

Menu Santé 美容と健康のメニュー 【限定 20 食】

メニュー・テーマ 「春バテ対策」

春は激しい寒暖差や新生活の緊張から、春特有の心身の不調を感じる人が多くいます。
バランスの取れた食生活で自律神経を整えて、明るい春を迎えましょう。

Amuse

野菜チップス/豆乳ディップ

プレミアム豆乳と呼ばれる豆乳を使用しました。バター代わりにパンに付けてお召し上がりくださいませ。

Entrée

車海老とホタルイカを新緑のタブレに乗せて プティ・ポワのピュレとフキのマリネ

ホタルイカは内臓ごと食べるイカなので栄養が豊富です。中でもビタミンAは魚介類の中ではトップクラス
ビタミンAには、目や粘膜・肌の健康を整える作用もあります。

Soupe

白いんげんのポタージュ ハモンセラーノ風味 マイクロパクチーのアクセント

白いんげんと豚肉の組み合わせはビタミンB群が豊富に含まれており、疲労回復の相乗効果が得られます。

Plat

お好みのメインを一皿、お選びくださいませ。

イトヨリの炙りに春キャベツと宍道湖産 大和しじみのクーリー

サフラン・ジュレ・キューブと豆苗とイベリコチヨリソーのサラダをあしらって、、、

キャベツの栄養成分としてビタミンCが100g中41mg配合。春キャベツは更に1.3倍含まれており
免疫力アップや美肌づくりに一役を担っています。

又は

国産 牛頬肉の赤ワイン煮 季節の温野菜添え (+¥1,080)

又は

牛フィレ肉のポワレ マデラワインのソース (+¥1,296)

又は

新城市 鳳来町産 蓬萊泉の酒粕で育てた源氏和牛サーロイン (+¥2,160)

又は

牛フィレ・フォアグラ・黒トリュフのロッシーニ仕立て (+¥3,000)

Dessert

ココナッツのムースとマンゴーのパルフェ カダイフを木苺の巣ごもりに見立てて

ココナッツは、代謝が早くエネルギーになりやすい為、コラーゲンの生成をサポートし老化の原因である活性酸素を抑えます。食物繊維も豊富で整腸作用が期待でき、美容に欠かせない栄養がふんだんに含まれています。

Le Café ou Thé

今月のハーブティー又はコーヒー

¥ 2,990 (税込)

*尚メニューは仕入れ状況により若干の変更になる場合があります。