

## 市場で注目株の野菜【フェンネル】

### ～甘い香りと苦みが特徴の香味野菜～

青果市場には、産地が移りながら、周年で国産のフェンネルが入荷しています。日本ではあまりなじみのない野菜ですが、フランスや米国でフヌイユ、イタリアでフノッキョウ、中国では茴香<sup>ういきょう</sup>と呼ばれ、世界中で広く使われて親しまれている野菜です。

日本では、調理に使用される多くは輸入物に頼っていますが、近年では国内品も輸入に負けない立派なものが出荷されています。



主にサラダや煮物、スープなどに用いられています。近年人気のバーニャカウダーの素材として利用されているほか、シチューなど肉料理の香味野菜としても使用されます。

インドではカレー料理に、中国では五香粉の原料として用いられていて、若い葉と種子は甘い香りと苦みが特徴で、消化促進や消臭に効果があるとされ、香辛料、ハーブとして、食用、薬用、化粧品用などに古くから用いられています。

地中海沿岸が原産地とされていますが、日本では長野県、山形県、愛知県、山口県など広く栽培されるようになってきました。近年では良質の種子も海外から導入され、それに国産品の生産は進むと思われます。

( 金澤 誠 筆 )