清水高原(きよみずこうげん)歳時記（高原の 365 日）　NO　10−16

≪長野県山形村≫(やまがたむら)

自然に生えているきのこのめぐみ

2016年10月16日　澤田 繁　著

自然に生えているキノコ、この中に食べられる茸があるのは、皆さんご承知だと思います。

「ちゃなめつむたけ」は、秋の終わり頃遅めに出るおいしい茸で、最近になって、食べれる茸としてやっと覚えたものです。清水高原には、相当の種類の食べられる茸があると、きのこに詳しい人がおっしゃっていますが、なかなか取って食べるまでに至るまで、私に取ってはかなりハードルが高いものです。

最も私に取ってポピュラーな茸は、「りこうぼう（はないぐち、ぬめりいぐち)」です。小さい時より山に登れば結構多く道の周辺にあり、食べられるとは親から教わってはいたが、特に取った記憶はない。

≪ちゃなめつむたけ

≪りこうぼう≫

清水高原に移った時からは春の「わらび」と秋の「りこうぼう」を取るのが毎年の楽しみになった。移ってしばらく山菜を取るのは、これ「ふきのとう」と「タラの芽」を加えた程度で年を重ねた。

春の「こしあぶら」は清水高原に来て初めて食べた山菜で、気に入って 20 年前くらいから自宅周辺の小さいこしあぶらの木を切らずに育てています。

茸は、山法師（唐沢の蕎麦屋）の上條さんから教えてもらっていますが、覚えが悪く余り進んでいません。

「あみたけ」は直ぐに、「くりたけ」は大分時間がかかり、「まつたけ」は採った事がなかったので、慎重に判断しましたが完全に覚えました、「ちゃなめつむたけ」は前述の如く、2016 年私の食したきのこを表にしてみました。

	きのこ名	特徴・食べ方
1	あみたけ	煮ると紫色・味噌汁等
2	りこうぼう	傘の後ろが網・おろしあえ
3	くりたけ	炊き込みごはん
4	まつたけ	お吸い物・松茸ごはん等
5	ちゃなめつむたけ	傘のまわり白点・うどん等

≪まつたけ≫

今年は久しぶりに“松茸ゲット”

歳時記ホームはこちら　http://www.go.tvm.ne.jp/~sawada/saijiki/saijikihome.htm