

菌 類

菌類

キノコは概して山の産物であり、水辺の幸というイメージではないが、市場を調査していると良く山採りの野生キノコを見かける。集落近郊から得られる産物が市場に並べられていることを考えれば、水辺の幸の範疇に加えてもおかしくはないと収録した。

菌類の同定はなかなか困難で、胞子の観察や薬品による呈色反応を見るなどの手続きを経なければならないが、ここでは図鑑やインターネット情報をもとに種名をあてはめたものが多い。その点の含みおきいただきたい。

インドシナにおける市場の菌類は仕入れ状況からいくつかに分けて考えられる。

ひとつは栽培工場生産品で、エノキタケやヤナギマツタケなどビニールパックされた日本でもおなじみの姿で、販売されるのは冷蔵設備のあるマーケットに限られる。乾燥した状態で販売されるキクラゲ、アラゲキクラゲ、シイタケ、キヌガサタケなどは乾物を取り扱う商店で見かけることが多い。これらは中国やタイで製造され流通している菌類である。

次に市場近郊の農家で栽培されるいくつかのキノコは生のまま市場で販売されている。ヒラタケ、フクロタケ、ケガワタケ類である。量は少ないがシイタケも一部で栽培されているようだ。ヒラタケは栽培法が普及してきているようで、農家の現金収入に貢献しているという。品種が異なったり、培地が異なったりするせいか、キノコの形や大きさ、色に変化がみられる。

もっとも水辺の幸にふさわしいのが山採りの野生キノコである。日本でも野生キノコには一定のファンがいるが、インドシナでも例外ではないようで、季節（乾季の始まりの9月頃から3月頃）にいろいろな野生キノコが見られる。とくに人気があるのが、シロアリタケ類、イグチ類、ベニタケ類、シメジ類である。

それら以外にもスエヒロタケを出汁に使ったり、ツチグリのプツンという固めの皮の感触をスープで味わったり、いろいろなキノコが賞味されている。

一方で中毒事故も多いらしい。ベニタケの仲間には致命的な毒を持つキノコが多々あり、気をつけなければならないが、それでも味わいを求めるのは世界共通のようである。



Pleurotus ostreatus

ハラタケ目

ヒラタケ科

LA		
KH	<u>Psat, Psat mayura</u>	
TH	<u>Het paohu</u>	
VN	<u>Nam so (nam bao ngu)</u>	<u>Nấm sò (nấm bào ngư)</u>
JP	<u>Hira-take</u>	<u>ヒラタケ</u>



10 Jun. 2007 Vientiane, Laos



17 Feb. 2010 Pakse New Market, Pakse, Laos



基本情報

インドシナの市場では普通に販売される栽培キノコの一つで、市場では野生のものを見かけたことはない。わらなどを使って菌床を作り簡単に栽培できることから、農家の作物の一つとして普及している。菌の品種による違いがあるが、菌床の作り方の差によっても子実体の出来に違いがあるようである。カンボジア名 Psat はキノコの意味。Psat mayura はラタナキリでの名前。台湾名；側耳(鮑魚菇)。英名；Oyster mushroom.

Lentinus polychrous

ハラタケ目

ヒラタケ科

LA	<u>Het bot, Het kadang, Het khao</u>	
KH	<u>Psat chhu, Psat sway, Psat ta woa</u>	
TH	<u>Het lom</u>	
VN	<u>Nam so(nam bao ngu)</u>	<u>Nấm sò (nấm bào ngư)</u>
JP	<u>Kegawa-take</u>	<u>ケガワタケ類</u>



14 Feb. 2010 Lamsaktay Market, Champasak, Laos



15 Feb. 2010 Savan Sai Market, Savannakhet, Laos

基本情報

ケガワタケの仲間はインドシナ周辺で広く栽培されており、いくつかの種類を市場で普通に見ることが出来る。ただしそれらの種名を確定できるには至っていない。野生のものもわずかではあるが出回っており、ここでは菌床栽培される *Lentinus polychrous* で代表してケガワタケ類として扱った。

