

いなか旅見聞録

イタドリ(虎杖)を食す

イタドリはタデ科の植物。

全国的にはスカンポと言った方が通りがいいかと思えます。

(昔の)子どもの野山のおやつとして時々物語や昔語りに登場します。

高知県全域では昔から山菜として親しまれてきました。他県の人には珍しがられます。「雑草を食べるの?」と驚いたというエピソードは半ば伝説のようになっていて、それをなんだか自慢話のように話す高知県の人が多いのには、反骨を宗とする土佐人気質を感じてしまいます。



陽春のころ出てくるイタドリの若芽をきつと湯通しして皮をむき、酸を抜き、炒め煮にして食べるのが旬の食べ方。

最近では四国の隣県はじめ、全国的にも食べる方が増えてきているようですが、塩漬にして長期保存し、晩のおかずし、酒の肴に、年中食べるのは高知県ならではの

こと。

生で食べたら酸っぱい、

そのまま煮たら溶けてしまう

気難しい扱いにくい山菜だから、広く食されることがなかったのかしら?

それをどうにかこうにかして、面白いテクスチャーの食材にしあげた土佐の女たちの手のひらに乾杯!

ということ、イタドリの下ごしらえと保存方法を学びましょう。

まず、沸騰したお湯に10秒ほどイタドリを漬けます。

長く湯におくとイタドリはぐにやぐにやになるばかりか、すっきり溶けてしまいますのでご用心。



いち、に、さん、し、ご、リズムカルに数え、きつと引き上げて冷水に放ちます。そうすると、皮がするりとむけてくれます。



皮をむいたイタドリを食べやすい適当な長さに切って塩をまぶします。



この後の保存方法はいろいろあるのですが、ここでは塩漬け冷凍で。塩を振ってこのようにしんなりしてきたら冷凍庫へ。食べたい時に出して塩抜きすれば年中楽しめます。



ある名人さんからうかがった塩抜きのコツは、齎ってみて酸味を感じなくなるまで水にさらすこと。この酸味が曲者で、残っているとイタドリのしゃくしゃくした歯触りをそこなうのだそうです。

最近では他県でも食べるようになったとはいえ、このように農産物直売所でイタドリが山盛りになるのは高知県ならではの風景ですね。





イタドリは野生の植物。

株によって色や形にわずかな違いがあります。

茎の色も、緑のものや、赤みを強く帯びるものがあります。

赤軸のものが皮がはぎやすいという話も聞きますが、さだかではありません。そんなイタドリがあつたらいいなあ、という期待のようにも思えます。つまり、イタドリの下ごしらえの中で「皮をはぐこと」が一番手がかかるということを知ることがわせます。