



カレーライスはどうしてからいの

カレー粉の中に、からさのもとがある

子どもの大好きな食べ物をあげると、必ず出てくるのが、カレーライスです。カレーライスには、子ども向けのあまいものもありますが、もともと、とてもからい食べ物です。

カレーライスがからい理由は、カレーのもとになっているカレー粉が原因です。カレー粉は、いろいろなものを混ぜ合わせて作られています。色のもとやかおりのもと、それからからさのもとになる粉も入っているために、カレーはからいというわけです。

からさのもとになるものには、カラシ、トウガラシ、ショウガ、コショウなどがあります。これらは、にたあとでも、からさが残ってしまうものです。

もともと、カレーは暑い地方の食べ物

もともと、カレーは、インド料理の一つです。インドなど暑い地方では、食欲をますために、からみのもとになる粉を入れるのが習慣だったようです。インドなどでは、カレー料理を皿に盛り、スプーンを使わず、手でつまんで食べます。（監修・青木 国夫）

カレー粉の原料

