

10) フキ=蕨

フキはキク科の多年草で、日本原産の野菜の一つである。日本各地の山野に生え、あくが強いものの、食用になるところから栽培する地方も多い。雌雄異株で葉柄は多肉質で太く長く、葉身は腎臓形で縁には不揃いの鋸歯がある。早春葉に先だって大型の苞葉に包まれた花茎を出して、細かい管状花の集まった球状の頭上花をつける。和名の由来は冬に黄色の花を咲かせるために、フユキがつまったものと言われている。別称としてフフキ、ホギ、ヒフキ、フユキなどともいわれている。学名は『*Petasites japonicus*』で、属名はフキのギリシャ名『petasos』で、これは幅広の帽子を意味しており、大きな葉を帽子に例えたものである。イギリスでは『coltsfoot』と呼んでおり、「colt」は若駒という意味で、「foot」はもちろん足である。中国では『蜂斗葉』（ホウトヨウ）で、「斗」は「北斗七星」の斗と同じで、柄杓であり、長い葉柄を柄杓の柄に見立てたものである。

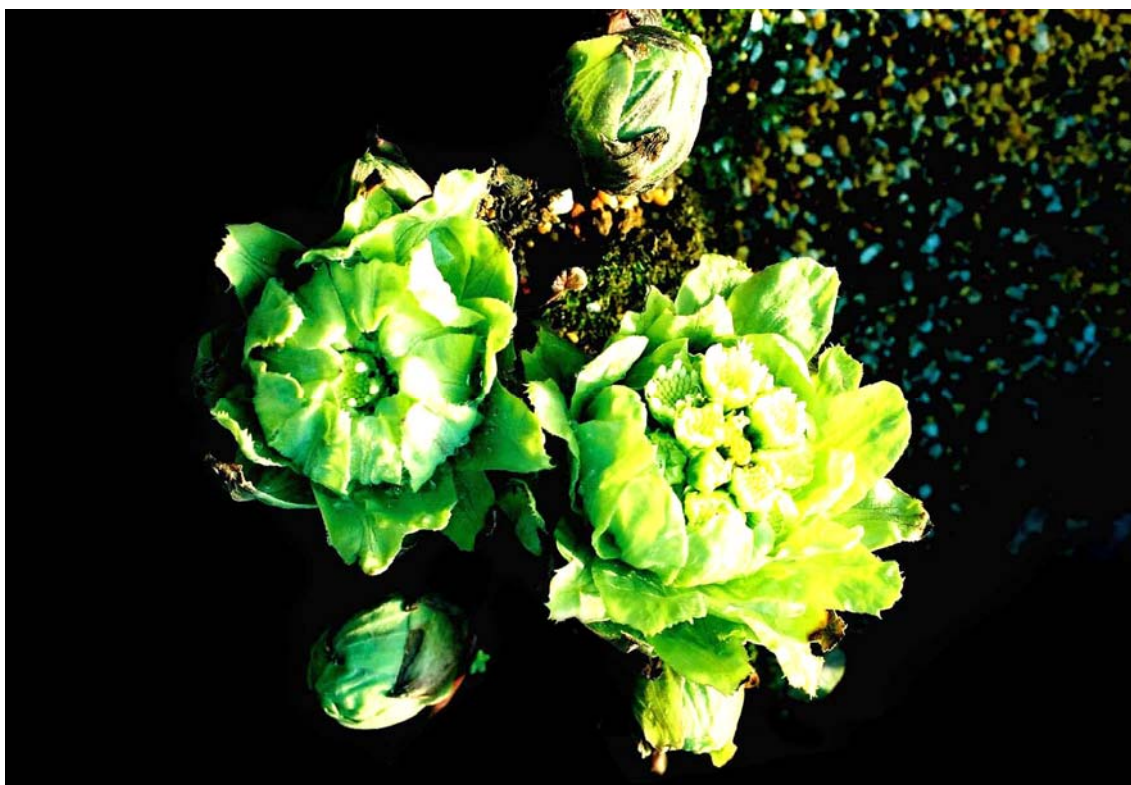
フキノトウは春の香の一つとして古来より珍重され、露味噌にしたり、焼いて食用としてきた。葉柄は煮ものとして、乾燥させた葉やフキノトウは煎じて、去痰剤、鎮咳薬としても利用された。またアキタブキのように太い葉柄のものは、食用にするだけでなく、乾燥させてステッキなどを作るときに用いられた。

