

キャンパスを
食べる



第3回
ウコギ(五加木、五加皮)

生田キャンパスには山菜としての地位を得ているウコギ科の植物として、ウコギ、タラノキ、ウド、ハリギリを目にすることが出来る。タラノキ、ウドは有名なので、今回は関東の店頭では目にすることがないウコギを紹介しよう。米沢地方では古くから垣根として利用されていること、根皮は漢方薬として利用されていることから、それなりに有名である。食用としての対象は新芽であり、4月中旬から5月上旬が摘みごろである。ウコギと称されるものは日本国内にエゾウコギ、ヤマウコギ、ヒメウコギ、オカウコギなどが知られているが、食べるときに区別する必要はない。ちなみに、キャンパス内で見られるものはヤマウコギである。この高さ50~200cm程度の雌雄異株の落葉低木であるヤマウコギは、幹が約直径~2センチ樹皮は緑褐色~灰褐色であり、他のウコギと同様に葉の付け根には芽摘みには邪魔な暗褐色~赤褐色を帯びた刺がある。

ウコギは独特な山菜らしい香りと苦味があるが、口に残るえぐ味は感じられない。料理法は天麩羅やお浸し、そしてウコギ飯が主であるが、らしさを楽しむにはお浸しとウコギ飯がお勧めである。お浸しは軽く塩茹でして鰹節と醤油を振り掛けたごく一般的な食べ方がよい。ほろ苦さ、香りがちょうど良く食べやすいが、ウコギならではの歯ざわりがある。東北地方や信州地方の人たちは、相当の骨を折ってたくさん摘んだ新芽を山盛りにしてお浸しで食べるほどに楽しみにしており、やはりこの歯ざわりが良いという。どんな歯ざわりかという噛み干切ったものが歯の表面をすべるときにキュッキュッという少し歯が痒くなりそうな独特なものである。私自身はこの歯ざわりはそれほど好きではないので、小鉢一つで十分である。単に食べ足りていないからかもしれない。ウコギ飯はご飯に適度な量の塩と塩茹でして細かくウコギを混ぜただけのシンプルなものだ。塩茹でしたもので調理すると色が落ちて見た目が悪くなるので、生のまま細かく刻んだものを塩とともに炊きたたのご飯に混ぜて少し蒸らしてから食べても良い。春を感じさせてくれる大人の味である。(農芸化学科 荒谷 博)