



カレー粉は何からできているの

いろいろな香辛料を混ぜたもの

子どもの好きな食べ物という、カレーライスがあげられますが、あなたはカレーライスが好きですか。カレーはインドで生まれたもので、いろいろなスパイスを混ぜ合わせた料理のことです。なかに野菜や肉などいろいろと、何が入っていてもカレーとよばれています。

カレー粉は、いろいろな香辛料を混ぜ合わせたものなのです。香辛料というのは、トウガラシ・カラシ・ジンジャー・コショウなどをいい、料理にかおりやからみをつける調味料のことです。もともとカレー粉は、イギリス人が、インド風の味を出すために考え出したものです。

カレー粉は、およそ20～30種類の香辛料を合わせて作ります。その原料は、色を出すためのもの、からみを出すためのもの、かおりを出すためのものの、3つに分けることができます。色を出すための原料は、パプリカ・ターメリック・ちんぴなどがあります。からみを出すための原料は、トウガラシ・カラシ・ジンジャーなどがあります。かおりを出すための原料は、コリアンダー・クミン・ナツメグ・シナモンなどがあります。

これらの香辛料は、材料や調理法、好みによっていろいろと組み合わせます。

カレーをおいしくするトッピング

トッピングとは、カレーやライスの上に、いろいろのせることをいいます。これによって、味に変化が出ます。ココナッツ・レーズン・アーモンドスライス・ピーナッツのあらびきをのせたり、コリアンダーの葉をみじん切りにしてのせると、とても風味がよくなります。(監修・青木 国夫)

