



산박사 블로그북 17

산박사

소개글

목차

1	감기 예방에 좋고 청양고추보다 30배나 더 맵다는 아바네로 고추,효능,라면 - 대구수목원 열대과일원.	4
2	세계에서 두번째로 매운 고추 트리니다드 모루가 세븐팟 고추 - 대구수목원 열대과일원.	27
3	정력증진 항암효능이 있는 별모양의 튜립파프리카(별고추),효능 - 대구수목원..	48
4	돈이되는 나무 화월(크라솔라)이 한겨울에 천연향기를 듬뿍 뿜다 - 대구수목원 선인장온실.	73
5	[울진여행] 푸른바다에 넘실대는 물경을 보며 쉬어가는 망양휴게소 겨울바다 풍경.	97
6	스트레스 해소 피부암을 예방하는 커피나무,열매,효능 - 대구수목원.	120
7	[삼척여행] 삼척항과 우리바다 걷기 좋은 길 4선 삼척 새천년 해안도로 해변 - 삼척시 정하동.	143
8	기와 소화작용을 돕는 파파야,효능 - 대구수목원 열대과일원.	165
9	비타민 C가 풍부 변비예방 피부미용 감기예방 항암효과가 있는 오렌지.효능 - 대구수목원	188
10	대구 울겨울 2번째 눈오는날 신천의 눈풍경 - 신천	213
11	대구 울겨울 2번째 눈내린 대구수목원의 동양화 그림같은 설경(1) - 대구수목원.	235
12	[겨울꽃] 엄동설한에 실내에서 은은하게 감향기를 내뿜는 금화산(난초) - 동양란 관리 방법.	257
13	울겨울 2번째 눈내린 대구수목원의 동양화 그림같은 설경 2탄 (2) - 대구수목원.	283
14	[민속놀이] 대구 설 민속놀이 한마당및 무료음료제공. 설맞이 추억의 솜사탕및 풍선아트 무료제공 - 국채보상운동기념공원. 동동 구루무/방어진/방어	305
15	음료 · 향수 및 레모네이드의 원료 감기예방에 좋은 휘귀종 왕레몬,효능 - 대구수목원.	331
16	[김해맛집] 즉석에서 천하1품한우를 골라서 구워먹는 김해축산농협 산들에3호점 장유점 - 김해.	354
17	[대구 봄꽃소식] 매화중에 가장빨리 선달에 꽃이피고 향기기 진한 납매(당매),꽃,효능-대구수목원.	368
18	봄의 전령사 휘휘 늘어진 수양매화나무 꽃이 만발,효능,전설 - 대구수목원. 매화같은 여자 / 최영주.	393
19	[강릉여행] 은빛모래 흰파도 쪽빛물결 강릉 경포해변의 이상적인 겨울바다 풍경을보는 낭만여행 (1)	420
20	[대구 봄꽃소식] 봄의 전령사 복과 장수를 빌어주고 신경통에 좋은 복수초,꽃,효능,유래 - 대구수목원. 복수초/최성민,mp3,가사.	442

*대구수목원 열대식물원에 청양고추보다 30배나 더 맵다는 아바네로 고추를 소개 합니다~~~

효능은 갑상선 항진증에 많은 도움이 될것 같습니다.

그리고 메르스 예방이나 감기 예방에 좋다고도 하니 먹을 방법을 연구도 해야겠습니다.

1.아바네로 고추:

아바네로고추(스페인어 : ají habanero 또는 chile habanero, 학명 : *Capsicum chinense*)는 고추의 한 품종이다.

아바네로는 청양고추보다 30배나 더 맵다고 합니다.

아바네로가 면역력을 강화시키는 7가지 음식에 포함되어 있습니다.



2.아바네로 고추 명패:

요즘 하바네로 라면이 핫 이슈이지요!

아바네로그추 열매의 크기는 2~6 cm 가량이다. 익기 전에는 녹색이지만, 익어가면서 다양한 색상으로 바뀐다. 가장 일반적인 것은 오렌지색이지만, 흰색, 갈색, 분홍색도 볼 수 있다.



3.아바네로 고추:

아바네로그추의 원산지는 유카탄 반도 인근으로 보인다. 아바나(La Habana)에서 많이 거래되었기 때문에 ‘아바네로 (Habanero)’ 라는 이름이 붙었다.



4.아바네로 고추:

아바네로고추의 매움은 스킵 척도로 10~30만에 이르며, 아바네로고추의 품종 가운데 하나인 레드 사비나는 부트 졸로키아가 나올 때까지 1994년부터 2006년까지 기네스북 기록을 보유했다.



5.아바네로 고추:

아바네로고추는 멕시코 유카탄 반도에서 현재 연간 1500톤이 생산되고 있으며 다른 생산지로 브라질, 코스타리카, 벨리즈, 미국(텍사스, 아이다호, 캘리포니아)가 있다.



6.아바네로 고추:

아바네로고추는 단순히 강력한 매운 맛뿐만 아니라, 감귤류의 과일 향기를 가지고 있다. 일본에서는 토하토가 "폭군 아바네로고추"를 2004년 발매한 이래 매운 스낵 붐이 일어나고 급격히 인지도가 상승했다.



7.아바네로 고추:

요즘 강렬한 매운맛을 즐기는 소비자가 점점 늘어나면서 매운맛 라면이 주목받고 있다.

그중 이마트 자체브랜드(PB) 제품인 ‘도전! 하바네로 라면’ (하바네로 라면)은 라면 PB제품 가운데 기념비적인 제품이다.

세계 각국의 라면을 품평하는 블로그 ‘The Ramen Rater’ 를 운영 중인 미국의 라면 전문 블로거인 한스 리네시(38)가 지난달 자신의 블로그에서 ‘가장 매운 라면 톱 10(Top Ten Spiciest Instant Noodles Of All Time 2013)’ 에선 이마트 ‘하바네로 라면’ 이 2년 연속 1위에 올랐다.



8.아바네로 고추:

삼양 ‘불닭볶음면’ 과 팔도 ‘틈새라면’ , 이마트 ‘하바네로 짬뽕’ 이 2~4위, 농심 ‘진짜진짜’ 가 6위로 선정돼 리스트의 절반을 한국 제품이 휩쓸었다.

한편 해태의 '허니버터칩'은 2014년 실시간 검색어 연일 1위를 기록하며 출시 100일 만에 50억 매출 달성했다.



9.아바네로 고추



10.아바네로 고추



11.아바네로 고추



12.아바네로 고추



13.아바네로 고추



14.아바네로 고추



15.아바네로 고추



16.아바네로 고추



17.아바네로 고추



18.아바네로 고추



19.아바네로 고추



20.아바네로 고추



*아바네로 고추

아바네로고추(스페인어 : ají habanero 또는 chile habanero, 학명 : *Capsicum chinense*)는 고추의 한 품종이다.

하바네로는 청양고추보다 30배나 더 맵다고 합니다.

하바네로가 면역력을 강화시키는 7가지 음식에 포함되어 있습니다.

효능은 갑상선 항진증에 많은 도움이 될것 같습니다.

그리고 메르스 예방이나 감기 예방에 좋다고도 하니 먹을 방법을 연구도 해야겠습니다.

요즘 하바네로 라면이 핫 이슈이지요!

아바네로고추 열매의 크기는 2~6 cm 가량이다. 익기 전에는 녹색이지만, 익어가면서 다양한 색상으로 바뀐다. 가장 일반적인 것은 오렌지색이지만, 흰색, 갈색, 분홍색도 볼 수 있다.

아바네로고추의 원산지는 유카탄 반도 인근으로 보인다. 아바나(La Habana)에서 많이 거래되었기 때문에 ‘아바네로 (Habanero)’ 라는 이름이 붙었다.

아바네로고추의 매움은 스코빌 척도로 10~30만에 이르며, 아바네로고추의 품종 가운데 하나인 레드 사비나는 부트 졸로키아가 나올 때까지 1994년부터 2006년까지 기네스북 기록을 보유했다.

아바네로고추는 멕시코 유카탄 반도에서 현재 연간 1500톤이 생산되고 있으며 다른 생산지로 브라질, 코스타리카, 벨리즈, 미국(텍사스, 아이다호, 캘리포니아)가 있다.

아바네로고추는 단순히 강력한 매운 맛뿐만 아니라, 감귤류의 과일 향기를 가지고 있다. 일본에서는 토하토가 "폭군 아바네로고추"를 2004년 발매한 이래 매운 스낵 붐이 일어나고 급격히 인지도가 상승했다.

***하바네로 라면 얼마나 맵길래 요즘 하바네로 라면이 핫이슈 라지요!**

요즘 강렬한 매운맛을 즐기는 소비자가 점점 늘어나면서 매운맛 라면이 주목받고 있다.

그중 이마트 자체브랜드(PB) 제품인 "도전! 하바네로 라면" (하바네로 라면)은 라면 PB제품 가운데 기념비적인 제품이다.

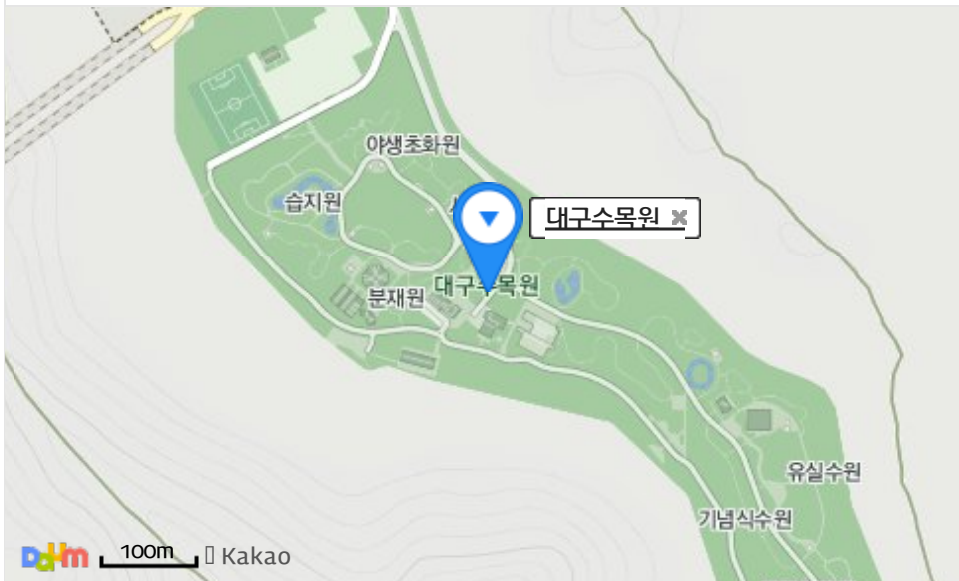
세계 각국의 라면을 품평하는 블로그 'The Ramen Rater' 를 운영 중인 미국의 라면 전문 블로거인 한스 리네시(38)가 지난달 자신의 블로그에서 '가장 매운 라면 톱 10(Top Ten Spiciest Instant Noodles Of All Time 2013)' 에선 이마트 '하바네로 라면' 이 2년 연속 1위에 올랐다.

삼양 '불닭볶음면' 과 팔도 '틈새라면' , 이마트 '하바네로 짬뽕' 이 2~4위, 농심 '진짜진짜' 가 6위로 선정돼 리스트의 절반을 한국 제품이 휩쓸었다.

한편 해태의 '허니버터칩'은 2014년 실시간 검색어 연일 1위를 기록하며 출시 100일 만에 50억 매출 달성했다.

대구수목원

053-640-4100 | 대구 달서구 대곡동 284



*웃자퀴즈 298: 정력이 약한 남성들이 가장 싫어 하는 노래는?

*힌트:인터넷에 검색하면 정답이 있습니다. ㅎㅎㅎㅎ 매주 월요일 정답 공개 합니다 ㅋㅋㅋㅋ

*아래 ♥ 모양 공감에 쿡~ 눌러 주세요! 감사 합니다!



*대구수목원 열대식물원에 세계에서 두번째로 매운 고추 트리니다드 모루가 세븐팟 고추가붙게 익어가고 있습니다.
얼마나 매운지 한개의 세븐 팻을 가지고 일곱 냄비의 아주 매운 스튜를 충분히 만들 수가 있다고 한다.
"작은 고추가 맵다"라는 우리나라 속담이 있다.

1.트리니다드 모루가 세븐팟 고추



2.트리니다드 모루가 세븐팟 고추 명패



3.트리니다드 모루가 세븐파트 고추



4.트리니다드 모루가 세븐팟 고추



5.트리니다드 모루가 세븐팟 고추



6.트리니다드 모루가 세븐파트 고추



7.트리니다드 모루가 세븐팟 고추



8.트리니다드 모루가 세븐파트 고추



9.트리니다드 모루가 세븐팟 고추



10.트리니다드 모루가 세븐팟 고추



11.트리니다드 모루가 세븐팟 고추



12.트리니다드 모루가 세븐팟 고추



13.트리니다드 모루가 세븐팟 고추



14.트리니다드 모루가 세븐파트 고추



15.트리니다드 모루가 세븐파트 고추



16.트리니다드 모루가 세븐팻 고추



17.트리니다드 모루가 세븐파트 고추



18.트리니다드 모루가 세븐팻 고추



19.열대식물원 전경



*트리니다드 모루가 세븐팟 고추

세계에서 두번째로 매운 고추로 얼마나 매운지 한개의 세븐 팻을 가지고 일곱 냄비의 아주 매운 스튜를 충분히 만들 수가 있다고 한다.

*고추가루의 효능

1.고추는 비타민C의 보고

고추 100g에는 비타민C가 사과보다 50배나 많이 들어 있고, 귤보다는 2~3배가 더 많이 들어 있다. 고추의 비타민C는 고추 속의 매운맛을 내는 ‘캡사이신’ 때문인데, 이 캡사이신은 조리를 해도 쉽게 산화되지 않아 손실이 별로 없다. 고추에는 단백질과 지질도 풍부하게 들어 있다. 탄수화물로는 당질과 섬유질이 들어 있고, 무기질로는 칼슘과 인 그리고 철분, 나트륨, 칼륨 등이 골고루 들어 있다.

고추는 몸을 따뜻하게 해 주고 피부를 자극하는 효과가 있다. 성질이 뜨겁고 맵기 때문에 몸이 차고 소화기관이 약한 사람에게는 매우 좋은 식품이다.

2.혈액순환 개선에 효과

고추의 매운맛은 소화를 잘 시키고 침샘과 위를 자극하여 위산 분비가 잘 되도록 도와 준다. 고추의 캡사이신은 혈관을 확장시키고 피가 잘 돌게 하며, 위액 분비를 촉진해 식욕을 돋우고 소화를 좋게 하는 작용을 한다.

작은 고추가 맵다라는 말이 있는 것처럼, 진짜 작은 고추는 매운맛이 강하다. 심하게 매운 것을 먹으면 피부에 반점이 생기기도 하며, 위를 상하게 할 수도 있다. 따라서 위궤양이나 십이지장 궤양이 있는 사람은 매운 고추를 적게 먹는 것이 좋다.

3.소화촉진에 발육촉진까지

고추가 소화율을 높인다는 연구 결과가 나왔다. 쥐의 사료에 5%의 고춧가루를 섞어 먹였더니 고추를 섞지 않았을 때보다 발육이 좋았고, 소화기 이상도 볼 수 없었다고 한다. 고추는 김치나 다른 요리에 적당히 넣어 먹으면 식욕을 돋우고, 소화율을 높여 발육을 돕는다.

고추를 발효 식품에 적당량 첨가하면 유산균의 발육이 아주 활발해진다. 김치에 고추를 넣으면 고추의 캡사이신에 의해 젖산균의 발육이 좋아지는 이치이다. 따라서 김치를 많이 먹으면 유산균 음료를 따로 마실 필요가 없을 정도로 좋다. 김치에 담긴 우리 조상의 슬기를 엿볼 수 있는 대목이다.

4.고추, 다이어트 효과 톡톡

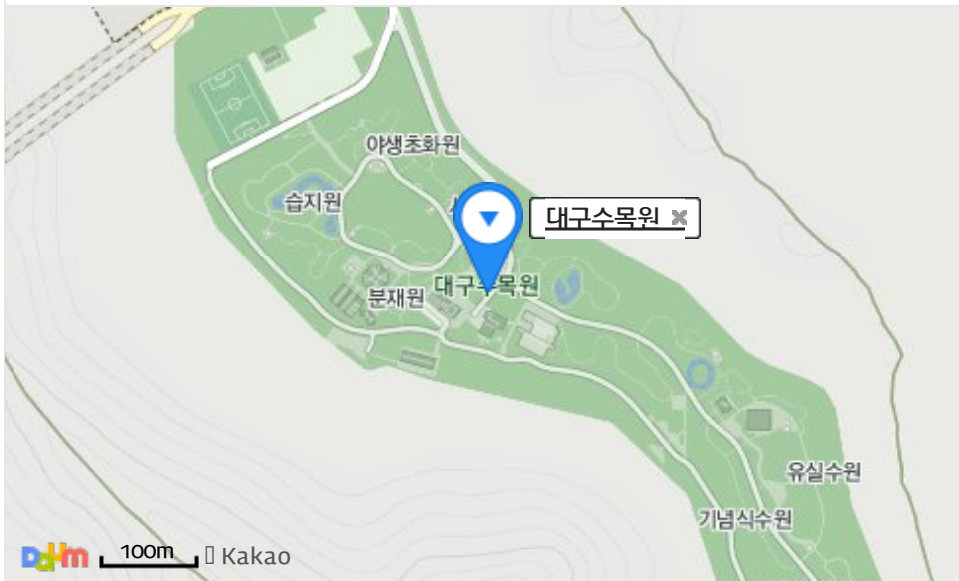
고추의 캡사이신은 산화방지와 살균작용을 한다. 김치에 고추를 넣기 전에는 젓갈을 넣지 않았다. 김치에 젓갈을 넣으면 젓갈이 쉽게 상해버리리 때문에 비린내가 심하게 난다. 하지만, 김치에 고추를 넣으면 산패를 막아 싱싱함을 오래 유지한다.

고추에 많이 들어 있는 캡사이신은 몸 안에 들어가면 중추를 통해서 자율신경의 하나인 교감신경이 반응을 한다. 이러한 자극에 의한 부신에서 아드레날린 호르몬이 분비되는 데 이 아드레날린의 작용에 의해 체내의 지방은 지방산이 되어 분해되어 에너지원이 되기 때문에 다이어트에도 도움이 된다.

고추를 먹으면 막혔던 코가 확 뚫린다. 이는 고추의 캡사이신이 교감신경을 자극하여 부어올랐던 혈관을 수축시켜 막혔던 코가 뚫리게 된다. 또 캡사이신에는 에너지 대사를 높여 내장의 기능을 활성화시킨다. 이 때문에 면역 기능도 강해진다. 고추가 우리 몸에 좋은 이유이다.

대구수목원

053-640-4100 | 대구 달서구 대곡동 284



*웃자퀴즈 298: 정력이 약한 남성들이 가장 싫어 하는 노래는?

*힌트:인터넷에 검색하면 정답이 있습니다. ㅎㅎㅎㅎ 매주 월요일 정답 공개 합니다 ㅋㅋㅋㅋ

*아래 ♥ 모양 공감에 쿡~ 눌러 주세요! 감사 합니다!



*대구수목원에 생김새가 특이한 별모양과 똑같은 툰립파프리카(별고추)가 붉게 익어가고 있습니다.

-매운맛 기준(스코빌 척도):특별히 맵지않음. 파프리카, 피망은 스코빌지수; ○ 입니다.

1.툰립파프리카(별고추):

이 고추의 이름은 남아메리카 원산의 툰립파프리카 입니다.

생김새가 별과 같다고 별고추라고도 합니다.

식용과 관상용 모두 가능한데 요즘 관상용으로 많이 심겨집니다.

생김새부터 요상하거나 작거나 둥글거나 예쁜것들을 일컬어서 보통 화초고추로 부릅니다.



2.툰립파프리카(별고추):

예전에는 꽃집에선 하늘을 쳐다보는 보라색,노란색의 작은 고추가 화분에 심겨져 팔리는 모습을 많이 봤는데 요즘에는 튜립파프리카도 자주 볼 수 있습니다.



3. 튜립파프리카(별고추):

이 고추는 대구수목원 화단에 올봄 관상용 화초고추 모종을 심었는데 고춧잎도 일반고추와 비슷하고 고추는 처음은 별모양 푸른고추인데 익으면 빨간고추가 됩니다.



4.톨립파프리카(별고추):

한방에서는 고추 열매를 번초(蕃椒) 또는 당신(唐辛)이라고 하여 열매를 달인 물에다 동상에 걸린 곳을 씻어 동상의 치료나 예방에 쓰고, 고춧가루를 신발이나 양말 안에 넣어 피가 잘 통하게 하며 신경통이나 근육통의 치료제로 쓰기도 한다.

고추는 흔히 남자를 상징하는 것으로 옛날에는 고추와 솥을 새끼에 꼬아 대문 위에 걸어두어 그 집에서 아들을 낳았음을

알리기도 했다.



5.톨립파프리카(별고추):

진통 효과

1940년대 후반, 캡사이신이 처음에는 매운 자극을 주지만 시간이 지나면서 고통을 진정시키는 작용을 한다는 사실이 밝혀졌다.

캡사이신은 체내 신경 말단에서 통증 전달물질로 알려진 ‘P물질’을 떨어뜨려 진통 효과를 낸다.



6.톨립파프리카(별고추):

항암 효과

서울대 약대 서영준 교수는 캡사이신이 항암 효과가 뛰어나다는 연구결과를 발표했다.

서 교수팀이 피부암 세포를 주사한 쥐에게 캡사이신을 바른 결과, 그중 60%만 피부암으로 발전했다.

캡사이신을 바르지 않은 쥐는 100% 피부암에 걸렸다.

미국 세다스-시나이 메디컬센터의 소렌 레먼 박사는 캡사이신이 전립선암세포의 자살을 유도한다는 연구결과를

2006년

〈암연구〉에 발표했다.

유전자 조작을 통해 사람의 전립선암 세포를 갖게 된 쥐들을 대상으로 캡사이신을 투여한 결과, 암세포의 80%가 스스로

죽고 종양이 크게 축소 됐다.



7.톨립파프리카(별고추):

정력 증진

캡사이신은 중추신경을 자극해 부신피질에서 아드레날린 분비를 촉진시킨다.

아드레날린은 심장박동을 높이는데, 이로 인해 혈액 흐름이 원활해져 정력증진에 도움을 줄 수 있다. 또한 모세혈관을 수축시키고 에너지 대사를 좋게 하므로 고추를 먹으면 흥분제 효과를 기대할 수 있다.



8.톨립파프리카(별고추):

스트레스 해소

스트레스를 받으면 자신도 모르게 매운 음식을 찾는 사람이 많다.

매운 음식을 먹으면 운동한 직후처럼 땀이 나고 개운한데, 캡사이신이 신진대사를 활발하게 하고 혈류량을 증가시키기 때문이다.

캡사이신은 뇌신경을 자극해 엔도르핀을 분비시켜 스트레스를 해소시킨다.



9.톨립파프리카(별고추)



10.톨립파프리카(별고추)



11.톨립파프리카(별고추)



12.톨립파프리카(별고추)



13.톨립파프리카(별고추)



14.톨립파프리카(별고추)



15.톨립파프리카(별고추)



16.톨립파프리카(별고추)



17.톨립파프리카(별고추)



18.톨립파프리카(별고추)



19.튤립파프리카(별고추)



20.톨립파프리카(별고추)



*화초고추:튤립파프리카(별고추)

이 고추의 이름은 남아메리카 원산의 튤립파프리카 입니다.

생김새가 별과 같다고 별고추라고도 합니다.

식용과 관상용 모두 가능한데 요즘 관상용으로 많이 심겨집니다~~~

생김새부터 요상하거나 작거나 둥글거나 예쁜것들을 일컬어서 보통 화초고추로 부릅니다

예전에는 꽃집에선 하늘을 쳐다보는 보라색,노란색의 작은 고추가 화분에 심겨져 팔리는 모습을 많이 봤는데 요즘에는 튤립파프리카도 자주 보이더군요

이 고추는 대구수목원 화단에 올봄 관상용 화초고추 모종을 심었는데 고춧잎도 일반고추와 비슷하고 고추는 처음에는 별모양 푸른고추인데 익으면 빨간고추가 됩니다.

*매운맛 기준(스코빌 척도):특별히 맵지않음. 파프리카,피망은 스코빌지수; 0 입니다.

*고추(Chili pepper)

1.뜻: 맵자하다

2.분류:가지과(一科 Solanaceae)에 속하는 1년생초.

3.분포:남아메리카

4.크기:약 60cm~90cm

5.설명:

가지과(一科 Solanaceae)에 속하는 1년생초.

줄기에서 많은 가지가 나오며 키가 80cm까지 자라기도 한다.

잎은 어긋나는데, 잎끝과 잎밑이 뾰족하고 잎가장자리는 밋밋하다.

잎자루는 길다.

꽃은 통꽃으로 하얀색을 띠며 여름에 잎겨드랑이에서 1송이씩 밑을 향해 피는데, 꽃부리가 5갈래로 갈라져 접시처럼 보인다.

꽃받침은 끝만 얇게 5갈래로 갈라져 있다.

수술은 5개이고 꽃밥은 노란색이며, 암술은 1개이다.

열매는 원뿔처럼 생긴 장과(漿果)로 초록색을 띠다가 붉게 익으며, 길이는 보통 5cm 정도이지만 이보다 길어지기도 한다.

한방에서는 고추 열매를 **번초(蕃椒)** 또는 **당신(唐辛)**이라고 하여 열매를 달인 물에다 동상에 걸린 곳을 씻어 동상의 치료나 예방에 쓰고, 고춧가루를 신발이나 양말 안에 넣어 피가 잘 통하게 하며 신경통이나 근육통의 치료제로 쓰기도 한다.

고추는 흔히 남자를 상징하는 것으로 옛날에는 고추와 솥을 새끼에 꼬아 대문 위에 걸어두어 그 집에서 아들을 낳았음을 알리기도 했다.

고추는 옛날부터 사람들이 써왔기 때문에 많은 품종들이 만들어졌다.

고추의 매운 맛은 품종마다 조금씩 다른데 **캡사이신(capsaicin)**이라고 하는 물질이 들어 있기 때문에 매운 맛이 난다.

이 물질은 소화관의 운동을 촉진시키고 위산 분비를 촉진시켜 소화가 잘 되게 하지만 고추를 너무 많이 먹으면 위산 분비가 억제된다.

원래 남아메리카에서 자라던 다년생초이나 우리나라에서는 1년생초로 널리 심고 있다.

언제부터 우리나라에서 심기 시작했는지는 확실하지 않은데, 담배와 거의 같은 시기에 일본과 중국을 거쳐 우리나라에 들어온 것으로 추정된다.

고추는 따뜻한 곳을 좋아해서 16~30℃ 정도에서 잘 자라며 이보다 추운 곳에서는 잘 자라지 않는다.

또한 토양이 기름지고 물이 잘 빠지는 곳에서 잘 자라는데, 고추씨를 바로 밭에 뿌려서 가꾸면 늦게 익으며 열매 수도 적어지므로 온상에서 모종을 기른 다음 밭에 옮겨 심고 가꾼다.

5월 중·하순에 밭에 옮겨 심고 있다.

고추는 8월 하순부터 11월에 걸쳐 수확하고 서리가 내리기 시작하는 11월부터는 포기째 뽑아서 고추를 만다.

고추는 햇볕에 말리거나 불을 지펴 60℃보다 조금 낮은 온도가 되게 한 다음 말린다.

고추는 크게 말린 고추로 쓰는 종류들과 풋고추로 쓰는 종류 2가지로 나눈다.

말린 고추를 쓰는 종류들로는 재래종과 일본에서 만들어진 본응(本鷹)·달마(達磨)·고신(高信)·웅응(熊鷹)·소팔방(小八房)·장팔방(長八房) 등의 품종들이 있으며 풋고추로 쓰는 종류들로는 일광(日光)·복견신(伏見辛)·불암(佛岩)하우스풋고추 등이 있다.

그밖의 품종으로는 외국에서 들어온 피망이 있으며 열매를 먹기 위해서가 아니라 감상하기 위해서 심는 애기고추·아우로라고추·노랑고추·무늬잎고추·화초하늘고추 등이 있다.

*고추의 효능

매운맛을 사랑하는 한국인에게 고추는 떼려야 뗄 수 없는 식품이다. 고추에 들어 있는 캡사이신은 특유의 매운맛을 내며 미각을 자극한다.

● 캡사이신과 비타민C에 주목!

고추에는 캡사이신, 베타카로틴, 루테인, 무기질, 비타민 등 다양한 성분이 들어 있다.

이 중 돋보이는 성분은 캡사이신이다. 특유의 매운맛을 내는 캡사이신은 고추씨에 가장 많고, 껍질에도 들어 있다. 캡사이신 함유량은 고추 종류와 경작조건에 따라 달라진다. 캡사이신은 몸속 지방을 분해하고 장내에서 살균 작용을 하며, 식욕을 좋게 한다.

