



ヒトエグサ（緑藻類） *Monostroma nitidum*

大きさ：直径 10~30cm ほど。

特 徴：沖縄では「アーサ」として親しまれ、食用とされている。

体は薄くてやわらかい。触るとぬるぬるしている。

分 布：本州太平洋岸沖・南部、本州日本海岸南部から南西諸島：朝鮮半島から中国。

オキナワモズク（方言名：スヌイ）やクビレツタ（俗称：海ぶどう）が今日のように、多く出回ることがなかった頃からすまし汁やテンプラの具材として活用されていた。網張りをしての人工養殖が定着した現在でも、地域の人々は手づみで食材に利用している。毎年、季節の歳時記として、新聞などで「アーサつみ」の風景が紹介され、季節感を感じる（久場著、潮間帯と海藻 2008 より引用）。 県内のそば屋では、沖縄そばのつゆにアーサをいれた「アーサそば」を出しているところもあり、味は格別である。

泡瀬干潟でも多くみられ、春先の時期は潮が大きく引いた時にはあちらこちらが緑色となる。