

セイボリー

- savory

別名 : サボリ、サボリー、木立薄荷(キダチハッカ)
科目 : シソ科キダチハッカ属
利用部位 : 葉
主産地 : 地中海沿岸、イラン



タイムに似た爽やかな風味と刺激

スパイス学

□古代ローマではこしょうに似た爽やかな香りと刺激的な辛味が好まれ、こしょうが伝来する以前から広く親しまれていました。

□ハッカのようなすーっとした風味と木立のような葉が密集した生え方から「木立薄荷」とも呼ばれています。

エピソード

セイボリーは少量でも香りが強く、個性的な香りがします。

—セイボリーが効きすぎて野暮ったくなってしまう料理のことをフランスでは皮肉の意味を込めて「イングリッシュミステーク」と称するのだそう。

おいしい利用法

★“豆のハーブ”と呼ばれ、豆の煮込み料理や下茹でに使われる他、肉や魚、卵、野菜料理などにも。

★ブーケガルニの材料やビネガー、オイルの香り付けとして。

