

カレーライス

動画リンク：<https://youtu.be/S4ecnBmbFXM>

今回は「カレーライス」を学びながら、日本語を勉強しましょう。
この動画は、前半は少しゆっくりのスピードで、漢字には " ふりがな " があります。
後半は少しだけ速く (+20%) になり、漢字に " ふりがな " はありません。
学習にお役立てください。

■私のこと

私は田中あきらです。日本にすんでいます。子どものころ、母が作るカレーライスが大好きでした。学校から帰ると、家の中にスパイスのいいにおいが広がります。

かぞくでおなじテーブルをかこみ、あつあつのごはんにかレーをかけて食べる時間は、私の大切な思い出です。いそがしい日でも、カレーの日は少し早くみんなが集まりました。

日本では「家の味」ということばがあります。カレーは、家ごとに味がちがひ、材料やかさ、かくし味まで少しずつちがいます。

■カレーライスって何？

カレーライスは、あたたかいごはんの上に、とろっとしたカレーをかけたりょうりです。日本のカレーは、こむぎことあぶらで作る「ルー」を使うので、とろっとしていて、ごはんによくからみます。

たまねぎ・にんじん・じゃがいもなどのやさいとすきなお肉（ぎゅう肉／ぶた肉／とり肉）を入れることが多いです。味はまるやかで食べやすいです。

インドやタイのカレーは、スパイスが強く、さらっとしたスープのようなものも多いですが、日本のカレーはごはんといっしょに食べやすいようにできています。

からさは、あまくち・ちゅうから・からくちからえらべます。からいものが好きでない人や子どもでも、自分に合うからさをえらべます。味をかえたいときは、チーズを少しのせたり、スパイスをくわえたりします。

■日本文化とカレー

カレーは明治時代（1868年～1912年）にイギリスから伝わりました。そのあと日本人の口に合うように味や作り方がかわり、今では「こくみん食」とよばれるほどみずかな料理になりました。

多くの家で月に何回も作られ、学校のきゅうしょくでも人気です。家では、多めに作り、次の日にあまったカレーで「カレーうどん」を作るなど、同じ材料を使ってべつの料理にかえることもよくあります。こうした食べ方は、日本の「もったいない」という考え方に繋がっています。

また、かぞくで同じなべからよそって食べる食べ方は、かぞくの会話と時間を大切にする日本の生活がよくわかります。外食でも、カレーのお店やていしょく屋、きっさ店、コンビニなど、いろいろなところでかんたんに食べられます。日本のカレーが広く楽しまれていることがわかります。

■カレーライスと外国人

カレーライスは、日本人だけでなく外国の人にもとても人気があります。日本に来た外国の人は、すしやラーメンを食べたあとにカレーライスを食べることが多いです。そのとき「インドのカレーとちがう」と思う人がいます。インドのカレーはさらさらですが、日本のカレーはとろみがあり、やさいや肉の味がルーにしみて、ごはんによく合います。

カレーライスは、外国の人にとって日本の生活を知るいいきっかけになります。日本の家でいっしょにカレーを食べると、かぞくのあたたかい空気をかんじられます。カレーは作り方がかんたんで、みんなで作ることもできます。やさいを切ったり、なべでまぜたりしながら、会話も楽しめます。

また、日本に住んだ外国の人が、自分の国に帰るときにカレーのルーをおみやげにすることもあります。外国の家で日本のカレーを作ると、日本での思い出を思い出すことができます。かぞくや友だちに「日本のカレーはこういう味だよ」と紹介することもできます。

■カレーライスの作り方

家で作るカレーは、作る人によって味が少しずつかわります。じゃがいもを大きく切って食べだえを出す人もいれば、小さく切ってやわらかく仕上げる人もいます。肉を多く入れてコクを出す家もあれば、やさいを多くしてあっさりとしたカレーにする家もあります。スパイスを少し足してかおりを強めることもできます。

日本にっぽんでよく使う材料つか ざいりょうは、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、そしてすきな肉にくです。たまねぎをよくいためると、甘あまさが出て、味あじがこくなります。

1. じゃがいも・にんじん・たまねぎ・肉にくを、食べやすい大きさに切ります。
2. なべにあぶらを入れて、具いをいためます。いいにおいがしてきます。
3. 水みずを入れて、やわらかくなるまでにます。あわてず、ゆっくり待ちます。
4. 火ひをよわくして、ルーを入れます。ゆっくりませて、とろみがついたらOKです。
5. ごはんにかけて。チーズやゆでたまご、やさいのフライをのせてもおいしいです。

お店で売みせられているルーのからさは、あまくち・ちゅうから・からくちの3しゅるいがあります。家で作つくってからくなりすぎたときは、ぎゅうにゅうやヨーグルトを少し入すこれと、やさしい味あじにもどせます。

「ふくじんづけ」や、「らっきょう」とよばれるつけものをそえると、さっぱりした味あじがカレーのこさをうまくととのえてくれます。
いろんな材料ざいりょうを組み合わくせることで、家でもかんたんに、自分じぶんだけのカレーたのが楽しめます。

■いろいろなカレー

日本にほんには、同じカレーでもいろいろなしゅるいがあります。よく見るカレーを分かりやすくしょうかいします。

カツカレー

「とんかつ」（ぶた肉にくにパンこをつけてあげたもの）をのせたカレーです。カツはさくさく、カレーはとろっとしていて、とてもよく合あいます。ボリュームがあり、おなかがいっぱいになります。

