

今日の給食は、チキンナゲット（2個）、さつまいもサラダ、ワンスープ、米粉パン、牛乳でした。本日は「さつまいもサラダ」が初登場です。初めて食べたのですが、さつまいもの甘さとマヨネーズのしょっぱさが絶妙のバランスを保っており、とてもおいしかったです。「甘さ」と「しょっぱさ」の組合せは、おいしさの無限ループにはまりそうである意味危険ですが…。特に、「甘いもの」と「しょっぱいもの」を交互に食べてしまった場合、どちらで終焉を迎えるか決断力が求められます。さつまいもは秋を代表する野菜（食材）といってもいいと思います。さつまいもは、様々な調理方法でそのおいしさを発揮しますが、個人的には「天ぷら」が好きです。揚げたてを塩や天つゆでいただくのもおいしいのですが、冷めたさつまいもの天ぷらにお醤油をちょっとたらして食べるのもなぜか、とても好きなんです。ドラえもんに登場する源静香（みなもと しずか）さん、通称しずかちゃんの好物でも知られる「焼き芋」もおいしいですね。この季節になると、よく「い～しゃ～きいも～」と焼き芋の移動販売の声が聞こえてきたものですが、この頃は聞かないですね。さつまいもは食物繊維やビタミンCが豊富なのだとか。きっと美容と健康によい食材なのですね。

