

CONCIERGE

by Mochimaru shokuhin Co.,Ltd. 9/Sep/2013/vol.262

オキザリス オクサリス 「酢漿草」(カタバミ) Oxalis

オキザリス、オクサリス…といっても、
日本ではなかなか聞きなれない名前
ですが「カタバミ」というと、「ああ、あの…」

という返事が聞こえてきそうです。ハート形の葉が可愛らしく私たちも通常よく道端で目にします。トランプのクローバーを連想しますね。カタバミは、葉が緑だったり紫だったりその種類は非常に豊富でもありますが、食用にするものは限定されています。カタバミを「酢漿草」と書いてかたばみと読ませるように、葉全体が酸っぱく、シュウ酸を含むためにあまり多くを摂取することはできません。それでは、なぜ食用かというとヨーロッパでは山野草として、昔から根や葉が食用だったらしく、エスコフィエの本にも出てくる等、特にフランス料理等によく使われていたという歴史があります。それは今でも脈々と歴史を受け次ぐような、星のついている高級レストランなどでサラダやソースに加えたり、あしらったりという具合でしかその姿を見なくなりました。日本では、食用ということにはあまりされていませんが、その繁殖力の強さから古くから家が繁栄するという意味を込めて家紋とされていました。そして酸っぱい草として、収斂作用や利尿作用がある機能を用い、薬草として病気治療にも使われてきました。カタバミに含まれているシュウ酸はあまり摂取すると胃炎、リウマチ、痛風においては害のあるものとなるので、少々注意も必要です。しかし、料理に使われるポイントとしては、持ち前の酸っぱさを利用して、少量魚料理等にさわやかな風味付けとしてトッピングしたり、可愛らしいハートの形をほんの少しあしらって、しゃれた演出とするような使い方のようなようです。今回ご紹介するカタバミはもちろん食用に栽培されたものですが、あくまでも使用量は控えてお使いください。お料理に伝統あるヨーロッパのレストランのニュアンスを少し取り入れた演出には、まさにもってこいの希少な食材なのです。