

219 カレーライス（2023 年 12 月 12 日）

フランスで日本食が広まる中で、カレーライスを提供するレストランが増えています。カレーはインドを始めとする南アジアの国々の料理なのに、なぜカレーライスは日本食なのかと不思議に思われる方もいるかもしれません。今回は、日本のカレーライスの歴史と日本の食卓におけるカレーの位置付けについてお話しします。

カレーライスは、その名の通り、ライスにカレーをかけた料理です。にんじん、じゃがいも、玉ねぎと肉を入れたカレーが定番ですが、様々な野菜、肉、魚介類を具材にしたカレーがあり、応用が可能な料理です。日本のカレーには小麦粉を入れて、とろみがあるのが特徴です。



日本のカレーライスは、イギリスから伝えられた料理が発展したものです。東インド会社がインドを支配していた 18 世紀に、イギリスがインドの料理を本国へ伝えました。東インド会社の拠点があったベンガル地方では、米が主食であったため、イギリスに伝わったのは、米にカレー粉を使ったスープをかけた料理でした。インドのカレーは、いくつものスパイスを組み合わせで作られているため、いつも同じ味を出すのが難しい料理でした。そこで、いつでも美味しく手軽に調理できるようにするために、イギリスでカレーパウダーが開発されました。そして、イギリスで好まれていたシチューと同じ具材で、牛乳を使ったシチューよりも日持ちするカレーが広まったと言われています。

イギリスから日本にカレーが伝えられたのは、19 世紀後半です。その頃、日本は 200 年以上の鎖国を経て開国し、欧米文化を積極的に取り入れようとしていました。1873（明治 5）年には、「西洋料理指南」と「西洋料理通」という本が出版され、カレー粉を使い、小麦粉を入れてとろみを出した料理が紹介されました。カレーはイギリスから伝えられたことから、当時の日本人は、カレーは西洋料理の一つと考えていました。その後、当時の日本軍が、兵士たちの栄養状態を改善するために、軍隊や軍の将校の養成学校でカレーを提供するようになりました。そして、軍人が各家庭に持ち帰り、カレーライスは全国に広まりました。

1950（昭和 25）年に、固形のカレールウが発売されました。まだフランスで

パリの日本大使館員がフランスで見つけた日本

は、日本食材店以外では見たことがありませんが、カレールウは、現代の日本では、多くの家庭で常備されている食材です。カレールウは、カレー粉、小麦粉、調味料、肉や野菜のエキス、油などを固めたものです。肉や野菜を鍋に入れて茹でて、肉や野菜に火が通ったら、カレールウを入れて、ルウが溶けたらカレーができます。炊いた温かいご飯の上にカレーをかけたら、カレーライスの完成です。

さらに、1969（昭和 44）年には、レトルトカレーが登場しました。温めたレトルトカレーをご飯の上にかけるだけで、カレーライスを食べることができます。日本では、約 3000 種類ものレトルトカレーが販売されていると言われています。カレーライスは、多くのレストランや喫茶店の定番メニューになっていますし、カレー専門のチェーン店もあります。さらに、カレーを入れて揚げたカレーパン（写真右上）や、うどんにカレーをかけたカレーうどん（写真右）も人気があります。日本人は、何らかの形で頻繁にカレーを口にしています。



現在では、日本にも本場インドのカレーを味わえる専門店が増えていますので、日本人はナンと一緒に食べるスパイスの効いたカレーの美味しさを知っています。それでも、手軽さや慣れ親しんだ味から、カレーライスは、日本人の食生活に欠かせない不動の地位を築いています。ヨーロッパから西洋料理として輸入されたカレーライスは、日本で独自の発展をして、世界に広がろうとしています。