

国学院大学経済学部「演習ⅢB」卒業論文(担当教員 小木曾 道夫)

おいしいカレーとは何か

経済学部経済学科 渡邊 樹里

目次

はじめに	2
第1章 カレーの誕生と世界への拡散	2
第1章第1節 大航海時代以前	2
第1章第2節 大航海時代とスパイス貿易	3
第1章第3節 ヨーロッパへのカレーの伝来	3
第2章 世界のカレー	4
第2章第1節 インド	4
第2章第2節 タイ	5
第2章第3節 パキスタン	6
第2章第4節 スリランカ	7
第2章第5節 ネパール	8
第2章第6節 インドネシア	9
第2章第7節 シンガポール	10
第2章第8節 マレーシア	11
第2章第9節 カンボジア	12
第2章第10節 イギリス	13
第2章第11節 ドイツ	14
第3章 日本のカレーの歴史	15
第3章第1節 カレー粉	15
第3章第2節 カレールウ	16
第3章第3節 レトルトカレー	17
第4章 東京のカレー激戦区の比較	17
第4章第1節 神田	17
第4章第2節 下北沢	18
第5章 レトルトカレー	19

第6章 おすすめのカレー	20
おわりに	21

はじめに

私が卒業論文のテーマとしてカレーを選択した理由は、カレーが好きだからである。家でもカレーをよく作り、色々なアレンジをしたり、外でご飯を食べるときもカレーを選ぶことが多い。そんなカレーは日本の国民食と言っても過言ではない。日本人の食卓にも週に1回以上は並ぶことが多いのではないだろうか。カレーは1回作ってしまえばたくさん量が作れ、2日目がおいしいと言われるように2、3日は食べられる上に、ただご飯にかけて食べるだけではなく、カレーうどんに変化したり、ナンに合わせることもでき、可能性は無限大である。

今回はそんなカレーに焦点を当てて、卒業論文を書いていきたいと思う。

第1章 カレーの誕生と世界への拡散

第1章第1節 大航海時代以前

カレー雑学大百科(2018a)によると、スパイスをたくさん使ったインド料理の原型である原始的なカレーの誕生は、紀元前2300年頃に始まったインダス文明の時期である。インダス文明は、ドラヴィダ人という民族によって興され、メソポタミアやエジプトなどと交易を行い、中東で栽培されていたスパイスもインドへ持ち込まれていた。インダス文明は紀元前1700年頃になると衰退し、紀元前1500年頃になると中央アジアの遊牧民族だったアーリア人という民族がインド北西部へ移住してきた。アーリア人はインドに移住すると遊牧を止め、農耕を始めて定住するようになった。そしてアーリア人によって、インダス文明とは違う新しい文化が興り、原始的なカレーにはアーリア人の食文化も取り入れられ、インド各地で地域ごとに特色のあるカレーが発展していった。

紀元前300年頃になると、インド人は東南アジアと交易を行うようになり、インドへ東南アジア産のスパイスが持ち込まれると同時に、東南アジアへはインドの食文化が伝わり、インドのカレーはさらに多くの種類のスパイスが使われるようになり、東南アジアでもカレーが作られるようになった。こうしてインドで生まれたカレーは東南アジア各地に広まっていき、それぞれの地域の伝統的な食文化と融合して独自の発展を遂げていった。

しかし、15世紀ごろまではアジアのどの国でも、現在のカレーには大抵入っているチリペッパー(唐辛子)は使われていなかった。なぜならば、チリペッパーは熱帯アメリカ原産で、この頃にはまだアジアには伝わっていなかったためだった。チリペッパー

がアジアに伝えられるまでは、ペッパー（胡椒）やロングペッパー（長胡椒）などで辛味を出していた。

第1章第2節 大航海時代とスパイス貿易¹

ヨーロッパでは紀元前からアジア産のスパイスが使われていた。東南アジア産のスパイスは海路でインドに集められ、インド産のスパイスとともにアラビア商人の手によって、シルクロード経由でヨーロッパに運ばれていた。

貴重であるスパイスは高値で取引されており、ヨーロッパの人々はアラビア商人達を通さず、自分たちが直接アジアから仕入れることができれば、儲かるのではないかと考え、15世紀中期、アジアへの航路開拓のため大航海時代が始まったとされている。

