

# 산지 공수 신선한 재료는 기본...손맛은 '덤'



남계간장게장

최근살인적인 폭염이 이어지면서 떨어진 입맛을 돋우기 위한 별미식에 대한 사람들이 관심이 높아지고 있는 가운데 각종 영양소가 풍부하고 잡조름한 밥도둑 '간장게장'이 인기를 끌고 있다.

꽃게는 비타민, 칼슘, 필수아미노산, 타우린 등 영양소가 풍부해 항산화작용과 함께 위장 소화기능을 강화시키는 데 도움이 되며, 피로회복, 면역력증가, 숙취해소에도 제격인 보양식이다. 특히 게 껍질에 함유된 키토산과 키틴은 지방축적을 막고 콜레스테롤 수치도 낮추는 효과도 있다.

광주 동구와 화순군의 경계에 있는 남계마을에 위치한 숨은 맛집인 '남계간장게장'에도 고객들의 발걸음이 이어지고 있다.

이집의 대표메뉴는 상호에서도 알 수 있듯 '간장게장'이다.

남계간장게장을 운영하는 김금의 사장(59)은 "최고의 식재료를 구하는 것이 좋은 음식을 만드는 가장 중요한 과정이라고 생각하고 재료 하나 하나 정성껏 준비한다"고 말했다.

김 사장이 식당을 창업하기까지는 우여곡절이 많았다.

해남에서 사돈이 운영하는 식당에서 간장게장 요리를 도우며 수개월동안 비



## 진도 서망 꽃게 엄선 3일 숙성시켜 '깊은 맛' 텃밭서 재배한 유기농 야채 매일 바뀌는 반찬 재료 듬뿍 넣은 애호박찌개·청국장도 일품

법을 전수 받았다.

여수, 순천 등 게장 맛집을 수소문해 찾아 먹어보며 게를 장에 담그는 시간, 장의 농도, 숙성 온도 등을 달리해 자신만의 레시피를 연구하는 등 수많은 시행착오 끝에 지난해 2월 자신의 마을에 조그만 식당을 창업하기에 이르렀다.

이 곳이 특별한 이유는 바로 진도 서

망 산지에서 직접 공수한 싱싱한 꽃게와 신선 천일염 등 신선한 재료만을 고집한다는 것이다.

김 사장은 꽃게의 맛이 가장 좋다는 4월 말에서 5월 중순, 가을철에 진도 서망에서 잡은 싱싱한 꽃게만을 고집한다.

알맞은 크기에 살과 알을 가득 품은 암게는 게장을 담그기에 최상의 식재료

기 때문이다.

게장에 들어가는 육수를 만드는 과정 또한 정성을 다한다.

사과, 배, 생강, 양파, 대파 등과 함께 장을 끓여낸 비법 육수를 식히고 끓여 꽃게에 재우고 붓기를 반복한다.

숙성기간은 게살의 식감을 가장 잘 살릴수 있는 3일이다.

간장에 게를 오래 담그면 살이 뭉개지면서 짜지게 되고, 너무 짧으면 비린 맛이 강해져 게장의 깊은 맛을 느낄수 없기 때문이다.

사계절 일관된 간장게장의 특유의 맛을 살리면서 짜지도 싱겁지도 않은 게장은 김 사장의 섬세함에서 태어나는 것이다.

게장과 함께 나오는 밑반찬도 손님들의 입맛을 돋군다. 국산콩으로 만든 메주를 사용해 담근 청국장엔 두부, 양파 등을 송송썰어 푹배기에 담겨 나오는 청국장은 게장과 기가막힌 조화를 이룬다. 국산 닭뿔, 명태, 다시마 등으로 4시간 이상 끓여 육수를 낸 애호박찌개도 별미다.

배추, 열무김치, 결절이, 무 장아찌 등 10가지 밑반찬도 계절에 따라 날마다 바뀌는 등 모든 음식에 주인공의 정성이 담겨 있어 깊은 맛은 덤이다.

또 청양고추, 깻잎, 상추, 열무 등도 식당 뒤 텃밭에서 직접 재배한 유기농 야채를 손님들의 상에 내놓고 있다

1만 5천원에 찌개, 10여가지의 밑반찬이 곁들여진 '남계 간장게장' 정식은 가성비 최고다.

