

エゾカンゾウ（蝦夷萱草） （別名）ゼンテイカ



エゾカンゾウは初夏、海岸や高山の草地で黄色い花を咲かせ、ゼンテイカとも呼ばれます。

（属名）

ススキノキ科ワスレグサ属

（花言葉）

憂いを忘れる

（分類）

キジカクシ目ススキノ科ワスレグサ属

（開花時期）

6月中旬～7月



本州北部から北海道に広く分布していますが、特に北海道での群生は見事とされています。本州で見られるものは「ニッコウキスゲ」（日光黄萱）と呼ばれ、微妙な違いはあるものの、同じ種とされています。

若葉やつぼみ、花びらは山菜として食用になります。

癖がなく甘みがあり、シャキッとした食感で「おひたし」や「天ぷら」などが代表的な調理例です。

ただ、和名が萱草というためか、一説には花を食べすぎると物忘れをするとも言われています

