

## 「火」と「ピーマン」

幼稚園の畑でピーマンが採れました。子ども達は食べる気満々です。どうやって食べましょうか、焼きましょう、ということで、七輪でピーマンを焼くことにしました。子どもの大好きな「火」と、子どもがちょっと苦手な「ピーマン」のコラボです。

子どもは火が好きです。たき火をしていたら必ず寄ってきますし、火の中に何かを入れて燃やそうとする（燃える物を入れるとは限らない）のもよくある行動です。調理器具がIHに替わり、「炎」を見るチャンスもだんだん減っている昨今ですから、「火で何かを焼く」経験は子どもにとって大切だと思います。

最初にピーマンを焼いて食べたのが、よほど美味しかったのでしよう。それ以降も、収穫する度に「もちろん焼くんでしょ」という具合で、七輪の出番も多くなりました。この写真は3回目です



すが、3回目ともなると、園庭から焚き付けの小枝を集めるところから始まりました。

最初は、うちわで闇雲にあおいでいた子ども達でしたが、この頃になると、火の加減を見ながら風を送ることもわかってきたようです。炭に火が移り、いよいよピーマンが網の上のせられます。

子どもが嫌がるピーマンの苦みは、表面の薄皮にあるので、そこを焼いてしまえば、あまり苦みを感じなくなるということを知ったことがありました。そこで、ピーマン焼きになったわけですが、火とのコラボで、子ども達の興味は一段とアップしたようです。ひっくり返して、「ここが、もう少し」などと、焼き加減も任せられるようになりました。



焼いたピーマンは柔らかく、子どもの手で裂いたり種をとったりが簡単にできます。小さくちぎって、鯉節を振りかけ醤油で味付けして食べました。みんなで食べると、ほんの一口にしかありませんが、それも味付けにプラスされるのでしょう、どうしても野菜が食べられなかった幼児が、「おいしい」と笑顔で食べました。

畑での収穫から子どもの口に入るまで、ずっと子どもの目の前で展開できる方法だからこそ、おいしさも格別になるのではないかと思います。火を使うと、大人一人の手がとられるという弱点はありますが、子ども達にはそれを補ってあまりあるほどの効果を期待できます。

(文責：白石)

