いろんな国の料理に教わる

スパイス・マジック

刺激的な辛さ、エキゾチックな香り、食欲をそそる色。
世界の国々で愛される魅惑的なスパイス料理の数々。
ひとたび振りかければ、たちまち味の世界を変えてしまう。
ひとくち食べれば、たちまちその奥深さの虜になってしまう。
そんなスパイスの魔法を、ここで御覧に入れましょう。

採れたての食材を二人らしいアジア料理に

1. スパイスに漬けた鶏肉にハチミツを塗って焼いたガイヤーンは、開店時のメイン料理として登場。季節のお食事（前菜・メイン・フォー・デザート・ドリンク）／1,800円（税込）　2. ドライミントをたっぷり使用したミントのカレー。辛いのに後味すっきり　3.「スパイスは野菜料理に深みを持たせてくれます」と話す姉のひろみさん（左）と妹のゆみさん（右）

池田山の麓に建つ真新しいレストラン。鳥のさえずり、畑を飛び交う蝶の群れ、カーテンを揺らす野山の風。ここは、大野ひろみさんと本田ゆみさん姉妹が今夏オープンする『neshian 山のアトリエ』。「二十代の頃からいつか一緒にお店ができたらいいねって話してたんです。それが形になったかな」。同じ専門学校に通っていた二人。とはいえ、ひろみさんは旅行学科、ゆみさんはホテル学科。卒業後はそれぞれの道へ進みつつも、想いは互いに温めていた。

米食文化やハーブの使い方に惹かれ、ベトナム料理店で働き始めたのはひろみさん。一方、ホテルのレストランで料理や接客を学んだ後、欧州を旅したゆみさんも、同じ頃からアジア料理店に勤務。やがて、実家の離れで友人に料理を振る舞うようになり、そこにひろみさんも加わった。

平成15年のある日、知人から退任パーティーの料理を任せたいと声が掛かる。「その方から感じる料理を、とにかく一生懸命作りました」。これをきっかけに、ケータリングユニットとして活動を開始。和食やヨーロッパ料理も取り入れて幅を広げ、依頼者の思いを丁寧に料理で表現。素材を生かしつつ、スパイスやハーブをさり気なく、けれども確かな存在として使った二人の料理は、親しみやすいのに新鮮な驚きがある。その評判は広がり、今ではイベントや教室に引っ張りだこ。

「カレーにミントを入れたり、豆のスープにマサラを加えたり。スパイスの使い方は感覚的かな」とほほ笑む二人。

裏にある畑では、自家製の堆肥を使って無農薬で野菜やハーブを育て始めた。

「採れたばかりの旬の食材を盛り込んで、私たちならではのアジア料理を届けていきたいな」。

neshian ネシアン
山のアトリエ
平成26年7月17日 OPEN

揖斐郡池田町般若畑171-1
営 木・金曜日 11:00～OS14:00
第3土曜日 …… カレーランチ
火曜日（不定期）… 料理教室・企画イベント（予約制）
電 0585-41-9011　P あり

1. 疲労回復に。アムリットカリー「丸焼玉ねぎ」／1,480円　2. 料理長のソーバットさん。現地の一流レストランに勤めていた7名のシェフが在籍　3. 笑顔が素敵な金森さん。ケータリングカーに乗り、カリーの美味しさを伝える役目も　4. デトックスを目的としたサロンリゾナスペースが隣接

インド直伝！ 体質改善カリーで元気に

スパイスの宝庫インドの伝統予防医学アーユルヴェーダは、日々の生活スタイルの調和を重視するもの。特に「食」は大事だと考えられ、「良い食事をすると健康になる」と言われている。季節や体の具合に適した香辛料で、そのとき体が欲するものを食べて整える。この概念が根付くインドでは、家庭でも30種類以上のスパイスを常備。母は家族の体調を考えて調合し、愛情を込めて料理を作る。

この考え方を生かした本格インド料理が味わえるのが『ラサマンダ』。人気の体質改善カリー「アムリットカリー」は症状によってスパイスを配合。カルダモン、コリアンダー、クローブなど15種類を入れた「丸焼玉ねぎ」は疲労回復に。ほかにも50種類の天然ハーブやスパイス、20種類の豆から、不眠、肩こり、アレルギーなどそれぞれの悩みに合わせてブレンドした16種類のカリーがそろう。