もしスパイスや香辛料が普及してなかったら、こんなにもカレーという食べ物が食べられることはなかっただろう。

イタリアの航海家で商人でもあったクリストファー・コロンブスは、ヨーロッパから西回りでアジアへ到達することを考え出発したが、実際に到着したのはアメリカ大陸とその周辺島嶼部（以下、「アメリカ」と称す）であった。コロンブスはアメリカから様々な品物を持ち帰ったが、その中のひとつがチリペッパー、唐辛子であった、これは西洋人が初めて体験する、強烈な辛味を持ったスパイスとされている。

アジア航路が開拓されると、西洋人はアジア各地からスパイスを仕入れると同時に、アメリカから持ち帰ったチリペッパーをアジア各地へ伝えた。

インドや東南アジアでは元々辛いものを好む食文化があったため、チリペッパーが伝えられると瞬く間に普及し、各地の食文化に劇的な変化をもたらし、インドや東南アジア各地のカレーにはチリペッパーが用いられるようになり、これまでよりも辛いものになった。それと同時にこれまで代表的な辛味性スパイスのひとつだった、ロングペッパーと呼ばれる長胡椒はあまり生産されなくなった。

第1章第3節 ヨーロッパへのカレーの伝来²

イギリスがインドを植民地化し、カレーと呼ばれる料理がイギリスを中心にヨーロッパに伝わった。イギリスはベンガル地方から徐々に支配地域を拡大し、19世紀中頃までに現在のインド、スリランカ、パキスタン、バングラディッシュ、ミャンマーの全域を占領した。16世紀初期、西洋人は植民地支配していたインドで初めて、後に「カレー」と呼ばれるようになる料理を目にした。この頃からヨーロッパでもインド人の食文化が紹介されるようになった。

¹ カレー雑学大百科(2018b)参照

² カレー雑学大百科(2018c)参照

料理の名称としての「カレー (curry)」、またはそれに似た言葉は、16世紀後期～17世紀初期ごろから使われていたらしい。18世紀後期になるとイギリスでカレーが作られるようになった。1773年に初代ベンガル総督になるヘースティングズが、1772年頃にカレーのレシピを初めてイギリスに紹介した。ヘースティングズの紹介したレシピは、稲作が盛んで米が主食のベンガル地方のものであったので、イギリスではカレーは米とともに食べるようになった。また、ヘースティングズはガラムマサラもイギリスへ持ち帰り、これが後のカレー粉の原点になったとも言われている。

初めてのカレー粉は18世紀末～19世紀初期頃に、イギリスのC&B(クロス・アンド・ブラックウェル)社から発売されたと言われている。カレー粉が作られてからイギリスのカレーは、シチューなどのヨーロッパの伝統的な料理の調理法を取り入れ、独自の発展を遂げていった。

第2章 世界のカレー³

日本でのおなじみであるカレーは、世界各国でそれぞれ違いがある。中には、日本のカレーのイメージとはかけ離れているものも多いのではないかな。そこで、世界各国のカレーを比較していきたいと思う。

まず、そもそもカレーと呼ばれるようになったのは、インドが発祥と言われている。もともとは「カレー」という言葉ではなく、インドのスパイスを使った料理「カリ」がヨーロッパに伝わり、これがなまって「カレー」と呼ばれるようになり。東南アジアを中心に世界へ広がっていった。

カレー発祥の地・インドのカレーは北インドと南インドで、宗教や気候、採れる作物などさまざまな理由から大きく違いがある。

北インドのカレーは、チャパティ(薄く焼いたパンの一種)やナンをつけて食べるので、肉や乳製品、ナッツを使ったとろみが強く、コクのある濃厚な味わいに特徴があるが、一方南インドでは、米が主食のため、ご飯になじみやすいサラサラとしたカレーが多く食べられている。

第2章第1節 インド

インドのカレーは複数のスパイスを使用して作る、スパイスカレーが有名である。

バターチキンカレーは日本でも人気の高い、北インドを代表するカレーである。クリーミーでトマトやヨーグルトの軽やかな味わいは、一度食べるとクセになり、筆者も好んで食べる。キーマカレーはだれからも愛される挽き肉を使ったカレーであり、日本では豚や牛など

³ ふるさと納税 DISCOVERY(2022)参照

の肉が良く使われているが、インドではヤギや羊の肉を使うのが一般的である。

パラクパニールは、日本で言う、ほうれん草とチーズのカレーであり、緑色が特徴的な辛さ控えめでマイルドなカレーだ。ほうれん草のなめらかさとチーズのコクがマッチした、まろやかな味わいで、日本でもかなりメジャーで愛されていると感じる。



