



イタドリの開花(8月下旬)



イタドリの若茎を調理したもの



イタドリの若い茎(5月)



文  
写真 出口博則  
(Deguchi, Hironori)  
理学部生物科学科  
分類・生態学講座

## PHOTO ESSAY-28-

### 東広島キャンパスの植物

## イタドリ

*Polygonum cuspidatum* Sieb. et Zucc.

山野のやぶの周辺によく生えるタデ科の多年生草本。雌雄異株で、中空で節のある茎(属名の *Polygonum* はたくさんの節の意)をもち、高さ約二メートルに達する。根茎は地下を長く這う。夏に淡紅色または白色の花を穂状につける。葉は長卵形で葉先がやや急に尾状に尖る(種小名の *cuspidatum* はこの葉を形容したもの)。乾燥させた葉は煙草の代用とされる。また、根は「虎杖根」として健胃・利尿・通経剤として利用される。

春に地面から細い竹の子のような若い茎を出す。成長した植物体よりもむしろこの若い茎の方が私たちに馴染み深い。肥沃な場所のイタドリは、すこぶる太い若茎を出す。子ども頃、そんな太いものには、中に蛇が入っているとだれかに聞かされた。そんな馬鹿なことはないと思いつつも、今でも太いものを手折る時には、子供時代に得たあの軽い興奮を覚える。イタドリの若茎を生食することは、たいしての人が知っている。しかし、これを煮て、惣菜として食卓を賑わしている地方があることは、それほど知られていないようである。竹の子に似た食感がある。おそらく、全国で最もこれを食しているのは高知県ではなからうか。季節には、茹でたものがスーパーマーケットやデパートの食料品売り場で、堂々と他の野菜と一緒に並べられる。村人の生活を支える商品価値の高い山菜の一つである。春先に山菜取りに野山に出ても、村人以外の者はうかつにこれを探取することができない。

広島県下でも惣菜に利用されているようであるが、私が高知で教わった調理方法を紹介してみたい。まず、生のイタドリの皮を剥ぐ。このとき熱湯をかけるか熱湯の中に数十秒つけると作業が楽である。この時、皮はやけどを負ったように変色する。皮を剥いだイタドリを再び熱湯の中に入れ(二、三分)、茎の色が変わったら(緑色から淡黄緑色に変化する)取り出して、一晩水にさらす。こうするとシュウ酸が除かれる。これをさまざまに調理するが、ここでは煮物の例を紹介する。

酸味の薄れたイタドリを好みの大きさに切り、だし汁と調味料(イタドリ百グラムに対して、だし汁一カップ、砂糖大さじ一、薄口しょうゆ大さじ一半)を鍋に入れて火にかけて、煮立ったところへ切ったイタドリを入れて二、三分煮る。火を止めて二、三時間放置して味をなじませると、できあがり。書物によっては「よく煮れば食用になる」と記されているが、採取したものを皮のついたまま数分も煮ればどうなるかわからないので、注意が肝要である。

日本に野生する植物で、イタドリほどたくさんの地方名をもつものは他に例がないだろう。日本中に広く分布しているので当然かも知れないが、同じく広く分布する植物は多くあるもの、これに匹敵するものはなからう。私たちに身近な植物であることが、この地方名からもうかがい知れる。中・四国地方から拾ったものには、植物に含まれるシュウ酸の酸っぱさ(因んだもの、あるいは若い茎を手折ったときに発する音、葉をもんですりつけて痛みを取るのにつかた)効果は定かでない)ことに因んだものと推測されるような名「すかんぼ」「すかんぼ」「さいたな」「いたずり」「しゃじっぼ」「しゃっぼん」「かっぼん」「たず」がある。その多様さは東北山形県と福島県をみただけでも明らかである。両県で出版された植物誌によれば、それぞれ「かんこ、しかどり、どうぐい、どくば、どんぐい、どんげら、どんごえ、どんでんがら」「うまのすかんぼ、えたじりばな、すつかんぼ、どんかめ、どんから、どんぐい、どんこい、どうぐい、べつこのすかんぼ、たけすかんぼ、どんげら、えたじりば、えたんばし、たけすかな、てらぼーぼー、はいたな、やぐるまそう」が挙げられている。面白い地方名について、本誌の読者の皆さんから情報をいただければ幸いです。