



## 10月15日はきのこの日



10月15日は、日本特用林産振興会が制定した『きのこの日』です。いまの時期スーパーに行くと、秋の味覚の代名詞松茸をはじめ、きのこの存在感がググッと増えていますよね。また行楽シーズンなので、きのこ狩りに出かける方も多いのではないのでしょうか。秋の味覚の王者である「松茸」は、日本人が最も珍重し日本を代表するきのこですね。なぜに“まつたけ”はこんなに我々を魅了するのでしょうか？今回は松茸やきのこについていろいろ調べてみました。

### 毒キノコ=毒々しい色はウソ!



時々、新聞やテレビで報道されることもある、きのこによる食中毒のニュース。厚生労働省が発表している「毒きのこによる食中毒の発生状況」を見ると、毎年10月が発生のピークとなっています。増えてしまう理由のひとつには、行楽できのこ狩りに出かけて、食べられるきのこを毒きのこを見誤って収穫し、食べてしまうことがあるようです。みなさんがなんとなく持っている“毒きのこの知識”に、結構迷信が多いからなんです。

#### ×毒きのこは“鮮やかな毒々しい色”をしている!

赤や黄色、紫色などいかにも危険な色をした毒きのこは案外は少なく、むしろ地味な色のもののほうが多いそうです。食中毒事件の発生数が一番多い「ツキヨタケ」という毒きのこは、椎茸やヒラタケと見た目がかなり似ているので、素人が見分けるのはなかなか難しいでしょう。

#### ×“柄が縦に裂けるきのこ”は食用になる!

舞茸、エリンギ、しめじなど、手で簡単に“縦に裂ける”食用きのこが多いことから生まれた迷信。これは多くの毒きのこにも当てはまるので、判別の基準にはなりません。

#### ×“虫食いのあるきのこ”は食べられる!

「昆虫は本能的に毒を嗅ぎ分ける習性があるから、昆虫が食べたきのこは安全」という誤った認識から信じている方も多いようですが、人間と昆虫との毒に対する反応は同じではないので、必ずしも安全とは言えません。

#### ×“ナスと一緒に料理する”と毒消しになる!

なぜこのような話が広まったかは不明ですが、これもまったく根拠のない迷信です。

(情報の出典：日本特用林産振興会)

ご自分の知識は正しかったですか？きのこ狩りをするときには自己判断せず、専門家などに確認して収穫しましょう。

### マツタケを食べるのは日本人だけ



高級食材として日本人に愛されているマツタケ（松茸）。一本で数万円することもあり、なかなか手の届かない食材で我々庶民にとっては贅沢の極み。そんな日本人に愛されているマツタケですが、なんと海外ではかなり不評なんだとか。「なんでこんなものを食べたがるんだ」と言わんばかりに嫌われています。外国人がマツタケを嫌う理由、それはニオイ。日本人からするとマツタケのいい香りは食をそそりますが、外国人からするとマツタケはだいぶひどいニオイに感じるようです。

- ずっと靴を履き続けてむれた足のニオイ
- 風呂に入っていない人のニオイ

などなど、とんでもないニオイを連想してしまうようです。納豆が苦手、刺身が苦手というのは理解できなくありませんが、まさかマツタケのニオイがダメだとは、文化の違いというのはおもしろいものですね。

### きのこ=マッシュルーム?

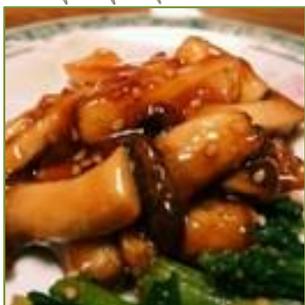
日本で呼ばれているマッシュルームは、キノコの総称のことで和名は「ツクリタケ」と呼ばれています。ちなみにフランス語では「シャンピニオン」、シェフなど料理人の間では「シャンピ」と言う愛称で呼ばれているようです。

マッシュルームはビタミンB1・B2等、ビタミン群を多く含み、その他タンパク質、うまみ成分のグルタミン酸や必須アミノ酸が多いため、生でもおいしく食べられるほど、消化の良いキノコです。キノコの中では唯一、生で食べられるそうです。

キノコには栄養価があり健康や美容に良いので、色んな料理に使いましょう。でも、消化はあまり良くないので気を付けて!



## かんたんレシピ



### ❖材料❖ (3人分)

エリンギ	2パック
片栗粉	大さじ1
サラダ油	大さじ2
◎しょうがすりおろし	1片分
◎酒	大さじ1
◎砂糖	小さじ2
◎しょうゆ	大さじ1.5
◎みりん	大さじ1

## エリンギの生姜焼き

- ①エリンギを好みの大きさに切り、片栗粉をまぶします。
- ②フライパンにサラダ油をしいて熱し、①を入れてこんがり焼きます。
- ③◎を入れ、照りが出るまでフライパンを揺すりながらタレを絡めます。お皿に盛りつけて白ごまをまぶして完成です。



# 施工写真集

9月10月

外壁塗装工事完成しました。クリア仕上げできれいです。



屋上防水工事の現場調査。外壁も含め全面的にやり替えることになりました。



介護保険を利用して玄関、勝手口に手すりを設置完了。これでお母さんも安心です。

## 売り土地情報

福知山市堀小谷ヶ丘に売地あります。

土地を売りたい。探している方はありませんか？  
ぜひご連絡下さい。



## 四字熟語パズル

四字熟語が4つバラバラになっているので、正しい四字熟語を4つ作ってください。

大	小	気	合
快	意	乱	清
気	投	天	損
利	高	刀	麻

- ①
- ②
- ③
- ④

抽選で粗品  
プレゼント!!

### 先月号のこたえ

- ① 一攫千金
- ② 天地神明
- ③ 百戦錬磨
- ④ 千秋万歳(せんしゅうばんざい) ↓

歳月の長いこと。  
人の長寿を祝う言葉。

### 四字熟語パズル応募方法

①名前 ②住所 ③電話番号④「かとけん通信」の中で興味があった記事、ご意見、ご感想など。⑤四字熟語を4つ①～⑤をご記入の上 FAXかメールにてご応募下さい。  
FAX 22-2133 ☒ hirose@kato-const.jp ハガキやお電話でもOKです!

## 社長よりひとこと

みなさんこんにちは。雨続きだった今年の秋、やっといい天気になってきました。でも気温が下がり朝夕寒いくらいです。こういう爽やかな気候は行楽にはちょうどいいですね。私は休みが不定期でなかなか出かけられませんが、出来るだけ時間を作ってこれから深まる秋を楽しみたいと思います。飽き性で根気のない私ですがラジオ体操や軽い運動はしています。でも季節は食欲の秋そのくらいでは体重オーバー確定なのでもっと身体を動かさようがんばるつもりです。これからしばらくは寒暖の差が大きい日が続きますので体調を崩されませぬようご留意ください。 加藤 淳



都市ガスリフォーム  
専門店

# か とけんホーム

〒620-0042 福知山市北本町二区30-1 加藤建設(株)



0120-24-1900

ホームページ

か とけんホーム

検索

社長ブログ

かも社長

検索

