

Curry kochen : gut leben!

Wie man gesund leben kann mit curry:

カレーを作るということは、いかに人生をよく生きるかということに置き換えられます。では、「幸福のレシピ」をどうぞ！



Die Zutaten müssen nicht exklusiv sein, sondern es können einfache Zutaten sein. Es ist nur wichtig, wie man sie einsetzt. Kleine Hinweise wäre, Ihr braucht kein Wasser und Öl, denn nach japanischem Sprichwort sind Wasser und Öl keine Verwandtschaft (das heißt, nicht mischbar). Man versucht Harmonie.

材料は特にすばらしいものである必要はありません。平凡なものを活用しましょう。ここで水と油が不要なことだけ申し上げます。日本のことわざにもあるように、不仲なものを並べても意味がありません。

Alle Gemüsesorten werden nicht so fein geschnitten, weil alle Zutaten selbst gut sind. Stattdessen muss man lang erwärmen.

Das Wohl braucht keine Scharfkantigkeit sondern Sanftmut und warmen Mut.

全ての野菜はおおざっぱに切っておきます。包丁の鋭さに頼るのではなく、根気と柔和さが重要です。



Man gibt alle Zutaten gleichzeitig in den Kessel. Man muss die Brühe ausprobieren, man ist nicht festgelegt. Das Wohl besteht nicht nur aus den Sichtbaren. (Auf Fotos steht Schokolade, oder Erdnuss ist empfehlenswert)

あとは鍋に材料を入れて煮るだけですが、この際隠し味が必要です。これは自分で開発してください。幸福とは見えるものだけによって成り立つわけではないからです。(写真ではチョコ、それ以外にピーナッツが使えますがキムチなども可)



Gewürz wird möglichst viel verwendet. Es darf gerne auch scharf sein. Ein Impuls macht Euer Leben nicht mehr eintönig. (Curry Puder 30g und Gewürz gleich oder mehr. Wasser ist gar nicht dabei. Selbst gezeugt.)
香辛料を使います。「え、こんなに?!」と思うくらい使ってください。人生にはそのくらいの刺激が必要なのですから。(写真では40g程度のこしょうや種々香辛料を使いました。これ以外にカレー粉30g)

Das Leben erzeugt immer Abfall. Man muss verantwortlich nicht nur mit dem Produkt, sondern auch mit dem Nebenprodukt umgehen.

人生からは必ず「ゴミ」がでます。何に向かって生きていくかも大事ですが、その際に出す「ゴミ」の処分にも責任を持って。



Das Leben braucht den Herd. Der Herd wärmt alles. Aber der Herd braucht eine(n) gute(n) Benutzer(in), der (die) selbst lernt, welche Temperatur angenehm ist. 人生には全てを温めるかまどが必要です。ただしかまどだけではだめで、それを適温で使いこなせる人が必要です。

Das Leben braucht eine(n) gute(n) Esspartner(in).
Ja wohl, Ihr habt Ihn(Euch) schon gefunden!
そして何より、一緒に食事をする人が必要でしょう。そう、これはもう見つかっていますね!

Guten Appetit!

