

## 【カレーのすべて】目次

はじめに

本書を読む前に

### スパイスを知る

スパイスの四大作用

スパイスの香りを引き出す調理

スパイスをブレンドする

スパイス図鑑

### カレーをつくる【インド、東南アジアのカレー】

#### インド料理 / チキンカレー

チキンカレー [アジャンタ]

チキンバター [マサラ ジャイヒンド]

キーママター [アジャンタ]

キーマカレー [ジャイヒンド]

チキン・コリバタカレー [アショカ]

アチャリームルギ [ジャイヒンド]

ナルギスコフタ [ジャイヒンド]

レバーマサラ [アジャンタ]

スナギモマサラ [アジャンタ]

#### インド料理 / マトンカレー

マトンローガンジュシュ [シャヒ・ダワット]

マトンコルマ [アジャンタ]

マトンキーママサラ [シャヒ・ダワット]

#### インド料理 / 野菜カレー

ピンディマサラ (オクラとトマト) [ナタラジ]

ベジタブルカレー [ナタラジ]

ダルタルカ (豆) [ナタラジ]

アルゴビ (ジャガイモ・カリフラワー) [シターラ]

サンバー (豆・トマト・ナスなど) [アジャンタ]

ラッサム (豆・トマトなど) [アジャンタ]

トーレン (春キャベツ) [カレーリーフ]  
菜の花のコロンブー [カレーリーフ]  
ナスのコロンブー [カレーリーフ]  
コロンブーソース [カレーリーフ]  
きのこのクットゥ [カレーリーフ]  
新ジャガのクットゥ [カレーリーフ]  
クットゥ・ソース [カレーリーフ]  
サブジミロニー (ホウレン草) [ジャイヒンド]  
パラクパニール (ホウレン草) [アジャンタ]  
ムリガタニー (豆) [アショカ]  
チャナマサラ (豆) [ナタラジ]  
ベイガンブルタ [ナタラジ]

#### インド料理 / 魚介

ブローンマサラ [アジャンタ]  
ゴアフィッシュカレー [アショカ]

#### タイ料理

ケーン・キョワーン・トム (エビのグリーンカレー) [ピッキーヌ]  
ケーン・ペット・マラ (ニガウリのレッドカレー) [ピッキーヌ]  
ケーン・カリー・ガイ (鶏のイエローカレー) [ピッキーヌ]  
ケーン・マッサマン・ヌア (牛肉の回教徒風カレー) [ピッキーヌ]

#### スリランカ料理

チキンカレー (ベントタ風) [カンチャナ]  
フィッシュカレー [カンチャナ]

#### インドネシア料理

グレイ・アヤム [アユンテラス]  
フレイ・カンビン [アユンテラス]

#### カンボジア料理

鶏と薩摩芋のカレー [アンコールワット]

#### ネパール料理

ダルバート [サンサール]

### シンガポール料理

ラクサ [ 新東記 ]

フィッシュヘッドカレー [ 新東記 ]

### アフガニスタン・パキスタン料理

カラヒィ・ゴシュト [ キャラバン・サライ・パオ ]

### ミャンマー料理

皮付き豚バラ肉のマンゴーピクルスカレー [ びるまの豎琴 ]

### 中国料理

特製カレー [ 新世界菜館 ]

### クレオール料理

コロンボ [ タフィア ]

## 【インドのパンとライス】

ナン [ シャヒ・ダワット ]

チャパティ [ アジャンタ ]

タンドーリロティー [ シャヒ・ダワット ]

プーリ [ A Raj ]

カンダーリナン [ アショカ ]

骨付きチキンのビリヤニ [ シャヒ・ダワット ]

サフランライス [ アジャンタ ]

ターメリックレモンライス [ アジャンタ ]

## 【タンドール料理・スナック・デザート・ドリンク】

### タンドール料理とスナック

チキンティッカ [ アジャンタ ]

フィッシュティッカ [ アジャンタ ]

シュリンプティッカ [ アジャンタ ]

ベジカバブ [ シターラ ]

ナルゲシカバブ [ シャヒ・ダワット ]

ラムチョップ [ シターラ ]

タンドーリチキン [ アショカ ]

タンドーリフィッシュ [ アショカ ]

パコラ [アショカ]  
コフタ [キャラバン・サライ・パオ]  
チェルガ [キャラバン・サライ・パオ]  
トルシー [キャラバン・サライ・パオ]  
春雨サラダ [びるまの豎琴]  
サモサ [アショカ]  
モモ [シャヒ・ダワット]  
ベアジョ [びるまの豎琴]  
マサラカジュ [アジャンタ]  
ワダ [A Raj]  
マサラドーサ [アショカ]  
カレーピザ [ポールスター]  
梅カレーやきとり [たんどーる]  
豚肉のヨーグルトマサラ [たんどーる]  
アチャール [シャヒ・ダワット]  
チュカウニ [シャヒ・ダワット]  
マサラパパド [ナタラジ]  
パパラム [A Raj]

### デザートとドリンク

スージーハルワ [アジャンタ]  
ガジャハルワ [アジャンタ]  
クルフィ [アジャンタ]  
ラッシー [A Raj]  
マンゴラッシー [A Raj]  
チャイ [アジャンタ]

### 【日本の欧風・オリジナルカレー】

ビーフカレー [カメリア (ホテルオークラ東京)]  
シュリンプカレー [カメリア (ホテルオークラ東京)]  
野菜カレー [カメリア (ホテルオークラ東京)]  
ビーフカレー [レストラン香味屋]  
ハンバーグカレー [神田ルー・ド・メール]  
特製ドライカレーライス [ポールスター]  
焼きチーズカレー [3丁目のカレー屋さん]  
野菜カレー [カリーバーヘンドリクス]

野菜カレー [ エチオピア ]  
こだわりのトマトカレー [ Kansei ]  
小松菜のグリーンカレー [ Kansei ]  
インドカレー [ 中村屋 ]  
カシミアール [ デリー ]  
鶏挽肉とナンコツのキーマカレー 梅干し添え [ たんどーる ]  
オムレツのせドライカレー [ 神田ルー・ド・メール ]  
ポークカレー [ プティフ・ア・ラ・カンパーニュ ]  
ポーク [ カリーバーヘンドリクス ]  
かつカレー [ 燕楽 ]  
和風キーマカレー [ SHUGYOK ]  
オリジナルカレー [ カレー屋 Nagafuchi ]  
シーフードミックス [ プティフ・ア・ラ・カンパーニュ ]  
ドライカレー [ デリー ]

### 【カレーについてのミニ知識】

インドの定食 北のターリー、南のミールス  
インドとその周辺のカレー事情  
インド、アジア諸国の食材図鑑

掲載店紹介