

# CONCIERGE

by Mochimaru shokuhin Co.,Ltd. 4/Dec/2017/vol.472



## 蝶豆の花 バタフライピー（沖縄県産） Butterfly Pea

大振りな青い豆の花、横から見るとオリエンタルな扇のように美しく趣のある形状です。「蝶豆の花」は日本ではあまり知られていませんがタイではハーブとしてはお馴染みの植物です。乾燥させてハーブティーにしたりサラダやお料理に飾ったり添えたり、ゼリーや氷菓、カクテルやジュースの着色など、ただの飾りということだけではなく普通に食することで美容や健康に役立てているようです。そしてその色素は染色にも使われるほど鮮やかで、タイへ観光に行った人などのブログには、その美しい青い色のお茶にびっくりしたとか、カクテルで柑橘などクエン酸のものと併せて供され、徐々にピンク色、紫色に染まる過程をロマンティックに楽しんだなど「色」に注目が集まっていたようです。しかしその色からも想像できるようにポリフェノールの一種、アントシアニンがブルーベリーの約4倍以上も含まれている、鎮静や利尿作用があり眼精疲労、老化を防ぐといった効果も期待されており、古くから特に女性に好まれるハーブとして人気が高いようです。生花にお湯を注ぐとあっという間に鮮やかなブルーになり、ほんのり薫る優しい豆の風味はほっとするひと時を与えてくれます。そんな生でのご提供は珍しいバタフライピー（蝶豆の花）は、1月中旬まで沖縄産でのご供給が可能です。

（ハーブですので禁忌に関しましては留意ください）