



We deliver the benefits of  
the blue sea to your table

932, Yangjae-daero, Songpa-gu, Seoul, Republic of Korea  
서울시 송파구 양재대로 932 수출물류센터  
E-mail: paranhae1@naver.com



**KOREAN FISHERY**  
PRODUCT COLLECTION

수산물 모음집





## Benefits of Anchovy

멸치의 효능



### 01 /

#### Improved Bone Health 뼈 건강개선

Anchovy is high in calcium, protein and minerals and makes bones strong and healthy.

It is recommended especially for growing children, climacteric women, pregnant women, and the elderly.

멸치는 칼슘, 단백질, 무기질 함량이 높아 뼈를 튼튼하고 건강하게 만듭니다. 특히 성장기 아이, 갱년기 여성, 임산부, 노인에게 권장하는 식품입니다.

### 02 /

#### Prevention of Glaucoma 녹내장 예방

There is 8.8mg of niacin in 100g of anchovy. Niacin increases energy activity of the optic nerves to restore damaged cells.

Taking more than 20mg of niacin every day will decrease the chance of glaucoma by 40% compared to those who take less than 10 mg a day.

멸치 100g 에는 니아신이 8.8mg 들어 있습니다. 니아신은 시신경의 에너지 활성도를 높여 손상된 세포를 복구하는 역할을 합니다.

니아신을 하루 20mg 이상 섭취하면 10mg 미만 소량으로 섭취한 사람보다 녹내장 발병률이 40% 나 감소합니다.



### 03 /

#### Prevention of Waste Accumulation 노폐물 축적 방지

Anchovy has plenty of unsaturated fatty acids and it lowers the level of harmful cholesterol (LDL) to prevent vascular diseases.

Anchovy is also rich in calcium that pulls out wastes in the body and eliminates it in the course of digestion.

멸치에는 불포화 지방산이 많아 유해 콜레스테롤 (LDL) 수치를 낮춰 혈관 질환을 예방합니다. 또한 풍부한 칼슘은 체내에서 노폐물을 끌어당기고 소화되는 과정에서 몸 밖으로 노폐물을 배출시킵니다.

### 04 /

#### Prevention of Cardiovascular Disease 심혈관 질환 예방

100g of anchovy contains 215mg of taurine, 1.4g of omega-3 fatty acid, and 358mg of magnesium, which lower cholesterol levels, maintains normal blood pressure and strengthens the heart.

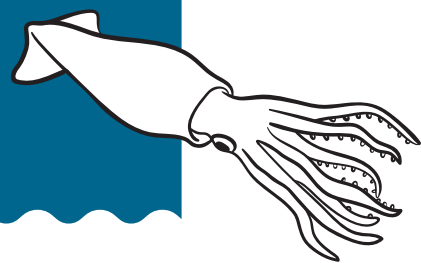
멸치 100g 당 함유된 타우린 215mg, 오메가3 지방산 1.4g, 마그네슘 358mg 은 콜레스테롤을 낮추고 정상 혈압을 유지해 주며 심장을 튼튼하게 합니다.





## Benefits of Squid

오징어의 효능



01



### Fatigue Recovery 피로회복

Squid contains 47 times more protein and taurine than milk and 16 times more than beef, which help the formation of brain cells, facilitates smooth blood circulation, and is great for overcoming fatigue.

오징어에는 우유의 47배, 쇠고기 16배의 고단백질과 타우린이 함유되어 있어 뇌세포 형성에 도움을 주고 혈액순환을 원활하게 해주며 피로회복에도 좋습니다.

03



### Prevention of Heart Disease and Detoxification 심장질환 예방 및 해독작용

Squid is rich in Eicosapentaenoic acid (EPA), which prevents heart disease and intensifies the detoxification function of the liver, and is effective for preventing migraines.

오징어에 풍부하게 들어있는 에이코사펜타엔산(EPA) 성분은 심장질환의 예방과 간 해독기능을 강화시켜 주고 편두통 예방에도 효과가 있습니다.

