

あなたは『パクチー』好きですか?嫌いですか?

独特の香りと苦みを持った食材、それが「パクチー」。インターネットのアンケートでは約60%の人が苦手と答えています。その一方で、パクチー独特のクセがすごく好きという人も少なくありません。そんなパクチーに関する情報をちょこっとお教えしたいと思います

「タイ料理 = パクチー」ではない!?

「タイ料理 = パクチー」というイメージがある方多いのではないのでしょうか?

でも、ホントはそんなことないんです!

日本では「タイ料理 = パクチー」のイメージからか、本来パクチーを使用しない料理にもパクチーの入った料理が出されることもしばしば見かけます。「トムヤムクン」などパクチーを用いる料理もちろんありますが、使わない料理もタイには数多くあるんです。

当店では「タイ人シェフ」による「タイの屋台の味」を提供しています。パクチーが入るメニューもございますが、**本来パクチーを使わない料理にはパクチーを入れておりません。**

また、当店のメニューは在住のタイ人の方達にも満足してもらえる現地の味付けですが、辛さについてはお客様に合わせて変更もできます

美容にも効果バツグン!

パクチーには大きく2つの効果があるんです!一つは「**デトックス効果**」。パクチーには、デトックス作用の中でも「キレート作用」という効果があり、血液中の有害物質を外に出してくれたり、脂肪の中の有害物質だけを外に出してくれたり、体に有害なものだけを外に出してくれる効果があります。もう一つは「**アンチエイジング効果**」。パクチーには、体内の活性酸素が増えるのを抑える働きがあります。お肌の大敵となる、活性酸素に負けない素敵な肌を手に入れるにはもってこい!

また、パクチーはビタミン A,B2,C など健康や美容に効果的な成分を豊富に含んでいます!

しかし、食べ過ぎには注意!人によっては腹痛などを引き起こす可能性がございます。自分に合うかどうかしっかりと見極めて美味しく召し上がってください

(「WELQ ココロとカラダの教科書」より一部引用)



タイ料理についてわからないことやご質問などがございましたら、
お気軽に当店シェフにお尋ねください