



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



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!

【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。



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…?



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。



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ぱ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、強いス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ッツ豚カレーで、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!!

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/