「本当に全部美味しいんですよ」と話すマネージャーの金森友恵さんは、実は元常連客。何気なく食べたカリーのスパイスが混ざり合う奥深い味わい、エネルギーが沸くような感覚に夢中になった。足繁く通ううちに、味だけでなく体にとっての「食」の大切さに開眼。今では店の運営を任される身だ。「例えばアーユルヴェーダもマクロビオティックも、頑張りすぎると疲れちゃいますよね。私みたいに美味しい！って、自然に通ってもらえたら理想的」。

厨房では現地でスカウトした一流シェフたちが巧みな腕とスパイス使いで、県産品や有機野菜などを生かしながら次々と料理を作り出す。確かな味と厳選した素材、だからこそまた食べたいと素直に思う。暑い日にはジンジャーを利かせて…。まさにおばあちゃんの知恵ならぬ、インド人の知恵に、あなたもすっかりはまってしまうことだろう。

インド料理 ラサマンダ

岐阜市此花町6-12 オペラスKONOHANA 1F
営 11:00～15:00（OS14:30）、17:00～23:00（OS22:30）
休 年中無休（元日を除く）　電 058-242-9133　P 20台

★ ラサマンダからプレゼントあり！ 詳しくはP38をご覧ください。

1.「辛さの調整もできるので、ぜひいろいろ食べてみて」と二人　2. 畑は「まぜこぜ農園」と名付け、毎日手入れをしている。店頭でも野菜を販売　3. 豚肉のハーブ和え。ナムトックムー／900円　4. 鶏とココナッツミルクのスープ。トムカーガイ／950円、ムール貝のハーブ蒸し／900円（すべて税込）

開放的な両開きのドアに吸い込まれるように店に入り、席に着く。コンクリートの床に、鮮やかな壁紙が映える店内には爽やかな風が通る。

古田カズコさんとタビー・ポスリカムさんが今春開いた『ポーヤイ』では、タビーさんの故郷、タイのイサーン地方の料理が味わえる。塩味、酸味、甘みが混在し、そこにスパイスの辛み、ハーブの香りが複雑に絡み合う、奥深くてやみつきになる味わいが魅力だ。

「もともと無農薬野菜に興味があって、自分たちで育てたものを使えたらって。採れる野菜でメニューを決めることもあります」。世界三大スープのトムヤムクンはレモングラスで風味を、トムカーガイはパクチーの根でだしを取るなど、調理に欠かせない野菜やハーブはなるべく自家栽培。

「タイ料理の飽きないところが好き。採れたてだからより爽やかですよ」。暑さで食欲のない時にこそ、ハーブと唐辛子が効いたタイ料理が、無性に食べたくなってくる。

自家栽培野菜で作る爽やかなタイの世界へ

タイごはん ポーヤイ

岐阜市徹明通1-26（P36地図B-4）
営 11:00～21:00
休 月・火曜日
電 058-262-7005

スパイスの魔力で体も心もスッキリ爽快！

1. スパイスをしっかり煮出して風味を抽出。アイスチャイ／430円　2.「朝コーヒーを飲まなきゃ始まらないっていう人みたいに、毎日スパイスを食べないと元気が出ないんです」と笑う柴田さん　3. 全身を抜けるような辛さ。日替わりのカレーと自家製ピクルス付き。甘さ、酸味、辛さが絶妙なチキンのマリネもぜひ一緒に。覚醒カシミール／1,180円、ムルギアチャール／330円（すべて税込）

カレーの文化屋食堂

岐阜市徹明通2-4（P36地図B-4）
営 11:30頃～15:00頃、17:00頃～21:00（土・日・祝は通し営業）
休 月曜日（祝日の場合は翌日）、月1回火曜日
電 058-265-6647

「スッキリしてってくださいねー」と今日も朗らかな店主の柴田英文さん。『カレーの文化屋食堂』は柳ケ瀬にある小さな店。魅惑的な香辛料の香り、陽気なインド音楽。老いも若きも男も女もみな、目の前の一皿に夢中だ。