젖산균 발육을 돕는데, 이 기능을 이용한 것이 김치다.

또 고추는 비타민이 풍부하다.

웬만한 과일보다 비타민C가 많이 들어 있는데 감귤의 2배, 사과 30배 가량 된다. 비타민C는 피로해소에 효과적이고 괴혈병을 예방한다.

흔히 한국인의 위암 발생률이 높은 이유는 고추와 같은 매운 음식을 많이 먹기 때문이라고 여긴다.

하지만 이미 1990년대에 ‘한국인의 고추섭취량과 위암 발생률은 상관이 없다’는 연구결과가 보고됐다.

매운맛 자체는 위염이나 위궤양, 위암 같은 위 질환과 특별한 관계가 없으며, 오히려 위를 보호하기도 한다. 단, 위궤양 등이 있는 사람은 매운 고추나 매운 음식을 자제하는 것이 바람직하다.

● 진통 효과

1940년대 후반, 캡사이신이 처음에는 매운 자극을 주지만 시간이 지나면서 고통을 진정시키는 작용을 한다는 사실이 밝혀졌다.

캡사이신은 체내 신경 말단에서 통증 전달물질로 알려진 ‘P물질’을 떨어뜨려 진통 효과를 낸다.

● 항암 효과

서울대 약대 서영준 교수는 캡사이신이 항암 효과가 뛰어나다는 연구결과를 발표했다.

서 교수팀이 피부암 세포를 주사한 쥐에게 캡사이신을 바른 결과, 그중 60%만 피부암으로 발전했다.

캡사이신을 바르지 않은 쥐는 100% 피부암에 걸렸다.

미국 세다스-시나이 메디컬센터의 소렌 레먼 박사는 캡사이신이 전립선암세포의 자살을 유도한다는 연구결과를 2006년 <암연구>에 발표했다.

유전자 조작을 통해 사람의 전립선암 세포를 갖게 된 쥐들을 대상으로 캡사이신을 투여한 결과, 암세포의 80%가 스스로 죽고 종양이 크게 축소 됐다.

● 정력 증진

캡사이신은 중추신경을 자극해 부신피질에서 아드레날린 분비를 촉진시킨다.

아드레날린은 심장박동을 높이는데, 이로 인해 혈액 흐름이 원활해져 정력증진에 도움을 줄 수 있다. 또한 모세혈관을 수축시키고 에너지 대사를 좋게 하므로 고추를 먹으면 흥분제 효과를 기대할 수 있다.

● 스트레스 해소

스트레스를 받으면 자신도 모르게 매운 음식을 찾는 사람이 많다.

매운 음식을 먹으면 운동한 직후처럼 땀이 나고 개운한데, 캡사이신이 신진대사를 활발하게 하고 혈류량을 증가시키기 때문이다.

캡사이신은 뇌신경을 자극해 엔도르핀을 분비시켜 스트레스를 해소시킨다.

● 식욕증진

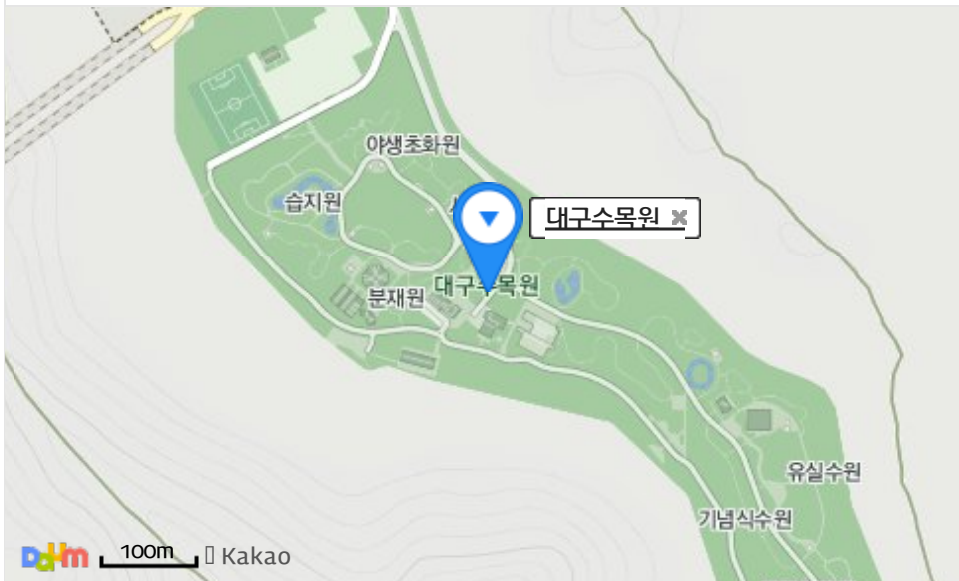
캡사이신은 침샘을 자극해 침을 돌게 하고, 위액 분비를 높여 식욕을 자극한다.

빨간음식은 시각적으로도 침샘을 자극해 식욕을 느끼게 한다.

맛있다고 소문난 집의 음식이 맵거나 빨간 이유다.

대구수목원

053-640-4100 | 대구 달서구 대곡동 284



*웃자퀴즈 298: 정력이 약한 남성들이 가장 싫어 하는 노래는?

*힌트:인터넷에 검색하면 정답이 있습니다. ㅎㅎㅎㅎ 매주 월요일 정답 공개 합니다 ㅋㅋㅋㅋ



*아래 ♥ 모양 공감에 쿡~ 눌러 주세요! 감사 합니다!



*대구수목원 선인장온실에 돈이되는 나무라는 별명을가진 화월(크라슐라)이 한겨울에 천연향기를 듬뿍 내뿜으며 방문객의 발길을 멈추게하고 있습니다.

1.크라슐라/화월 (花月, Crassula portulacea) 꽃:

돈이되는 나무의 별명으로 친숙하며 많이 보급되어 있는 종류이다.

튼튼하고 가지가 잘 퍼지고 모양 좋은 관목모양으로 자란다.

가지꽃이로 간단히 번식된다.

저목형으로 줄기는 굵고 가지가 많이 나온다.

잎은 둥그스름하며 엽색은 어두운 녹색이고 잎 주위는 적색을 띤다.

실내에서는 1m 정도로 자란다.

줄기는 굵고 마디가 짧으며 다육질이다.

봄에 작은 별 모양의 흰 꽃이 무수히 피지만 실내에서는 보기 어렵다.



2. 화월 명패:

일반관리: 여름철에는 실외 햇빛에 내다 놓는다.

빛: 밝은 빛이나 직사광선에서 잘 자란다.

그늘에 두면 줄기가 웃자라 굽어지지 않을 뿐만 아니라 쓰러지게 되므로 주의한다.



3. 화월 꽃:

물주기: 줄기와 잎에 수분을 저장하고 있기 때문에 심한 건조도 견뎌낼 수 있어 분토의 표면이 말라도 바로 물을 줄 필요는 없다.

다른 관엽식물과 마찬가지로 물을 주면 뿌리가 충분히 뻗질 못한다.

초가을부터는 물을 억제하다가 잎에 주름이 잡힐 무렵에 물을 주면 된다.

생장이 일시적으로 멈추는 한여름에는 물을 너무 많이 주면 뿌리가 쉽게 썩는다.



4. 화월 꽃;

저온에 강해 3~5°C에서 겨울을 날 수 있으므로 10월 초순~중순부터 이듬해 4월까지의 실내에 들여 놓으면 특별히 보온에 신경 쓸 필요는 없다.

따뜻한 곳이라면 실외에서도 시들지 않지만 서리에는 상당히 약하므로 주의한다.



5.화월 꽃:

화월은 겨울 내내 꽃아 핍니다.



6. 화월 꽃



7.화월 꽃



8.화월 꽃



9. 화월 꽃



10. 화월 꽃



11. 화월 꽃



12. 화월 꽃



13. 화월 꽃



14. 화월 꽃



15. 화월 꽃



16. 화월 꽃



17. 화월 꽃



18. 화월 꽃



19. 화월 꽃



20. 화월 꽃



*크라슐라/화월 (花月, *Crassula portulacea*)

1.분류 : 돌나물과

2.분포 : 남아프리카

3.원산지 : 남아프리카

4.별명 : 돈이되는나무

5.특징 : 돈이되는 나무의 별명으로 친숙하며 많이 보급되어 있는 종류이다.

튼튼하고 가지가 잘 퍼지고 모양 좋은 관목모양으로 자란다.

가지꽃이로 간단히 번식된다.

저목형으로 줄기는 굵고 가지가 많이 나온다.

잎은 둥그스름하며 엽색은 어두운 녹색이고 잎 주위는 적색을 띤다.

실내에서는 1m 정도로 자란다. 줄기는 굵고 마디가 짧으며 다육질이다.

봄에 작은 별 모양의 흰 꽃이 무수히 피지만 실내에서는 보기 어렵다.

*화월 관리방법

1.일반관리

여름철에는 실외 햇빛에 내다 놓는다.

2.빛

밝은 빛이나 직사광선에서 잘 자란다.

그늘에 두면 줄기가 웃자라 굽어지지 않을 뿐만 아니라 쓰러지게 되므로 주의한다.

3.물주기

줄기와 잎에 수분을 저장하고 있기 때문에 심한 건조도 견뎌낼 수 있어 분토의 표면이 말라도 바로 물을 줄 필요는 없다. 다른 관엽식물과 마찬가지로 물을 주면 뿌리가 충분히 뻗질 못한다.

초가을부터는 물을 억제하다가 잎에 주름이 잡힐 무렵에 물을 주면 된다.

생장이 일시적으로 멈추는 한여름에는 물을 너무 많이 주면 뿌리가 쉽게 썩는다.

4.온도

실온에서 잘 자라며 겨울철 휴면기에는 7~13'C의 저온에 두는 것이 좋다.

5.토양

배수가 잘 되어야 하며 유기토양1, 토탄1, 거친 모래3의 비율로 한다.

6.거름

봄, 여름에 액비를 격주로 준다. 5월 초순과 9월 초순에 2회, 비료를 주면 잘 자란다.

7.번식

비교적 새로운 가지를 잘라낸다. 절단면을 말린 후 강모래에 얇게 심는다.

8.분갈이

2년마다 봄에 한다.

9.병충해

배수가 안 되면 잣빛곰팡이병에 걸리기 쉽다.

10.여름, 겨울나기

저온에 강해 3~5'C에서 겨울을 날 수 있으므로 10월 초순~중순부터 이듬해 4월까지의 실내에 들여 놓으면 특별히 보온에 신경 쓸 필요는 없다. 따뜻한 곳이라면 실외에서도 시들지 않지만 서리에는 상당히 약하므로 주의한다.

대구수목원

053-640-4100 | 대구 달서구 대곡동 284



*웃자퀴즈 299 : 만두 장사가 가장 싫어하는 말은?

*힌트:인터넷에 검색하면 정답이 있습니다. ㅎㅎㅎㅎ 매주 월요일 정답 공개 합니다 ㅋㅋㅋㅋ

*아래 ♥ 모양 공감에 쿡~ 눌러 주세요! 감사 합니다!



*바깥출입이 뜸한 한겨울 7번국도 망양휴게소 옥상에서 확트인 겨울바다를 바라보면 속이 휴련해진다.

7번국도 망양휴게소에서 내려 윗층 전망대에 올라가서 바다전경을 마음껏 사진에 담았습니다.

대구에서 동해바다쪽으로 올라가다 보면 망양휴게소를 들를 수 있다.

혹시 7번국도를 여행 하게 되면 꼭 망양휴게소를 들러보고 가세요.

지평선을 바라보며 확트인 바다 풍경은 정말로 속이 시원합니다.

전망대에서 내려보면 바위에 부딪치는 은빛 파도도 장관입니다.

그림같이 바다전경이 멋진곳이 바로 망양휴게소 입니다.

망양휴게소는 경북 울진군 매화면 덕신리 119-5 번지 입니다.

1.망양휴게소에서 내려본 바다풍경.











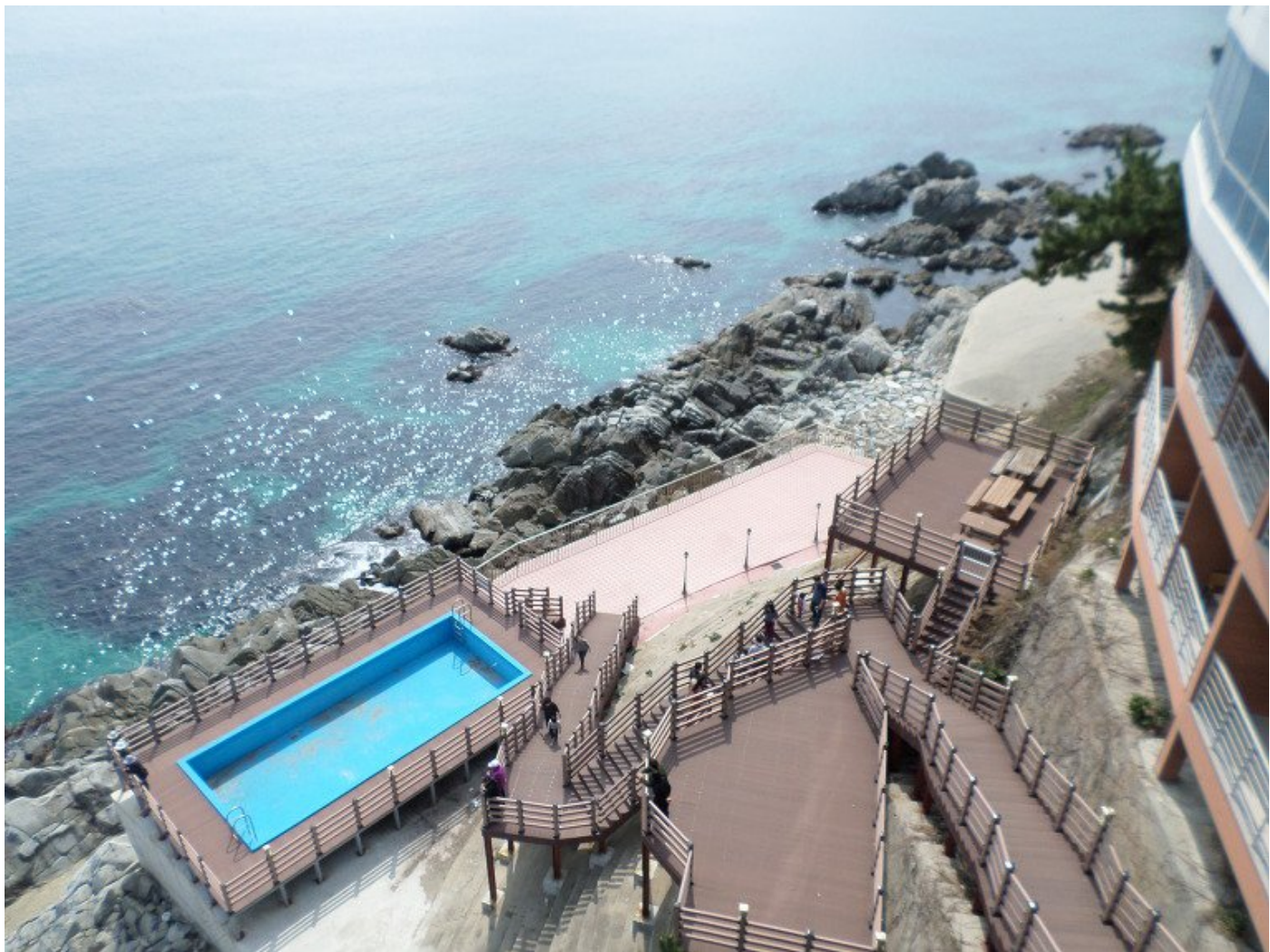






























*망양휴개소

주소:경북 울진군 매화면 덕신리 119-5

전화:054-782-7769

망양휴게소

054-782-7769 | 경북 울진군 매화면 덕신리



*웃자퀴즈 299 : 만두 장사가 가장 싫어하는 말은?

*힌트:인터넷에 검색하면 정답이 있습니다. ㅎㅎㅎㅎ 매주 월요일 정답 공개 합니다 ㅋㅋㅋㅋ

*아래 ♥ 모양 공감에 쿡~ 눌러 주세요! 감사 합니다!



*대구수목원 열대식물원 스트레스 해소와 피부암을 예방하는 커피나무에 빨간 커피열매가 익어가고 있습니다.

커피는 이제 우리 일상 속에서 없어서는 안 될 기호식품이 되었습니다. 하루를 시작하는 아침에는 아메리카노를 마시고, 날씨가 화창한 날에는 테라스에 앉아 카푸치노를 즐깁니다. 때로는 졸음을 쫓기 위해 진한 에스프레소를 마시거나 식후에는 달달한 인스턴트 커피를 마시기도 하지요. 이렇듯 커피나무는 우리에게 없어서는 안 될 식물로 자리 잡았습니다.

1. 커피나무 열매:

커피나무는 커피속(*Coffea*) 식물의 총칭으로 꼭두서니과의 목본으로서 90여 종을 포함한다. 보통 커피 수확을 위해 재배되는 것으로는 아라비카커피 · 리베리카커피 · 로부스타커피 등이 있다..



2.커피나무 명패:

커피나무는 전 세계적으로 약 40종이 있지만, 코페아 아라비카(Coffea Arabica)와 코페아 카네포라(Coffea Canephora)를 커피 2대 원종이라고 합니다. 코페아 아라비카의 원산지는 에티오피아로 세계 커피 생산량의 70%를 차지하고 있습니다.



3.커피나무 열매:

주로 동아프리카와 중남미에서 재배하고 있지요. 보통 아라비카 커피(Arabica Coffee)로 부르며 800m 이상의 고지대에서 재배합니다. 평균기온은 15~24℃가 적당하며 유기질이 풍부하고 배수 상태가 좋은 화산재 토양에서 잘 자라지요. 우기와 건기의 구분이 필요하나 집중호우나 강한 바람에 노출되는 것은 좋지 않습니다. 재배조건이 까다롭고 병충해에 취약하지만 맛과 향이 뛰어나며 카페인 함량도 1.4%로 낮은 편입니다.



4. 커피나무 열매:

코페아 카네포라는 로부스타(Robusta)라고 부르며 아프리카 콩고가 원산지입니다. 아라비카에 비해 잘 자라고 웬만한 기후와 토양에서 재배가 가능하지요. 600m 이하 저지대에서도 24~30℃ 정도의 기온만 유지하면 됩니다. 병충해에는 강하지만 맛과 향이 떨어져 주로 블렌딩 커피나 인스턴트 커피의 재료가 되지요. 카페인 함량은 아라비카보다 2배 정도 높습니다.



5.커피나무 열매:

국내에 들어오는 커피나무는 대부분 아라비카 품종입니다. 반짝거리는 광택을 지닌 커피나무의 진녹색 잎은 가장자리가 구불구불한 레이스 같은 모양을 하고 있습니다. 커피나무는 키에 비해 가느다란 원줄기를 가지고 있는데, 윗부분에는 결가지가 생기고 큰 잎이 달리면서 밑으로 처집니다. 원산지에서는 5m까지 자라는 늘푸른나무(상록수)랍니다. 하지만 커피의 재배를 위해 보통 2m 크기로 키운다고 합니다.



6.커피나무 열매:

커피나무는 씨앗을 심어 열매를 수확하기까지 3년 정도의 시간이 필요하며 그 후로는 30년 동안 계속 열매를 수확할 수 있습니다. 씨앗을 심은 지 40~60일 정도가 지나면 발아하는데, 기후와 환경에 따라서 다르지만 발아 후 20~30일이 지나면 잎이 두 장 나옵니다. 파종 후 5개월이 되면 어느 정도 커피나무의 모습을 보이기 시작합니다. 2~3년이 지나면 하얀 꽃이 피고 자스민 꽃과 비슷한 향이 납니다. 또 꽃이 지면 녹색의 둥근 열매가 맺히고 6~8개월 후부터 점점 붉은색으로 변하지요.



7.커피나무 열매:

수확은 일반적으로 1년에 1~2회 정도 하며 열매 안에는 씨앗이 1~2개씩 들어 있습니다. 열매(Cherry) 속의 씨앗 (Green Bean)을 볶으면 원두(Coffee Bean)가 됩니다. 이 원두를 갈아서 물을 이용해 용해시켜 추출해 낸 용액이 바로 우리가 마시는 커피입니다. 커피를 재배하는 곳의 자연환경과 로스팅, 커피를 내리는 방법에 따라 향과 맛이 달라집니다. 풍성하고 깊은 커피의 맛은 이 모든 것의 복합적인 결과물인 것이지요.



8.커피나무 열매:

커피의 효능은 1).커피향을 맡는 것만으로도 스트레스 해소. 2).파킨슨병 예방 및 완화. 3).간 건강. 4).기분이 좋아짐.
5).자살 위험을 낮춘다. 6).운동 능력 향상. 7).당뇨 발병률 감소. 8).두뇌 건강. 9).사고력 향상. 10).피부암을 예방.



9. 커피나무 열매



10.커피나무 열매



11. 커피나무 열매



12.커피나무 열매



13.커피나무 열매



14. 커피나무 열매



15. 커피나무 열매



16.커피나무 열매



17. 커피나무 열매



18.커피나무 열매



19.커피나무 열매



20.커피나무



*커피나무 (coffee tree)

커피나무는 커피속(*Coffea*) 식물의 총칭으로 꼭두서니과의 목본으로서 90여 종을 포함한다. 보통 커피 수확을 위해 재배되는 것으로는 [아라비카커피](#) · [리베리카커피](#) · [로부스타커피](#) 등이 있다.

커피는 이제 우리 일상 속에서 없어서는 안 될 기호식품이 되었습니다. 하루를 시작하는 아침에는 아메리카노를 마시고, 날씨가 화창한 날에는 테라스에 앉아 카푸치노를 즐깁니다. 때로는 졸음을 쫓기 위해 진한 에스프레소를 마시거나 식후에는 달달한 인스턴트 커피를 마시기도 하지요. 이렇듯 커피나무는 우리에게 없어서는 안 될 식물로 자리 잡았습니다.

커피나무는 전 세계적으로 약 40종이 있지만, 코페아 아라비카(*Coffea Arabica*)와 코페아 카네포라(*Coffea Canephora*)를 커피 2대 원종이라고 합니다. [코페아 아라비카의 원산지는 에티오피아로 세계 커피 생산량의 70%를 차지하고 있습니다.](#) 주로 동아프리카와 중남미에서 재배하고 있지요. 보통 아라비카 커피(*Arabica Coffee*)로 부르며 800m 이상의 고지대에서 재배합니다. 평균기온은 15~24℃가 적당하며 유기질이 풍부하고 배수 상태가 좋은 화산재 토양에서 잘 자라지요. 우기와 건기의 구분이 필요하나 집중호우나 강한 바람에 노출되는 것은 좋지 않습니다. 재배 조건이 까다롭고 병충해에 취약하지만 맛과 향이 뛰어나며 카페인 함량도 1.4%로 낮은 편입니다.

코페아 카네포라는 로부스타(Robusta)라고 부르며 아프리카 콩고가 원산지입니다. 아라비카에 비해 잘 자라고 웬만한 기후와 토양에서 재배가 가능하지요. 600m 이하 저지대에서도 24~30℃ 정도의 기온만 유지하면 됩니다. 병충해에는 강하지만 맛과 향이 떨어져 주로 블렌딩 커피나 인스턴트 커피의 재료가 되지요. 카페인 함량은 아라비카보다 2배 정도 높습니다.

국내에 들어오는 커피나무는 대부분 아라비카 품종입니다. 반짝거리는 광택을 지닌 커피나무의 진녹색 잎은 가장자리가 구불구불한 레이스 같은 모양을 하고 있습니다. 커피나무는 키에 비해 가느다란 원줄기를 가지고 있는데, 윗부분에는 곁가지가 생기고 큰 잎이 달리면서 밑으로 처집니다. 원산지에서는 5m까지 자라는 늘푸른나무(상록수)랍니다. 하지만 커피의 재배를 위해 보통 2m 크기로 키운다고 합니다.

커피나무는 씨앗을 심어 열매를 수확하기까지 3년 정도의 시간이 필요하며 그 후로는 30년 동안 계속 열매를 수확할 수 있습니다. 씨앗을 심은 지 40~60일 정도가 지나면 발아하는데, 기후와 환경에 따라서 다르지만 발아 후 20~30일이 지나면 잎이 두 장 나옵니다. 파종 후 5개월이 되면 어느 정도 커피나무의 모습을 보이기 시작합니다. 2~3년이 지나면 하얀 꽃이 피고 자스민 꽃과 비슷한 향이 납니다. 또 꽃이 지면 녹색의 둥근 열매가 맺히고 6~8개월 후부터 점점 붉은색으로 변하지요.

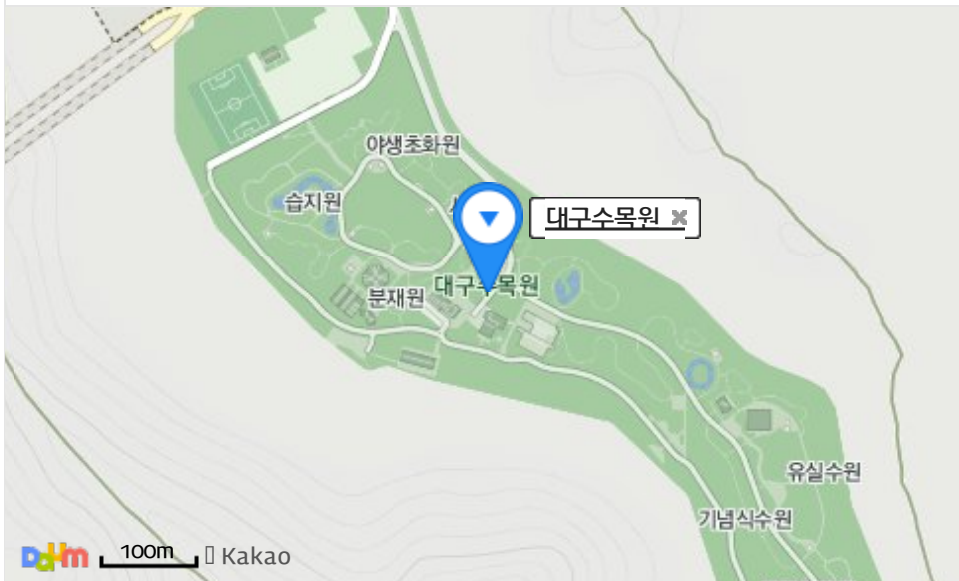
수확은 일반적으로 1년에 1~2회 정도 하며 열매 안에는 씨앗이 1~2개씩 들어 있습니다. 열매(Cherry) 속의 씨앗(Green Bean)을 볶으면 원두(Coffee Bean)가 됩니다. 이 원두를 갈아서 물을 이용해 용해시켜 추출해 낸 용액이 바로 우리가 마시는 커피입니다. 커피를 재배하는 곳의 자연환경과 로스팅, 커피를 내리는 방법에 따라 향과 맛이 달라집니다. 풍성하고 깊은 커피의 맛은 이 모든 것의 복합적인 결과물인 것이지요.

*커피의 효능

1. 커피향을 맡는 것만으로도 스트레스 해소.
2. 파킨슨병 예방 및 완화.
3. 간 건강.
4. 기분이 좋아짐.
5. 자살 위험을 낮춘다.
6. 운동 능력 향상.
7. 당뇨 발병률 감소.
8. 두뇌 건강.
9. 사고력 향상.
10. 피부암을 예방.

대구수목원

053-640-4100 | 대구 달서구 대곡동 284



***웃자퀴즈 298:** 정력이 약한 남성들이 가장 싫어 하는 노래는?

정답:아직도 어두운 밤인가봐.

*힌트:인터넷에 검색하면 정답이 있습니다. ㅎㅎㅎㅎ 매주 월요일 정답 공개 합니다 ㅋㅋㅋㅋ



***아래 ♡ 모양 공감에 쿵~ 눌러 주세요! 감사 합니다!**



[삼척여행] 삼척항과 우리바다 걷기 좋은 길 4선 삼척 새천년 해안도로 해변-삼척시 정하동. 2016.01.29 04:30

*강원도 삼척시 정하동 새천년 해안도로 해변가의 멋진 바다풍경을 소개 합니다.

삼척항은 어선 및 화물선이 이용하고 있으며, 강원 영동지방의 시멘트 수송과 어업전진기지로 역할하고 있다.

1.삼척 새천년 해안도로 해변:

강원도 동해안을 따라 길게 뻗어 있는 7번 국도는 가을에 그 아름다움이 절정을 이룬다. 구름한점 없는 파란 하늘은 청량한 동해바다와 처음부터 하나인 것처럼 경계선이 무의미할 정도로 잘 어우러지고, 그러한 바다를 한눈에 조망할 수 있는 산은 형형색색으로 물들어 자연이 만들어낸 수채화가 된다.



