

10 月の植物

ツワブキ (キク科)

学名 : *Farfugium japonicum* (L.) Kitam.

一度は食べたことがあろうツワブキの煮物。個人的には同じキク科のフキよりもこちらの方が好きだ。また佃煮風に甘辛く煮詰めて作る“キャラブキ”は、フキを使ったものも同様に呼ばれる。食用にするのは、春先、葉が開く前の褐色の綿毛に包まれた若い葉柄の部分である。山菜はアクが強いものが多くアク抜きが必要だが、春先の葉が綿毛に包まれた時期のツワブキはアクが少なく食べやすい。

海岸沿いに多く、内陸部の林などにも生える常緑の多年草。またご覧のように花が美しいので観賞用に庭や公園などにも植栽されている。花期は秋から初冬で、花が少ない季節にあって、ひととき黄色の花が目立つ。そのため昔からしばしば歌に詠まれており、「石路の花」は初冬の季語となっている。

よく比べられる前述のフキ（春先に顔を出す“ふきのとう”が山菜として人気）は葉が明るい黄緑色で、艶のある濃い緑色の葉を持つツワブキとは容易に区別できる。

ツワブキの名の由来は諸説あるが、私は“艶のあるフキ”説が最も説得力を持っていると思う。

(文責 井上英史)



綿毛をまとった若い葉

2019.11.3 井上英幸 撮影