



～ 1月22日は、カレーの日です! ～

1月22日は、「カレーの日」です。1982年に、全国学校栄養士協議会というところが決めたと言われています。

こどもたちが好きなカレーを全国の学校給食のメニューとして提供するように呼びかけたことが始まりだそうです。

カレーといっても、多くの種類があります。今日は、世界のカレーを紹介します。

インドカレー



唐辛子やターメリック、クミンシード、シナモンなどの多くのスパイスを使って作るカレーです。

インドの地域によって、使われる材料がちがいで、豆や羊肉、ほうれん草を使ったカレーがあります。

タイカレー



ココナッツミルクを使い、まろやかでクリーミーな味わいのカレーです。

特に、バジルやレモングラスなどが使われて、さわやかであるのも特徴の一つです。

スリランカカレー



ココナッツミルクをベースとして、多くのスパイスが使われているカレーです。

ごはんを真ん中にのせ、数種類のカレーや付け合わせと一緒に食べるのが特徴です。

インドネシアのカレー



油を使わず、サラサラとしたカレーが特徴です。魚やえびなどの海のものが多く使われています。

辛さが少ないため、「サンバル」という唐辛子ペーストを使い、辛さを調節することもできます。

イギリスのカレー



小麦粉を使っているため、とてもとろみ強いカレーが特徴です。

スパイスと一緒にトマトやクリーム、ヨーグルトを使って、まろやかな味わいが特徴です。

日本のカレー



イギリスのカレーと同じで、小麦粉を使っているため、とろみ強いカレーが特徴です。

肉と野菜と一緒に煮込んで作られるのが基本で、トッピングでカツなどをのせるものもあります。