2. 새천년 해안도로 해변:

삼척 ‘새천년 해안도로’ 는 이러한 아름다움을 대표하는 드라이브 코스이자 트레킹코스다. 삼척해수욕장과 삼척항을 잇는 약 4.8km의 도로다. 구불구불한 국도이기 때문에 속도를 즐기기 보다는 느릿함의 여유를 만끽할 수 있다. 하지만 드라이브를 하기엔 다소 짧은 거리이기 때문에 자칫 그 아름다운 풍광을 그냥 스쳐지나 갈 수 있다. 따라서 트레킹이 가장 안성맞춤이다.



3. 새천년 해안도로 해변:

출발점을 삼척해수욕장으로 정하는 것이 일반적인데 삼척해수욕장에서 북쪽 방향으로 조금 떨어진 이사부사자공원을 트레킹의 시작점으로 선택하는 것을 추천한다. 삼척시와 동해시의 경계지점에 위치해 있기 때문에 시작이면서 끝이라는 상징성을 가지고 있는 것과 더불어 동해시 추암해변의 쫓대바위까지 조망할 수 있다.



4. 새천년 해안도로 해변:

삼척해변의 고운 모래사장을 지나면 본격적인 해안도로로 진입한다. 자전거길이 함께 조성되어 있기 때문에 걷는데 있어 방해요소인 차량들의 간섭을 최소화 할 수 있다. 하지만 군데군데 차도만 있는 경우도 있으니 주의를 기울여야 한다.



5.삼척항:

2009년에 연안으로 입출항한 입항 척수는 모두 1,108척이고 입항 톤수는 390만 838톤이다. 출항 척수는 1,090척이고 출항 톤수는 384만 8,697톤이다. 한편 연안 입항화물은 31만 1,376톤이고 연안 출항화물은 590만 8,616톤이다.



6. 새천년 해안도로 해변:

동해바다는 서해, 남해와 다르게 거친 파도가 바위에 부딪쳐 울려 퍼지는 소리와 물보라의 장엄함을 경험할 수 있다. 억겁의 세월동안 만들어진 기암괴석의 멋진 풍경에 정신을 놓고 있을 때 쯤 비치조각공원에서 잠시 피로를 달랜다.



7.새천년 해안도로 해변:

해안을 따라 조성된 길이기 때문에 오르막과 내리막이 반복된다. 소망탑은 오르막이 절정인 구간에 자리 잡고 있다. 일출명소로 유명한 이곳은 조형물 중앙에 종이 달려 있다. 종이 올리면 그 종소리가 파도의 부서짐을 넘어 동해바다에 피어오른 무지개를 타고 하늘로 올라가 소망한 일이 이뤄질 것이다.



8.새천년 해안도로 해변:

해안길의 끝엔 다양한 해산물들로 가득찬 삼척항이 기다리고 있다. 대게찜과 곰치국이 유명해 전국 식도락가들이 즐겨 찾는다. 맛있는 먹거리로 허기를 달랬다면 삼척항 뒤편 마을로 올라가 보자. 좁은 골목길을 올라 마을 정상에 도착하면 삼척항이 한눈에 내려다 보인다. 너무나 평온한 풍경을 벗삼아 지그시 눈을 감고, 걸어왔던 여정을 다시금 되새기면 살며시 미소가 번질 것이다.



9. 새천년 해안도로 해변:

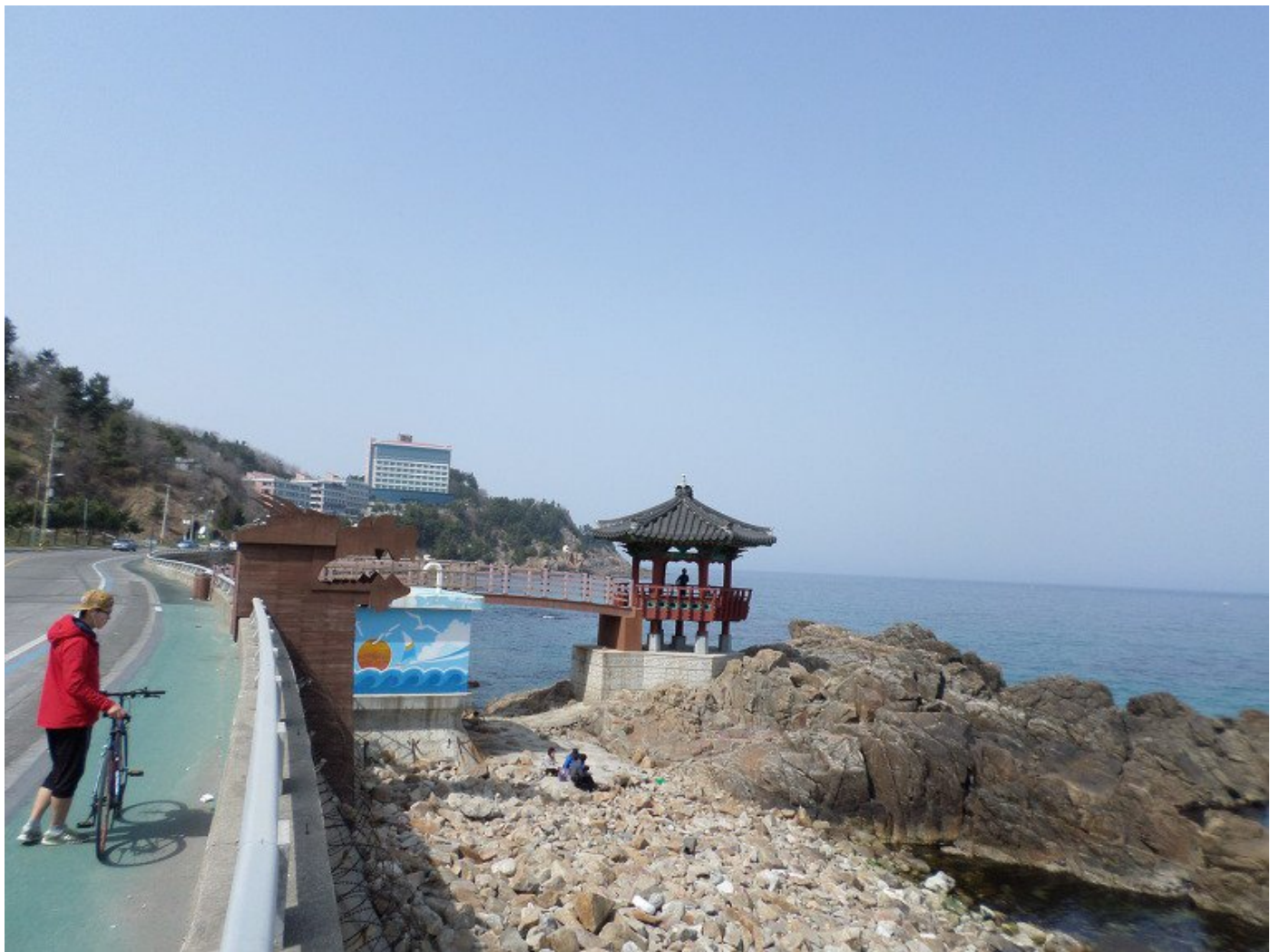
삼척은 바다와 더불어 때문지 않은 계곡들이 유명한데 덕풍계곡이 대표적이다. 특히 덕풍계곡을 따라 즐기는 계곡트레킹은 태고의 자연이 간직한 비밀스런 신비함을 경험할 수 있어 사람들의 발길이 끊이질 않는다.



10. 새천년 해안도로 해변:



11. 새천년 해안도로 해변:



12.새천년 해안도로 해변:



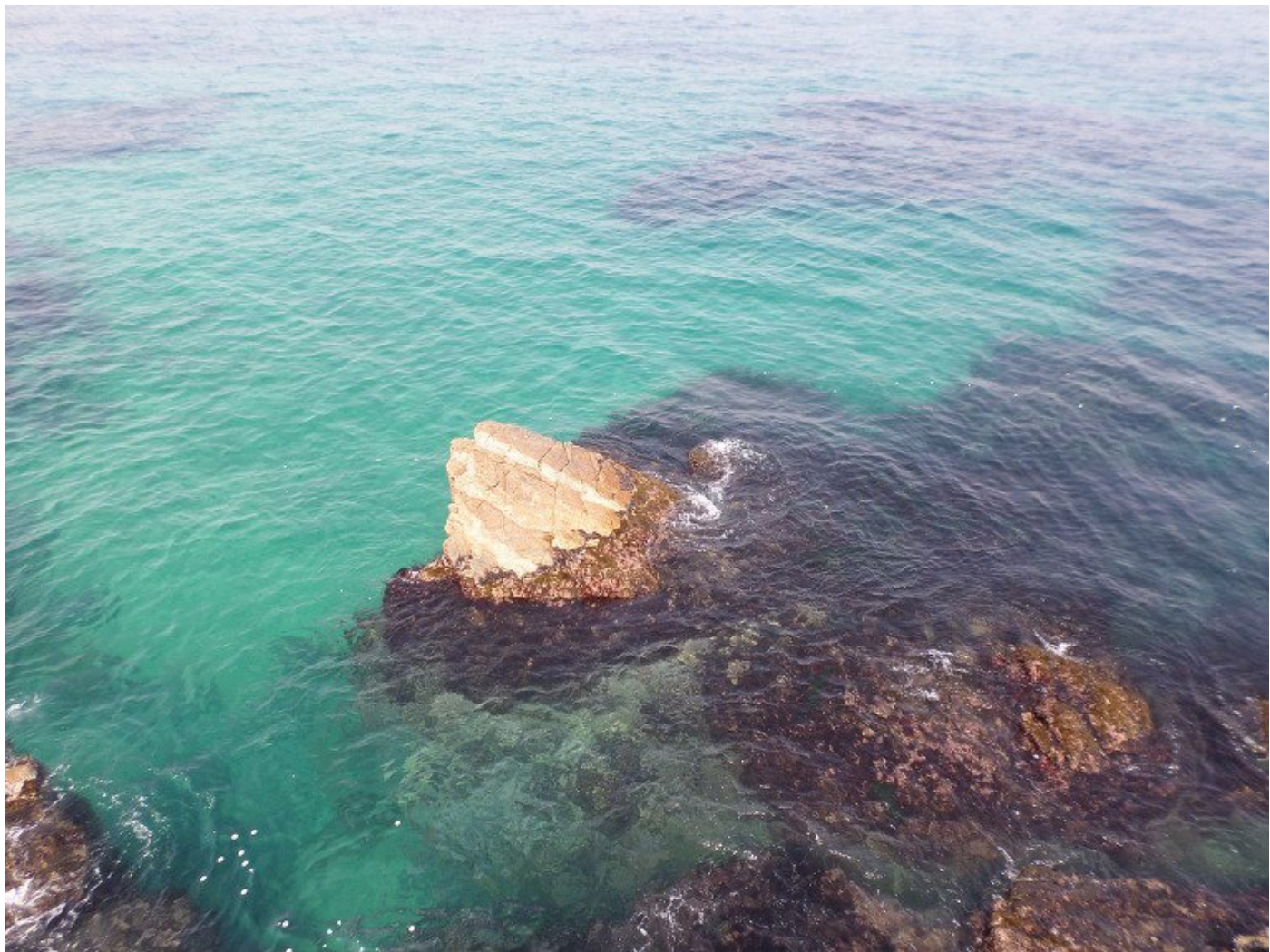
13.새천년 해안도로 해변 정자:



14.새천년 해안도로 해변:



15.새천년 해안도로 해변:



16.새천년 해안도로 해변:



17.새천년 해안도로 해변



18.삼척항



19.새천년 해안도로 해변



20. 삼척항



*삼척항

삼척항은 어선 및 화물선이 이용하고 있으며, 강원 영동지방의 시멘트 수송과 어업전진기지로 역할하고 있다.

1915년 최초의 항만사업으로 길이 91m의 방파제를 축조하였다. 1962~1966년 사이에 방파제 73m 등을 축조하였으며, 1967~1971년 사이에는 122.7m의 방파제 축조와 367m의 물양장 및 진입로 등을 개축하였고, 1972~1976년 사이에는 129m의 방파제 구축 및 준설공사를 하였다. 삼척항은 1976년에 무역항으로 지정되어 1991년 10월에 본격적으로 개항하였으며, 시멘트 공장에서 생산되는 시멘트 수송 및 연근해 어업의 전진기지 역할을 수행하고 있다. 인근에 선박블럭 제작공장이 위치하고 있어 조선용 기자재 운송이 활발히 이루어지고 있으며, 골재취급도 활발하다. 항만시설은 부두길이가 776m이고 방파제는 880m, 물양장은 1,658m이다. 선박의 접안능력은 7척으로 8천톤급 1척, 5천톤급 3척, 1천톤급 3척이고, 연간 하역능력은 869만 4,000톤에 달한다.

삼척항을 이용하는 어선은 약 120여척이다. 2009년의 전체 입출항 선박은 2430척이며 총톤수는 327만 1,977톤에 달한다. 그 가운데 외항선은 232척에 48만 6,340톤이고, 내항선은 2,198척에 774만 9,535톤이다. 외항선의 입항 척수는 110척이고 총톤수는 21만 7,592톤이며, 일본에서 입항한 선박이 102척에 19만 9,237톤으로 가장 비중이 크다. 그 다음은 일본을 제외한 동아시아에서 입항한 선박이 8척에 1만 8,355톤이다.

외항선의 출항선은 122척이고 총톤수는 26만 8,748톤이며, 일본으로 출항한 선박이 101척에 23만 6,079톤으로 가장 많다. 그 다음은 일본을 제외한 동아시아로 출항한 선박이 19척에 3만 208톤, 유럽으로 출항한 선박이 1척에 2,463톤이다.

2009년의 입출항 화물물동량 처리실적은 모두 655만 2,932톤으로 모두 입항 물동량이다. 품목별 화물은 시멘트가 581만 6,954톤으로 가장 많은 비중을 차지하고, 그 뒤를 이어 광석 및 생산물 71만 1,223톤, 석유정제품 2만 2,133톤 등이다.

2009년에 연안으로 입출항한 입항 척수는 모두 1,108척이고 입항 톤수는 390만 838톤이다. 출항 척수는 1,090척이고 출항 톤수는 384만 8,697톤이다. 한편 연안 입항화물은 31만 1,376톤이고 연안 출항화물은 590만 8,616톤이다.

*우리바다 걷기 좋은 길 4선 삼척 새천년 해안도로

강원도 동해안을 따라 길게 뻗어 있는 7번 국도는 가을에 그 아름다움이 절정을 이룬다. 구름한점 없는 파란 하늘은 청량한 동해바다와 처음부터 하나인 것처럼 경계선이 무의미할 정도로 잘 어우러지고, 그러한 바다를 한눈에 조망할 수 있는 산은 형형색색으로 물들어 자연이 만들어낸 수채화가 된다.

삼척 ‘새천년 해안도로’는 이러한 아름다움을 대표하는 드라이브 코스이자 트레킹코스다. 삼척해수욕장과 삼척항을 잇는 약 4.8km의 도로다. 구불구불한 국도이기 때문에 속도를 즐기기 보다는 느릿함의 여유를 만끽할 수 있다. 하지만 드라이브를 하기엔 다소 짧은 거리이기 때문에 자칫 그 아름다운 풍광을 그냥 스쳐지나 갈 수 있다. 따라서 트레킹이 가장 안성맞춤이다.

출발점을 삼척해수욕장으로 정하는 것이 일반적인데 삼척해수욕장에서 북쪽 방향으로 조금 떨어진 이사부사자공원을 트레킹의 시작점으로 선택하는 것을 추천한다. 삼척시와 동해시의 경계지점에 위치해 있기 때문에 시작이면서 끝이라는 상징성을 가지고 있는 것과 더불어 동해시 추암해변의 쫓대바위까지 조망할 수 있다.

삼척해변의 고운 모래사장을 지나면 본격적인 해안도로로 진입한다. 자전거길이 함께 구성되어 있기 때문에 걷는데 있어 방해요소인 차량들의 간섭을 최소화 할 수 있다. 하지만 군데군데 차도만 있는 경우도 있으니 주의를 기울여야 한다.

동해바다는 서해, 남해와 다르게 거친 파도가 바위에 부딪쳐 울려 퍼지는 소리와 물보라의 장엄함을 경험할 수 있다. 역겹의 세월동안 만들어진 기암괴석의 멋진 풍경에 정신을 놓고 있을 때 쯤 비치조각공원에서 잠시 피로를 달랜다. 해안을 따라 조성된 길이기 때문에 오르막과 내리막이 반복된다. 소망탑은 오르막이 절정인 구간에 자리 잡고 있다. 일출명소로 유명한 이곳은 조형물 중앙에 종이 달려 있다. 종이 올리면 그 종소리가 파도의 부서짐을 넘어 동해바다에 피어오른 무지개를 타고 하늘로 올라가 소망한 일이 이뤄질 것이다.

해안길의 끝엔 다양한 해산물들로 가득찬 삼척항이 기다리고 있다. 대게찜과 곰치국이 유명해 전국 식도락가들이 즐겨 찾는다. 맛있는 먹거리로 허기를 달랬다면 삼척항 뒤편 마을로 올라가 보자. 좁은 골목길을 올라 마을 정상에 도착하면 삼척항이 한눈에 내려다 보인다. 너무나 평온한 풍경을 벗삼아 지그시 눈을 감고, 걸어왔던 여정을 다시금 되새기면 살며시 미소가 번질 것이다.

삼척은 바다와 더불어 때문지 않은 계곡들이 유명한데 덕풍계곡이 대표적이다. 특히 덕풍계곡을 따라 즐기는 계곡트

레킹은 태고의 자연이 간직한 비밀스런 신비함을 경험할 수 있어 사람들의 발길이 끊이지 않는다.

강원 삼척시 정하동

강원 삼척시 정하동



***웃자퀴즈 299 : 만두 장사가 가장 싫어하는 말은?**

*힌트:인터넷에 검색하면 정답이 있습니다. ㅎㅎㅎㅎ 매주 월요일 정답 공개 합니다 ㅋㅋㅋㅋ

***아래 ♥ 모양 공감에 쿡~ 눌러 주세요! 감사 합니다!**



*대구수목원 열대식물원에 기와 소화작용을 돕는 파파야 열매가 익어가고 있습니다~~~

1.파파야 열매:

파파야(papaya)는 중미와 남미가 원산지다.

동남아 지역이나 중국의 남부지방을 가보면 길거리에 주렁주렁 열매가 달려 있는 파파야나무를 쉽게 볼 수 있다. 일본 남부 지역의 식물원에도 어디나 파파야를 재배하고 있어 일본에서는 생각보다 대중적인 열대식물임을 알 수 있다. 우리나라에는 제주도와 전남 곡성군, 경남 밀양시에서 재배 중이다.



2.파파야 명패:

파파야과에 속하며 파파야의 학명은 *Carica papaya*로서 열매를 먹는다. 열매는 공 모양, 달걀을 거꾸로 세워놓은 모양, 긴 달걀 모양 등이고 녹색을 띤 노란색에서 붉은색을 띤 노란색으로 변한다. 자르면 과육이 노란색, 주황색, 오렌지색, 붉은색 등으로 다양하며 까만 씨가 많이 보인다.



3.파파야 열매:

중국 이름은 번목과(番木瓜) 또는 목과(木瓜)라고 한다. 우리가 흔히 알고 있는 향기 좋은 '모과' 열매와는 전혀 다른 열매인데, 중국 남부의 약용식물원에서도 파파야나무에 이처럼 모과라고 써놓은 팻말을 볼 수 있어 다소 혼동이 되었다. 그러나 중국에서 木瓜라 부르는 이 파파야는 우리가 말하는 모과(木瓜)와는 다른 식물이다.



4.파파야 열매:

파파야 열매 가운데에는 흑갈색 씨가 들어 있다. 아직 익지 않은 열매에는 단백질 분해효소인 '파파인(papain)'이 들어 있는데 우리 몸의 소화작용을 돕는 동물성 효소인 펩신과 유사한 작용을 한다. 따라서 단백질 소화를 촉진하는 이 유액을 이용해 다양한 소화장애 치료제를 만들거나 고기 연육제로도 사용한다. 그렇지만 붉게 익으면 파파인 효소 함유량이 적어지므로 이러한 식육연화작용이나 소화촉진작용은 기대할 수 없다. 순수한 파파인은 외상 후의 염증, 수술 후의 부종, 종기에도 사용된다.



5.파파야 열매:

파파야 열매를 잘랐을 때 나오는 파파인 효소인 흰 액체를 가루로 만들어 정제한 것을 세안용 제품으로도 사용한다. 일본 자료에 의하면 이 물질은 강한 세정력이 있어 여드름으로 고민하는 여성들에게 인기가 많다고 한다.



6.파파야 열매:

파파야를 이용한 요리를 살펴보면 다음과 같다. 일본의 오키나와, 필리핀, 태국 등에서는 과일보다는 오히려 야채로 폭넓게 조리한다. 익지 않은 푸른 파파야의 껍질을 벗겨내고, 과육을 채로 썰어 볶아 사용하거나, 말려서 무채처럼 이용한다.



7.파파야 열매:

파파야 열매는 단맛과 독특한 향기가 있어 식용한다. 잘 익은 파파야를 먹어보면 산미는 전혀 없고 단감처럼 매끄러운 단맛이 난다. 반으로 자른 다음 껍질을 벗겨서 먹으면 좋다. 식감이 부드럽고 다양한 음식과 조화를 잘 이뤄 여러 나라에서 아침식사로 흔히 이용하며 샐러드, 주스, 파이 등을 만드는 데도 쓴다.



8.파파야 열매:

파파야 뿌리는 부드럽고 전분을 함유한다. 그래서 제2차 세계대전 때 남방의 섬에 고립된 일본 군인들이 파파야 열매를 먹은 뒤 뿌리까지 파내어 연명했다는 이야기가 전한다.



9.파파야 열매:

위통, 이질, 대소변 불통을 치료한다.

풍비(風痺, 풍한습의 사기가 팔다리의 관절, 경락에 침범하여 생기는 쭈시고 마비감이 있는 증상), 다리의 궤양을 치료한다.

심통(흉통)을 다스린다.



10.파파야 열매:

기(氣)를 돕고 체혈(滯血, 피가 정체되거나 잘 통하지 않음)을 흩어지게 한다.

성숙된 열매는 대소변을 잘 나오게 하고 적백리(묵 같은 점액과 농혈이 섞인 설사를 하는 이질 병증)도 치료한다.

항종양작용, 항균 및 항기생충 작용이 있다.

과즙은 구충제, 방부제로 쓰인다.

성숙하지 않은 열매의 즙액은 영양식품으로, 소화불량을 치료하는 동시에 최유제(催乳劑, 산후 젖의 분비를 촉진하는 것)이기도 하다.



11.파파야 열매



12.파파야 열매



13.파파야 열매



14.파파야 열매



15.파파야 열매



16.파파야 열매



17.파파야 열매



18.파파야 열매



19.파파야 열매



20.파파야 나무



*파파야(papaia)

분류:파파야과(Caricaceae)

학명: *Carica papaya* L.

원산지:파파야(papaya)는 중미와 남미가 원산지다.

동남아 지역이나 중국의 남부지방을 가보면 길거리에 주렁주렁 열매가 달려 있는 파파야나무를 쉽게 볼 수 있다. 일본 남부 지역의 식물원에도 어디나 파파야를 재배하고 있어 일본에서는 생각보다 대중적인 열대식물임을 알 수 있다. 우리나라에는 제주도와 전남 곡성군, 경남 밀양시에서 재배 중이다.

파파야과에 속하며 파파야의 학명은 *Carica papaya*로서 열매를 먹는다. 열매는 공 모양, 달걀을 거꾸로 세워놓은 모양, 긴 달걀 모양 등이고 녹색을 띤 노란색에서 붉은색을 띤 노란색으로 변한다. 자르면 과육이 노란색, 주황색, 오렌지색, 붉은색 등으로 다양하며 까만 씨가 많이 보인다.

◎소화제, 고기 연육제로 사용

중국 이름은 번목과(番木瓜) 또는 목과(木瓜)라고 한다. 우리가 흔히 알고 있는 향기 좋은 '모과' 열매와는 전혀 다른

열매인데, 중국 남부의 약용식물원에서도 파파야나무에 이처럼 모과라고 써놓은 팻말을 볼 수 있어 다소 혼동이 되었다. 그러나 중국에서 木瓜라 부르는 이 파파야는 우리가 말하는 모과(木瓜)와는 다른 식물이다.

파파야 열매 가운데에는 흑갈색 씨가 들어 있다. 아직 익지 않은 열매에는 단백질 분해효소인 '파파인(papain)'이 들어 있는데 우리 몸의 소화작용을 돕는 동물성 효소인 펩신과 유사한 작용을 한다. 따라서 단백질 소화를 촉진하는 이 유액을 이용해 다양한 소화장애 치료제를 만들거나 고기 연육제로도 사용한다. 그렇지만 붉게 익으면 파파인 효소 함유량이 적어지므로 이러한 식육연화작용이나 소화촉진작용은 기대할 수 없다. 순수한 파파인은 외상 후의 염증, 수술 후의 부종, 종기에도 사용된다.

◎여드름 여성에 인기

파파야 열매를 잘랐을 때 나오는 파파인 효소인 흰 액체를 가루로 만들어 정제한 것을 세안용 제품으로도 사용한다. 일본 자료에 의하면 이 물질은 강한 세정력이 있어 여드름으로 고민하는 여성들에게 인기가 많다고 한다.

◎파파야 샐러드, 파파야 우유

파파야를 이용한 요리를 살펴보면 다음과 같다. 일본의 오키나와, 필리핀, 태국 등에서는 과일보다는 오히려 야채로 폭넓게 조리한다. 익지 않은 푸른 파파야의 껍질을 벗겨내고, 과육을 채로 썰어 볶아 사용하거나, 말려서 무채처럼 이용한다.

태국 현지발음으로 푸른 파파야를 '말라꺼'라고 부르는데, 가늘게 채로 썰어 마늘, 고추, 화학조미료 등과 버무려 '솜땀'이라는 샐러드를 만들어 먹는다. 솜땀은 태국 사람들이 가장 즐겨 먹는 음식 중 하나이다.

대만에서는 파파야 과육을 우유와 함께 믹서에 넣어 갈아서 만든 파파야 우유가 길거리의 명물이다. 또 홍콩에서는 노랗게 익은 파파야 열매의 윗부분을 도려내고 스프를 넣어 찐 요리를 만날 수 있다.

◎식용법

파파야 열매는 단맛과 독특한 향기가 있어 식용한다. 잘 익은 파파야를 먹어보면 산미는 전혀 없고 단감처럼 매끄러운 단맛이 난다. 반으로 자른 다음 껍질을 벗겨서 먹으면 좋다. 식감이 부드럽고 다양한 음식과 조화를 잘 이뤄 여러 나라에서 아침식사로 흔히 이용하며 샐러드, 주스, 파이 등을 만드는 데도 쓴다.

파파야 뿌리는 부드럽고 전분을 함유한다. 그래서 제2차 세계대전 때 남방의 섬에 고립된 일본 군인들이 파파야 열매를 먹은 뒤 뿌리까지 파내어 연명했다는 이야기가 전한다.

◎한방 효능

맛은 달고 성질은 평(平)하다

열매의 효능

위통, 이질, 대소변 불통을 치료한다.

풍비(風痺, 풍한습의 사기가 팔다리의 관절, 경락에 침범하여 생기는 쑤시고 마비감이 있는 증상), 다리의 궤양을 치료한다.

심통(흉통)을 다스린다.

기(氣)를 돕고 체혈(滯血, 피가 정체되거나 잘 통하지 않음)을 흩어지게 한다.

성숙된 열매는 대소변을 잘 나오게 하고 적백리(묵 같은 점액과 농혈이 섞인 설사를 하는 이질 병증)도 치료한다.

항종양작용, 항균 및 항기생충 작용이 있다.

과즙은 구충제, 방부제로 쓰인다.