図 1 北インドのバターチキンカレー

出典：ふるさと納税 DISCOVERY(2022)

第2章第2節 タイ

タイカレーは、インドと同じくらいカレーといえばイメージされる国である。「ゲーン」と呼ばれる、独特な風味と味付けが特徴のタイカレーは、多種多様な唐辛子をベースにフレッシュなハーブを使用するため、新鮮な風味と清涼感を感じられる。

グリーンカレーは青唐辛子、プリッキーヌと言われるタイの激辛唐辛子をたっぷりを使って作るタイを代表とするカレーであり、ココナッツミルクを入れることで、刺激的な辛さにまろやかさがあるのが特徴だ。グリーンカレーはとても辛いので、好き嫌いが分かれるイメージがある。

レッドカレーは赤唐辛子を使った、マイルドでコクのある辛さが特徴のカレーで、いかにも辛そうな赤色で、ヒリヒリとした辛味が好きな方におすすめである。辛いのが苦手な方におすすめしたいのは、イエローカレーである。イエローカレーの黄色の理由はスパイスのターメリックによるもので、マイルドで優しい味で食べやすいと感じる。



図 2 タイのグリーンカレー

出典：ふるさと納税 DISCOVERY(2022)

第2章第3節 パキスタン

パキスタンは、インドの北西に位置する国で、北インドと南インドのカレーをミックスさせたものが多い。ムルギカレーはスープの骨付きチキンカレーで、スープにも鶏肉のだしが出ており、食べ方はまず骨を抜き、鶏肉をほぐして、カレーとご飯と一緒に混ぜ合わせて食べる。

マチリカレーは白身魚のカレーで、スパイスがたっぷり入っており、からだを温めるという理由から主に冬に食べられるカレーである。白身魚は、ヨーグルトに漬けて臭みを抜いたものを使用し、魚の旨味とヨーグルトのコクが特徴である。



図 3 パキスタンのムルギカレー

出典：ふるさと納税 DISCOVERY(2022)

第2章第4節 スリランカ

スリランカのカレーは、豆やナスを使ったものが多いのが特徴である。パリップはスリランカではよく食べられているカレーで、パリップとはレンズ豆を指す。レンズ豆たっぷりのローカルフードとして現地で愛されている。

ワアンバトゥモージュとは、油で揚げたナスをスパイスで煮込んだカレーで、辛さは控えめだが、スパイスが複雑に絡み合い刺激的な味である。



図 4 スリランカのパリップ

出典：ふるさと納税 DISCOVERY(2022)

第2章第5節 ネパール

ネパールのカレーの具材は、野菜が中心で豆をよく使用しており、辛さは控えめなものが多い。ダルとは、栄養豊富な豆カレーで、ネパールで親しまれている。辛さはまったくなく、カレーというよりはサラサラとしたスープのような味わいである。

アル・ベンタ・タルカリとは、ジャガイモとナスのドライカレーとであり、「タルカリ」とは野菜のカレー炒め風という意味がある。ネパールの定食に欠かせない野菜のドライカレーだ。



図 5 ネパールのカレー

出典：ふるさと納税 DISCOVERY(2022)

第2章第6節 インドネシア

インドネシアは、古くからスパイスの国として有名で、一般の家庭でも20種類ほどスパイスを常備している。ソトアヤムとは、ニンニクとターメリックが効いた鶏肉のカレースープで、インドネシアでは定番の料理である。辛みはほとんどない。

ナシカリはとろみのないサラサラとしたタイプのビーフカレーで、油を使わずに煮込むため、さっぱりとした味わいが特徴である。



図 6 インドネシアのソトアヤム

出典：ふるさと納税 DISCOVERY(2022)

第2章第7節 シンガポール

シンガポールは多民族国家である影響から、カレーもさまざまな国の特徴が交わっている。ラクサとは、スパイシーココナッツミルク麺のことであり、ココナッツミルクと海老のだしが効いた甘くてスパイシーなカレースープである。スープがよく絡む太めのライスヌードルで食べるのが定番だ。

フィッシュヘッドカレーは大きな魚の頭が入った、豪快な見た目が特徴のカレーであり、魚のだしもよく効いていて、辛さのなかに酸味と甘みを感じられるシンガポールの名物料理である。



図 7 シンガポールのラクサ

出典：ふるさと納税 DISCOVERY(2022)

