

—はなのむらの四季—

アケビ(木通)は熟れて口を開く

小 関 栄

先日倉馬の里の集会所の隣でアケビの実が垂れ下がっているのを見つけた。雑木に抱きつくように太い木に蔓が巻付いて、先がその木の枝と見間違ふように伸び、葉の根元に数個の青い実を付けていた。(右写真) 巻き付く蔓は藤の木としか見ていなかったのですが、ここにアケビの木があるとは気付かなかったが、赤子の握りこぶしのような可愛い実が垂れ下がっていてアケビと知った。



アケビは元来、蔓性の落葉低木。この付近にはたくさん自生している。わが家でも、むかし山野から採ってきて植えて作ったアケビ棚がある。五月下旬に薄紫色の小さな花が咲き、夏にはそれが小玉のような実になるが、生茂った葉の根もとでほとんど目立たない。その実は秋になると次第に大きくなり、晩秋には黒褐色に熟れて厚い皮が縦に割れ、柔らかな乳白色の果肉が見え、その中に真っ黒な小さな種子が詰まっている。この果肉は実に甘くて美味! 甘いものの少ない子供のころは秋の野山を探し求め、見つけると喜んで、一口にかぶりついて種を吐き出し、その甘味を楽しんだものだった。

アケビの名の由来は、実が熟して縦に割れるので「開け実」が訛ったことから来ているらしい。漢字も中国語の木通



(mutong)をそのまま当てている。アケビの茎の木部は漢方生薬の木通もくつうとなり、消炎剤、利尿剤として使われている。(写真はわが家の庭のアケビ棚の、左は春の花、右は夏の実を撮影)



一夜さに 棚で口あく アケビかな 小林一茶

こうすると栗の皮が簡単にむけます

秋の味覚、栗のシーズンですが、いつも難儀するのが皮むきです。美味しいと分かっても皮のことを考えるとつい手が引いてしまいます。ところが里山倶楽部に「主婦の知恵」がありました。その秘伝を溝口茂子さんに聞きました。どうぞお試しください。

1. 半日ないし1日日干しする。(栗の甘みが増します)
2. 圧力釜に入れる(水はヒタヒタ)
3. 火にかけシュッシュッと言い出したら弱火にして25~30分
4. 火を止め、後は冷めるのを待つ

鬼皮、渋皮ともに取れやすくなります。

(文責 藤本)