

감자는 채소입니다.
팩트 체크



Q: 감자는 채소입니까?

A: 네, 감자는 채소입니다.

FACTS

- 감자는 채소류로 분류되며, “탄수화물 함량이 높은 채소”로 분류되며 다량 영양소를 함유한 작물로입니다.
- 감자는 미국 농무성 (USDA) 에서 발간한 Myplate Guidelines 과 U.S Deapartment of Health and Human Services 에서 공표한 Dietary Guideline for Americans 에서도 정확히 채소로 구분되어 있습니다. ¹
- 감자는 식물 분류 중, 가지과에 해당하며 이제 속하는 다른 작물들은 토마토, 피망, 고추, 가지 등이 포함되어 있습니다.

REFERENCES

1. <https://www.choosemyplate.gov/dietary-guidelines>