

CONCIERGE

by Mochimaru shokuhin Co.,Ltd. 25/Sep/2018/vol.510



アロエベラ Aloe vera

昔から日本でも家の軒先にあたりして、やけどや胃痛などに使用した記憶のある方もいらっしゃるでしょう。世界的に見てもアロエは、紀元前数千年の古代から民間療法に使われてきた歴史があります。400 種とも 500 種ともいわれる種類の多さですが、アロエは医者いらずともいわれて、塗ったり食したり、いずれにしる毒性がなく使いやすく、そしてさまざまに使われてくうちになんにでも効く植物として重宝されてきました。その中でも一番身近に食用として用いられてきたものの一つが「アロエベラ」です。科学的な検証のできる現在においては実に 200 種類ほどの有効成分が報告されており、皮をむいた中のジェル状のものを使用したデザートやヨーグルト、あるいは食事のサイドとしてごく一般に出回っている食材でもあります。今や、美容にも健康にも私たちのバックアップ的な存在となっているアロエは豊富なビタミン類、ミネラル類、アミノ酸類を携えながら、その食感や見た目の面白さでこれからも楽しい魅力を振りまいてゆくに違いありません。