

HATAGOレポート

井仙・食いしん坊3兄弟がゆく。～春の味覚編 みずみずしくも力強い山菜を求めて、いざ!

今日もやってきました、井仙3兄弟。「手抜きは大嫌い。どんな食材も持ってこい。おいしく仕上げるぜ」の長男、クワさんは料理人。次男ツカさんは「湯沢の山はオレの庭。庭のことなら何でも聞いてくれ」と胸を張って先頭に立つ。続くは三男アビさん。「お酒がおいしくなる食材探しながらどこへでも」と籠を持つ。雪解け後の5月、そんな井仙の3兄弟がそろって山へ出かけた。さあ、どんな山菜に出会えるか、湯沢の山でひと暴れだ。



やったぜ、山菜発見!

笑顔、笑顔で満足の3兄弟

春になると、通勤途中でもつい、山菜を探してしまう次男のツカさん。収穫時期を間違えるとまったく採れないこともあるので、日々のチェックは怠りません。さて、今日はどんな食材に出会えるか。円陣を組み、気合十分!採るぞ、食べるぞ!

というわけで出発、以前から気になっていたポイントへ到着し、早速、散策を開始した。周囲を眺めるクワさん、野生の勘か、素早いぞ、早速ウドを発見! 残念ながらあと4、5日早ければ、という大きさだったが、それでもまだ食べられるサイズ。ついでにゼンマイも見つけました。

「自然はたくましい! 美味しいものが、わんさかある」とご満悦。続いて酒の肴を探すアビさんもウドを発見した。「奥地まで入ったわけではないのに意外とあるもんですね。道路脇の崖や茂み、ちょっと見ではただの雑草にしか見えない川辺の野草たちも山菜だったり。もちろん案内人であるツカ兄の見立てたポイントがストライクだったのが最大の要因だけど、普段何気なく通っている道端に見つけると、湯沢の自然は豊かなんだと改めて思いましたよ」。3兄弟、思わぬ収穫に笑顔です。続いて山林に入ると、今度はコシアブラやシオデを発見。あっという間に籠も山菜で一杯です。山には木漏れ日が差し込み、澄んだ空気が気持ちいい～。これも山菜取りの醍醐味です。



▶ 魚沼を楽しむ

▶ HATAGOレポート

▶ 井仙のお部屋

露天風呂の間

うたた寝の間

書斎の間

囲炉裏の間

茶室の間

和室露天の間

湯治の間

奥座敷



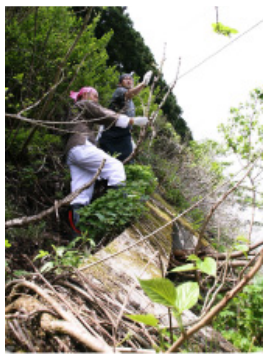
isen.co.jp

〒949-6101 新潟県南魚沼郡湯沢町
大字湯沢2455
TEL. 025-784-3361

おっと、気をつけろ。

山菜採りの落とし穴にハマったか!?

収穫も一段落して、早くも戻ることにした3人。すると途中、急な崖の上にタラの芽を発見。このオしたち、見過ごすわけじゃないじゃないですか。すかさず三男のアビさんが登り、クワさんが続く。次男は下から指示出し。なかなかの連携で続々とタラの芽をゲット。ところが、崖を下りる途中で三男のアビさん、思わずスリップ!「採ったぜ、で気が緩んだんでしょうか。山菜採りは収穫が目的じゃなく、美味しくいただくことが何より。山を下りるまで気を抜かないこと、時にはあきらめも肝心、と学びました。一杯やりながらおいしくいただけなければ、なんにもなりません」。山菜は平地だけではなく、時には急斜面を登らなくてはならない場合もあるから、事故や怪我には十分注意しよう。ルートや危険箇所をしっかりとチェックした上で、アビさんも言っているように、無理せずあきらめるコトも山菜採りの心得。皆さんも気をつけましょう。



