386a8d9f-bee8-4ff3-8356-ba9adbdd6591

식품안전정보원 NATIONAL FOOD SAFETY INFORMATION SERVICE | 보도자료 | 다시 대한민국! 새로운 국민의 나라

보도일자 2025.07.02.(수) 배포 2025.07.02.(수)

편리한 주방용 호일, 이렇게 사용하시면 안전해요!

- 식품안전정보원, 주방용 호일의 올바른 사용방법 카드뉴스 공개

식품안전정보원(원장 이재용)은 부정·불량식품 신고센터를 운영하면서 소비자들의 상담내용을 바탕으로 **일상생활에서 자주 묻는 식품안전 이슈를 발굴**하고, **소비자를 대상**으로 **올바른 정보를 제공**하고자 **카드뉴스**를 지속적으로 **제작·공개**하고 있다.

이번에 공개한 카드뉴스는 주방용 호일의 안전한 사용방법을 주제로 소비자들이 알루미늄 호일과 종이 호일의 **올바른 사용법**을 쉽게 이해하고 실천할 수 있도록 구성하였다.

카드뉴스에는 알루미늄 및 종이 등 **호일의 재질별 안전성과 올바른 사용방법**을 주요내용으로 다음과 같은 정보를 담아 알기 쉽게 전달하였다.

❶ **알루미늄 호일**은 알루미늄 합금을 얇게 압연하여 만든 제품으로, 이를 **음식의 조리나 보관에 사용**하면서 **섭취되는 알루미늄의 양**은 **인체에 해를 끼치지 않는 수준**인 것으로 알려져 있음

* 일반적으로 알루미늄은 체내에 흡수되는 양이 적고, 흡수되더라도 건강한 사람의 경우 대부분 신장에서 걸러져 배출됨

❷ 다만, 알루미늄은 산성이나 염분에 약하기 때문에 양념된 고기나 절임식품 등 **산도가 높거나 염분이 많은 식품**은 **알루미늄 호일에 직접 닿지 않도록** 하고, **전자레인지 사용** 시 **화재 위험**이 있으므로 **사용하지 않도록 주의**하여야 함

❸ **종이 호일**은 **종이에 실리콘 등 합성수지를 코팅**하여 내열성과 방수성을 높인 제품으로, **관련 기준·규격에 따라 안전하게 관리**되고 있음

❹ 종이 호일을 안전하게 사용하기 위해서는 **호일이 불에 직접 닿지 않도록** 하고, 제품에 표시된 **내열온도 이상으로 사용하지 않도록 주의**하여야 함

이재용 원장은 "**주방용 호일**은 편리하고 위생적이기 때문에 음식의 조리와 보관을 위해 자주 사용되지만 **호일의 재질별로 사용 시 주의가 필요**하다"며, "**알루미늄 호일**에는 **양념된 고기나 절임 식품을 싸서 보관하거나 굽지 않는 것이 좋으며, 전자레인지**에서 **사용하지 않도록** 하고, **종이호일**은 **불에 직접 닿지 않도록 사용**하여야 한다"고 강조하였다. "카드뉴스를 통해 **소비자들이 올바른 사용법을 숙지**하고 보다 **안전한 조리 환경을 만들 수 있기를 기대**한다"고 밝혔다. 아울러 식품안전 관련 위법 행위를 목격하거나 불량식품으로 의심되는 제품에 대해서는 부정·불량식품통합신고센터(☎1399)로 적극 신고해 줄 것을 당부했다.

「주방용 호일의 안전한 사용방법 알고 계시나요?」 카드뉴스는 **식품안전정보원 홈페이지(www.foodinfo.or.kr)→지식마당→식품안전콘텐츠 게시판**에서 확인할 수 있다.

<붙임> 카드뉴스 「편리한 주방용 호일, 이렇게 사용하시면 안전해요!」

담당 부서	1399신고분석부	책임자	실 장	이희정 (02-744-8147)
		담당자	부 장	이미라 (02-745-7931)

OPEN 출처표시
공공누리 공공저작물 자유이용허락

붙임	편리한 주방용 호일, 이렇게 사용하시면 안전해요!



식품안전뉴스

편리한 주방용 호일,
이렇게 사용하시면 안전해요!



호일은 음식의 조리와 보관을 위해 자주 사용하는 주방용품이에요.

그러나 호일 사용에 대한 안전성 논란이 있다고 하는데요. 정말일까요?

호일에 고기를 구워 먹으면 위험하다던데...
알루미늄 호일의 광택이 없는 면을 사용하면 해롭다는데...
종이 호일을 사용하면 발암물질이 생긴다던데...