ラオスでは次の種類が栽培されているという。

Lentinus squarrosulus (= *Lentinus tigrinus* = *Panus tigrinus*, Laos; Het khon khao, Thai; Het khon khao, 台湾; 虎皮香菇)、*Lentinus strigosus* (Laos; Het phai, Het hou khouang)、*Lentinus sajor-caju* (= *Pleurotus sajor-caju*) (Laos; Het tin pok, Thai; Het nan fa) *Lentinus volemus* (Laos; Het phan)。

カンボジア名Psat chhuは木に生えるキノコの意味。Psat swayはマンゴの木に生えるキノコの意味。

利用

野生、栽培とも成長しすぎたものは堅すぎて食用には向かなくなるが、味が良いため細かく刻んで用いられたりする。炒め物やスープの材料として広く用いられる。



15 Feb. 2010 Savan Sai Market, Savannakhet, Laos



15 Feb. 2010 Savan Sai Market, Savannakhet, Laos



17 Feb. 2010 Pakse New Market, Champasak, Laos



20 Feb. 2010 Dong Makai Market, Vientiane, Laos



野生個体
20 Feb. 2010 Thakhek, Laos



10 Jun. 2007 Vientiane, Laos



20 Feb. 2010 Thakhek, Laos



細かく刻まれたケガワタケの 1 種

Lentinus edodes

ハラタケ目

ヒラタケ科

LA	<u>Het hom</u>	
KH	<u>Psat kliem, Psat kumau</u>	
TH	<u>Het hom, Hed horm, Hed hom sot</u>	
VN	<u>Nam huong(nam dong co)</u>	<u>Nấm hương (nấm đông cô)</u>
JP	<u>Shii-take</u>	<u>シイタケ</u>



栽培キノコの一つとしてフクロタケ、ヒラタケとともに並んでいる。
20 Sep. 2009 Mae Sai Market, Chiang Rai, Thai



20 Sep. 2009 Mae Sai Market, Chiang Rai, Thai

基本情報

日本では重要な食菌の一つであるが、インドシナの市場では栽培されたものを時々見かける程度である。菌床に養分が少ないためか貧弱な大きさである。東南アジアには自然分布するというが、今のところ市場で野生個体を見かけていない。

カンボジアで販売されるのはほとんど干しシイタケ。プノンペンでは生シイタケも若干みられるが、これは中国産がベトナム経由で入ってくるという。台湾名；香菇。

Schizophyllum commune

ハラタケ目

ヒラタケ科

LA	<u>Het kab kae, Het tin kab kae,</u> <u>Het bee, Het khao tok</u>	
KH		
TH	<u>Het hu</u>	
VN		
JP	<u>Suehiro-take</u>	スエヒロタケ



09 Sep. 2007 Vientiane, Laos



10 Jun. 2007 Vientiane, Laos



10 Jun. 2007 Vientiane, Laos



08 Nov. 2008 Tha Heua Market, Louang Phabang, Laos

利 用

スープなどのダシとして利用される。スエヒロタケは固く、これ自体を食用とすることはない。
ラオス名 Het kab kae は、トッケイ (kab kae) キノコ (Het)の意味で、Het tin kab kae はトッケイの
食べ物キノコの意味。台湾名；裂褶菌。

Tricholomataceae Gen. sp.

