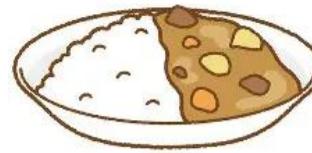


~ 1月22日は、カレーの日です! ~



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。

子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。

カレーといつても、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、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、とてもとろみが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、とろみが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。