

## 体育生男朋友喜欢吃米米,分享他的日常饮食与甜蜜时刻

他是体育系的男朋友，爱吃米米，米米成了我们之间最温柔的暗号。清晨他带着运动包出门前，一碗热粥配咸菜是稳定的起点；训练前喜欢来一小碗白饭加鸡胸或豆腐，碳水与蛋白的搭配让他精力充沛。训练结束回家，总要先闻到米香再放松——我会把米饭拌上煎蛋、青菜和一点酱油，递过去时他总是先笑着吸气，眼睛里有满足的光。我学会了把饭做成各种小心思：饭团包紫菜，撒芝麻，偶尔做成糯米糍当作奖励；比赛前夜，我会熬一锅软软的八宝粥，喂他补充体力，也是给他安稳的信号。我们有很多甜蜜的瞬间围绕着米饭——他吃饭时嘴角的饭粒，我假装指责再偷偷抹去；深夜他训练归来，我把剩饭炒成蛋炒饭，两人坐在小厨房，一边抢着喂对方，一边笑着回味当天的点滴。米米不仅填饱了他的胃，更装下我们共同的日常与温度。每一碗饭都是爱的仪式：简单、踏实，却足以支持他在赛场上奔跑，也温柔了我们所有平凡的时刻。