# 今月のテーマは・・・「我が家のカレー」

小さい頃家の商売で忙しかった母。台所は祖母でした。その祖母が作るカレーライスは2種類。一つは長ネギ（玉ネギではないです）とホッキ貝のカレー、もう一つはじゃがいもではない、さつまいもを使ったカレーライス。赤い缶入りのカレー粉を小麦粉に入れたカレーでした。とてもおいしかった。今でもホッキ貝のカレーとさつまいものカレー作ります。今は市販のルー使ってますが、祖母のカレーの味、出せないです。

八戸市　まさ奴どすえ～さん

息子が北海道に住んでいるので遊びに行くことがあり、スープカレーにドはまりしてしまいました。それまではドロリとしたカレーでないと、と思っていましたが、スパイスの効いたスープカレーの美味しさに目からウロコ…。それ以来我が家のカレーはスープカレーばかりです。自分の作ったスープカレーよりも有名なスープカレーのお店のスープカレーの素がやはり美味しく悔しいです。やっぱりスパイスの調合なのでしょうね。もっと勉強しないと…。

三沢市の組合員さん

最近忙しい時の我が家のカレーはキーマカレーです‼ひき肉と玉ねぎ、人参、あとは冷蔵庫にある野菜を細かく刻んでフライパンで作ります‼約20分位で出来上がるのでこれにサラダとスープでは い、どうぞ‼―と。時間がある時はいつものお鍋にカレーを作りますが、キーマも好評なので我が家での定番になっています！

八戸市　Y・Kさん

カレーは好みがわかれますね。息子はシーフードカレー、娘はポークカレー、私はじゃが芋の入らないカレーが好きです。好みに合わせるのが大変なので、あまり作りません…

むつ市　Y・Kさん

我が家のカレーは、色々なスパイスを沢山入れて2度と同じカレーは、ないです。スーパーで特売をかっているので自分好みの味に仕上げています！ハーブも大好きで良く使います！

藤崎町　Y・Kさん

私が小学校へ入学する前は両親が年を取っているせいもあり、貧しくもあり肉はなく魚肉ソーセージが肉がわりでした。でもそれが普通だと思っていました。でもとてもおいしかったです。

八戸市の組合員さん

わたしは、学校給食のうずらの卵入りカレーが大好きでした。自分で作るカレーには必ず、うずらの卵を入れます。家族も大好きで何個入っているかワクワクしながら食べます。ある時、普通のゆで卵を入れたことがありますが、これはうどんを入れてカレーうどんにしました。カレーのバリエーションは無限にありますね。

三沢市　K・Kさん

我が家は甘口と中辛をミックスして使います。やや中辛を多めにしています。コクが出て美味しくなります。

青森市　ふらわーさん

我が家のカレーは、子供がいるので「甘口」のルーを選んで作っています。でもピリ辛いカレーを食べたい時もありますよ。そんな時は、キムチをトッピングして食べています。気持ち悪いかもしれませんが意外と美味しいですよ…もう少し子供が大きくなったらスパイシーなカレーを作ってみたいです。

八戸市　W・Sさん

皿を返しても、ルーが落ちないカレーです。（返したことはないけど、よく言われます）小さい頃、祖母の作るカレーは大鍋にカレー粉（缶入り）を入れたサラサラのルー。大人になったら濃厚なルーを作りたいと思っていたので、超濃厚カレーです。

むつ市　カレー子さん

とにかくにんにくを沢山入れます。溶けてしまいますから食感はじゃがいもと同じですが、お肉と一緒に入れると疲れが取れるから、高齢になってもおすすめ！カレーの時でもみそ汁、サラダは必ず作っています。食べ物で体は作られているからね～

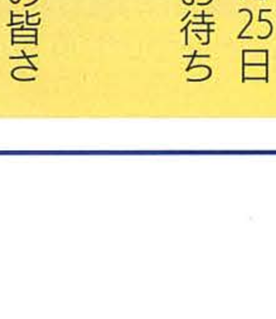
むつ市の組合員さん

小泊ではサザエカレーがあります。ちょっと苦いからイヤだあーと話したところ、サザエに付いているヒラヒラしたところをとるといいんだよってそこが苦いんだと教えられました。試したところ全然苦くなくおいしく食べられました。皆さんも作ってみてください。

中泊町　C・Yさん

我が家のカレーは具がほぼ一緒で、毎回市販のルーをちがうものにしているくらいで、特別な調理の工夫もありませんが、毎週金曜日はカレーの日にしています。晩ごはんのメニューを考えなくてもいい日なので気持ちは楽ちんです。ただ、1週間がむやみと早く感じてしまうので、カレーを食べたのがつい2～3日前だったような錯覚におちいることがたまにありますが：

青森市　T・Tさん



進学により家から子どもたちが巣立ち、一番減ったメニューです。子どもたちが帰省すると、必ずリクエストがあるメニューでもあります。我が家のカレーはトマトジュースをいれたり、牛乳やヨーグルトをいれたりその時の具材により変わります。カレールーは市販のものを何種類かミックスしています。一番人気は、翌日のカレーに納豆をトッピングした2日目カレー。これが目当てで毎回鍋いっぱいに作っていました。最近作ってないですね。リンゴが出回ってきたので、リンゴカレーを作ってみたいと思います。

弘前市　C・Aさん

我が家のカレーは一般のカレーとかわりばえしませんがじゃがいもを入れないのと人参は細かく切る、ソース、ケチャップ、砂糖を入れるのが定番です。家族も3人なので量的にもその日で食べ終わるように次の日まで残さないようにして作るようになりました。

五所川原市　R・Yさん

1月号のテーマは

## 「2027年は、こんな年にしたい！」

です

こうゆうことを頑張りたい、まったりした1年にしたいなど、皆さんの2027年はこんな年にしたいという抱負をお聞かせください。

氏名（よみがな）・組合員番号・掲載時のお名前を明記の上、ご応募ください。〆切は11月25日（消印有効）です。ご投稿お待ちしております。

テーマコーナーは、読者の皆さまからの投稿と、「はばたき」レポーターの皆さまのご協力で、紙面を作成しています。ご協力ありがとうございます。

宛先　おハガキの場合、〒038―0012　青森市柳川二丁目4―22　コープあおもり本部広報担当宛て　Eメールの場合は、habataki@coopaomori.comまでお寄せください。パズルの応募と一緒の投稿もお待ちしておりますので、よろしくお願いします。（左の二次元コードを読み込んだ際、メールのアプリが起動しない場合は、お手数ですが、Eメールアドレスを直接入力頂き、ご投稿ください。）

▲はばたき宛てメールフォームこちらからも投稿できます。