

伊賀の自然

第15回

『アカヤマドリタケ』



キノコというと秋と思われがちですが、実は梅雨時にも生えます。特に長雨が続いた年にはマツタケも生えることがあります。このアカヤマドリタケは毎年この時期からよく見かけます。「きれいな色合いなので、毒キノコか？」と思われがちですが、イタリア料理に使われるポルチーニの仲間で、ドイツ、イギリスなどヨーロッパでは、特に喜ばれるキノコです。香りと味が良く、シチューに入れたりします。東北や信州ではよく食べられているのですが、伊賀では食べられることを知らない人が多いようです。カロリーが低く、食物繊維が胃の中で膨らんで、少量でも満腹感を得られるので、ダイエットには良いかも知れません。しかし、繊維分が多く、消化はあまり良くないので、食べ過ぎには注意して下さい。

※アカヤマドリタケと判断できない場合は、食べないようにしましょう。



鎧岳 向かって左端



鎧岳 曾爾村側から

伊賀の山並み 鎧岳

伊賀市の南にある2つの伊賀富士の西側を見ると、東側が切り立った山が見えます。鎧岳です。反対の曾爾村側からみると岩壁が鎧のように見えます。私は武士の鎧というより、古墳時代の鎧を連想するのですが、皆さんはいかがでしょう？

武田恵世

歯科医師、歯学博士 伊賀市上野桑町で開業。伊賀市環境保全市民会議 レッドデータブック作成委員会 委員長。環境省希少野生動植物種保存推進員。日本鳥学会、日本生態学会 会員他。著書に「風力発電の不都合な真実」(アットワークス刊)などがある。