



スパイスカレー

初心者こそ薦めたい  
旨みキーマと週替わりの合わせ技

鶏×あさり出汁×白ワインを効かせた、優しいスパイス  
使いのキーマカレー。血糖値が上がりにくいキノアを混  
ぜたターメリックライスの上には、「天然のサプリメント」と  
も呼ばれるブロッコリースーパースプラウトをON! スパイ  
シーさ引き立つ週替わりとのあいがけがイチオシだ。

### 2種あいがけ

KOMOLEBIキーマカレーと  
週替わりの  
きのこのポークジンジャーカレー  
〈1,100円〉

### 巧みなスパイス使いが光る 肉を食べている! 実感のあるカレー

水を一滴も使わずに、鶏肉や豚肉から出るオイルとスパ  
イスで作る濃厚マサラのカレーは、肉がごろっとして食  
べ応え抜群。ひよこ豆やキャベツを使った野菜の煮込みは  
優しい味わいで、カレーの旨さを引き立ててくれる。レーズ  
ンやフライドオニオンをトッピングするのもオススメ。

#### トライバルカレー

高槻市紺屋町3-1  
グリーンプラザ3号館B1F  
営/ 昼11時半~16時 (LO15時半)、  
夜(木金土のみ)18時~21時 (LO20時半)  
水曜定休

☎072-668-4026  
http://tribalcurry.com/  
Instagram: tribal\_curry



### 交カ このスパイス!

【クミン】

ガラムマサラを作るために  
必要なスパイス。特有の  
強い芳香や辛味がある。



### あいがけプレート

〈1,250円〉  
夜はドリンク付で  
〈1,550円〉



### 交カ このスパイス!

【フェヌグreek】

香りはまるでカレーそのもの! 整  
腸作用や女性特有のホルモン  
バランスを整える効果を持つ。



#### KOMOLEBI (コモレビ)

摂津市千里丘東3-8-13  
営/ 11時~19時 (LO18時半)  
木曜定休

☎072-609-0490  
Instagram@komolebi\_life  
Twitter@KOMOLEBI\_LIFE



## 華麗なるビジュアル系

# Curry

「カレー」

素材や調理法などのこだわり光る、  
見た目にも印象的なカレーを集めました。  
作り手の情熱が込められた、  
個性派揃いの一皿に心を躍らせてください。

#### 編集部みづの「カレーがナイと」

ある日の仕事終わり、カレーの気分になったみ  
づ。手づくりで本格的な味わいにするための  
「スパイス」とは一体…?



City Life Ty  
シティライフTV で検索



見てね!

### 流行りに流されることのない 「哲学」を感じるインドカレー

インド料理やアジアエスニック現地料理の調理  
師であるオーナーのカレーは、スパイスを入れる順番  
も守りながら作る本場の味。トマトの酸味と強めの辛  
味が効いたチキンカレー(チャパティ付)は、薬膳的な  
意味も持ちつつ、シンプルに旨い! と感じるひと皿。

### チキンカレー

〈920円〉



### 交カ このスパイス!

【クローブ】

漢方のような苦味と甘い  
香り、降圧作用などの薬  
膳効果がある。



#### インド流スパイス工房

#### 哲学カレー

高槻市高槻町7-15  
モリヒロ興産第2ビル 2F  
営/ 11時~14時半、17時~20時半  
月曜(終日)・水曜と日曜の夜定休

☎072-669-7603  
https://twitter.com/  
tetsugakucurry



## INFINITYカレー

〈900円〉



### 交カ このスパイス!

【チリペッパー】

新陳代謝活性、脂肪燃  
焼、食欲増進などの効果  
があり、辛さを演出。



カレーとクッキーのお店  
INFINITY (インフィニティ)

茨木市中総持寺町10-2  
営/ 月~水、金 11時半~14時、  
17時半~20時半  
木・土・日曜定休

☎090-2107-1027  
https://natsu-curry.com/



### 自家製副菜など「食」を 大切に想うスパイスカレー

農業も行う店主の「食」への想いがカタ  
チになったカレーは10種類以上のスパ  
イスを使用し、辛さは控えめ。ほんのりココナ  
ッツを感じるチキンカレーと季節感いっば  
いの月替わりカレーの2種が味わえるあ  
いがけがオススメ。ご飯はバスマティ  
ライス(パキスタン産)を使用。

#### グーグー藤カレー

高槻市高槻町9-20  
ブルーピア第一ビル1階103  
営/ 11時半~14時半  
火曜定休(不定休あり)

☎072-681-5600  
https://www.facebook.com/  
googofujicurry/

※11月よりカレー教室を開催予定



### 交カ このスパイス!

【ブラウンカルダモン】

香り付けや臭みを消す  
効果が高く、強いイモ  
ーキーな芳香が特徴。



## 二種あいがけカレー

〈1,100円〉

※写真の半熟スパイス卵トッピングはプラス100円



### 野菜をたくさん摂れる

### 健康的な週替りスパイスカレー

食材の旨味を活かすために、10種のスパイスは  
優しめの配合。この日は5種のキノコのココナツ  
豚カレーで、ザワークラウトや発酵玉ねぎなどの5  
つの副菜と雑穀米(or白米)をそれぞれ楽しんだ  
後、全部を混ぜれば渾然一体のおいしさ。人気を  
二分する欧風カレーも必食の旨さ!!