

## 原木しいたけと菌床しいたけ

最近、しいたけを買うと、かならず「原木」か「菌床」と表示してあります。これは、このしいたけをどんな栽培法で作ったかを書いてあるのです。

同じしいたけでも、栽培法で味や食感が違ってくるので、この表示は結構重要です。

- 原木栽培

しいたけは、天然には枯れ木に生えます。

木を切り倒して枯れ木を作り、シイタケの菌を植えて、天然とほとんど同じしいたけを、確実に作るのが原木栽培です。昔から行われてきた栽培法で、味や香りの強い、肉質のしっかりしたしいたけが出来ます。



- 菌床栽培

おがくずと米や麦の糠を混ぜた人工的な栄養にしいたけ菌を植えて、しいたけを作るのが菌床栽培です。原木栽培よりも、大量に、安定して、しいたけを作れるので、一般の市場には主に菌床栽培ものが流通しています。味、香り、肉質とも、原木栽培ものよりソフトになります。



「最近、市場で売っているしいたけはなんだか味や香りが薄くて物足りない」という人は、朝市やスーパー等の直売コーナーで、「原木」と書いてあるしいたけを探してください。昔ながらの味わいのしいたけです。

逆に「昔から、しいたけは味や香りが強くて苦手だった」という人は「菌床」と書いてあるしいたけを試してみてください。新しい美味しさに出会えるかもしれません。