의 하얀 물질은  
농약이 아니라 효모)

#### 사과



흐르는 물에 씻거나  
헝겂 등으로 잘 닦아 섭취  
(꼭지 부분에 농약 잔류 가능성이  
있으므로 제거하여 섭취)

#### 깻잎·상추



물에 5분간 담근 후,  
흐르는 물에 30초 세척

#### 파



뿌리보다 잎에 농약 잔류  
가능성이 높아 시든 잎과  
외피를 한 겹 벗겨낸 후  
물로 세척

#### 배추·양배추



겉잎에 농약이 잔류할 수  
있으므로 2~3장 떼어내고  
흐르는 물에 세척

#### 오이



흐르는 물에 오이 표면을  
스펀지 등으로 문질러 씻고,  
굵은 소금을 뿌려 문지른  
다음 흐르는 물에 세척

#### 고추



물에 담근 후  
흐르는 물에 2~3회 세척

출처-중앙급식관리지원센터



계양구  
어린이급식관리지원센터  
Center for Children's Foodservice Management

