

건강하고 행복한 소비자를 위한

# 이달의 마무리

● 웹 매거진 December 2016

## CONTENTS

### 02 이 달의 핫이슈

연말연시 HOT한 DAY 열풍! 하지만 직구 전 주의하세요!

### 05 식의약 포커스

우리 아이 겨울철 콧물 주의보! 코 흡인기 올바른 사용법

### 09 정책돌보기

식약처가 선언한 열 가지 규제개혁!

### 12 생활 속 식의학

'건강한 연말연시 보내기' 위한 주류안전상식

### 15 현장 STORY

[기동단속팀의 현장스토리] 불량식품근절, 끝까지 간다

### 18 출동, 기자단

세계 각국에서 마시는 환절기 음료, 어떤 것이 있을까요?

### 22 너의맛이보여

호호 붙어먹는 Homemade, 호떡 - 자색고구마호떡

### 24 퀴즈이벤트

식약처와 함께하는 12월 퀴즈이벤트



이 달의 핫이슈

## 연말연시 HOT한 DAY 열풍! 하지만 직구 전 주의하세요!

인터넷이 우리 문화에 끼친 가장 혁신적인 습관의 변화는 바로 쇼핑일 것이다. 직접 매장에 찾아가서 꼼꼼하게 확인해보고 주인과 흥정하며 물건을 구매했던 경험이 있는 사람이라면 최근 인터넷 구매가 얼마나 편리하고, 그 절차가 간소화됐는지 피부로 느끼고 있을 것이다. 하지만, 인터넷 구매가 종전의 오프라인 구매보다 좋은 점만 있는 것은 아니다. 직접 눈으로 확인하고 꼼꼼하게 확인할 수 있는 오프라인 구매에 비해서 상품을 점검할 수 있는 기회가 줄어들기 때문이다. 특히 '해외직구'의 경우는 물건을 직접 보는 것 보다는 소문과 평판에 의지해 구매하는 것이 일반적이기 때문에 안전상의 주의는 꼭 필요하다. 이런 해외직구의 안전성을 점검하기 위해 식약처에서는 2016년 해외 인터넷 사이트에서 판매하고 한국에서 구매할 수 있는 1215개의 제품(다이어트효과, 성기능개선, 근육강화 등을 표방)을 수거하여 검사하였다. 그 결과 총 1215개의 제품중 약 10%에 해당하는 128개의 제품에서 유해물질이 검출되었다고 밝혔다. 해외직구 상품이 안전을 보증하지 않는다는 걸 확인한 셈이다. 일단 식약처는 이번 검사와 해외 위해정보를 통해 확인된 불법 제품 정보를 관세청에 제공하고 통관차단을 요청했으며, 아울러 소비자의 안전을 위하여 해당 구매 사이트 차단을 방송통신위원회에 요청하였다.



## 해외직구 주의보

해외 직접 구매는 국내에서 구하기 어려운 물품들을 국내에서 손쉽게 구할 수 있다는 장점이 있지만, 안전성과 제품의 품질을 보장할 수 없다는 사각지대가 있음이 이번 조사에서 다시한번 확인됐다. 이번 검사는 우리나라에서 해외직구를 이용하는 사람들이 점차 늘어남에 따라 안전성 차원에서 실시됐다. 통계에 따르면 해외직구를 통해 식품이나 건강식품을 구입한 사람이 약 110만명으로 추정되며, 인터넷 보급에 힘입어 앞으로도 활성화가 지속된다는 점을 감안하면, 해외직구의 안전 문제는 앞으로 더욱 중요해질 전망이다. 이번 조사는 제품의 특성과 분야별로 나누어 진행되었으며, 하나도 문제가 없는 분야는 없었다는 점에서 해외직구의 안전성 확인은 선택이 아니라 필수라는 사실이 다시 한 번 확인되었다. 특히 'New Slim-30' 등 다이어트 효과를 표방한 제품 523개의 조사에서는 55개의 제품에서 동물용 의약품 성분인 요힘빈이나 변비 치료 성분인 센노사이드와 시부트라민 등이 검출됐다. 성기능개선을 표방한 제품은 345개중 60개의 제품에 안전성 문제가 지적되어 가장 많은 비율을 차지하였으며, 근육강화를 표방한 제품은 338개중 13개로 비율은 가장 낮았지만, 100% 안전하지 않다는 것이 이번 조사로 확인되었다.

성분명	정보내용
타다라필(Tadalafil), 실데나필(Sildenafil)	- 의약품(발기부전치료제)으로 사용, 심혈관계 질환자 섭취 시 심근경색, 심장마비 등 부작용 우려 * 타다라필 용량(의약품) : 5~20mg * 실데나필 용량(의약품) : 25~100mg
《발기부전치료제 유사물질》 치오실데나필(Thiosildenafil), 디메틸치오실데나필 (Demethylthiosildenafil)	- 의약품(발기부전치료제) 유사물질, 독성·부작용·용량 등이 규명 확인되지 않은 합성물질로 안전성이 입증되지 않아 매우 위험 가능성 높음
이카린(Icariin)	- 한약제 또는 복합제 의약품 원료(자양강장제)로 사용 - 어지럼증, 구토, 이뇨억제 등 부작용 우려
요힘빈(Yohimbine)	- 지방분해, 동물용 의약품(마취 회복제)으로 사용 - 환각, 빈맥, 심방세동, 고혈압 등 부작용 우려
센노사이드(Sennoside)	- 센나잎의 지표성분 - 센나잎 또는 추출물은 의약품(변비치료제, 설사제 등)으로 사용 - 장 무기력증 등 부작용 우려
카스카라 사그라다 (Cascara sagrada)	- 의약품(변비치료제)으로 사용 - 임신 중 태아에게 악영향을 미칠 수 있고 궤양이 있거나 장이 예민한 사람에게 부작용 우려
페놀프탈레인(Phenolphthalein)	- 변비치료제로 사용, 발암유발, 기형아출산, 내분비장애 등 부작용 우려
에페드린(Ephedrine)	- 의약품(기관지확장, 진해제)으로 사용, 마황의 지표성분으로 두통 수면장애 부전마비 경련 등 부작용 우려
플루옥세틴(Fluoxetine)	- 의약품(항우울제)으로 사용, 자살충동과 같은 부작용 *용량(의약품): 20~80mg
베타페닐에틸아민(β-PEA)	- 각성제 원료인 암페타민 유사 성분으로 혈압 상승, 편두통 등 부작용 우려

식약처는 이번 수거와 검사를 통해 안전성이 입증되지 않은 유해물질이 포함된 제품이 국민의 안전을 위협하는 상황을 사전에 차단하고 해외직구를 이용하는 소비자의 피해를 사전에 예방하는 데에 도움이 될 것이라 기대하며 조사에서 유해성분이 검출된 제품들을 공개했다. 통관 금지된 제품에 대한 자세한 정보는 식약처 홈페이지의 분야별 정보>식품안전>식품안전 정보>해외직구상품 유해정보 알림 란에서 확인할 수 있다. 제품이름과 이미지까지 모두 올라와 있기 때문에 해외직구로 건강식품 등을 구매하는 독자라면 반드시 확인하여 자신이 구매하려는 제품이 목록에 올라와있는지 확인하자. 제품명과 제조사는 물론이고 어떤 유해성분이 얼마나 검출돼 있는지 꼼꼼하게 기록되어 있다.