좋은 맛에 가성비가 좋다는 입소문에 비교적 외진 곳에 위치해 있지만 광주 곳곳은 물론 서울 등 타지에서 찾아오는 단골들도 생겨나고 있다. /길용현 기자

## “가족에 내놓는 집밥처럼 정직한 게장 만들기 최선”

### ■ 남계간장게장 김금의 사장

“신선한 재료와 나만의 레시피로 만든 게장을 손님들이 맛있게 드실때 가장 행복합니다.”

예전부터 주변사람들에게 손맛을 인정받을 정도로 솜씨가 남달랐던 남계간장게장 김금의 사장.

정결과 정성인 식당 운영 원칙 아래 김 사장은 재료 구입, 조리과정 등 음식이 손님 상에 오르기까지 온 정성을 쏟는다.

새벽 5시 각화동 농산물 시장을 찾아 재료를 직접 눈으로 보며 구입하는 것은 물론 텃밭에서 손수 키운 유기농 야채를 손님에게 제공한다. 산지에서 공수한 최상의 꽃게를 사용한 간장게장은 하루에 20인분만 준비, 소량 판매한다.

그는 “양을 정해 놓고 음식을 준비하다보니 초저녁 부터 주 메뉴인 게장이 떨어져 가게문을 닫는 경우도 있다”고 말했다.

김 사장은 식당 청결에도 각별히 신경을 쓴다. 날마다 아침 저녁으로 조리실을 청소하며 숟가락, 젓가락, 행주 등도 매일 소독한다. 잔반 재사용 또한 절대 하지 않는다.

김 사장은 “개업한지 1년이 조금 넘었지만 신선한 재료로 정직하게 음식을 제공하다보니 고객들에게 점차 인정받기 시작했다”며 “게장의 깊은 맛을 잊



지 못해 서울, 부산 등 전국에서 찾아오는 단골 손님들도 생겨났다”고 말했다.

그의 작은 목표는 개업당시 초심을 잃지않고 신선한 재료로 정성스럽게 손님을 맞는 것이다.

김 사장은 “매일 새벽 일찍 재료 준비를 하는 것이 고단할때도 있지만 손님들이 맛있다 고 말하면 피로가 싹 가신다”며 “가족들에게 내놓는다는 생각으로 음식을 정직하게 만들도록 노력하고 있다”고 말했다. /길용현 기자

## 중기지방청, 불공정거래 근절 나선다

### 광주공정위와 업무 공유 협조체계 구축

중소벤처기업부 광주전남청(청장 김진형)은 7일 광주공정거래사무소(소장 김한주)와 함께 대·중소기업 간 공정경제 확립을 위해 서로의 업무를 공유하고 상호 협조체계를 공고히 하는 소통의 장을 마련했다.

중기지방청 김진형 청장과 광주공정위 김한주 소장은 불공정거래 신고센터, 기술보호제도, 하도급거래, 가맹사업거래 등 각 기관별 역할과 지원내용을 소개했다.

또 거래 유형별 불공정 사례와 처리절차에 대한 구체적인 질의·응답 시간을 가지는 등 불공정거래 근절과 대·중소기업 간 공정경제 확립을 위한 협력 방안에 대해 논의했다.

특히 불공정거래 신고센터의 익명신고제도, 불공정 거래 보복행위에 대한 입찰참가 제한 등 신고 중소기업의 불이익을 방지하기 위한 방안도 마련해 나가기로 했다.

김한주 광주공정거래사무소장은

“중소벤처기업부와 업무 협조를 통해 대·중소기업 간 거래 과정에서 불공정 거래를 해소하고 공정한 기회속에서 경쟁할 수 있도록 지역 공정거래 환경 조성에 노력하겠다”고 말했다.

중소벤처기업부 김진형 광주전남청장은 “이번 소통의 자리를 통해 불공정거래 행위 근절과 납품단가 인상 등 대·중소기업 간 상생협력을 위한 노력을 지속해 나가겠다”고 말했다.

알맞은 크기에 살과 알을 가득 품은 암게는 게장을 담그기에 최상의 식재료

## 새농민회 전남도회, 한마음 전진대회 성료

농협전남지역본부(본부장 박태선)에 따르면 (사)한국새농민중앙회 전라남도회(회장 김안석)가 7일 강진군 종합운동장에서 전남새농민회 회원 1,000여명이 모인 가운데 '2018년도 (사)전남새농민회 한마음 전진대회'를 성황리에 마쳤다.