第2章第8節 マレーシア

マレーシアは多民族国家で、食文化にもそれぞれ特徴がある。味の好みも地域によってさまざまであるが、共通点として唐辛子とカレーが好まれている。

ケタムマサラマとは蟹の旨味とコクが染み出た、辛くて甘いココナッツ風味のカレーである。蟹のエキスがたっぷり染み出たスープは絶品である。

イカンマサラマは辛味とコクのあるスープで魚をまるごと煮込んだ奥深い味のカレーで、スパイスを加えたココナッツミルクベースのスープは、ご飯にもパンにもとても相性がよい。



図 8 マレーシアのケタムマサラマ

出典：ふるさと納税 DISCOVERY(2022)

第2章第9節 カンボジア

カンボジアのカレーは、マイルドな味付けが多いのが特徴で、スープのようなサラサラとしたカレーがメインである。

クメールカレーはココナッツミルクや砂糖を使用した、日本人でも食べやすい、カンボジアならではのカレーで、カンボジアでは、麺を入れたりパンにつけたりして食べる。



図 9 カンボジアのクメールカレー

出典：ふるさと納税 DISCOVERY(2022)

第2章第10節 イギリス

インドやパキスタンを植民地としていたイギリスは、さまざまなスパイスを手に入れることができ、またカレー粉発祥の国としても知られている。

チキンティッカマサラはヨーグルトとスパイスに漬けた鶏肉を、タンドールで焼き、チキンカレーの具材として使用するもので、イギリスの国民食と言われるほど人気のカレーである。



図 10 イギリスのチキンティッカマサラ

出典：ふるさと納税 DISCOVERY(2022)

第2章第11節 ドイツ

ヨーロッパでは、イギリス以外の国ではカレーはまだ普及しておらず、しかし、ドイツ・ベルリンにはカレーパウダーを用いた、カリーヴルストと呼ばれる料理が存在する。これは、焼いたソーセージにケチャップとカレーパウダーをふんだんにかけた料理で、B級グルメとしてドイツの人々から愛されている。



図 11 ドイツのカリーヴルスト

出典：ふるさと納税 DISCOVERY (2022)

第3章 日本のカレーの歴史

今やカレーはたくさんのスパイスや香辛料を使わなくてもカレールウ一つで味付けができたり、パウチのレトルトカレーがあれば、温めればすぐ食べられるように変化した。

本章では日本におけるカレーの歴史とカレールウとレトルトカレーの起源について調べていきたいと思う。

第3章第1節 カレー粉

ハウス食品(辞典)によると、まず、日本人がカレーと初めて出会ったのは幕末で、誰でも簡単にカレーを作ることができるカレー粉がイギリスから日本に伝わってきたことを大きな契機に、日本の食文化にカレーが浸透していくスピードは加速していった。また、1871年(明治4年)にそれまで禁止されていた肉食が解禁されたことで、洋食専門店が続々と開業し、「ライスカレー」がメニューにのるようになると人気を博し、これにより国民のカレーへの関心は高まり、一気に広がっていった。

カレー雑学大百科(2018d)によると、日本で初めてのカレーのレシピは1873年(明治5年)に発売された「西洋料理通」(仮名垣魯文著)と「西洋料理指南」(敬学堂主人著)の2冊の本に記載されている。この両書の共通の特徴は、カレー粉で味付けし、小

麦粉でとろみを出すことと、野菜はネギのみを使用し、タマネギ、ニンジン、ジャガイモ等は使われていないことである。肉については「西洋料理通」では牛、鳥、羊を、「西洋料理指南」では鶏、エビ、タイ、カキ、赤カエルを使っている。カレー粉と小麦粉が使われていることから、カレーがインド料理としてではなく、西洋料理として日本に伝わったことが分かる。また野菜はネギしか使われていないが、現在のカレーでは定番のタマネギ、ニンジン、ジャガイモなどは、当時の日本ではあまり栽培されていなかったこともあり、まだカレーの具としては用いられてはいなかったようである。

