

ガーリック

- garlic

刺激のある香りと辛味

別名 : 大蒜(にんにく)、アーリオ
科目 : ユリ科ネギ属・多年生草本
利用部位 : 鱗茎(球根)
主産地 : 中国、中央アジア



スパイス学

□世界各国で料理の風味付けとして利用されるガーリックは5000年以上も昔から人類に愛されてきました。

□特有の臭いと辛味は主成分「アリシン」によるもの。そのままでは無臭ですが、刻んだりつぶしたりすることで刺激的な香りが発生します。

エピソード

オニオン同様、古くから栽培されていたガーリックはピラミッド建設に携わった労働者たちの貴重なスタミナ源として利用され、体力維持のみならず傷の治療にも用いられていたそうです。

—紀元前1300年頃にはツタンカーメンの墓から発掘されたという記録も。

おいしい利用法

★肉・魚・野菜・卵などあらゆる素材の風味を際立て、料理の旨みup。

★ドレッシングや下味、煮物など用途も様々。油で揚げたフライドガーリックはトッピングとしても。

