

私の体はお米できている。

緑岡中学校 一年 志塚 凜菜

私は白いご飯が大好きだ。どれぐらい好きなのかというと、三度の食事でご飯をたくさん食べるというだけでなく、小腹がすいたときにも、おやつ代わりとしてご飯を食べるくらい大好きだ。私は小食な方だが、ご飯だけは必ずおかわりをする。私の家族は、父と母、そして二つ上の姉がおり、家族みんなご飯が大好きだが、家族で一番お米を消費しているのは、間違いなく私だと思う。また、毎月、給食の献立表が配布されると、まず、ご飯の日をチェックする。そして、ご飯が出る日は朝からワクワクしてしまふ。それ位、ご飯が大好きだ。

私の一番大好きなご飯の食べ方は、炊き立ての真っ白いご飯を、何もおかずを載せずに、口いっぱい、頬張りながら食べる食べ方だ。口の中に、少しご飯が残っている位のタイミングでおかずを口に入れると、どんなおかず

とも調和する。この食べ方は私が幼かったころから変わっていないそうだ。母が、白いご飯だけでは飽きてしまうだろうと、子供用のふりかけなどをかけたりすると、私はたちまち不機嫌になったという。恐らく、そのころから真っ白いご飯をこよなく愛していたのだと思う。私にとって、どんなにおいしいごちそうがあつたとしても、真っ白いほかほかご飯に勝るごちそうはないのだ。

私の家では、農家を営んでいる祖父の友人が作っているお米を食べている。私の住む水戸市内で作っているこだわりの、とてもおいしいお米だ。このお米は、母が幼い頃から食べているお米で、母はこの方が作っているお米以外、買ったことはないそうだ。今の時代インターネットで全国各地の色々な品種のお米を、簡単に手に入れることができる時代だ。それなのに、どうしてこのお米にこだわっているのか母に聞いてみた。すると、  
っ小さい頃から、この方がいかにこだわって

一生懸命米作りをしているのか、さんざん見たり聞いたりしてきたんだよ。毎日食べるものだからこそ、こだわりたいの。それに、地産地消に繋がるし、一石二鳥なんだよ。

と答えが返ってきた。なるほど、私が食べているお米がこんなにもおいしいのは、母のこだわりと、何より作り手のこだわりがたくさん詰まっていたからだとわかった。

こだわりと言えば、我が家のお米に対するこだわりは他にもある。我が家ではお米は必ず玄米で買う。それを、食べる直前に家庭用精米機で精米して炊くのだ。コーヒを淹れる時に、直前にコーヒ豆を挽くと香り高い美味しいコーヒが淹れられるのと同じで、お米も食べる直前に精米するのが一番美味しい炊けるのだという。母はその日の気分で、分づき米を作る。分づき米は、食物繊維やカルシウム、鉄などのミネラル、ビタミンB1やビタミンEなどの栄養素がたくさん含まれていて、いろいろだ。そろは言っても、私はやはり

精米されたご飯が一番のお気に入りだ。

また、我が家には電気炊飯器がない。それというのも、我が家ではガスでお米を炊いているからだ。ガスで炊くお米は本当に美味しい。炊ける直前のぶくぶく噴き出す粘り気のあるあの泡の匂いが、食欲をそそる。そして必ず土鍋で炊く。土鍋で炊いたご飯はふっくらで、底にできるおこげがまた最高に美味しい。おこげができたときは、家族で取り合いになる位だ。

これほどご飯が大好きな私を、家族は、「凍菜の体はお米できているね」と笑って言う。私も本当にそう思う。

私の大好きなお米。お茶碗に付いた米粒も一粒だって残さない。この、美味しいご飯を食べられるのは、お米を作ってください。食べる農家の方々のおかげだ。私はいつも、ご飯を一口一口かみしめながら、農家の方々に感謝している。

っいつもおいしいお米を、ありがとう。