



こんにちは！トレンド・バイリンガルの門屋奈緒美です。

このコーナーでは少し前にインターネットやテレビ、新聞などのメディアで話題となった『チマタの話題』を英語に翻訳してお届けします。ビジネスにも活用できる例文もありますのでぜひ参考にしてください。

【薬膳スイーツ】

「薬膳スイーツ」をご存知ですか？「薬膳って漢方薬を使った健康食だよ。それがスイーツってどういうこと？」なんて疑問も湧いてきそうですが、いま秘かなブームなのだとか。お洒落で美味しい薬膳カフェやレストランも続々登場し、連日にぎわいをみせています。

Have you heard about "yakuzen(Chinese food therapy)-sweets"? You might think "Hmm...Yakuzen is healthy food using Chinese medicine, right? What does it have to do with sweets?", but it is getting very popular. Fashionable cafes and restaurants that serve good yakuzen are opening one after another and they are very crowded everyday.

薬膳といえば漢方薬入りと誤解されがちですが、そもそもは医食同源の考えに基づき、食材が持つプラスの働きを活かして作られた食事のことです。そのデザートとして供される薬膳スイーツは、体に良い上に罪悪感も覚えないという、世の甘味ファンが待ちわびたおやつなのかもしれません。

Some people misunderstand that "yakuzen" is food with Chinese medicine, but it is actually just a food therapy with the idea of "eat well to be well." The yakuzen method is using the healthy effects of each ingredient for dishes. Sweets lovers would love this "yakuzen sweets" since it is good for your health and eating these kinds of sweets won't make you feel guilty.

例えば暑さが厳しい時季であれば、体内の余分な熱を取るとされる緑豆を使った「緑豆ぜんざい」がお勧めだとか。薬膳カフェまで出掛けなくてもインターネットで調べればレシピやお取り寄せ商品などもあり、自宅で気軽に味わえます。

One yakuzen recommendation is "sweet mung bean soup" when it is hot. Mung beans have an effect to take away extra heat in your body. Even if you don't go to a yakuzen cafe, you can easily enjoy those sweets looking up recipes on the internet or ordering online.

先人の知恵が詰まった薬膳を美味しく食べて体調管理を楽しみましょう！

Enjoy keeping in good shape eating yakuzen filled with ancient wisdom!

今回は文中の「recommendation」が使われるシチュエーションを見てみましょう。

recommendation・・・(リコメンディション)：推薦、忠告、提案

A: What is your recommendation?

お勧めは何ですか？

B: Well, today's special lunch is tomato sauce pasta with eggplant and mozzarella. Those vegetables are in season and fresh from a farm.

本日のお勧めは茄子とモッツァレラのトマトパスタです。産地直送で新鮮な旬の野菜を使用しています。