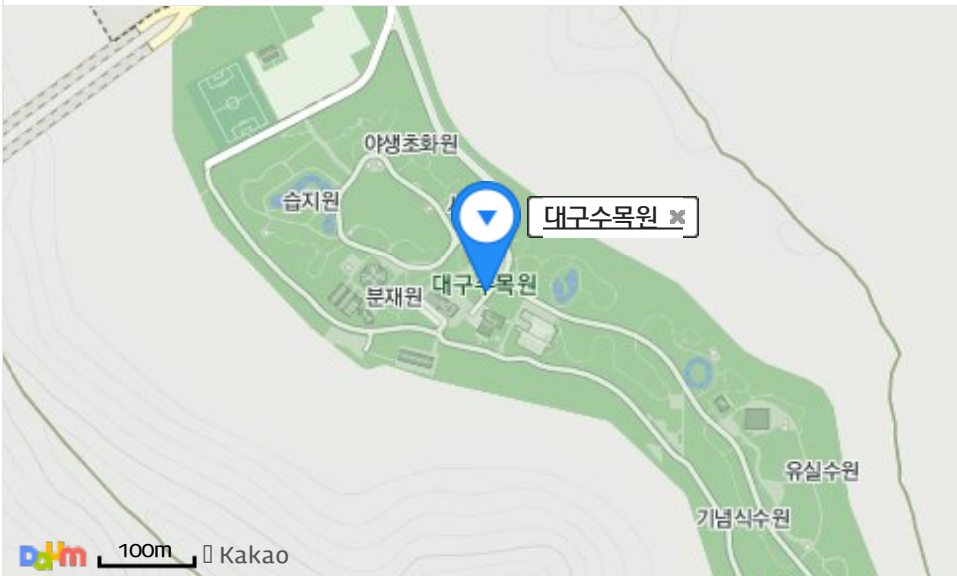
성숙하지 않은 열매의 즙액은 영양식품으로, 소화불량을 치료하는 동시에 최유제(催乳劑, 산후 젖의 분비를 촉진하는 것)이기도 하다.

기타 부위의 효능

잎 : 궤양, 부종에 효과.

대구수목원

053-640-4100 | 대구 달서구 대곡동 284



*웃자퀴즈 299 : 만두 장사가 가장 싫어하는 말은?

*힌트:인터넷에 검색하면 정답이 있습니다. ㅎㅎㅎㅎ 매주 월요일 정답 공개 합니다 ㅋㅋㅋㅋ

*아래 ♥ 모양 공감에 쿡~ 눌러 주세요! 감사 합니다!



*대구수목원 열대과일원에 비타민 C가 풍부하고 감기를 예방해주고 면역력을 키워주고 항암효과에도 최고의 효능이 있는 오렌지가 먹음직스럽게 익었습니다.

1.오렌지:

오렌지(orange)는 귤속에 속하는 과일이다. 주로 지중해같은 따뜻한 기후의 지역에서 재배된다. 껍질을 까서 생으로 먹거나, 주스 등으로 만들어 먹기도 한다.

동남아시아가 기원인 것으로 추측되며 오렌지는 이미 기원전 최고 2,500년 전에 중국에서 경작되었다. 15세기 말과 16세기 초에 이탈리아와 포르투갈 상인들이 오렌지 나무를 지중해 지역으로 들여왔다. 스페인 사람들은 1500년대 중순에 달콤한 오렌지를 미국 대륙으로 들여왔다.



2.오렌지 명패:

우리가 오렌지하면 먼저 떠오르는것이 오렌지 주스일텐데요.

하지만 오렌지 주스안에는 100%오렌지가 들어가 있진 않아요.

중간에 설탕이나 당류같은것도 많이 들어가게 되기 때문에 오렌지주스보단 오렌지를 생으로 먹는게 좋은데요.



3.오렌지:

일단 오렌지의 칼로리에 대해서 알려드릴게여!!

오렌지는 체중조절을 할때 많이 먹는 과일 중에 하나인데요.

오렌지 칼리노는 100g 당 40Kcal 인데 보통 작은 오렌지 한개는 60Kcal고, 중간크기는 80Kcal, 큰것은 100Kcal정도가 나온다고 하는데요.



4.오렌지:

어떻게 보면 100Kcal가 높아보일수도 있겠지만, 밥한공기를 먹었을때와 같은 포만감이 느껴진다고 생각해본다면, 밥한공기의 칼로리가 300Kcal와 비교해 보았을때, 오렌지 큰것 2개를 먹는다고 하더라도 밥한공기 보단 칼로리가 적게 나오기 때문에 체중조절에 좋은 과일입니다.



5.오렌지:

오렌지의 효능을 살펴보면 **비타민 C가 풍부**하다는 건 다 알고 있을꺼예요.

감기를 예방해주고 면역력을 키워주는 역할을 하고, 플라보이노이드 라는 성분을 함유하고 있어서 항암효과에도 최고의 효능을 보여주죠.



6.오렌지:

또 오렌지를 먹을때 하얀부분을 빼고 먹는 사람들이 많은데요.

하얀부분을 먹게 되면 상큼한 맛을 느낄수 없기 때문에 많이 안먹는 사람들이 많지만, 이 하얀부분의 효능은 펙틴이라는 성분이 함유되어 있어 심혈관질환에 굉장히 좋은 영향을 미치고 있습니다.



7.오렌지:

오렌지에 비타민 C가 굉장히 많이 들어있다고 말했는데요.

이 비타민C가 많이 함유되어 있어 멜라닌의 생성을 억제 해주는것은 즉 기미나 주근깨 등의 색소 침착을 막아주고
피부를 매끈하게 만들어주는 피부미용에 최고의 과일입니다.

또한 빈혈을 예방하고 빈혈이 있는 분들에게는 특히 좋은 과일입니다.



8.오렌지:

이처럼 다양한 효능을 가지고 있는 오렌지에 대해서 알아보았는데요.

오렌지는 껍질부터 속까지 버릴게 하나도 없는 최고의 건강,피부미용 과일이랍니다. 하지만 머든지 너무 많이 먹게 되면 탈이 나기 때문에 적당히 먹어주면 우리몸에 이롭습니다.



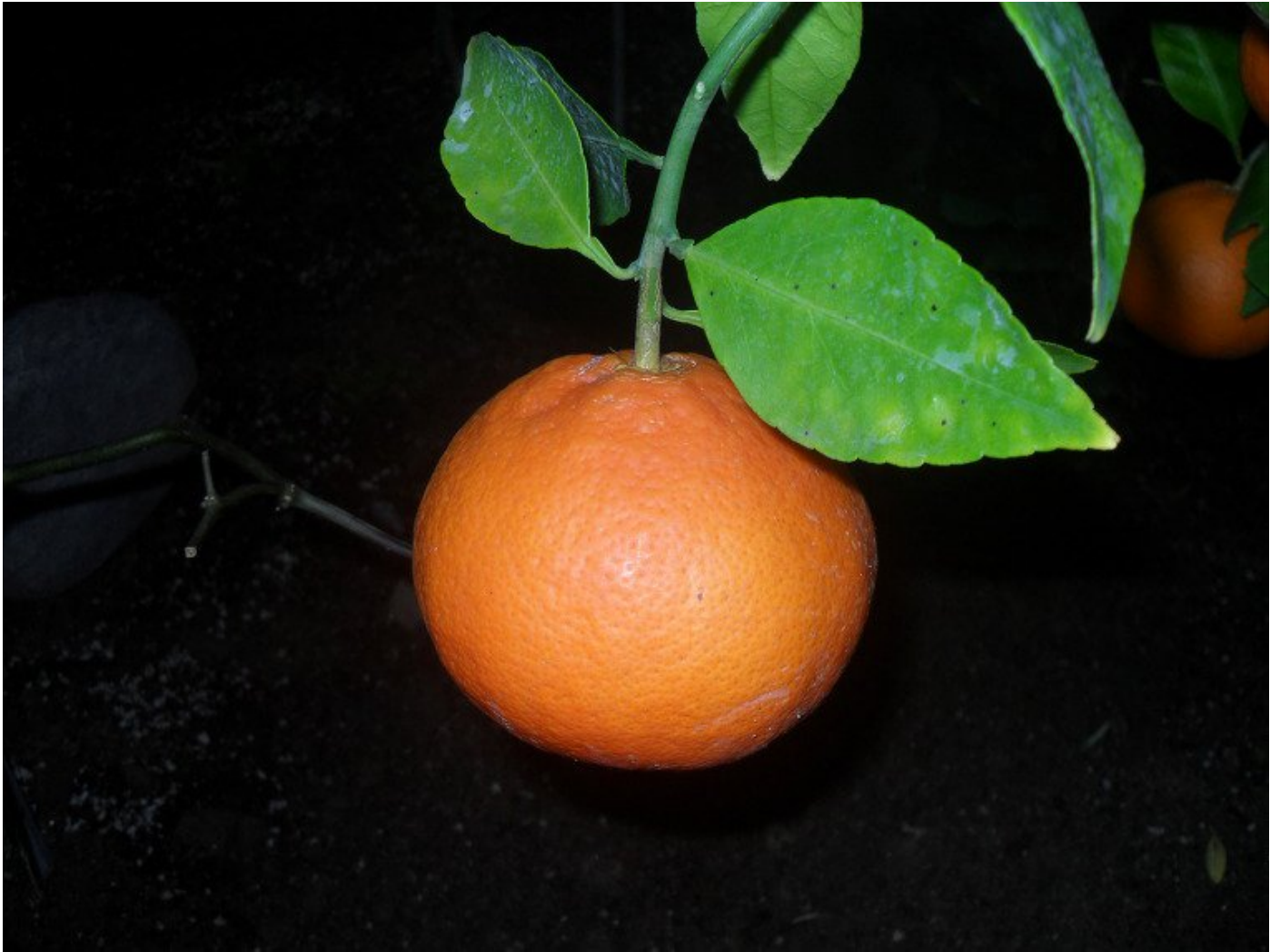
9.오렌지:



10.오렌지:



11.오렌지



12.오렌지



13.오렌지



14.오렌지



15.오렌지



16.오렌지



17.오렌지



18.오렌지



19.오렌지



20.오렌지



*오렌지(orange)

오렌지(orange)는 귤속에 속하는 과일이다. 주로 지중해같은 따뜻한 기후의 지역에서 재배된다. 껍질을 까서 생으로 먹거나, 주스 등으로 만들어 먹기도 한다.

동남아시아가 기원인 것으로 추측되며 오렌지는 이미 기원전 최고 2,500년 전에 중국에서 경작되었다. 15세기 말과 16세기 초에 이탈리아와 포르투갈 상인들이 오렌지 나무를 지중해 지역으로 들여왔다. 스페인 사람들은 1500년대 중순에 달콤한 오렌지를 미국 대륙으로 들여왔다.

*오렌지의 효능

요즘들어선 과일들의 좋은 효과가 입증되면서 많은 분들이 효능이 좋은 과일들을 많이 선호하고 있습니다.

그 중 오렌지는 특히 다양한 비타민이 풍부하고, 맛도 좋은 오렌지는 마트에서도 쉽게 구입이 가능한 과일 입니다.

오렌지의 자세한 효능과 종류 등을 알아보도록 하겠습니다.

오렌지는 원산지가 중국, 일본의 남쪽 지방이 주된 원산지랍니다.

형태가 둥글며 무게감이 있고, 껍질이 부드러운 것이 가장 좋은 오렌지의 특징입니다.

보통 제철은 6월에서 10월 중순까지이며, 오렌지는 향기만으로도 충분히 기분을 좋게해주는 과일이며, 주된 영양소는 비타민C로 평소에 비타민이 부족하다고 느끼셨던 분들은 참고하여 섭취해주세요.

오렌지는 주로 이스라엘산 자파 오렌지, 블러드 오렌지, 네이블 오렌지 등의 종류로 나뉘며, 이 중 시중에서 가장 흔하게 판매되는 오렌지는 네이블 오렌지입니다.

네이블 오렌지라는 명칭은 오렌지의 아래 부분이 배꼽의 모양처럼 생겨서 지어진 이름이라고 합니다.

맛이 좋아 연령에 상관없이 누구나 좋아하고, 건강에도 좋은 오렌지를 자주 섭취해보세요.

오렌지의 효능은

일단 오렌지는 **피로회복과 피부를 관리해주는 데 도움을 주는 식품**으로 유명합니다.

오렌지 속에 많이 함유된 비타민C의 경우 멜라닌 생성을 억제해줘서 피로회복 및 피부관리에 탁월한 효과를 보입니다.

그리고 오렌지는 **면역력 강화**에도 좋아 오렌지 속에 다양한 성분들이 함유되어 인체의 면역력을 강화해주고 다양한 질병을 막아주는데 좋습니다.

그리고 요즘같은 환절기에 플라보노이드 성분으로 감기예방은 물론 암세포의 성장을 억제해주는 효과를 가지고 있으니 참고해주세요.

우리가 오렌지하면 먼저 떠오르는 것이 오렌지 주스일텐데요.

하지만 오렌지 주스안에는 100%오렌지가 들어가 있진 않아요.

중간에 설탕이나 당류같은것도 많이 들어가게 되기 때문에 오렌지주스보단 오렌지를 생으로 먹는게 좋은데요.

일단 오렌지의 칼로리에 대해서 알려드릴게요!!

오렌지는 체중조절을 할때 많이 먹는 과일 중에 하나인데요.

오렌지 칼리노는 100g 당 40Kcal 인데 보통 작은 오렌지 한개는 60Kcal고, 중간크기는 80Kcal, 큰것은 100Kcal정도가 나온다고 하는데요.

어떻게 보면 100Kcal가 높아보일수도 있겠지만, 밥한공기를 먹었을때와 같은 포만감이 느껴진다고 생각해보면, 밥한공기의 칼로리가 300Kcal와 비교해 보았을때, 오렌지 큰것 2개를 먹는다고 하더라도 밥한공기 보단 칼로리가 적게 나오기 때문에 체중조절에 좋은 과일입니다.

오렌지의 효능을 살펴보면 **비타민 C가 풍부**하다는 건 다 알고 있을꺼예요.

감기를 예방해주고 면역력을 키워주는 역할을 하고, 플라보이노이드 라는 성분을 함유하고 있어서 항암효과에도 최고의 효능을 보여주죠.

암환자들이 치료과정에서 오렌지를 많이 먹는 이유중 하나이구요.

또 오렌지를 먹을때 하얀부분을 빼고 먹는 사람들이 많은데요.

하얀부분을 먹게 되면 상큼한 맛을 느낄수 없기 때문에 많이 안먹는 사람들이 많지만, 이 하얀부분의 효능은 펙틴이

라는 성분이 함유되어 있어 심혈관질환에 굉장히 좋은 영향을 미치고 있습니다.

오렌지에 비타민 C가 굉장히 많이 들어있다고 말했는데요.

이 비타민C가 많이 함유되어 있어 멜라닌의 생성을 억제 해주는것은 즉 기미나 주근깨 등의 색소 침착을 막아주고 피부를 매끈하게 만들어주는 피부미용에 최고의 과일입니다.

또한 빈혈을 예방하고 빈혈이 있는 분들에게는 특히 좋은 과일입니다.

이처럼 다양한 효능을 가지고 있는 오렌지에 대해서 알아보았는데요.

오렌지는 껍질부터 속까지 버릴게 하나도 없는 최고의 건강,피부미용 과일입니다. 하지만 머든지 너무 많이 먹게 되면 탈이 나기 때문에 적당히 먹어주면 우리몸에 이롭습니다.

*오렌지의 효능

1.변비예방

오렌지에는 지방과 콜레스테롤이 전혀 함유되어 있지 않은데요! 또, 풍부한 식이 섬유질로 변비 예방에 도움이 되며, 오렌지는 160g한개로 하루 135%의 비타민C를 채울 수 있으며, 당분은 7~11%, 산은 0.7~1.2%를 채울 수 있습니다.

2.피부미용

멜라닌 성분의 생성을 억제 해, 노화를 방지합니다.

3.감기예방

다른 과일들에 비해 비타민C의 함량이 높은 오렌지! 비타민C하면 오렌지라는 과일이 생각날 정도인데요! 오렌지에 함유된 비타민C로 인해, 피로로 인한 감기 등을 방지하며,피로회복에도 도움을 줍니다.

4.항암효과

오렌지에 많이 함유되어 있는 플라보노이드는 오렌지 효능 중에서도 가장 좋은 효능이 아닐까, 하는 생각이 드는데 요,바로 '암세포성장'을 억제한다는 사실 입니다.

후두암,위암의 위험을 최고 50%까지 줄여준다고 합니다.

5.면역력증진

엽산,칼륨,섬유질 같은 영양소들이 풍부,신체의 면역기능을 증진시켜 빈혈,괴혈병 등 각종 질병으로 부터 우리 신체 기능을 보호해주는 역할을 합니다.

*그밖에도 혈압을 내려주어 뇌동맥이나 심장질환을 방지하고, 동맥경화,심근경색,고혈압 등에 좋다고 합니다.

*오렌지 다이어트

오렌지주스를 갈아서 마시는 방법인데요!

시중에 파는 오렌지주스는 안된답니다!

하루에 1~2개 주스로 240ml 이내로 드시는것이 좋은데, 이유는 오렌지에 당이 많이 들어있기 때문이랍니다!

아침에는 건강식위주로 잡곡밥이나 닭가슴살,채소등을 먹어주고 점심과 저녁은 직접 간 오렌지주스로 식사를 대용하는 방법인데요.

아침은 꼭 챙겨먹고 점심저녁을 오렌지 주스로 대용한다는것이 중요 합니다.

*오렌지 다이어트 실천법

오렌지주스를 점심, 저녁 대용으로 드셔주시는것이랍니다!

이 다이어트 방법은 1~2주까지만 해주시는것이좋아요!

아침 점심을 드시고, 저녁 식사로 오렌지주스 한잔을 드셔주시면 건강도 챙기고 다이어트도 하는 효과를 얻으실 수 있습니다!

대구수목원

053-640-4100 | 대구 달서구 대곡동 284



*웃자퀴즈 300 : 배가나온 걸인을 다른말로 하면?

*힌트:인터넷에 검색하면 정답이 있습니다. ㅎㅎㅎㅎ 매주 월요일 정답 공개 합니다 ㅋㅋㅋㅋ

*아래 ♥ 모양 공감에 쿡~ 눌러 주세요! 감사 합니다!



*눈이 자주 오지않는 대구에도 2016.1.28.~1.30일까지 올해 2번째 많은눈이 많이 내렸습니다.

대구 2016.1.29일 아침 밤새내린 눈으로 온시가지 도로에는 빙판길이 되어서 교통대란이 일어 났습니다.

1.눈오는날 신천 풍경



2.눈오는날 신천 풍경



3.눈오는날 신천 풍경



4.눈오는날 신천 풍경



5.눈오는날 신천 풍경



6.눈오는날 신천 풍경



7.눈오는날 신천 풍경



9.눈오는날 신천 풍경



9.눈오는날 신천 풍경



10.눈오는날 신천 풍경



11.눈오는날 신천 풍경



12.눈오는날 신천교 빙판길



13.눈오는날 신천교 빙판길



14.눈오는날 신천교 빙판길



15.2016.1.29일 눈오는날 새벽



16.대구 올겨울 2번째 눈오는날



17.대구 올겨울 2번째 눈오는날



18.대구 올겨울 2번째 눈오는날



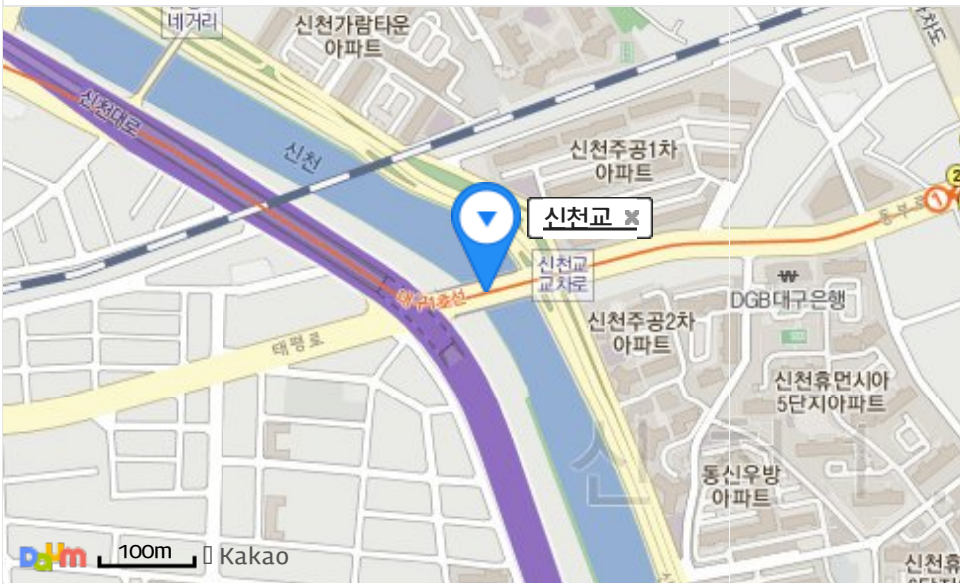
19.설중매



20. 설중매



신천교
대구 중구 동인동3가



***웃자퀴즈 299 : 만두 장사가 가장 싫어하는 말은? 정답:속터져**

*힌트:인터넷에 검색하면 정답이 있습니다. ㅎㅎㅎㅎ 매주 월요일 정답 공개 합니다 ㅋㅋㅋㅋ



***아래 ♡ 모양 공감에 쿡~ 눌러 주세요! 감사 합니다!**



*눈이 자주 오지않는 대구에도 2016.1.28.~1.30일까지 올해 2번째 많은눈이 많이 내렸습니다.

대구는 2016.1.29일 아침 밤새내린 눈으로 온시가지 도로에는 빙판길이 되어서 교통대란이 일어 났습니다.

대구수목원에도 나무위에는 눈이눅고 없지만 지면에는 눈이 쌓여 있어서 성경을 만끽할 수 있었습니다.

연일 한파에도 분재원, 휘귀각물원, 열대식물원 온실에는 봄꽃이 아름답게 피어나고 있었습니다.

1. 눈내린 분재원 풍경



2. 눈내린 잔디광장 풍경



3.눈내린 잔디광장 풍경



4.눈내린 분재원 풍경



5. 눈내린 물레방아 풍경



6.눈내린 보리밭 풍경



7.눈내린 한반도 습지원 풍경



8.대구수목원 주 산책로



9.꽃무릇(석산) 동산 길



10.대구수목원 주 산책로



11.눈내린 원형 습지원 풍경



12.휴게소 풍경



13.눈내린 산책로 풍경



14.눈내린 제2잔디광장 풍경



15.눈내린 제2잔디광장 풍경



16.눈내린 주 산책로 풍경



17.매화나무 꽃



18.명자나무 꽃



19.백량금(만냥금) 열매

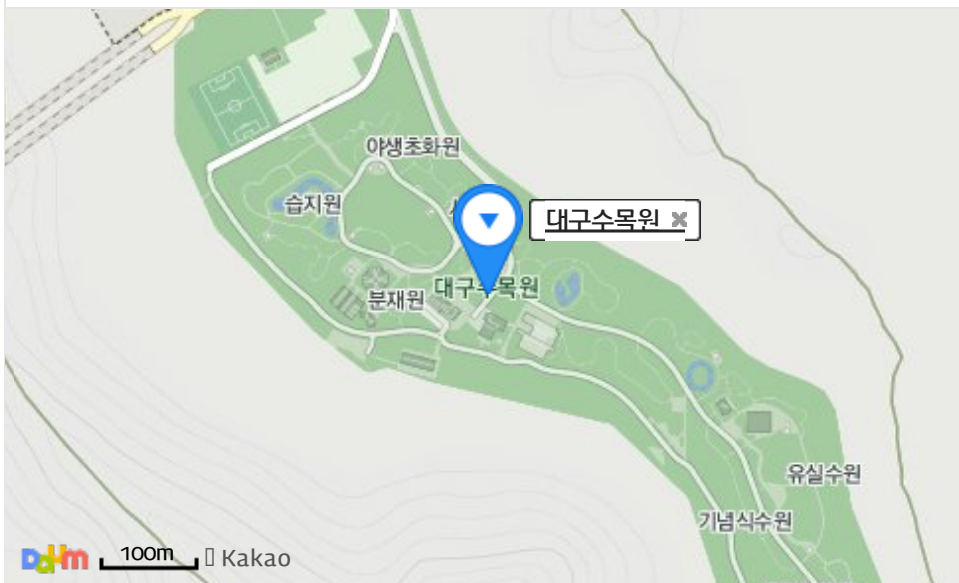


20. 잘익은 파파야 열매



대구수목원

053-640-4100 | 대구 달서구 대곡동 284



*웃자퀴즈 300 : 배가나온 걸인을 다른말로 하면?

*힌트:인터넷에 검색하면 정답이 있습니다. ㅎㅎㅎㅎ 매주 월요일 정답 공개 합니다 ㅋㅋㅋㅋ

*아래 ♥ 모양 공감에 쿡~ 눌러 주세요! 감사 합니다!



*엄동설한 실내에서 은은하게 감향기를 내뿜는 금화산(난초) 꽃이 올해도 어김없이 피었습니다.

-방향식물은 공기의 흐름이 없을때는 향기를 내뿜지 않는다.

그러나 창문을 열거나,소형선풍기를 틀어놓으면 계속 향기를 발산 한다~~~

*금화산은 난초중에 향기가 제일 강합니다.

난초에 약 100일간 자연향인 감향기를 만들어 보냅니다~~~

1.금화산 꽃:

금화산은 겨울에 출하되는 동양난의 한 종류 이다.

잎이 두껍고 길며 잎색이 진한 녹색을 가지고 있으며 잎의 끝 부분이 연하게 흰색의 줄 무늬가 있습니다.

꽃대는 다른 난에 비해 길고 곧게 뻗어서 자라고 꽃은 진한 갈색에 미색이 살짝들어가 있고

꽃의 향기는 다른 동양란은 은은하지만,금화산의 경우는 은은하면서 아주 강합니다.



2.금화산 꽃:

난석(동양난 심는 돌)을 넣고 분갈이 합니다.

금화산의 경우는 생명력이 강한 편이라 조금만 신경 써준다면 아주 잘자라서 꽃도 잘 피우실 수 있습니다.

향도 은은하며 강한편이라 사무실에 보내는 선물로 일품 입니다.



3.금화산 꽃:

한국을 비롯하여 중국, 일본 및 동남아시아의 온대지역에서 자라는 난.

열대와 아열대 지역에서 자라는 카틀레야속(屬) · 파레놉시스속 · 키프리페디움속 등의 서양란에 대응되어 나온 명칭이다.



4.금화산 꽃:

춘란속(*Cymbidium*) · 석곡속(*Dendrobium*) · 풍란속(*Neofinetia*) 등의 난들을 모두 가리키나 이중 춘란속 식물들이 대표적인 동양란으로 알려져 있어 동양란 하면 곧 춘란을 뜻한다고 해도 될 정도이다.

서양란은 꽃이 크고 화려한 색을 띠고 있어 주로 꽃자체를 감상하기 위하여 가꾸지만 동양란은 날씬하게 쪽 뻗어 있는 잎의 곡선미와 수수한 꽃과 향기를 즐기기 위하여 가꾸고 있다.



5.금화산 꽃:

동양란은 온도와 햇빛 및 습도가 잘 맞고 바람이 잘 통해야만 잘 자란다.

온도는 20~25℃ 사이가 적당하며 5~6℃ 이하로 떨어지거나 30℃ 이상이 되면 뿌리가 잘 자라지 못하므로 온도를 조절해준다.

햇빛은 동양란이 그늘에서 자라므로 햇빛이 직접 난에 닿지 않도록 조심해야 하는데 햇빛에 직접 닿게 되면 잎이 타기도 한다.



6.금화산 꽃:

습도는 공기 중의 습도가 60%가 넘어야 잘 자랄 수 있으므로 잎에 물을 뿌려주어 적당한 습도를 유지시켜준다. 바람은, 강한 바람이 불면 잎에서 물이 빠져나가 마르기 쉬우므로 강한 바람이 부는 곳을 피한다.

또한 잎을 자주 만지게 되면 잘 자라지 못하므로 난에서 조금 떨어져서 잎과 꽃을 감상하는 것이 좋다.

동양란에 속하는 종류로는 춘란을 비롯하여 옥화란 · 소심란 · 건란 · 한란 · 보세란 · 금릉변란 등이 있다.



7.금화산 꽃:

난초류를 크게 나누면 동양란과 서양란으로 나눌수 있겠다.

동,서양란은 굳이 설명 안해도 척 보면 누구나 쉽게구분이 되는게 현실이다.

애란은 화려한 서양란 보다는 수수하지만 향이 좋은 동양란을 더 좋아한다.



8.금화산 꽃:

동양란의 재배 역사는 천년도 더 되었다고 한다

공자 시대에도 난을 연구하여 체계적으로 분류하고 사람들의 족보와 같은 난 계보를 만들어 오늘날까지 이어져 오고 있다.



9.금화산 꽃:

동양란을 구분하는 방법에는 여러 방법이 있다.

난초의 잎 형태에 따라 광엽과 세엽 또는 단엽 및 직립옆등등 나뉘어지며,

난초 잎새의 무늬 유무에 따라 무지 또는 혜란이라 구분되며 무늬가 나타나는 혜란을 더 귀하게 여기며 선호한다.

혜란류의 무늬 형태에 따라 복륜,조복륜,대복륜 심조복륜,호,호피,사피,중투,중압호등등 여러 형태로 나뉘어 지고 있으며,난초의 꽃피는 시기에 따라 종을 구분하기도 하는데,봄에 꽃을 피우는것은 춘란이라 부르고 여름철 꽃을 피우는 종들을 하란 또는 건란으로 칭하며 가을에 꽃피우는 난초들은 추란이라 하는데 가을난초들 대부분이 허설에 잡티가 없는 소심류가 대부분이어서 가을난초들을 소심이라 넓게 호칭한다.

