

りんごはキラキラスター

東京都杉並区立八成小学校

五年 石川 桃子

「あれ、このりんご、五角形みたい。」

真っ赤なふじを両手で持って、私はそう感じた。お母さんが、横に切ってみたら？と言ったので、ザクッと包丁で切った。

「わあ、星の形だ！」

種が入った部屋が五つあって星に見えた。その周りに規則正しく黄色いとう明のみつが入っている。まるで、星がキラキラ光っているようだ。みつは星の頂点に五つ、その中間にも五つある。気になったので、図書館で調べてみた。りんごはバラ科の植物で、五枚の花びらの花がさく。めしほも先が五つに分かれているという。これが五角形のひみつだった。

これには、りんご好きのおじいちゃんもおどろいていた。おじいちゃんはりんごを皮ごと食べる。皮には一番栄養があるんだよ、と言うので、また調べてみた。りんごには、体調を整えるビタミンや、エネルギーの元になる果とう等がふくまれているが、ポリフェノールや食物せんいのペクチンは、特に皮に多いことがわかった。中身を守っている皮には特別なパワーがあるにちがいない。ポリフェノールは老化防止に効果があり、ペクチンは腸をすっきりさせてくれる。どちらも熱を加えてもこわれにくいそうだ。りんごには健康にいいことがいっぱいだ。だから、おじいちゃんは元気なのかな？

「でも、皮に農薬がついてない？」

お母さんが言うので、いっしょに調べてみた。農林水産省のホームページを見たら、野菜や果物に農薬はほとんど残っていないか、健康に問題ない量だと知って安心した。農薬取りしまり法で、使い方が決められているからだ。

次の日曜日、自分で焼きりんごを作ってみた。五角形のりんごを横に切って、星形のしんを取る。砂とうとバターとシナモンを乗せて焼くと、甘いかおりがただよってきた。出来上がった焼きりんごは、とろけるようだ。皮もおいしく食べられる。お父さんも大喜びだ。

私は、五枚の花びらの花をさかせ、おいしくて栄養たっぷりの実をつけるりんごの木を想像した。ひみつの星がかくれている五角形のりんごは、果物界のスターだ。今度はおじいちゃんにも焼きりんごを作ってあげよう。

そう思いながら、最後のひと口をパクッと食べた。