洋食屋だったこの店を譲り受けた後、平成18年にインドカレー専門店に路線変更。「何でカレーにしたかって？毎日作って楽しいし、食べて美味しいし、体の調子がいい！」。

柴田さんが目指すのは〝記憶に残るカレー〟。一番や二番じゃなくていい。体や感覚のどこかが覚えていて、ふとまた食べたくなるカレーだという。

メニューは5種類。例えば「覚醒カシミール」は抜けていく辛さ。「ガラム・ガラム・ガラム」は甘みの後に喉から胃にずーんと効く辛さ。スプーンを口へ運ぶたびにじわじわと汗が噴き出す。そして食べ終わる頃には何ともいえない爽快感で満たされる。スパイスの魔力をダイレクトに感じるこの味、忘れられなくなる中毒者が続出中だ。

1.インドの最高級香り米バスマティを使用。一粒一粒にスパイスの滋味が染み込み、その複雑な旨さはやみつきに。美濃鶏のチキンビリヤニ／1,000円　2. カレーを目当てに店を訪れる客も多い。豆と野菜のサンバルカレー／750円、飛騨牛のスパイス煮込み／1,500円　3.「各地の料理を現地の味のまま再現するのが生きがい」と話す稲田さん　4. 築70年の旅館を改築した風情ある空間

「ビリヤニ」とは、香辛料に漬けた肉を煮込み、硬く茹でた米、ミントやパクチーをのせて炊いたインドのご馳走。こんなニッチな料理が居酒屋で味わえるとは驚きである。『enso玉宮』のテーマは、地場の肉や野菜を一番美味しい調理法で提供すること。「スパイスは料理の味をがらりと変えますが、あくまで脇役。素材の個性を引き出してくれる」。

和食屋やダイニングなど、国内外に18店舗を展開する円相フードサービスの専務、稲田俊輔さん。あらゆる国の料理を研究し、全店のメニューを開発した凄腕料理人だ。

約10年前、東京で初めて南インド料理を口にした時の衝撃は強烈だった。日本人向けにアレンジされていない本場の味。その土地に根差す伝統料理を愛する彼にとって、それは特別なものになった。

「旨みやコクに頼らず、使うのはスパイスと塩だけ。主役は野菜や肉なんです」。

各国の食文化への敬意と巧みなスパイス術から生まれる料理。その完成度の高さに、思わず感服。

enso玉宮

岐阜市玉宮町2-9-1（P36地図B-5）
営 17:00～翌1:00
（金・土・祝前日は翌2:00まで）
休 火曜日（祝日は営業）　電 058-214-6231

素材の味を生かす スパイス料理の極意

スパイスの使い手　enso玉宮 稲田俊輔さんに聞いた

スパイス料理の基本

※本誌 P.14で詳しいスパイス料理レシピを紹介！

4種のスパイスがあれば本格インドカレーが作れる！

この割合で使用

- **コリアンダー**〔ベース＋香り〕 5
  爽やかで甘い香りが特徴。シャンツァイ（パクチー）の種。
- **クミン**〔コク＋香り〕 2
  カレー特有の風味づけに不可欠。肉とも野菜とも好相性。
- **ターメリック**〔色＋香り〕 2
  別名ウコン。鮮やかな黄色で食欲をそそる色味をプラス。
- **カイエンペッパー（チリ）**〔辛み＋香り〕 1
  赤唐辛子のパウダー。量を加減すれば辛さの調整が可能。

美味しく作るポイント

スパイスは煮込む時に入れると思われがちだが、インド料理では最初に**油と一緒に炒める**ことが肝心。焦がさないように注意しながら、**スパイス本来の香り**を引き出そう。量を入れすぎると苦みが出るので要注意。

カレー以外にも活用しよう

ターメリックライス
米２合に対しターメリック小さじ1/2を加え、塩少々とバター適量とともに炊く。

エスニック風ハンバーグ
ひき肉をこねる時にコリアンダー・クミン・ターメリック・カイエンペッパーを同割で加える。

コリアンダー以外は家庭にある調味料で代用可！

コリアンダー	5	黒コショウ	1
カレー粉	3	一味唐辛子	1

この割合で使えばOK

★ enso玉宮からプレゼントあり！　詳しくはP38をご覧ください。

チキン 1,100円（税込）
※ランチタイムはサラダ・ミニコーヒー付きで980円（税込）

スープカレーの虜になった井村さんと浅岡さんが独学で研究を重ね、昨年開店。ベースのブイヨンは香味野菜や鶏ガラなどを6時間以上煮出す。その旨みの深さに加え、調合にも神経を使うという10種類以上のスパイスが、主張しすぎず隠れもせず、幾重にもなり鼻と喉を通り抜ける。ほろほろのチキンレッグに野菜の素揚げを頬張ると、もう、癖になる。

