

『お粥ブーム到来』

私以前、私が和歌山市の出身だとは言ったことがあります。子どもの頃の朝食は、必ず茶がゆでした。和歌山のソウルフードです。毎日、毎日茶がゆで、父が、茶がゆ以外の朝食を許さなかったのです。友だちの家で、ピーナツバターのトーストを食べた時の感動は今も忘れられません。私も朝食にトーストを食べたいとずっと思っていました。

大学に入り、一人暮らしをして好きなものが食べられるようになると、今度は茶がゆが恋しくなってくるのです。不思議なもので、やはり母の味なのでしょう。

「味がない」「寝込んだ時に食べるもの」など、そんなイメージを覆す味わい深いお粥が今、人気を集めています。中国粥です。

中国の多くの家庭では、毎日のように食べているポピュラーな朝食メニューです。

私も、台湾や北京に行ったとき、朝食に中国粥を食べ、そのおいしさに感動しました。

日本でもその感動を味わいたいといういろいろ搜しましたがなかなかおいしい店が見つかりません。ところが、最近、中国粥がブームとなっていると言うのです。専門店もでき、様々なお粥が味わえるようです。

「広東粥」の専門店のオーナーの話では、水で炊くことが多い和風のお粥とは違い、広東粥は鶏がらスープなどで炊いていて、具沢山なのが特徴だということです。

エビやホタテなど海産を使った「海の幸」や茯苓やハスの実などの漢方の食材を使った「漢方粥」などが人気で、特に30代の女性客が多く来店するといえます。ぐるなびの検索サイトでは「お粥」の検索件数が右肩上がり、関心の高まりが数字に表れています。

ぐるなびの分析によると、お粥ブームの背景には、提供されるお粥がしっかりとした味わいがあることや、バリエーションの豊富さ、食後の満足感があることが挙げられています。

腹持ちがよいのに、カロリーが控えめなお粥の特徴で、茶碗一杯分のご飯のカロリーは236kcalあるが、お粥は半分の114kcalだそうです。

新型コロナウイルスの存在を前提とした「ウイズコロナ」の冬、体調管理に一層気を付けたいこの時期に、体も温まり、「コロナ太り」を心配せずに食べられるお粥は、幅広く受け入れられそうです。

最後に、私の嫁は料理が得意で、注文すると大概のものは作ってくれます。

以前、母の作っていた茶がゆが懐かしくなり、作ってほしいと言ったことがあります。

しかし「そんな田舎料理を作るのはいやだ」と断られました。

母が亡くなった今となっては、懐かしい茶がゆは、まぼろしとなってしまいました。

