aT 한국농수산식품유통공사
Korea Agro-Fisheries & Food Trade Corporation

제 342호

주간 알뜰 장보기
물가정보



발행 aT유통정보부 **문의** 061-931-1085 **담당** 문재영 **발행일** 2018. 4. 20

이번주 동향 (4.13~4.19)



사과 (10개) 3.3% 상승
이번주 : 19,392
지난주 : 18,780
2017년산 저장량이 3만 천 톤으로 전년대비 출하량이 2% 감소하여 오름세



갈치 (1마리) 2.0% 상승
이번주 : 9,484
지난주 : 9,297
4월 비성어기에 접어들면서 어획량 및 재고물량이 감소해서 오름세



붉은고추 (100g) 하락 17.9%
이번주 : 2,270
지난주 : 2,764
기상여건 호전으로 생산량은 증가했지만 수요는 많지 않은 시기여서 내림세



전복 (5마리) 하락 2.0%
이번주 : 15,370
지난주 : 15,691
수온이 오르면서 전복 성장기에 접어들어 출하량 증가로 내림세

다음주 전망 (4.20~4.26)



무 상승
제주 월동무 생산이 막바지에 이르고 있고, 지난 겨울 한파로 생산량이 평년대비 8% 감소하여 오름세



파프리카 상승
화방 교체 시기(다음 수확물이 자라길 기다리는 일시적 휴식기간)로 지난주보다 반입량이 감소하여 오름세



계란 상승
최근 가격 하락으로 산지에서 어려움을 겪는 가운데, 농협 등에서 소비촉진 활동(112캠페인)을 벌이면서 오름세



쌀 보합
정부가 작년 매입한 공공비축 물량 방출을 예정하면서 부족했던 공급물량이 일부 해갈될 것으로 보여 보합세



상추 보합
날씨가 따뜻해지면서 생산이 원활해서 반입량은 늘겠으나, 외식 수요 또한 증가할 것으로 예상되어 보합세



삼겹살 보합
4.1(일) 이후 추가 구제역 발생이 없고, 다음주 우제류 가축시장이 재개방될 예정이므로 보합세



바나나 보합
최대 수입국인 필리핀의 작황 부진과 중국 바나나 수요 증가에도 불구하고 추가 수입국(에콰도르 등) 확보로 보합세



대파 하락
남부지역(전남 신안 등)의 출하 대기 물량이 많고, 지난해보다 재배면적이 11% 늘면서 공급량이 많아져 내림세



참외 하락
3월 이상저온으로 수확량은 감소하였으나 본격적인 출하시기가 시작되면서 반입량이 차츰 증가해 내림세



닭고기 하락
지난해보다 도계 마릿수가 전년대비 8.9% 증가하면서 시장 공급물량이 늘어나 내림세

3561_1.jpg
(1200 X 2200)

한국농수산식품유통공사 Korea Agro-Fisheries & Food Trade Corporation

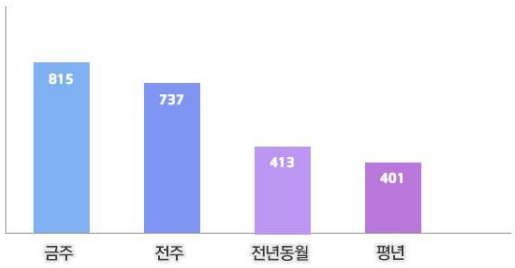
제 342호

주간 알뜰 장보기 물가정보



발행 aT유통정보부 **문의** 061-931-1085 **담당** 문재영 **발행일** 2018. 4. 20

이슈 품목 동향 감자 (100g)





전주대비 10.5 %

✔ 산지동향

올해 시설봄감자 생산량은 평년대비 10.9% 감소한 30,671톤으로 전망됨

✔ 가격동향

상승세가 이어지면서 이번주 소매가격이 4월평년보다 103% 높음

✔ 전망

시장 반입량은 점차 늘고 있으나 5월까지 상승세 지속 전망

주요 농수축산물 소매가격

(단위 : 원, 상품)

