

「たけのこ」

たけのこは、春に竹の地下茎から出る若い芽です。

芽が出てから10日くらいの、先が地面に出てくる寸前

のものを掘って食べます。掘りたての新鮮なものは、

生のままでも食べられますが、すぐにえぐみが出てしまうので、

ぬかを入れた水や米のとぎ汁でゆでて、あくをとってから料理します。たけのこは

おなかの調子を整える食物せんいや、たんぱく質、ビタミンB1、ビタミンB2など

を含みます。

ところで、「たけのこ」は、漢字で「竹の子」とか「筍」と書きます。

「竹の子」は、「竹の赤ちゃん」ということから、

「筍」は、「竹の若い芽が皮に包まれている」とか、

「のびが早く、地上に芽が出て一旬(10日)で竹になる」

ところから、「包み込む」、「一巡りする」、「10日」といった

意味の「旬」という字を使って、「筍」と書くそうです。一ヶ月を10日ずつに分け、

上旬、中旬、下旬といいますね。

「わかたけ汁」には、今がおいしい”たけのこ”と”わかめ”が入っています。旬の季節

が同じで、その組み合わせでいっそうおいしくなる食べ物を”出会いもの※”といいま

す。今日のたけのこは、奈良県産です。季節を感じていただきましょう。

(※冬の、ぶりどだいこんなど)

