

## 野生きのこの採集と食

小倉 豊史

数年前から、野生きのこに興味を持ち、昨年度2013年市原市 市民の森の観察会から千葉菌に参加しました。「採る」「食べる」の観点で今年度を振り返ると、様々なキノコと出会い、食べてきました。

### 1. 2014年度 探って食べたキノコ達

今年度、千葉県内では、キクラゲ、ツチグリ、カノシタ、タマゴダケ、ハタケシメジ、ホコリタケなどに出会いました。

長野県へ行ったときには、オオツガタケ、ツバフウセンタケ、クリフウセンタケ、ニンギョウタケ、イグチ類、クリタケなどに出会っております。イグチ類とした中には、ハナイグチ、カラマツベニハナイグチ、キノボリイグチ、ヤマイグチなどです。



写真1 上: オオツガタケ  
下: クリフウセンタケ

### 2. ツチグリ

ツチグリは、10個とっても中が白く食べられるのは2個ほどで、味噌汁の具として食べました。外皮がプリッとした食感で、中の白い部分はこってりした感じでした。中が白いツチグリを割らないで見つけて食べてみたいので、今後の課題です。



写真2 ツチグリの内部の色

上左: 真っ黒 上右: 茶色い  
下左: 一部黒い 下右: 白い (可食)

### 3. ツバフウセンタケ

ツバフウセンタケは、地元の方から土臭いと言われましたが、一度煮こぼしてから食べれば、土臭さは半分以下となるとの話を信じ、一旦煮たものを味噌汁の具としました。

食べてみると若干土の香りというか腐葉土の香りがするものの、食べにくいというほどではなく、山の地元料理にありそうな風味でした。ツバフウセンタケは火を通すと真っ黒になるきのこでした。



写真3 上：ツバフウセンタケ  
下：ツバフウセンタケの味噌汁  
真ん中の黒いのがツバフウセンタケ

#### 4. クリフウセンタケ

クリフウセンタケは、ホイル焼きしてみるとあっさりした風味で、柄の部分も含め食感は悪くありませんでした。例えば、クリタケのように柄が細く繊維質なものは柄の部分の食感は硬く悪いものですが、クリフウセンタケは柄が少し太めで、歯触りも良くしゃきしゃきした食感でした。

#### 5. ニンギョウタケ

ニンギョウタケは、形状としてはマイタケに似た形で地面側が厚くなっており、この部分はマイタケ同様しゃきしゃきした食感でした。そのまま食材としても、食感、味ともに美味しいキノコでした。

今回多めに採れたため、全部を煮て冷凍保存したくても冷凍庫に入りきらないため、一部を乾燥し保存しました。

この乾燥したものを、利用すると非常にダシがでることがわかりました。味覚的にはスーパーで売っているポルチーニに似たダシで、引き換えに食感は失われボソボソとしたものとなりました。

食感の部分は市販の他のキノコを加えて補うことで美味しいクリームグラタンやクリームパスタを楽しむことができました。

#### 6. ホコリタケ

我が家では、味噌汁の具、天然の麩として使われ、他のキノコのように特別有りがたく食べるわけではないが、自分たちで採ったことを思い出すとほっこりするキノコです。最近、バターホイル焼きをしても美味しいことが判明しました。お酒のつまみにいいかもしれません。

#### 7. ウラベニホテイシメジ

房総半島では知られた野生の食用キノコですが、これまで一度も自分で採る機会が無かったため、同定会で他の方が採ってきたものを頂いて食してみました。

生食で確認すると、やはりほろ苦い味覚で、ホイルバター焼きにすると、苦味を感じるのが生の時より少し後からくるような感覚でした。バターとほろ苦さが合って悪くない味覚だと思いました。機会があれば、自力で採りたいです。

#### 8. キノコ採集の難しさ

山菜、例えばタラの芽ですが、タラの木は冬でもあるし、時期過ぎた夏でも、葉を広げている場所を特定できます。キノコはこうした山菜と異なり、キノコが出ている時期を外すと、そこに存在していた形跡がなくなってしまい、キノコ発生の場所の特定が難しいことが採集の難しさの要因の一つだと思われます。