품 목	단위	지난주(4.9~4.12)	이번주(4.16~4.19)	등락률(%)	품 목	단위	지난주(4.9~4.12)	이번주(4.16~4.19)	등락률(%)
쌀	20kg	47,474	47,473	0.0	대파	1kg	2,366	2,270	↓ 4.1
감자/수미	100g	737	815	↑ 10.6	깐마늘	1kg	9,771	9,738	↓ 0.3
고구마	1kg	5,453	5,577	↑ 2.3	사과/후지	10개	18,785	19,391	↑ 3.2
당근	1kg	2,766	2,861	↑ 3.4	배/신고	10개	28,283	28,027	↓ 0.9
양배추	1포기	3,256	3,310	↑ 1.7	바나나	100g	302	298	↓ 1.3
배추	1포기	4,320	4,270	↓ 1.2	멜론	1개	10,215	10,455	↑ 2.3
적상추	100g	665	685	↑ 3.0	수박	1개	21,785	20,775	↓ 4.6
미나리	1kg	6,047	4,767	↓ 21.2	토마토	1kg	4,105	4,049	↓ 1.4
깻잎	100g	1,783	1,819	↑ 2.0	한우등심	100g	8,242	8,221	↓ 0.3
시금치	1kg	3,903	4,029	↑ 3.2	삼겹살	100g	1,850	1,832	↓ 1.0
청피망	100g	952	954	↑ 0.2	닭고기	1kg	4,908	4,861	↓ 1.0
다다기오이	10개	6,639	6,504	↓ 2.0	계란	30개	4,102	4,217	↑ 2.8
애호박	1개	1,552	1,515	↓ 2.4	고등어/생선	1마리	3,335	3,265	↓ 2.1
무	1개	2,513	2,536	↑ 0.9	갈치/생선	1마리	9,281	9,485	↑ 2.2
풋고추	100g	1,151	1,057	↓ 8.2	건멸치	100g	2,661	2,663	↑ 0.1
양파	1kg	1,808	1,735	↓ 4.0	명태/냉동	1마리	2,599	2,598	0.0

* 자료 : 한국농수산식품유통공사 전국평균 소매가격
* 품목별 · 지역별 상세한 가격은 www.kamis.or.kr 에서 볼 수 있습니다.

3561_2.jpg
(1200 X 2200)

aT 한국농수산식품유통공사 Korea Agro-Fisheries & Food Trade Corporation

제 342호

주간 알뜰 장보기 물가정보



발행 aT유통정보부 **문의** 061-931-1085 **담당** 문재영 **발행일** 2018. 4. 20

중 · 대형유통업체 할인행사 정보

(단위 : 원)

구분	이마트			롯데마트			홈플러스		
	품명	규격	행사가	품명	규격	행사가	품명	규격	행사가
농산	HOT 표고버섯	220g	4,980	HOT 쫀득이 토마토	800g	8,900	HOT 햇당근	100g	430
	무농약 대파	1단	2,900	참두릅	1팩	6,800	혼합상추	1봉	1,430
	친환경 샐러드	200g	2,980	명이나물	1팩	4,500	청송/안동 사과	8개	9,990
	고수	1팩	2,980	눈개승마	1팩	3,800	산딸기	100g	2,380
	냉동 블루베리	1.13kg	8,800	송이버섯	450g	3,980	청포도	900g	7,600
	컷파인애플	1kg	7,980	성주 참외	1.5kg	9,900	피스타치오	500g	9,500
	오트밀	800g	3,660	필리핀 망고	3개	5,900	선식	1.3kg	8,500
축산	HOT 돈갈비(찜용)	100g	980	HOT 계란(대란)	30개	4,580	HOT 다향훈제오리	100g	9,990
	족발	100g	1,600	호주 채끝	100g	4,800	양념 돼지불고기	1kg	10,000
	닭가슴살	500g	5,800	삼겹살	100g	2,450	멕시코 목심	100g	950
수산	HOT 화살 꼴뚜기	1마리	990	HOT 제주 갈치	1마리	2,450	HOT 해동 오징어	1마리	6,570
	동죽	800g	5,480	전복(大)	1마리	3,500	삶은 문어	1마리	3,290
	감태김	50매	5,980	고등어(中)	1마리	1,900	김자반	60g	3,990

