

CONCIERGE

by Mochimaru shokuhin Co.,Ltd. 4/July/2022/vol.692

トンナムル トルナムル 蔓万年草 Stone crop “Donnamul” 学名:Sedum sarmentosum (埼玉県産 福岡県産)

トンナムル・蔓万年草は、センブリ科マンネングサ属に属する多年生植物の一種です。園芸をなさる方は、一見して「セダム」の一種だと分かる方もいらっしゃるでしょう。肉厚で可愛い葉はガーデニングなどでも用いられることが多く、お洒落なその姿形は今とても人気です。原産は、中国、朝鮮半島とされていますが、日本でも帰化植物として定着している身近な素材でもあります。古くから中国では肝機能を良くする薬草として用いられてきた歴史もあるようですが、一方韓国ではヘルシーな野菜として食されてきました。ナムルにしたり、和え物など使われることも多い様で、好まれてる食材の一つです。厚みのある葉でサクサクとしたその食感がとても心地よく、見かけも蔓やハーブの様に見えますが苦味や青臭さもさほど強くありませんし癖もほとんどありません。シンプルに盛付け、ハーブやナッツを添え、ドレッシングを工夫して目先も変わった見目麗しいサラダに、あるいはその可愛い葉姿から、先の部分をカットして小さな緑の花のごとくトッピングとして使用したり、下の葉をバラバラと散らしたりと、お料理を効果的に演出できる素材でもあります。エディブルフラワーと共に飾れば女性の目を引くブーケの様に描くこともできるでしょう。「トンナムル」は和洋かわからずお使いいただける柔軟性あり、遊び心もありの食材です。