旭屋出版(2022年2月2日)によると、1903(明治38)年に大和屋(現・ハチ食品(株))が日本初のカレー粉を発売した。エスビー食品(社史)によると、1923年にエスビー食品の創業者である山崎峯次郎が、日本で初めて国産カレー粉の製造に成功し、「日賀志屋」を創業し、1930年に「ヒドリ印カレー粉(家庭用)」を発売した。ハウス食品(辞典)によると、1926年(大正15年)に浦上商店(現ハウス食品)が缶入り粉末カレー「ホームカレー」を発売し、その2年後「ハウスカレー」に名称を変更し、紙箱入りになった。それまではC&B社製など輸入品の高価なカレー粉が使われていたため、そんな時代に国産のカレー粉が発売され、庶民の食生活に変化が起こった。そして、メーカー各社から一般家庭で作るカレー粉が多く発売され、カレーの大衆化がますます進んだ。

戦後になると、1948年にカレーが全国の学校給食に導入され、

第3章第2節 カレールウ

カレールウの起源は、英国東インド会社の職員や兵士たちが持ち込んだカレーの概念にさかのぼる。この頃、インドでのカレーはさまざまなスパイスや香辛料を使った料理であり、英国人がその味に魅了された。イギリス人は、本場のカレーの複雑な調理法や多くのスパイスの使い方に戸惑ったため、簡略化された形のカレールウ(カレーのルー)が開発された。これは、スパイスや香辛料をあらかじめブレンドし、ペースト状にしたもので、これを使って手軽にカレーを作ることができるようになった。カレールウが登場すると、一般の家庭でも手軽に本格的なカレーを楽しむことができるようになった。これにより、カレーはイギリスやその他の国々で一般的な料理となった。

カレールウは、19世紀末に日本に伝わり、日本では、カレーライスとして親しまれ、特に日本海軍が導入したことで広まった。カレーライスは日本独自のスタイルとして発展し、ルーは市販品として一般的に利用されている。

ベル食品工業(2020)によると、ベル食品工業は1950年に板状の固形ルウベルを開発し、1952年にベルカレールウを発売した。Kuranosuke's blog.(2021)によると、1954年にエスビー(エスビー)食品から「エスビー(エスビー)カレー」、1960年にハウス食品から「印度カレー」、江崎グリコから「グリコワンタッチカレー」、1961年にはキンケイから「明治キンケイカレー」という商品が次々と発売された。このように、その後、

カレールウが日本各社から発売されたことで、カレーは誰でも手軽に作れて、家庭で親しまれる料理へと発展していった(ハウス食品(辞典)参照)。

第3章第3節 レトルトカレー

世界で最初の市販用レトルトカレーは、大塚食品の「ボンカレー」である。「一人前入りで、お湯で温めるだけで食べられるカレー、誰でも失敗しないカレー」(大塚食品(ボン史))のコンセプトで開発がスタートした。これを完成させるためには「常温で長期保存が可能であること」「保存料を使わないこと」(大塚食品(ボン史))が絶対条件であった。そして何度も試行錯誤を行い、1968(昭和43)年2月12日、世界初の市販用レトルトカレーとして、阪神地区限定で「ボンカレー」を販売した。そしてこの発売されたことにちなみ、2月12日を「ボンカレーの日」「レトルトカレーの日」に策定し、日本記念日協会にも正式に登録された。

カレーライスは、日本で非常にポピュラーな料理となった。それに伴い、手軽で美味しいレトルトカレーが多くの人に愛され、スーパーマーケットやコンビニエンスストアで広く販売されている。

第4章 東京のカレー激戦区の比較

第4章第1節 神田⁴

神田は東京の千代田区に位置しており、歴史的なエリアであると同時に、多くの飲食店やカフェが集まるエリアでもある。神保町を中心とした神田界限には、400店以上のカレー提供店があり、これだけ多くのカレー店が集まる街は、世界でもなかなか珍しい。

神保町がカレーの街となった理由としてよく挙げられるのが、学生街であることから、「買ったばかりの本を片手に読みながら食べるのに、カレーはぴったりだった」(田嶋(2019))という説である。本を片手にスプーン1本で食べられたためにカレー店が栄えたとされ、戦前から続く店もある。

また、神田は日本におけるカレーの歴史的な発祥の地とされている。明治時代に、英国海軍の士官が神田でカレーを提供したというエピソードがあり、これが日本におけるカレーの最初の紹介と言われている。そのため、神田にはカレーにまつわる歴史的な背景があると考えられる。

そして、神田には長い歴史を持つカレー店が多く存在している。これらの老舗のカレー店は、独自のレシピや伝統を守りながら、多くの客に親しまれているのではないか。神田のカレー店は、日本の伝統的なカレーから、欧風カレー、スパイスの効いたカレーまで、様々なスタイルのカレーを提供しており、その多様性がカレーファンや食べ歩き