구분	이마트 에브리데이			롯데슈퍼			홈플러스 익스프레스		
	품명	규격	행사가	품명	규격	행사가	품명	규격	행사가
농산	HOT 하우스 수박	5kg	11,800	HOT 두부	1kg	1,800	HOT 농협 수향쌀	20kg	47,900
	양상추	1봉	1,780	꽈리고추	1봉	1,990	성주 참외	1.2kg	7,990
	방울토마토	1kg	6,980	아보카도	1개	990	-	-	-
	성주 참외	1.5kg	9,980	담양 딸기	1팩	6,990	-	-	-
	씨없는 포도	1팩	6,980	성주 참외	1.5kg	11,900	-	-	-
축산	HOT 호주 척아이롤	300g	6,980	HOT 토종닭	1마리	9,990	HOT 훈제오리	400g	7,990
	앞다리불고기	1kg	11,800	계란(대란)	18개	1,500	양념 돼지불고기	600g	5,990
	수입 목살	600g	9,480	우유	1.8L	3,600	소불고기	800g	13,900
수산	HOT 노르웨이 고등어	2마리	3,980	HOT 냉동 갈치	300g	4,750	-	-	-
	바지락	800g	6,980	안동 간고등어	1kg	9,990	-	-	-
	가자미살	550g	8,900	볶음용 멸치	500g	8,900	-	-	-

※ 할인행사는 지역 · 점포별로 상품과 가격 및 기간이 다소 차이가 있을 수 있습니다.

껍질콩(그린빈) 제철 먹거리



- **좋은 상품은?** 어린 콩은 껍질째 먹기 때문에 껍질이 시들지 않은 신선한 것
- **손질 · 저장** 껍질째 먹을 때는 너무 긴 줄기와 꼬투리를 잘라내고, 껍질을 벗기려면 물에 불리거나 불에 살짝 구우면 됨
- **요리방법은?** 살짝 데치거나 볶으면 아삭한 식감이 남아 있어 마늘종처럼 요리해도 맛이 좋고, 그 외 샌드위치 소 · 감자샐러드 · 떡 · 빵 등에 활용 가능함
- **가격&칼로리** 소매가격 : 약 3,000 ~ 3,500원/1kg, 24kcal/100g
- **어디에 좋아요** 양질의 단백질을 함유한 알칼리성 식품으로 몸의 균형을 유지시키기 때문에 혈당을 낮추고 기미 방지와 혈액순환에 도움이 됨
- **특징은요** 서양이나 중국요리에서 많이 볼 수 있는 콩으로 채식주의자들이 선호하는데, 아삭한 식감이 입맛을 돋우고 특유의 감칠맛이 있음

3561_3.jpg
(1200 X 2200)

한국농수산식품유통공사
Korea Agro-Fisheries & Food Trade Corporation

제 342호

주간 알뜰 장보기 물가정보



발행 aT유통정보부 **문의** 061-931-1085 **담당** 문재영 **발행일** 2018. 4. 20

(단위 : 원)

전통시장이 싸요! VS 대형마트가 싸요!

	전통시장(A)	대형마트(B)	차액(A-B)		대형마트(A)	전통시장(B)	차액(A-B)
감자(100g)	703	899	-196	참외(10개)	22,665	23,531	-866
애호박(1개)	1,483	1,536	-53	고춧가루(1kg)	30,962	31,717	-755
깐마늘(1kg)	8,486	10,572	-2,086	망고(1개)	3,956	4,270	-314
닭고기(1kg)	4,683	5,003	-320	전복(5마리)	14,291	17,536	-3,245

※ 이번 주(4.16~4.19) 전국 평균 소매가격으로 지역 · 점포별로 가격이 다를 수 있습니다.