カレーうどん

あついカレーのスープでうどんを食たべます。さむい日ひに食たべると体からだがあたたまります。しるがはねやすいので、白しろい服ふくのときは気きをつけましょう。

スープカレー

さらったスープのカレーです。大きおおく切きったやさいとチキンなどが入はいり、スプーンでスープを飲のみながら、ごはんといっしょに食たべます。

カレーパン

パンの中なかにカレーが入はいっています。パン屋やさんやコンビニでよく見みます。中なかはあついことがあるので、食たべるときは気きをつけましょう。

シーフードカレー

魚^{さかな}やえび、いかなどが入^{はい}ったカレーです。スパイスのかおりと海^{うみ}の幸^{こう}のうまみ^あが合^あいます。アレルギー^{ひと}がある人は、材料^{ざいりょう}をたしかめてください。

やさいカレー

肉^{にく}を入れず、やさいをたっぷり^{つか}使^{つか}います。たまねぎ、にんじん、じゃがいもに、なすやピーマンなどをくわえることもあります。あっさり^たして食^たべやすいです。

ドライカレー

ドライカレーは、ひき肉^{にく}とたまねぎをカレー味^みでいためて、ごはん^{うえ}の上にのせ^{みず}ます。水をあまり使^{つか}わないため、べんとうにも入れやすいです。上^{うえ}にたまご（めだまやきや、はんじゅくのたまご）をのせると、まるやかに^たなります。

■お^{みせ}店^たで食^たべるカレー

日本^{にほん}には、きがるに入れ^いるカレーの店^{みせ}がたくさんあります。カレーせんもん店^{てん}のほか、ていしょく屋^ややきさ店^{てん}でも食^たべられます。メニューは写真^{しゃしん}つき^おのことが多く、はじめてでもえらびやすいです。

有名なカレーの店^{みせ}に「C o C o 啗^{いちばんや}番屋^{こま}（ココイチ）」があります。ここでは、からさやごはん^{りょう}の量^{こま}、トッピング^あを細^{つく}かくえらべます。あまいカレーからとてもからいカレーまであり、きばうに合^あわせて作^{つく}ってくれます。ごはん^{りょう}の量^{すく}も、少なめ^{すく}から大^{おお}もりまでえらべるので、少し^{すこ}だけ食^たべたい人^{ひと}も、おなか^{たの}がいっぱい食^たべたい人^{ひと}も楽しめ^{たの}ます。

ココイチのさいだいのからさは「20」です。いちばんあまいカレーのやく48倍^{ばい}のからさとされてい^{ひと}ます。はじめての人^{ひと}やからいものが苦^{にが}手^てな人^{ひと}は、まずは「1」からた^{すこ}めして、じかいから少し^{すこ}ずつちようせいするの^あがおすすめ^あです。むりをしないで、自分^{じぶん}のたいち^{ひと}ょうとこのみに合^あわせてえらびま^{たの}しょう。

日本^{にほん}の味^{あじ}を気^き楽^{らく}にた^{りょう}めせるので、旅行^{りょこうちゅう}中の食^{しょくじ}事^じにもおすす^{かい}めです。さらに、ココイチは海^{かい}外^{がい}にもお店^{みせ}があり、世界^{せかい}でも日本^{にほん}のカレー^{たの}を楽^{たの}しめ^{たの}ます。

■カ^{たの}レーライスをもっと楽^{たの}しむコツ

カレーライスは、かぞくや友^{とも}だちといっしょに食^たべると、味^{あじ}だけでなく会^{かい}話^わもふえ^{かい}ます。チーズ、ゆでたまご、やさいのフライなどをのせれば、自分^{じぶん}だけの一^{ひと}皿^{さら}にな^{たの}ります。

作^{つく}り方^{かた}は、切^きって、にて、まぜるだけのシンプ^{つく}ルな作^{かた}り方^{かた}です。子^こどもたちのはじめて^この料理^{りょうり}にもぴたり^こです。

あか 赤い「ふくじんづけ」やしろ 白い「らっきょう」をすこ 少しそえと、あま やさ やさ ぱりした味があじ がくわわって、いいポイントになります。から さはこのみにあ 合わせてえらべますし、家で作るなら、さかな 魚やシーフード、やさ い さいを多めに入れるなど、いろいろため 試してみましょう。

じゆう 自由にアレンジできる料理なので、なんかい た 何回食べてもあた 新 しい発見があります。

カレーライス は、にほんじん 日本人のしょくじ 食事にととてもみぢかな りょうり 料理です。いえ つく ひ 家で作る日もあれば、がっこう 学校のきゅうしょく で食べる日もあります。そと た 外で食べることも多く、みんなで食べるとかいわ 会話が生まれて、きもち 気持ちがあたたかくなります。

あなたのくに 国のカレーとにほん 日本のカレーはちがうかもしれませんが、ひと どちらも人をつなぐちから 力があります。ぜひにほん 日本のカレーをた 食べてみてください。

「カレーライス」はいかがでしたか。
コメント欄からかんそう をみんなにおし 教えてください。
それでは、またべつ どうが 別の動画でお会いしましょう。



Easy Japanese listening SUSHI

