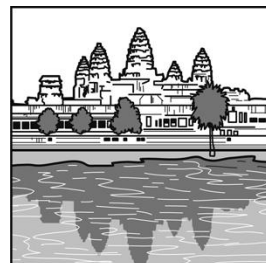


# 旬の風 179号 (2017年3月)

先日、カンボジアのアンコールワットに行ってきました。  
内戦のあったカンボジアは1980年以降に生まれた人が4分の1を占める国です。以前、インドシナ難民として上尾に住んでいた夫婦が言っていた赤い土が見えてくると、あの頃、つたない日本語で話してくれたたくさんの身の上話が、一気に現実味を帯びて胸に迫ってきました。その地に立って見ないとわからないことがある…。



食堂で私たちが頼んだ炒め物にきゅうりが付け合わせで出てきました。大きくて太くて、皮がむいてあり、乾季のせいかな、ちょっと固い。私はその夫婦の言葉を思い出しました。「日本の野菜は本当においしい。柔らかい。きゅうり、ナス、本当においしい」と嬉しそうな顔で言ったことを。そして、二度と祖国に帰らないと決めた夫婦は、これだけは日本にないと言って、ベランダで香草を育てていました。

夫婦に思いを馳せながらのカンボジアでした。

私には帰る場所があるという幸せを思いました。

寒さで甘みを増したほうれん草や、店頭で早春をつげるフキトウやうど。そんな旬の豊富な素材を使ってお弁当を作る日常に戻ります。少し心のさびを落として…。 (Suke)

## メニュー担当者からの一言～

旬のメンバーになって何回目のメニューづくりでしょうか？

調理法、味付け、彩り、旬の食材などを考え

組み合わせていくのですが、まるでパズルのようです。

3月はキャベツを沢山取り入れたメニューにしました。

栄養が豊富で、煮ても焼いても生でも食べることのできるキャベツ。

旬のお弁当にも毎回千切りキャベツが入っています。

キャベツはもちろん、バランスの良い食事を心掛け

元気に春を過ごしましょう。