スープカレー専門店 Soul Spice

岐阜市柳森町2-57 エスポワール柳森3号
営 11:30～ OS14:00、17:30～22:00（OS21:30）
（土・日・祝は通し営業）
休 月曜日（祝日の場合は翌日） P 13台（共同）
電 058-214-4668

ランチGセット 1,380円（税込）
（カレー2種類・ナン・ライス・タンドールチキン・サラダ・ドリンク付き）

大垣市ではインド・ネパール料理店の先駆け的存在。ランチセットは750円（税込）～。タンドール窯で焼く巨大なナンはもっちりと甘く、炭火でカリッと焼き上げた香ばしいチキンも格別だ。25種類以上そろうカレーは、それぞれ違うスパイスを贅沢に駆使して仕上げる本格派ばかり。酸味や甘み、刺激が複雑に交錯する、その奥深さに脱帽。

インド・ネパール料理 マサラマスター

大垣市船町4-13
営 11:00～15:00（OS14:30）、17:30～23:00（OS22:30）
休 年中無休 P 12台
電 0584-81-6999

Kanteカレー 900円（税込）

大阪、東京、リヨンで修業した後、欧州各国を旅したシェフの三輪健二さん。その手から生まれる料理は、訪れる客に“驚きと歓び”をもたらす。福井県産吟醸牛のカレーは野菜の甘み、自家製フォンの深み、トマトの酸味が融合。口に含むとスパイスが次々と舌先で弾け、芳醇な香りが広がる。存在感のある玄米とのバランスも見事。

cafe Kante Manfila カンテ マンフィーラ

岐阜市岩地3-1-1
営 11:30～16:30（OS16:00）、18:00～23:00（OS22:00）
休 水曜日、火曜日不定 P 16台
電 058-240-9222

いろんな国の料理に教わる
スパイス・マジック

5つのお店の個性派カレー

インド料理店からカフェレストランや純喫茶まで
スパイスを巧みに使った個性派カレーを集めました。
これを食べれば、カレー愛が深まるばかり。

カレーライス 630円（税込）（サラダ付き）

茶目っ気たっぷりな店主、岩本さんが営む純喫茶。「重宝してもらえる存在でありたい」との思いを込めた店名は仏語で“卵”の意味。本格スパイスで仕込む「カレーライス」は、黒糖のコクと甘み、黒胡椒や一味唐辛子のピリリとした辛さを隠し味にした深みのある味わいだ。彩り良く盛り付けた新鮮野菜やゆで卵と相性ばっちり。

うふっ！…oe uf

岐阜市朝日町8（P36地図C-3）
営 7:30～17:00（土曜日は11:00まで）
休 日曜日・祝日 P 1台 電 058-265-4685

チキンカレー 800円（税込）
※平日限定ランチは3種のサラダ・ドリンク付きで950円（税込）

ナチュラルな雰囲気の小さなカフェ。店主の鈴木啓太さんが約4年を費やして完成させた「チキンカレー」は、19種類のスパイスに鶏ガラのダシや果物などをブレンド。辛み、旨み、甘み、酸味の最適なバランスを追求した。刺激がありながらも調和のとれた心地よい味は、多くの客を惹きつけている。

ba7cafe バナナカフェ

岐阜市柳津町東塚1-62 営 8:00～18:00
休 木曜日 P 6台 電 058-374-0977

B Kingdom of Thailand
タイ王国

ナムトックムー 980円
カオニャオ 515円

女性オーナーのオーラプンさんはタイ東北部出身。調味料や米を船便で直輸入し、肉や魚介料理、麺やカレーなど100種類以上のメニューはすべて現地の味を再現。「ナムトックムー」は豚肉と炒り米の粉をナンプラーや粉唐辛子、レモン汁などで和えたパンチのある一皿。甘みのあるもち米「カオニャオ」と相性抜群だ。

