

# 漢方の待合室

No.17  
2006 MAY

サフランは、ヨーロッパ・中央アジア・南アジア原産で、中国には元代にペルシャやインドから輸入されるようになりました。日本には明治4年ごろ球根が持ち込まれ栽培に成功しています。当時は露地栽培でしたが、現在は籠栽培・棚栽培の技術が開発されています。

## サフランの加工法

9～11月の晴天の朝、その日咲いた花を摘み取り、濃紅色で三岐している雌しべのみを摘みます。なお開花して長時間たったものは、雌しべに花粉がたくさん付着して薬用には不適となります。集められた雌しべは、日陰干しで乾燥した後、低温（55～60℃）で本乾燥します。1gのサフランを得るには、約200本の雌しべを必要とします。花の数にすると60～70個に相当します。

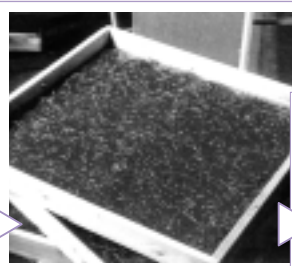
畑で球根を肥大化する



室内で花を咲かせ、  
雌しべを摘み取る



乾燥



選別



## サフランの服用方法

そのまま水またはぬるま湯で服用する。

振り出した湯液を服用する。

サフラン1回服用分を湯呑み（カップ）に入れます。

100cc位の熱湯を注ぎます。そのまましばらく置いて、お湯が黄色～橙色に染まるまで待ちます（約3分）。なお、お湯の量はすべて飲みほせる量に加減して頂いても問題ありません。

お茶を飲むように、香りを楽しみながら上澄みをお飲みください。残ったサフランと一緒に飲むとさらによいでしょう。温かいうちにお飲みください。冷めてしまいますと大切な香りの成分が飛んでしまいます。

### 服用の際のご注意

サフランは染料として使われ、黄色い色素を含んでいますので、次のことにご注意ください。

- ・衣服に付くと黄色に染まってしまう取れにくくなります。
- ・舌に黄色い色が付くことがあります。
- ・湯呑み（カップ）が一時的に着色する場合があります。

