

岩美町特産品かわら版 (第四号)

僕が野菜界のニューアイドル

「まこもっちゃん」

「まこもっちゃん」



イメージキャラクター
「まこもっちゃん」

ただ今、岩美町の様々な特産品を知っていただこうと
岩美町特産品かわら版を展示しております。

第一弾は、岩美町が平成十五年度より特産品として取り
組んでいる「マコモタケ」についてご紹介しています。
(同時に前の樽の中でマコモタケの試験栽培を行なってい
ますので、合わせてご覧下さい。)

さて、第4回目の今回は、気になるマコモタケの
栄養価、葉の効能についてお話しします。

マコモタケの味はほのかに甘い程度ですが、食物
繊維やたんぱく質、ビタミン、ミネラル、カリウム
を含む低カロリーな健康食材です。食物繊維は便秘
に、カリウムは血圧低下などに効果があります。

そして、店ではあまりお目にかかることが無い
「マコモタケの葉(以後マコモ)」ですが、実は葉
にもすばらしい効能が隠されています。

マコモは古くから神聖な植物として神事などに利
用され、出雲大社などでは、しめ縄の材料として利
用されています。

また、一説によるとその昔、お釈迦様がマコモの
葉を編んでムシロを作り、その上で病人を治療した
という話が残っております。

このようにマコモの優れた浄化作用を利用し現在
でも、マコモ風呂や医薬品、土壌改良などにも使わ
れており、活躍の場を広げています。

★次回は奥様方必見！ヘルシーで美味しいマコモタケ料
理についてご紹介します。

