

お米のはなし

お米や稲に関するちょっとした情報・豆知識を専門家が綴る「お米のはなし」の第15弾をお届けします。

(シリーズ担当：R. I.)

15. Wild Rice は「イネ」ではない

「イネの野生種」のつもりで”Wild Rice”と英語表記すると、イネ属 *Oryza* ではなく、マコモ属 *Zizania* を指すことがあるので、注意する必要があります。イネ科 (Gramineae) イネ亜科 (Oryzoideae) には、イネ属をはじめマコモ属やサヤヌカグサ属など12属が含まれます。

イネ野生種の専門家、Dr. Duncan A. Vaughan によれば、「イネの野生種」を意味する英語としては、”Wild Relatives of Rice” (イネの近縁野生種) とするのが適切とのこと。

イネ属には、栽培種の *Oryza. sativa* と *O. glaberrima* の2種に加え、イネ近縁野生種20種



写真 15-1 販売されている Wild Rice

(出典) https://www.tirakita.com/food/fd_mexico_13.shtml#&gid=1&pid=1

が所属します。このイネ属については、次回以降お話することにして、ここでは、”Wild Rice”、つまりマコモ属について説明します。

マコモ属 *Zizania* には次の4種が所属し、その内の3種が北米に、1種がアジアに分布しています。

- ① *Z. palustris* (Northern wild rice) : 1年生草本。オンタリオ湖北部、アルバータ、サスカチエワン、マニトバ (カナダ) とミネソタ、ウイスコンシン、ミシガン、アイダホ (合衆国) に分布。
- ② *Z. aquatica* (Wild rice) : 1年生草本。セントローレンス川、フロリダ、大西洋やメキシコ湾沿岸地方に分布。
- ③ *Z. texana* (Texas wild rice) : 多年生草本。テキサス州中央部のごく限られた地域に分布。絶滅危惧種。
- ④ *Z. latifolia* (Manchuria wild rice) : 多年生草本。東・東南アジアに分布。日本のマコモもこの種。

一年生の①*Z. palustris* と②*Z. aquatic* は、その子実を食用とする Wild Rice と呼ばれ、古くからアメリカインディアンの貴重な食糧でした。

これらは、湖沼や川の水辺で水深 1m までの浅い場所に生息しています。夏の終わり頃、稈の先から長さ約 50 cm の穂を出し、穂の上半分の枝梗には雌花を、下半分の枝梗には雄花を付けます。雌花の方が先に開花するので、容易に他家受精します。穎果（すなわち子実）は、長さ 1.5~2 cm、幅



図 15-1 アメリカインディアンによる Wild Rice の収穫
https://en.wikipedia.org/wiki/Wild_rice#/media/File:Wild_rice_harvesting_19th_century.jpg から引用

1.5 mm の細長い円筒形で、熟すと脱粒しやすくなり、自生地ではかつてアメリカインディアンがカヌーに乗って、子実を手や棒で払い落として採集しました（写真）。手摘みされた実は、乾燥、脱穀、焙煎され、冬の食料として蓄えられたのです。

このように、Wild Rice は、かつてはアメリカインディアンの祭りや儀式には必ず供される大変神聖な食材でした。現在も、Wild Rice は自然食品として需要があり、収穫こそ機械を使いますが、米のように炊いて食用とします。

（www.myfood.jp/usfood_dic/grain/wild_rice.html から引用）



写真 15-2 マコモ

（出典）https://ja.wikipedia.org/wiki/%E3%83%9E%E3%82%B3%E3%83%A2#/media/File:Water_bamboo.JPG

一方、多年生のマコモ (*Zizania latifolia*) は、別名ハナガツミとも言い、東アジアや東南アジアに分布し、日本では全国の沼や河川、湖など水辺に群生しています（左の写真）。人の丈くらいに生長し、夏から秋に花をつけ、雌花は黄緑色、雄花は紫色になります。マコモからも子実は収穫できますが、日本や中国では子実より茎の中にできた新芽を主に食用とします。

緑色の葉鞘を何枚か剥ぎとっていくと、中から真っ白な可食部分が現れます。これがマコモダケ（下の写真）です。タケノコを柔らかくしたような食感と、ほのかな甘味、ヤングコーンのような香りがしますが、くせがなく、さっと茹でるか、炒めものにして食べます。また、新鮮なものは生でもおいしく食べられます。



写真 15-3 マコモダケ

(出典) https://ja.wikipedia.org/wiki/%E3%83%9E%E3%82%B3%E3%83%A2#/media/File:Wild_rice_stems.jpg

マコモダケは、黒穂菌（くろぼきん）の一種に寄生されて肥大した新芽であり、秋に新芽の根元が十分に

<https://ja.wikipedia.org/wiki/マコモ肥大したらすぐに収穫します。> 収穫が遅れると、組織 #/media/File:Wild_rice_stems.jpg 内に真っ黒な孢子が斑点状に混じり、食感・食味も落ちて、商品価値は失われます。

古く万葉集にも、マコモに関する和歌がいくつか見られます。

とみなへし 佐紀沢（さきさば）に生ふる 花かつみ かつても知らぬ 恋もするかも
巻 4-675 中臣女郎（なかとみのいらつめ）

真菰刈る 大野川原の 水隠りに 恋ひ来し妹が 紐解く我れは
巻 11-2703 よみ人しらず

今回は、イネの近縁野生種（その 1. *Oryza* 属全体について）と題してお話します。お楽しみに。

発行：(公社)国際農林業協働協会(JAICAF)
〒107-0052 東京都港区赤坂 8 丁目 10-39 赤坂 KSA ビル 3 階

JAICAF ジェイカフ