

# フェンネル

- fennel

別名 : 茴香(ういきょう)、小茴香(しょうういきょう)、フヌイユ  
科目 : セリ科ウイキョウ属・多年生草本  
利用部位 : 種子  
主産地 : 地中海沿岸



アニスに似た爽やかな甘い香り

## スパイス学

□ 別名の「茴香」とは、“腐った魚にフェンネルを用いると香気が回復する”と言われていたことから名付けられました。

□ 香りの主成分「アネトール」はアニスやスターアニスにも含まれる爽やかな甘い香りが特徴です。

## おいしい利用法

★ 魚料理に使用するほか、肉の臭み消しや製菓、リキュールに。

★ カレー粉や中国の五香粉、インドのパンチフォロンの原料に。

## エピソード

日本のインド料理店ではレジ横にお口直し用の「スウィートフェンネル」と呼ばれるものがよく置いてあります。

— スウィートフェンネルとはフェンネルを砂糖でコーティングし、着色した粒状の清涼菓子のことです。

おすすめ料理

