

NUTRIENTS



[ザクロエキス]

ザクロの歴史は古く、洋の東西を問わず珍重されてきました。ザクロにまつわる神話や伝説も多くあります。原産地はトルコ、イランそしてアフガニスタン、パキスタン、インドでも良い品種のザクロが栽培されています。

中国では「安石榴」として漢王朝の頃から漢方薬として用いられていた記録が残っています。日本へは平安時代に中国を経て入ってきました。お釈迦様が子どもを食べる訶梨帝母(かりていぼ)に柘榴の実を与え、人の肉を食べないように約束させた鬼子母神の仏法説話が有名です。ヨーロッパや日本では、果実よりも樹皮や根皮を乾燥させて駆虫薬として用いられていました。

ザクロの果実にはビタミンC・ビタミンE・ビタミンB・カリウム・ポリフェノール・タンニン・エグラ酸など、抗酸化作用のある成分が多く含まれています。「抗酸化作用」とは活性酸素から細胞が錆びないようにすることです。