**분야별정보**

소비자위해예방

**식품안전** >>

- >> 주요업무소개
- >> 위해정보공개
- >> 식품안전 정보**
- >> 관련사이트

**식품안전 정보**

HOME > 분야별정보 > 식품안전 > 식품안전 정보

<b>해외직구상품 유해정보 알림</b>	식품공전	식품정보	식품동의 표시
식품분야위원회	해법(식품안전관리인증기준)	식품 위생 심의위원회	

해외 인터넷을 통해 소비자가 직접 구입하는 제품은 정분의 안전성 검사를 거치지 않고 들어오기 때문에 사전에 꼼꼼하게 확인해야 한다. 특히 식품에 포함되는 의약 성분은 전문적인 검사와 인증이 이루어지지 않으면 위해성을 입증하기 어렵기 때문에 유명제품이라는 소문만 믿고 구매하였다가 낭패를 보기 쉽다. 가장 좋은 방법은 국내에서 유통되는 제품들 중 안전 인증이 끝난 제품을 구입하는 것이지만, 꼭 해외직구를 통해 구입해야한다고 하면 식약처에서 공개한 위해성 상품에 자신이 구매하는 물건이 포함되어 있는지는 않은지 한 번 더 점검해 보자.



식약처 포커스

## 우리 아이 겨울철 콧물 주의보! 코 흡인기

춥고 건조해지는 겨울, 생활 속에서 활용해야 할 의료기기가 늘어나는 계절이다. 특히 추위와 감기 등으로 콧물이 자주 발생하는 시기여서, 코 흡인기를 사용하는 빈도도 점차 늘어나고 있다. 코 흡인기는 콧물을 제거할 목적으로 사용하는 의료기이다. 코 흡인기는 크게 전동식과 수동식으로 나뉘어져 있으며, 구조와 사용방법이 서로 다르다. 하지만 모두 콧물 제거를 목적으로 한다는 점은 변함 없다. 다만, 전동식은 세기 조절이 가능한 제품이 있다. 흡입 세기를 알맞게 조절하여 사용하고자 한다면, 미리 사용설명서를 꼼꼼히 읽어보자. 유의사항과 요령이 자세히 적혀 있다.

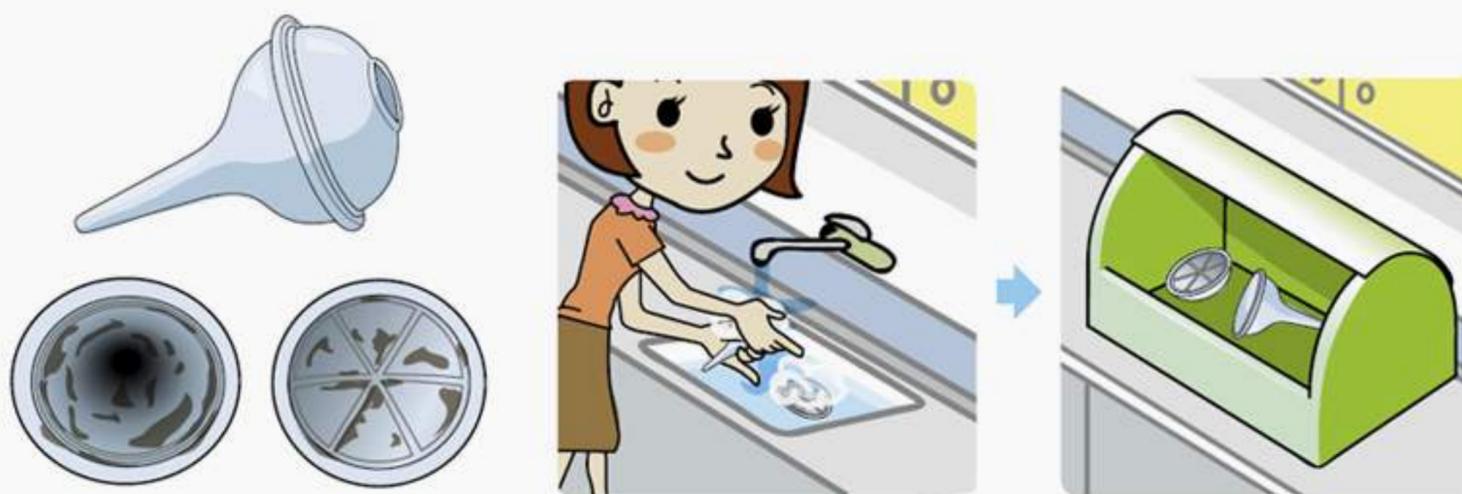
코 흡인기는 쉽게 사용할 수 있고, 사용법이 어렵지 않다는 점이 장점으로 꼽힌다. 특히 혼자서 코를 풀기 어려운 아이들과 영.유아들에게 유용한 기기로 알려져 있다. 감기나 비부비동염, 알레르기성 비염 등으로 인한 코막힘에 효과가 있기 때문에 선호되고 있다.



그러나 흡인기는 가정에서 주로 사용하는 의료기기이므로, 관리와 취급에 각별한 주의가 요구된다. 부작용은 모든 의료기기를 다룰 때 세심하게 파악해야 할 사항이고, 코 흡인기도 예외는 아니다. 크게 흡인기 사용으로 인한 부작용은 세 가지가 있는데, 출혈과 부어오름, 교차오염이다. 출혈은 유아들에게 흡인기를 사용할 때 주의해야하는 요소다. 아이들의 콧속은 성인에 비해 매우 얇고 연약하여 과도한 흡인 시 비강 손상과 출혈을 초래할 수 있다. 그리고 출혈을 통한 통증과 흡인 방해로 일으킬 수 있으므로 주의해야한다.

코 점막의 부어오름도 유의해야한다. 흡인기를 자주 사용할 경우 자극으로 인해 코안 점막이 부어오를 수 있기에 사용할 때에는 항상 상태를 파악하는 것이 좋다. 부어오름을 막기 위한 가장 좋은 방법은 흡인기 구매시 받은 사용 설명서를 꼼꼼하게 검토해보는 것이다. 일반적으로는 1회 사용 권장 시간과 하루 사용 권장횟수가 적혀 있으며, 이를 지켜가며 사용하는 것이 좋다.

마지막으로 모든 의료기기를 사용할 때 언제나 관심을 가져야하는 교차오염이다. 교차오염은 둘 명 이상의 사람이 의료기기를 번갈아 사용할 때 발생하기 쉽다. 특히 둘 이상의 아이에게 흡인기를 사용할 일이 있을 때에는 세척과 건조과정을 거쳐 위생상의 청결을 유지해야 한다. 올바른 세척과 건조를 통해 세균의 확산을 막고, 잠재적인 교차오염을 예방해야 건강하게 코 흡인기를 사용할 수 있다.



사용 후 더러워진 내부

의료기기의 안전 관리는 깨끗한 세척에서부터 시작한다. 코 흡인기를 사용한 다음에는 항상 세척을 해야한다. 사용설명서에 적혀 있는 대로 흡인기를 분리하여 내부 이물질들을 완벽하게 씻어내야하며, 세척이 끝나면 건조시켜 수분을 모두 제거한 다음 조립한다. 끝으로 아이들의 손이 닿지 않는 안전한 곳에 보관하면 된다. 또한 코 흡인기 사용 전에는 본체와 구성품의 이상여부를 꼭 확인하여 부작용과 잘못된 사용을 방지하는 것도 필요하다.

아주 간단하고 기본적인 지침이지만, 이것들을 꼼꼼하게 지키는 것만으로도 흡인기 사용의 문제점을 상당부분 해소할 수 있다.

아이들에게 코 흡인기를 사용할 때에 아이가 움직이면 위험할 수 있으므로, 아이들을 잘 잡고 움직임을 고정시킨 뒤 사용하는 것이 좋다. 또한 코 흡인기는 콧물 제거를 위해 만들어진 의료기기이므로 당연히 코 이외의 부위에 사용하면 안 된다.

