



大和いも ● 奈良県天理市

奈良の伝統野菜として親しまれている大和いも。強い粘りが身上で、ヤマノイモ類において群を抜く。万葉集ゆかりのいにしえの道・山の辺の道に隣接する天理市西部は古くから大和いもの栽培がさかんだ。

大阪から天理方面に向かうと、そこかしこに古代遺跡があらわれ、歴史ロマンの世界を堪能することができる。街中を過ぎ、田園地帯に目をやると、コキア(ほうき草)を大きくしたような緑色の集合体が並ぶ不思議な畑に遭遇する。他所ではあまり見かけないが、これが夏場の大和いも畑である。大和いもはヤマノイモ科の「げんこつ型黒皮ツクネイモ」に分類され、里芋とは系統(サトイモ科)が違う。しかし煮たときの食感が近いので、里芋のあの大きな葉を連想してしまう。「ヤマノイモ類はハート型の小さい葉が特徴で、つる性のため、支柱を立てるとぐるぐる巻き付き、自然とこんもりした形に仕上がるんです」。そう答えてくれたのは天理市で農業を営む堤耕三さん(堤農園)だ。「このあたりは藤原京の西北にあたる場所で、山の辺の道に近いことから大陸との交流があった在所でした。大和いもの原産は中国雲南省ともいわれ、遠い昔、渡来人によって種芋が持ち込まれ、定着したのかもしれない。古くから漢方の地黄(じやう)が栽培された地域で、現在

ざします。土壌環境が芋の成長を大きく左右するため、土の養生期間はとても重要になります。翌年3月、種芋を1個50g程度に切り分け、断面を石灰で消毒などの準備をします。畝に穴の開いたマルチシートを敷き、桜の開花頃、用意しておいた芋を1個ずつ植えます。3万5千〜4万個の定植はすべて手作業のため大変ですが、大和いもは芽出しがよいので、その点は気が楽です。夏は芋の肥大期なので除草や水やりを気を配り、11月頃、霜が降りて全体が紅葉し、枯れてきたら芋を掘り取ります。すぐには出荷せず、えぐみやアクが抜けるよう、1か月間倉庫で熟成させます。これが長年、工夫を重ね、生み出した栽培法です。いろいろな作り方がありますが、僕はベストの方法だと思います」

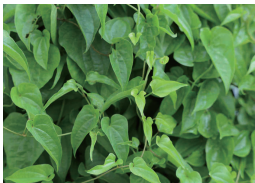
土作りから出荷まで13か月かかり、土の中で芋がどのように育っているか、掘ってみないとわからない。しかも1個の種芋に1個しか成長しないため、リスクは相当大きい。「なるべく凹凸が少なく、ずっしり重い芋を良品とし、ソフトボール大までは一般の方向き。1kgを超える大物は業務用として和菓子屋、蕎麦屋、和食屋などにお届けしています。実際、形の整った芋が半数を占めたら上等です。残り半分はいびつな形や自然薯のような細長い芋になってしまいます。日当たりや水、土の状態が少し異なるだけで生育が違ってくるのです。良い芋を掘り出せたときはとてもうれしく、大きなやりがいを感じますね。大和いもは連作障害が起きるので、収穫後の畑を



掘りこがしつづぐくらいの大和いもこの大きさは業務用に重宝される。「掘りたては土やヒゲ根がいつはいつは付いていますが、それらをきれいに取り除き、出荷します。大和いもは保存がきくので年中お届けが可能です」



大和万葉の里 堤農園
奈良県天理市武蔵町 509
TEL. 0743-67-0218



大和いもの畑がこちら。葉がいつぱい巻き付き、こんもりと大きく育っているものがよいという



吉野温泉元湯
奈良県吉野郡吉野町吉野山 902-1
TEL. 0746-32-3061



開湯は300年以上前。吉野・大峯山の修験者たちも多く利用していたが、戒律を乱す者が増えたことから湯宿が廃絶したいきさつがある。明治の頃、初代当主が宿を建て、吉野の隠し湯として人気に。温泉はリラックス効果が期待できる二酸化炭素冷鉱泉だ



