



はな
・ハッカの花

しゅん なつ がつ がつ
・旬：夏(7月～8月)

てき りょうり
・適した料理

こうちゃ
サラダ、紅茶、アイスクリームなど

とくちょう
・特徴

どくとく かお
ハッカは独特のすーっとする香りが

あり、ミントとも呼ばれることが多い
です。