

5) ニラ=韭

ニラはユリ科の多年草で、原産地は中国西部といわれるが定かではない。地中には鱗茎があり、株状に葉を出す。葉は軟らかく独特の匂いがあり、食用とするため栽培されている。夏、花茎を伸ばして白色の小花を、茎頂に20~40個かたまって開く。繁殖は株分けもしくは実生により行なう。寒さや暑さに強くまた再生力が強いことから、年に数回収穫することができる。しかし太陽に当たると葉が堅くなるので最近ではフレーム内で遮光栽培も行なわれている。また葉の幅が広い台湾系の品種や、葉ではなくて蕾の付いた若い茎を食べるテンダーポールなどという品種も作られるようになった。和名の起こりは『記・紀』にも現れる『カミラ』が変化したものといわれ、『古事記』の「東征記」には、久米歌の中に『臭韭』(カミラ)として登場する。別称としてミラ、ヨミラ、フタモジ、チチクサなどがある。学名は『*Allium tuberosum*』で、属名はニンニクのラテン古名によるもので、匂いという意味があり、種小辞は塊茎のあるという意味である。中国では『韭』と書いて、漢代には「キョウ」と発音していたが、現在では「チョウ」と呼んでいる。

中国ではニラの歴史は古く3,000年前から栽培されていた。周の時代にはすでに祭事にはニラと羊が供えられており、羊の生臭さをニラの香りで包んでいたらしい。また漢代には最も大事な農産物として扱われ、かの司馬遷の『史記』にも登場し、「千の畦(アヱ)で作られる生姜と韭は、千戸の領主の収入に等しい」と語られている。中国ではかつて正月の元旦には「五辛」を食べる習慣があり、6世紀ごろに成立した『荊楚歳時記』(ケイソサイジキ)によれば、この五辛とはニラ、大小のニンニク、アブラナ、コエンドロで、これを食べることにより、体内に潜む病魔や邪気を払い、長生きできると考えられていた。ニラのように香の強いものには、薬効のあるものも多く、昔の人はこれと長寿とを結びつけたのだろう。漢方では種子を乾燥させたものを『韭子』(キュウシ)といて、下痢によいとされ、茎葉を陰干しにしたものは『韭日』(キュウヒ)といい、健胃、強精、強壯剤として用いられた。しかし日本ではこの匂いのために嫌われたのか、和歌の素材として取り上げられることはなく、勅選集には詠まれていない。『万葉集』にも韭摘みを題材としたものが1首あるだけで、これは『久君美良』(ククミラ)として記されている。

伎波都久(キハツク)の岡のくくみら我摘めど 籠にも満たなふ背なと摘まさね
伎波都久は現在の茨城県真壁郡東邊の地名であるといわれている。

ニラの匂い成分は硫化物の一種『メチルジスルフィド』で、ニラの中には蛋白質やカルシウム、カリウム、糖質、ビタミンA、Cなどが豊富に含まれている。一年中手に入る鮮緑色の野菜として、中華料理ではギョウザやニラレバイタメのようにニラなくして成立しないものも多い。ニラの刺激臭と肉の匂いをうまく中和する効果があったからだろう。そういう点でニラはまさに肉食文化の野菜なのである。



ニラの花を近くで見るとこんな表情をしている。『古事記』にもまた『万葉集』にも登場する植物である。1,000年以上の長きにわたって日本人の食卓を彩ってきた(千葉県我孫子市)。



実り始めたニラの若い果実(埼玉県日高市)



ハナニラと呼ばれている植物は他にもあるが、これが一番ニラの花に似ている(千葉県柏市)。



これも花ニラだが、こちらは葉がニラによく似ている(さいたま市浦和区)。

[目次に戻る](#)