また、キノコは種類の同定が難しい上、同じキノコなのに異なって見える場合があることも、難しさを感じさせます。

例えば、ムラサキシメジの幼菌は紫色が濃くはっきりしていますが、老菌になるとカサの部分はかなり色あせて紫に見えないくらいになる場合や、クリタケも針葉樹が多い林の色と広葉樹が多い林では色が異なるとい

う話も地元の方（長野県）から聞きました。

### 9. キノコに出会う確率を上げる

キノコを採る場所は、ネット情報や地元の方の話などでアタリを付けて、現地に行ってキノコが採れそうな場所を探します。

仮にこのようにして、キノコの採れる場所が特定したとしても、キノコが発生しているタイミングに行かなければ、キノコには出会えないのは周知の事実です。

キノコの発生は気象条件に依存している部分もあると思われるので、前にキノコに出会った時の、あるいは、他の人がそこで採れた日が分かれば、その場所の最寄の気象庁観測点の情報と、キノコの発生情報を合わせて蓄積することで多少確率を上げることができると考えられます。

表1は、8/31、9/6 清澄山へ行った頃の、気象庁 鴨川気象観測点の記録です。

8/31 に行ったときはキノコが沢山見つけましたが、9/6 にはキノコがほとんど見られませんでした。

8/31 の前、数日は平均気温が22℃程度で、最高気温も24℃程度でしたが、9/6 の前、数日は平均気温が24℃程度で最高気温は27℃程度まで上がっています。

降雨量は8/31 前は、毎日雨が降ったようですが、9/6 前では降雨に偏りがあったようです。

この情報からどちらかと言えば、降水量よりも、気温の影響がキノコの発生量に影響があったように思われます。

このように、キノコが発生する場所であっても、気象状況によって異なることから、事前に気象情報を知ること、キノコと出会う確率を上げることができると考えられます。

### 10. キノコの識別力を上げる

ツバフウセンタケの特徴について、地元の方（長野県）の意見は「柄の基部が膨らんでいて、柄中ほどに赤い輪が付いている」。

観察会で吹春先生の解説では、「フウセン

日	降水量(mm)			気温(℃)			日照時間(h)
	合計	最大		平均	最高	最低	
		1時間	10分間				
22	0	0	0	28.4	35.7	22.8	11.4
23	4	2.5	1	25.2	30.5	22.6	1.2
24	0	0	0	26.1	30	22.9	1
25	0	0	0	25.9	30.5	23.3	1.4
26	1.5	1.5	1.5	24.8	28.4	22.8	1.5
27	1	0.5	0.5	22.5	24.3	20.7	0
28	1.5	0.5	0.5	21.5	23.9	20.2	0
29	2.5	1.5	1	22.7	25.6	21.1	0
30	11.5	4	2	21.5	24.4	19.1	0
31	0	0	0	22.9	26.6	19.9	0.9
1	41.5	28.5	7.5	22.1	24.2	20.1	0
2	0	0	0	23.5	28.9	20.4	9.8
3	0	0	0	23.3	27.4	19.5	11.2
4	0	0	0	24.5	28.8	19.1	8.6
5	3	3	2	26.8	29.5	24.4	2.3
6	1.5	1	0.5	26.7	31	24	5.5
7	16	9	6.5	21.7	25.7	18.4	0

表1 千葉県清澄山観測点の気象情報

タケの仲間は、内被膜が蜘蛛の巣状であり、成長するとこの内被膜が柄に巻き付いて、ここに胞子が付いて、赤い輪になる」とのことでした。

この二つの情報から、内被膜が柄に巻き付く前のフウセンタケの幼菌は、柄に赤い輪が無い状態となっている可能性があり、その場合は別の判断基準で同定しなければならぬことがわかります。

別の例ですが、クリタケは株で発生していることが多いですが、カサが重なっている場合に、下のカサが黒く腐ったような状態に見えるものがあります。

これは、クリタケの胞子の色が黒であり、重なりあったカサの上から下のカサに胞子が落ちてきて、黒く傷んだように見えるだけのことでした。

キノコの判別は、断片的な特徴を覚えるより、こうしたキノコの生態を含めて理解する方が良いと個人的には思います。

### 11. 今後について

千葉県内での可食キノコの採集量を増やして、キノコ料理による食卓の賑わいをもたらしたいと思います。

そのために、新しいキノコ狩場の開拓、キノコの出会いの確率の向上、キノコ識別能力の向上を行うための努力をしていきたいと思っています。