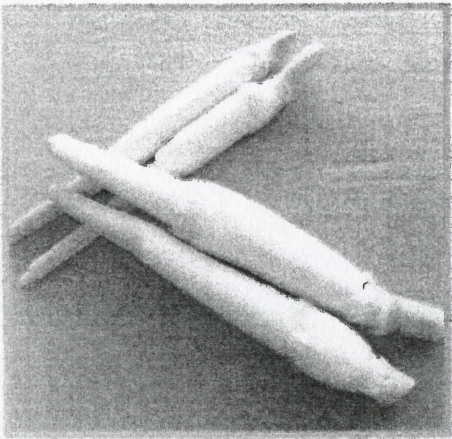


# まこもだけ通信



## 秋に楽しむ 『聖なる植物』

きのこ？ たけのこ？ いいえ、食感は筍、風味はとうもろこしのようなほんのりとした甘さが美味しい稲科の野菜です。

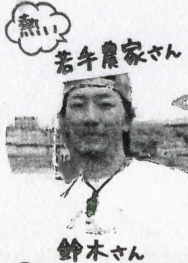
## どうやってなるの？

まこもはさながら巨大なイネといった様子で、草丈は2m前後にもなります。そこに黒穂菌(くろぼきん)が宿り、根元の部分の茎が肥大してきます。

その膨らんで太くなった茎の部分を「まこもだけ」と呼びます。

黒穂菌の胞子は成熟すると墨のように真っ黒で、かつてはまこもだけから採取した黒穂菌の胞子を「まこもずみ」と呼び、お歯黒や眉墨、漆器の顔料などに用いられてきた歴史もあります。日本では「古事記」や「万葉集」などにもその名前が出ているようで、その葉はしめ縄として葉を編んで作られた薦(こも)は多くの神社で神事に使われてきました。

まこもを育てることで水質浄化の効果があると言われることから渡り鳥の集まる干潟の維持のために栽培されることもあり『聖なる植物』と呼ばれています。



農業歴は7年半、新規参入で農業界に入る。美味しく安全な野菜のチカラをお届けするために、農業や化学肥料を極力使用しない栽培に取り組んでいます。三重県で主に作られている野菜ですが、愛知県を流れる猿渡川沿いでも遙か昔まこもが自生しており、時代の流れとともに姿を消しました。「生えていたなら土の質にあつてはず！」と思い、平成の世に蘇らせるべく栽培を開始しました。珍しい野菜なので、味で勝負して記憶に残してもらえよう心がけています！！ 僕も季節のお楽しみの一つの大好きな野菜なので、万葉の月夜を想いながら食卓で楽しんだけたら幸いです。

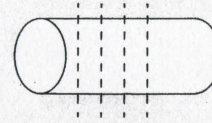
2mを越すまこも畑は迷路のよう(笑)。仲間と収穫してると突然出てきた人に驚かされます。中にはびっくりして転んでしまい、田んぼに尻もちっく人も！

出典：旬の食材百科 (foodslink.jp/syokuzaihyakka/)

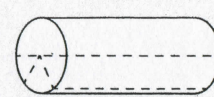
## 食べ方奥義

### 切り方編

シャキシャキ派



コリコリ派

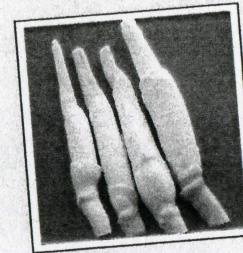


### むき方編

どこまで食べられるの？

外側の緑色の皮を、白い茎の部分が出てくるまでむきます。

※食べられる部分は  
個体差があります。



カビではありません！  
黒穂菌ですので、  
おいしく食べられます。



## ベーコンきのこと バター醤油炒め

子供も大好きな味です！  
チーズを乗せてオーブンでチーズ焼きもおすすめ  
パレットにのせても！



### 材料

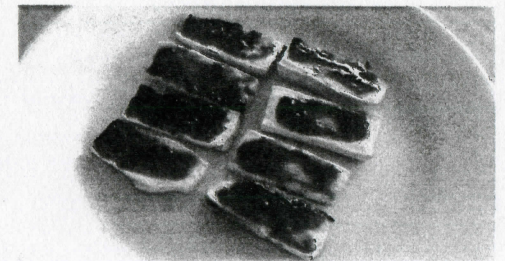
まこもだけ、ベーコン、季節のきのこ、お醤油、バター

### 作り方

- ① フライパンに油をしき、ベーコン、まこもだけ、きのこの順に入れて炒める。
- ② ある程度炒まったら、お醤油を鍋肌から加え、バターも適量加えてできあがり！

## 簡単トースター焼き ディップ

日本酒やワインにも  
ディップソースはお好みのもので！



### 材料

まこもだけ、醤油こうじ、マヨネーズ、オリーブオイル

### 作り方

- ① まこもだけを4~5cmにカット。さらに半割に。
- ② オイルを塗ってトースターで2~3分焼く。
- ③ 醤油こうじ：マヨネーズ=2:1を塗り、さらに1分ほど焼く。