

すーぷかれー あつあつタイムス 第11号

足立区民のためのスープカレー情報

今年もスープカレーをよろしくお願ひします！

「すーぷかれー あつあつタイムス」第11号です。新しい年になりましたが、今年も足立区の皆さんにスープカレーのおいしさ、楽しさを知っていただくためにこのニュースレターを作っていきますのでよろしくお願ひします。1月も隔週で作成していきます！

今回は「スープ」その3です。最近スープを作っていてつくづく思うことがあり、それを書きたいと思ひます。スープカレーと聞くと「スープ」と「カレー」を足したものとイメージしませんが？そうすると以外と簡単に作れそうな気がしてきますよね。カレーをスープ状にすればスープカレー？確かに最近は便利な世の中になり、ネットで取り寄せたり、スーパーでレトルトが売っていたりと手軽にご自宅でスープカレーを楽しめるようになりました。しかし、最近毎日スープを仕込んでいるとスープカレーの奥の深さ、難しさを痛感しています。最終的な味までたどり着くのに微妙な調整が必要になります。例えば、最近では寒くなってきたので、お水の温度も下がり、沸騰させるのにも時間が変わります。同じ火加減だど、夏場に比べると比較にならないくらい沸騰する時間が遅いです。煮込んだり、火を入れる時間も変更せざるをえなくなります。なにかと調整する部分がたくさんあり、スープカレー



作りの奥深さを泣きそうになるくらい感じておひます。味見1回1回が楽しみでもあり、不安でもあるわけですね。そんなスープができてあがるとうれしくもあり、お客様に早く食べてもらいたい！という気持ちになるんです。どんなことでも同じだと思ひますが、妥協せず手間暇を惜しまずに作る！これが美味しいスープを作る基本ですね。あと全然関係ないのですが、スープカレーを食べるとおなかがいっぱいになります。当たり前ですね。でも結構おなか一杯になったと思ひていても、しばらくするとまたスープカレーが食べたくなり、量も食べちゃうんですね。でも太らないんです。スパイスによる効果で消化も良く、辛さによる発汗作用もあるからでしょうか、健康状態を維持しています。スープカレーのおかげで、泣かされることもありませんが、健康も維持できているという微妙な日々を送っているわけですね。



白黒でわかりづらいですがこのスープ、真っ赤なんです！



らですかね、正月が短い気がしました。おかげさまで忙しい日々を過ごさせてもらったからかもしれません。でも日本の正月も段々と変わってきた気がします。昔は正月なんかどのお店もお休みで、晴れ着姿の女性をよく見かけました。今は電車なんか1日中動いているし、店も営業してますもんね。確かに便利になったのですが、なんか日本の正月らしさが失われていくようで、寂しい気もします。おっと！辛気臭くなりましたが、今年もガンバっていきましょう！

●● スタッフのひとりとこと ●●

どうも、のび太です。今年もよろしくお願ひします。私の正月はというともちろんスープカレーを作りました。皆様がいつお雑煮やおせち料理に飽きて、別なものを食べたいなと思われてもいいように、店を営業していました。皆様のお休みの時が自分たちの頑張るところですからね。とはいっても、今年1月4日が日曜だったか

らですかね、正月が短い気がしました。おかげさまで忙しい日々を過ごさせてもらったからかもしれません。でも日本の正月も段々と変わってきた気がします。昔は正月なんかどのお店もお休みで、晴れ着姿の女性をよく見かけました。今は電車なんか1日中動いているし、店も営業してますもんね。確かに便利になったのですが、なんか日本の正月らしさが失われていくようで、寂しい気もします。おっと！辛気臭くなりましたが、今年もガンバっていきましょう！

ヘルシースパイス 唐辛子編

唐辛子がスパイスなんですよ。香りつけや辛味つけに用いられ、脂肪を燃やして発汗作用を引き起こし、それに加えて成人病の防止効果もあるので、ダイエット、肥満を気にしている人に適しています。また寒い地方でも体温調節目的として摂取されています。

お豆なマメ知識。～駅伝の巻～

東洋大学の優勝だった箱根駅伝。もともと江戸時代飛脚が手紙を江戸から京都まで運ぶ際、宿場から宿場へリレー形式で運んでいたのが、宿場=駅を伝令したので「駅伝」と呼ばれるようになったそうです。駅伝のたすきは布製で長さ160cmから180cm、幅6cmと厳密に日本陸連によって決められており、レースでは選手交代の場所以外で、肩から斜めにかけて走らないと失格になってしまいます。

この日何の日？ 1月22日

- ジャズの日
- 飛行船の日
- 夫婦の日 などなど



あと調べたらこの日はなんと「カレーの日」だったんですね。そんな日があったとは知りませんでした。ということで、飛行船に乗って、ジャズでも聴きながら、カレーを食べれば、この日は完璧なことですね。うちもジャズ流そうかな。

<<編集者より>> 新年最初のニュースレターです。皆様に少しずつスープカレーも浸透してきたと思ひますが、まだスープカレーを知らない方がいると思うと、つい、このニュースレターを作成してしまいます。今年も懲りずに発行していきたいと思ひます。このニュースレターを手に入れた方の今年一年健康をお祈りするとともに、スープカレーとともども、今年もよろしくお願ひいたします。

発行元：東京スープカレー Cahaya
 発行者：草野 能史
 住 所：東京都足立区一ツ家1-22-18
 電 話：03-5831-8900
 チャハヤホームページはこちら
<http://www.cahaya.co.jp/>