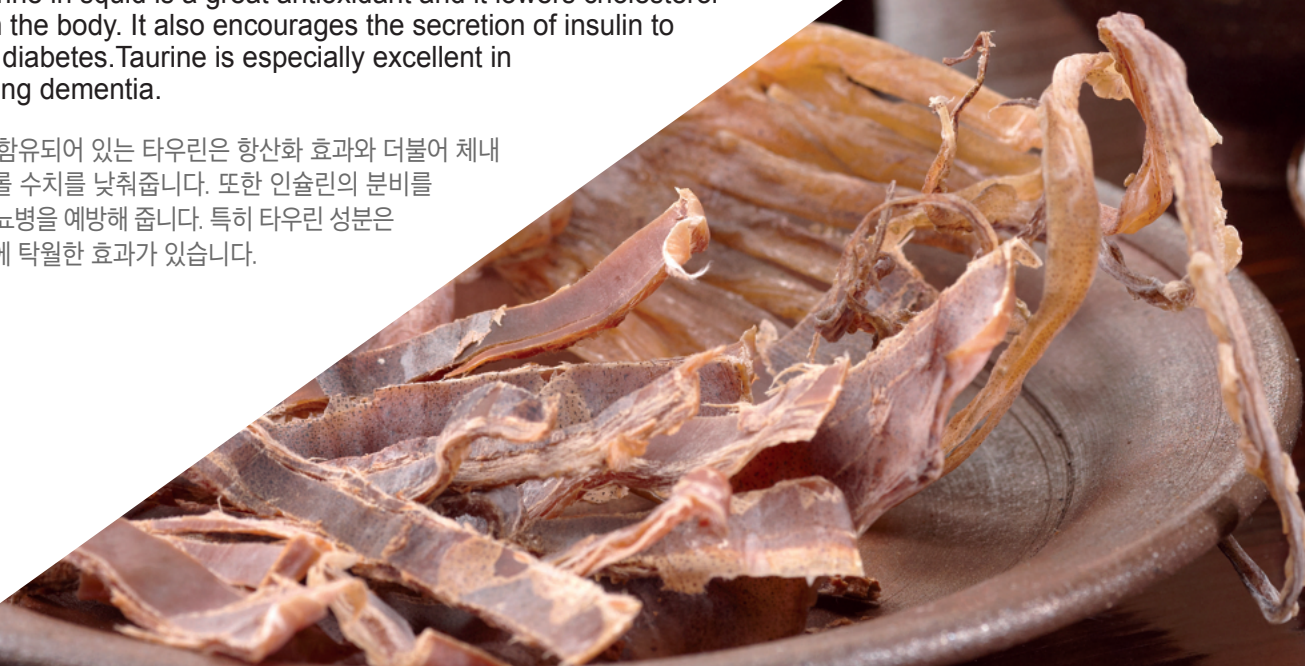
02



### Prevention of Dementia 치매예방

The taurine in squid is a great antioxidant and it lowers cholesterol levels in the body. It also encourages the secretion of insulin to prevent diabetes. Taurine is especially excellent in preventing dementia.

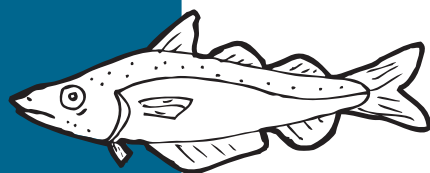
오징어에 함유되어 있는 타우린은 항산화 효과와 더불어 체내 콜레스테롤 수치를 낮춰줍니다. 또한 인슐린의 분비를 촉진해 당뇨병을 예방해 줍니다. 특히 타우린 성분은 치매예방에 탁월한 효과가 있습니다.





## Benefits of Pollack

복어의 효능



01



### Detoxification 해독작용

Dried pollack is rich in high quality protein and essential amino acids, which help detoxicate the liver and release wastes in the body.