물론 겨울에 꽃을 피우는 대부분의 난초들을 한란이라 나누는데 우리나라 제주가 원산지인 제주한란의 최고의 인기를 누린다.



10.금화산 꽃:

사계절 꽃을 잘 피워 사계란이라 불리는 종도 있으며, 겨울꽃 중에 해가 바뀌는 정월을 전후한 시점에만 꽃을 피우는 보세류가 있다.

보세란은 이름에서도 알 수 있듯이 해가 바뀌는것을 알린다 하여 보세란이라 명명되어 있으며 중국과 대만이 원산지 이므로 대만보세 중국보세로 크게 구분되는데 아주 오래전부터 애호가들의 꾸준한 사랑을 받아 왔으며 현재 수많은 명품들이 명명되어 난 계보를 이어가고 있다.

12월 하순으로 접어들면서 보세란의 꽃대가 눈에 띄게 자라올라

어느새 한두송이씩 꽃을 피우고 달콤한 감향을 발산하여 애란의 마음을 사로 잡는다.



11.금화산 꽃:

보세란류는 동양란 중에서 가장 몸집이 큰 종 인데

그중에서도 가장 웅장한 것이 금화산이라 명명되어진 대명 보세이다.



12.금화산 꽃:

금화산은언뜻 보아선 동양란이라 믿기지 않을 만큼 거대한 품종이다.

동양란 중에 가장 으뜸가는 대형종인데 초세도 강건하고,주위에 적응력도 뛰어나 누구라도 손쉽게 길러낼수 있는 품종이다.

앞이 넓은 광엽에 앞끝부분에 황색의 조복륜의 무늬가 나타나며앞끝이 시계방향으로 뒤틀리는 특이한 형태의 품종이다.

짙은 자색의 굵고 강한 꽃대가 60~70cm까지 자라올라7~12송이의 자색꽃을 피우는데 달콤한 감향이 일품이다.



13.금화산 꽃:

대형종 답게 뿌리도 굵고 길게 자라기 때문에 일반 난초분보다 다소 크고 깊은 분을골라 식재하는것이 좋으며 배수와 통기성이 잘 되도록 굵은 난석을 1/3정도 채워주고 중간석으로 마무리 해주고 통풍이 양호한 곳에두고 주 1~2회 충분히 물을주면 잘자란다.

잎새가 넓고 두터우므로 한여름 한낮의 강한 광선을 받으면 잎새가 검게 타는등의 피해를 입기 쉬우므로 동쪽 창가나 대발등으로 차광을 해주는 배려가 꼭 필요한 품종이기도 하다.



14.금화산 꽃:

금화산 뿐만 아니라 대부분의 난초류가 반 음지성 식물이다.

때문에 강한 한낮 또는 석양 햇빛은 차단시켜 주는게 중요 하겠다,

난초를 가까이두고 잘 가꾸려 한다면 난게보를 속속 알기보다는 난초의 상태를 잘 파악하고 섬세한 관리를 해주는것이 제일 중요 하겠다.



15.금화산 꽃



16.금화산 꽃



17.금화산 꽃



18.금화산 꽃



19.금화산 꽃



20.금화산 꽃



*금화산(동양란)

- 1.뜻:미인
- 2.분류:난초과
- 3.분포:아시아
- 4.서식지:온대지방
- 5.금화산은 겨울에 출하되는 동양난의 한 종류 이다.
6. 잎이 두껍고 길며 잎색이 진한 녹색을 가지고 있으며 잎의 끝 부분이 연하게 흰색의 줄 무늬가 있습니다.
- 7.꽃대는 다른 난에 비해 길고 곧게 뻗어서 자라고 꽃은 진한 갈색에 미색이 살짝들어가 있고
꽃의 향기는 다른 동양란은 은은하지만,금화산의 경우는 은은하면서 아주 강하합니다.
- 8.난석(동양난 심는 돌)을 넣고 분갈이 합니다.
- 9.금화산의 경우는 생명력이 강한 편이라 조금만 신경 써준다면 아주 잘자라서 꽃도 잘 피우실 수 있습니다.
- 10.향도 은은하며 강한편이라 사무실에 보내는 선물로 일품 입니다.
- 11.설명:한국을 비롯하여 중국, 일본 및 동남아시아의 온대지역에서 자라는 난.

열대와 아열대 지역에서 자라는 카틀레야속(屬) · 파레놉시스속 · 키프리페디움속 등의 서양란에 대응되어 나온 명칭이다.

춘란속(*Cymbidium*) · 석곡속(*Dendrobium*) · 풍란속(*Neofinetia*) 등의 난들을 모두 가리키나 이중 춘란속 식물들이 대표적인 동양란으로 알려져 있어 동양란 하면 곧 춘란을 뜻한다고 해도 될 정도이다.

서양란은 꽃이 크고 화려한 색을 띠고 있어 주로 꽃자체를 감상하기 위하여 가꾸지만 동양란은 날씬하게 쪽 뻗어 있는 잎의 곡선미와 수수한 꽃과 향기를 즐기기 위하여 가꾸고 있다.

동양란은 온도와 햇빛 및 습도가 잘 맞고 바람이 잘 통해야만 잘 자란다.

온도는 20~25℃ 사이가 적당하며 5~6℃ 이하로 떨어지거나 30℃ 이상이 되면 뿌리가 잘 자라지 못하므로 온도를 조절해준다.

햇빛은 동양란이 그늘에서 자라므로 햇빛이 직접 난에 닿지 않도록 조심해야 하는데 햇빛에 직접 닿게 되면 잎이 타기도 한다.

습도는 공기 중의 습도가 60%가 넘어야 잘 자랄 수 있으므로 잎에 물을 뿌려주어 적당한 습도를 유지시켜준다. 바람은, 강한 바람이 불면 잎에서 물이 빠져나가 마르기 쉬우므로 강한 바람이 부는 곳을 피한다.

또한 잎을 자주 만지게 되면 잘 자라지 못하므로 난에서 조금 떨어져서 잎과 꽃을 감상하는 것이 좋다.

동양란에 속하는 종류로는 춘란을 비롯하여 옥화란 · 소심란 · 건란 · 한란 · 보세란 · 금릉변란 등이 있다.

*난초의 종류

난초류를 크게 나누면 동양란과 서양란으로 나눌수 있겠다.

동,서양란은 굳이 설명 안해도 척 보면 누구나 쉽게구분이 되는게 현실이다.

애란은 화려한 서양란 보다는 수수하지만 향이 좋은 동양란을 더 좋아한다.

하여 동양란을 좀 살펴 볼가 합니다.

동양란의 재배 역사는 천년도 더 되었다고 한다

공자 시대에도 난을 연구하여 체계적으로 분류하고 사람들의 족보와 같은 난 계보를 만들어 오늘날까지 이어져 오고 있다.

동양란을 구분하는 방법에는 여러 방법이 있다.

난초의 잎 형태에 따라 광엽과 세엽 또는 단엽 및 직립엽등등 나뉘어지며,

난초 잎새의 무늬 유무에 따라 무지 또는 혜란이라 구분되며 무늬가 나타나는 혜란을 더 귀하게 여기며 선호한다.

혜란류의 무늬 형태에 따라 복륜,조복륜,대복륜 심조복륜,호,호피,사피,중투,중압호등등 여러 형태로 나뉘어 지고 있으며,난초의 꽃피는 시기에 따라 종을 구분하기도 하는데,봄에 꽃을 피우는것은 춘란이라 부르고 여름철 꽃을 피우는 종들을 하란 또는 건란으로 칭하며 가을에 꽃피우는 난초들은 추란이라 하는데 가을난초들 대부분이 허설에 잡티가 없는 소심류가 대부분이어서 가을난초들을 소심이라 넓게 호칭한다.

물론 겨울에 꽃을 피우는 대부분의 난초들을 한란이라 나누는데 우리나라 제주가 원산지인 제주한란의 최고의 인기

를 누린다.

이 밖에도 사계절 꽃을 잘 피워 사계란이라 불리는 종도 있으며, 겨울꽃 중에 해가 바뀌는 정월을 전후한 시점에만 꽃을 피우는 보세류가 있다.

보세란은 이름에서도 알 수 있듯이 해가 바뀌는 것을 알린다 하여 보세란이라 명명되어 있으며 중국과 대만이 원산지 이므로 대만보세 중국보세로 크게 구분되는데 아주 오래전부터 애호가들의 꾸준한 사랑을 받아 왔으며 현재 수많은 명품들이 명명되어 난 계보를 이어가고 있다.

12월 하순으로 접어들면서 보세란의 꽃대가 눈에 띄게 자라올라 어느새 한두송이씩 꽃을 피우고 달콤한 감향을 발산하여 애란의 마음을 사로 잡는다.

보세란류는 동양란 중에서 가장 몸집이 큰 종 인데 그중에서도 가장 웅장한 것이 금화산이라 명명되어진 대명 보세이다.

금화산!!

언뜻 보아선 동양란이라 믿기지 않을 만큼 거대한 품종이다. 동양란 중에 가장 으뜸가는 대형종인데 초세도 강건하고, 주위에 적응력도 뛰어나 누구라도 손쉽게 길러낼수 있는 품종이다. 잎이 넓은 광엽에 잎끝부분에 황색의 조복륜의 무늬가 나타나며 잎끝이 시계방향으로 뒤틀리는 특이한 형태의 품종이다. 짙은 자색의 굵고 강한 꽃대가 60~70cm까지 자라올라 7~12송이의 자색꽃을 피우는데 달콤한 감향이 일품이다.

대형종 답게 뿌리도 굵고 길게 자라기 때문에 일반 난초분보다 다소 크고 깊은 분을골라 식재하는것이 좋으며 배수와 통기성이 잘 되도록 굵은 난석을 1/3정도 채워주고 중간석으로 마무리 해주고 통풍이 양호한 곳에두고 주 1~2회 충분히 물을주면 잘자란다.

잎새가 넓고 두터우므로 한여름 한낮의 강한 광선을 받으면 잎새가 검게 타는등의 피해를 입기 쉬우므로 동쪽 창가나 대발등으로 차광을 해주는 배려가 꼭 필요한 품종이기도 하다.

금화산 뿐만 아니라 대부분의 난초류가 반 음지성 식물이다. 때문에 강한 한낮 또는 석양 햇빛은 차단시켜 주는게 중요 하겠다,

난초를 가까이두고 잘 가꾸려 한다면

난게보를 속속 알기보다는 난초의 상태를 잘 파악하고

섬세한 관리를 해주는것이 제일 중요 하겠다.

*동양란 관리 방법

가. 온도

일반식물과 마찬가지로 섭씨 20~30도에서 모든 작용이 원활하게 이루어지며 이때 만들어진 영양분으로 새싹과 꽃을 피우는데 온도가 너무 높거나 낮으면 이미 저장해 놓은 영양을 소모하는 형태로 바뀐다. 즉, 휴면상태가 길면 그 만큼 영양의 소모가 많아 꽃을 피우지 못하게 된다. 주야간의 온도차이는 섭씨 5~10도가 좋다.

나. 광선

강한 직사광선이 아니면 가능한 한 오랫동안 햇빛을 받는 것이 좋다. 특히 난은 아침햇빛에 활발한 광합성작용을 한 후 저녁에는 충분히 쉬도록 하는 것이 좋다.

다. 물주기

난에 입문하는 사람들은 누구나 다 화분이 마르면 물을 주거나 혹은 화분의 표토가 마르면 물을 준다고들 하는데 자기 스스로 난을 키워가면서 난이 놓여진 장소, 환경, 심은 재료, 화분의 종류, 식물의 상태 및 종류 등을 고려해서 적절한 물주기가 이루어져야 한다.

따라서 '며칠만에 한번씩 주어야 한다'는 규정은 없는 것이다. 단지 난은 습기가 좀 있는 상태가 가장 좋은 상태임을 기억하고 과습은 절대 금해야 한다. 표토가 말라있어도 화분의 중심부분은 습기가 남아 있으므로 물을 주고 싶을 때 1~2일쯤 참았다가 흠뻑 주는 것도 초보자에게는 좋은 방법이 될 것이다.

특히 수태에 심은 풍란계통은 완전히 말라버리면 물을 주어도 스며들지 않아 서서히 고사하는 경우가 많다.

라. 식재

식재로는 하이드로볼, 화강암석, 크레이볼, 바크, 헤고, 수태 등이 있으나 최근에는 하이드로볼을 많이 사용하고 있다. 하이드로볼도 가공된 재료이므로 화분에 넣기 전에 깨끗한 물로 씻은 후 사용하거나 햇볕에 말려 소독하는 것이 좋다.

화분 밑에서부터 굵은 것(메추리알크기) - 중간의 것(완두콩크기) - 작은 것(팥알크기) 순으로 심는 것이 정석이나, 전문가들은 화분 맨 위에 굵은 돌을 배치하여 이끼를 자라도록 관리하여 고풍(古風)스러운 멋을 자아내기도 한다.

마. 비료

무기질 비료 : 하이포넥스, 플랜트 푸드, 미네아그린, 식물자양 강장제 등

유기질 비료 : 유박, 쌀겨, 어분, 골분 등

액비를 사용 할 때는 진하지 않게 사용하며 새싹에는 묻지 않도록 한다. 3~6월, 9~10월에 년 2회 정도 시비를 하나

장마기와 고온기인 7~8월에는 시비를 하지 않는다. 쾌청한 날 오전중으로 시비를 하며 과다시비는 금한다. 비료에 의해 뿌리썩음을 일으키는 경우가 많으므로 초보자는 1년 동안은 비료를 전혀 주지 않고 물로만 가꾸는 것이 좋을 것이다.

바. 분갈이

깨끗하게 심은 난이라 할지라도 3년이 지나면 물과 비료, 그리고 약재살포로 유해물질이 축적되므로 화분의 1/2은 매년 새 흙으로 갈아주며 화분 전체의 분갈이는 2~3년마다 갈아주는 것이 좋다. 분갈이 시기로는 봄은 새 눈이 트고 새 뿌리가 내리는 시기이므로 상처나지 않도록 주의하며 3~5월에 실시한다.

사. 기타 손질 요령

분주 : 너무 적은 포기로 나누게 되면 새 촉이 작거나 잎의 수가 많으면 개화도 잘 안된다.

환경 : 실내 또는 채광 및 통풍이 좋지 않은 장소에 장기간 재배하면

새촉이 잘 나오지 않게 되고 개화도 되지 않는다.

꽃망울 : 꽃망울이 생겼을 때 갑작스런 환경의 변화, 즉 장기간 건조 상태의 지속, 고온 또는 화분갈이를 하는 경우에는 꽃망울이 약해지거나 말라 죽는다.

꽃색 : 한란의 꽃색은 온도차이와 일조시간에 관계가 깊다. 여름에 밤낮의 온도차가 적으면 꽃이 늦게 피거나 꽃색이 선명하지 못하고 꽃망울이 나올 때 조금 어둡게하면 꽃색이 선명하며 꽃대도 길어진다. 또한 꽃봉우리가 나온 다음에 비료를 진하게 주면 색깔이 옅어진다.

향 : 꽃을 일찍 피우면 향기가 약해지고 여름에 일조 시간을 늘리고

주야간의 격차를 많게 하면 향이 좋아진다. 대체로 온도는 18~25도가 좋다.

국채보상운동기념공원

053-254-9401 | 대구 중구 동인동2가 42



*웃자퀴즈 300 : 배가나온 걸인을 다른말로 하면?

*힌트:인터넷에 검색하면 정답이 있습니다. ㅎㅎㅎㅎ 매주 월요일 정답 공개 합니다 ㅋㅋㅋㅋ

*유익한 포스팅이 아니었다면 아래 ♥ 모양 공감에 누르지 않으셔도 됩니다!



*눈이 자주 오지않는 대구에도 2016.1.28.~1.30일까지 올해 2번째 많은눈이 많이 내렸습니다.

대구에는 2016.1.29일 아침 밤새내린 눈으로 온시가지 도로에는 빙판길이 되어서 교통대란이 일어 났습니다.

대구수목원에도 나무위에는 눈이눅고 없지만 지면에는 눈이 쌓여 있어서 성경을 만끽할 수 있었습니다.

1.눈내린 제2잔디광장 풍경



2.눈내린 괴석원 풍경



3.눈내린 주도로 풍경



4.눈내린 곡수거 풍경



5. 눈내린 방지원도 풍경



6.눈내린 수목정 풍경



7.눈내린 산책로 풍경



8. 눈내린 주도로 풍경



9.눈내린 제2잔디광장 풍경



10.눈내린 제2잔디광장 풍경



11.눈내린 제2잔디광장 풍경



12.눈내린 제2잔디광장 풍경



13.눈내린 제2잔디광장 풍경



14.눈내린 은행나무동산 풍경



15.눈내린 분수대광장 풍경



16.눈내린 침엽수원 풍경



17.눈내린 잔디광장 풍경



18.눈내린 습지원 풍경



19.눈내린 습지원 풍경

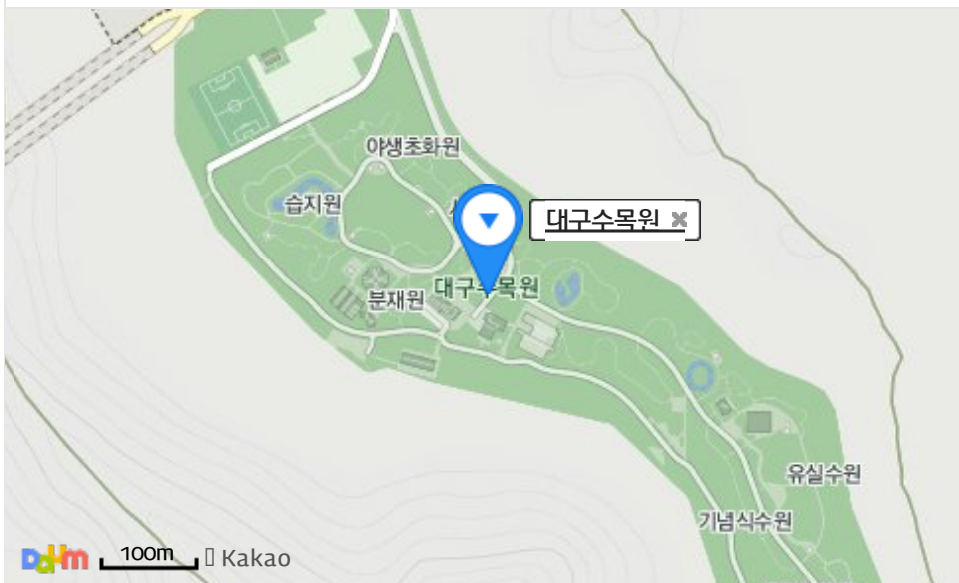


20.눈내린 습지원 풍경



대구수목원

053-640-4100 | 대구 달서구 대곡동 284



*웃자퀴즈 300 : 배가나온 걸인을 다른말로 하면?

*힌트:인터넷에 검색하면 정답이 있습니다. ㅎㅎㅎㅎ 매주 월요일 정답 공개 합니다 ㅋㅋㅋㅋ



*아래 ♥ 모양 공감에 쿡~ 눌러 주세요! 감사 합니다!



[민속놀이] 대구 설 민속놀이 한마당및 무료음료제공. 설맞이 추억의 솜사탕및
풍선아트 무료제공 - 국채보상운동기념공원. 동동 구루무/방어진/방어

2016.02.09 10:00

*대구 국채보상운동기념공원,감영공원,2.28중앙공원에서 2016.병신년 설을 맞이하여 설 민속놀이 한마당및 무료음료제
공. 설맞이 추억의 솜사탕및 풍선아트 무료제공 행사가 있습니다!

-이행사는 2016.2.7.~2.9일까지 실시 합니다.

1.민속놀이 한마당및 무료음료제공 현수막



2.설맞이 추억의 솜사탕및 풍선아트 무료제공 현수막



3.설맞이 추억의 솜사탕및 풍선아트 무료제공



4. 무료음료제공



5.투호 던지기



6.투호 던지기



7.활쏘기



8.활쏘기



9.물집지기 인증샷



10.물집지기



11. 윷놀이



12. 윷놀이



13.링던지기



14.링던지기



15.줄넘기



16.줄넘기



17.팽이치기



18. 팽이치기



19.제기차기



20.제기차기



21. 굴렁쇠 굴리기



22.민속놀이 한마당 전경



23.홍매화가 개화 했습니다.



***행사명:2015년 설 민속놀이 한마당:무료 체험및 무료 음료제공:설맞이 추억의 솜사탕및 풍선아트 무료제공.**

-장소:대구 국채보상운동기념공원,2.28기념중앙공원,경상감영공원.

-기간 :2016.2.7.~2.9일

-주차:유료주차장 무료개방!

-기타:신정,설,추석 연휴때 실시 합니다.

***국채보상운동기념공원**

국채보상운동의 숭고한 정신을 기리고 많은 시민들에게 휴식공간을 제공하기 위하여 조성한 국채보상운동기념공원은 42,509㎡(12,859평)의 면적에 달구벌 대종, 종각, 녹도, 편의시설 등이 있다.

공원내 달구벌 대종은 향토의 열과 정서가 담긴 맑고 밝은 소리가 울려 만인의 기상을 일깨우고, 화합과 번영을 염원하는 대구시민의 뜻을 온누리에 알리고자 1998년 12월 22일 동인동 국채보상운동기념공원내에 건조 설치하였다.

대한제국 말기에 일어난 항일독립운동의 하나인 국채보상운동의 구국 정신을 계승하기 위하여 조성된 이 공원은 중앙도서관과 동인지하주차장 사이에 펼쳐진다.

이 곳에는 22.5㎡의 달구벌대종을 비롯하여, 향토서예가들이 쓴 이육사·박목월·조지훈·이호우·윤동주의 시비와 대형 영상시설, 이연적·김광필·서거정·이황·정몽주·서상일·서상돈·이상화의 명언비가 있는 오솔길, 시원스럽게 뿜어대는 분수, 화합의 광장 등이 조성되어 있다. 지하에 3층 규모의 동인지하주차장이 마련되어 있어 시민들의 주차 공간 확보를 돕고 있으며, 중앙도서관을 끼고 있어 청소년들이 많이 모인다. 시내가 가까워 연인들에겐 데이트 장소로 인기가 높다.

가장 최근에 조성된 공원으로 넓은 잔디광장과 주위로 천연그루의 수목이 심겨져 있으며, 벤치도 넉넉하게 마련되어 휴식을 즐기기에 적당하다. 또 시원스럽게 뿜어대는 분수와 정자, 시골강산 나무를 연상시키는 석조물 등이 정취를 살리고 있다.

일일 4,000 ~ 5,000명 정도, 토·일요일 7,000명 이상의 관광객과 시민이 찾고 있다.

청소년 놀이마당, 음악회, 전시회등이 개최되고 있으며, 달구벌대종 타종의식 행사를 매주 토.일 시행함으로써 많은 관광객들이 공원을 찾고 있다.

*동동 구루무/방어진

(1)

동동구루무 한통만 사면
온동네가 곱던 어머니
지금은 잊혀진 추억의 아~름
어머님의 동동구루무
#(바람이 (문풍지에 (울고가는 밤이면
내 ^언손을 호,호, 불면서~~~
눈시울 적^시며 (서러웠던 어머니
아 아 동동 구루무

(2)

동—동구루무 아끼시다가
다뭇쓰고 가신 어머니
가난한 세월이 너무 서럽~던
추억의 동동구루무
(달빛이 (처마끝에 (울고가는 밤이면
내두뺨을 호호 불면서
눈시울 적^시며 울먹이던 어머니
아 아 동동구루무

국채보상운동기념공원

053-254-9401 | 대구 중구 동인동2가 42



***웃자퀴즈 300 : 배가나온 걸인을 다른말로 하면?**

*힌트:인터넷에 검색하면 정답이 있습니다. ㅎㅎㅎㅎ 매주 월요일 정답 공개 합니다 ㅋㅋㅋㅋ

***유익한** 포스팅이 아니었다면 아래 ♥ 모양 **공감**에 누르지 않으셔도 됩니다!



*대구수목원 열대과일원에 감기에방에 좋은 휘귀종 왕레몬 열매가 먹음직스럽게 익었습니다!

1.왕레몬 열매:

열매의 크기가 어른의 주먹보다 커서 "자이언트레몬"이라 불리며, 맛은 레몬처럼 시큼하고 껍질이 두꺼우며, 일반레몬처럼 이용하면 된다.



2.왕레몬 열매:

레몬(*C. limon*)과 시트론(*C. medica*)의 교배종으로 알려져 있으며, 레몬나무 중 열매가 일반 레몬의 두배 이상 큰 열

매가 달리는 품종입니다.



3.왕레몬 열매:

맛과 향은 일반 레몬과 비슷하며, 레몬의 쓰임새와 동일하게 이용된다.

레몬나무 중 열매가 일반 레몬의 두배 이상 큰 열매가 달리는 품종입니다.



4.왕레몬 열매:

꽃은 5~10월에 피고 잎겨드랑이에 하나씩 또는 몇 개씩 무리지어 달린다.



5.왕레몬 열매:

열매는 주로 10월 이후부터 다음해 봄까지 수확하고, 타원 모양이고 겉껍질이 녹색이지만 익으면 노란 색으로 변하며 향기가 강하다.



6.왕레몬 열매:

완전히 익기 전인 껍질이 녹색일 때 수확하여 익힌다.

비타민C와 구연산이 많기 때문에 신맛이 강하다. 과피에서 레몬유(油)를 짜서 음료 · 향수 및 레모네이드의 원료로 사용한다.



7.왕레몬 열매:

열매를 얇게 썰어서 새우튀김요리 · 홍차 · 칵테일 등에도 쓴다.



8.왕레몬 열매:

1. 감기에방에 좋은 레몬의 효능

레몬의 비타민C는 추위에 견딜 수 있게 신진대사를 원활히 해주어 체온이 내려가는 것을 막아줄뿐 아니라 세균에 대한 저항력을 높여주어 겨울철 감기에방에 좋습니다.

2. 피로회복에 좋은 레몬의 효능

레몬에는 비타민C, 구연산 성분이 풍부하게 함유되어 있어 피로회복에 좋습니다.

3. 피부미용에 좋은 레몬의 효능

레몬즙을 꾸준히 섭취하면 혈색이 좋아지고 피부가 좋아져 미용음료로 좋습니다.

4. 고혈압, 동맥경화에 좋은 레몬의 효능

레몬에 함유된 비타민P는 비타민C의 보조 역할을 하며 모세혈관을 튼튼하게 해주어 고혈압, 동맥경화에 좋습니다.

5. 살균효과가 좋은 레몬의 효능

레몬 추출물은 사람에게 기생하는 회충을 죽이는 효능이 있고 레몬유는 곰팡이를 죽이는 효능이 있습니다.



9.왕레몬 열매



10.왕레몬 열매



11.왕레몬 열매



12.왕레몬 열매



13.왕레몬 열매



14.왕레몬 열매



15.왕레몬 열매



16.왕레몬 꽃



17.왕레몬 꽃



18.왕레몬 꽃



19.왕레몬 나무



*왕레몬(Giant Rutace)

열매의 크기가 어른의 주먹보다 커서 "자이언트레몬"이라 불리며, 맛은 레몬처럼 시큼하고 껍질이 두꺼우며, 일반레몬처럼 이용하면 된다.

레몬(*C. limon*)과 시트론(*C. medica*)의 교배종으로 알려져 있으며, 레몬나무 중 열매가 일반 레몬의 두배 이상 큰 열매가 달리는 품종입니다.

맛과 향은 일반 레몬과 비슷하며, 레몬의 쓰임새와 동일하게 이용된다.

레몬나무 중 열매가 일반 레몬의 두배 이상 큰 열매가 달리는 품종입니다.

꽃은 5~10월에 피고 잎겨드랑이에 하나씩 또는 몇 개씩 무리지어 달린다.

열매는 주로 10월 이후부터 다음해 봄까지 수확하고, 타원 모양이고 겉껍질이 녹색이지만 익으면 노란 색으로 변하며 향기가 강하다.

완전히 익기 전인 껍질이 녹색일 때 수확하여 익힌다.

비타민C와 구연산이 많기 때문에 신맛이 강하다. 과피에서 레몬유(油)를 짜서 음료·향수 및 레모네이드의 원료로 사용한다.

열매를 얇게 썰어서 새우튀김요리 · 홍차 · 칵테일 등에도 쓴다.

*레몬(Rutace)

운향과(芸香科 Rutaceae)의 소교목 또는 관목 및 그 열매.

