春の訪れ 春の山菜

南北に長い日本列島では、春の訪れも早かったり遅かったり。特に寒い冬を過ごした地域では春の到来が待ち遠しかったことでしょう。

人間の知恵なのか、「春には苦いものを食べるとよい」と聞きました。そして、ふきのとうを始め、うど、よもぎなど多くの山菜が食べられてきました。

懐かしく食べたいと思うけれど、なかなか自分でとりにいくのは難しいという方も多いのか、今ではスーパーでも売っています。

今月号では、山菜にまつわるお話をお寄せいただきました。身近な方々と会話が弾むきっかけになっていただければ幸いです。

孫にも伝えたかった山菜採り

正木　悦子さん（関沢3）

5月の連休の我が家の楽しみは、私の実家（福島県白河市）に帰省し、わらびやぜんまい、たらの芽などの山菜採りをすることだった。田舎のない主人は、私以上に楽しんでいた。「ほらそこ、ここにもあるよ」「ママ、なんでそんなにわかるの」と娘たちから尊敬の念をもたれていた。自分でも不思議なくらい、山菜が目の前に現れてくる。昔取った杵柄はすごい、とはいっても父や母にはかなわなかった。山の空気は、特別に美味しさを感じた。「もう、帰ろう」と言いながらも、目は山菜から離れなかったことが思い出される。

灰汁抜きなどの下処理は、母の仕事だった。山菜は、油あげ、さつまあげと炒め、しょうゆと砂糖で味付けしただけのものだが美味しかった。天ぷらや、おひたし等も新鮮で格別だった。

そんな楽しみを目の前にして突然起きた東日本大震災。2年後、孫を連れて帰省。「さわちゃん、これがわらびだよ。むこうにもほら」「なんでばあばは、遠くからでもわかるの」と娘たちと同じ言葉が返ってきた。孫にも「昔取った杵柄だよ」と言った。2人で喜んで持ち帰ると、放射能に神経を尖らせている幼子を持つ姪に「おばさんそんなの、もう採ってこないで」と、強い口調で言われた。何とも言えない、寂しさを感じた。心配しないで山菜採りができる日はいつだろうか。

ぜんまい

わらび

こりこりおいしい姫竹の子

福島　きみさん（鶴瀬西3）

春が来ると、祖父がリヤカーを引いて磐梯山の麓へ行き、姫竹の子を採って来て家族で夜なべして竹の子の仕込みをしました。皮を指にはめて遊んだことを、懐かしく思い出します。にしんとみそ汁にしたり、ぜんまいと煮て食べました。こりこりして香りも良く、美味しかったです。

たくさん採って近くの工場で缶詰にしてもらい、冠婚葬祭やお正月、祝い事に、郷土料理「こづゆ※」を作ります。漆器で有名な会津では、こづゆ用の器があり、山菜が多く入って何杯も食べられます。

※こづゆ・・・姫竹の子、にんじん、里芋、わらび、きくらげ、ちくわ、しらたきを干し貝柱の出し汁で煮て、しょうゆの薄味にした具を食べる汁物。

姫竹の子

雪国の春を告げる「蕗の薹（ふきのとう）」

川上　道子さん（関沢2）

この冬の北国は雪深い。立春が過ぎた9日、関東地方にも大雪注意報が発令されました。

その日、スーパーマーケットの野菜売り場をのぞいて、早々に出荷された山菜にビックリ！福島産、秋田産と記載した透明な小袋に詰められた「たらの芽」と「こごみ」でした。天然ものかしら?と見入ってしまいました。

私の郷里北信濃では、雑木林の残雪が消えるころ、陽炎（かげろう）の立つ段々畑のあぜ道に「蕗の薹」が一気に芽生え、これを小籠に摘んで持ち帰り、「天ぷら」や「蕗味噌」などにして春の味覚と香りを楽しみます。

ほろ苦き
恋の味なり
蕗の薹（ふきのとう）
（杉田　久女）

「天ぷら」のレシピを一寸（ちょっと）。

①蕾（つぼみ）をよく洗い、水切りする

②蕾の外側の皮を指で丁寧に形良く開き、薄力粉を粉ふるいで振りかける

③ゆるく溶いた小麦粉に浸ける

④蕾の頭を下側にし、熱した天ぷら油に入れて揚げる

食卓に、酒の肴にいかがでしょうか。

春告げる庭

加治　早苗さん（諏訪1）

我が家の庭の片隅に、蕗（ふき）が植えてあります。25年位前に、叔母の家に大きな葉と太い茎の蕗があり、株分けをしてもらいました。それ以来、毎年大きなふきのとうが、時期になると顔を出してくれています。今年は、いつもより早いような気がしました。寒中にも関わらず、ちらほらと出てきました。

4月には緑の葉が一面になり、また、秋葉が枯れた後には、また来年も元気に顔を出してね、とお礼肥（れいごえ）をします。

植物を見ると、春は一歩一歩近づいているようです。

春告げる
庭に顔だす
ふきのとう
（編集委員）

山菜にふるさとを思う

田辺　優子さん（関沢3）

「山菜」と聞くと、ふるさとを思い出すといいます。

豊栄市（とよさかし）、今は新潟市ですが、五頭山（ごずさん）を望む越後平野の米作りの町で育ちました。雪が多かったので、雪解けを迎え、地肌が見え始める4月ごろは心躍る季節でした。

田んぼのあぜ道やそばを流れる小川にせりを摘みに出かけます。いまお店で売っている丈の長いせりと違って、地にはっているようなものでしたが、丁寧に土を落として茹でると香りがよく、おひたしや混ぜご飯などにしていただきました。

小川では「ざっこ」と言っていたふなの小さなものも捕れたので、大根やにんじんと煮物にしたり、大きいものは囲炉裏で焼いたりして食べました。

5月は、よもぎ摘み、笹団子の笹採り、秋にはきのこ採りと、次々とふるさとの光景が浮かびますと話してくださいました。

（聞き手：編集委員）

せり