



・ウコンの花 (別名:ターメリック)

・旬:秋(10月~11月)

花は夏(7月~9月)に咲きます

・カレーに使われるスパイスのひとつです

黄色い色が特徴です

・ウコンの効果

肝臓の働きをよくする効果があります