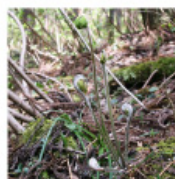
» [魚沼を歩く「山菜採りでやっちゃいました〜」を見る](#)

暴れん坊の3兄弟、

ちょっとまじめに自然を考えた

もうひとつ、山菜採りの心得をちょっと。山菜は必要な分だけ採る、というのがルールです。ウドは株の中心に立つ雄を1本残したり、コゴミは株を残したり。根こそぎ採ってしまうと、株が大きく育ちません。来年も、その次の年も、おいしく山菜をいただくために、最低限守りたいのが、「食べる分だけ」なのです。湯沢には豊かな自然が残されています。その自然が育む大切な資源を守るために、私たちでも簡単にできる第一歩、そう思っています。

そして採集したら、無駄にすることなくおいしくいただくのも大事。そのために井仙では調理人が腕をふるい、味を引き立てる酒と一緒に提供します。自然の恵みへのちょっとした心づかい、そして「楽しく採っておいしく食べる」ことが、私たち3兄弟のモットーです。



さて今日の収穫はいかに。

春の恵み、おすすめの食べ方とお酒の話

今日はまずまずの収穫。ウド・コシアブラ・タラの芽・シオデ・イラクサ・ゼンマイ。これだけあれば十分。山菜の調理は長男クワさんにおまかせ。「コシアブラはアクやクセも少ないので、さっと湯がいてサラダに。山ウドはアクが強いので、裏ごしした豆腐と和えてがんも風。タラの芽は天麩羅にして藻塩をつければ最高だぜ。シオデやイラクサはおひたしがおすすめ」とクワさん。と、ここでアビさん登場、山菜におすすめの酒を紹介してくれた。「旬の山菜は、何ととっても季節を感じさせる香りや食感が楽しいですね。遅い雪国の春を祝うかのようなみずみずしさや力強さは、季節感のあるお酒と一緒に。ちょうど酒造りも終わり一息ついたこの頃、しぼりたてなどの生原酒、うすにごりなどのお酒が程よく仕上がっています。当館の『旅籠酒』をはじめ本日のオススメ地酒のラインナップにもこのようなお酒が並びます。春の恵み、自然の恩恵をおもいっきり楽しみましょう!」



湯沢の自然が、おいしく やわらかく、山菜を育てる

最後に、ちょいとお耳拝借。なぜ湯沢の山菜がおいしいのか、わたくしづかがお教えしましょう。湯沢の山々は冬の間、雪で覆われ、地面は一定の温度で保温・保湿されます。このため、土の中にある根も、急激な温度変化で傷むことがありません。春になると、雪解け水は伏流水となって山々を潤し、山菜の成長を後押しします。山のいろいろな営みが働きあって、雪国の山菜はアクが少なく、やわらかくなるのです。どうですか？ 胃袋が鳴ってきましたよね。それはとても正しい反応です。

旬の山菜は、採れたてが一番おいしいものですが、ゼンマイやワラビなどは、乾燥させたり、塩漬けにすることで旨味が凝縮され、1年中おいしく食べることができます。これも昔からの知恵です。むらんごっつおでは、春は旬の山菜をあしらった魚沼サーモンと山菜のサラダ。ランチでは、塩漬けのワラビ等を越後お発ち飯「村まんま定食」で提供しています。そうそう、「んまや」ではふき味噌も販売しています。雪国の山菜を、ぜひご賞味ください。



[安孫子のおすすめ地酒のページを見る](#)

[ランチメニューのページを見る](#)

[んまやネットショップのページを見る](#)

山菜採りに行く前に

山菜採りは非常に危険が伴います。入山の際は案内人の指示のもと安全に楽しく採集しましょう。採集禁止箇所や国立公園、私有地等がありますので、知識のある人との同行をおすすめします。

▶ 井仙を楽しむ ▶ お部屋 ▶ お食事 ▶ おすそわけ ▶ 料金・ご予約 ▶ よくあるご質問 ▶ アクセス・お問合せ