アイヌ人は蕨の葉で仮小屋の屋根を葺いたり、鍋や、お椀、さらには簡単な衣服をつくる時にもこの葉を用いていた。彼らは蕨に対して特に強い意識を持っていたようで、フキのことをコルコニ、フキノトウのことをマカヨと呼び、さらにフキの雄花をピンネマカヨ、雌花をマチネマカヨと呼んでいた。しかし植物学的には雌雄が反対になっており、これは古い時代を考慮すれば、致し方ないことだろう。またアイヌの小さな神様であるコロポックルは、アキタブキの葉の下に隠れ、道行く人にいたずらをしたり、手助けをしたりしていたという。コロポックルはアイヌ語で、「蕨の下に棲む人」という意味である。このあたりにもアイヌと蕨との、深い関係を知ることができよう。

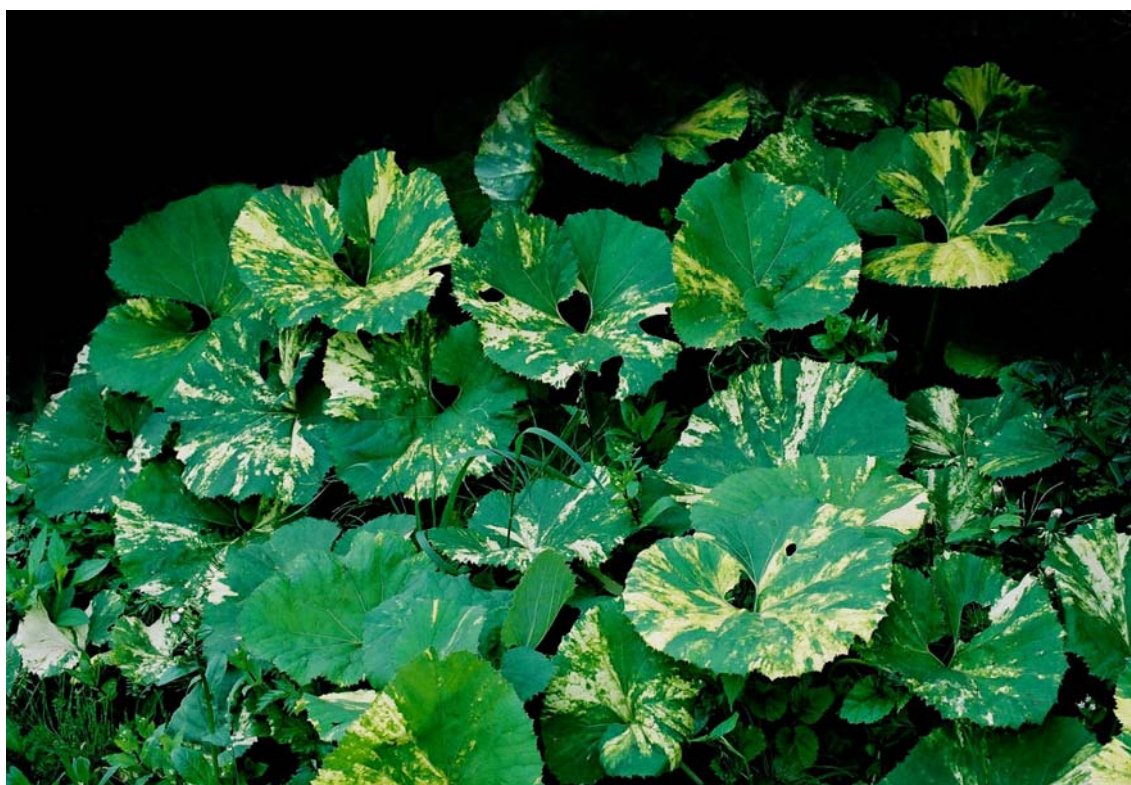
フキノトウは古くから春の大事な風物であったが、フキの名が最初に現れる文献は901年に成立した『新撰字鏡』（シンセンジキョウ）である。その後『延喜式』にも現れており、この頃になるとフキノトウは宮中に献上されていたらしい。しかし庶民の大事な食材となるのは江戸時代のことと思われ、1704年に貝原益軒が表わした『菜譜』（ナフ）によれば、京阪神地方の畑でフキが盛んに栽培されていたことが記されている。現在栽培されているものは、赤蕨とも呼ばれ葉柄基部が赤紫色を帯びている品種で、ほとんどが雄株である。また東北地方から北海道の溪流沿いに自生するアキタブキは、大群落を形成する大型のフキである。秋田県の県花に指定され、このフキを用いて土産物として、砂糖菓子や佃煮などを作っており、桜の皮で作った『樺細工』などととも、県の大事な地場産業になっている。



大きく育ったフキのトウ、もう食べる時期は過ぎている。トウが立っているという根源ではある。



顔をのぞかせたフキの花。ちょうど食べごろである。茹でてよし、生のまま刻んで香の物にするもよし。日本の伝統的な風味の一つである(さいたま市浦和区)。



葉に美しい斑の入る品種もある(埼玉県入間市)。

[目次に戻る](#)