농축수산물 알뜰 정보

자료 : 농식품정보누리

◆ 콩으로 만든 발효식품, 건강한 장 삼형제 3편 〈고추장〉



■ 고추장의 효능

- 탄수화물, 단백질, 지질 뿐만 아니라 상당량의 비타민을 함유함
- 특히 비타민C는 사과의 25배, 토마토의 8배, 귤의 2배에 달해 강력한 항산화제로 작용함
- 오래 숙성시킬수록 항암물질이 더 많이 생성됨

■ 고추장 만드는 법 및 종류

1. 고춧가루와 곱게 빻아 둔 메줏가루, 전분, 엿기름과 소금을 버무림
2. 보기에 어두운 붉은빛이고, 질감이 되직하게 되면 알맞게 된 것임
3. 전분에 따라 고추장 종류가 달라지는데, 찹쌀고추장 · 멥쌀고추장 · 보리고추장 · 팥고추장 등이 있음

◆ 이주의 소식

행사명	농천 별별이야기를 들려주세요 - 여성농업인 수기 공모전 개최	응모 자격	여성농업인(귀농여성, 청년여성, 다문화여성 등)
공모 분야	여성농업인의 삶의 애환이 묻어나는 농촌의 소소한 일상, 귀농 및 청년 여성농업인 농촌생활 고군분투기, 다문화 여성 농촌생활 적응기 등		
기간 및 방법	기 간 2018년 4월 16일(월) ~ 5월 31일(목) 방 법 자유로운 형식(A4 3매, 원고지 30매 등)으로 작성해 이메일 접수(ahnhj@agrinet.co.kr) * 문의처 : 여성농업인 수기공모전 담당자(02-3434-9032)		
시상 내용	최우수상 3점(농식품부 장관상, 각 150만원), 우수상 6점(각 50만원), 장려상 9점(각 30만원)		

3561_4.jpg
(1200 X 2200)

aT 한국농수산식품유통공사 Korea Agro-Fisheries & Food Trade Corporation

제 342호

주간 알뜰 장보기 물가정보



발행 aT유통정보부 **문의** 061-931-1085 **담당** 문재영 **발행일** 2018. 4. 20

제철농산물 이용한 전통음식 이야기

두릅냉국

- 충청북도 전통음식
- 재료
  - 두릅 200g(작은 두릅 20개), 물 1.2L(6컵), 소금 약간
  - 간장, 다진 파, 다진 마늘, 고춧가루, 깨소금 적량
- 두릅
  - 제철 : 4월
  - 효능 : 신진대사를 활발하게 해 춘곤증 예방을 해줌
  - 다른 조리방법 : 튀김, 두릅적 등

조리 방법

자료 : 농촌진흥청

1. 두릅은 끓는 소금물에 굵은 줄기 부분부터 넣어 살짝 데쳐 낸다.
   * 두릅 구입요령 : 향기가 강하고 통통하되, 순의 길이가 너무 길지 않은 것
2. 데친 두릅을 찬물에 헹구어 먹기 좋은 크기로 썬 다음 양념(간장, 다진 파, 다진 마늘, 고춧가루)을 넣어 무친다.
3. 2에 찬물을 붓고 소금으로 간을 맞춘다.



농축수산물 안전성 & 수급대책

자료 : 농림축산식품부

◆ 봄철 배추 · 무 수급 전망 및 수급안정 대책

■ 배추 · 무 수급 전망

- (배추) 겨울배추 저장량과 시설 봄배추 재배면적이 적정 수준으로 가격 안정세 유지 전망
  - 다만, 노지 봄배추 재배의향 면적은 평년보다 5.2% 다소 증가
- (무) 겨울무 저장량 감소로 단기 공급부족이 예상되지만, 시설 봄무 면적이 증가해 점차 개선 전망
  - 노지 봄무 재배의향 면적은 평년보다 10% 가량 감소했으나 수급상 큰 문제가 없을 것임

■ 수급안정 대책

- (겨울무) 정부 비축물량 600톤을 탄력적으로 방출하고, 주말에 할인판매 실시
- (봄배추 · 무) 적정 재배면적 확보 및 수급조절물량 운영 등을 통해 안정 도모
  - 작황 호조 등으로 공급 과잉 우려 시 수매비축 실시



이주의 정보 TIP

자료 : 농림축산식품부

◆ 기차타고 농촌여행, 어디까지 가봤니?

