**美山薬草茶**

美山の谷や森にはさまざまな野生のハーブや草花が生育している。この地域の人々は代々これらの植物を採集し、飲食に利用してきた。その伝統を受け継ぐのは地元の人たちがブレンドして淹れた「美山薬草茶」であり、美山民俗資料館で訪れた人にお出ししている。

利尿作用のあるスギナ、消化を助けるとされる柿の葉、ミネラルが豊富で肝臓を養うとされる桑の葉などが伝統的に使用されている。美山薬草茶はスギナと柿の葉に、茶葉、オオバコ、クマササ、ヨモギ、そして白い花を咲かせ、すぐに広がるので庭師には厄介者扱いされているが、古くから治癒効果があるとされ、愛飲されてきたハーブであるドクダミを混ぜ合わせたものである。

お茶を作るには薬草を天日で乾燥させ、砕いて鉄鍋で炒り、お湯か水で浸す。かやぶきの里の入り口付近の土産物店や美山民俗資料館では、乾燥・焙煎した薬草茶葉の袋を購入することができる。