ハラタケ目

キシメジ科

LA		
KH	<u>Psat kanchoun</u>	
TH		
VN	<u>Nam dui ga</u>	<u>Nấm đùi gà</u>
JP	<u>Shimeji</u>	<u>シメジの 1 種</u>



25 Jul. 2010 Warin Chamrap Market, Ubon Ratchathani, Thailand

基本情報

ラオスからはニオウシメジの仲間 *Trichostoma crassum* が Het tin het、Het chan, Het tab tao khao, Het tin pha として記録されている。カンボジアではうまいキノコだが値段が高いという。

LA	<u>Het pouak, Het pouk, Het tab, Het pouak tab</u>	
KH	<u>Psat dambouk</u>	
TH	<u>Het kon</u>	
VN	<u>Nam moi</u>	<u>Nấm mối</u>
JP	<u>Shiroari-take</u>	<u>シロアリタケ類</u>



24 Jul. 2010 Pakse New Market, Pakse, Laos



24 Jul. 2010 Lomsak Tay Market, Pakse, Laos



24 Jul. 2010 Lomsak Tay Market, Pakse, Laos
Termitomyces microcarpus

基本情報

シロアリの巣内に発達した菌糸から子実体が発生する。ラオスからは12種のシロアリタケが知られている。種によって外見は異なるが、多くの種が食用とされる一方で毒キノコとして食べないものもあるという。野生キノコの内イグチ類、ベニタケ類と並んで主要なものの一つ。

Termitomyces arbiceps(Thai ; Het kon)、*Termitomyces aurantiacus*(Thai ; Het kon)、*Termitomyces microcarpus* (Laos ; Het tab kai noi、台湾 ; 小蟻巢傘)、*Termitomyces robustus* (Laos ; Het pouak lao、Het pouak chik, Het pouak phane)、*Termitomyces aluminosus* (Laos ; Het kone.台湾 ; 蟻巢傘)、*Termitomyces clypeatus* (Laos ; Het tab chik、Thai ; Het kon)、*Termitomyces eurrhisus* (Het tab)、*Termitomyces fuliginosus*(Thai; Het kon)、*Termitomyces globules*(Laos; Het tab, Het pouak)、*Termitomyces schimperi* (Laos ; Het pouak tab nhai)、*Termitomyces striatus* (Laos ; Het tab dong、Thai ; Het kon)、*Termitomyces tyleranus* (Laos ; Het pouak khao)

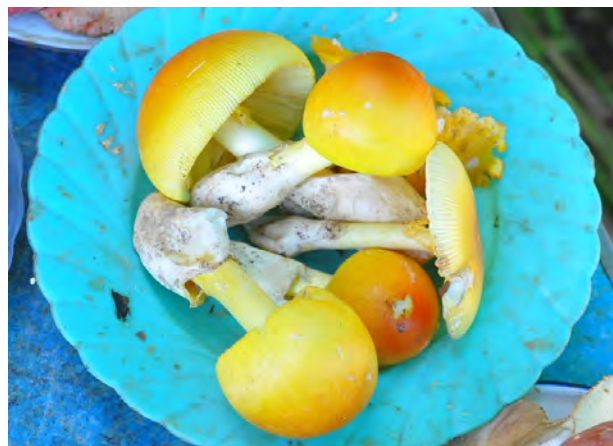
Amanita spp.

ハラタケ目
テングタケ科

LA	<u>Het la ngok, Het la ngak, Het meuak</u>	
KH	<u>Psat kompingdoun</u>	
TH		
VN	<u>Mot dang nam doc (nguy hiem)</u>	<u>Một dang nấm độc (nguy hiem)</u>
JP	<u>Tamago-take</u>	タマゴタケ類



19 Sep. 2009 Thung Yao, Lamphun, Thai



19 Sep. 2009 Thung Yao, Lamphun, Thai



10 Jun. 2007 Vientiane, Laos



10 Jun. 2007 Vientiane, Laos

基本情報

致命的な毒菌が多いテングタケ属の中で食用とされるのは数少なく、次のような種類。

Amanita caesarea (Laos ; Het la ngok daeng)、*Amanita hemibapha* (タマゴタケ、Laos ; Het la ngok leuang、台湾 ; 亮茶色蛋鵝膏) *Amanita princes* (Laos:Het la ngok khao) *Amanita vaginata* (シロツルタケまたはツルタケの1種、Laos ; Het khi ka deuane、Thai ; Het kai)

