



면역력 약한 우리 아이 건강하게 먹이자! 아이들이 더 좋아하는 노르웨이 고등어 레시피 소개

- 롯데마트 전국 25 개 점포에서 구이용 소스 무료 증정 이벤트

아이들이 더 좋아하는 노르웨이 고등어 구이용 소스 증정

노르웨이 고등어 데리야키 구이

재료: 노르웨이 고등어 130g, 감자 전분 2g, 후추 약간, 생강즙 약간, 시판 데리야키 소스
Tip: 요리하기 전에 고등어를 알프볼에 30분간 담가두면 편맛을 잡어줄 수 있어요!

만드는 법

1. 노르웨이 고등어는 후추와 생강즙으로 밑간을 한다.
2. 얇은 한 고등어에 감자 전분을 골고루 입혀준다.
3. 고등어를 170~180°C의 오븐에 넣고 약 10분간 재열 않는다.
4. 오븐에서 꺼낸 고등어에 데리야키 소스를 골고루 바른다.
5. 소스를 바른 고등어를 전분은 오븐에 넣고 170~180°C의 온도도 약 15분간 굽는다.

사식 행사 품목 구매고객 한정 (수량 소진시 까지)

더 많은 레시피가 궁금하다면?
norgemobile.co.kr

2015년 5월 22일 (금) - 노르웨이 수산물 위원회와 롯데마트가 오는 5월 29일부터 31일까지 3일간 25개 점포에서 '아이들이 더 좋아하는 노르웨이 고등어 레시피'와 함께 소스 샘플링 이벤트를 진행한다. 이번 이벤트는 환절기를 맞아 큰 기온 차에 면역력이 떨어지는 아이들을 위해 건강도 지키고, 생선을 싫어하는 아이들도 맛있게 먹을 수 있는 레시피를 소개하기 위함이다.

고등어의 영양학적 이점은 익히 알려져 있듯이 주로 오메가-3 지방산의 기능 때문이다. 오메가-3는 중성 지방을 감소시킴으로써 심혈관계 질환이나 비만과 같은 나쁜 습관으로 인한 질병을 예방할 수 있다. 또한 고등어에 있는 지방은 뇌 활동과 기억력 강화에 도움을 줄 뿐 아니라 면역기능을 강화 시키고 항염 작용을 갖는 물질을 생성한다.

특히 패스트푸드 등 기름진 음식을 좋아하는 어린이들에게는 노르웨이 고등어 레시피로 훌륭한 대체식품을 만들 수 있다. 이번에 소개된 레시피 2종은 노르웨이 수산물 위원회가 작년 5월부터

[문의 전화]

샤우트 웨거너 에드스트롬 홍승희 사원 (02-6250-9883 / 010-2472-5090 / cindy@shoutwe.com)



10 월까지 총 7 개 학교를 대상으로 고등어 샘플링 이벤트인 '스쿨런치 캠페인'을 통해 영양사의 아이디어로 탄생하였다. 이 중 어린이들에게 좋은 반응을 얻은 노르웨이 고등어 강정과 데리야키 소스 레시피를 롯데마트 매장에서 무료로 받을 수 있다. 또한 레시피 카드에 있는 QR 코드를 통해 더 많은 레시피를 확인할 수 있다.

###

노르웨이수산물위원회(NSC / Norwegian Seafood Council) 소개

노르웨이 트롬쇠에 본사를 둔 노르웨이수산물위원회(NSC)는 150 여 개국에 수산물을 수출하는 노르웨이 수산물 업계의 지원을 받아 운영되는 세계 최대 수산물 마케팅 조직이다. NSC 는 전 세계 판매점과 레스토랑에서 진행되는 캠페인을 비롯하여 시장 분석, 미디어 관련 업무 지원, 수산물 페스티벌 및 요리 경연대회, 교육 프로젝트 등 다양한 마케팅 활동을 진행하고 있다. 2012 년부터 NSC 한국 공식 블로그(<http://blog.naver.com/norgeseafood>)를 운영 중이며, 2014 년 현재 공식 홈페이지도 함께 오픈했다. NSC 공식 블로그와 홈페이지(<http://www.norge.co.kr>)를 노르웨이 수산물의 우수성을 널리 알리는 한편 국내 소비자와 쌍방향 소통하는 채널로 적극 활용하고 있다. 공식 홈페이지와 더불어 더욱 편리하게 최신 정보들만 모아서 볼 수 있는 모바일 페이지도 함께 오픈 하여 소비자들에게 편의를 제공하고 있다. 모바일 페이지(<http://www.norgemobile.co.kr>)는 아래의 모바일 QR 코드를 통해서도 접속이 가능하다.



###

[문의 전화]

샤우트 웨거너 에드스트롬 흥승희 사원 (02-6250-9883 / 010-2472-5090 / cindy@shoutwe.com)