코 흡인기의 효과를 높이려면 목욕 후에 사용하는 것이 좋다. 목욕 후에는 콧속으로 따뜻한 습기가 들어가 콧물을 묽게 만든다. 이때 흡인기를 통해 콧물을 제거하면 도움이 된다.

만약 콧물이 말라서 기기로 제거하기 쉽지 않은 상황이라면 식염수 2-3방울 정도로 코 안에 떨어뜨리고 1,2분 뒤에 사용하면 좋다. 이때에는 아이를 눕히지 않는 것이 안전하다.

## 흡인기 사용 관련 궁금해요(Q&A)



**Q1.** 아이가 움직일 때 사용해도 괜찮은가요?

**A1.** 아이가 움직이지 않도록 잘 잡거나 확실하게 안고 사용하도록 합니다.  
(만일 혼자서 어려움이 있다면 다른 사람의 도움을 받습니다.)

**Q2.** 흡인기 사용 시 손 위생관리가 필요한가요?

**A2.** 항상 사용 전에 손을 청결히 하고 사용합니다.

**Q3.** 한 번만 사용하게 되어 있는 소모품들은 재사용하면 안 되나요?

**A3.** 감염을 방지하기 위하여 일회용 소모품은 반드시 1회만 사용 후 폐기합니다.

**Q4.** 흡인기를 코가 아닌 귀 혹은 입에 사용해도 괜찮을까요?

**A4.** 콧물 제거를 위한 용도로만 사용 가능한 제품으로 그 이외의 용도로 사용하지 않습니다.



**Q5.** 사용설명서 상에 목욕 후에 바로 사용하는 것이 좋다고 적혀 있는데 왜 그런가요?

**A5.** 목욕 후 사용하게 되면 따뜻한 습기가 콧속으로 들어가 코 점액(콧물)을 묽게 만들어 주는 역할을 하여 흡인기를 통한 콧물 배출에 도움을 줄 수 있기 때문입니다.

**Q6.** 아이의 콧물이 너무 말라서 그런지, 아니면 진해서 그런지 기기를 사용해도 콧물이 잘 나오지 않아요. 어떻게 해야 할까요?

**A6.** 그런 경우에는 식염수를 2~3 방울 정도 코안에 떨어뜨려 코 점액(콧물)이 부드러워지게 한 다음 약 1~2분 후에 재시도 합니다. 또는 면봉, 티슈를 사용하여 조심스럽게 뽑아낸 후 사용합니다.  
(주의: 아이를 눕힌 상태에서 식염수를 넣지 않는 것이 안전합니다.)

**Q7.** 기기에는 문제가 없는 것 같은데 평소처럼 코 흡인이 잘 안 돼요.

**A7.** 흡인이 잘 안 되는 경우에는 억지로 흡인을 시행하지 말고 코 안에 다른 문제가 있는지를 확인하여, 문제를 해결한 후 안전하게 사용하도록 합니다.  
(예: 감기나 알레르기가 있을 때는 코 벽의 점막이 부어 흡인의 어려움이 있을 수 있습니다.)



**Q8.** 한번 코 흡인을 할 때 제한시간 또는 횟수가 정해져 있나요?

**A8.** 사용설명서 상의 1회 사용 권장시간 및 하루 사용 권장횟수를 준수하는 것이 안전합니다.

**Q9.** 코안에 상처가 있거나 출혈이 있을 때 사용해도 안전한가요?

**A9.** 출혈이 있을 때는 흡인기를 사용하지 않습니다. 특히 코피가 나올 경우 사용을 중단합니다.  
(출혈은 조직에 손상을 주었음을 의미하는 징후로 출혈 증상이 완전히 사라진 후 사용하거나, 출혈이 지속될 경우 이비인후과 의사의 진찰을 받도록 하는 것이 안전합니다.)

**Q10.** 전동식 코 흡인기의 경우 기기의 흡인 압력 세기를 높게 또는 낮게 조절이 가능한가요?

**A10.** 제품의 종류에 따라 세기 조절이 가능 또는 불가능한 제품이 있으므로, 제품 구매 시 해당 여부를 확인 후 구매하시기 바랍니다.

## 부작용 등 안전성정보 신고 방법

구 분		내 용	
인터넷 신고		식약처 '의료기기전자민원 사이트' ( <a href="http://emed.mfds.go.kr">http://emed.mfds.go.kr</a> → 보고마당 → 이상사례 보고)에 접속하여 신고	
서면 신고	보고 서식	식약처 홈페이지( <a href="http://www.mfds.go.kr">http://www.mfds.go.kr</a> ) → 법령·자료 → 고시전문 → '의료기기 부작용 등 안전성 정보 관리에 관한 규정' 별지 제1호 서식(의료기기 취급자 및 의료인용) 또는 별지 제2호 서식(소비자용)을 다운로드	
	우편	(우편번호:28166) 충청북도 청주시 흥덕구 오송읍 오송생명5로 303 식품의약품안전처 의료기기안전평가과	(우편번호:08389) 서울특별시 구로구 디지털로 30길 28 마리오타워 208호 의료기기정보기술지원센터 안전정보팀
	팩스	043-230-0450	02-860-4409
전화		식품의약품안전처 의료기기안전평가과 (☎ 043-230-0456, 0459, 0463)	의료기기정보기술지원센터 안전정보팀 (☎ 02-860-4420~3, 4426)



정책돋보기

## 식약처가 선언한 열 가지 규제개혁!

앞으로 식약처는 의약품 및 신기술이 도입된 의료기기의 사용에 있어서, 신속한 반영과 절차의 번거로움이 해소하여 의료계와 더불어 진단중인 환자들에게 큰 도움이 될 전망이다. 신기술 의료기기나 희귀병 치료제, 인공관절 같은 첨단 기술이 요구되지만 신속한 현장 사용이 필요한 분야에 대해서 합리적인 방법으로 절차를 간소화하고, 효율적으로 시간을 단축할 수 있는 절차적 방안을 추진해나가고 있다. 좀 더 빨리 세상에 적용되는 의료환경, 어떤 것이 있는지 살펴보자.

### 의약/의료기기 분야

#### 1. 신기술 의료기기 시장출시, 1년 빨라졌어요.



### 신기술 의료기기 시장출시, 1년 빨라졌어요

의료기기 허가과 신의료기술평가 통합운영



3가지 민원 차례 차례 접수



3가지 민원 **동시 접수 및 처리**



의료기기 출시기간 최대 13개월(470일 → 80일) 단축

앞으로 의료기기 업체는 의료기기 허가과 신의료기술평가를 한 번에 신청하고 동시에 심의를 받은 후 바로 시장에 진입할 수 있게 된다. 지금까지는 의료기기의 시장 진입을 위해서는 식약처 의료기기 허가 후 신의료기술평가를 순차적으로 거쳐야 했고 이 절차에 총 1년이 걸렸으나, 의료기기 허가과 신의료기술평가 통합운영 시범사업 실시에 따라 시장 진입까지 소요되는 기간이 기존보다 3~9개월 단축된다.

이번 시범사업 실시는 제4차 규제개혁장관회의('15.11.6)시 발표한 '신의료기술평가 간소화.신속화'의 후속조치로서, 의료기기 허가과 신의료기술평가가 하나의 제도와 같이 움직이게 된다는 점에서 기존 절차와 차이가 있다. 세부사항을 꼽으면 아래와 같은 세 가지 특징이 있다.

- 1) 업체는 식약처에 한 번만 신청하고,
- 2) 심의 과정에서 식약처와 복지부가 검토내용을 내부 조율하며,
- 3) 조율된 결과가 반영된 통합 허가증만 받으면 시장진입이 가능하다는 점이다.