복어는 양질의 단백질과 필수아미노산이 풍부하여 간을 해독해주고 노폐물 배출에 도움이 되어 숙취해소에 좋습니다.



02



### Promotion of Growth 성장촉진

Arginine, a substance found in dried pollack, activates the secretion of growth hormones to promote cell growth. Also, the rich potassium and calcium content in dried pollack are excellent for growing children as they help clear the head.

복어에 함유된 아르기닌이라는 효소는 성장호르몬 분비를 활성화 시켜 세포성장을 촉진시킵니다. 또한 풍부한 칼륨, 칼슘 성분은 머리를 맑게 하는 효능이 있기 때문에 성장기 아이들에게 특히 좋습니다.



03



### Prevention of Vascular Disease 혈관질환 예방

The unsaturated fatty acids in dried pollack lowers the level of harmful cholesterol (LDL) in the body. Potassium facilitates the removal of sodium, helping to prevent various vascular diseases such as hyperlipemia, hypertension and arteriosclerosis. Also, the skin and tail of dried pollack are rich in collagen, which can help maintain skin elasticity.

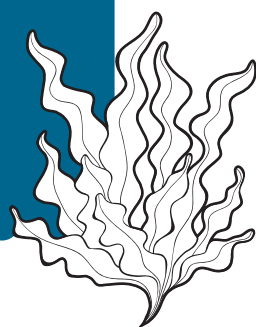
복어의 불포화지방산은 체내 유해 콜레스테롤(LDL) 수치를 떨어뜨리고, 칼륨은 나트륨 배출에 도움을 주어 고지혈증, 고혈압, 동맥경화 등 각종 혈관질환 예방에 도움을 줍니다. 뿐만 아니라, 복어의 겹질, 꼬리 부분은 콜라겐이 다량 함유되어 있어 피부탄력에도 도움을 줍니다.





## Benefits of Dried Laver

김의 효능



01



### Eye Health 눈 건강

Dried laver contains plenty of vitamin A, which prevents night blindness, and also contains more beta-carotene, that protects eyesight, than carrots. Consumption of dried laver consistently will promote eye health.

김에는 비타민 A가 많아 야맹증을 예방하고, 또한 시력을 보호하는 베타카로틴의 함량이 당근보다 많아 김을 꾸준히 섭취할 경우 눈 건강에 도움이 됩니다.



02



### Prevention of Constipation and Anti-cancer Effect

변비 예방 및 항암 효과

Porphyran, found in large amounts in dried laver, is a biologically active substance found only in dried laver and a type of dietary fiber. Porphyran helps prevent constipation by facilitating intestinal activities, reduces the incidence of large intestine cancer by reducing the time the toxic matters stay in the intestines, and lowers the incidence of stomach cancer by preventing gastric mucosal edema and hemorrhage.

김에 풍부하게 함유된 포피란은 김에만 들어있는 생리활성 물질이자 식이섬유의 일종입니다.

포피란은 장의 활동을 원활하게 하여 변비 예방에 도움을 주며 유독성분이 장내에 머무는 시간을 줄여 대장암의 발병률을 낮추며 위점막의 부종과 출혈 등의 손상을 막아 위암의 발병률 또한 낮춰줍니다.



03



### Provision of Rich Nutrients

풍부한 영양소 제공

Dried laver contains vitamins A, C, E, B1, and B2, as well as plenty of nutritional substances such as calcium. Calcium, richly contained in dried laver, helps children's development and growth and prevents osteoporosis and osteomalacia for climacteric women and vitamins B1 and B2 help preventing forgetfulness and dementia

김에는 비타민 A, C, E, B1, B2를 비롯해 칼슘과 같은 풍부한 영양 성분이 함유되어 있습니다. 김에 함유된 풍부한 칼슘은 아이들이 성장 발육을 돕고 갱년기 이후 여성의 골다공증과 골연화증을 예방해 주며 비타민 B1, B2는 건망증과 치매예방에 도움을 줍니다.