カンボジア名 Psat kompingdoun はココヤシの芽の意味。

Volvariella volcacea

ハラタケ目
ウラベニガサ科

LA	<u>Het fang</u>	
KH	<u>Psat chombaung</u>	
TH	<u>Het fang</u>	
VN	<u>Nam rom</u>	<u>Nấm Rơm</u>
JP	<u>Fukuro-take</u>	<u>フクロタケ</u>



10 Jun. 2007 Vientiane, Laos



15 Feb. 2010 Savan Sai Market, Savannakhet, Laos



20 Sep. 2009 Mae Sai Market, Chiang Rai, Thailand



20 Sep. 2009 Mae Sai Market, Chiang Rai, Thailand

基本情報

ワラで菌床を作り広く栽培されている。ヒラタケ、カワキタケ類と並んでインドシナ3大栽培菌と称せるほど、どこの市場でも見かけることが出来る。惣菜の具の一つとして重要なものと言えよう。カンボジア名Psat chombaungはわら山キノコの意味。台湾；草菇。英語；Straw mushroom

Boletus edulis

ハラタケ目

イグチ科

LA	<u>Het pheung dam, Het tab tao</u>	_____
KH	_____	_____
TH	<u>Het taitaodam</u>	_____
VN	_____	_____
JP	<u>Yamadori-take</u>	ヤマドリタケ



14 Feb. 2010 Luk2 Market, Thakhek, Laos

基本情報

タイ・ラオスでは乾季に見かけることが多い。同じ種類のように微妙に違いがあり、何種か混じっているのか不明。いくつかの種類が一籠にして売られているのを目にする。台湾；網状牛肝菌。

Boletus sp.1

ハラタケ目

イグチ科

LA

KH

TH

VN

JP

Het hou

Amiashi-iguchi

アミアシイグチ(仮称)



19 Feb. 2010 Thakhek , Laos



19 Feb. 2010 Thakhek , Laos



20 Feb. 2010 Thakhek , Laos



19 Feb. 2010 Thakhek , Laos

基本情報

アミアシイグチ(仮称)はラオス南部で 9 月に見られたイグチの一つである。加熱すると黒くなる。豚肉と炒め煮して食べるという。

Boletus sp.2

ハラタケ目

イグチ科

LA	<u>Het nam ma</u>	
KH	<u>Psat chombo</u>	
TH		
VN		
JP	<u>Tsuchi-iguchi</u>	ツチイグチ(仮称)



14 Feb. 2010 Luk2 Market, Thakhek, Laos



23 Sep. 2009 Mouang Keo Market, Houay Xai, Laos



24 Jul. 2010 Lomsak Tay Market, Pakse, Laos



19 Sep. 2009 Thung Yao, Lamphun, Thai

基本情報

肉質のしっかりしたイグチで歯切れがよいが、土臭い。煮込み料理に適している。ラオス名Het nam maはビンロウキノコの意味。カンボジア名Psat chomboは木の名前で、このキノコは薬用、強精薬として用いられるという。

Boletaceae Gen. spp.

ハラタケ目

イグチ科

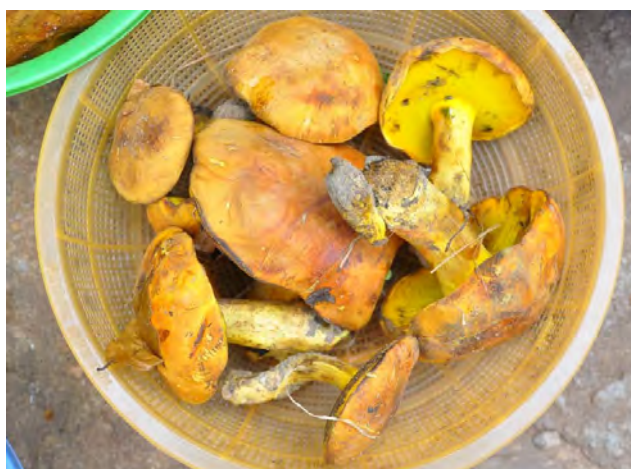
LA		
KH		
TH	Het phaen	
VN		
JP	Iguchi	イグチ類