## 2.희귀병 치료제, 혜택 빨리 누릴 수 있어요



# 희귀병 치료제, 혜택 빨리 누릴 수 있어요

신기술 희귀질환 치료제의 진입규제 개선



희귀약품 지정요건 - 15억 이하  
허가 유효기간 - 5년



희귀약품 지정요건 - 제한기준 폐지  
허가 유효기간 - 10년



희귀의약품 연구개발 활성화 및 환자 치료기회 확대를  
연간 약 6,270억원 사회·경제적 이익 발생 예상

희귀의약품 개발에 대한 국내 제약사의 적극적 개발환경을 조성하고 희귀질환자의 치료기회 확대를 위해 희귀의약품 지정요건 개선, 재심사 대상 확대, 품목허가 유효기간 연장 등을 주요 내용으로 하는 「희귀의약품 지정에 관한 규정」등 6개 고시 개정안을 행정 예고했다.

※ 희귀의약품은 대체의약품이 없어 긴급한 도입이 필요한 의약품으로, 우선적으로 신속하게 심사하여 허가할 수 있음('16.2월 현재 213개 성분 지정됨)

식약처는 희귀질환자 치료기회 확대와 신속한 허가 지원을 위하여 희귀의약품 지정 시 시장규모 제한 기준 폐지, 품목허가 유효기간 연장, 재심사 대상 확대, GMP 평가 제출자료 개선, 전공정 위탁제조 시 GMP 중복평가 면제 등의 내용으로 관련 법규를 정비한다.

### 3.나에게 꼭 맞는 인공관절 수술 빨리 받을 수 있어요.

## + 나에게 꼭 맞는 인공관절 수술 빨리 받을 수 있어요 환자 맞춤형 의료기기 신속사용제도 도입



허가기간 60일 단축(60일 → 즉시)

식약처는 3D 프린터를 이용하여 제작하는 의료기기를 의료현장에서 신속하게 사용할 수 있는 내용으로「의료기기 허가·신고·심사 등에 관한 규정」을 개정 고시했다. 이번 개정은 지난 5월 18일 박근혜 대통령 주재로 개최된 제5차 규제장관회의에서 바이오헬스케어분야 개선 과제에 대한 후속조치로 추진되었으며, 환자의 수술 부위에 맞게 제품을 맞춤으로 제조하고 활용할 수 있는 3D 프린팅 의료기기의 특성을 반영하는 동시에 환자를 신속하게 치료하기 위한 것이다. 신속 사용 관련 규정 신설로 치료하고자 하는 환자의 관절이나 뼈 크기 등이 3D프린팅 의료기기 허가 범위를 벗어나고 대체 의료기기 또는 다른 치료 방법이 없는 응급 상황에서 의사의 책임 하에 사전 변경허가 없이 환자 맞춤으로 제품을 제조하여 환자에게 신속하게 사용할 수 있게 되었다. 기존에는 3D 프린팅 의료기기의 모양이나 구조(외형)를 허가받은 범위 내에서 제조 및 사용해야 하며 모양이나 구조를 변경할 때에는 변경허가를 받아야 사용할 수 있었다.

신속 사용 남용을 방지하기 위하여 사용한 날로부터 15일 이내에 제조 또는 수입업자는 "환자맞춤형 의료기기 사용 보고서"와 담당 의사 소견서, 환자동의서, 해당분야 의사 5인 이상의 동의서 등 사용내역을 식약처에 보고해야 한다. 신속 사용 횟수는 연 5회까지다.

## 📖 식품 안전 분야

### 4. 이제 식용 곤충으로 누구나 식품을 만들 수 있어요.

## 🍴 이제 식용 곤충으로 누구나 식품을 만들 수 있어요 식용곤충 일반식품 원료로 사용가능



식용곤충 식품시장 확대 : ('15) 60억원 → ('20) 1,000억원 예상

한시적 식품원료로 인정받은 갈색거저리유충(일명 밀웬)과 쌍별귀뚜라미를 모든 영업자가 식품 원료로 사용할 수 있도록 하는 내용의「식품의 기준 및 규격」일부 개정안을 1월 27일 행정예고 했다. 이번 행정예고안은 지난 해 11월 6일 개최된 제4차 규제개혁장관회의에서 모든 영업자가 갈색거저리유충과 쌍별귀뚜라미를 식품의 제조·가공·조리에 사용할 수 있도록 건의된 사항이 반영된 것이다. 이에 식약처가 관계부처 협의 및 인정받은 업체의 요청에 따라 신속하게 검토하여 마련하였다. 그 동안 갈색거저리유충과 쌍별귀뚜라미는 국내에서 식경험이 없어 식약처가 안전성을 검토하여 한시적 식품원료로 인정되었다.

### 5.푸드트럭 이동영업이 쉬워졌어요.



## 푸드트럭 이동영업이 쉬워졌어요

푸드트럭 이동영업 간소화



이동영업을 하는 경우  
서류 5종 제출 및 수수료  
28,000원 소요



이동영업을 하는 경우  
**서류 간소화(2종) 및 수수료 면제**



**영업자 부담 완화로 푸드트럭 활성화 기반 마련**  
\* 푸드트럭 증가: '15.3월 3대 → '16.3월 124대 → '16.8월 296대

푸드트럭 영업자가 영업장소를 추가하는 경우 신고 절차를 간소화하는 것을 내용으로 하는 「식품위생법 시행규칙」일부개정안을 입법예고했다. 이번 개정안은 푸드트럭 영업자가 신고한 장소 이외의 장소에서 영업을 하려는 경우 추가 장소 관할 지방자치단체에 기존 영업신고증과 추가 장소에 대한 사용계약에 관한 서류만 제출하면 신고한 장소 이외의 장소에서도 영업을 가능하도록 하였다. 또한, 서류를 제출받은 지자체는 기존 영업신고증 뒷면 변경 내용란에 새로운 영업 소재지를 기재하여 영업자에게 발급하고, 기존 신고 지자체에 해당 사실을 통보하여 신고절차를 간소화한다.- 그 동안에는 추가 장소를 관할하는 지자체에 신규 영업신고를 해야 해서 교육이수증, 건강진단 결과서 등 영업신고 관련 서류 일체를 제출하고 별도의 영업신고증을 발급받아야 했다.

그 외에 식약처에서 추진하는 대표적인 식품 규제개혁 내용은 다음과 같다.

**✓ 6개월마다 검사**  
**✓ 품질검사 면제**



**6. 해썹 인증 기업 검사비용 부담이 해소되었어요**

**영업정지 6일, 90% 단축**  
**과징금 전환 가능**



**7. 모르고 청소년에게 술 판매, 구제 받을 수 있어요.**

**공장별로**  
**한번만 HACCP 인증**



**8. 햄, 소시지 HACCP 인증 간편해졌어요.**

**기능성화장품 범위 11종으로 확대**  
 \*탈모방지, 트살 등 피부 갈라짐 개선 등 8종 추가



**9. 보다 다양한 기능성화장품을 만날 수 있어요**

**점검이 10인 이하 기업으로 확대**



**10. 화장품 제조판매 관리자 고용부담이 확 줄었어요**

위와 같이 의료기기뿐만이 아니라 식품안전, 화장품, 식생활 등 식의약 전반에 걸쳐서 합리적인 방향으로 규제들이 조정될 예정이다. 식약처는 “안전은 확보하면서 불필요한 규제를 지속적으로 개선하고 업계와 소통 및 협력하여 현장의 소리가 정책에 반영할 수 있도록 정책적 지원을 아끼지 않고 환경 변화에 맞춰 불필요한 규제는 없애고 어려운 규제는 지원하는 등 합리적으로 규제를 개선하는데 앞장설 예정”이라고 밝혔다. 자세한 규제개혁 내용은 식약처 홈페이지(<http://www.mfds.go.kr>> 법령·자료> 법령정보> 입법/행정예고)에서 확인할 수 있다.