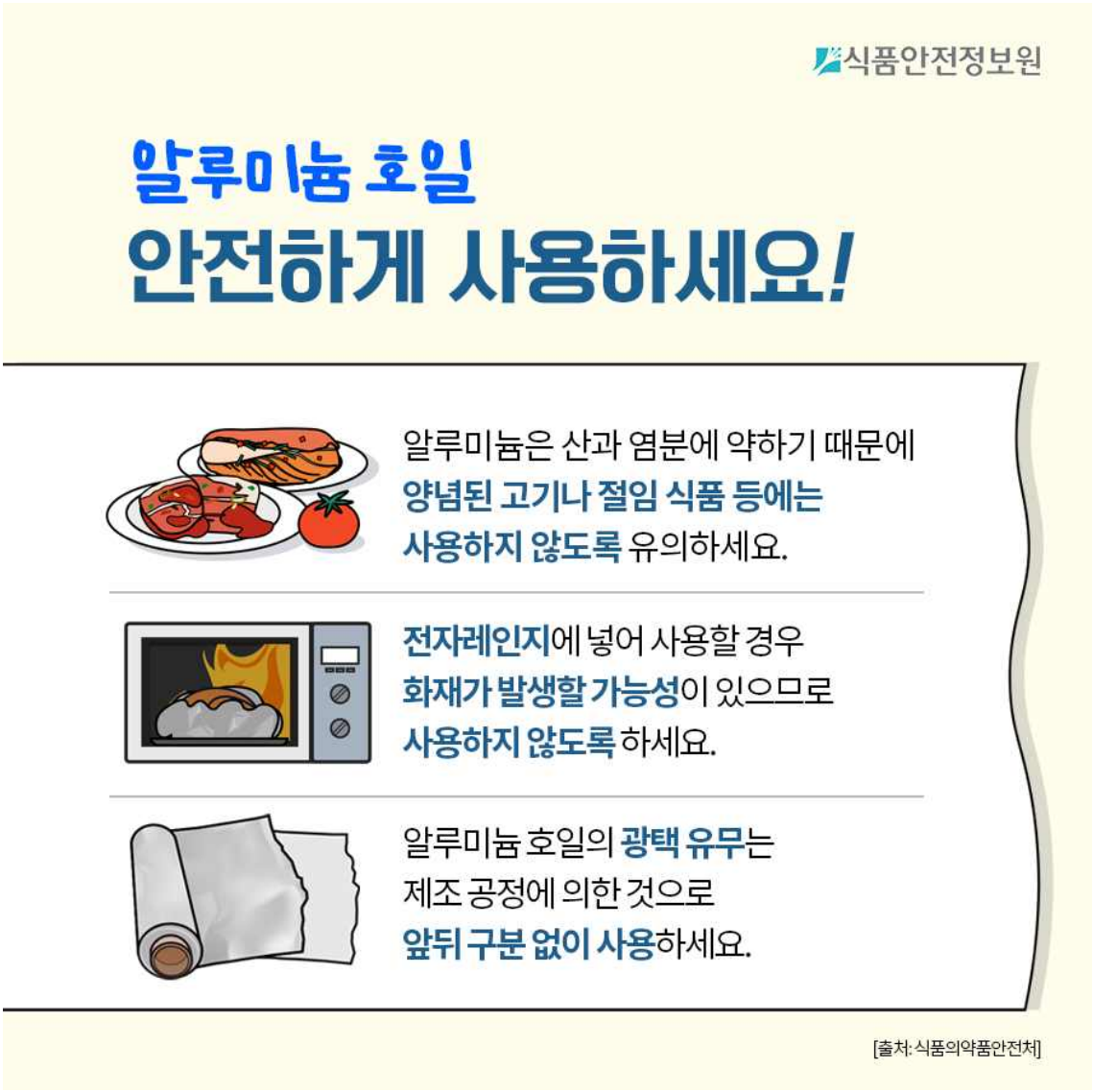


알루미늄 호일, 사용해도 되는 건가요?

알루미늄은 우리 몸에 흡수되는 양이 적고,
흡수되더라도 건강한 사람의 경우 대부분 신장에서 걸러져
체외로 배출되는 것으로 알려져 있어요.

또한, 알루미늄의 녹는점과 끓는점은 각각 660°C, 2,327°C로,
호일을 가열하더라도 식품에 알루미늄이 용출될 가능성은 낮아요.

그러나 알루미늄 호일을 안전하게 사용하려면 몇 가지 주의사항을 알고 계셔야 해요.



알루미늄 호일, 안전하게 사용하세요!

1. 알루미늄은 산과 염분에 약하기 때문에 양념된 고기나 절임 식품 등에서는 사용하지 않도록 유의하세요.

2. 전자레인지에 넣어 사용할 경우 화재가 발생할 가능성이 있으므로 사용하지 않도록 하세요.