14 Feb. 2010 Luk2 Market, Thakhek, Laos



14 Feb. 2010 Luk2 Market, Thakhek, Laos



14 Feb. 2010 Luk2 Market, Thakhek, Laos



10 Jun. 2007 Vientiane, Laos

基本情報

イグチ類はインドシナ半島における野生キノコの中でも重要な食菌となっており、季節ごとにいくつもの種類が、各地の市場に並んでいる。ラオスからは*Boletus edulis* (ヤマドリタケ) のほか、*Boletus chrysenteroides* (Laos ; Het pheung leuang)、*Boletus chromape* (Laos ; Het pheung tin leuang) が食用として記録されているが、それ以外にもいくつもの種類のイグチが食用として売られている。

Russula delica

ハラタケ目

ベニタケ科

LA	<u>Het khai khao, Het lom khao</u>	
KH		
TH	<u>Het lom, Het takai</u>	
VN		
JP	<u>Shirohatsu</u>	シロハツ



19 Sep. 2009 Thung Yao, Lamphun, Thailand



19 Sep. 2009 Thung Yao, Lamphun, Thailand



10 Jun. 2007 Vientiane, Laos



19 Sep. 2009 Thung Yao, Lamphun, Thailand

基本情報

タイ北部では9月に発生のパークがあり、この時期はたくさんの方がキノコ採りに山に入る。肉と共に炒め煮されたり、スープにされる。ラオスのアタプー地方では Het khao khai で、卵白キノコの意味。台湾；美味紅菇

LA	<u>Het din</u>	
KH		
TH		
VN		
JP	<u>Benitake</u>	<u>ベニタケ類</u>



19 Sep. 2009 Thung Yao, Lamphun, Thailand



08 Nov. 2008 Tha Heua Market, Louang Phabang, Laos

基本情報

シロハツ以外にもベニタケの仲間の数種類が食用とされている。ただし似たものが多く種名と実物が一致しているかもかなり怪しい。国によって毒菌とされ食用にならないものなどもあり、この仲間の分類には専門家による整理が必要である。致命的な毒菌もあり、安易な食用は危険である。深刻な中毒例も良くあるらしい。

Russula lepida (Laos ; Het daeng, Het nam mak)、*Russula densifolia* (クロハツモドキ、Laos ; Het than noi、台湾 ; 密褶紅菇(台湾では毒))、*Russula alboareolata* (Laos ; Het khao peng) *Russula cyanoxantha* (カワリハツ、Laos ; Het na mouang、台湾 ; 藍黄紅菇) *Russula emetica* (ドクベニタケ(日本では毒)、Laos ; Het khai lang khiou、台湾 ; 毒紅菇(台湾では毒)) *Russula foetens* (クサハツ(日本では毒)、Laos ; Het khai、台湾 ; 臭紅菇(台湾では毒)) *Russula nigricans* (クロハツ、Thai ; Het taan) *Russula virescens* (アイタケ、Laos ; Het na ngoua)