가지치기를 하지 않을 경우 가지가 넓게 퍼지는 관목이 되거나, 키가 3~6m인 소교목이 된다. 어린 잎은 선명한 붉은색을 띠나 점차 초록색으로 변한다. 몇몇 품종의 어린 가지는 각이 진 것도 있으며 잎겨드랑이에 날카로운 가시가 나기도 한다. 달콤한 냄새를 풍기는 꽃은 다소 크며 잎겨드랑이에 하나씩 또는 몇 개씩 무리지어 핀다. 꽃봉오리는 붉은색을 띠며 꽃은 안쪽이 흰색, 바깥쪽이 적자색을 띤다.

열매는 계란 모양으로 끝에 넓적하고 조그만 돌기가 있으며 열매 속은 8~10조각으로 되어 있다. 겉껍질은 익으면 노랗게 변하고 어떤 품종은 두껍기도 하며 표면에 선점이 있는 것이 특징이다. 겉껍질 안쪽에 있는 흰색의 솜 같은 부분을 중과피(中果皮 : 알베도라고도 함)라고 하는데 이 부분은 거의 맛이 없으며, 펙틴을 만드는 주재료로 쓰인다. 씨는 작고 계란형이며 뾰족하지만 씨가 없는 것도 있다. 과육은 레몬즙 무게의 5% 이상을 차지하는 구연산 때문에 신맛이 강하게 난다. 레몬즙에는 비타민 B군도 소량 들어 있다.

고대 그리스인이나 로마인은 레몬을 몰랐던 것으로 보이나 스페인과 북아프리카에는 1000~1200년에 전해졌으며 그뒤 십자군 전사들이 팔레스타인에서 자라던 열매를 발견하고 유럽 전역에 퍼뜨렸다. 1494년에는 대서양 중부의 아조레스 제도에서 재배되기 시작했는데 그 대부분은 영국으로 가져갔다. 18세기 스웨덴의 식물학자인 린네는 레몬이 시트론(*Citrus medica*)의 한 변종일 것이라고 생각했으나 오늘날에는 이 둘을 별개의 종으로 구분하고 있다.

그 이전에는 오스트레일리아에서 들어온 리스본(Lisbon), 캘리포니아에서 자라는 어린나무에서 만들어낸 유레카(Eureka) 등이 레몬의 주요품종이었다. 그러나 20세기 중엽부터 프로스트 리스본(Frost Lisbon) 이나 프로스트 유레카(Frost Eureka) 같은 더 잘 자라는 새로운 품종이 개량되어 곰팡이에 의한 감염이나 그밖의 다른 식물질병들에 대해 더 높은 저항력을 갖게 되었다. 지금은 일부 제한된 곳에서만 심고 있는데, 주로 열대와 아열대 지방에서 심고 있다. 상업작물로 재배할 때는 스위트오렌지 · 그레이프프루트 · 만다린오렌지 · 사워오렌지 · 탄젤로 같은 감귤류의 어린 식물에 원하는 레몬 품종을 눈접[芽接]하여 번식시키는데 이 종들의 어린식물은 레몬보다 생김새가 더 일정하며 뿌리에 생기는 여러 가지 질병에도 강하기 때문에 대목(臺木)으로 많이 쓰인다.

이탈리아와 캘리포니아 연안같이 비교적 시원하고 기후의 변화가 없는 지역이 레몬 재배에 적당하다. 레몬나무는 과수원에서 흔히 5~8m 간격을 두고 심는다. 꽃은 1년 내내 피며 열매는 1년에 6~10번 정도 거두어들인다. 시장에 내놓는 레몬의 크기는 지름 5cm 정도이다. 열매는 녹색일 때 따서 적절히 가공한 뒤 3개월 또는 그 이상 보관한다.

어린 나무는 심은 지 3년이 되면 결실기에 이르지만 5년이 지나야 시장에 내놓을 만한 열매가 열리며, 나무 한 그루에서 1년 동안 레몬 1,500개 정도를 딸 수 있다. 레몬은 쉽게 명이 들기 때문에 장갑을 끼고 따는 등, 딸 때나 운반할 때 항상 주의를 해야 한다. 저장과 운송과정에서는 곰팡이에 의한 질병이 생기지 않도록 특별히 신경써야 한다. 수확한 레몬은 식료품 포장공장에서 색깔에 따른 성숙 정도로 등급을 매긴다. 노란색은 완전히 익은 것이기 때문에 즉시 팔아야 하며 녹색을 띤 레몬은 노랗게 될 때까지 계속 저장해야 한다.

주요 레몬 생산국은 미국과 이탈리아이다. 그밖에 스페인, 그리스, 터키, 아르헨티나, 레바논, 칠레, 브라질, 이스라엘, 오스트레일리아, 튀니지, 남아프리카 공화국, 알제리, 키프로스, 포르투갈 등도 레몬을 생산하고 있다. 생산된 레

몬의 반 정도는 청과물시장으로 보낸다.

레몬즙은 타트(과일 파이의 일종)와 전통적인 미국식 레몬메랭게 파이 같은 후식용 음식의 재료이다. 또한 레몬은 그 짙고 독특한 맛 때문에 여러 가지 가금(家禽)·생선·야채 요리의 맛을 높이는 데에도 쓰인다. 레몬과 설탕, 물로 만든 레모네이드는 날씨가 더울 때 인기가 있고 레몬즙 자체를 직접 홍차에 타 마시기도 한다.

레몬의 중요한 부산물로는 구연산, 구연산 칼슘염, 레몬 기름, **펙틴** 등이 있다. 레몬 기름은 향수·비누·조미료 등에 사용되는데 주로 시칠리아 섬에서 생산한다. 구연산으로는 음료수를 만들고, 펙틴은 과일 젤리를 만드는 중요한 재료이며 의학에서는 항출혈제(抗出血劑)·혈장증량제(血漿增量劑) 같은 장(腸) 질환의 치료에 사용한다.

*레몬의 효능

〈레몬 이야기〉

레몬은 히말라야가 원산지라 비교적 시원하고 기후의 변화가 없는 곳에서 잘 자란다. 레몬은 이탈리아·에스파냐·미국의 캘리포니아 및 오스트레일리아 등에서 많이 재배하는데, 지중해 연안에서 재배하는 것이 가장 품질이 좋다. 레몬 열매는 1년에 6~10번 수확하는데, 주로 10월 이후부터 다음해 봄까지 수확하고 11~12월에 가장 많이 수확한다.

레몬은 캘리포니아에서는 연중 수확하며 1~5월에 가장 많이 수확한다. 레몬 열매는 타원 모양이고 겉껍질이 녹색이지만 익으면 노란 색으로 변하며 향기가 강하다. 완전히 익기 전인 레몬 껍질이 녹색일 때 수확하여 익힌다.

레몬 종자는 달걀 모양이고 양끝이 뾰족하다.

레몬은 비타민C와 구연산이 많기 때문에 신맛이 강하다. 레몬 과피에서 레몬유(油)를 짜서 음료·향수 및 레모네이드의 원료로 사용하고, 레몬의 과즙은 음료·식초·화장품의 원료로 사용하며 과자를 만들 때 향료로도 사용한다. 레몬의 과피를 설탕에 절여서 캔디를 만들고 또 이것을 잘게 잘라서 케이크를 장식할 때 사용한다.

레몬 과즙에 설탕을 넣고 조려서 젤리를 만들고 여기에 과육을 섞어서 마멀레이드를 만든다. 레몬의 열매를 얇게 썰어서 새우튀김요리·홍차·칵테일 등에도 쓴다.

〈감기예방에 좋은 레몬의 5가지 효능〉

1. 감기예방에 좋은 레몬의 효능

레몬의 비타민C는 추위에 견딜 수 있게 신진대사를 원활히 해주어 체온이 내려가는 것을 막아줄뿐 아니라 세균에 대한 저항력을 높여주어 겨울철 감기예방에 좋습니다.

2. 피로회복에 좋은 레몬의 효능

레몬에는 비타민C, 구연산 성분이 풍부하게 함유되어 있어 피로회복에 좋습니다.

3. 피부미용에 좋은 레몬의 효능

레몬즙을 꾸준히 섭취하면 혈색이 좋아지고 피부가 좋아져 미용음료로 좋습니다.

4. 고혈압, 동맥경화에 좋은 레몬의 효능

레몬에 함유된 비타민P는 비타민C의 보조 역할을 하며 모세혈관을 튼튼하게 해주어 고혈압, 동맥경화에 좋습니다.

5. 살균효과가 좋은 레몬의 효능

레몬 추출물은 사람에게 기생하는 회충을 죽이는 효능이 있고 레몬유는 곰팡이를 죽이는 효능이 있습니다.

< 레몬청 만들기>

레몬은 방부제 처리를 많이해서 수입되기때문에 세척이 중요합니다.

먼저 끓은소금으로 레몬을 깨끗히 문질러 씻어줍니다.

레몬을 소다로 씻고 식초물에도 담?다가 끓는 물에 10초정도 데친 후 꺼냅니다.

레몬의 물기 닦고 얇게 썰어서 설탕과 버무립니다. 이때 설탕과 레몬의 비율은 설탕 1대1 정도로 입니다.

소독된 유리병에 레몬을 넣고 중간중간 설탕 넣고 마지막에 설탕 좀 부어주고 마무리 해줍니다.

뚜껑 닫아서 2~3일간 흔들어서 설탕 녹여주고 냉장보관 하면 됩니다.

완성된 레몬청에 물이나 탄산수에 타서 드시면 좋습니다.

대구수목원

053-640-4100 | 대구 달서구 대곡동 284



***웃자퀴즈 300 : 배가나온 걸인을 다른말로 하면?**

*힌트:인터넷에 검색하면 정답이 있습니다. ㅎㅎㅎㅎ 매주 월요일 정답 공개 합니다 ㅋㅋㅋㅋ

***유익한** 포스팅이 아니었다면 아래 ♡ 모양 **공감**에 **누르지** 않으셔도 됩니다!



*김해축산농협 장유 산들에3호점 에서 귀한부위별 한우1++등급으로 우리가족 모두가 외식하고 왔습니다.

김해축협은 2015.10.15일 이기수 농협 축산경제대표를 비롯해 민홍철 새정치민주연합 의원(김해시갑), 김진국 경남농협지역본부장, 최정규 김해시농업기술센터소장, 지역 농·축협 조합장, 농업인 등 500여 명이 참석한 가운데 하나로마트 장유점 개점식을 가졌다.

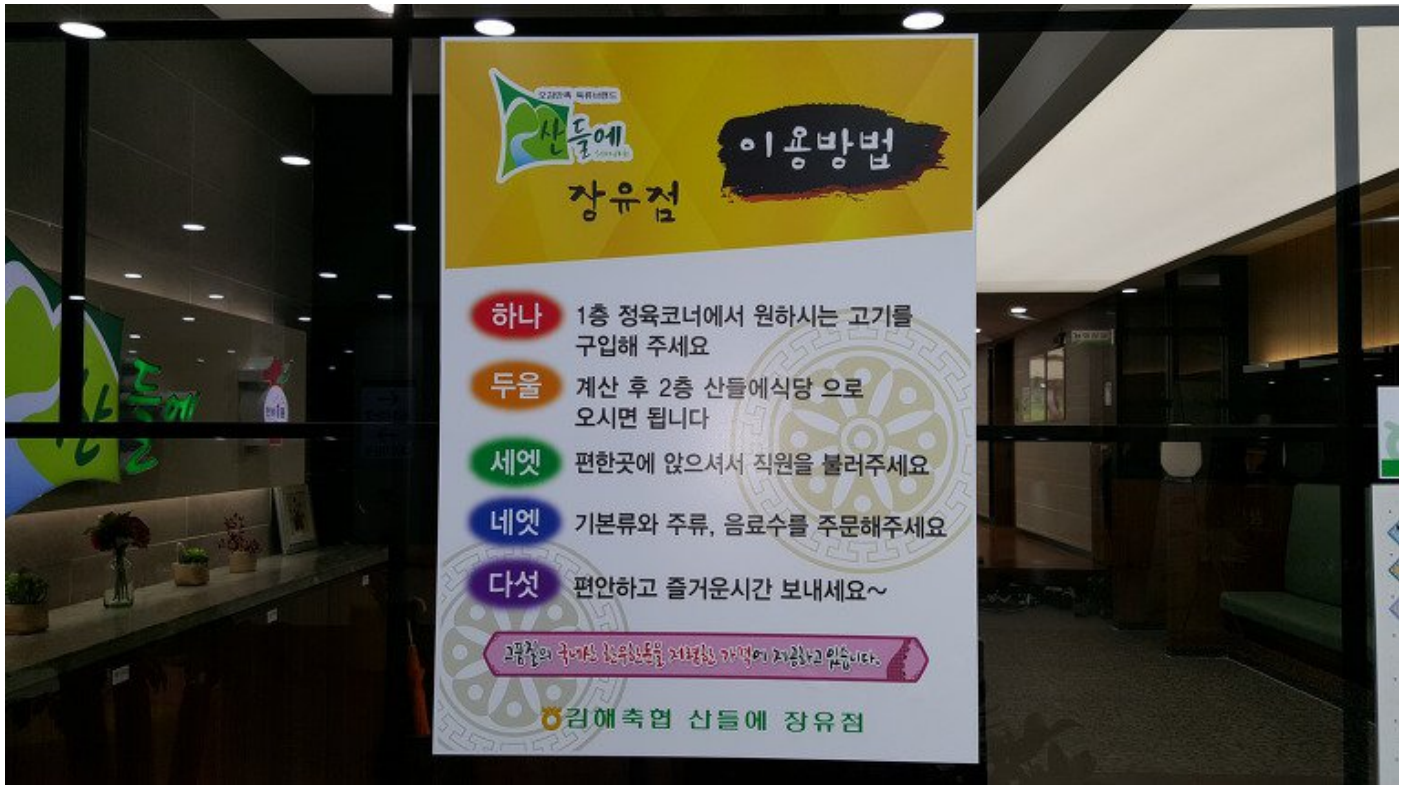
1.김해축산농협 장유 산들에3호점:

김해시 변화2로에 위치한 하나로마트 장유점은 4,552㎡(약 1,377평) 부지에 연면적 1만4,405㎡(4,357평)로 지하 1층에서 지상 5층 규모로 건립됐다.



2.김해축산농협 산들에 장유점 이용방법:

지하 1층은 대규모 하나로마트와 축산물가공시설이 위치하고, 2층은 셀프식당인 우리고기 전문점 '산들에'와 금융점포, 사무실, 회의실 등이 있다. 3층부터 5층까지는 190여 대의 차량을 주차할 수 있는 주차시설과 전기실로 구성되어 있다.



3.하나로마트 장유점 매장:

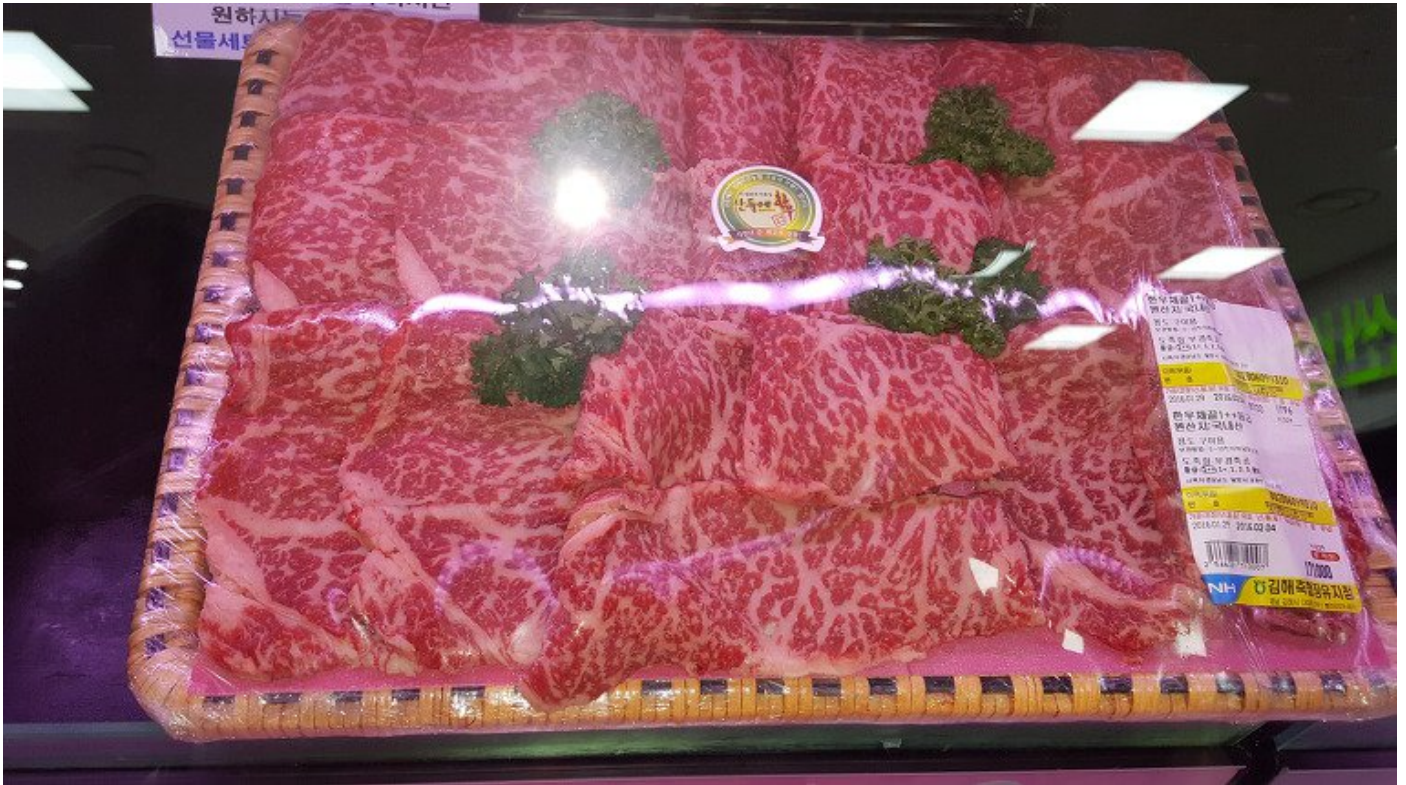
“김해축협이 한우고기 브랜드인 <천하1품>은 최고의 품질을 인정받아 전국 브랜드로 성장했고, 고기전문점인 ‘산들에’ 도 많은 소비자들이 찾고 있다” 면서 “새로 개점한 하나로마트 장유점은 지역의 영세업체와 상생 협력해 지역발전에 기여하길 바라며, 주민들 역시 하나로마트를 적극 애용해 김해축협이 성장하는 데 큰 힘이 돼 주길 부탁한다.



4.하나로마트 장유점 매장:
 김해축협은 본점과 서부점, 가야점 등 3곳에서 하나로마트를 운영하고 있다. 지난해 3곳의 하루 평균 매출액은 1억 9,500만원, 연간 매출액은 모두 704억9,100만원을 기록했다.



5. 한우채끝1++등급



6. 한우등심1++등급



7. 한우안창살 1++등급



8. 한우갈비살 1++등급



9. 한우제비추리1++등급



10.산들에 상차림



11.산들에 가격표, 한우고기 맛있게 굽는방법



12.한우채끝1++등급:

육질이 부드럽고 입에 구수한 맛이 넘치는 채끝.



13.한우채끝1++등급



14.한우등심1++등급:
고기가 익으면 1++등급 마블링은 없어집니다.



15. 안창살 1++등급:

수의사가 추천한 안창살 1++등급 직접 먹어보고 평가하세요~~~



16.한우안창살 1++등급:

우리는 김해축산농협에서 매월 50만원 실적을 올리기위해 최고급 등급으로 포식 하는데....



17.한우제비추리1++등급



18.한우갈비살 1++등급



19.산들에 내부



20.산들에 가격표



21.김해축산농협 산들에 장유점



22.김해축산농협 산들에 장유점 명함



*김해축산농협 하나로마트 장유점개점

4,357평 규모의 지상5층 건립 금융점포 고기전문점등 입점 경제사업 활성화 기폭제 기대!

경남 김해축협(조합장 김종석)의 하나로마트 장유점이 문을 열면서 경제사업이 더욱 활성화되는 기폭제가 될 것으로 기대하고 있다.

김해축협은 2015.10.15일 이기수 농협 축산경제대표를 비롯해 민홍철 새정치민주연합 의원(김해시갑), 김진국 경남농협지역본부장, 최정규 김해시농업기술센터소장, 지역 농·축협 조합장, 농업인 등 500여 명이 참석한 가운데 하나로마트 장유점 개점식을 가졌다.

김해시 변화2로에 위치한 하나로마트 장유점은 4,552㎡(약 1,377평) 부지에 연면적 1만4,405㎡(4,357평)로 지하 1층에서 지상 5층 규모로 건립됐다.

지하 1층은 대규모 하나로마트와 축산물가공시설이 위치하고, 2층은 셀프식당인 우리고기 전문점 ‘산들에’와 금융점포, 사무실, 회의실 등이 있다. 3층부터 5층까지는 190여 대의 차량을 주차할 수 있는 주차시설과 전기실로 구성되어 있다.

민홍철 의원은 “김해축협의 한우고기 브랜드인 <천하1품>은 최고의 품질을 인정받아 전국 브랜드로 성장했고, 고기 전문점인 ‘산들에’도 많은 소비자들이 찾고 있다”면서 “새로 개점한 하나로마트 장유점은 지역의 영세업체와 상생 협력해 지역발전에 기여하길 바라며, 주민들 역시 하나로마트를 적극 애용해 김해축협이 성장하는 데 큰 힘이 돼 주길 부탁한다”고 말했다.

이기수 대표는 “지역에서 생산된 우수한 농축산물을 제값 받고 팔아주는 한편 소비자에게는 신선하고 품질 좋은 제품을 공급하는 역할을 하나로마트 장유점이 중심이 돼 해줄 것을 기대한다”면서 “최고의 품질, 착한 가격, 최상의 서비스로 소비자 마음을 끌어내는 감동경영으로 협동조합 본연의 역할을 더욱 충실히 실행해 나가기를 기원한다”고 말했다.

김종석 조합장은 “하나로마트 장유점은 농축산물 판매의 선두주자로서 조합 경제 활성화는 물론 지역사회에 축협의 이미지를 높여나가는 데 크게 기여할 것”이라며 “조합원이 생산한 우수 축산물의 안정적인 판로 확보와 유통의 거품을 제거한 안전하고 신선한 먹거리를 저렴하게 공급해 생산자와 소비자가 신뢰하고 만족하는 전국 최고의 하나로마트로 육성하기 위해 최선의 노력을 다하겠다”고 강조했다.

김해축협은 본점과 서부점, 가야점 등 3곳에서 하나로마트를 운영하고 있다. 지난해 3곳의 하루 평균 매출액은 1억 9,500만원, 연간 매출액은 모두 704억9,100만원을 기록했다.

하나로마트 서부점과 가야점에 이어 이번에 개장한 장유점은 소비자들이 원하는 축산물 부위를 등급별, 중량별, 가격별로 직접 선택해 저렴한 가격에 즐길 수 있는 우리고기 전문점 ‘산들에’가 입점해 있어 국내산 축산물 소비의 첨병 역할을 담당할 것으로 전망된다.

김해축협 하나로마트 장유점

055-323-4811 | 경남 김해시 대청동 316-3



*웃자퀴즈 300 : 배가나온 걸인을 다른말로 하면?

*힌트:인터넷에 검색하면 정답이 있습니다. ㅎㅎㅎㅎ 매주 월요일 정답 공개 합니다 ㅋㅋㅋㅋ

***유익한** 포스팅이 아니었다면 아래 ♥ 모양 **공감**에 **누르지** 않으셔도 됩니다!



*대구수목원에 매화중에서 가장 먼저 꽃이피고 혈압강화 작용과 좋은향기를 내뿜는 납매(당매)꽃이 활짝 피었습니다.

1.납매 꽃:

봄의 시작은 꽃의 개화로부터 출발한다. 봄꽃의 색깔은 노랑과 연분홍색이다. 예로부터 옥매(玉梅), 납매(臘梅), 다매(茶梅), 수선(水仙)을 설중사우(雪中四友)라고해서 한 겨울에 즐길 수 있는 꽃으로 꼽았다. 겨울 추위를 이기고 가장 일찍 피는 봄꽃은? 보통은 매화, 진달래, 개나리, 벚나무를 꼽을 것이다. 그러나 진달래, 개나리보다 더 빨리 봄을 알리는 나무가 있다.

봄의 전령사로 알려진 납매가 바로 그것인데 노란색 수줍은 꽃망울을 온 몸 가득 터뜨리는 꽃 색깔은 마치 개나리꽃과 같지만 향기가 진하며 초겨울부터 봄까지 겨울 내내 핀다.



2.납매 꽃:

납(臘)은 선달을 의미하며, 선달에 피는 매화라는 뜻이며 한객(寒客)이라고 부르기도 하며 중국에서 도입됐다고 하여 당매(唐梅)라고 부르기도 한다.

반침꽃과의 낙엽활엽관목으로 높이 2~5m까지 자란다.



3.납매 꽃:

납매의 효능은 가지는 약으로 쓴다:혈압강화 작용.

열매는 기름을 짠다

어린싹:각설차로 쓴다.



4.납매 꽃:

꽃은 1~2월에 노란 꽃이 핀다.

꽃은 좋은 향기가 난다.



5.납매 꽃:

한겨울 눈이오는 겨울철에 꽃을 노랗게 꽃망울을 피우는 모습은 실로 장관을 자아내게 한다. 아름다운 납매를 분재로 키우거나 텃밭이나 화단이 있다면 누구나 심고 가꾸어서 아름다운 꽃을 감상해 볼 것을 추천하고 싶다.



6.납매 꽃:
지는꽃



7.납매 꽃



8.납매 꽃



9.납매 꽃



10.납매 꽃



11.납매 꽃:
피는꽃



12.납매 꽃



13.납매 꽃



14.납매 꽃



15.납매 꽃



16.납매 꽃



17.납매 꽃



18.납매 꽃



19.납매 꽃



20.납매나무



***납매/당매화(Meratia praecox Rhd,臘梅): (선달에 꽃이피는 매화):당매**

1.꽃말:자애

2.분류:녹나뭇과

3.분포:우리나라,중국,만주등

4.원산지:중국

5.꽃:1~2월에 노란 꽃이핀,좋은 향기가 난다

6.열매:9월에 작고 둥근 열매가 익는다

7.효능: *가지는 약으로 쓴다:혈압강화 작용.

*열매는 기름을 짠다

*어린싹:각설차로 쓴다

8.설명:봄의 시작은 꽃의 개화로부터 출발한다. 봄꽃의 색깔은 노랑과 연분홍색이다. 예로부터 옥매(玉梅), 납매(臘梅), 다매(茶梅), 수선(水仙)을 설중사우(雪中四友)라고해서 한 겨울에 즐길 수 있는 꽃으로 꼽았다. 겨울 추위를 이기고 가장 일찍 피는 봄꽃은? 보통은 매화, 진달래, 개나리, 벚나무를 꼽을 것이다. 그러나 진달래, 개나리보다 더 빨리 봄을

알리는 나무가 있다.

봄의 전령사로 알려진 납매가 바로 그것인데 노란색 수줍은 꽃망울을 온 몸 가득 터뜨리는 꽃 색깔은 마치 개나리꽃과 같지만 향기가 진하며 초겨울부터 봄까지 겨울 내내 핀다.

납(臘)은 설달을 의미하며, 설달에 피는 매화라는 뜻이며 한객(寒客)이라고 부르기도 하며 중국에서 도입됐다고 하여 당매(唐梅)라고 부르기도 한다.

반침꽃과의 낙엽활엽관목으로 높이 2~5m까지 자란다.

*납매/당매화(Meratia praecox Rhd,臘梅)의 효능

학명 : Meratia praecox Rhd.et Wilson

[더위먹은데 해수 관절염 타박상에 효험]

▶ 혈당강하작용, 혈압낮춤작용, 더위먹은데, 열병번갈, 진액생성, 흥민, 만성 해수, 풍습성 관절염, 정창, 위통, 복통, 효천, 요산배통, 부인복내혈포, 냉기로 인한 복통, 허리가 시리고 등이 아픈데, 타박상, 심변구갈, 화상, 소아의 홍역, 백일해를 치료하는 납매

납매: 납매화(Chimonanthus praecox{L} Link)는 반침꽃과(새양나무과)의 갈잎떨기나무이다. 높이는 2~4m까지 자란다. 중국이 원산지로서 관상용으로 많이 심어 기른다. 나무껍질은 연한 회갈색을 띠며 껍질눈이 있다. 잎은 마주나고 긴 타원 또는 달걀 모양이며 끝이 뾰족하고 가장자리는 밋밋한 편이다. 꽃은 잎보다 먼저 핀다. 여러 개의 꽃받침조각으로 이루어져 있으며 안쪽은 주로 갈색을 띤다. 수술은 5~6개이고 암술은 여러 개이다. 열매는 긴 달걀 모양이고 겉이 울퉁불퉁하며 어두운 갈색으로 익는다. 안에는 기다란 팔처럼 생긴 여러개의 갈색 씨가 들어 있다. 꽃에서 매우 좋은 향기가 나며 잎에서도 같은 향기가 난다. 잎을 만져보면 꺼칠꺼칠한 느낌이 든다. 꽃은 2~3월에

피며 열매는 9월에 익는다.

