

こよみ 暦変わり 薬膳ランチセット

*本日の薬膳ポタージュスープはスタッフにおたずねください

季節のスープor
ポタージュセット

¥880



薬膳カレーセット

¥990



1番人気!

薬膳カレー+
季節のスープor
ポタージュセット

¥1,100



豚の丁子煮セット

¥1,100



豚の丁子煮+
季節のスープor
ポタージュセット

¥1,540



セットはライス(もち麦入りごはん)orパン(バケット)、自家製ピクルス付き

+200円でドリンクセットにできます。以下からお選びください。

- コーヒー(ホット/アイス)
- カフェラテ(ホット/アイス)
- ローゼル茶(ホット)
- 日本ハッカ茶(ホット/アイス)
- コーン茶(ホット/アイス)
- ゆず茶(ホット)
- ゆずスカッシュ

*価格は税込みです

薬膳カレー

¥550

無水調理で作ること野菜の甘さが引き立ちます。
からだを温め、辛さ控えめなスパイス配合で食べやすく仕上げました。
薬膳カレーらしく涼性の食材ナスと温性の食材ピーマン、
辛味の食材生姜やスパイス類と甘味をもつ食材ひよこ豆などを
バランスよく合わせ、心身のバランスを整える一品です。



豚の丁子煮

¥550

丁子の西洋名は「クローブ」。
シナモン、胡椒、ナツメグと並ぶ4大スパイスの一つです。
薬膳では、からだの内側を温める作用を持つ食材に分類されます。
滋養強壮に良い豚肉との相性は、風味も作用も◎。
血液循環や気の巡りを促す赤ワインで煮込み、
上には消化を良くするパセリをあしらえました。
スタミナアップにおすすめの一品です。



季節の薬膳ポタージュ

¥440

旬の食材をたっぷり使った濃厚ポタージュです。
生クリームは使わず、じゃがいもや米などの食材で
とろみ付けをしています。
砕いたナッツやミョウガ、チーズなど、上にあしらえる食材にもご注目。
ポタージュごとに陰陽のバランスが取れるように工夫をこらしています。



季節の薬膳スープ

¥440

「ご自宅でも楽しめるスープ」をコンセプトに、
旬の食材を使って簡単においしく作れる、
食べ応え満点の薬膳スープです。
野菜から魚介まで、旬の食材を偏りなく使うことで
栄養面にも配慮しています。
温める食材と冷ます食材を絶妙なバランスで組み合わせることで、
風味も深まり、気軽に食養生ができます。



薬膳とは「特別な何かを入れる」のではなく、
食材の持つ「陰」「陽」の性質をバランスよく取ることです。
その方法や考え方を皆様とシェアすることを目的に、
季節の素材を生かしたランチをご提供しています。
旬のものを取り入れて、心もからだも元気に!
季節を感じる食養生をお楽しみ下さい。