

折々の薬草

コブシ（生薬名 辛夷しんい）

春の到来を告げるモクレン科の落葉小高木。白い花が早春の青空に映えて、しばし肌寒さを忘れるほどです。

初秋に成熟する集合果はコブが多く、その形が拳に似ているところからその名がついたのだとか。

漢薬辞典によれば、辛夷は本来モクレンを指すのですが、日本でコブシやよく似たタムシバを当てたのは「大和本草」の著者・貝原益軒の誤解によるといふ指摘があります。

薬用には開花前の蕾を乾燥させて用います。すり潰すと辺りにとても爽やかな香りが広がります。

鼻づまりを通し、頭痛を止める働きがあります。

鼻炎や蓄膿症に使う葛根湯加川芎辛夷や鼻淵丸びえんがんに配合されています。



さわやかな香り



原から津古への道
2005年バイパス下の並木

蓄膿・鼻づまり・鼻炎に



鼻淵丸

酔生夢談

家族愛

父亡き後一人暮らしになった母の一日は、仏前で遺影に向かつて「お早うございます」「有難うございませう」と合掌することから始まります。

老々介護に明け暮れた母をねぎらおうと、私達親子でプレゼントをすることにしました。

一人の時間を豊かに過ごしてほしいと考え、大きなひざ掛けとCDプレーヤー、そして母の好きなカーペンターズのベストアルバムを収録したCDを贈りました。

長女がパソコンで編集したそのCDには父の顔がプリントしてあり、母は大感動したのでした。

八十路半ばの老母は

杞菊地黄丸こきくじおうがんのおかげで

白内障の手術を免れ、今では眼鏡なしで新聞や本を読んでいます。

ちなみに最近読んでいたのは「国家の品格」でした。

I'll be with you forever.
いつまでも君と...



旬の薬膳

タラとしめじの香に蒸し (材料4人分)

生ダラ4切れ

下味(塩・こしょう各少々・酒小さじ2)

片栗粉大きじ2

しめじ1パック 長ネギ1本

ぎんなん(むき実) 12個

生姜1片 三つ葉適量

A 醤油・酢各大さじ2・ごま油小さじ1

ラー油少々

作り方

① しめじは石づきを除き子房に分ける。タラは一口大に切り、下味をつけてから片栗粉をまぶす。

② 長ネギと生姜はせん切りにする。

③ 三つ葉は食べやすい長さに切る。

④ 皿にタラとしめじ、ぎんなんを並べ、長ネギと生姜の半量のをせて、蒸し器で約15分蒸す。

蒸し上がったたら、残りの長ネギと生姜、三つ葉を散らす。

④ Aを小鍋に入れ、アツアツにしたものがかかる。

タラは冬から春にかけてが旬。

ネギ・生姜・三つ葉で気を巡らせ、体の余分な湿を発散させます。

花粉症で透明の鼻水が出る人にお勧めのレシピ。