납매의 여러가지 이름은 납매화[臘梅花: 황매화:黃梅花, 납매:蠟梅: 본초강목(本草綱目)], 납매화[臘梅花: 구황본초(救荒本草)], 철괘자화[鐵□子花, 설리화:雪裏花: 귀양민간약초(貴陽民間藥草)], 납목[臘木, 납매:臘梅, 암마상:巖馬桑, 취납매:臭臘梅: 중약대사전(中藥大辭典)], 당매(唐梅) 등으로 부른다.

납매화의 뿌리와 줄기를 철괘자[鐵□子, 철강차:鐵綱叉, 와조시:瓦鳥柴: 귀주민간방약집(貴州民間方藥集)], 철석풍[鐵石風: 귀양민간약초(貴陽民間藥草)]라고 부르며 모두 약용한다.

[채취]

납매의 꽃은 1~2월에 채취하여 햇볕에 말리거나 불에 말린다.

[성분]

꽃에 volatile oils이 함유되어 있는데 그 속에는 cineole, borneole, linalool, benzyl alcohol, benzyl acetate, farnesol, terpineol, indole 등이 들어 있다. 또한 calycanthine, isocalycanthine, meratin, ■-cartene이 들어 있다.

종자에는 calycanthine이 들어 있고 fat에는 unsaponifiable matter 5.6%가 들어 있으며 fatty acid는 포화지방산 (palmitic acid, stearic acid, lauric acid, myristic acid 등) 22%, monoethylene fat 46%, linoleic acid 25%, linolenic acid 7%로 구성되어 있다.

잎에는 chimonanthine이 들어 있다. [중약대사전]

[약리작용]

chinmonanthine은 포유동물에게 강렬한 경련을 일으키는데 그 작용은 strychnine과 유사하다. mouse에 대한 정맥 주사시 평균치사량은 43.79±1.89mg/kg이고 rat에서는 17.16±0.82mg/kg이다. rabbit에 대한 독성은 더 강하여 대개 10~40mg이고 정맥 주사후 모두 죽게되며 최대 내수량(耐受量)은 7.5mg이다. 중독량은 상술한 세 종류의 동물에 대하여 모두 흥분작용을 일으키거나 개구리에 대해서는 억제작용을 일으킨다. rabbit에 정맥 주사하면 혈당을 강하시킨다. 혈구수에 대해서는 영향이 없다. 적출한 rabbit의 자궁에 대한 작용은 미약하다. 마취한 고양이, 개에서는

심장을 억제하고 혈압을 낮춘다. 그러나 혈압강하 작용이 없다고 보는 사람도 있다. [중약대사전]

[성미]

〈꽃〉

1, 〈구황본초〉: "맛은 달고 조금 쓰다."

2, 〈본초강목〉: "맛은 맵고 성질은 따뜻하며 독이 없다."

〈뿌리와 줄기〉

〈귀양민간약초〉: "맛은 매우며 성질은 따뜻하고 무독하다."

[약효와 주치]

〈꽃〉

더위먹은 것을 물리치며 진액을 생기게 하는 효능이 있다. 심번구갈(心煩口渴), 백일해, 소아 홍역, 열병번갈(熱病煩渴), 흉민(胸悶), 해수, 화상을 치료한다.

〈뿌리와 줄기〉

풍사를 몰아내고 기의 순환을 조절하며 혈액순환을 촉진시키고 해독한다. 효천(哮喘), 노상(勞傷), 해수, 위통, 복통, 풍습성 비통(痺痛), 풍습성 관절염, 정창종독(疔瘡腫毒), 타박상을 치료한다.

[용법과 용량]

〈꽃〉

내복: 하루 3.75~7.5g을 물로 달여서 먹는다.

외용: 기름에 담가 바른다.

〈뿌리와 줄기〉

내복: 2~3돈을 달여서 복용한다. 술에 담그거나 산제에 넣는다.

외용: 가루내어 환부에 붙인다.

[배합과 주의사항]

〈뿌리와 줄기〉

임신부는 엄금한다.

◆ 꽃(납매화), 뿌리 및 줄기(철래자)로 질병을 치료하는 방법은 아래와 같다.

1, 만성 해수

철래자화 12g을 끓는 물에 담가 복용한다. [귀양민간약초(貴陽民間藥草)]

2, 화상

납매화를 다유(茶油)에 담가 바른다. [嶺南採藥錄(영남채약록)]

3, 타박상

철래자, 유엽과산용(柳葉過山龍) 각 3돈, 일구혈(一口血) 2돈을 반 근의 술에 담근 후 한 번에 2냥의 약주를 하루에 2번씩 복용한다. [귀양민간약초(貴陽民間藥草)]

4, 해수, 요산배통(腰酸背痛)

철래자 2돈, 봉밀(蜂蜜) 1냥.

철래자를 누렇게 될 때까지 볶은 후 꿀을 넣고 찌서 한 번에 전부 복용한다. [귀주민간방약집(貴州民間方藥集)]

5, 풍습통(風濕痛)

철래자 3돈, 석남등(石楠藤) 3돈, 면이풍(免耳風) 3돈을 4냥의 술에 담근 후 한 번에 1냥씩 복용한다. [귀양민간약초(貴陽民間藥草)]

6, 냉기(冷氣)로 인한 복통

철래자, 주사연(朱砂蓮)을 같은 양으로 하여 가루낸 후 한 번에 1~2돈씩 술로 복용한다. [귀양민간약초(貴陽民間藥草)]

7, 노상(癆傷) 해수

철래자의 가는 수염뿌리 1냥을 반 근의 술에 담근 후 한 번에 약주 5돈~1냥씩 자주 복용한다. [귀양민간약초(貴陽民間藥草)]

8, 효천(哮喘)

철래자의 수염뿌리 5푼을 가루낸 후 술로 복용한다. [귀양민간약초(貴陽民間藥草)]

9, 부인의 복내혈포(腹內血包)

철래자 3돈, 홍부평(紅浮萍) 1냥, 박하(薄荷) 1돈, 홍화(紅花) 2돈을 달여서 복용한다. [귀양민간약초(貴陽民間藥草)]

10, 위통

철채자, 대목강자(大木薑子), 청등향(靑藤香), 광목향(廣木香), 각 2돈을 가루내어 한 번에 2돈씩 끓인 물로 복용한다. [귀양민간약초(貴陽民間藥草)]

11, 정황독창(疔黃毒瘡)

철채자, 천심초(穿心草), 짚신나물 각 5돈을 달여서 복용한다. 동시에 찌꺼기를 찢어 환부에 붙인다. [귀주약초(貴州藥草)]

12, 허리부위의 근육노손(勞損), 풍습성 관절염(임상보고)

철채자의 뿌리로 100% 주사액을 만들어 하루에 2번 2ml씩 근육 주사한다. 또는 한번에 2~3차씩, 1월에 0.5ml씩 혈위에 주사한다. 허리부위의 근육노손 및 풍습성 관절염을 모두 47례 치료한 결과 일반적으로 약을 쓴 후 1~3일에 증상이 뚜렷이 호전되었는데 최장 10일이면 증상이 감소되거나 없어져 평소와 같이 활동하게 되었다. [중약대사전(中藥大辭典)]

중국의 <구황본초>에서는 말하기를 "납매화는 보통 남방에서 나지만 지금은 북방에도 있다. 그 나뭇가지는 자두나무와 비슷하고 잎은 복숭아 잎과 비슷하여 넓고 크며 무늬가 조금 굵고 **연한 황색의 꽃이 핀다.** 고 적고 있다.

<본초강목>에서는 "납매는 원래 매화 종류가 아니지만 매화와 같은 때에 피고 향기도 비슷하며 색깔은 밀납(蜜蠟)과 비슷하여서 그 이름을 붙인 것이다. 납매는 나무가 작고 가지가 많으며 잎이 뾰족하다. 모두 세 가지 종류로 나누어진다. 열매에서 종자가 나오고 접붙이지 않은 것은 음력 12월에 작은 꽃이 피며 향기가 짙지 않은데 구납매(狗臘梅)라 부른다. 열매와 종자가 접붙이기하여 꽃이 필 때에 먹을 수 있는 것은 경구매(磬口梅)라 부른다. 꽃이 촘촘하고 향기가 짙으며 색이 짙은 황색이어서 자단(자단)과 같은 것은 단향매(단향매)라 부르며 최고품이다. 결실하면 모양에 꿰맨 구슬과 같으며 뾰족하고 길이가 1치 남짓하며 속에 종자가 있다. 나무 껍질을 물에 담가 먹을 갈면 광채가 난다."고 하였다.

<식물명실도고>에서는 말하기를 "납매는 <본초강목>에 수록되어 있다. 민간에서 전하는데 의하면 납매화를 꽃앰 꽃병의 물을 마시면 사람이 중독된다. 그것은 토파두(土巴豆)라는 것으로서 대독(大毒)이 있기 때문이다."라고 기록하고 있다.

납매에는 2가지가 있는데, 한가지는 소심납매(素心臘梅)라고 하여 꽃술이 있는 부분은 황색이고 꽃잎은 겹잎이다. 꽃잎은 둥글고 크며 꽃송이는 크다.

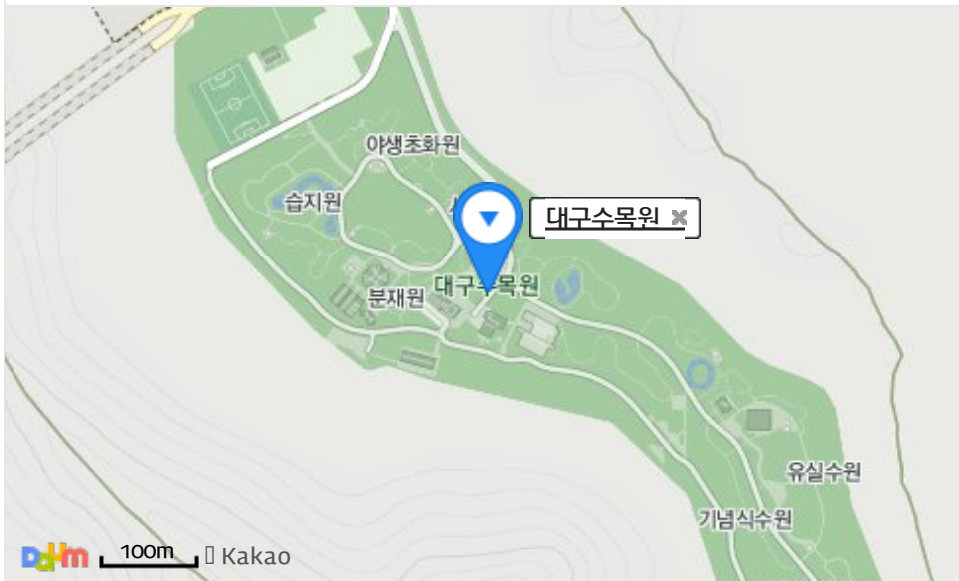
그리고 구심납매(狗心臘梅)는 꽃술이 있는 부분은 적색이고 꽃잎은 홑잎이다. 꽃잎은 좁고 뾰족하며 꽃은 작고 질이 조금 못하다. 꽃술이 있는 부분이 황색이고 완전하며 가지런하고 웅골지다고 한다.

납매의 번식법은 2~3월에 오래된 그루에서 자란 작은 포기를 떼어내어 옮겨 심는 방법으로 분주 번식을 할 수 있고 또한 종자번식법으로 3월에 파종하여 2년간 자라게 한 후 옮겨 심을 수 있다.

한겨울 눈이오는 겨울철에 꽃을 노랗게 꽃망울을 피우는 모습은 실로 장관을 자아내게 한다. 아름다운 납매를 분재로 키우거나 텃밭이나 화단이 있다면 누구나 심고 가꾸어서 아름다운 꽃을 감상해 볼 것을 추천하고 싶다.

대구수목원

053-640-4100 | 대구 달서구 대곡동 284



***웃자퀴즈 300 : 배가나온 걸인을 다른말로 하면? 정답: 풍요 속의 빈곤.**

*힌트:인터넷에 검색하면 정답이 있습니다. ㅎㅎㅎㅎ 매주 월요일 정답 공개 합니다 ㅋㅋㅋㅋ

***유익한** 포스팅이 아니었다면 아래 ♡ 모양 **공감**에 누르지 않으셔도 됩니다!



*대구수목원 분재원에 봄의 전령사 휘휘 늘어진 흰색 수양매화나무 꽃이 만발 하였습니다.

1. 수양매화나무 꽃:

매화꽃은 이른 봄(2~4월)에 잎보다 먼저 나와 흰색 또는 연분홍색으로 꽃이 피는데 향기가 강하며, 잎겨드랑이에 1~2송이씩 달린다.

꽃자루가 거의 없으며 5장의 꽃잎은 난형이고, 수술이 많으며 암술은 1개이나 씨방이 털로 덮여 있다.



2. 수양매화나무 명패:

열매인 매실은 핵과(核果)로, 처음에는 초록색이었다가 7월쯤이면 노란색으로 변하며 매우 시다.

매실로는 술을 빚기도 하는데, 더위먹었을 때 밥먹기 전에 한 잔 마시면 입맛이 돌며, 밥먹은 다음 마시면 소화가 잘 되고, 특히 피로회복에 효과가 있는 것으로 알려져 있다.

오매(烏梅 : 껍질을 벗기고 쪼달 연기에 그을려서 말린 매실)는 설사·기침·소갈(消渴)에 쓴다.



3.수양매화나무 꽃:

꽃을 보기 위해 심을 때는 매화나무, 열매를 얻기 위해 심을 때는 매실나무라고 부른다.



4.수양매화나무 꽃:

매실은 알카리성식품으로 과육부분이 전체의 85%이며, 주성분은 탄수화물이고, 당분 10%와 다량의 유기산을 함유하고 있다.

유기산은 구연산, 사과산, 주석산, 호박산 피크리산 등으로 구성돼 있는데 특히 구연산의 함량이 다른 과실에 비해 월등히 높아 매실이 건강식품으로 널리 애용되고 있다.

그밖에 카테킨산, 펙틴, 탄닌 등을 함유하고 있다.

세계 최장수국인 이웃 일본에서는 매실이 건강식품으로 널리 애용되고 있으며 매실을 원료로 한 식품만도 50여종에 이르고 있다.



5.수양매화나무 꽃:

매실의 효능은 간과 담을 다스린다.

근(세포)을 튼튼히 하며 혈액을 정상으로 만든다.

주독을 없애며 종기를 없애고 담을 없앤다.

월경불순이나 염증대하에 좋다.

대변하혈, 대변불통, 피오줌을 낮게한다.

가슴앓이나 배앓이를 다스린다.

허증피로나 폐,장, 중풍, 경기를 다스린다.



6.수양매화나무 꽃:

매실주는 약용주의 대표격으로 옛부터 불로장생의 비주라고 하여 궁중시녀들에게도 더위를 몰아내고 몸을 따뜻하게 해주는 음료로서 허락되었기 때문에 「여인의 술」이라고도 했다.



7.수양매화나무 꽃:

매실 엑기스는 매간의 30배 효과가 있다고 하는 매실 엑기스는 매실의 좋은 성분을 농축시킨 것으로 1년 내내 간편하게 사용할 수 있는 가정 상비약이자 건강식품이다. 먼저 청매의 씨를 완전히 제거한 다음 과육은 매실잼으로 사용하도록 하고, 짜낸 즙을 약한 불에 슬슬 달여 청호향색의 액을 다갈색의 자연의 정(精), 엑기스로 만드는데 이때 끓이거나 태우지 않도록 주의해야 하며 만드는데 소요되는 시간은 24~30시간이다. 매실엑기스는 매실을 농축시켜 만들었기 때문에 효과는 비할바 없이 크다. 일본 홍익대학 대고흥 박사의 「매실엑기스 항균작용에 관한 연구」에 의하면 포도상구균, 티브스균, 대장균등의 발육이 매실엑기스에 의해 완전히 저지됐다고 발표한 바있다.



8.수양매화나무 꽃:

예로부터 약주로 친근하게 사용해 온 매실주. 여기에 항산화물질이 함유돼 있다는 사실에 주목해 암 억제작용의 기준이 되는 항변이원성을 실험을 통해 확인했다.



9.수양매화나무 꽃:

매실의 약효를 알고 이용했던 옛 선조들의 지혜는 암 억제에도 활용되고 있다.항변이원성 작용 실험으로 확인. 매화는 예로부터 그 열매가 만병에 잘 듣는다 해 귀하게 여겨 졌다.



10.수양매화나무 꽃:

〈하루 100ml 적당 과음 삼가야〉

매실주의 알코올 농도는 보통 15퍼센트 정도이므로 하루의 적당량은 100밀리리터 정도이다.

매일 꾸준히 마시면 암을 억제하는 효과가 있다.

단, 알코올에 약한 분들은 한번에 너무 많은 양을 마시지 않도록 주의해야 한다.



11.수양매화나무 꽃



12.수양매화나무 꽃



13.수양매화나무 꽃



14.수양매화나무 꽃



15.수양매화나무 꽃



16.수양매화나무 꽃



17.수양매화나무 꽃



18.수양매화나무 꽃



19.수양매화나무 꽃



20.수양매화나무 분재



*매실나무[오매](Japanese Apricot)

1. 뜻: 고경, 끝내 꽃을 피우다
 2. 분류: 장미과(낙엽교목)
 3. 분포: 아시아
 4. 서식지: 서북향이 막힌 양지 바른 곳
 5. 꽃: 2~4월에 , 연분홍색의 꽃이 피며
 6. 열매(매실): 초록색이 7월쯤에 노란색으로 변한다
 7. 매실 효능: 입맛 돋구기, 소화 불량, 피로 회복, 설사, 기침, 소갈에 씹.
 8. 설명: 매화나무라고도 한다.
- 키는 5m 정도 자란다.
- 줄기는 굵고 거칠며 검은색이나 어린가지는 초록색이다.
- 잎은 어긋나고 난형이며 잎 가장자리에는 뾰족한 톱니들이 나 있다.
- 잎의 앞뒤와 뒷면 잎맥에 털이 있다.

짧은 잎자루에는 부드러운 털이 나 있으며 턱잎이 있다.

꽃은 이른 봄(2~4월)에 잎보다 먼저 나와 또는 연분홍색으로 피는데 향기가 강하며, 잎겨드랑이에 1~2송이씩 달린다.

꽃자루가 거의 없으며 5장의 꽃잎은 난형이고, 수술이 많으며 암술은 1개이나 씨방이 털로 덮여 있다.

열매인 매실은 핵과(核果)로, 처음에는 초록색이었다가 7월쯤이면 노란색으로 변하며 매우 시다.

매실로는 술을 빚기도 하는데, 더위먹었을 때 밥먹기 전에 한 잔 마시면 입맛이 돌며, 밥먹은 다음 마시면 소화가 잘 되고, 특히 피로회복에 효과가 있는 것으로 알려져 있다.

오매(烏梅 : 껍질을 벗기고 쪼갠 연기에 그을려서 말린 매실)는 설사·기침·소갈(消渴)에 쓴다.

꽃을 보기 위해 심을 때는 매화나무, 열매를 얻기 위해 심을 때는 매실나무라고 부른다.

*매실의 주성분

매실은 알카리성식품으로 과육부분이 전체의 85%이며, 주성분은 탄수화물이고, 당분 10%와 다량의 유기산을 함유하고 있다.

유기산은 구연산, 사과산, 주석산, 호박산 피크리산 등으로 구성돼 있는데 특히 구연산의 함량이 다른 과실에 비해 월등히 높아 매실이 건강식품으로 널리 애용되고 있다.

그밖에 카테킨산, 펙틴, 탄닌 등을 함유하고 있다.

세계 최장수국인 이웃 일본에서는 매실이 건강식품으로 널리 애용되고 있으며 매실을 원료로 한 식품만도 50여종에 이르고 있다.

*매실나무

가. 본초강목에서 말하는 매실의 효능

- 간과 담을 다스린다.
- 근(세포)을 튼튼히 하며 혈액을 정상으로 만든다.
- 주독을 없애며 종기를 없애고 담을 없앤다.
- 월경불순이나 염증대하에 좋다.
- 대변하혈, 대변불통, 피오줌을 낮게한다.
- 가슴앓이나 배앓이를 다스린다.
- 허증피로나 폐,장, 중풍, 경기를 다스린다

나. 매실을 이용한 민간요법

중풍 예방을 위한 음료 효과

【1】일본 구주 카고시마겐 지역에선 이 음료를 복용한 결과 탁월한 효능을 발휘 중풍에 걸린 사람이 한 사람도 없었다고 한다는 기록이 있습니다. 특히 평생 단 한 번의 복용으로 중풍을 예방할 수 있다는 것이며, 어느 누구나 가정에서 적은 비용으로 이 음료를 만들 수 있다는 이점이 있습니다. 더욱이 이 음료에 대한 효과를 배가시키려면 6월경

이 가장 좋은 적기라고 합니다.

【2】감 기

감기로 고생할 때는 매실로 만든 식초를 소주잔으로 절반 정도씩 하루 서너 차례 2-3일 동안 마시면 효과가 있으며 매실차도 같은 효과가 있다.

【3】급성 위염

위에 가스가 차서 부풀어오르고, 구토 증세가 나는 급성 위염에는 매실의 껍질을 벗겨서 지푸라기 연기에 그을려서 만든 오매를 물 한 컵에 3-5알 정도를 넣어 달여서 마신다.

【4】두드러기

식중독 등으로 인해 몸에 두드러기가 날 때는 매실 엑기스를 먹는 것과 동시에 가려운 부위에 매실식초를 바르면 좋다.

【5】두 통

머리가 무겁고 아프며, 귀까지 멍하고 어지러운 증세까지 동반한 두통에는 매실 엑기스 1-2작은술가락을 물 한 컵에 타서 잘 저어 여러 차례 마시면 무겁던 머리가 가벼워진다.

【6】멀 미

멀미를 하는 사람은 차를 탈 때, 말린 매실(백매)을 입에 물고 있으면 멀미가 나지 않는다.

【7】변 비

변비로 고생을 할 때는 매일 아침 공복시에 말린 매실을 한 개씩 먹으면 낫는다.

【8】빈 혈

몸 속에 피가 부족해 앉았다 일어설 때면 현기증이 나고, 몸이 나른하고 어지러울 때 매실 엑기스를 팔 알만하게 환을 지어 한 번에 10-20알씩 식후에 오래도록 먹으면 좋다.

【9】신경 쇠약

몸이 피로해서 신경이 쇠약해져 모든 일에 비관하기 좋아하고 끈기가 없는 사람은 매실 엑기스로 환을 만들어 식후에 10-20알씩 꾸준히 먹으면 개선된다.

*만드는 방법

1단계 : 먼저 계란 흰자위 1개를 사기 또는 유리그릇에 넣고 나무 젓가락 (다른 젓가락 사용불가)으로 거품이 일어날 때까지 150여 회 젓는다.

2단계 : 그런 다음 머구(머위)잎 4-5매를 생즙을 내 5스푼(커피스푼 사용)을 거품이 난 계란 흰자위에다 넣고 다시 50여 회 젓는다.

3단계 : 이어서 여기에다 화학성분이 없는 술(청주,법주) 5스푼(커피스푼 사용)을 데운 다음 혼합시켜 30여 회 다시 젓는다.

4단계 : 마지막으로 생매실 5개를 씨를 제거하고, 즙을 내 3단계까지 거친 혼합물에다 넣고 다시 20여 회 젓고서 복용하면 된다. (단, 여기서 말린 매실은 사용 불가.)

※ 특히 효과를 극대화시키기 위해선 만드는 순서(1단계-2단계-3단계-4단계)를 꼭 지켜야함은 물론 복용 후 30분 이내에는 다른 음식물이나 물은 절대 삼가야 합니다.

★ 매실의 활용

《 매실 엑기스 》

매간의 30배 효과가 있다고 하는 매실 엑기스는 매실의 좋은 성분을 농축시킨 것으로 1년 내내 간편하게 사용할 수 있는 가정 상비약이자 건강식품이다. 먼저 청매의 씨를 완전히 제거한 다음 과육은 매실잼으로 사용하도록 하고, 짜낸 즙을 약한 불에 슬슬 달여 청호황색의 액을 다갈색의 자연의 정(精), 엑기스로 만드는데 이때 끓이거나 태우지 않도록 주의해야 하며 만드는데 소요되는 시간은 24~30시간이다. 매실엑기스는 매실을 농축시켜 만들었기 때문에 효과는 비할바 없이 크다. 일본 홍익대학 대고흥 박사의 「매실엑기스 항균작용에 관한 연구」에 의하면 포도상구균, 티브스균, 대장균등의 발육이 매실엑기스에 의해 완전히 저지됐다고 발표한 바있다.

《매실주》

매실주는 약용주의 대표격으로 옛부터 불로장생의 비주라고 하여 궁중시녀들에게도 더위를 몰아내고 몸을 따뜻하게 해주는 음료로서 허락되었기 때문에 「여인의 술」이라고도 했다.

만드는 방법은 싱싱한 청매 700g, 설탕 300~400g, 소주 1l의 비율로 용기에 담고 밀봉한 후 서늘한 곳에 보관한다. 3개월 정도 지나면 영롱한 호박색의 매실주가 완성되는데 오래될수록 좋다고 한다.음료수에 조금만 타서 마시면 더위를 타지않고 위장의 소화를 돕고 위장쇠약을 다스릴 수 있다. 또한 미용, 식욕증진, 피로회복, 스테미나 증진에 좋고, 변비를 다스리며 동맥경화의 예방도 된다.

《 매실잼 》

매실엑기스를 만들때 즙을 짜내고 남은 과육인 매육에 같은 양의 꿀을 넣고 고아 달이면 맛좋은 매실잼이 된다. 다른 방법으로는 완숙한 매실을 삶아 씨는 버리고 전체량의 40%쯤의 설탕으로 눌지 않을 정도로 고아 달이면 매실잼이 완성된다.

《 매실시럽 》

잘익은 매실을 황설탕에 잘 재어 밀봉한 뒤 3개월 정도가 지나면 완성되는데 여름에는 시원하게, 겨울에는 따끈하게 해서 물에 타 마신다.

《매실 엑기스 캔디》

매실엑기스를 입맛에 맞게 섞은 다음 냉동실에 넣어 얼려 먹으면 어린이들의 건강에도 좋고 풍미가 있는 빙과가 된다.

《매실 식초》

재료;황매(노랑게 익은 매실)1kg, 설탕(황설탕, 흑설탕)

1. 흠집 없는 황매를 골라 씻은 후 물기를 뺀다.
2. 항아리나 유리병에 황매를 담고 윗부분을 흑설탕으로 두껍게 덮은 후밀봉을 단단히 한다.
3. 한달 후 가제에 받쳐 발효된 즙만 따라낸다.
4. 즙을 약한 불에 올려 불순물이 건어내며 살짝 끓인다.
5. 빨리 식혀 향이 날아가지 않게 하여 보관한다.

《매실 엑기스》

재료;청매 10kg

1. 상처 없는 청매를 씻어 물기를 빼고 헹겍으로 닦는다.
2. 플라스틱 강판에 간 다음 가제에 넣어 즙을 짠다. (매실 양이 많을 때는 씨를 빼고 녹즙기나 분쇄기를 이용)
3. 범랑이나 도자기 냄비에 넣어 약한 불에서 주걱으로 저어가며 졸인다.
4. 흑갈색이 되면 젓가락으로 떠보아 실처럼 흘러내리면 완성된 것이다.

※ 완성된 엑기스는 청매의 50분의 1정도 분량

《매실 장아찌》

재료;청매 1kg, 설탕 600-700g(황설탕, 흑설탕)

1. 단단하고 상처가 없는 청매를 골라 깨끗이 씻은 다음 물기를 완전히 빼 놓습니다.
2. 물기를 빼 놓은 청매를 세로로 6등분하여 칼집을 넣은 다음 씨를 발라 낸다.
3. 씨를 발라낸 청매 과육에 설탕을 뿌려 재어 둡니다.
4. 설탕에 재어 둔 청과 과육을 병에 담습니다. 맨 윗부분에는 설탕을 1-2cm 두께로 덮어 설탕 마개를 해 둡니다.
5. 15-20일 정도 지나면 쫄깃한 매실 장아찌가 만들어집니다.

※ 매실 장아찌는 씹을 때 쫄깃쫄깃한 맛이 일품입니다. 또 새콤달콤해서 아이들 간식에 좋고 어른들 술안주로 내놓으면 숙취를 예방합니다. 음식을 먹고 난 후 장아찌를 서너 조각 씹어 먹으면 입안의 음식물 냄새가 없어지므로 입속을 청소하는데도 좋습니다.

