

フキ(ふきのとう)



朝金上野にて

(撮影：桐原真希)

■**早春の味は平安時代から**
この姿を見ただけで、天ぷらか、刻んで蒨味噌か、味噌汁の具かと、食欲優先で連れて帰りたくなります。国内のほぼ全域に分布しているフキは、日本原産でキク科の多年草です。古くは平安時代の「和名類聚抄(わみょうるいじよしよう)」に蒨の名が掲載さ

れています。フキの香りは、心の深いところに届く潜在的な付き合いがあるようで、日本人が遣伝子レベルで馴染み親しんだ芳香かもしれませ

■**灰汁は毒にも薬にも**

フキの美味しさの要になっている独特の苦みには、アルカロイドの一種でピロリジジンアルカロイドという有毒成分が含まれています。茎の部分を食べる時、灰汁抜きをするのは、これを除去するためです。あまり茹ですぎると美味しさも飛んでしまうので、適度な灰汁抜きを見極めるのがなかなか難しいところですね。

近年、フキに含まれている有効成分が、動脈硬化や花粉症に効果があるのではと注目され、すでにフキエキスが含まれた健康食品が売り出されています。また民間療法として咳止めやタン切りに利用されていた背景もあり、フキの

持つ能力の深さに驚かされま

■**どっちが美味しい？**

フキは地下で太い根を横に這わせて、地上部の葉や花をある程度摘み取っても根さえ生きていれば、また同じ場所から伸びてきます。伸びたつぼみは、男の子の花と女の子の花が別々に咲きます。花が咲くと雌雄どちらかが分かりますが、まだ開ききっていないフキノトウでは、二つに割っても雄花か雌花か見分けにくいかもしれません。それでもオスメスで味の差が果たしてあるのか、とても気になっています。この春、それが確かめられるといいなあと、美味しそうなフキを探しに歩きたいところです。

どの山菜もそうですが、私有地などでの無断採集や乱獲などのマナー違反、有毒植物の誤食などには十分に気を付けて里山の恵みを楽しみましょう。

自然観察指導員

桐原真希

祐生出会いの館【緑水湖畔】インフォメーション

《祝 観覧者4千人突破御礼》今年度の観覧者は、2月に4千人を突破いたしました。今年度は小灘一紀展等があったとはいえ、僻地の美術館に町民の皆様をはじめ多くの方々足を運んでくださいました。カレンダー販売も順調で、昨年に続き完売近くなりました。名誉町民である板祐生、並びに記念館に対する皆様の並々ならぬ誇りと関心の高さに、心から敬意を表し御礼申し上げます。

●城の版画家一橋本興家遺作展(3月11日まで) ●年賀状版画コンクール応募作品展(3月24日まで) ●学問の神様一天神の掛け軸と土人形展(4月8日まで)



牛乗り天神(広島県)

■開館時間：9時～17時 ■休館日：毎週火曜日 ■問合せ先：祐生出会いの館 ☎66-4755