⁴ 田嶋 (2019年9月28日) 参照

愛好者にとって魅力的に感じる。

1990年代前半時点では神保町＝隠れたカレー街、という雰囲気、1990年代後半になっても、まだ「知る人ぞ知る」という扱いであった。しかし、2000年代初頭、神保町カレー特集のラッシュが起こり、状況は一変し、神保町＝カレーという認識はかなり一般化したのではないかと考えられる。また、カレー店の出店は1980年代から1990年代にかけて起こったエスニックブームも追い風になっただろう。

神田は交通の要所に位置しており、多くの人アクセスしやすいエリアである。そのため、観光客やビジネスパーソンなど、さまざまな人が訪れ、カレーを楽しんでいる印象がある。

そして、田嶋(2019)が指摘したように、もう1つ大きかったと思われるのがメディアの力であり、カレー屋を出すにしても、聖地である神田でやりたいと考える人が多いことも考えられる。さらに2011年からは神田カレーグランプリがスタートし、毎年4万～5万人を集客する大イベントとなったことで、神保町＝カレー街という概念はより大きなものとなったのではないだろうか。

第4章第2節 下北沢⁵

下北沢は東京都世田谷区に位置し、個性的でアートな雰囲気があり、多くの飲食店やカフェが集まるエリアである。下北沢に現存するカレー店で最古とされる「茄子なす おやじ」が開業したのは1990年4月のこと。創業者の阿部孝明さん(65)は「開店当時、近くでカレー店を見たことはなかった」と振り返る。阿部さんによると、90～2000年代にかけて、下北沢には少しずつカレー店が誕生したが、新規のチェーン店が早々に撤退するなどし、10年頃までは特にカレーの街の雰囲気はなかった。

下北沢は駅周辺だけでカレーを出す店が50店以上も存在する。下北沢はアートやカルチャーの中心地であり、個性的な店舗やクリエイティブな雰囲気が魅力である。カレーショップもその雰囲気に合わせて独自のスタイルやこだわりを持っており、それがカレー好きな人たちを引き寄せているのだと考える。また、下北沢は若者たちの交流の場でもあり、新しいトレンドや食のスタイルが生まれやすいエリアである。カレーショップもその中で個性的なアプローチを試み、注目を集めている。

下北沢のカレーショップは、日本の伝統的なカレーからインドカレー、タイカレーなど、様々な国のスタイルを提供していて、その多様性がカレーファンにとって魅力的であり、下北沢のカレーの特徴としては、専門店以外でもカレーを出す店が多く、さまざまなカレーが味わえることである。そば屋や居酒屋などでも、カレーが評判の店が多く、また下北沢をカレーの街として印象づけているのが、毎年秋に開かれる「カレーフェス

⁵ 読売新聞(2022年9月19日)参照

ティバル」である。これが反響を呼び、昨年のフェスでは124店がカレー料理を提供し、コロナ禍にもかかわらず18日間で約12万人が参加した。このフェスを通じて、下北沢にカレー激戦区のイメージが定着していきだと考えられる。

第5章 レトルトカレー

ここで、人気のあるレトルトカレーをランキング形式で紹介していこうと思う。最近のレトルトカレーは、より本格的なカレーを目指し大きく進化しており、とくにカレー特有の香りを再現する技術が格段に向上したほか、ゴロッと大きな具材を入れられるようになった。また、ここ2年ほどはコロナ禍により外食を控えたりや食材をストックしたりする人が増え、各メーカーのレトルトカレーの売上も右肩上がりになり、ニーズが拡大しているため、さまざまなメーカーがしのぎを削っている。mybest(2023)による人気順ランキングを紹介する。

1位 大塚食品 ボンカレー | ボンカレーゴールド 中辛

ボンカレーは元祖レトルトカレーであり、まるやかなで甘めな味わいで、子どもでも食べやすいのではないだろうか。

2位 明治 めざまる活力 にんにく黒カレー

私は初めて聞いたが、名前からしておいしいに決まっている。ドロドロタイプのカレーだそう、ニンニクとカレーの組み合わせは間違いない。

3位 エスビー食品 野菜もしっかりビーフカレー中辛

エスビー食品もたくさんカレーを出しているメーカーとして有名で、辛い物が苦手な私からしたら、とてもやさしい味で食べやすかった。

4位 良品計画 無印良品 | 無印良品 素材を生かしたカレー グリーン

これもかなり有名である。私は苦手だが、この辛さが癖になるらしい。かなりエスニックな香りがするらしい。

5位 ヤマモリ タイダンス タイカレー グリーン

またグリーンカレーである。初めて聞くカレーだが、芳醇なスパイスをしっかりと感じたいときに、食べてほしいグリーンカレーだそう。

6位 エスビー食品 噂の名店 | 噂の名店 湘南ドライカレー お店の中辛

これは老舗カレー店である珊瑚礁の味を再現したもので、生クリームと牛ひき肉のコクを売りにしている。また、具材はスライスされたマッシュルームやグリーンピースが印象的であ

