

# タラゴン

- tarragon

別名 : エストラゴン、フレンチタラゴン  
科目 : キク科ヨモギ属・多年生草本  
利用部位 : 葉  
主産地 : 南ヨーロッパ、西アジア



すっきりとした繊細な甘い香り

## スパイス学

□ フランス料理に欠かせないハーブとしてヨーロッパで人気があり、アニスに似た特有の甘い香りが好まれています。

□ 香りの主成分「エストラゴール」にはリラックス効果があり、マッサージのオイルなどとしても活用されています。

## エピソード

タラゴンの別名「エストラゴン」には、「小さな竜」という意味があります。

— タラゴンの根の部分が、へビガトグロを巻いている形に似ていたことや、タラゴンが毒へびに噛まれた傷を治したという伝説が由来とされています。

## おいしい利用法

★ 主に、フランス料理の肉や魚、卵料理などの風味付けとして使用する他、ミックスハーブ「フィーヌ・ゼルブ」の材料にも。

★ 自家製タラゴンビネガーを作り、ドレッシング、タルタルソースなどに。