04

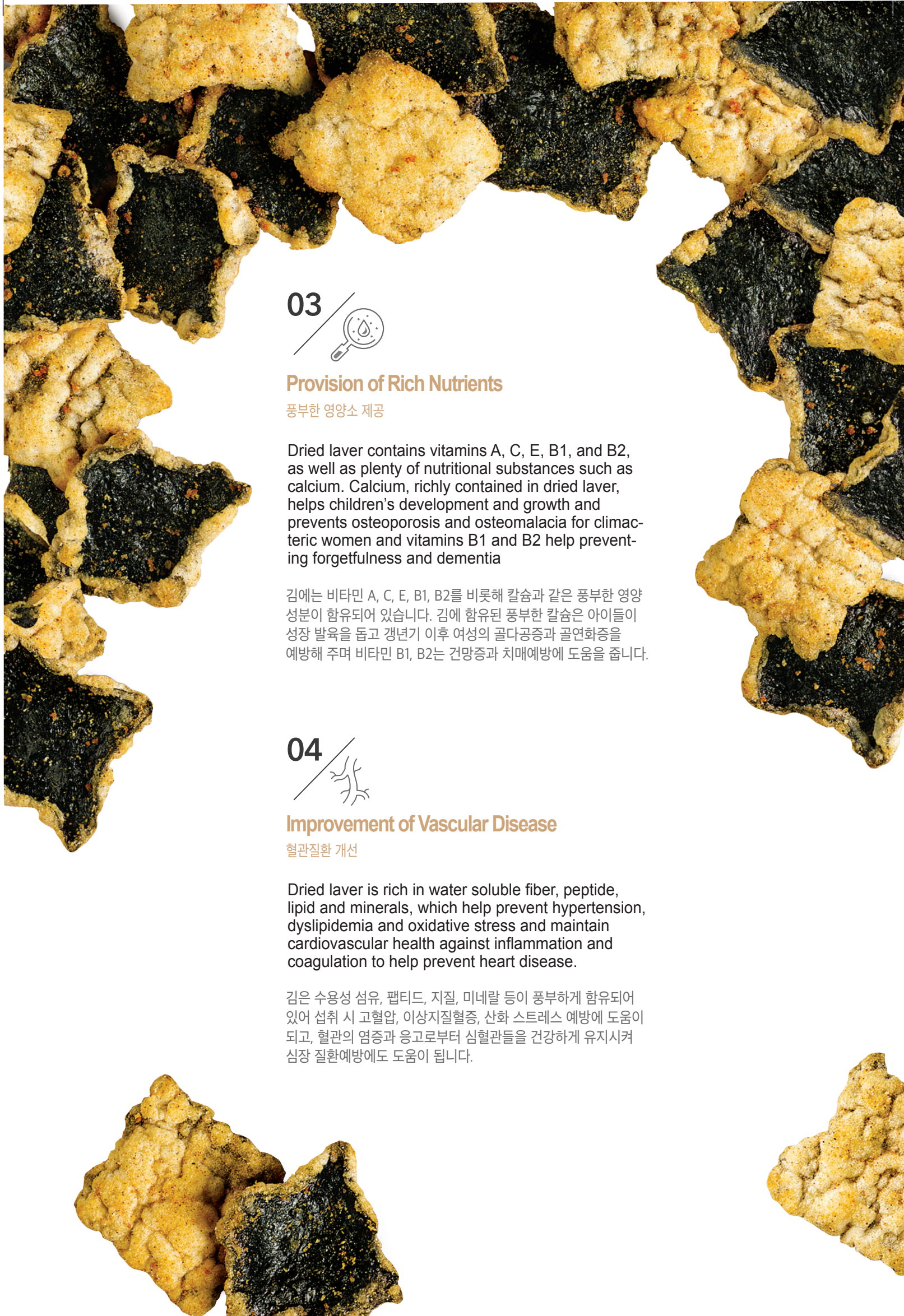


### Improvement of Vascular Disease

혈관질환 개선

Dried laver is rich in water soluble fiber, peptide, lipid and minerals, which help prevent hypertension, dyslipidemia and oxidative stress and maintain cardiovascular health against inflammation and coagulation to help prevent heart disease.