る。

7位 エスピー食品 S & B | ゴールデンカレーレトルト 中辛

ゴールデンカレーもかなり有名である。味はとてまあっさりしておりやさしい味わいで、家庭でもよく出される印象だ。

8位 大塚食品 ボンカレー | The ボンカレー

これはリッチなボンカレーである。具材は、にんじんやじゃがいもがひとくちサイズで入っていて満足感があり、家庭のカレーを想像させる。

9位 日本食研 食研カレー

辛さは中辛で、甘口が好きな人も辛口が好きな人も、満足できる一品といえるのではないだろうか。

10位 ハウス食品 選ばれし人気店 | 選ばれし人気店 濃厚バターチキンカレー

バターチキンカレーにハズレは無い。バターのコクと、生クリームのまろやかさが子どもも大人も人気なカレーである。

第6章 おすすめのカレー

ここまでで色々なカレーを紹介してきたが、今まで私が食べてきたカレーの中でおいしいと思ったカレーを3つ紹介したいと思う。あくまで個人の感想であり、それぞれ好みがあるが、この3つは食べログの評価も高く、おすすめできるカレーである。



1つ目は、東京北参道にある「ヨゴロウ」である。ここは平日のお昼は行列必須のカレー屋さんだ。個人的なおすすめメニューはチキンのほうれん草カレーに半熟卵トッピングである。ここはご飯が黄色いターメリックライスで、見た目のインパクトもすごい。表参道に出かけるときは必ず行くお気に入りのお店である。

図 12 ヨゴロウのチキンのほうれん草カレーに半熟卵トッピング

※写真は筆者撮影



2つ目は、東京渋谷にある「ケニックカレー」である。このカレーは女性受けがいいカレーが多いイメージで、このルーローハンとキーマカレーのあいかけカレーが絶品なのだ。この二つの組み合わせはなかなか無いうえに、まったく飽きずに食べることができる。おしゃれな店内でスパイスがきいたカレーと一緒に飲むクラフトコーラは最高である。

図 13 ケニックカレーのルーローハンとキーマカレーのあいかけカレー

※写真は筆者撮影



3つ目は東京新宿にある「マサラダイニング」である。このランチセットは1200円でカレーとチーズナンとサラダとドリンクが付いてくるというコスパの良さである。量も多く、毎回食べきれずお持ち帰りをするほどである。このサグチキンカレーが大好きだ。食後はマンゴーラッシーでさっぱりして、お腹も満たされて、文句なしの100点満点の店だ。

図 14 マサラダイニングのランチセット

※写真は筆者撮影

おわりに

改めてカレーについていろいろ調べてみたが、世界のカレーはこんなにもたくさんの種類があるのだと驚かされた。そして、卒業旅行は海外に行きたいと考えているため、その土地のカレーは絶対食べて、ゆくゆくは世界カレーマップを作りたい。

人によっておいしいと感じる基準は全く違うことを痛感した。私の周りの友人などに聞いてみても、「お母さんが作るカレーが世界一」や、「辛いドロドロのカレーがいい」や、「給食のカレーが一番好き」など、本当に人それぞれ全く違う結果になった。また、家庭で食べるカレーの具材の様々で、じゃがいもやニンジン定番のこと、ナスやピーマンを入れる家庭もあれば、肉も牛肉鶏肉ひき肉と様々であった。色々な家庭のカレーも食べてみたいなと思った。

