

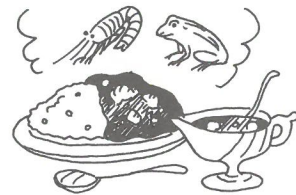
カレー

カレーライスを食べたことがありますか。

カレーは、インドなどアジアのいろいろな国でよく食べられています。あなたの国にもありますか。日本のカレーと同じですか。日本では白いごはんの上にカレーをかけて食べるカレーライスが多いです。

カレーは明治時代の初めにイギリスから日本に紹介されました。18世紀にインドでカレーの味を知ったイギリス人が国へ帰って作りました。イギリスでは作り方をちょっと変えて、イギリス人が好きな味にしました。日本人はこのイギリスの作り方を習いました。

今のカレーにはいろいろな野菜が入っていますが、明治時代のカレーにはあまり入っていませんでした。肉は牛肉などのほかに、エビやカエルを使いました。値段も高すぎましたから、普通の人はあまり食べることができませんでした。



明治時代の終わりに日本でカレー粉が作れるようになって、値段も安くなりました。いろいろな野菜も使われるようになりました。カレーは作り方が簡単だし、栄養もあるので、軍隊でよく作られました。軍隊でカレーを食べた人たちが、うちでもカレーを作って食べました。それで、日本中でカレーを食べるようになったと言われています。

1950年代に固形のカレールウができて、まえよりもっと作りやすくなりました。それで、カレーを食べる人が増えました。

カレーを使った食べ物は人気があって、カレーライスのほかに、カレーパン、カレーうどんなどもよく食べられています。

アメリカのスーパーでは日本のカレールウをたくさん売っています。あるインド人はそれを買って食べてみました。「うん、うまい。日本のカレーも

悪くない」と言って、国へ買って帰りました。日本のカレーは日本料理と言ってもいいでしょう。

おいしくて、安くて、簡単に作れる日本のカレー。あなたも今晚はカレーにしませんか。

I 1. 正しいものに○、正しくないものに×を書いてください。

- 1) () 日本人はインドのカレーの作り方をイギリス人から習った。
- 2) () 明治時代の終わりにカレーの値段が安くなった。
- 3) () 日本ではカレーライスのほかに、カレーを使ったいろいろな食べ物がある。
- 4) () あるインド人はアメリカで日本のカレールウを買って、インドへ持って帰った。

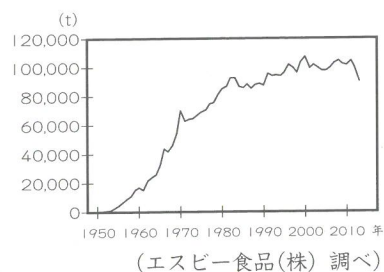
2. どうして日本中でカレーを食べるようになったのですか。

II あなたの国にもカレーがありますか。

どんなカレーですか。

カレーあれこれ

インスタントカレーの生産量
せいさんりょう

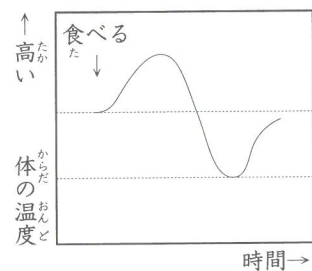


左のグラフを見てください。
ひだり み

1950年代から1960年代の間に
ねんだい ねんだい あいだ
カレーの生産量が3倍以上になっ
せいさんりょう ばいじょう
たのがわかります。

カレーはいろいろなスパイス
で作られています。辛いスパ
イスを食べると、体温が上がります
が、その後だんだん下がります。
カレーは体温を下げるの
で、暑い夏に食べるといいと言
う人もいます。
ひと

辛いスパイスを食べたときの体温
から た たいおん



((財)科学技術協会発行「カレーのみみつ」より)

いろいろなカレー

カレー粉



(エスピー食品(株)提供)

カレールウ



レトルト



(大塚食品(株)提供)

カップめん



(日清食品(株)提供)

インスタントカレーライス



かんづめ



((株)トマトコーポレーション 提供)

第44課 プラスアルファ

料理教室

りょう り きょう しつ

きょうは「お好み焼き」を作ってみましょう。

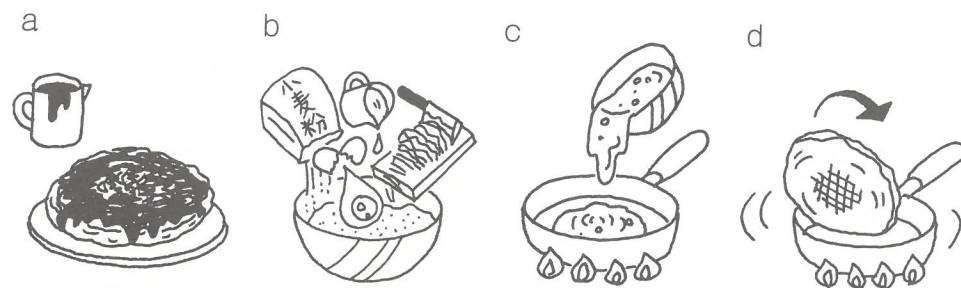
一材料 (4人分)

小麦粉 2カップ、水 1カップ、卵 2個、キャベツ 1/2個
肉やエビなど 100グラム、ソース、かつおぶし、青のり、塩

- 1) 小麦粉に、水と卵と塩を入れて混ぜる。よく混ぜたら、小さく切ったキャベツを入れてもう一度混ぜる。
- 2) フライパンを熱くして、油を塗って、1)を入れて、丸く広げる。厚さを2センチぐらいにする。厚すぎると、中が焼けない。
- 3) 肉やエビなど、好きな物を焼いて、2)の上に乗せる。
- 4) 下側と周りが焼けたら、裏返す。火が強いと、焦げやすいので注意する。焼きすぎると、まずくなる。
- 5) 2、3回裏返して、焼けたら、ソースをかけて、かつおぶしと青のりを載せて食べる。

1. 「お好み焼き」の作り方

1 () → 2 () → 3 () → 4 ()



2. あなたも何か料理の作り方を紹介してください。