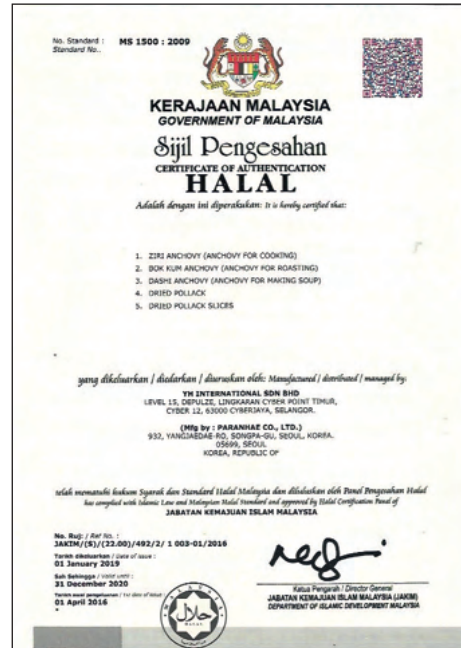
김은 수용성 섬유, 펩티드, 지질, 미네랄 등이 풍부하게 함유되어 있어 섭취 시 고혈압, 이상지질혈증, 산화 스트레스 예방에 도움이 되고, 혈관의 염증과 응고로부터 심혈관들을 건강하게 유지시켜 심장 질환예방에도 도움이 됩니다.





# Certifications and Awards

회사 인증 및 수상 내역



Halal Certificate 할랄 인증



Inno-Biz Certificate Inno- Biz 인증

ISO 9001 Certificate ISO 9001 인증



Design Registration 디자인 등록증



# Company history

회사 연혁

- 2006.11 - Uri and Paranhae CO., Ltd. established  
(주) 우리 그리고 파란해 설립
- 2007.01~05 - Signed export contract with GREENLAND FOODS COMPANY of America  
미국 GREENLAND FOODS COMPANY와 수출계약체결
- Signed export contract with KOASIA of America (4 branches including Dallas Branch)  
미국 KOASIA와 수출계약 체결 (달라스 외 4개점 보유)
- 2008.08 - Signed export contract with MALUBEL Pty Ltd. of Australia  
호주 MALUBEL Pty Ltd. 수출계약 체결
- 2009.11 - Expanded and relocated to the premise at 170, Munjeongro, Songpa-gu, Seoul  
서울 송파구 문정로 170로 사업장 확대이전
- 2010.08 - Signed export contract with HONG CHANG CORP (Chinese Market) of America  
미국 HONG CHANG CORP(중국마켓) 수출계약 체결
- 2011.11 - Signed export contract with GRAND BK of America (60 branches of H-MART in America)  
미국 GRAND BK 수출계약 체결 (미국 내 H-MART 60개 점포 보유)
- 2013.12 - Changed company name to Paranhae Co., Ltd  
(주) 파란해로 상호변경
- Received the '1 Million Dollar Export Tower' on the 50<sup>th</sup> Trade Day  
제 50회 무역의 날 '100만불의 수출의 탑' 수상
- 2014.12 - Received the '3 Million Dollar Export Tower' on the 51<sup>th</sup> Trade Day  
제 51회 무역의 날 '300만불의 수출의 탑' 수상
- 2016.12 - Expanded and relocated main office to the Export Center in Seoul  
서울시 수출센터로 본사 확장이전
- 2018.01 - Registered the design for fishery product sorter  
수산물 선별기 디자인 등록
- 2019.01 - Acquired Halal Certificate (JAKIM)  
할랄 인증 취득(JAKIM)