생활 속 식의약

## 건강한 연말연시 보내기'를 위한 주류안전상식

음행사와 모임이 하루 걸러 등장하는 12월, 모임자리를 빠질 수는 없고, 과한 음주는 부담되는 딜레마에 빠지는 사람이 적지 않다. 다행히도 최근 음주문화는 '술 권하는 사회'에서 '술자리를 즐기는 사회'로 점차 변화하고 있는 중이다. 스스로 음주 권리를 지켜낼 수 있고 주류를 선택해서 마실 수 있는 폭은 과거보다 넓어졌다. 다양한 마실 거리와 술자리 문화의 자유 속에서 좀더 건강한 음주를 위한 안전 상식을 알아보자.



## 🍷 저도주, 리큐르. 술은 술이다.

최근 술의 종류가 다양해지고 선택의 권한과 즐길의 폭도 덩달아 넓어지고 있다. 특히 최근 음주 문화에서 혜성처럼 등장한 저도주와 리큐르로 인해 술을 과하지 않게, 부담없이 마실 수 있는 선택지도 늘어났다.

과실주, 저도주, 리큐르의 등장으로 가볍고 부담없이 술을 마실 수 있는 선택지가 늘었다. 하지만 '부담없음'과 '과일 맛'이라는 공통분모로 인해, 자칫 잘못 생각하면 '저도주'가 아니라 '음료수'라고 착각하기 쉽다. 하지만 법적으로, 식품상으로 저도주도 엄연한 술이다.

가장 확실하게 음료와 술을 구분할 있는 방법은 다소 번거롭더라도 음료수 캔이나 병 옆면의 식품 정보를 확인하는 것이다. "식품 유형"이라는 항목에 '탄산음료'라고 적혀 있으면 음료수, '과실주'라고 적혀 있으면 엄연한 술이니 확실히 구분하자. 특히 '과실주'라고 표기돼 있다면 알콜도수가 %로 함께 적혀 있을 것이다. 알콜도수를 미리 확인하면 내 주량에 맞춰 '페이스 조절'을 하며 마실 수 있다. 요새는 제품마다 알콜도수가 각기 다르니, 마시기 전에 미리 확인해보는 것도 술자리의 지혜다.



## 🍺 자가소비맥주, 더 안전하게

선택지가 넓어진 주류문화의 끝판왕은 뭐니뭐니해도 내 손으로 술을 직접 담가 먹는 것이다. 과거에 소주를 사다가 과일에 담가 먹는 이른바 '담금주'가 대다수였다면 지금은 맥주나 와인을 직접 만들어 먹는 사람들도 생기고 있다. 특히 와인보다는 비교적 손이 덜 가는 맥주의 셀프제작은 인기다. 보리, 물, 홉, 이스트만 있으면 손쉽게 만들 수 있고, 실패확률도 낮다. 맥아를 갈아 맥즙을 만드 뒤, 홉과 넣어 발효시키고 단단히 밀봉하면 끝이다. 자가소비맥주를 만드는 사람들은 연말에 친구나 지인들을 집으로 초대해 함께 먹는 자리를 꿈꾼다. 자가소비맥주를 만들 때는 맛과 더불어 딱 한 가지만 염두에 두면 된다. 바로 위생이다. 맥주 제조 환경은 효모가 번식하기 좋은 만큼 다른 미생물도 번식하기 좋다. 따라서 용기와 재료의 세척과 살균, 그리고 소독은 필수중에 필수다. 맥주를 제작할 때 사용하는 세척제와 소독제의 경우 관할 구청에서 허가받은 안전한 제품을 사용해야한다. 또한 맥주와 직접 접촉되는 표면은 소독과 살균을 하여 이상 발효를 막아야 안전은 물론이고 맥주 맛도 좋아진다.

맥주를 만들 재료는 식약처의 허가를 통과한 제품을 사용하는 것도 중요하다. 꼼꼼한 농산물 선택과 깨끗한 정수나 수돗물을 사용하는 것도 맥주를 만드는 데에 중요한 요소.

만들어진 맥주는 반드시 내압 유리병이나 내압 플라스틱을 사용하여야한다. 특히 탄산이 발생하는 맥주의 경우는 이 부분에서 각별한 주의를 요한다. 맛도 맛있지만 안전상으로도 필요한 부분이다. 자칫 잘못하면 발효과정과 숙성, 보관중에 사고가 날 수도 있다.



### 회식자리를 한층 더 안전하게

연말 술자리는 다양한 사람들과 어울리며 즐기는 자리다. 과음을 막는 것도 중요하지만, 술 마시는 방법도 안전 요령이 있다. 일반적으로 알려져 있지만 놓치기 쉬운 부분이 폭탄주다. 이 분야에서 잘 알려지지 않은 부분이 알코올과 카페인 복합 섭취다. 카페인이 다량 함유된 에너지드링크와 술을 섞어 마시면 카페인의 각성효과로 본래 주량을 알 수가 없게 되고, 술을 평소보다 더 많이 마실 수 있으므로 자제해야 한다. 또한 회식자리의 전통인 양 이루어지는 잔돌리기는 여러 사람에게 술잔이 돌기 때문에 여러 병원균의 감염 우려가 있으므로 바람직하지 않은 방법이다. 위생적으로도 좋은 관례가 아니다.

무엇보다 술자리에서 가장 중요한 것은 스스로의 몸 상태와 주량을 파악하고, 수시로 점검하면서 마시는 습관이다. 특히 이것은 하루, 한 번의 술자리가 아니라 주별, 연별로 보다 넓은 사이클에서 체크해볼 필요가 있다. 과음인지 아닌지를 주위 사람들에게 물어보면 대답이 상대적일 수 있기 때문에 냉정하고 확실한 체크가 필요하다. 기준을 잘 모르고 있었다면 식약처에서 제공하는 '음주자가진단' 테스트를 활용해보자. 술자리 안전을 위한 꼼꼼한 점검이 가능하다. ([http://www.주류안전.kr/sub06/sub06\\_01.jsp](http://www.주류안전.kr/sub06/sub06_01.jsp))





기동단속 팀의 현장스토리

## 불량식품 근절, 끝까지 간다! 1편. 은밀한 밤, 그곳에서 무슨 일이?

충북 소재 A업체의 낮은 조용했다. 문을 활짝 열고 분주히 오가는 트럭들을 반기던 예전과는 달리, 공장의 문은 굳게 닫힌 채였다. 문 앞에는 한 장의 종이가 바람에 펄럭이고 있었다. ‘본 공장은 영업정지 처분을 받아 1개월간 가동을 중단합니다’.

그러나, 당분간 열리지 않을 거라 생각했던 공장의 문은, 늦은 밤 은밀하게 열렸다. 몇몇 사람이 박스를 들고 안으로 들어가고, 잠시 후 공장에 불이 밝혀졌다. 창문에 어설프게 설치된 가림막은 실내의 빛이 틈새로 새어나가는 것과 분주히 일하는 소음을 완전히 차단할 순 없었다.

“드디어 잡았다”

나직한 중얼거림과 함께, 희미한 불빛을 포착한 몇몇이 움직이기 시작했다. 벌써 사흘째 공장 인근에서 잠복해 온 식품의약품안전처 기동단속팀이었다.

“영업정지 기간인데도 밤마다 은밀하게 공장을 가동하다니...”

“하지만 그것도 이제 끝이죠. 사흘 간 고생한 보람이 있네요.”

