

## 里山と山菜料理

雪国の春はせわしなく過ぎてしまうのが常だ。山形の山里である角川では例年4月半ばまで雪が残る。そして雪が消えたところからカタクリの花が咲き出すのを皮切りに、コブシ、マンサク、梅、桜、スモモ・・・など、花という花がほぼ同時に咲き乱れる。ようやく暖かくなっただけなあと、もう5月も半ばになってしまうのだ。だが、今年はもう5月になるのになかなか残雪が消えない。いつもであればとっくに出来る山菜も、今年はなかなか出ない。今回は、筆者にとっても待ち遠しい今年の山菜シーズンを前に、里山と山菜について書いてみたい。

角川の自然の最大の特徴は、月山へと連なる里山・奥山に囲まれているということである。集落の裏手はすぐ里山。春から初夏の里山の恵みといえば山菜だ。角川は最上郡内でも山菜が柔らかくおいしいという定評がある。地元住民はみんな山好きだ。特に年輩のおばさん達は里山が宝の山であることを知っている。

あるおばさんは「いざとなれば、山さ行けば食べ物になるものがなんぼでもある。近頃1万円で1ヶ月生活するっていうテレビ番組があるけど、おらならもっと豪華に1ヶ月過ごすことができるべなあ。山さ行けばただで食べ物、手に入るからな」と実に楽しそうに話す。確かにその通りで、ヒロコ、フキノトウは雪があるうちから掘って取り、雪が消えるとコゴミが出るのを皮切りにして、タラノメ、コシアブラ、ウルイ、ゼンマイ、アザミ、シドケ、アイコ、ヤマウド、フキ、ミズ、シオデ、そしてワラビと続けざまに様々な山菜が出てくる。

しかし、豊かな里山に恵まれているといっても、それらがすぐに口にはいるわけではない。そうした里山の力を引き出す山村の人々、特に地元女性たちの知恵と技術には驚嘆させられる。山菜を手に入れるためには山を熟知していなければならない。おばさんたちの井戸端会議ではこの時期、里山のどの箇所に行けば何という山菜が採れるのかといった話で盛り上がる。だが、素人が聞いてもよくわからない。同じように見える里山でも彼女らの認識ではいくつもの地名によって分類されているからだ。彼女たちは里山のどのような斜面にどんな山菜がでるのか、どのタイミングでどこに行けばいいのか長年の経験と感覚でわかるのだ。

そして、料理がまたすばらしい。ワラビの一本漬けなど保存食にする物、おひたし、汁物、いりもの、佃煮にするもの等々、様々なヴァリエーションがある。どのくらいの料理があるのか聞くと「そうだなあ、山菜料理、全種類作れといわれれば、細かく数えれば 5, 60 種類ぐらいあるんでねえべか。もしかしたらもっと・・・、んだなあ、100 種類近くあるかもしんね」と女性達は答える。確かにそうかもしれない。伝統的な山菜料理に加えて現代流にアレンジされた料理も考案されていて、年々レシピの種類は豊富になっているからだ。筆者の所属する角川里の自然環境学校でも、今年も、山菜が豊富な季節、山菜料理講習会を開こうと企画している。

里山の恵みに囲まれて角川の春は過ぎていく。この時期は 1 年の中でもおばさんたちが最も生き生きしている時期の一つと言えるだろう（まあ、彼女らはいつも元気なのだが）。山に行く楽しみ、山菜料理を作る楽しみ、そして皆で集まって食する楽しみがある。筆者自身もここに住み込んで、そうした山菜郷土食をずいぶん食べさせてもらった。山菜本来の歯ごたえを生かした素朴で濃厚な味わいは、一度食べたら決して忘れられないものだ。つつい食べ過ぎてしまう。角川に来て 3 年、筆者は体重が 8 キロも増えてしまった。それにしても山菜料理を前にして話し込む彼女らを間近で見ていると、彼女らは本当に山の恵みに隣接して里山のパワーを引き出し活用して暮らしているのだということが実感される。

こうした暮らし方からは様々なことが学ぶことができる。手作りの自給自足的な暮らし、化学調味料にほとんど頼らずに出される伝統の濃厚な味わい、自然と人の共生・・・など、現代の大消費文化とは違った視点を投げかけているかのようだ。スーパーで食料品が見るも鮮やかに色とりどり豪華に包装され、値段が貼られて一列に並んでいるのを見て、「はて？」と以前とは異なる自分のまなざしに気がつくのである。