

# CONCIERGE

by Mochimaru shokuhin Co.,Ltd. 18/July/2017/vol.453

## フレッシュ・レモングラス（タイ産） Fresh Lemongrass

レモングラスはその名の通りレモンの香りを素直にギュッと凝縮したような豊かな香りが特徴です。東南アジアではお料理によく使われており、その清涼感も薬効的な観点からも様々に使われています。古くから薬草としても有名で、暑い国にあっては体に良くない菌類や寄生虫を殺してくれるので、お料理には必ずといって良いほど入っていたりします。胃腸にも良く、消化を助け口中をすっきりとさせる効果、そしてインドのアーユルヴェーダでも使われているほど、人の体に良い働きをするハーブでもあります。今では強い抗菌作用や抗ウイルス作用があるともいわれていますし、抗がん作用、風邪やダイエットにも効果があるのではと研究もされているようです。ずっと香りがかぐだけで、気持ちも落ち着くハーブとしても有名なレモングラスは、お料理にもお茶としても美味しくいただけるハーブです。そしてこのタイ産の生のレモングラスは葉を一枚外して、ハニージンジャーやモヒートなどの冷たいドリンクに香りのするマドラーとしてもお洒落で、香りづけだけではなく野菜として肉で巻いてグリル、フライにしてお魚料理の付け合わせなど、その用途も広がります。この季節にすっきり清涼感のあるハーブ、体にも良いフレッシュ・レモングラスで気持ちもすっきりと夏を満喫したいものです。