CONCIERGE

by Mochimaru shokuhin Co.,Ltd. 16/June/2025/vol.833

ホーリー・バジル　Holy basil（茨城県産）

アジアやオーストラリアの熱帯を原産として、その後各地に広がり様々に根付いていきたのがバジルです。バジルは古くからインドでは聖なるハーブといわれてきました。このホーリー・バジルはその名の通り「聖なるバジル」という意味で、その昔からメディカルハーブとして、医療用はもとより宗教的な儀式にも使われており、和名の神目箒（カミメボウキ）はそれが由来とも言われています。インドのアーユルヴェーダではホーリー・バジルは別名トゥルシーとも呼ばれ「不老不死の薬」と見なされ寿命を伸ばすといわれているそうですし、優れた薬効のために昔から「死神を寄せ付けない植物」として家の玄関などに植えられてきました。一般によく出回っているイタリア料理で使われるスウィートバジルとは近縁種ではありますが、まったく違った香りと味わいのハーブです。熱帯アジアの国々でバジルというとこのホーリー・バジルの方を指します。ホーリー・バジルは一度香りを嗅いでいただくとお分かりのように、最初それはスパイシーでもありながら、そのうち心が落ち着くようなミントのような清涼感がやってきます。まるで体全体に入ってくるような心地よさです。タイではよく肉炒めに使われており、ガパオ料理（ガパオ＝ホーリーバジルの葉）としておなじみです。葉に細かい産毛があるために、食感には少々好き嫌いはあるのかもしれませんが、その抗菌作用からサラダに入れたりフルーツに混ぜたり火を通す以外にも使われているようです。これからの暑い季節には特に有用なハーブともいえるでしょう。そんな一味違ったバジルは日本でも栽培され始めています。最近では自然派のお茶、食品、化粧品などにも、「ホーリー・バジル」の名前をよく目にするようになりました。