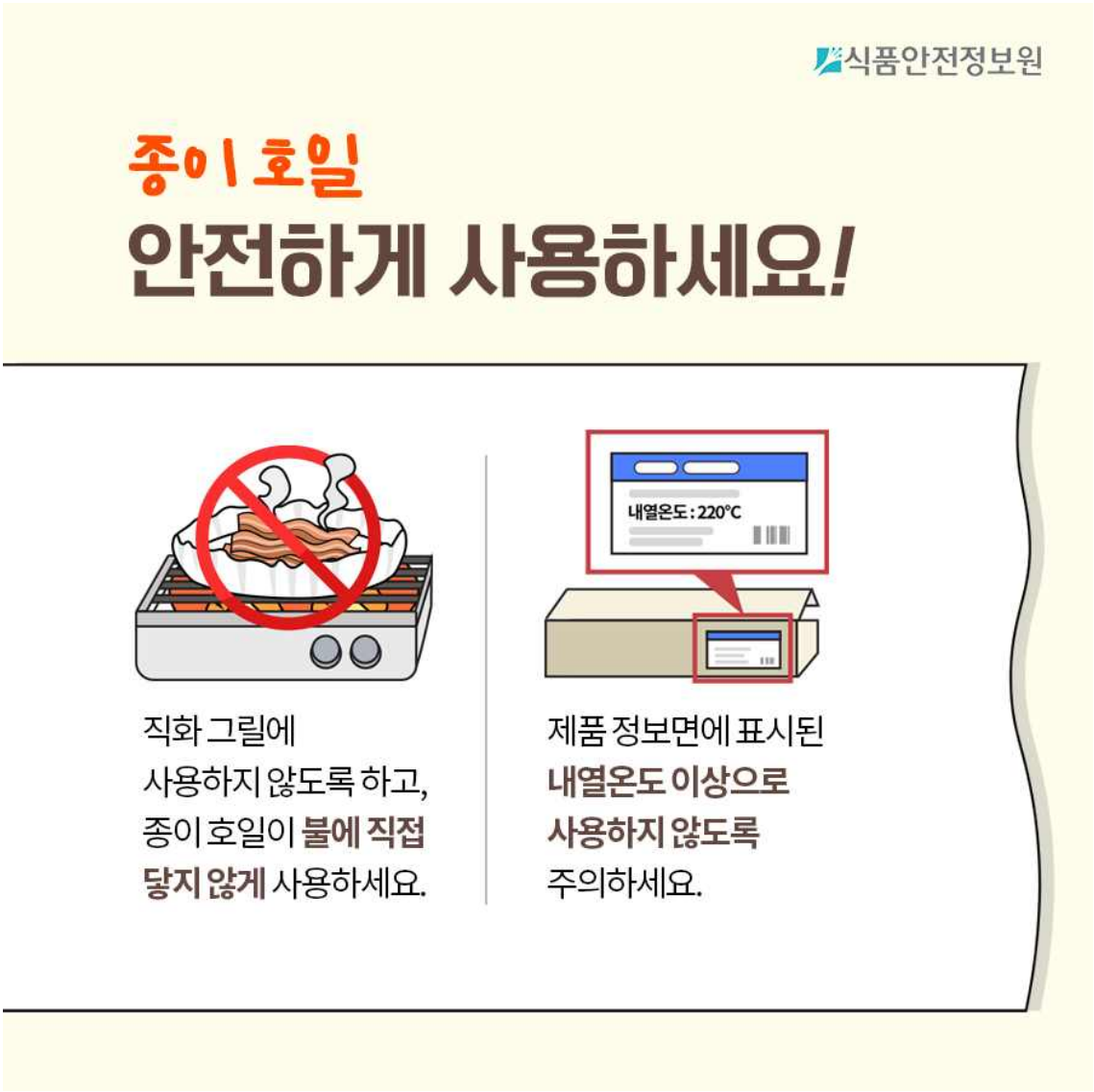
3. 알루미늄 호일의 광택 유무는 제조 공정에 의한 것으로 앞뒤 구분 없이 사용하세요.



종이 호일, 사용해도 되는 건가요?

종이 호일은 종이의 내열성과 방수성을 강화하기 위해 실리콘 등 합성수지를 코팅하여 제조되며, 사용된 재질에 대한 기준·규격을 적용해 안전하게 관리되고 있어요.

23년 9월 식약처에 따르면 종이호일 제품들을 대상으로 중금속, 포름알데히드, 비스페놀A 등 유해 물질 20종의 노출량을 분석 결과, 안전한 수준인 것으로 나타났어요.



종이 호일, 안전하게 사용하세요!

1. 직화 그릴에 사용하지 않도록 하고, 종이 호일이 불에 직접 닿지 않게 사용하세요.

2. 제품 정보면에 표시된 내열온도 이상으로 사용하지 않도록 주의하세요.



식품안전정보, 알면 알수록 건강해집니다.
식품안전정보원(CI)

식품과 관련된 위법 행위를 목격하거나 불량식품으로 의심되는 제품은
불량식품신고센터(국번없이 1399)로 신고하세요.