

すーぷかかれー あつあつタイムス 第5号

足立区民のためのスープカレー情報

「スープカレー」って何？流行先取り！今のうちにチェック！

「すーぷかかれー あつあつタイムス」第5号です。
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きたくて、またまたまたまた新たに作り直しました。暇つぶしにどうぞ。

さて、今日のテーマは「スープカレー」って何？その5です。
今回は「スパイス」のお話。スープカレーを作るには欠かせない香辛料。香辛料とはスパイスやハーブの総称であり、調味料のひとつです。カレーにはたくさんの香辛料が使われています。新陳代謝をよくさせるもの、食欲を増強させるもの、疲労回復など、香辛料のひとつひとつに効能があると言われていています。例えばターメリックという香辛料は、ウコンとも呼ばれ、二日酔いに良いとドリンクに用いられたりしています。クミンというカレーの香りに欠かせない香辛料は、消化の増進、腹痛や胃痛緩和に効果があると言われていています。それらを用いて作る料理ですから、健康に当然良いと思うのが普通です。スープカレーはスープの旨みと、これらのスパイスが効いていることが重要になります。4種類程度のスパイスを使えば、カレーの味を出すことができます。しかしお店にもよりますが、スープカレーはルー



カレーよりも多種使用されているからか、スパイスの味が効いています。小麦粉を使ってとろみのついているルーカレーよりも見た目は水っぽくサラサラしていますが、むしろ濃厚な、スパイスを楽しむことがスープカレーにはできます。この辺がルーカレーとスープカレーの大きな違いです。香辛料の味を楽しむにはスープカレーの方が適しているかもしれません。スパイスを何種類も使うスープカレー店もありますから、



写真はとりやさいカレー。皿から溢れんばかりの具材が盛りだくさん。

どんな香辛料を使っていて、その香辛料にはどんな効能があるのかを知るとスープカレーのすごさを感じると思えます。スープカレーってなかなか奥が深いのです。スープカレーをきっかけに、「スパイスマスター」になるのも、いいかもしれませんね。



●● スタッフのひとりごと ●●

またまたまたまたまたシェフのび太です。またが1つ増えてしました・・・。私こう見えても無類の動物好きなんです。あの無邪気な表情としぐさを見てると心が癒されます。「ムツゴロウとゆかいな仲間たち」を毎回かかさず見て、ムツゴロウさんに憧れていた純粋な時期もありました。ただ動物の口の中に頭を入れるのは、どう

かな？と思いましたが・・・。あまりにも可愛くて、なんでも許してしまうことがありましたけど、やっぱり悪いことしたら怒らないとダメですね。甘やかして放っておくと、ず～とやりますから。言うことをきかせることも今後の彼らのためです。怒ってあげるのも愛情です。今私はペットを飼っていませんが、ペットを飼われているの飼い主さんは、最後までかわいがってほしいと思います。

ヘルシースパイス 講座 その3 ターメリック編

別名「ウコン」。こっちの方が馴染みがありますが、熱帯性の植物でショウガの仲間です。地下の値茎をからからに乾燥させて香辛料として利用します。黄金色の香辛料で、カレー粉には、このターメリックが沢山入っているのです。カレーの色は黄色くなっているのです。

お豆なマメ知識。 ～フリクラの巻～

ゲームセンターにとどまらず、いたるところで見かけるようになった「フリクラ」。正式名称は「プリント倶楽部」。1995年に登場し、2年後の1997年に大ヒットしました。1回300円～500円の値段設定で、実際の原価はプリント代、用紙代、インク代で150円～200円と意外と儲けは少ないそうです。女子中高生をターゲットにしているので値上げができません。片隅に覚えておこう！

この日何の日？ 11月11日

- ジュエリーデー
- チーズの日
- ビーナツの日
- 電池の日
- 世界平和記念日



などなど

今回は1が4つ並ぶ日。この日もいろいろありますが、さらにこの日は「下駄の日」だそうです。ん～、納得。

<<編集者より>> いつもご愛読いただきありがとうございます。町を歩いていると、この1週間で道行く人の着ている服装が厚着になってきました。北海道では初雪も降ったという話を聞いて、身震いしてしまいます。この季節の変わり目、私の周りでも咳き込む声が聞こえてきました。このニューズレターを手にとった皆様は、風邪など引かぬよう、体調に注意してくださいませ。この飴でのどを癒していただけたらと思います。

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
チャハヤブログはこちら
http://blog.livedoor.jp/soupcurry_cahaya