

今週の見頃写真

皆大好き☆秋の恵み キノココレクション@有峰 その1

有峰森林文化村
令和3年(2021)9月26日編集
報告: 田中
編集: 田中

今年も待ちに待ったキノコの季節がやってまいりました！
毎年有峰にもたくさんのキノコが芽吹きます。今年見つけた一部をご紹介します。

栃木で大人気！「チチタケ」

8月22日、桐山森林管理歩道にて発見！カサや柄に傷をつけると、白く粘り気のある乳液が大量に出るチチタケ。手につくと中々ベタベタが取れません。間くところによると、栃木の定番郷土料理に使用されるとの大人気キノコ！美味しいうまみのあるダシが出るそうです。広葉樹林が好きで、地面から生えているのが特徴です。



健康食品としても栽培「ハナビラタケ」

8月22日、桐山森林管理歩道にて大きな幼菌のハナビラタケを皆で発見！カラマツやマツなど針葉樹の立ち木の根元、または切り株に発生しています。さっぱりとした風味で歯ごたえが良く、歯ごたえは茎ワカメに似ているとのこと。食物繊維の仲間「βグルカン」を多く含み、免疫力強化やコレステロール値上昇抑制などの効果がある良いことづくめのキノコですが、材に褐色ぐさを起こす木材腐朽菌でもありません。



叩けばホコリが出る「ホコリタケ」

9月4日、25日、冷夕谷キャンプ場と猪根平にて霜鳥・田中指導員が発見！林の中や草地、田畑など有機質の多い場所に群生します。幼菌は真っ白。成菌は黄褐色で、ポンポン叩くと、真ん中に空いている穴から胞子がパフパフ出て来る、面白いキノコです。幼菌のみ食べることが出来ます。ロシアでは一般的な食材で、スープに入れるとのこと。ハンペンやマッシュマロのような食感が好評らしいです。



『番外編』 ～お仕事終了後、ホコリタケを調理してみました♪～



① まず柄を取り除きます。そして球状の頭部の外皮は堅いので軽く湯通します。

② 皮をむき、きれいな白い部分だけを残します。

③ 再度火を通します。球状の内部が黄色になっているものは、味が落ちるので避けたほうが良いです。

日本中で愛されているキノコ「ナラタケ」

9月2日、冷夕谷遊歩道にて田中指導員が倒木にビッシリ生えるナラタケを発見！
各地の林で普通に見られ、枯れ木や倒木などに束生～群生します。発生時期が長く、収量も比較的多いので古くから良く利用されています。強力な木材腐朽菌で、時に広葉樹を枯らしてしまうほどの強病原性もあります。
汁物にするとぬめりが出て口当たりが良く、良いダシも出ますが、生食すると胃腸系の中毒を引き起こすので注意が必要とのことです。



今昔物語にも出演！万能食材「ヒラタケ」

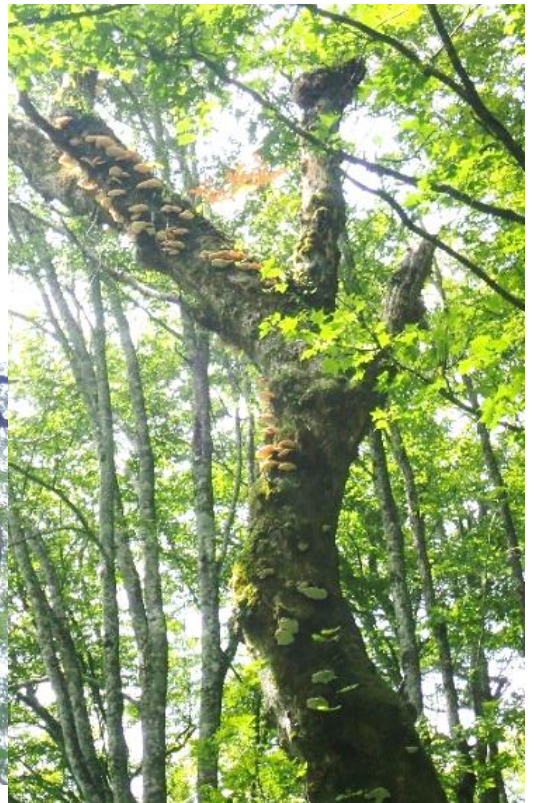
9月4日、西谷の調査の道端に森永指導員がヒラタケを発見！
森の中の枯れ木や倒木、また町中の街路樹や公園の切り株にも見られます。寒い時期に発生することから「寒茸(かんたけ)」との別名も。
世界中で栽培もされていますが、野生のキノコは歯ごたえがありうまみも濃厚で美味しいと評判◎ 日本で一番中毒件数の多いキノコ「ツキヨタケ」によく似ているので、注意が必要です。



中毒原因は日本一「ツキヨタケ」

9月4日、上記のヒラタケの同日に西谷の道端でツキヨタケを発見！
ブナやカエデ類の枯れ立ち木の樹幹に棚状に重なり多数重生します。見た目は色艶良く、ヒラタケやムキタケにそっくり！いかにも美味しそうですが、日本の中でもっとも中毒件数が多いキノコです。
誤って食べると、嘔吐、腹痛、下痢などという典型的な胃腸系の中毒を引き起こし、ときに死に至ることもあるそうです。
そんな恐ろしいキノコですが、夜には肉眼では分からないくらいの弱い光を放つ事でも有名で、ブナ林の晩夏のシーンのひとつになっています。

↑ 「ツキヨタケ」はどっち?? ↓



断面の基部に黒いシミがあるのが特徴。

写真はミズナラに群生するツキヨタケ

ブナにビッシリと群生していることが多い