19 Sep. 2009 Thung Yao, Lamphun, Thai



19 Sep. 2009 Thung Yao, Lamphun, Thai



19 Sep. 2009 Thung Yao, Lamphun, Thai



19 Sep. 2009 Thung Yao, Lamphun, Thai

Russula aeruginea

ハラタケ目

ベニタケ科

LA

KH

TH

VN

JP

Het khon



19 Sep. 2009 Thung Yao, Lamphun, Thailand



19 Sep. 2009 Thung Yao, Lamphun, Thailand

基本情報

タイ北部で味が良く、好まれるキノコ。キノコについた土を洗い、大皿に並べ販売されていた。

台湾名；銅緑紅菇

Lactarius volemus

ハラタケ目

ベニタケ科

LA		
KH		
TH	<u>Het hart</u>	
VN		
JP	<u>Chichitake</u>	<u>チチタケ</u>



19 Sep. 2009 Thung Yao, Lamphun, Thailand



19 Sep. 2009 Thung Yao, Lamphun, Thailand

基本情報

タイ北部でのみ見かけた。台湾名；多汁乳菇

LA	<u>Het nouath</u>	
KH		
TH		
VN		
JP	<u>Houkitake</u>	ホウキタケの 1 種



基本情報

インドシナ半島でホウキタケの仲間が売られていたのはほとんど無く、タイ北部で9月に一度見かけただけである。ラオス名 Het nouath はヒゲキノコの意味。

Astraeus hygrometricus

ニセシヨウロ目

ツチグリ科

LA	<u>Het pho, Het tob, Het poh faai, Het poh nang</u>	_____
KH	_____	_____
TH	<u>Het toup</u>	_____
VN	_____	_____
JP	<u>Tsuchi-guri</u>	<u>ツチグリ</u>



11 Jun. 2007 Vientiane, Laos

基本情報

ツチグリには外見が黒いものと白っぽいものの二通りがある。ラオスで黒いものは **Het pho faai**（綿の意）、白っぽいものは **Het pho nang**（皮の意）と呼ばれている。断面写真のように中が黒く孢子となったものでも、炒め物やスープとして真っ黒になったものが食用にされる。6月～9月ころ出回る。

Auricularia polytricha

キクラゲ目

キクラゲ科

LA	<u>Het hou nou dam, Het hou ling, Katan,</u>	
KH	<u>Psat trouchea kondol</u>	
TH		
VN	<u>Nam meo</u>	<u>Nấm mèo</u>
JP	<u>Arage-kikurage</u>	アラゲキクラゲ



10 Jun. 2007 Vientiane, Laos



20 Feb. 2010 Thakhek, Laos



20 Feb. 2010 Thakhek, Laos

基本情報

キクラゲほど市場で見かける機会は少ない。菌床での栽培もされていると聞くが、詳細は不明。ほだ木に菌を植えた原木栽培も行われているという。野外では枯木、半枯木などに生えたものを見かける。ラオス名Het hou nou damは黒ネズミの耳キノコ、Het hou lingはサル耳キノコの意味。カンボジア名Psat trouchea kondolもネズミの耳キノコの意味。台湾名；毛木耳。

Auricularia auricula

キクラゲ目

キクラゲ科

LA	<u>Het hou nou daeng,</u>	
KH	<u>Psat trouchea kondol</u>	
TH	<u>Het hu nu</u>	
VN	<u>Nam meo</u>	<u>Nám mèo</u>
JP	<u>Kikurage</u>	<u>キクラゲ</u>



調理しやすい大きさにカットされ販売されるキクラゲ
10 Jun. 2007 Vientiane, Laos



08.Nov. 2008 Louang Phabang, Laos



野菜と一緒に売られているキクラゲ
26, Sep., 2009 Vientiane, Laos

基本情報

炒め物、スープなどの食材とされ、市場に普通に見られる。栽培・野生両方あるが栽培されたものが多いようである。

ラオスではキクラゲ類を総称してHet sanoum (hou nou)と呼ぶほか、種類ごとに次のような呼び名がある。*Auricularia delicate* (Het hou nou hang pheung)、*Auricularia fuscossuccinia* (Het hou ling)、*Auricularia tennus* (Het hou nou khao)。ラオス名は赤ネズミの耳キノコの意味。カンボジアではアラゲキクラゲと区別していない。台湾名；木耳。英名；Mouse-ear mushroom