

~今月の花木~



チャ 茶

ツバキ科・常緑低木・中国西南部原産

日頃よく飲む緑茶の木の花である。3cm 程度の白い花が下向きに咲く。地味な花である。



出勤途中で拾った、様々なドングリ (クヌギ、コナラ、スダジイ)

ドングリの話



童謡「どんぐりころころ」でも馴染みの「ドングリ」は、秋の風物詩の一つに挙げられ、子供の頃(大人になっても)拾ったことのある方は多いと思います。拾って、眺めて、転がして、飽きたら拾ったことすら忘れてしまうこともあるドングリですが、調べてみるといろいろ見えてくることがあります。

ドングリ(団栗)とは...

上の写真のような木の実は「ドングリ」と通常呼んでいますが、定義を一言で言ってしまうと「ブナ科植物の木の総称」です。ドングリの仲間には日本には22種類ほどあり、東京近郊でよく見かけるものは、落葉樹ではクヌギ、コナラ、クリ、カシワ、常緑樹ではシラカシ、アラカシ、マテバシイ、スダジイ、ウバメガシなどがあります。漢字で表すとトングリは「団栗」となりますが、これは当て字で、ドングリの語源は諸説ありますが、この実をコマにして遊ぶことから、コマの古名「ツムグリ」が「ツムグリ」となり、「ドングリ」に転じたという説や、「団」は「まるい」という意味を持ち、丸い栗という意味と解釈する場合もありますが、はっきりしません。ブナとクリの実はまるくなく、コロコロと転がらないためか、ドングリの仲間では無いとする意見もあります。科が同じであり、特徴も似ているので、ドングリの仲間に入ると考えるほうが妥当な気がします。

ドングリに出会う

雑木林を散策してドングリ拾いをするのが王道のような気がしますが、近くに雑木林が無くとも、案外身近な公園や緑地、学校などにも沢山ドングリは落ちていたりすることがあります。

何故、雑木林が王道かといえば、ドングリの多くはクヌギやコナラが東京近郊の雑木林には多数あるためです。しかし、他の種類のドングリのなる木は少なく、スダジイやシラカシのドングリが欲しいと思っても、その雑木林にそれらが生えていなければ、拾うことは出来ません。

どの様なドングリが欲しいのかによって、ドングリ拾いをする場所も変わってきます。



雑木林に落ちたドングリ



雑木林

ドングリの背比べ

辞書によれば「どれもこれも平凡で、特にすぐれて目立つことのないたとえ」にされてしまったドングリたちですが、実際並べてよくみると、大きさや特徴に差があることが分かります。ただし、漠然と見ると、どれもこれも似たり寄ったりで、抜き出した奴がないともうけとれます。しかし、それぞれに個性があり、その違いが分かるときっとドングリ拾いが楽しくなり、ドングリから何の木か当てることも出来るようになります。



(コナラ)

(スダジイ)

(クヌギ)

実の下についているお皿のようなものは殻斗(かくと)とよばれ、ドングリの実を保護する役割がある。クリの場合、イガにあたる。

とある公園のスダジイ

スダジイが公園植栽で列植されていたため、ドングリがあるかな?と思い、木の下に行ってみると、沢山のスダジイの実が落ちていて、拾って食べてみることにしました。(裏紙面参照)

まだ木に付いているものも、ありました。



木の下を見ると



枝につく、ドングリ

(スダジイの葉の裏は金色ですよ!)

ドングリの利用

拾って集めているだけでも楽しいと思えることもありますが、ドングリは森に棲む動物たちの貴重な食料になるだけでなく、我々人間にとってもかつては貴重な食料源として利用されてきました。

稲作が日本に伝わる前の縄文時代には、ドングリは大切な主食の一つでした。各地の縄文時代の遺跡からは、ドングリを貯蔵した穴や、ドングリを粉にして作った食べ物が出てきています。

ドングリはスタジイなどの一部は生で食べられるものもありますが、たいはいはアクがあり、そのままでは食べられません。とりわけ、コナラやクヌギなどの落葉樹のドングリは湯で煮ないとアクが抜けません。カシ類のドングリも水にさらさなければなりません。

縄文時代の我々の祖先が、地下水の湧き出るところに穴を掘り、その中にドングリを水にさらしながら貯蔵していたと考えられます。アク抜き技術は縄文時代から受け継がれています。その後、飢饉や戦争時の食糧難のときによく食べられてきました。

現在では、そのまま食べるといよりは、ドングリクッキーやドングリコーヒ、ドングリ餅など、ドングリを使った食品にも利用されています。

ドングリはひと手間加えてあげれば、昔も今も、安全で栄養価の高い食品です。

食べるばかりでなく、玩具や工芸品としての利用もあり、ドングリで作った人形やコマ、ヤジロベ、また、装飾用のリースなどにも利用されています。

ドングリを食べてみました

クリは別格として、ドングリの中では美味しいといわれる「スタジイ」を食べてみることにしました。スタジイは生でも食べられるといわれていますが、なんとなく心配なので、火を通すことにしました。表紙面の「とある公園のスタジイ」などで拾ったスタジイのドングリを使い、フライパンで炒って食べてみました。

やり方やポイントは下の写真を参考にしてください。使用している道具類も下の写真に写っているものが全てです。どんな味かは食べた人の楽しみです。お好みで塩をかけます。自然のものなので、実によって当たりはずれは結構ありましたが、同時に試したマテバシイの実に比べると、スタジイのほうが味は良い気がいたしました。

Step①

実についている殻斗（かくと）は外し、目視で痛んでいるもの、穴のあいているもの（虫食い）は食べられないので、あらかじめ取り除きます。



Step②

水に沈め、浮いてきたものは、実に穴があいているので、取り除きます。底に安定して沈んでいるものを使い、水気をふき取ります。



Step③

フライパンで、油は引かず、殻のまま、2～3分、殻が割れる手前まで炒ります。炒り過ぎると堅くなり、味が落ちるようです。



Step④

皮をむいて、食べます。スタジイの皮は、加熱してあるものは簡単にむけます。マテバシイの場合は、堅くて手ではむけませんでした。



日本でみられるドングリの仲間

ドングリは「ブナ科植物の実の総称」と前に書きましたが、ドングリのなる木には、落葉樹と常緑樹があります。また、雌花が受粉して1年で実をつけるものと（1年成）、2年たってやっと実をつけるもの（2年成）と2種類あります。下の表に、まとめてみました。

ドングリの仲間			
1年成		2年成	
落葉樹	常緑樹	落葉樹	常緑樹
コナラ	シラカシ	クヌギ	スタジイ
クリ	アラカシ	アベマキ	マテバシイ
ナラガシワ	イチイガシ		ウバメガシ
ブナ			ウラジロガシ
イヌブナ			オキナウラジロガシ
カシワ			ハナガガシ
ミズナラ			アカガシ
			ツクバネガシ
			ツブラジイ
			シリブカガシ



クヌギ（落葉樹・2年成）



マテバシイ（常緑樹・2年成）



ウバメガシ（常緑樹・2年成）



コナラ（落葉樹・1年成）



スタジイ（常緑樹・2年成）



シラカシ（常緑樹・1年成）