

ナズナ（撫菜）

名前の意味：なでたいほどかわいい菜という意味。菜という言葉がつく植物はかつて食べられていたことを示す。ペンペン草

分類：双子葉類、アブラナ科、ナズナ属

（アブラナ科の栽培植物：アブラナ、ダイコン、ワサビ、カブ）

好きな場所：日当たりのよい道ばた、畑

分布：北海道、本州、四国、九州

原産地：昔から日本に生えていた（自生）

特徴：切れ込んだ地面を円くおおふ葉、白い小さな花、三角形の実

種子の運ばれかた：そのまま地面に落ちる

花弁の数：4枚、離弁（花びらが一枚ずつ散る）

花の時期：3—5月

食べ方：刻んでおかゆに混ぜる（春の七草の1つ）

春の七草はセリ、ナズナ、オギョウ（ハハコグサ）、ハコベラ（ハコベ）、ホトケノザ（現在のホトケノザではなくコオニタビラコを指す）、スズナ（カブ）、スズシロ（ダイコン）の七種。旧暦（昔のカレンダー）の1月7日に七草をいれた粥を食べるという習慣にもとづいている。現在の暦では1月の終わりから2月の後半ごろにあたる。

見分け方：タネツケバナとは、果実の形が三角形であることで区別できる。

見つけやすさ ★

見分けやすさ ★

総合難易度 ★

（★が多いほど量が少なく、見分けにくく、難易度が高い）