タイ料理 ピンタイ
岐阜市加納柳町44-1（P36地図C-6）
営 11:00～15:00、17:00～23:00
休 月曜日（祝日の場合は営業） P 6台
電 080-3282-7642

A Republic of Korea
大韓民国

ヤンニョムチキン 甘口1,280円・辛口1,480円
サムギョプサルセット 1,280円 ※注文は2人前～

韓国出身の金（キム）さんと朴（パク）さんが店を構えて5年。パリッと揚げた唐揚げにコチュジャン、唐辛子、水あめなどで作った甘辛いソースを絡めた「ヤンニョムチキン」は大人も子どもも楽しめる後を引く味わい。専用の鉄板で焼いて甘みを引き出した自家製キムチと豚バラ肉をサンチュで巻く「サムギョプサル」は、いくらでも食べられると評判だ。

本格サムギョプサルの店 ソウル本家 ボンガ
岐阜市白菊町3-14 マルイチビル1F
営 11:30～14:00、17:00～23:00
休 年中無休 P 12台
電 058-232-9095

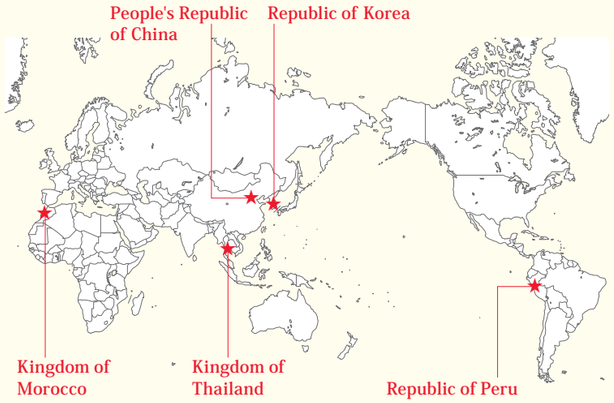
C People's Republic of China
中華人民共和国

土鍋麻婆豆腐 850円（税込）
※ランチはご飯・スープ・サラダ・デザート付きで900円（税込）

中国料理店で30年経験を積んだ野村康文さんが試行錯誤して作った「土鍋麻婆豆腐」。暗褐色のソースには生姜や唐辛子、ネギなどで作った特製ラー油の辛みとコクが溶け込む。山椒の芳香に食欲を掻き立てられ、女性でも一皿をぺろりと完食してしまうほど。食べ終われば、額にうっすらと浮かぶ汗と爽快感だけが残される。

中国料理 老虎 ラオフウ
岐阜市三番町1-6（P36地図C-4）
営 11:30～13:30、17:30～21:30
休 日曜日・祝日
電 058-264-1220

スパイス・マジック いろんな国の料理に教わる



E Republic of Peru
ペルー共和国

カウサ レジェナ 500円（税込）
セビチェ ミスト 1,200円（税込）

ペルー出身の気さくな夫妻の店。「本国と同じ味を」とアンデスの唐辛子や調味料を使う。華やかな「カウサ レジェナ」はポテトに黄色い唐辛子を混ぜ、チキンを挟む。新鮮なカジキマグロが主役の「セビチェ」は辛みの強いロコトやレモン汁などでマリネ。どの料理もどこか口に合い、また食べたくなる。「愛を込めて作る」が信条。

南米ペルーレストラン El Puerto Nautico エル・プエルト・ナウティコ
各務原市那加西野町71
営 金曜日19:00～24:00、土曜日12:00～24:00
日曜日12:00～22:00
休 月～木曜日 P 6台 電 0583-89-4838

D Kingdom of Morocco
モロッコ王国

クスクス・メルゲーズ 1,580円
※夏季限定

スペインを中心とする欧州料理のバル。歴史的背景から、南スペインの日常に溶け込む北アフリカ発祥のクスクス料理。9種類のスパイスに漬け込んだ仔羊肉の腸詰めとスムールを、野菜の煮込みとともに食す伝統のスタイル。スパイスの立体的な香りが羊肉の旨みを引き立てる。辛み調味料ハリッサを添えて、夏に美酒とどうぞ。

バル・バロッサ
岐阜市金宝町1-12 PORT-A B1F（P36地図B-5）
営 17:00～24:00（OS23:00）
（金・土・祝前日は25:00（OS24:30）まで）
休 月曜日（祝前日の場合は翌日） 電 058-265-1099