

②⑥ 身近の自然を楽しむ 梅雨前の食用になる果実

Enjoy the surrounding nature: Edible fruits before the rainy season

6/10/2023

吉野輝雄

梅雨に近づく自然には豊かな木の実が熟し、その多くが私たちの口を楽しませてくれる。味覚の初夏と名付けても良いのではないか？

まず、梅雨の名の由来となっている**梅の実**、その兄弟と言える**杏の実**、そして**ジューンベリー**。それぞれ果汁（ジュース）ジャムとして愛好されている（*1）*1: **梅ジュースと梅ジャムの作り方（図解）** [PlumJuice](#)



さらに、**ブラックベリー**、**ビワ（枇杷）**、**キンカン（金柑）**もこの季節の実とを撮ったのはそれ以前であった。そのためか、**ブラックベリー**は完熟前の実が花とが同じ枝に共存していた。**金柑**は、収穫期が5月下旬までだが、入梅直前に最後の実を近隣の農家から頂けた。実は、金柑を輪切りにしてサラダドレッシングに加えると、サラダの味を引き立てるので、我が家では欠かせない果実となっている。

大島桜（山桜）の実とタワラグミは、子どもの頃、道路や庭先になっているのを見ると、摘まんで口にしていた懐かしい実だ。だ。どちらも薄甘味なので、数粒口にして皮と種を吹き飛ばして遊んだ。6月初め、芦花公園の大島桜（次郎桜）に数羽のムクドリが枝に集まっているのを見かけた。近づくときサクランボを食した跡が確認できた。

最下段の4つの木の実は食べても大丈夫（無毒）か？（知ってますか？）

桑の実、**イヌビワ（犬枇杷）**、**ヒイラギナンテン（柎南天）**の実、そして、1月に薄黄色の甘い香りの花を咲かせる**ロウバイ（蠟梅）**の実。

（**桑の実**は可食。ジャムにできる。）（**イヌビワ**は、熟すとイチジクのような味となり食べられる）。（**柎南天**は無毒。海外では、ポリッジ(オートミールを牛乳で粥状に煮たもの)に入れて食べる<*2>）（**ロウバイ(蠟梅)**の実には強い毒性がある。梅ではない。花の甘い香りと可愛い実で惑わされぬよう）。