



上:チキン・なすカレー¥1050。基本のチキンカレーは¥900でトッピング(¥150~)はほうれん草やジャガイモ、きのこなども用意。ソース大盛はプラス¥400で2倍の量になる。右:牡蠣とクレソンのカレー¥1,750。2月までで数量限定。ブリッとした牡蠣の食感が秀逸。



**Sync**  
 東京都目黒区鷹番2-8-21  
 ☎03-3760-0655  
 ⌚12:00~14:30  
 (土曜・日曜・祝日~16:00)、  
 18:00~23:00  
 ☎水曜



左:小ぢんまりした空間にカウンターとテーブルが1卓。マスターの気さくな柄も心地良い。右:東口商店街から韓国料理「サンジュ」の角を右折。カフェ風の外観で女性の一人客も多い。

## 美味しく食べて健康になれる 大人のためのサラサラカレー

### Sync

テーマは、美味しさと健康を追求した「ニュー・エイジアン・カレー」。小麦粉を一切使用せず、タイ風でもインド風でもない“大人が毎日でも食べたくくなるような”カレーを作りたいというマスターの思いが発端で誕生した、未知の味だ。一見したところサラリとした質感のカレーは、大量の炒めタマネギをベースに、スパイスの風味とトマトの酸味、鶏ダシの旨みが絡み合い、白麦と発芽玄米をブ

レンドしたライスと至妙のハーモニーを奏でる。野菜のソテーに始まり、カレーソースに鶏ダシを合わせて仕上げるに至るまで、すべてオーダーを受けてからひとつひとつ調理するため少々時間はかかるが、具の存在感や持ち味が生きて旨さも倍増する。低カロリーの鶏むね肉から脂を丁寧に取り除いて使うなどヘルシーでありながら、コクがあって後味も爽快。日常的に食べたいカレーの筆頭だ。