기동단속팀은 그간 A업체가 영업정지 처분을 받았음에도 불법영업을 자행한다는 증거를 포착하기 위해 사흘간 인근에서 잠복해 왔다. 오랜 잠복근무로 모두의 얼굴엔 피로가 가득했지만, 목표를 바라보는 이들의 눈빛은 여전히 살아있었다.

누가 먼저랄 것도 없이, 모두는 한 목소리로 말했다.

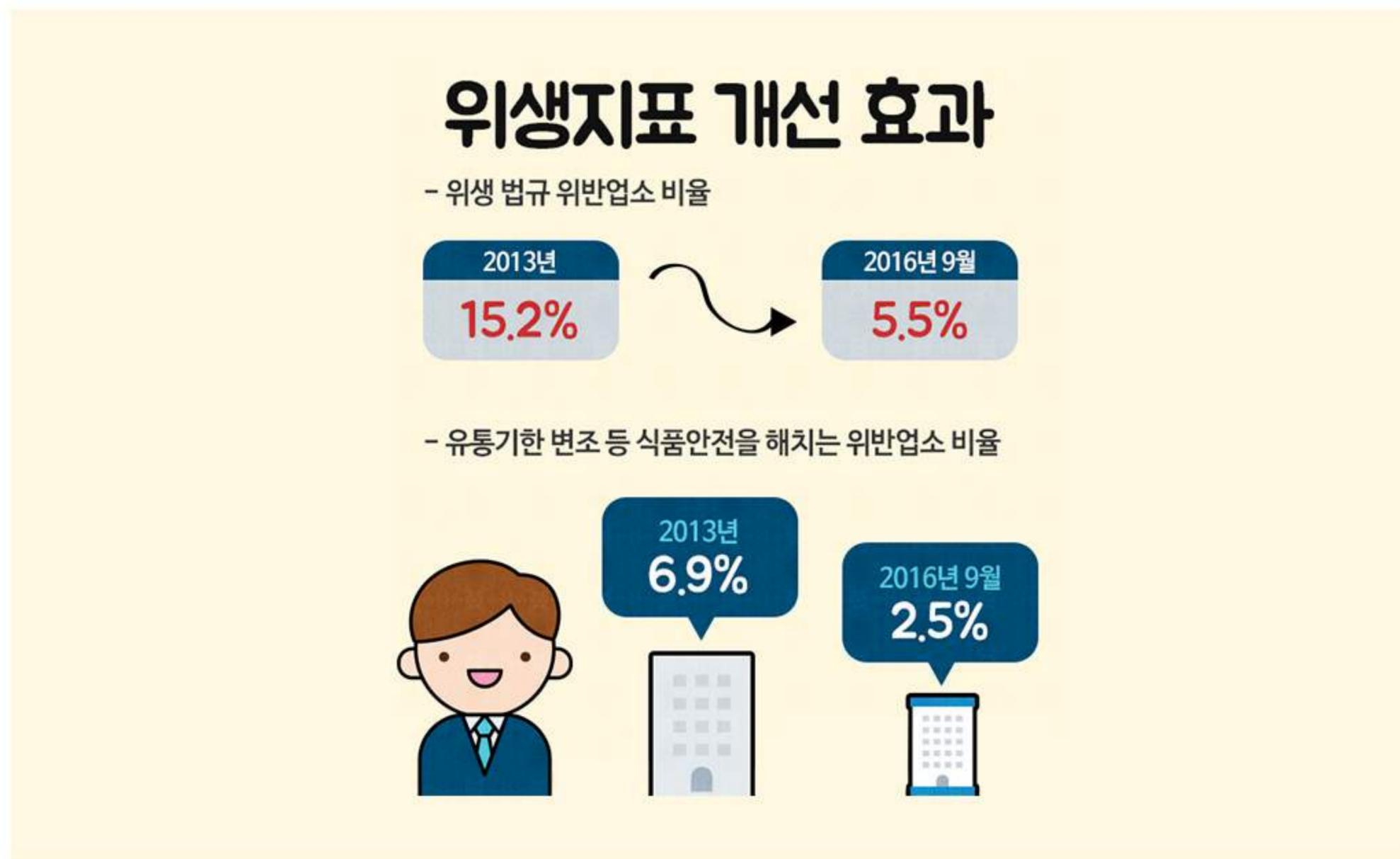
“A업체는 오늘부로 시장에서 퇴출이군요”

위 사례는 실제로 지난 달 있었던 사건을 재구성한 것입니다.

이런 결과를 이끌어낸 주역은 바로 식품의약품안전처 불량식품근절단(이하 불근단).

2013년 ‘불량식품 근절’을 목표로 범정부 차원에서 공식 출범한 불근단은 지난 3년 반 동안 불량식품 빈발 분야에 대한 강도 높은 합동단속을 벌이는 한편, 마트와 편의점 등에 위해식품판매차단시스템을 확대하는 등 불량식품 유통 차단을 위해 최선을 다했었습니다.

## 그간의 노력으로 어떤 점이 개선되었을까요?



### ① 불량 영업자 크게 감소

위생법규를 위반한 업소의 비율이 2013년 15.2%에서 2016년 9월 현재 5.5%까지 감소했습니다. 또한 유통기한 변조 등 식품안전을 해치는 위반업소의 비율도 2013년 6.9%에서 2016년 9월 현재 2.5%로 감소했습니다. 지속적인 단속과 계도로 인해 업주들이 스스로 법을 준수하게 된 것입니다.

### ② 불량식품 신고 지속

불근단의 등장으로 인해 소비자들의 신고의식이 고조되면서 불량식품에 대한 소비자 민원 신고도 지속되고 있습니다. 2015년 17,093건에 이어 2016년 9월 현재 12,623건의 신고전화로 접수되었고, 그중 업계 종사자의 내부고발도 398건에 달해 불량식품 유통 차단에 큰 도움이 되고 있습니다.

# 불량식품 근절정책 공감도

- (2016년10월, 대국민 여론조사)



