

みんな「食べて」大きくなつた④

和歌山大学
産学連携・研究支援センター
湯崎 真梨子教授

へふるさとの食卓

土地から生まれた地元食。地域に百の家庭があれば百の食があり、私たちは何を食べて大きくなつたのでしょうか。ブランド化した食ではなく、土地から生まれた食材に育てられた子どもの頃。ふるさとの食卓の思い出を添えて家庭のレシピを紹介します。

とち手間のかかる素朴な味

山を売買する時にも柄(とち)の木だけは売るなという教えが山村にはあつたといふ。柄の木は切るな、とも言ってきた。柄は非常時の食料として、どんな財産よりも大事な木だった。

柄の実は長期保存がきくため、古来より米の乏しい山村の窮乏食として飢饉や災害に備え、各家の「し」などに上げ保存されていた。今では、食が満たされ保存が必要もなくなったが、柄の実で作る柄餅は香ばしく山村ならでは素朴な風味だ。

柄の木は高さが20メートル以上にもなる大木

で木材として重宝され乱伐されたため里

からはずつかり姿を消してしまった。実はつやつやとした黒い球状で、9月中旬頃に落

ち出す。

「落ちたな」と思ひ拾いに行つたら一晩のう

ちになくなっている。イノシンかシカ、アナ

グマに食べられるんかのひとこと。しかし、柄の実にはサボテンといふ毒があり、獣は食べるこを忌むらしい。どんな森の動物たちが食べにやってくるのだろうか…。

古座川上流の平井区に柄の実を探しに来た。柄の木は溪流のそばの肥沃な土地で育つことで、元区長の羽山さんの軽トラで案内されたのは、平井集落のさらに奥、北海道大学和歌山研究林の入り口。北大研究林は、古座川の支流平井川の最上流部に位置し、豊かな天然林や人工林を保有している。平井川源流域の水辺に柄の木は美しい姿で立っていた。

柄の木は山村の貴重な食料として大切にされたため、その名残の地名が各地に残っている。平井川上流の支流研究林の東に「柄の谷」がある。谷あいに柄の大樹



が群生したのだろうか。
羽山さんが川の浅瀬で実を拾ってくれた土の上には美は見あたらず、獣が残したのか、水の中には実が落ちていた。

「母は柄の実を布(きれ)の袋に入れて谷川の流れ水に1週間ほど浸けっぱなししていた。それから、それから天日に干しカラカラに乾燥させた。そう語ってくれたのは岩本磨寿恵さん。87歳の磨寿恵さんの子ども頃の思い出だ。

③流れ水でさらした柄の実を、灰にまぶしてアクリギを抜きをする。クヌギの場合、柄の実1：灰1、スギ、ヒノキの場合、柄の実1：木灰2の割合で熱湯をかけドロドロにした灰に柄の実を1週間ほど浸す。毎日混ぜ返す。

④さらに清流で1週間ほど浸す。毎日混ぜ返す。

⑤柄の実を餅米と一緒に蒸し、その後餅米と一緒に餅をつく。

として調理する。柄の丸と苦味抜きは大変な手間で、すっかり抜けるまでは20日ほどもかかると聞く。磨寿恵さんのお母さんも、柄の実を流水にさらしてはドロドロにした木灰にまぶし、また水にさらして繰り返していました。里の時間は、ゆっくりと自然の恵みをいたぐり手仕事とともにあった。

平井は古座川最奥の集落だが、柄を採取しなくなつて久しい。7、80年も前の村の風景はどうだ。

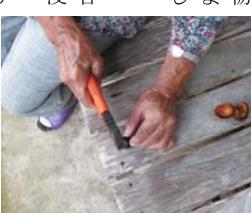
母が「きれに包んだ柄の実をさらし、平井

の流れの音を聞きながら餅をつくした穂やかな日々。磨寿恵さんと縁側に座り、柄の実

を転がしながら川の音を聞いていると、まるかに日々。

な日の光景が浮かぶようだ。里の時

間に戻す、柄の実には不思議な魅力がある。



とちの実のアクリギ

とち餅は、さっくりと香ばしく風味ある山のお餅。渋みと苦味が強い実を手間をかけてアクリギします。

①天日でよく乾燥した柄

の実を、2日ほどぬるま湯に浸け、やわらかくし

て皮をむく。

②皮をむいた柄の実を、網の袋などに入れて谷

の流れ水に2日ほど浸

す。

③流れ水でさらした柄の

実を、灰にまぶしてアクリギ

を抜きをする。クヌギの場

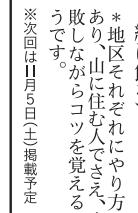
合は、柄の実1：灰1、

スギ、ヒノキの場合は、

柄の実1：木灰2の割合

です。

■湯崎真梨子(ゆざき・まりこ)
和歌山大学
産学連携・研究支援センター 教授
プロフィール
博士(学術)。大阪府立大学人間文化学研
究科博士後期課程終了。専門は、農村社会
学、地域再生学。内発的発展、食料経済、地
域資源、地産地消、女性起業、低炭素化社会
などのがテーマ。自らが研究するだけでなく、
地域と大学が共に成長するプロジェクト研究
を企画し、マネジメント
している。熊野方面に
は年間30～50日は訪
問し研究する。



■湯崎真梨子(ゆざき・まりこ)
和歌山大学
産学連携・研究支援センター 教授
プロフィール
博士(学術)。大阪府立大学人間文化学研
究科博士後期課程終了。専門は、農村社会
学、地域再生学。内発的発展、食料経済、地
域資源、地産地消、女性起業、低炭素化社会
などのがテーマ。自らが研究するだけでなく、
地域と大学が共に成長するプロジェクト研究
を企画し、マネジメント
している。熊野方面に
は年間30～50日は訪
問し研究する。

※次回は11月5日(土)掲載予定

