

たかはしんぶん



皆様のおかげでこんなに

こんにちは。この間、**風邪をひいて温泉療法でサウナであっという間に治した**

高橋です。みなさんも風邪にはご注意ください。お客様に会った時「餅に飽きてきたんじゃないの」と言われますが、まだまだ全然飽きていません。主食のごはんに飽きる事ってありませんよね。それと同じで餅は私にとって主食です。でも、普通に食べるのは2食のうち1食です。食べ方のバリエーションは豊富です。



左の写真は**ココア餅**です。きなこ似た感じで美味しそうでしょ？実際はきなこ餅ほどは美味

しいとは思えません。

そして、右下の写真は**カレー餅**です。みなさんの想像通りの味です。普通にカレーライスとして食べる時、カレーがメインになる人にはお勧めです。意味がわからないでしょうか？ごはんがメインで、カレーは少ししか付けられないタイプの人のごはん



がメインですから、カレーが余ってしまっていて困ると思います。これは私みたいなカレーメインの人はカレーが余ってもそれだけ食べればよいので好きになると思います。

そして、この右の写真は**チーズ餅**です。普通の人感覚で美味しいかはわかりません。



なぜ僕がこんな食べ方をするのかといいますと、大会近くになりますと食事制限があるので栄養が取ればそれでよくて、カロリーオーバーにならないように**栄養だけを考えた食事**をするため、栄養豊富で味の良いものを考えて食べているうちにいろいろな食べ方を覚えめました。大会の1週間前には味の無い食事をして塩分を抜きます。しばらく味の無い食事をする、そのあとは何を食べても味が強く感じるんです。その時は不思議ですが何を食べてもまずいという感覚がありません。少しでも味が付いていればそれ



だけでうれしいのです。最近、ある番組でいろいろなものを混ぜて美味しくなるというものを見て僕もマネしてみました。**ピザそば**です。テレビではおいしいと言っていたのですが、普通ですね。ケーキと激辛ラーメンの混ぜものとかを食べていました。僕もいろいろ試そうと思っています。