

4) カラシナ=芥子菜/辛子菜

カラシナはアブラナ科の多年草で、原産地は中央アジアである。葉は長楕円形で先端は尖り、縁には不規則な鋸歯がある。4月頃、茎の上部に十字形の黄色い小花をつける。中国や日本ではもっぱら野菜として栽培されるが、西アジアからインド、エジプト、ヨーロッパなどでは、むしろ採油植物としての色彩が濃く、いわゆる『油菜』として栽培されている。中国へは漢代に西域からもたらされたものと思われ、以来、数多くの品種に分化し、これが日本にも渡来している。日本では北海道から九州まで広く栽培され、高さは1.5mほどにもなるために高菜などとも呼ばれるが、芥子菜は北の方で栽培され、高菜の類は南の方で栽培されている。この仲間はもともと種類が多く、タカナ(高菜)やアオナ(青菜)、ザーサイ(搾菜)の他、九州でよく栽培される(カツオナ)、北九州のミイケナ(三池菜)なども含まれ、これは辛味成分が少ない。日本では古来、高菜と芥子菜の区別が曖昧だったが、平安時代の『本草和名』では高菜に『菘』(シュウ)という字を当てて区別している。和名の由来は種子や葉に辛味があるためで、古くはケシとも呼ばれていた。学名は『*Brassica juncea*』で、属名はキャベツのラテン古名。種小辞はイグサに似たという意味である。イギリスでは『leaf mustard』、フランスでは『moutarde』、中国では『芥』である。

芥子菜は中国では2,000年以上も前から栽培され、漢の時代に編纂された『礼記』(ライキ)にもその記述が見える。主に辛味のある種子を粉末にして、香辛料として利用してきた。漢方では種子を『芥子』(カイシ)といい、配糖体『シニグリン』を含み、皮膚や粘膜部分を刺激する。これを患部に貼ると、新陳代謝が盛んとなり、血行が良くなって消炎作用が生ずるため、神経痛や気管支炎などにも用いられた。

芥子菜が日本に渡来したのは、かなり古い時代のことと思われるが定かではない。『倭名類聚抄』には「和名加良之」と記述されており、『源氏物語』の「葵の巻」には「御衣などもただけしの香りにしみかへりたる」とケシ(芥子菜)の香りを炊いて、着物に匂いをうつしたことが語られている。また当時は辛味には煩悩を調伏する作用があると信じられており、護摩を炊くときには芥子菜を加えていたようで、『将門記』や経尊が著した語源辞書である『名語記』(ミョウゴキ)にもその記述が見える。

江戸時代の『農業全書』を初めとする農業書には、芥子菜の詳しい記述がそこそこに見られる。葉を少しずつ掻き取って、長いこと食用に供することができたから、端境期にも収穫できて、都合のよい野菜だったのだろう。カロチンのほかビタミンCや鉄分などが多く含まれており、当時から重要な作物とされていた。

カラシナの完熟した種子をすりつぶして粉末状としたものが『辛子粉』で、これに温湯を加えると、酵素『ミロシナーゼ』の作用で、独特の香りと辛味が生ずる。辛子粉は今ではオデンや納豆にはなくてはならない香辛料として利用されているが、高菜の類はどれもわずかな辛味があり、漬物として多く用いられている。



カラシナの花。原産地は中央アジアである。日本に辿り着くまで長い旅を続けてきたわけだが、弥生時代には伝来していたらしい。今では野生化し川の土手で春を彩る(埼玉県川島町)。



カラシナは一般的には「菜の花」としてひとくくりにされている(埼玉県川島町)。

[目次に戻る](#)