



山形発

食文化のすすめ

最終回

雪で美味しくなる食べもの

山形大学農学部 江頭 宏昌

雪がなかったらどんなに楽だろう。雪国に長年住んでいる人なら、誰もが一度はつぶやく言葉だ。でも雪にはネガティブなことばかりでなく、恵みの側面もある。

雪は美しい雪景色を作ってくれるし、春の田畑を潤してくれる。春いっせいに芽吹いたり、花が咲きそろったりするのも、雪解けが生育のスタートを決めてくれるからだだろう。豊かな山菜は雪の恵みだと聞いたこともある。雪にしっかりと覆われることで、新芽が凍害から守られるからではないだろうか。

山形市風間に昭和の初期から伝えられてきた在来野菜がある。葉柄の基部や根が濃い赤色をした「山形赤根ほうれんそう」である。収穫は12月ころからであるが、この「ほうれんそう」の最大の特徴が表れるのは1月に入って冠雪してから。甘味や栄養価を高めるために寒い時期に収穫するホウレンソウを「寒締めほうれん草」といい、北海道から東北各地、北陸、関東などでも栽培されている。一般栽培の商業品種の糖度が5度程度なのに対し、寒締めだと8～10度まで上がる。寒締め利用される商業品種は、雪の下になると折れたり、腐ったりしてしまう。対して「山形赤根ほうれんそう」はしなやかさがあって、折れることも腐ることもなく、根の糖度は18度近くまで上がる。雪国に適応したここでしか味わえない貴重な在来品種なのだ。

米沢市上長井地区には「雪菜」という野菜があ

る。雪菜は雪の中で栽培する世界的にも珍しい野菜である。雪中人参や雪中キャベツは甘味が増して美味しいが、これらは雪中栽培というより雪中保存の意味合いが強い。一方、雪菜は甘味ではなく、花茎を伸ばして成長させるのが目的なので、まさに雪中栽培というにふさわしい。

実は雪菜栽培はこの地区独特の雪の降り方が可能にしている。この地区では雪が降り始めると草丈70cmくらいある雪菜を一気に覆ってしまうほど、短時間に大量の雪が降る。よそでは積雪量が草丈の半分程度で強い寒気がやってきて、雪上の茎葉が凍みて腐ってしまう。

ところで雪中は暗黒で、湿度100%、温度は1度。このような環境で何が起こるのか。雪に埋もれる前の茎葉はやや硬くて食べにくいのだが、12月の下旬ころから雪に埋められると、やがて茎葉は白く軟らかくなり、みずみずしくサクサクした食感に変わる。刻んで熱湯にくぐらせると、ワサビのような爽やかな辛味が生まれ、塩を加えてふすべ漬けになる。日本酒のあてにぴったりだ。

飯豊町や大石田町などには雪室があり、一年中雪中の条件で保存ができる。電気のようにサーモスタットによる変温がないし、コンプレッサーの振動もない。雪室に新ソバや新米を保存するとその鮮度と風味が一年以上長持ちするのが魅力である。飯豊町の雪室で保存されたジャガイモはその糖度が驚くほど高くなり、コーヒーの風味もまろやかで美味しくなるそうである。



雪菜のふすべ漬け

江頭 宏昌 (えがしら・ひろあき)

1964年福岡県北九州市生まれ。

1990年京都大学大学院農学研究科修了。同年に山形大学農学部助手。2001年より助教授、2015年より教授。農学博士。専門は植物遺伝資源学。

「野菜の在来品種は生きた文化財であり、その保存が急務である」という故・青葉高博士の考えに共鳴し、山形県内外の在来作物の研究や保存活動などに積極的に取り組んでいる。山形在来作物研究会会長。