【参考文献】

旭屋出版(2022年2月2日)「カレー粉の歴史とは? カレーマニアが解説 - フードマニア

- Food Mania by 旭屋出版」<https://food-mania.jp/currry-powderhistory/>、(2023年12月27日参照)
- エスビー食品株式会社(更新年不明)「社史・沿革 | 会社案内 | エスビー食品株式会社」
<https://www.sbfoods.co.jp/company/profile/history/>、(2023年12月27日参照) 本文・脚注では「エスビー食品(社史)」と称す)
- 大塚食品(更新年不明)「ボンカレーの歴史 | ボンカレー公式サイト」
<https://boncurry.jp/all/history/> (2022年7月12日参照) (本文・脚注では「大塚食品(ボン史)」と称す)
- カレー雑学大百科(2018a)「☆カレーの誕生☆カレーの歴史☆カレー雑学大百科☆」
http://ww.zero-yen.com/history_01.html、(2023年12月27日参照)
- カレー雑学大百科(2018b)「☆大航海時代とスパイス貿易☆カレーの歴史☆カレー雑学大百科」
http://ww.zero-yen.com/history_02.html、(2022年9月25日参照)
- カレー雑学大百科(2018c)「☆西洋人とカレーの出会い☆カレーの歴史☆カレー雑学大百科☆」
http://ww.zero-yen.com/history_03.html、(2023年12月27日参照)
- カレー雑学大百科(2018d)「☆日本人とカレーの出会い☆カレーの歴史☆カレー雑学大百科☆」
http://ww.zero-yen.com/history_04.html、(2023年12月27日参照)
- カレー雑学大百科(2018e)「☆日本でのカレーの普及☆カレーの歴史☆カレー雑学大百科☆」
http://ww.zero-yen.com/history_05.html、(2023年12月27日参照)
- カレー雑学大百科(2018f)「☆戦争の時代☆カレーの歴史☆カレー雑学大百科☆」
http://ww.zero-yen.com/history_06.html、(2023年12月27日参照)
- カレー雑学大百科(2018g)「☆戦後～80年代☆カレーの歴史☆カレー雑学大百科☆」
http://ww.zero-yen.com/history_07.html、(2023年12月27日参照)
- カレー雑学大百科(2018h)「☆90年代～現代☆カレーの歴史☆カレー雑学大百科☆」
http://ww.zero-yen.com/history_08.html、(2023年12月27日参照)
- 神田カレー街活性化委員会(更新年不明)「日本のカレーの歴史 | 神田カレーグランプリ」
https://kanda-curry.com/?page_id=222 (2022年9月25日参照) (本文・脚注では「神田カレー街活性化委員会(日本)」と称す)
- Kuranosuke's blog.(2021)「カレールウの登場 | いつから使われているのか」
<https://kawaguchikuranosuke.com/trivia-curry-roux/>、(2023年12月27日参照)
- 下北沢カレーフェスティバル 2022 (2023)「下北沢カレーフェスティバル 2022 – 毎年10月に開催される年に1度のカレーのお祭りです。2022年は9/30(金)～10/31(日)の32日間の開催です!」
<https://curryfes.com> (2022年9月25日参照) (本文・脚注では「下北沢カレーフェスティバル 2022 (TOP)」と称す)
- 田嶋章博(2019年9月28日更新)、「神保町はいつから『カレーの街』になったのか | 食べれば世界がわかる! カレー経済圏 | 東洋経済オンライン | 社会をよくする経済ニュー

- ース」<https://toyokeizai.net/articles/-/305298?display=b> (2022年9月25日参照)
- ハウス食品(更新年不明)「日本のカレー カレーが国民食になるまでの歩み| カレー辞典 | カレーハウス | ハウス食品」
<https://housefoods.jp/data/curryhouse/know/trends01.html> (2022年7月12日参照)
本文・脚注では「ハウス食品(辞典)」と称す)
- ふるさと納税 DISCOVERY(2022)「カレーの種類 26選! 国ごとの違いや特徴を徹底解説 | ふるなび公式ブログ ふるさと納税 DISCOVERY」
https://furunavi.jp/discovery/knowledge_food/202210-curry/ (2022年7月11日参照)
- ベル食品工業株式会社(2020)「会社概要 – ベル食品工業株式会社」
<https://www.bellsyokuhin.co.jp/company/#page2>、(2023年12月27日参照)
- Mybest(2023年9月28日)「【2023年】レトルトカレーのおすすめ人気ランキング 61選【徹底比較】 | mybest」<https://my-best.com/364>、2024年1月8日閲覧
- 読売新聞(2022年9月19日更新)「下北沢、なぜ『カレーの街』に…フェスは18日間で12万人を集める盛況: 読売新聞」
<https://www.yomiuri.co.jp/economy/20220919-OYT1T50069/> (2022年7月12日参照)