

ラワンぶき

ラワンぶき(日本の巨大な蕨)は登録された北海道産の植物で、足寄町でのみ見られます。この幅の広い緑色の葉を持つ植物は螺湾川の流域に生育しています。6 月頃に成長のピークを迎え、印象的なその高さは3、4メートルにもなります。最大まで成長したラワンぶきの下に立つと、十分に成長した大人でも比較すると小さく見えてしまいます。

ラワンぶきを研究する植物学者にも、なぜこの品種のフキがここまで成長するのかは、はっきりと解明できておらず、足寄町が盆地に位置することや、オンネトーから流れ込む螺湾川のミネラルによる現象ではないかと考えています。

ラワンぶきは食物繊維や健康的なミネラルが豊富な食用の植物で、何世紀にも渡って郷土料理の重要な食材です。茎の部分は茹でたり漬物にして食したり、カレーなど色々な料理に入れられます。葉は挽いて粉にして、お茶や飴の他、加工食品に使用されたり、料理を包むために使われます。足寄地域のレストランやホテルでは、旬になるとラワンぶきが食べられます。

6 月下旬になると付近一帯から人々が、指定されたラワンぶきの畑に集まり収穫をします。参加者は料理や漬物用に、束を自宅に持ち帰ります。肉詰めや、中華風のサラダ、ミネストローネなどにも使われます。

シーズン外に訪れるは道の駅あしよろ銀河ホール 21 に立ち寄れば、茹でたラワンぶきを一年を通して、試食、購入することができます。