

おいしいきのこ、毒きのこ？ - きのこ採り2年生の悩み -

大西 清二

きのこ採りを始めたばかりの2010年、富士山で大きなマツタケを見つけてすっかりキノコ中毒になってしまった。2011年もマツタケを探しに10回以上富士山へ通ったが、やはりそう甘いものではなく、期待のマツタケは1本も見つけることができないままシーズンを終えた。今年こそはと決意も新たに、キノコ発見の眼力を鍛えるべく日々精進、奮闘努力を続けている。

さて、マツタケは見つからなかったものの、そこはさすが 日本一の山 富士。一日歩いていれば何かしらの収穫はあるもので、春のアミガサタケに始まり、夏にはショウゲンジ、秋にはハナイグチやナラタケなど、食べられるキノコもそこそこ採れた。昨年食べた富士山のキノコは、アミガサタケ、サケツバタケ、キサマツモドキ、ショウゲンジ、アイシメジ、キシメジ、カワリハツ、ナラタケ、オニナラタケ、オオカシワギタケ、タマゴタケ、ヤマドリタケ、アカジコウ、ハナイグチ、アミハナイグチ、キノボリイグチ、オオキノボリイグチ、アオアシヤマイグチと、18種類に及んだ。

この中でなんといってももうまかったのはヤマドリタケとアカジコウで、ヤマドリタケは小さなものが2本だけだったが、気品ただよ、と言ってもよいような色と形で一目でそれと分かった。オリーブオイルで焼いて塩を振って食べたが、味も濃厚で歯触りも良い。アカジコウは結構大きなものが1本、見つけた時は「きたないイグチだな」と思い、雨が降っていたので写真も撮らずに持って帰り調べてみたら、どうもアカジコウらしい。写真を見てもらった先輩も「アカジコウでは...」という意見だったので、

これもオリーブオイルで焼いて食べた。これが予想外のおいしさで、次回からは注意して探したが、以後は一本も見つからなかった。

逆に、たくさん採れたがそれほどおいしいとは思えなかったのがショウゲンジとハナイグチ。ショウゲンジはたしかに癖がなく、どんな料理にも合いそうな気がするが何か物足りない。ハナイグチは、大きくなったものはちょっといやな臭いがしたので茹でてから食べたが、1袋70円ナメコのほうがおいしいかも... 調理法の研究が必要だ。

その他でおいしかったのが4～5合目の針葉樹林に生えていた黄色いキノコ2種。御殿場食品衛生協会の『改訂版 富士山のきのこたち』の写真と見比べると、どうやらキシメジとアイシメジらしい。ほかの図鑑を見ても、まず間違いないと思えたので、これもオリーブオイルで焼いて塩を振って食べた。

アイシメジは、味はまあまあだが、ちょうどタマゴタケのような感じで少しホコリ臭い。水にさらしておくとか、ピーナッツオイルで焼くとホコリ臭さが消えるなどという話も聞くので、今年はためしてみよう。

キシメジと思ったキノコは、苦い、ということなので恐る恐る口に入れたが、意外にもまったく苦くない。アミノ酸が多いのか、化学調味料をたっぷりかけたような濃厚な味で、よい出汁が出るのではと思われる。苦くないならキシメジではないかも、と知り合いに写真を送って見てもらったら「おそらく、シモコシだと思います。少し前までは、海岸沿いで発生する、となっていました、山中でもずいぶん確認さ

れていますのでおそらくそうだと思います。美味しいですね。フランスからも輸入されています。カナリスと言う名前です」という返事。してみると、これはシモコシか？そして「近縁の毒をもつ種が確認されている様子なので少し注意なさってください。私も富士山のキノコで痛い目にあったことがあります」と続く。何、毒？もう食っちゃったぞ..... さらに別の先輩からは「キシメジに似たきのこが結構沢山あるようです。中には臭い、辛い、危ない種も有るようで、私はキシメジには手が出せないでいます」という返事。えっ、そうなの？あの何でも知っている大先生も手を出さないでいるような危ないキノコなのか... 幸いその後も腹痛等中毒症状は現れずに済んだが、今年採ったらどうしよう？

まず、キシメジとシモコシの違いを調べてみた。色や柄の太さなどが違うようだがよく分からない。山に出て苦いのがキシメジ、海岸の松林に出て苦くないのがシモコシということだが、最近ではシモコシがいろいろな場所で見ついているようで、苦くなければシモコシか。

しかし『富士山のきのこたち』にはキシメジの苦味は水にさらすだけで消えるとある。食べる前に虫出しのために塩水につけていたので苦くなかったのかもしれない。この富士山の黄色いきのこがキシメジかシモコシか、今のところは判断がつかないが『富士山のきのこたち』にはシモコシは載っていないので、とりあえずキシメジとしておく。

さて、キシメジであるが『富士山のきのこたち』では「おいしい」に分類されている。ほかの図鑑を見ても食用とされているものが多い。しかし、最近改訂された『山溪カラー名鑑日本のきのこ』を立ち読みしてみると、しっかり「毒きのこ」に変更されている。ついでに隣にあった学研の『日本の毒きのこ』を見ると、当然ながら「毒きのこ」、それも罫線マークの次に危ない救急車マークだ。詳しく読んでみると、なんでも同種とされることもあるヨーロッパのキノコで中毒例が報告されているらしい。

さて、この富士山の黄色いきノコ、おいしいキノコか毒キノコか？ それとも、おいしい毒



代表的な毒キノコのベニテングタケ

キノコか？

ヨーロッパでの同種とされることもあるというキノコの中毒例を重視するか、同じ富士山で長年キノコを採って食べている人の経験を重視するのかといえば、普通感覚の人間なら迷うことはないだろう。それとも、地球の裏側の中毒例にまで注意しなければならぬほど、キノコは危ないものなのか。

過去に中毒例があれば毒キノコだというのも乱暴な話で、去年は牛肉による食中毒が盛んに報道されたし、フグ以外でも魚貝類による食中毒は多い。牡蠣を食べると必ずお腹が痛くなるという人も近くにいたが、牛や牡蠣が毒だとされたことはない。

信州では昔からベニテングタケを塩蔵して食べていたという。よく火を通せば1本なら大丈夫ともいう。発がん性があると聞くがタバコや放射能に比べれば屁のようなものだろう。代表的な毒キノコのベニテングタケでさえこうなのだから、キシメジくらいどうってことはないと思う。しかし、立派な図鑑に「毒」と明記してあるきのこを食べるのは気が重いのである。少なくともおいしさは減じるような気がするのだ。何を気弱な、気の小さいことだと笑われそうだが、もし何かあればそれこそ世間の笑い者だ。疑わしきは毒きのことする論理は分からないでもない。しかし、昨日今日きのこを始めたものが何を言うかと叱られそうだが、何でもかでも毒きのことして、きのこ採りの楽しみを奪ってしまうような昨今の風潮はいかがなものかと思うのである。