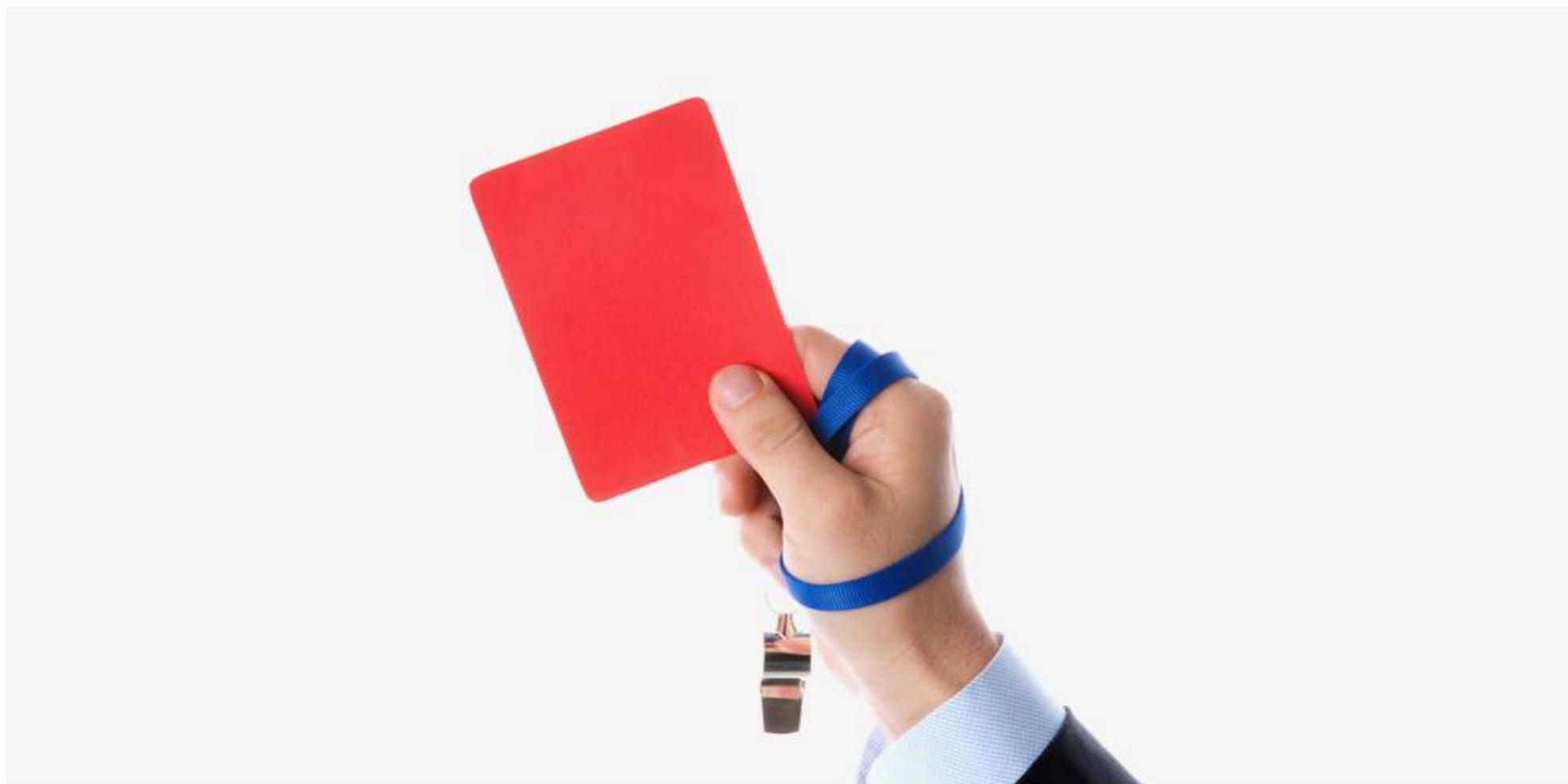
약 20분에 걸친 견학을 마친 식약처 인사들은 다시 회의실로 돌아와 (주)메디씨이의 추가적인 질의사항을 정리하고, 금일 방문 일정을 모두 마쳤다. 이번 방문을 통해 식약처는 산업 분야의 최첨단 기술과 시장 현황에 대해서 정확하게 이해할 수 있는 계기가 됐다. 아울러 향후 사업에 있어서 어떤 정책적 지원을 갖춰야하는지를 함께 논의하는 소통의 장도 열어 두었다. 식약처는 앞으로도 산업 현장 의견을 청취하기 위한 자리를 지속적으로 마련하는 등 의료기기 산업 발전을 위하여 업계와 소통하고 국민 건강 증진에 기여할 수 있도록 정책적 지원을 아끼지 않겠다고 밝혔다.

### ③ 불량식품 근절정책에 대한 긍정적 인식 및 공감 확산

올해 10월 불량식품 근절정책 공감도에 대한 대국민 여론조사가 있었습니다. 여기에서 불균단의 각종 활약에 대해 만족하는 긍정 여론은 전체의 60%로, 부정 여론(13.4%)를 크게 웃돌았습니다.

### 타자는 삼진 아웃, 불량영업자는 원스트라이크 아웃!

식약처는 앞으로 불량식품을 시장에서 영구 퇴출시키기 위해 불량식품을 제조·판매하는 영업자에 대한 관리를 대폭 강화할 계획입니다.



### ① 원스트라이크 아웃제 확대

유통기한 위·변조 등 고의성이 명백한 불량 영업자는 1차 위반 시 영업허가·등록 취소 등의 조치를 통해 시장에서 바로 퇴출시키는 ‘원스트라이크 아웃제’를 확대할 계획입니다. 현행법상 원스트라이크 아웃제의 대상은 총 5개 항목이지만, 현재 입법예고 중인 식품위생법 시행규칙 개정안이 시행(‘17.2월 예정)되면 유통기한 위·변조 등 6개 항목이 추가되어 불량영업자 근절에 큰 도움이 될 것으로 기대됩니다.

### ② 블랙리스트 추적관리

시장에서 퇴출되거나 명백한 고의적 위반을 저지른 불량영업자는 중점관리대상자(블랙리스트)로 지정됩니다. 이들이 시장에 재진입하려면 일반적인 영업자들보다 훨씬 어려운 과정을 거쳐야 하며, 진입에 성공하더라도 즉시 특별점검 대상이 되는 등의 집중관리를 받게 됩니다.

### ③ 단속대상 선별시스템

위반이력 등의 통계 자료를 과학적으로 분석한 후 단속 우선순위가 높은 업체를 선별하여 차등 관리합니다. 이를 통해 단속의 실효성을 높여 부정·불량식품 발생을 조기에 차단합니다.

식약처는 이 자리를 빌어 국민의 입으로 들어갈 먹거리에 장난을 치는 고의적 불량식품 영업자들에게 분명히 전합니다.

**“‘한 번쯤이야’ 하셨다면 한 번에 아웃됩니다.”**



출동, 기자단

## 세계 각국에서 마시는 환절기 음료, 어떤 것이 있을까요?

이제 날씨가 많이 추워져서 낮과 밤의 큰 일교차를 보이는 환절기에는 면역력이 쉽게 떨어지기때문에 감기에 걸리기 쉽습니다. 이때 따뜻한 차 한잔 마셔서 환절기에 대비하는 건 어떨까요? 우리나라뿐만 아니라 세계의 많은 나라에서 차를 마심으로써 몸을 따뜻하게 유지하고 있습니다.

차는 예로부터 문화의 하나로, 그리고 건강식품의 하나로 양쪽 모두에서 다양한 주목을 받았습니다. 각 나라들은 오래전부터 차 마시는 습관과 문화가 뿌리 깊게 내려오고 있었기 때문에, 수백년이 넘는 세월동안 건강의 목적으로 마셔왔던 차들은 실제로 약효와 건강 개선 효과가 과학적으로 입증된 부분도 많습니다. 흥미로운 사실은 차가 건강기능식품이면서도 동시에 중요한 문화의 하나라는 점이죠. 그래서 같은 효능을 가지고 있더라도 풍토에 따라서 다른 차를 마시는 경우도 있고, 문화에 따라서 가지각색의 차가 같은 효능을 목적으로 활용됐습니다. 그러면서도 차 본연의 풍미는 가지고 있기 때문에 맛도 즐길 수 있다는 장점을 가지고 있습니다. 나라마다 다양한 환절기 음료, 함께 살펴볼까요?



### 모과차

우리나라에서 환절기에 마시는 대표적인 음료는 바로 모과차입니다. 가을이 제철인 모과에는 사포닌, 구연산, 비타민C, 플라보노이드 등이 풍부하기 때문에 모과차를 마시면 피로가 회복되고 감기예방에도 도움이 됩니다. 특히 기침이 나거나 가래가 있을 때 증상을 완화시켜주고 기관지 질환에 도움이 되기 때문에 환절기 음료로 적합합니다. 예로부터 우리 나라는 환절기와 겨울에는 따끈한 모과차를 끓여 마시는 것이 오랜 전통이었죠. 특히 모과차는 독특한 향을 즐길 수 있고 맛도 자극적이지 않아서 널리 사랑받는 음료이기도 합니다.

이러한 모과차를 만드는 방법은 다음과 같습니다. 먼저 깨끗이 씻은 모과를 2mm정도 얇게 저며 용기에 모과와 설탕을 번갈아 넣어 모과청을 만듭니다. 10일 정도 냉장고에서 숙성시킨 모과청을 찻잔에 넣고 뜨거운 물을 부어서 차로 마시면 됩니다.