《매실 주스》

재료;청매 1kg, 황설탕 700g ※ 매실과 설탕 비율은 1:0.7

1. 청매를 깨끗이 씻어 물기를 제거한다.
2. 김장용 비닐봉지 두 겹(되도록 두꺼운 것이 좋다)에다 매실 한 켠 설탕 한 켠을 섞어 넣고 밀봉한다.
3. 3-4일 뒤 설탕이 어느 정도 녹으면 위, 아래로 잘 섞어준다.
4. 하루에 한 번 정도 골고루 섞이도록 비닐봉지를 뒤척여준다.
5. 과육에서 과즙이 완전히 빠져나가 (15일 정도 소요) 씨만 남을 정도로 단단하고 쪼글쪼글해질 때까지 즙을 뺀다.
6. 과즙이 완전히 빠져 나오면 가제에 걸러 즙만 따라 낸다.
7. 즙을 끓이다가 끓으면 병에 넣고 즉시 뚜껑을 닫아 보관한다.

※ 주의 : 설탕량이 적을 때는 상하니 설탕량에 주의하십시오. 즙을 끓여 병조림하여 보관해야 맛이 변하지 않습니다.

◆매실 성분 암억제 효능 탁월월◆

예로부터 약주로 친근하게 사용해 온 매실주. 여기에 항산화물질이 함유돼 있다는 사실에 주목해 암 억제작용의 기준이 되는 항변이원성을 실험을 통해 확인했다.

매실의 약효를 알고 이용했던 옛 선조들의 지혜는 암 억제에도 활용되고 있다. 항변이원성 작용 실험으로 확인. 매화는 예로부터 그 열매가 만병에 잘 듣는다 해 귀하게 여겨 졌다.

일본에서는 햇빛에 말린 매실장아찌가 서민들의 친근한 약으로 쓰였는데, 특히 식중독을 막는 건강식품으로 많이 이용됐다.

19세기 후반에 들어와서 소주를 제조하는 기술이 널리 퍼지면서 매실주가 탄생해 지금까지 건강주로서 폭넓은 사랑을 받고 있다.

요시즈미 교수 연구팀은 매실주에 함유된 항산화작용 성분만을 추출한 후, 그 화학구조를 해석하기 위한 연구를 진행해 왔다. 그 과정에서 리그난(식물성 에스트로젠)류의 일종인 리오니레시놀이라는 물질이 존재한다는 사실을 알게 됐다.

더욱이 이 리오니레시놀에는 비타민 C·E라든가 베타카로틴처럼 항산화작용이 있다는 것이 밝혀져, 암 억제에 지표가 되는 항변이원성이 있다는 사실도 확인할 수 있었다.

일정한 시간 동안 리놀레산과 알파토코페롤(비타민 E)의 산화를 억제하는 힘을 비교했다.

그 결과, 항산화물질 무첨가의 경우와 비교해 모두 효과적으로 리놀레산의 산화를 억제했다.

추가 실험으로 매실주에 함유돼 있는 정도의 리오니레시놀에서도 프리라디칼과 활성산소 같은 세포의 노화나 암화에 관계된 물질의 잔존율이 크게 줄어드는 것도 확인할 수 있었다.

항변이원성 작용을 알아보는 실험에서도 분명한 항변이원성 작용을 확인할 수 있었다.

플라보노이드 등 항산화 성분 지녀 또한, 매실주에는 알코올과 당분에 의해 매실의 껍질과 씨앗에 함유돼 있는 성분이 효율적으로 추출돼 리오니레시놀 이외에도 플라보노이드류라든가 폴리페놀류 같은 항산화작용을 하는 성분이 함유돼 있는 것으로 보여지고 있다. 때문에 여러 가지 성분이 복합적인 작용을 일으켜 예상되는 암 억제작용보다 더 강한 기능이 숨겨져 있을지도 모른다.

〈하루 100ml 적당 과음 삼가야〉

매실주의 알코올 농도는 보통 15퍼센트 정도이므로 하루의 적당량은 100밀리리터 정도이다. 매일 꾸준히 마시면 암을 억제하는 효과가 있다. 단, 알코올에 약한 분들은 한번에 너무 많은 양을 마시지 않도록 주의해야 한다.

*아름다운 매화꽃의 슬픈사연....(전설)

옛날 중국 산둥지방에 용래라는 청년이 살고 있었는데 약혼 3일 만에 그만 약혼녀가 몹쓸 병에 걸려 죽게 되었습니다.

용래는 너무 슬퍼 매일 약혼녀 무덤에 가서 울었는데..

어느 날 그 무덤에서 매화나무가 한그루 돌아났습니다.

용래는 그 나무를 집으로 가져와서 마당에 심고 그 매화나무를 약혼녀의 넋이라고 생각하고 일생 그 매화나무를 바라고 살았다고 합니다.

그리고 그가 늙어 죽어서는 한마리 휘파람새가 되어 늘 매화나무 가지에서 떠나지 않았다고 합니다.

대구수목원

053-640-4100 | 대구 달서구 대곡동 284



*웃자퀴즈 301 : 방바닥 보다 높은 바닥은?

*힌트:인터넷에 검색하면 정답이 있습니다. ㅎㅎㅎㅎ 매주 월요일 정답 공개 합니다 ㅋㅋㅋㅋ

*유익한 포스팅이 아니었다면 아래 ♥ 모양 공감에 누르지 않으셔도 됩니다!



*바깥출입이 뜸한 한겨울에 확트인 푸른바다에 넘실대는 물경을 보며 여름 해수욕장으로 유명한 강릉 경포해변 겨울 바다의 낭만여행을 다녀 왔습니다.

동해안 최대 해변으로 유명하며, 강문동, 안현동에 있고 시내에서 북으로 6km, 경포대에서 1km되는 곳에 동해의 창 파를 가득 담고 펼쳐진 명사오리(明沙五里)이다. 모두를 삼키기라도 하려는 듯 밀려오는 파도, 이를 쓸어 안는 길이 1.8km, 면적1.44km²의 하얀 모래밭과, 외부와의 세계를 차단하는 듯 둘러 쳐진 송림병풍 4km는 정(靜)과 동(動)의 조화로 경포해변 특유의 아름다움이다.

1. 강릉 경포해변:

동해안 최대 해변으로 유명하며, 강문동, 안현동에 있고 시내에서 북으로 6km, 경포대에서 1km되는 곳에 동해의 창 파를 가득 담고 펼쳐진 명사오리(明沙五里)이다. 모두를 삼키기라도 하려는 듯 밀려오는 파도, 이를 쓸어 안는 길이 1.8km, 면적1.44km²의 하얀 모래밭과, 외부와의 세계를 차단하는 듯 둘러 쳐진 송림병풍 4km는 정(靜)과 동(動)의 조화로 경포해변 특유의 아름다움이다.



2.강릉 경포 해변



3.강릉 경포 해변 안내판



4.강릉 경포해변 중앙광장



5.강릉 경포 해변 중앙광장



6.강릉 경포해변



7.강릉 경포 해변 백사장



8.강릉 경포 해변



9.강릉 경포 해변



10.강릉 경포 해변



11.강릉 경포 해변



12.강릉 경포 해변



13.강릉 경포 해변



14.강릉 경포 해변



15.강릉 경포 해변



16. 강릉 경포 해변



17.강릉 경포 해변



18.강릉 경포 해변



19. 강릉 경포 해변 인증샷



20.강릉 경포 해변 솔숲



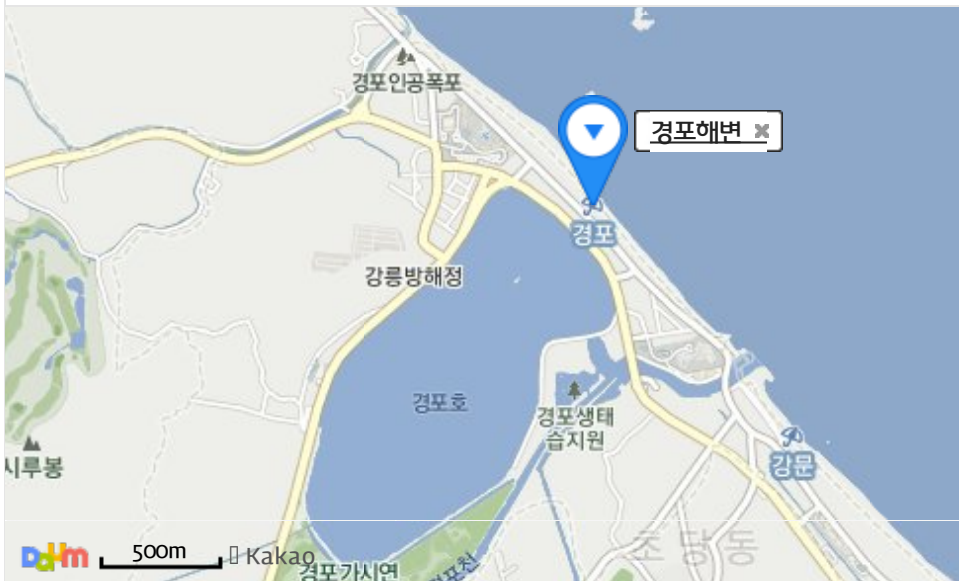
*강릉 경포 해변

동해안 최대 해변으로 유명하며, 강문동, 안현동에 있고 시내에서 북으로 6km, 경포대에서 1km되는 곳에 동해의 창파를 가득 담고 펼쳐진 명사오리(明沙五里)이다. 모두를 삼키기라도 하려는 듯 밀려오는 파도, 이를 쓸어 안는 길이 1.8km, 면적1.44km²의 하얀 모래밭과, 외부와의 세계를 차단하는 듯 둘러 쳐진 송림병풍 4km는 정(靜)과 동(動)의 조화로 경포해변 특유의 아름다움이다.

동해안 최대 해변으로 유명하며, 강문동, 안현동에 있고 시내에서 북으로 6km, 경포대에서 1km되는 곳에 동해의 창파를 가득 담고 펼쳐진 명사오리(明沙五里)이다. 모두를 삼키기라도 하려는 듯 밀려오는 파도, 이를 쓸어 안는 길이 1.8km, 면적1.44km²의 하얀 모래밭과, 외부와의 세계를 차단하는 듯 둘러 쳐진 송림병풍 4km는 정(靜)과 동(動)의 조화로 경포해변 특유의 아름다움이다.

경포 해변

033-640-5129 | 강원 강릉시 강문동 산1



*웃자퀴즈 301 : 방바닥 보다 높은 바닥은?

*힌트:인터넷에 검색하면 정답이 있습니다. ㅎㅎㅎㅎ 매주 월요일 정답 공개 합니다 ㅋㅋㅋㅋ

*유익한 포스팅이 아니었다면 아래 ♥ 모양 공감에 누르지 않으셔도 됩니다!



[대구 봄꽃소식] 봄의 전령사 복과 장수를 빌어주고 신경통에 좋은 복수초,꽃,효능,유래 - 대구수목원. 복수초/최성민,mp3,가사. 2016.02.16 04:30

*대구수목원에 봄의 전령사 복과 장수를 빌어주고 신경통 강심제및 이뇨제로 사용되는 한국의 야생화 노란 복수초꽃이 복스럽게 피었습니다.

1.만개한 복수초 꽃: 낮2시~4시까지의 꿀벌이 날아듭니다~~~

복수초란?:복과 장수를 빌어준다는 꽃임.

봄이 되어 눈이 녹기 시작하면 꽃을 피운다.

북쪽 지방에서는 눈 사이에 피어난 꽃을 볼 수 있으므로 눈색이꽃이라고도 부르며, 중국에서는 눈 속에 피어 있는 연꽃이라 하여 설연(雪蓮)이라 부르기도 한다.

이른봄에 노랗게 피어나는 꽃이 기쁨을 준다고 해서 복수초라고 한다.



2.복수초 명패:

뜻은 동양에서는 영원한 행복, 서양에서는 슬픈 추억 이다.



3.복수초 꽃:

뿌리줄기는 짧고 굵으며 흑갈색의 잔뿌리가 많아 수염뿌리처럼 보인다.

잎은 어긋나고 깃털처럼 갈라지며, 잎자루 밑에 녹색 턱잎이 있다.

4월초에 노란색 꽃이 잎이 활짝 벌어지기 전에 피며 지름은 3~4cm쯤 된다.

꽃받침잎과 꽃잎이 많으나, 꽃잎이 더 길며 수술과 암술도 많다.

열매는 수과(瘦果)로 익고 경기도 이북 지방에서 흔히 자라고 있다.



4.복수초 꽃:

배수가 잘 되는 부식질 토양에서 잘 자라며 봄에 꽃이 필 때는 해가 잘 비쳐야 하나 꽃이 지고 나면 나무 그늘 밑에서도 잘 자란다.

뿌리는 밑으로 곧게 자라 해마다 층(層)을 이루며 층과 층 사이에는 숨은 눈[隱牙]이 생긴다.

이 눈을 잘라 심으면 쉽게 번식하지만 씨를 뿌리는 경우에는 꽃이 피기까지 오랜 시간이 걸리는 것으로 알려져 있다.



5.복수초 꽃:

유래 : 봄에 높은 산 낙엽지는 나무 아래에서 잎이 가닥가닥 갈라지고 샛노란 꽃잎속에 노란 꽃술이 가득 들어 있는 풀을 드물게 볼 수 있는데, 바로 복수초다.

꽃이 복과 장수를 의미하는 황금색을 띠다 하여 붙여진 이름이다.



6.복수초 꽃:

복수초는 맛이 쓰고 성질은 평하다.

풍습성 관절염이나 신경통에도 효험이 있다.

강심작용이 탁월하여 심장대상 기능부전증, 가슴 두근거림, 숨가쁨, 신경쇠약, 하는 데 좋은 효능심장쇠약 등을 치료
이 있다.



7.복수초 꽃:

복수초에는 독이 있으므로 조심스럽게 써야 한다.

주의사항; 꽃이 필 무렵 채취한 것이 가장 약효가 좋다.

미나리아재비과 식물은 독성이 있으므로 극소량만 사용하며, 많이 먹으면 혼수상태에 이를 수 있으므로 주의한다.



8.복수초 꽃:

복수초속은 전세계에 수종이 있으며 우리나라에는 1종에 복수초(복풀), 갈기복수초, 세복수초, 은빛복수초, 개복수초가 자라고 있다.



9.복수초 꽃:

한낮에만 꽃잎이 벌어지고 추운 밤에는 꽃잎이 오므라든다.

꽃잎이 연꽃처럼 아침에 열렸다가 저녁에 닫힌다.

흐린 날이나 비오는 날에는 꽃잎이 열리지 않는다.

‘식물 난로’ 라고나 할 이 풀은 신장병·방광질환 또는 몸이 붓거나 복수가 차는 병에 특효약으로 티베트의 라마승들이 매우 귀하게 여긴다.

그런데 ‘노드바’ 와 닮은 식물이 우리 나라에도 있다.

‘복수초’ 는 노드바처럼 이른봄철 눈이 녹기 전에 눈 속에서 꽃을 피워 주변의 눈을 식물 자체에서 나오는 열기로 녹여 버린다.



10.복수초 꽃



11.복수초 꽃



12.복수초 꽃



13.복수초 꽃



14.복수초 꽃



15.복수초 꽃



16.복수초 꽃



17.복수초 꽃



18.복수초 꽃



19.복수초 꽃



20.복수초 꽃



21.대구 팔공산 가산산성에 세계최대 복수초 군락지:

대구 팔공산 가산산성 동문입구에 세계최대 복수초 군락지가 있습니다.

동문을 지나 가산바위 밑에 또 복수초 군락지를 만날 수 있습니다.

원래 최대 군락지는 가산바위근처 인데 지금은 동문 입구에 복수초가 더 많은 군락을 이루고 있습니다.

올라가다 보면 처음 군락지에서 이렇게 많이 핀 복수초를 보고 놀라고 있는데 "좀 더 올라가면 더 놀랄겁니다.

세계 최대 복수초 군락지 이므로 감탄사가 절로 나오며 복수초를 원없이 볼수 있을 것입니다.

이곳 복수초는 고산지대라서 4월1일~10일경에 만개됩니다.



*복수초(Adonis amurensis)

1.뜻:동양-영원한 행복.

서양-슬픈 추억.

2.분류:미나리아재비과(다년생초).

3.분포:아시아

4.서식지:산지, 숲속

5.꽃:봄이되어 눈이 녹기 시작하면 꽃을 피운다

6.뿌리의 효능:아도니톡신이 들어 있어서 강심제및 이뇨제로 사용 함.

7.집단 군락지:대구 팔공산 가산산성에 세계최대 군락지가 있음.

4월1일~10일경에 만개함.

8.복수초란?:복과 장수를 빌어준다는 꽃임.

9.설명:뿌리줄기는 짧고 굵으며 흑갈색의 잔뿌리가 많아 수염뿌리처럼 보인다.

잎은 어긋나고 깃털처럼 갈라지며, 잎자루 밑에 녹색 턱잎이 있다.

4월초에 노란색 꽃이 잎이 활짝 벌어지기 전에 피며 지름은 3~4cm쯤 된다.

꽃받침잎과 꽃잎이 많으나, 꽃잎이 더 길며 수술과 암술도 많다.

열매는 수과(瘦果)로 익고 경기도 이북 지방에서 흔히 자라고 있다.

봄이 되어 눈이 녹기 시작하면 꽃을 피운다.

북쪽 지방에서는 눈 사이에 피어난 꽃을 볼 수 있으므로 눈색이꽃이라고도 부르며, 중국에서는 눈 속에 피어 있는 연꽃이라 하여 설연(雪蓮)이라 부르기도 한다.

이른봄에 노랑게 피어나는 꽃이 기쁨을 준다고 해서 복수초라고 한다.

배수가 잘 되는 부식질 토양에서 잘 자라며 봄에 꽃이 필 때는 해가 잘 비쳐야 하나 꽃이 지고 나면 나무 그늘 밑에서도 잘 자란다.

뿌리는 밑으로 곧게 자라 해마다 층(層)을 이루며 층과 층 사이에는 숨은 눈[隱牙]이 생긴다.

이 눈을 잘라 심으면 쉽게 번식하지만 씨를 뿌리는 경우에는 꽃이 피기까지 오랜 시간이 걸리는 것으로 알려져 있다.

뿌리나 줄기 등에 아도니톡신(adonitoxin)이 들어 있어 한방에서 강심제 및 이뇨제로 사용된다.

10.유래 : 봄에 높은 산 낙엽지는 나무 아래에서 잎이 가닥가닥 갈라지고 샛노란 꽃잎속에 노란 꽃술이 가득 들어 있는 풀을 드물게 볼 수 있는데, 바로 복수초다.

꽃이 복과 장수를 의미하는 황금색을 띤다 하여 붙여진 이름이다.

11.대구 팔공산 가산산성에 세계최대 복수초 군락지:

대구 팔공산 가산산성 동문입구에 세계최대 복수초 군락지가 있습니다.

동문을 지나 가산바위 밑에 또 복수초 군락지를 만날 수 있습니다.

원래 최대 군락지는 가산바위근처 인데 지금은 동문 입구에 복수초가 더 많은 군락을 이루고 있습니다.

올라가다 보면 처음 군락지에서 이렇게 많이 핀 복수초를 보고 놀라고 있는데 "좀 더 올라가면 더 놀랄겁니다.

세계 최대 복수초 군락지 이므로 감탄사가 절로 나오며 복수초를 원없이 볼수 있을 것입니다.

이곳 복수초는 고산지대라서 4월1일~10일경에 만개됩니다.

*복수초의 효능

복수초는 맛이 쓰고 성질은 평하다.

풍습성 관절염이나 신경통에도 효험이 있다.

강심작용이 탁월하여 심장대상 기능부전증, 가슴 두근거림, 숨가쁨, 신경쇠약, 하는 데 좋은 효능심장쇠약 등을 치료 이 있다.

디기탈리스와 비슷한 효능이 있는데 다른 점은 심장대상 기능부전증을 치료하는 효과가 디기탈리스보다 훨씬 높다는 것이다.

복수초는 디기탈리스보다 이뇨작용이 강하고 몸 안에 독성이 축적되지 않는 장점이 있다.

또 중추신경을 억제하는 작용이 있어 작은 일에도 잘 놀라고 가슴이 두근거리며 숨이 가빠지는 증상에 잘듣는다. 이뇨작용이 강하여 소변이 잘 안 나오거나 몸이 붓고 복수가 차는 데에도 효과가 있고 더러 민간에서 간질이나 중창 치료에도 쓴다.

복수초에는 독이 있으므로 조심스럽게 써야 한다.

* 아도니스 : 복수초, 설련초, 원일초, 얼음새꽃 라고도함.

▶ 강심작용, 흡수 축적성작용, 중추에 대한 작용, 혈액순환촉진, 이뇨작용, 진정작용, 심장기능부전, 가슴두근거림, 만성고산병, 심장신경증, 심부전증, 심계(心悸), 부종(浮腫), 복수(腹水)에 효험있는 복수초.

복수초는 미나리아재비과 복수초속에 속하는 깊은 산의 숲속에서 자라는 여러해살이풀이다. 복수초속은 전세계에 수종이 있으며 우리나라에는 1종에 복수초(복풀), 갈기복수초, 세복수초, 은빛복수초, 개복수초가 자라고 있다.

짧고 굵은 뿌리줄기에는 흑갈색의 잔뿌리가 많다. 줄기는 10~25cm 높이로 털이 없으나 간혹 윗부분에 털이 조금 나기도 한다. 밑 부분의 잎은 막질로서 줄기를 둘러싼다. 이른 봄에 줄기 끝에 한 송이의 노란색 꽃이 잎보다 먼저 피는데 한낮에만 꽃잎이 벌어지고 추운 밤에는 꽃잎이 오므라든다. 꽃잎은 20~30개가 수평으로 퍼지고 수술이 많다.

줄기에 어긋나는 잎은 2회 깃꼴겹잎이다. 긴 잎자루 밑에는 잘 게 갈라진 녹색 턱잎이 있다. 열매는 꽃턱에 둥글게 모여 달린다. 개화기는 3~4월이고 결실기는 5월이다.

복수초의 다른 이름은 복수초(福壽草: 현대실용중약), 헌세국(獻歲菊: 대만부지), 설련(雪蓮: 서성견문록), 장춘국(長春菊: 사물감주), 세국(歲菊: 장주부지), 빙리화(氷裏花: 정빙화:頂氷花: 동북식물약도지), 빙양화(氷涼花, 설련화:雪蓮花: 약재학), 빙낭화(氷郎花: 길림중초약), 측금잔화(側金盞花: 중약대사전) 등으로 부른다.

*주의사항으로 복수초에 중독되면 오심, 구토, 잠이 오거나 및 심실이위성 박동연율(心室異位性 拍動聯律)을 일으킨다.

《 눈속에서 꽃피는 심장병 묘약 》

▶ 강심작용, 흡수 축적성작용, 중추에 대한 작용, 혈액순환촉진, 이뇨작용, 진정작용, 심장기능부전, 가슴두근거림, 만성고산병, 심장신경증, 심부전증, 심계(心悸), 부종(浮腫), 복수(腹水)에 효험있는 복수초.

티베트의 산악지방에는 ‘노드바’ 라고 하는 희귀한 약초가 있다.

이 약초는 히말라야 산 속 만년설 밑의 바위틈에서 돌아나 꽃을 피우는데 꽃이 필 무렵이면 식물 자체에서 뜨거운 열이 뿜어져 나와 3~4미터나 쌓인 주변의 눈을 몽땅 녹여 버린다고 한다.

‘식물 난로’ 라고나 할 이 풀은 신장병·방광질환 또는 몸이 붓거나 복수가 차는 병에 특효약으로 티베트의 라마승들이 매우 귀하게 여긴다.

그런데 ‘노드바’ 와 닮은 식물이 우리 나라에도 있다.

‘복수초’ 는 노드바처럼 이른봄철 눈이 녹기 전에 눈 속에서 꽃을 피워 주변의 눈을 식물 자체에서 나오는 열기로 녹여 버린다.

꽃이 필 무렵에 복수초의 뿌리를 캐내어 보면 뿌리에서 온기가 느껴지고 하얀 김이 무럭무럭 나는 것을 확인할 수 있다.

복수초도 노드바와 마찬가지로 신장질환·방광질환·복수가 찰 때·심장병 등에 귀중한 약으로 쓰인다. 복수초(福壽草)는 미나리아재비과에 딸린 여러해살이풀로 굵고 짧은 뿌리 줄기에 수염 뿌리가 모여 나며, 줄기는 곧게 서고 줄기 밑동은 비늘 조각에 싸여 있다. 꽃은 2~3월에 눈 속에서 노랗게 핀다.

눈 속에서 새싹과 줄기가 움이 터 올라와서 줄기 끝에 선명한 노란 색 꽃을 피우는데 꽃잎이 연꽃처럼 아침에 열렸

다가 저녁에 달린다.

흐린 날이나 비오는 날에는 꽃잎이 열리지 않는다.

우리 나라에는 제주도를 비롯한 중·남·북부지방의 그늘진 숲 속 물기가 있는 곳에서 드물게 자란다. 예전에는 서울 근교에서도 흔히 볼 수 있었으나 관상용으로 심으려고 보이는 대로 캐어 가버린 까닭에 깊은 산 속에서만 볼 수 있다.

복수초는 강심작용이 탁월하여 심장대상 기능부전증, 가슴두근거림, 숨가쁨, 심장쇠약, 신경쇠약 등을 치료하는 데 좋은 효능이 있다.

디기탈리스와 효능이 비슷한데 다른 점은 심장대상 기능부전증을 치료하는 효과가 디기탈리스보다 훨씬 높다는 것이다.

복수초는 디기탈리스보다 이뇨작용이 강하고 몸 안에 독성이 축적되지 않는 장점이 있다. 또 중추신경을 억제하는 작용이 있어 작은 일에도 잘 놀라고 가슴이 두근거리며 숨이 가빠지는 증상에 잘 듣는다.

이뇨작용이 강하여 소변이 잘 안 나오거나 몸이 붓고 복수가 차는 데에도 효과가 있고 더러 민간에서 간질이나 종창 치료에도 쓴다.

그러나 복수초에는 독이 있으므로 조심스럽게 써야 한다.

전초를 캐서 말린 것을 약으로 쓰는데 한번에 많은 양을 먹지 말아야 한다.

말린 것을 하루 한번에 0.6~1.5그램을 은은한 불로 오래 달여서 그 물만 마신다.

꽃이 필 무렵에 뿌리를 캐어 그늘에서 말려 두었다가 소주에 2개월 이상 담가 우려내어 마시는 방법도 있다. 소주잔으로 반잔씩 하루 한두 차례 마신다.

너무 많이 마시면 혼수 상태에 빠지고 목숨을 잃을 수도 있으므로 주의해야 한다.

복수초는 맛이 쓰고 성질은 평하다.

풍습성 관절염이나 신경통에도 효험이 있다.

약용

한방에서 뿌리째 캔 줄기를 복수초라 한다. 심장을 튼튼하게 하고, 소변을 잘 나오게 하는 효능이 있다. 심장이 두근거릴때, 심부전증, 심장이 안 좋아 몸이 부었을 때, 약으로 처방한다. 뿌리째 캔 줄기를 햇빛에 말려 사용한다.

주의사항

* 꽃이 필 무렵 채취한 것이 가장 약효가 좋다.

* 미나리아재비과 식물은 독성이 있으므로 극소량만 사용하며, 많이 먹으면 혼수상태에 이를 수 있으므로 주의한다.



PDF로 발행할 수 없는 형식입니다.

복수초

금영87607

리듬/Cha-

노래키 [남Db]
여F#] 악보키[F#]

작곡:김인효

작사:최성민

가수:최성민

산 천 도 잠이든게 절

사랑이 그 리워 떠난님그리 다

깊 은 산 자락 눈을뚫 고

우뚝선 외로운꽃한송 이-

가신님 오실까봐 샛노란 옷

갈아입고 기다리다지쳐 시들어가는 꽃

아 아- 아 아 내이름 은

내이름은- 외로운복수 초-

가신님 기다리다지쳐 꽃잎은시들어 도 아-

내 이름 은 복수 초-

11

대구수목원

053-640-4100 | 대구 달서구 대곡동 284



*웃자퀴즈 301 : 방바닥 보다 높은 바닥은?

*힌트:인터넷에 검색하면 정답이 있습니다. ㅎㅎㅎㅎ 매주 월요일 정답 공개 합니다 ㅋㅋㅋㅋ

***유익한** 포스팅이 아니었다면 아래 ♡ 모양 **공감**에 누르지 않으셔도 됩니다!



산박사 블로그북 17

블로그 신박사의 식물도감 : 꽃, 효능, 전설, 노래. <http://blog.daum.net/shinbarksa>

저자 신박사

발행일 2016.01.21 20:39:12

 블로그