■ 전국 우수 농촌체험마을과 지역 관광자원 · 철도망을 연계한 관광상품 25종 출시

- 상품구성
  - 농촌체험휴양마을 + 지역관광자원 + 왕복 열차(KTX, 일반열차 등)
- 운영기간
  - 2018년 4월 ~ 2018년 11월
  - 코레일관광개발(www.korailtravel.com, 1544-7755)

■ "농촌관광 기차여행" 상품 25종

- 경기(2), 강원(6), 대전(1), 충북(3), 충남(2), 전북(5), 전남(2), 경북(2), 경남(2)



3561_5.jpg
(1200 X 2200)

aT 한국농수산식품유통공사
Korea Agro-Fisheries & Food Trade Corporation

제 342호

주간 알뜰 장보기 물가정보



발행 aT유통정보부 **문의** 061-931-1086 **담당** 이정석

발행일 2018. 4. 20

"농촌관광 기차여행" 상품 25종

연번	시도	시군	마을명	연계 관광지	체험	비고
1	대전	중구	무수천하마을	계족산황톳길-한밭수목원	다식만들기, 경운기	
2	경기	가평	초롱이둥지마을	제이드가든-남이섬	두부만들기	
3	경기	양평	여물리체험마을	용문사-두물머리-양평전통시장	농산물수확체험	지방출발 (익산역)
4	강원	강릉	정감이마을	정동진레일바이크-강릉시장	LED전등만들기	
5	강원	원주	삼송마을	소금강.출렁다리	오색찐빵만들기	
6	강원	정선	개미들마을	월정사-정선아리랑시장	떡메치기	
7	강원	화천	토고미마을	산약초마을(체험)	떡메치기	
8	강원	인제	백담마을	백담사-산촌박물관	캘리그라피	지방출발 (익산역)
9	강원	인제	하추마을	수타산소길-생명과학관	손두부만들기	
10	충북	단양	한드미마을	단양강잔도길-도담삼봉-단양시장	나무목걸이만들기	지방출발 (익산역)
11	충북	옥천	한두레권역	둔주봉-정지용생가	삼색떡만들기	
12	충북	단양	방곡도깨비마을	사인암-도담삼봉	오미자떡만들기	
13	충남	청양	알프스마을	출렁다리-수덕사-추사고택	화장품만들기	
14	충남	금산	조팝꽃피는마을	신안사-무주구천동	인삼피자만들기	
15	전북	부안	우동우리밀마을	내소사-부안상설시장	오디천일염	
16	전북	완주	오복마을	공기마을편백나무숲-한옥마을	천연염색	
17	전북	완주	창포마을	전주한옥마을-군산근대거리	창포샴푸만들기	
18	전북	순창	고추장익는 마을	강천산	고추장만들기	
19	전북	남원	노봉혼불문학마을	춘향테마파크-광한루원	농산물수확	
20	전남	담양	달빛무월마을	메타프로방스-1931시장	대통밥만들기	지방출발 (익산역)
21	전남	강진	녹향월촌권역	백련사-다산초당-1931시장	강정만들기	
22	경북	경주	세심마을	경주보문단지-첨성대	풀잎손수건염색	
23	경북	포항	창지봉산마을	구룡포가옥거리-죽도어시장	산딸기잼만들기	
24	경남	거창	숲옛마을	와인동굴-무주구천동	엿만들기	
25	경남	남해	해바리마을	금산보리암-독일마을	갯벌체험	

3561_6.jpg
(1200 X 2200)