会席料理より、手前は大和いもを使った蒸し物。器に出汁昆布を敷き、鯛の切り身を並べ、上から大和いもの摺り下ろしをかけ、蒸してあんかけにしたもの。上品な味付けで、むっちりした大和いもの歯ごたえがクセになる。その奥は飛鳥古代米のご飯と大和いものどろろ。体によさそうな滋味あふれるメニューだ。
(写真左) 薄味で煮つけた大和いもの天ぷら。ほっこり食感もまたいい



旅館の名物メニュー、鯉のあらじユレ。「山の冷たい水で育った鯉はまったく泥臭くなく、苦手だったお客さまにも好評。田舎のご馳走です」



大和いもは蕎麦類(じようよ)饅頭やおろし蕎麦などに使われます。こだわりをもつ店主さんからの注文が多いです(堤農園 さん)



お椀を逆さにしてもビクともしない粘り! 中が真っ白なもの大和いもの特徴だ[摺りたての大和いもは、ほんのり甘いので、味をつけなくてこのままでも十分おいしい。えぐみがまったくないのが自慢です]



堤農園5代目の堤耕三さん。「大和いもを作りたい農家さんはいませんが、難しい作物なので続かないのが現状です。作り手の輪を広げていきたいです」

は漢方の山薬(さんやく)(ツクネイモの根茎を乾燥させた生薬)としても大和いもが作られています」

山で自生している自然薯と同じぐらいの強い粘りをもつ大和いもは、山うなぎと呼ばれ、滋養強壮のスタミナ食材かつ薬として重宝されてきた。成分をひも解くとデンプン分解酵素や亜鉛、マグネシウムなどのミネラルが豊富。現代人に欠かせない食物繊維やポリフェノール成分も多い栄養満点のスーパ野菜なのである。ヤマノイモ類が生食できる利点はそのような栄養成分を加熱調理で失うことなく摂取できることだ。「ヤマノイモ独特のぬめりにそれら成分が多く含まれています。小売店で見かける長芋は90%が水分(固形分10%)のため、摺り下ろすと芋がすーっと流れますがうちで作る大和いもは摺り下ろして器を逆さにしても落ちてきません。芋の固形分が25%あるので、粘りがまったく違います。それが大和いもの値打ちなんです」(4代目・堤隆司さん)

大和いもは分厚い黒皮で覆われているため、丈夫で栽培しやすそうに見えるが、実は大変手間のかかる難しい作物という。堤農園における栽培方法を聞いた。「10月、稲刈りを済ませた田んぼで大和いもの土づくりをします。田んぼの粘土質を利用するため、芋が成長するとき、土を押しつける力が芋の粘りにつながるのです。しかし粘土質が過ぎると芋が成長しないので、適度な粘土質になるよう酵母菌などで発酵させ、土の中に酸素が通る団粒構造を

3〜4年空ける必要があります。米や他の野菜などと輪作していかないとダメ。もともと栽培効率の悪いところに異常気象が加わり、さらに大和いもが作りにくくなっています。近年、栽培面積が減少気味ですが、大和いもの希少価値を認めてくださるお客さんがおられる限り、作り続けていきたいと思っています」

大和いもをふんだんに使った料理自慢の温泉宿があるという。奈良県道37号線から近鉄吉野駅を通過し、途中の分かれ道、ささやきの小径に建つ吉野山の秘湯温泉「吉野温泉元湯」。調理を手がけるのは当主の小川一幸さんだ。

「できるだけ地元の名物を召し上がっていただきたいという理由で、昔から大和いもをいろいろなメニューに使っています。私たちにごく身近な食材ですが、大和いもをご存じないお客さまがときどきおられ、このおいしい芋は何ですか?と驚かれることがあります。これが伝統野菜の実力なのでしょう。大和いもは厚めに皮を剥き、ぬめりで滑らないよう、深いひげ根を取るので手間はかかりますけどね。芋本来の風味を楽しんでいただくよう、薄味の調理を心がけています。大和いもは贈答用にも使われる高級品のため、ご家庭で頻繁に召し上がることは少ないかもしれません。ハレの日、非日常の空間で滋味あふれる大和いも料理を楽しんでいただきたいですね」

古代人も虜になったかもしれない最強野菜の大和いも。驚異的な粘りと栄養を丸ごと味わってほしい。