

# オレガノ / Oregano

【分類】 シソ科ハナハッカ属

【別名】 ハナハッカ

【種類】 多年草

【草丈】 50 ~ 90cm

【原産地】 ヨーロッパ・中央アジア



## 【知っていますか？】

オレガノは別名ワイルドマジョラムといい、マジョラムの仲間です。スパイシーな香りが特徴なので、トマトや肉・魚料理などにピッタリ♪

## 【食べると・・・？】

風邪・気管関連だど呼吸器系の緩和に効果があるとされています。また、刺激的な香りが無気力な気持ちに刺激を与えて元気になります！