



12月おばんざい薬膳 Jiku ご飯

Am:11:00~Pm:15:00(ご予約制)

¥1580(お飲み物付・税別)

食を軸にカラダとココロに Smile を届ける をテーマに
旬の食材と薬膳の知恵を取り入れた食べやすい薬膳です

テーマ： 冬の風邪予防と温め効果の薬膳



食前茶 有機栽培 三年寝かせた熟番茶 (京都府和束町 中井製茶場)



ワンプレートの野菜おかず盛り

- ・根菜と金針菜(薬膳素材)のカレー風味煮
- ・白菜と白きくらげ(薬膳素材)林檎和え
- ・ひじき入り卵焼き
- ・ほうれん草と蓮の実(薬膳素材)の白味噌チーズ焼き (チーズ抜けます)
- ・サラダ ・蒸し野菜 (生姜風味のトマトソース)



メイン料理(メインのみ肉か魚で、週替わりになります)

- ・鮭のソテー 柚子胡椒クリームソース 黒木クラゲ(薬膳素材)入り
(1日~6日・15日~20日)
- ・鶏肉団子揚げ 梅風味甘酢ソース 山査子(薬膳素材)入り
(8日~13日・22日~27日)



汁物 木ノ子とハト麦(薬膳素材)のスープ



白米と雑穀米のブレンド



デザート 紅茶のゼリー シナモン風味のベリー甘煮添え

*メニュー監修：おばんざい薬膳料理研究家 倉 英子