**飛騨の米作りと朴葉**

**朴葉寿司**

**◎飛騨の郷土料理「朴葉寿司」について**

　　　飛騨では主に下呂市、高山市において、旧暦の端午の節句に昔から

作られてきたといわれています。朴の木の新葉で魚や山菜などを具材と

したちらし寿司を包んだものです。新緑のころ、田植えなどの農作業の合

間に食べていました。朴葉で包んでいるため、持ち歩きが容易で、食事の際にも手が汚れにくく、酢飯

や朴葉の殺菌効果によって腐りにくいことが特徴です。

**◎朴葉寿司の材料**

朴葉寿司は地域や家庭によって作り方や具が異なります。酢漬けにした「ます」と、その季節に合った

具で作られます。

　　　　春：田植えのころ、わらびやタケノコ、ふきなどの春の山菜や、しいたけを具材に

した寿司飯の上に、山椒の葉をのせて包みます。

　　　　秋：稲刈りのころには、みょうが、しょうが、しいたけ、山椒の実

など秋の食材を使用します。

　**朴葉もち**

　　　　　飛騨地域では、お盆のころ、仏さまへのお供え物として、各家庭で

餅をつき、青い朴の葉に包みます。初夏から秋にかけては気温も上

がり、餅にカビが生えやすくなります。殺菌効果のある朴葉で包むこ

とで、カビの発生を抑えます。

　食べる時には、朴葉で包んだままじっくりと

焼きます。餅に朴葉の香り、さわやかで、香ばし

い香りがします。

**飛騨の食文化には欠かせないわき役「朴葉」**

　　　飛騨の家庭では庭や畑などに朴の木が多くみられます。

「朴葉寿司」や「朴葉もち」に使う青々とした若葉から、「朴

葉みそ」に使う落葉した茶色い葉まで飛騨では随所に使わ

れ、切っても切れない食材の一つとなっています。