

〈ふるさとの食卓〉

みんな「食べて」大きくなった

45

和歌山大学
産学連携・研究支援センター
湯崎 真梨子教授

土地から生まれた地元食。地域に百の家庭があれば百の食があり、私たちは何を食べて大きくなったのでしょうか。
ブランド化した食ではなく、土地から生まれた食材に育てられた子どもの頃のふるさとの食卓の思い出を添えて家庭のレシピを紹介します。

はちみつ

野生の森の百花蜜

古座川の山中をめぐり、所々に小さな木の祠のようなものがある。「森の神さま」と学生に言くと大抵が引掛かり神妙に立ち止まる。本当はゴーラという杉の丸太をくりぬいた二ホミツバチの巣箱、木の間に置かれた素朴な姿は森の中にしっくりと溶け込んでいる。
二ホミツバチ(和蜂は、日本特有のミツバチで、古木の洞(うご)などに巣を作り、木の花の蜜を集める。一般的に市場に出回っている蜂蜜はほとんどがセイヨウミツバチのもの。セイヨウミツバチは明治時代に輸入され、餌いやすく大量の蜜が採れるためにこちらが養蜂の主役になった。一方、二ホミツバチは、環境変化に敏感なためすぐに巣を捨て場所を移るなど育てにくい。いわば森を自由に駆け回る野生児だ。

はちみつは、ミツバチが採集した花の蜜を、巣の中で自らの唾液酵素や羽ばたきで濃縮・精製したもので、自然界でもとても甘いものといわれる。1万5千年以上も前のスペインの洞窟壁画に採蜜の様子が描かれるなど、古代から人間をひきつける恵みだった。日本では平安時代には朝廷への献上品として記録があり、養蜂が本格的に広まった江戸時代には、熊野で採取される蜜が特に上質と有名になった。他の諸国産も熊野蜜と称して販売されたほど。

江戸時代の産物名産の図鑑には「蜂蜜は諸国の中でも熊野が一番と書かれている。また、舶来の蜜は上品であるが、大樹の洞に蓄える熊野の山蜜は上品である」との文面も読み取れる(『日本山海名産図会』)。
全国一のブランド品として名をはせた熊野蜜は、その後300年、流域の30kmほどは飛翔範囲で木々の蜜を集めてくる二ホミツバチの生態に寄り添った伝統的養蜂で里の人々の生活の中で受け継がれてきた。採蜜



二ホミツバチの蜜

量も少なく「幻のはちみつ」と言われるほどの高級品だ。
集落周辺や林道脇に一定間隔でゴーラを仕掛けるが、ゴーラを選ぶのは蜂、その打率は蜂の自然の生態に任すだけのんびりとした確率だ。ゴーラには女王蜂、働き蜂、雄蜂の3、3万匹の大家族が生息している。古座川上流の平井に住む松林さんのゴーラは「キンリョウヘンを一輪、ゴーラのそばに置く」とのこと。二ホミツバチを誘い込む香りを持つ蘭の花だ。

二ホミツバチは里の森のさまざまな花の蜜を集めるため百花蜜となる。ミツバチがせつせと集め、ゴーラの中でゆっくりと熟成

された百花蜜には天然の木と花のうまみがつまっている。

「湯がいたオシロイの根にはちみつをかけて食べた。ほくほくして美味しかった。今でも食べた」。松林さんの子どもの頃の思い出だ。

高齢者が元気に暮らす平井区で聞く、特産のゆずとほくほくのホットドリンクを毎夕食後に楽しんだり、松林家では梅をたぶりのはちみつに漬けた自家製はちみつ梅を毎朝一粒食べるとのこと。購入すれば超高級品。山里その贅沢で滋養豊かな習慣だ。

松林さんがゴーラから取り出した蜜果は、金色に輝き、小さな一片でも濃厚なワのある甘さが口に広がると豊かなのだらう。



ゴーラ

■湯崎真梨子(ゆざき・まりこ)
和歌山大学
産学連携・研究支援センター教授
プロフィール

博士(学術)。大阪府立大学人間文化学研究科博士後期課程終了。専門は農村社会学、地域再生学。内発的発展、食料経済、地域資源、地産地消、女性起業、低炭素化社会などがテーマ。自らが研究するだけでなく、地域と大学が共に成長するプロジェクト研究を企画し、マネジメントしている。
熊野方面には年間30〜50日は訪問し研究する。



レシピ

らっきょうの塩昆布はちみつ漬け
揚妻 芳美

甘いのはちみつと塩昆布の意外な組み合わせ。簡単でおいしい一品です。

【材料】
らっきょう 200g
平井産の和蜂はちみつ 100g(約12g)

【作り方】
①生らっきょうの場合は、泥を落として十分に水洗いし、汚れた薄皮を剥き、ひげ根と芽先を切り落とす。下ごしらえ済みの洗いらっきょうなどは十分に水洗いをする。塩漬けされたらっきょうを使用する場合は塩抜きしてから使用する。どちらもザルにあげて水を切っておく。



②らっきょうを漬ける容器(ビンやホーローなどお好みで)を熱湯などで消毒しておく。
③大きな鍋にらっきょうが十二分にひたるくらいの水を入れて沸騰させ、①のらっきょうを一気に入れる。20秒ほどして再沸騰したら熱湯ごとザルにあげて湯切りする。

④湯切りしたららっきょうと塩昆布を消毒した容器の中に交互に入れ、全てをらっきょうと塩昆布を入れる。1週間後くらいから食べられるが、時々、容器ごと振ってはちみつをなじませると早く漬かる。冷蔵庫で保管して1ヶ月ほど美味しく食べられる。

*はちみつと塩昆布の量はお好みで加減を。
*和蜂のはちみつがない場合は、一般的なのはちみつでも良い。
※今回は9月24日(土)掲載予定

