

サフラン

- saffron

別名 : 番紅花(ばんこうか)、クロッカス
科目 : アヤメ科クロッカス属・多年生草本
利用部位 : 花のめしべ
主産地 : 南ヨーロッパ、西アジア



鮮やかな黄色付けと芳しい香り

スパイス学

□ 世界一高価なスパイスとして有名で、鮮やかな黄色付けや独特の芳しい香り付けを目的に使用されます。

□ サフランの色素成分「クロシン」はくちなしの実と同じく水溶性のため、水またはお湯に漬けて色素を抽出してから使用します。

エピソード

そもそも、なぜサフランは“世界一高価なスパイス”と呼ばれるのか。

一ひとつの花から取れるめしべはわずか3本、サフラン1gには150以上もの花が必要と言われます。それを手作業で行う収穫の大変さや生産量が少ないことがサフランの希少価値を高めているのです。

おいしい利用法

★ フランスの「ブイヤベース」やスペインの「パエリア」に欠かせないサフランは、特に魚介類や米料理に合わせるのがおすすめ。

★ ヨーグルトやアイスクリームのアクセントとして加えても。

