



トチノキの葉

トチノキという植物

トチノキは、日本を原産とする水気を好む木で、落葉性で三〇メートル近くの高さになります。葉は、手のひらをいっばいに広げたような形で天狗の羽うちわのように広がり、花は、少し赤味のかかった白いものが三〇センチほどの円すい状に集まり、木全体にひろがります。



トチノキの花

《トチ》の名前の由来は定かではありませんが、『実』を表すアイヌ語であるともいわれています。トチという漢字は、十千、すなわち十の千倍＝万になることから、『栃』という文字になったといわれています。今では、『栃』と表記されています。

人に身近なトチノキ

トチノキは、昔から、さまざまな面で人々の暮らしにかかわってきました。葉は、煎じて飲むと下痢止めや咳を鎮める効果があるといわれ、花から採れるトチの蜜は、甘みが強く透明で、香りがよく、高価なものです。樹皮は、藍色の染色材料や革のなめしにも用いられてきました。

木材としては、漆器や工芸用、家具材として使われてきました。余呉町の尾羽梨では、明治のころまで、「木地師」と呼ばれる職人が、トチノキから素材を切り出し、お椀などの形に荒削りした「素地」を作っていたと伝えられています。



トチノキで作られたうすし塗りの椀



木から落ちた果実



森の恵み 「トチの実」の魅力

栃の木峠を源とする高時川。それは淀川の源でもあります。栃の木峠の名は、樹齢五百年にもなるトチノキの巨木をはじめ、トチノキが峠付近にたくさんあったことに由来しています。トチノキの種であるトチの実は、クリを丸くしたようなこげ茶色で、つやつやしていかにもおいしそうです。ところが、これがかなり難物なのです…。

伝統食「栃もち」

トチの実の食べ方について、余呉町菅並にある「妙理の里 栃餅製造販売所」の山形賢一さんにお話をうかがいました。

トチの実が食べられるようになるまでには、いくつもの手間をかけなければなりません。やり方はいろいろあるようですが、私のところではこうしています。

生の実は二〜三日流水にさらして虫を出し、実の表面にシワが寄るまで天日で干します。この状態であれば長期間の保存ができます。

干した実を加工するには、再び一週間ぐらい水にさらし、全体がふやけたところで皮をむきます。取り出した実

「妙理の里」では、お土産用としてつくっていますが、今のようになると、中には、ひと苦労があったと山形さんはいいます。

今は、もち米2と栃の実1の割合にしています。以前はもう少し栃の実を多く入れていましたが、栃の実を多くすると苦みが出てしまいます。お土産に買っていった人から、苦くて食べられないとおしかりをうけたこともありました。

この辺りでは、もち米より栃の実の量が多いものがつくられていました。今でもあの独特の味のものが食べたいという人もいますが、味覚の違いですね…。

「妙理の里」の栃もちは、あん入りとあんなしがあります。柔らかく焼いて、あん入りはそのまま、あんなしは、砂糖をつけるとおいしく食べられますよ…。



「妙理の里」の栃もち
余呉湖はごろも市(余呉湖観光館で週末に開催)などで販売しています。

トチの実の魅力

トチの実は、こげ茶色の肌がツヤツヤと輝やいて、クリと良く似ているため、拾いたくなってしまいう人も多いのではないのでしょうか。「妙理の里」では、干していたトチの実を盗まれたこともあるそうです。

秋も深まるなか、栃の木峠で一息をつき、ふと地面を目にしたとき、こぼれるトチの実を拾い上げる旅人も多かったことでしょう。

今では峠を越えていく人も少なくなっていますが、明治のはじめまでは、峠の茶屋で「栃もち」を求める人が殺到し、売上金の計算が使用人泣かせであったと伝えられています。

一筋縄では食べられないトチの実ですが、古くから食料とされてきたのは、見た目にも増して、一度味わったら忘れられない、人をひきつける魅力があるからなのでしょう。

かつて、高時川上流の地域は、ブナやトチノキの原生林で覆われていました。ここに住む人々は、森とともに暮らし、森の恵みを巧みに利用してきたのです。



栃の木峠のトチノキの巨木

お話をうかがった方
妙理の里 栃餅製造販売所
山形賢一さん
余呉町小谷 在住

トチノキの果実は、熟すと果皮が乾いて縦に裂け、種を飛ばします。この種が、「トチの実」です。古くから食物とされ、縄文時代の多くの遺跡からも出土しています。

高時川上流域の集落では、昭和のはじめごろまで、トチの実を勝手に採ることは許されませんでした。秋の彼岸の入りの日を「トチノクチ」と呼んで、この日までトチ拾いには行かなかったといわれています。多くのデンプンを含むトチの実は、村や集落の掟で守られた、大切な食料とされてきました。

古くから食べられてきたトチの実ですが、何種類かの強烈な苦味成分を含んでいて、そのままではもちろん、単にゆでたり焼いたりしただけでは、とても口に入られるものではありません。では、どのようにしてトチの実の強烈な苦みを克服したのでしょうか。

は、もう一度水にさらし、熱湯のなかにつけたあと、木の灰を湯で溶いたものの中に一昼夜いれておき、灰汁をとります。

こうして、ひと月ぐらいかかってやっと食材の《栃の実》ができます。うまく灰汁ぬきができると、白い実は茶色くなり、苦味もほとんどない独特の風味になります。

灰汁ぬきの方法については、古くからの言い伝えなどから教わりつつ、試行錯誤しました。昔のままのやり方だと、長い時間ゆでたりするため、栃の実が崩れて量が少なくなってしまうんです。

今では、栃の実は米より貴重ですから、栃の実ともち米を一緒に蒸してついたあと、食べやすい大きさに切って丸めると、茶色の「栃もち」になります…。

余呉町では、古くからそれぞれの家庭で、味や色、舌触りの異なる「栃もち」が受け継がれてきました。