



～礼儀と節度を考える～

平成武師道

〈人間活動学〉

今年は紫蘇の葉が、たくさん生った。

それを採って、茹でたパスタに入れ、ツナ缶とお茶漬けのりの素を振り掛けて食べる。

ただそれだけの料理だが、とても美味しい。

このパスタを作り出してからは、レストランなどでパスタを注文する気が起こらないぐらいだ。

それぐらいリーズナブルで美味しいのだ。

また、スーパーでフライドチキンを買ってきて、それをごはんに乗せ、

お茶漬けのりの素を振り掛けて食べれば、これまた美味しい。

どれも本当に簡単な料理だ。

作ろうと思えば、いつでもできるし、お金も掛からない。

なぜ、今までこんな簡単にできるものを作ろうとしなかったのだろうか。

それはめんどくさいと思っていたからだ。

それに、自分で作るという気さえなかったからだ。

それがどうだろう。

ちょっとしたきっかけで、料理をしてみたら、意外に簡単にできるではないか。

外食ばかりに慣れていたが、自分で作って食べる料理が、

お茶漬けのりの素がメインとはいっても、とても満足を感じるようになった。

それでも外食の比率の方が大きいですが、最近ではいろいろな鍋も作るようになった。

さすがに鍋には、お茶漬けのりの素は入れないが、

一番美味しいと思うのはポン酢をつけて食べるという簡単なやり方だ。

これまた沸いたお湯に具材をぶち込むだけ。

勝手に肉や野菜のだしが出て来て、あとはポン酢で食べるだけ。

アッサリとし、腹にもたれなく、食べいて気分が良くなる。

まあ、これまで紹介したものは料理と言うほど手の込んだものではないと思うが、

でも美味しいと感じるのだから仕方がない。

どんな料理でも美味しいと思えるだけで幸せなのである。

食べられるだけで、ありがたい。

そう考えると、一番大切なのは心も体も健康である事なのだろう。

一度、機会があれば皆さんもお茶漬けのりを試してみてもいいかが？

