

CONCIERGE

by Mochimaru shokuhin Co.,Ltd. 7/June/2021/vol.641



エルダーフラワー 和名:セイヨウニワトコ Elder Flower (茨城県産)

まるでこの季節のプライダルブーケのように、楚楚とした爽やかで可憐な姿がガーデンで輝く「エルダーフラワー」。初夏になると、イギリスやヨーロッパなどではその僅か数ミリの花を摘んでフラワーシロップやコーディアルを作る姿が定番の様です。古くからエルダーフラワーは「万病の薬箱」メディカルハーブとしても知られており、アレルギーや風邪の予防、熱や毒素を体外に排出しむくみの軽減、冷え性等にも良いということで、民間療法として健康維持にも使われてきました。花を乾燥させお茶の時間にハーブティーとして飲まれたり、エルダーフラワーの花を集めて、レモンと一緒に作られたシロップはそのマスカットの様な柔らかな香りから、パンケーキにかけたり炭酸や白ワインで割ったりと親しまれています。香りや味を楽しみながら、ストレス軽減、美容と健康の効果もほんのりとトッピングされているのは嬉しいことだと感じます。