

○マサラチャイ

材料

紅茶（アッサム CTC） 8g
カシア 5g
カルダモン（サヤを割っておく）
6個
クローブ 6個
黒糖 又は きび糖 40g
生姜スライス 4枚
牛乳 又は 豆乳 250ml
水 250ml



- ①鍋に水・スパイス・生姜を入れて沸騰させる。沸騰してきたら紅茶を入れて1分沸騰させてしっかり煮だす
- ②残りの材料を加えて温める。
※牛乳は沸騰させるレシピ・させないレシピあるのでどちらでもOK
豆乳は沸騰厳禁！凝固して口当たりが悪くなります。

○ホワイトソースを作る時に、クローブを数個入れて牛乳のくさみを取り除く。※牛乳を温めるときに入れる。

○ヨーグルトに混ぜて
ヨーグルトにクミンやチリパウダーを混ぜると「ライタ」と言われます。キュウリの輪切りを入れた「キュウリのライタ」有名（僕はヨーグルトにクミンだけが好き）

○フルーツにかける
パイナップルに塩とブラックペッパーをかけるのはインドで定番の組み合わせ

○カルダモンコーヒー & ホットワイン
スパイスを使った探すと色々ありますから、検索してみてください。

本書ではインドっぽい&おうちで作りやすいことを中心にしています。スパイスはインドだけでなく、中国・東南アジア・スリランカ・中東アメリカなどなど幅広くありますし、スパイスの種類ももっとあります。これを機会にスパイスに興味を持ってもらえたら、よりディープな専門書などを見ていただければと思います。
あ、でも買うと高いので図書館利用がおすすめ♪