

香辛料・スパイス・ハーブはどう違う？

実は、国によって定義づけは様々だと言われています。ここでは日本の定義を見てみましょう。

日本スパイス協会によると、飲食物に「香り付け、消臭、調味、着色」などの目的で使用する植物のうち、花・葉・茎を**ハーブ**、それ以外のものを**スパイス**とし、この二つの総称を「**香辛料**」と定義しています。

種類は100以上あると言われ、これらを上手に組み合わせ、お料理に様々な味や効果を生み出します。

参考：全日本スパイス協会ホームページより

家庭でも香辛料を組み合わせた料理に挑戦したいですが、少し敷居が高いですね。そんなときは複数の香辛料を配合した**ミックススパイス**が便利です。レシピが記されているものもあるので、これなら手軽に試せますね。