'(사)전남새농민회 한마음 전진대

회'는 새농민 회원들 상호간 정보교류 및 화합의 장을 마련하기 위해 실시하는 행사로, 1부 기념행사와 2부 화합한마당 행사로 구성되어 있으며 매년 전남 관내 시군을 순회하며 개최하고 있다. 이날 행사에는 전남새농민회원 약 1,000여명과 (사)한국새농민중앙회 이석희 회장, 김영록 전남도지사, 김성

일 전남도의회 농수산위원장, 이승욱 강진군수, 위성식 강진군의회장, 박태선 농협중앙회 전남지역본부장을 비롯하여 전남관내 농협 시군지부장 및 조합장 등 약 200여명이 참석해새농민 회원들의 노고를 치하했다.

한편 (사)한국새농민중앙회는 약 1만여명의 회원으로 구성되어 있으며, 1965년부터 농협중앙회에서 시상하는 '이달의 새농민상' 수상자 부부를 회원으로 하고 있다. /조기철 기자

## 전남우정청, 읍·면 우체국 창구 운영시간 조정

전남지방우정청(청장 정진용)은 섬 지역 주민들의 우체국 이용 편의를 높이고자 창구 운영시간을 1시간 앞당겨 운영한다고 7일 밝혔다.

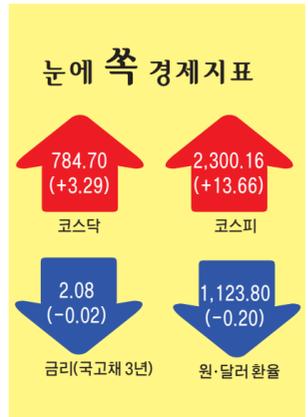
이는 지역 특성상 농·어업 활동을 위해 이른 시간에 우체국을 이용해야 하는 주민들을 위한 조치로 우체국 업무 개시는 오전 9시부터 8시로, 업무종료는 오후 6시부터 5시로 조정했다.

금융업무는 종전과 같이 오후 4시 30분까지 취급, 사실상 1시간 연장 운영한다.

창구 운영시간이 조정되는 우체국은 중도, 압해, 도암, 신전, 장흥대덕, 장흥용산, 장흥관산, 회진, 유지, 진도임회, 이양, 화순중앙, 한천, 화순청풍 등 전남지역 14개 우체국이다.

섬지역 26개 우체국을 포함하면 전체 40개 우체국이 창구운영시간이 조정된다.

정진용 전남지방우정청장은 “지역 주민이 좀 더 편하게 우체국을 이용할 수 있는 방안을 지속적으로 마련해 나가겠다”고 말했다. /길용현 기자



7월, 국민 모두가 공평하게 건강보험료 개편이 시작됩니다!

## 서민의 부담은 줄이고 보다 공평하게 건강보험료가 달라집니다!

**01 지역 가입자 77%, 보험료 평균 22,000원 인하**

**재산보험료 인하**

- 소액재산
- 자동차

재산 5,000만원 이하인 세대 500만원 ~ 1,200만원 까지 재산보험료 공제

**자동차보험료 인하**

- 소형차(배기량 1,600cc 이하 4,000만원 미만 자동차) - 보험료 면제
- 9년 이상 노후 자동차
- 생계용 차량(승합, 화물 특수차)
- 중형차(1,600cc 초과 3,000cc 이하) - 보험료 30% 감면

**평가소득 폐지**

- 소득, 나이 등으로 소득을 추정해서 부과하던 평가소득 폐지

**최저보험료 도입**

- 연소득 500만원 이하 세대인 경우 보험료가 오르지 않도록 인건비 전액감액

**최저보험료 적용**

- 연소득 100만원 이하 세대

**02 소득, 재산이 많은 피부양자 지역가입자 전환**

- 연소득 3,400만원 초과
- 재산 5억 4,000만원 초과 & 연소득 1,000만원 초과
- 피부양자 중 소득, 재산이 많은 사람은 지역가입자로 전환되어 보험료 새롭게 납부
- \* 지역가입자 전환 시 보험료 30% 감액

**03 월급의 소득이 많은 상위 1% 고소득 직장인 보험료 부과기준 조정**

- 연소득 3,400만원 초과 상위 1% 직장인 보험료 부과기준 조정
- 상위 1% 직장가입자 능력에 맞게 보험료 적정부담
- 연재수준 유지 (변동없음)

**04 소득, 재산이 상위 2~3%인 지역가입자 부담능력에 맞게 보험료 인상**

- 연소득 3,860만원 (필요 경비율 90% 고려시 총 수입 연 3억 8,600만원)
- 재산 5억 9,700만원(사기 약 12억원) 초과하는 경우
- 상위 2~3%