

キャンパスを
食べれる



第1回
アラゲキクラゲ

少しの緑があれば、必ずといっていいほど「食べられる」食材がある。その多くは、栽培が困難なものや個性が強すぎるためにあまり市場には現れない。大学の構内やその近傍で見られる食べられる食材のうち、採って食べるには少し勇気がいるであろうもの紹介していきます。

キクラゲはクラゲ（海月）ではない。木耳と書くように、枯れ木に耳がついたように春先から秋にかけて発生するキノコである。実はこの中華料理で馴染み深いキクラゲは実際には2種使われている。一つはこのアラゲキクラゲ、もう一つは本家本元のキクラゲである。キクラゲはくすんだ黒茶がかった色をしており、裏面には細かい繊毛が生えている。アラゲキクラゲは若干赤みがかった色をしており、繊毛も幾分濃い。また、より大型で厚みもある。ともに栽培可能であり、市場に出回っているが両者の区別はされていないようだ。最近では栽培品の生のキクラゲがスーパーなどの店頭に並ぶようになった。生のものはボイルしてから、乾燥品はぬるま湯で戻してからボイルして、調理する。大量に取れたときは乾燥してから保存するのも良いが、生のままボイルしてから、細切りにして、ごま油（少々）、出汁醤油（または麺つゆ）に漬け込んで2、3日冷蔵庫に入れておけば、美味しいご飯の友、酒の肴のできあがり。（荒谷 博）