



ヨーロッパ人の知恵・疫病除け 「フルーツポマンダー」を作しましょう!!

ポマンダーとは、
中世のヨーロッパを襲った疫病ペストから
身を守る為に、貴族の間で作られた香りの
お守りのこと。小さな穴の空いた金属の丸い容
器に抗菌作用のあるハーブやスパイスを詰めて
腰に下げ、感染から身を守ったといわれています。

果肉まで完全に乾かす必要があるので、空気が乾燥してくる秋から冬がベストシーズンですが、
冷蔵庫を使えば、いまの時期でも腐らせずに失敗なくできます。完成までには約2ヶ月かかりますが、
ときどきシナモンを振り掛けて、香りに癒されながら水分を逃がせば、仕上がり後は数十年もちます。

世界中が未知の感染症新型コロナウイルスに見舞われているいま、先人達の知恵に習って、
時間をかけてゆっくりポマンダーを作りませんか？
オレンジ+クローブ+シナモンの香りをまよえば、部屋の空気も一掃されて、心身が健やかになりますよ。



【材料】

- オレンジ 1個
(レモン、金柑、柚子など柑橘系フルーツなど)
- クローブ(丁字) 約40g
- スパイスパウダー 30g
*シナモンパウダーだけでもOK
(シナモンを中心にオールスパイス、ナツメグetc.を
ミックス)
- マスキングテープ
- 細幅リボン 1m

【作り方】

1. オレンジにマスキングテープを十時に貼り、
リボンを巻く道筋を作る。
2. 竹串で小さな穴を開けながら、クローブを
挿していく。
3. テープを取り外し、スパイスパウダーを全体に
まぶす。そのままパウダーが定着するまで
4~5日ビニール袋に入れて冷暗所で保存する。
4. 紙袋に入れ替えて、冷蔵庫で乾燥させる。
5. 出来上がったならリボンを掛けて完成。