

献立ひとくちメモ

2月18日(木)



ソースのお話です。

現在では種類もバラエティに富んでいますが、起源はヨーロッパの原始狩猟民族のころといわれています。獲物の肉を塩漬けにして保存し、香りの高い草の葉で包んでいました。その葉から肉に香りがつき、スパイスとして食べられていました。その塩とスパイスの汁がソースの原点だといわれています。

ソースは野菜・果物・スパイスなどさまざまな食材から作られており、料理のうま味を引き出してくれる大事な調味料です。食欲増進や消化促進、消臭などにはたらくスパイスが10種類以上使われているので、ビタミン・ミネラルを豊富に含んでいます。