

〈ふるさとの食卓〉

みんな「食べて」大きくなった

50

和歌山大学
産学連携・研究支援センター
湯崎 真梨子教授

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ったのでしょうか。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頃の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。

くさぎ

田植えのごちそう

「くさぎ」という野草を知らなかった。初めて食べたのは2年前、古座川町の山村でいただいた。少し苦味があるが、葉の質はまったりとした風味のある優しい食感だった。

「これ、なんですか？」と箸の手を休めて聞いた。春先に若葉を摘んで、冷凍しておき、冬の青物のない時期に貴重な食材になるとのことだった。くさぎ、とはその名のとおり臭い木らしい。全国どこでも自生し、「山や里のはずれにいつばい生えているよ」と案内していただいた。枝葉をうっかり踏みつけるとものすごい悪臭がするというが、どんな木なんだろっ？

予想に反し、くさぎは赤いガクと玉のような青い実をもつかわいらしい木だった。8月ごろから次々と花を咲かせ、花が終わると実がなるが、五つに裂けたガクが赤い花びらのように見え、青い玉に映えておしゃれ。濃い青い色は染料にもなるそうだ。

4月から5月初旬の頃、くさぎの若芽や若葉を摘み、これを湯がいてアク抜きをすると、煮物や和え物に重宝するおかずとなる。冷凍庫の無かった時代には、「ゆでてから乾かす。カラカラに干し上げる前にもんでから保存した。もむときれいに保存ができる」とは、今年81歳の前田ゆき子さんの保存の仕方。また、今では炭酸を入れて湯がいて冷凍しておくという人もおり、アクがとれて緑がとてもきれいになる。

筆者は紀北の生まれで「くさぎ」を知らなかったが、ゆき子さんも出身のすさみ町ではあまり食べなかった。しかし、古座川に嫁いでからは盛んに食べたこと。信愛女子短大が調査した興味深いデータがある。1997年当時県内50市町村からの回答総数約1000人の食生活調査で、これによると、県内で「くさぎを食べたことがある」のは、古座川町で90%以上、龍神村と美山村が80%、一方、紀ノ川沿いの岩出、桃山、那賀の各町と紀中の有田市、吉備町で0%となつている。古座川町や山村での突出ぶりが分かる。これは20年前の調査であるが、ある古座川育ちの方は「子どもの時は嫌だったが今は懐かしい味だ」と言った。山菜は大



人になって分かる故郷の味といえるのかもしれない。

「くさぎは田植えのごちそう」とゆき子さん。豆との炊き合わせが「ごちそう」となった。アク出しをしたくさぎの葉を細かく切り、濃いダシ汁と醤油で大豆と炊き合わせた料理で、田植えの繁忙時に家族や手伝いの人らに振る舞った。くさぎと豆の炊き合わせは、田植え時のごちそうとして広島県や富山県でも郷土料理が継承されている。古座川の山村との不思議な共通性だ。

田植えの頃に芽吹く若葉の勢いとおいしさが、豊作を祈るハレの作業日にびったりだからだろうか。



湯崎真梨子(ゆきぎ・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所博士後期課程終了。専門は、農村社会学、地域再生学、内発的發展、食料経済、地域資源、産地消、女性起業、低炭素化社会などがテーマ。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日は訪ねて研究する。



レシピ くさぎのごまあえ

羽山敬子

かれんな花と実を持つ野草。乾燥保存で青野菜が無い時の一品に。初夏の若葉の風味をいただきます。

【材料】
くさぎ、ダシしょうゆ(こま)以上、適宜)

- 【くさぎの乾燥方法】
①くさぎの生葉を炭酸を入れた湯でさつと湯がき、水にさらす。さらし過ぎると風味が無くなるため頃合いを注意する。
②天日に干して乾燥させる。または冷凍保存する。

- 【作り方】
①乾燥したくさぎを水で戻す。冷凍したくさぎは、自然解凍する。
②きざんでボールに入れ、ダシしょうゆを混ぜ、さらにゴマでたっぷり和える。



くさぎと豆の煮物

- 【作り方】
①大豆は茹でてやわらかくしておく。
②乾燥くさぎはゆっくりりと水でもどし、さつとゆでる。
③くさぎの水気を絞る、食べやすい長さに切る。
④大豆を炒め、次にくさぎを加え、砂糖、みりん、しょうゆで味を整えながら弱火で水気が無くなるまで煮る。
*濃いめの煮干しのダシ汁としょうゆの薄味で煮てもおいしい。
※次回は12月9日(土)掲載予定