

子どもの頃の思い出に刻まれた大好きな料理をただ一口食べれば、幸せと懐かしさが呼び起こされるだろう。蒜山の多くの人々にとって、心安らぐ料理と言えば、おこわである。

おこわは、蒸した粘り気の強い米を主な材料とした、香ばしい米料理を指す、一般的な用語である。おこわには、地域ごとに多くのパターンがあり、それぞれに、米とともに調理する他の材料の種類や数が異なる。蒜山の慣習的なレシピでは、鶏肉を、野山の植物（山菜）、椎茸、ふきの茎、ごぼうの根、人参、栗、銀杏などに加える。これらを混ぜたものを醤油で軽く味付けし、旨味を加えると、満腹感／満足感のある、とても栄養価の高い食事が出来上がる。

蒜山おこわは、ゲストのための料理や、特別行事（お祭り、誕生日、卒業式など）におけるお祝いの料理として用意されることが多い。おこわを作る際には、事前に米を何日も浸しておく必要があるため、多大な時間と労力が必要となる。野生の植物を採集しなければならないし、材料の一部、例えば、栗、銀杏、ふきの茎などは、丹精を込めて、ゆでて、皮をむき、浸しておく必要がある。昨今では、スーパーマーケットに行くことで、これらのステップの一部を省略できるようになっている。しかし、依然、この特別な料理を作るには、多くの作業が必要である。長い過程を経て完成した食事は、食べる者への愛と敬意を表現するものとみなされる。いつもの食事の枠を超え、新たな喜びが生まれることになる。

真庭にある多くのレストランでは、観光客は、おこわを楽しむことができる。