



**OREGON
DEPARTMENT OF
AGRICULTURE**



오리건 블루베리를 소개합니다...

품질, 신선함, 맛, 달콤함!

오리건 블루베리는 한결같은 품질로 명성을 얻고 있으며, 오리건주에서 가장 인기 있는 상품입니다. 건강에 대한 대중의 인식이 높아지면서 오리건을 비롯해 전 세계적으로 수요가 증가했습니다. 오리건 재배자들은 이에 발맞추어 블루베리를 훨씬 더 많이 생산하고 있습니다. 이 맛좋은 푸른 보석은 오리건의 주요 베리 작물입니다.

재배 및 품질 테스트

오리건 블루베리 농민들은 소비자의 요구와 기대에 부응하기 위해 과일을 재배하고 수확합니다. 오리건 블루베리는 미국 농무부(USDA) 등급 A 또는 그 이상의 품질을 유지하기 위해 품질 테스트를 거칩니다.

오리건 블루베리에 대해 알아야 할 4가지 사실

1. 블루베리 총 수확량은 2012년 7,570만 파운드(34.3킬로톤)에서 2024년 예상치 1억 6,500만 파운드(75킬로톤)로 두 배 이상 증가했습니다.
2. 오리건 블루베리는 현재 20여 개국으로 수출되고 있습니다. 이는 오리건의 고품질 농산물에 대한 전 세계적 찬탄을 반영합니다.
3. 오리건에는 약 320개의 블루베리 농가가 있으며, 각 농장의 평균 면적은 20에이커(8헥타르)에 달합니다.
4. 오리건 농민들은 6월에서 9월 사이, 20여 품종의 블루베리를 수확합니다. 각 종류마다 고유의 맛, 사이즈와 수확 기간이 다양합니다.



블루베리는 비타민, 미네랄, 항산화제가 풍부하면서도 칼로리가 낮아 "슈퍼푸드"로 불리고 있습니다.

오리건 블루베리의 효능

블루베리는 건강, 생기, 활력, 탄탄한 몸, 예리한 정신은 물론 좋은 기분을 유지하는 데 도움이 됩니다!

면역 체계 - 블루베리는 신체 본연의 면역 체계를 강화하는 항산화제가 풍부합니다.

시력 - 블루베리는 노화에 따른 시력 저하를 늦춰줍니다. 카로티노이드와 플라보노이드는 건강한 눈에 필수적입니다.

노화 - 블루베리의 파란 색소는 질병과 노화에 대처하는 데 도움이 됩니다.

두뇌 - 블루베리가 풍부한 식단은 학습 능력, 운동 능력, 기억력을 향상시킵니다.

심장 - 블루베리 주스는 “나쁜” 콜레스테롤을 용해합니다.

암 - 블루베리는 암세포 확산을 억제합니다.

소화 - 블루베리의 섬유질은 소화를 촉진합니다.

블루베리의 활용

디저트로 오랫동안 사랑받아온 블루베리는 이제 다양한 음료, 간식, 그리고 간식거리에도 첨가되어 맛, 색상과 전반적인 건강에 좋은 효능을 더하고 있습니다.

농축액
단백질
머핀
팬케이크와 와플
유아식

쿠키
요거트
샐러드
아이스크림
시리얼

파르페
주스 및 과일 음료
스무디
짭짤한 소스
빵
토핑과 페이스트리 필링

파이와 케이크
샌드위치와 랩
스낵 바와 트레일 믹스
잼과 보존식품



상세 정보

더 다양한 내용 확인(레시피도!):
오리건 블루베리 위원회
oregonblueberry.com

10/2024



**OREGON
DEPARTMENT OF
AGRICULTURE**

농업 개발 및 마케팅 프로그램

635 Capitol Street NE
Salem, OR 97301-2532 USA
503-986-4725
Ag.Market@oda.oregon.gov
Oregon.gov/ODA