

♪ 知ると楽しいハーブの基礎知識

コリアンダー

科名	セリ科コエンドロ（コリアンドルム）属（1～2年草）
和名	カメムシソウ
別名	^{シャンツァイ} 香菜 コエンドロ ベイ
原産地	ヨーロッパ南部、地中海沿岸～中東
草丈	40～70cm
種まき	秋、春 苗植え付け 3～5月、9～10月
開花期	5～7月
収穫	若葉を摘み取る。種を利用するには葉をあまり摘まずに花を咲かせ、種が褐色になったら収穫し、乾燥して密閉容器に入れて保存する。
薬効	消化、鎮静などの効果がある。
用途	料理 薬用、香料

<メモ>

葉のにおいが南京虫・カメムシに似ていることから名前の由来はコリス（虫）を意味するギリシャ語です。

古代エジプトやギリシャでは、薬用に栽培されていました。

スパイスとして料理に使い始めたのはローマ人で、西ヨーロッパに広め、イギリス、さらにアメリカに伝わりました。東へも伝わり、インドではカレー料理に使われるようになりました。中国では^{シャンツァイ}香菜と呼び、若葉を利用します。タイ料理をはじめアジア料理、エスニック料理の代表的なハーブです。

全草に特有のにおいがあるので嗜好が分かれますが、スパイスにされる種は全草とにおいが異なりさわやかな香気があります。

花は薄桃色で愛らしく、種莢は球形。日当りのよい、水はけのよい軽い土でよく育ち、こぼれ種で繁殖できます。