

8月の時間割(注意!!!!時間割を少し変更しました!)

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
27 (注) 7月ですが 8月扱い☞	28 13:30 A 18:30 A 8月扱い☞	29 11:30 A 19:00 A 8月扱い☞	30 11:00 A 19:15 A 8月扱い☞	31	1 11:00 A 14:00 e 17:30 A	2 11:00 A 14:00 e 17:30 A
3	4 13:30 B 18:30 B	5 11:30 B 19:00 B	6 11:00 B 19:15 B	7	8 11:00 B 14:00 e 17:30 B	9 11:00 B 14:00 e 17:30 B
17	18 13:30 C 18:30 C	19 11:30 C 19:00 C	20 11:00 C 19:15 C	21	22 11:00 C 婚活イベント 17:00 ~	23 11:00 C 14:00 C 17:00 C
24	25 13:30 D 18:30 D	26 11:30 D 19:00 D	27 11:00 D 19:15 D	28	29 11:00 D 14:00 D 17:00 D	30 11:00 D 14:00 D 17:00 D

A・野菜とホタテのかき揚げ

- ・ざるそば~こだわり麺つゆ~
- ・ささみの葛たたき
- ・焼きなす南部づけ

【夏のさっぱり和食】

「かき揚げ」自己流で作ってみてもかなり失敗しやすい揚げものです。

サクサクに上手に揚げるコツが満載ですよ。

「葛たたき」パサつきやすいささみを、夏にぴったりなのどごしつるりとした食感に仕上げます。

食欲がなくてもさっぱり食べられます。

「焼きなす」夏には外せない人気の一品です。

「ざるそば」金沢の製麺所から買い付けたおいしい麺を手作りの「追いがつお」麺つゆで頂きます。

「タコライス」沖縄のB級グルメの代表格!

メキシコ料理のタコスのアレンジしたもので、味付けられたひき肉・チーズ・トマトなどの具をご飯の上に散りばめた料理です。

「チャンプルー」苦いだけじゃない!ゴーヤに秘められた美肌健康パワー!野菜の中でも驚きの栄養価です。美味しく下処理して夏の食卓にぜひ。

「ジーマミ豆腐」沖縄で食べた方のほとんどがハマる!ピーナッツで作られたもちもち食感の豆腐。

家でも作りやすいように手軽な材料で作ります。

D・ラトウイユ

- ・白身魚のプロヴァンス風
- ・ほうれん草と半熟卵のチーズココット
- ・バターロール付

【基本の洋食】

「ラトウイユ」フランス南部プロヴァンス地方の夏野菜たっぷりの煮込み料理です。

冷めてもおいしいのでお弁当等にも。

「プロヴァンス風」バジルとニンニクの香りが堪らない!フレッシュトマトの入ったソースがお魚に良く合います。

「ココット」トースターで簡単に出来る、家でも作りやすいと人気の一品です。

B・ビーフストロガノフ

- ・ニンジンのバターライス
- ・ミニトマトのカプレーゼ
- ・カフェ・オ・レのムース

【基本の洋食】

「ビーフストロガノフ」ロシアの代表的料理!

なんだか難しそうな名前ですが「簡単・おいしい」もし「得意料理は?」と聞かれた時にも、答えるのにぴったりなメニュー♪

まだ得意料理がない方は是非マスターして下さい。

「カプレーゼ」トマトとチーズのイタリアンには欠かせない前菜。見た目がかわいいのもいいですね。

e・手ごね揚げたてカレーパン

【揚げたて最高!人気のカレーパン】

■所要時間約2時間45分~

美味しいカレーパンを手作りで、揚げたては最高です!お持ち帰り用の袋のご用意をお願いします。

パンは揚げるのでオープンなしでも作れますよ(^.^)

C・タコライス

- ・ゴーヤチャンプルー
- ・ジーマーミ豆腐(予定)
- ・マンゴープリン

【2年に1度の沖縄料理♪】

■夏季休業のお知らせ■

誠に勝手ながら8月10日(月)~17日(月)は夏季休業とさせていただきます。

休み中のご予約はお手数おかけしますがネット・メール・留守電のいずれかでお願ひ致します。