### 카모마일 차

카모마일은 유럽이나 북아메리카 지역에서 많이 생산되며 이 지역에서는 감기를 가라앉히고 생리통과 소염, 진정을 위한 민간요법으로 카모마일차를 많이 마십니다. 실제로 카모마일에는 긴장을 완화시키고 정서적인 안정감을 주는 효과가 있으며 런던 임페리얼 대학 연구진이 조사한 바에 따르면 카모마일차를 마셨을 때 체내에 감기를 물리치는 성분이 크게 증가했다고 합니다. 사과 향이 난다고 해서 땅 위의 사과라고 불렀던 카모마일은 아주 오래전부터 유럽에서는 감기약 대용으로 사용됐다고 합니다. 카모마일은 차를 끓여 마시는 게 가장 전통적인 음용법입니다. 다만 국화와 꽃에 알레르기가 있는 사람은 카모마일에서도 알레르기 증상이 나타나기 때문에 조심해야 하며, 말린 카모마일을 티백에 넣어 물에 우려먹으면 됩니다.



## 뱅쇼

프랑스에서는 뱅쇼, 독일에서는 글뤼바인, 미국에서는 멀드와인이라 불리는 이 음료는 추운 북유럽의 대표적인 환절기 음료입니다. 와인에 각종 과일과 시나몬을 넣어 끓여서 마시는 따뜻한 와인류 음료로 환절기 감기에 효과적이라고 합니다. 뱅쇼는 한국 독자들에게는 다소 생소하지만, 유럽에서는 널리 알려져 있는 음료입니다. 술이 들어갔지만 따끈하게 끓여서 나오기 때문에 일반적인 술과 향이 많이 다릅니다. 뱅쇼를 만드는 방법은 냄비에 썰어놓은 다양한 과일과 시나몬스틱, 정향, 통후추와 레드와인을 넣고 끓입니다. 어느 정도 식힌 뒤에 꿀을 넣으면 완성입니다.



## 생강차

생강차는 우리나라를 비롯해 베트남 등 전 세계적으로 유명한 환절기 음료입니다. 생강은 중국의 공자가 몸을 따뜻하게 하기 위해 식사 때마다 찹겨 먹었다고 전해질 정도로 좋은 식재료로 한방에서 따뜻한 기운이 있는 양성식품으로 분류되어 몸 전체의 각 기관을 따뜻하게 보호해줍니다. 요리에 들어간 생강은 풍미를 돋우기 위해 사용되지만, 막상 먹기에는 부담되는 경우가 많은데, 신기하게도 생강차로 끓이면 얼큰한 맛이 독특한 풍미를 주는 음료로 변하여 먹기가 쉽습니다. 생강은 구하기도 쉽고 만드는 방법도 간단합니다. 얇게 편 썬 생강에 설탕을 넣어 1~2시간 정도 상온에 둔 뒤, 냄비에 물과 함께 끓입니다. 어느 정도 물이 줄어들면 계피가루를 첨가한 뒤 유리병에 담고 물에 타 먹으면 됩니다.



## 살렘

다소 생소하실 이 음료는 바로 터키에서 환절기에 즐겨 마시는 것입니다. 살렘은 난초 식물의 뿌리를 갈아서 데운 우유에 설탕과 시나몬을 넣어 만드는 터키식 음료를 말하며 보통 겨울에 마시는 건강 음료입니다. 심장을 튼튼하게 하고 기력을 보호해 주는 효능이 있어서 오래전부터 터키인들은 커피와 홍차 이전부터 겨울철 음료로 살렘을 즐겨 마셨다고 합니다.



### Profile reporter 식약아리아 5기 김지용씨

식품영양학과 경영학을 복수 전공하고 있는 김지용씨는 소비자 입장에서의 식품 분야와 기업 입장에서의 식품 분야를 모두 경험해보고 싶어 식약처 블로그기자단이 되었습니다. 식품 전공자이지만, 법 분야에 대한 관심도 많아 식품과 법이 서로 연관되는 식품법, 식품위생법 분야와 관련 이슈를 이해하기 쉽게 전하려고 노력하고 있습니다. 또한, 아직 개척되지 않은 식품 시장에 대한 관심이 많아 개척되지 않은 식품 시장의 미래와 시장 개척을 위해 어떤 노력이 필요한지도 전달하려 합니다. 김지용씨의 콘텐츠가 궁금하신 분들은 식약처 공식 블로그 식약지킴이(<http://blog.naver.com/kfdazzang>)에서 만나보세요!

# 건강하게 마시자





끝인 줄 알았지?  
 마지막 tip 5!!!  
 침 속에도 알코올을 분해하는 기능이  
 있어서 술 마시고 그냥 자면 알코올 속의  
 발암물질이 같이 남는다!!  
 양치질해라!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!



아고- 집이 최고다!  
 민회녀석.. 언제 네임스티커까지..  
 아무튼 재미있는 녀석이야.  
 덕분에 술 마셨는데도 속이 편하네!  
 그 녀석... 누가 데려갈지-



식품의약품안전처

음주,  
 이젠 건강하게 즐겨봐요!



너의 맛이 보여

## 호호 불어먹는 Homemade, 호떡 - 자색고구마호떡

### 영양 TIP!

고구마는 쌀이나 밀가루로 만든 호떡에 비해서 나트륨을 덜 넣어도 충분한 풍미를 낼 수 있어요. 그러면서도 칼륨은 두배 이상 높아 영양식으로도 훌륭합니다. 땅콩과 호두는 겨울이 제철이라 겨울 호떡에는 찰떡궁합을 자랑하기도 합니다. 호떡을 만들 때에는 찹쌀가루와 고구마에 수분이 적을 경우 반죽에 물을 넣어 농도를 조절하여 반죽을 입맛에 맞게 조절하는 것이 가장 중요합니다.

### 재료 (1인분)

반죽 : 찹쌀 30g, 자색고구마 20g,  
 조미료 : 소금 0.2g, 현미유 3g, 물 17g 황설탕 7g,  
 견과류 : 검정깨 2g, 땅콩 2g, 호두 2g, 찹쌀가루 0.5g, 계피가루 0.2g,

### 영양성분

열량 229.2kcal | 탄수화물 38.4g | 단백질 3.7g |  
 지방 6.5g | 나트륨 71.9mg





**1 반죽 준비하기**

찹쌀을 3-5시간 불려둔 다음 물기를 제거하고 믹서기에 갈아 둡니다.



**2 고구마 다듬기**

고구마는 껍질을 벗기고 작게 썰어 찜통에 넣고 찍니다.

푹 익혀서 말랑말랑해지면, 잘 으깨어 반죽하기 편할 정도로 만듭니다.



**3 호떡소 만들기**

검정깨를 먼저 믹서기에 곱게 갈고, 호두와 땅콩은 잘게 다집니다. 여기에 황설탕과 갈아둔 찹쌀가루를 함께 섞어서 호떡소를 만듭니다.



**4 반죽하기**

으깨어둔 고구마에 찹쌀가루를 넣은 뒤 반죽을 합니다. 처음에는 골고루 섞이도록 반죽을 하다가 찰기가 돌 때까지 반복합니다.



**5 호떡 빚기**

완성된 반죽을 적당량 떼어내어 동그랗게 빚습니다. 준비해둔 호떡소를 적당량 넣고 봉합한 다음, 납닥하게 누릅니다.



**6 호떡 굽기**

팬에 현미유를 두르고 호떡을 살짝 눌러가면서 앞뒤로 노릇노릇하게 구워 내면 완성!