

1. ひょう干しの作り方

村山地方

準備

- 天気のよい日を選ぶ。
- 一日中、日の当たる場所を選ぶ。
- 干すものとして、トタンやすだれを用意する。

作り方

つんできたひょうを水洗いする。

沸騰した、たっぷりのお湯にひょうを入れ、サッと茹でる。

茹でたひょうを手早く水に浸し、ざるに上げ水分を切る。

すだれやトタンに薄く広げて干し、一日で乾く様にする。翌日、再度トタンに干し完全に乾燥させ、日中の暑い内に取り入れる。

乾燥したら、紙袋に入れ湿らない様に保存する。

ポイント

- 茹でてすぐ水に浸すと、色が赤くきれいに仕上がる。
- 干す時は、あらかじめトタンやすだれを太陽に当てておき、熱くしたものに薄く広げて干すと良い。又、屋根のトタンに干しても良い。
- 若いひょうほど酸味が少なく、大きくなるにしたがい酸味が強くなるので、6月下旬～7月位までの時期に採取する。(つぼみの出始めたものはダメ)
- 6月～7月は入梅の時期で、雨が降りやすいので、ビニールハウス内で干すのも一方法である。
- 有機物(堆肥)のたくさん入った畑などに生えているものが柔らかくおいしい。

いわれ

“ひょう”は和名を「すべりひゆ」と言い、昔から野草の中でも身近なものとして利用されてきた。

真夏につんだひょうを茹で、乾燥し、蓄えておく、暮らしの知恵を身に付けてきた。

無病息災を祈願し、家内安全の願いをこめ、また立春に拍子がよいようにとか、ひょっとすると良い事があるようになど、種々の縁起をかつぎ、正月料理には欠かせないものとして食べられ、伝えられてきた。

メモ

畑にはえるひょうには、「すべりひゆ」と「いぬびゆ」が見られるが、通称すべりひゆを「おなごひょう」、いぬびゆの事を「おとこひょう」と、言っている。食用には「すべりひゆ」を用いる。

「ひょう」は、夏の畑地雑草の代表的なもので、畑地、樹園地、公園、庭などいたる所にはえる。

(山辺町 みなづき会)

佐藤 良子