

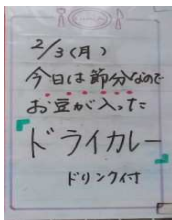


限定メニューのご紹介

～今までに登場したメニューいろいろ～

2月3日（節分） 月曜日

◆お豆が入ったドライカレー◆



★いろいろなお豆が入ってます。

★マイルドでおいしいドライカレー。

◎ 2月25日 火曜日

◆トリプルプレート◆

〈ビーフストロガノフ・ポテトグラタン白身魚のフライ〉



★ソチで頑張った真央ちゃんにちなんで、トリプルの美味しさをどうぞ。

★今日のデザートは、フルーツたっぷりの杏仁豆腐。サラダもお野菜てんこ盛り。



2月4日（立春） 月曜日

◆醤油バター一味バーニャカウダープレート◆

〈チキンソテー 温野菜と冷野菜 ライス ミニコーンスープ
チョコレートケーキのプチデザート〉



☆お野菜たっぷりです。

温野菜・レンコン・なす

パプリカ（赤黄色）・キャベツ

冷野菜・大根・にんじん・きゅうり

ブロッコリーこんなに入ってます。

☆ガーリックの効いたバーニャカウダソース
が、お野菜の美味しさを引き立てます。

◎とり胸肉のおいしい料理法

カロリーも低くヘルシーで経済的な胸肉ですが、ぱさつくのが難点。

どうしてさくらカフェのは、しっとりおいしいの？

いつもおいしい鶏肉料理を作ってくれるシェフから コツを伺いまし
た。

鳥胸肉 500g に対し、水 100cc に塩 小さじ 1、砂糖 小さじ 1 を溶かし
1 時間ほど漬けます。

そのあと、水気をふきとり通常通り味付けをするだけ。 唐揚げもジ
ューシーに仕上がりますよ。



2月5日 水曜日

◆野菜たっぷりのポトフ◆

〈パン サラダ ムース風ヨーグルトゼリー〉



☆無加水鍋で調理しています。

ジャガイモ・ニンジン・玉ねぎ・キャベツ
・しめじ・ブロッコリー

🍴野菜のうまみを味わってください。

☆ゼラチンを入れて冷やし固める時ちょっと
ホイップすると、ムース風に仕上がります。

◆クリームパン 130円◆



☆ふわふわの白パンに 手作りカスタードクリー
ムをたっぷりはさみました。やさしい甘さで
す。持ち帰りできます。

◎ パスタの秘密

ときどき登場するパスタは、たった1分で茹で上げています。普通
のパスタがなぜ1分で・・・ ひみつは [NHKためしてガッテン](#)
で紹介された方法を使ったから。ご家庭でも絶対役立つはずです。



2月27日 木曜日

◆沖縄料理 タコライス◆



☆タコライス（十六穀米の上にとっぷりの野菜と甘辛の挽き肉を乗せ、辛味には玉葱のピクルスを添えました。本場はピリ辛です）

☆季節の野菜（菜花・ネギ）

☆人参コンソメスープ（喉ごしと保温効果に片栗でトロミをつけました）

☆デザート（一口大の苺と、林檎煮）

ポイント！⇒どの年代のお客さまにも召し上がれるように味付け盛付けにこだわってます。

2月20日

◆鶏肉のホワイトソース煮・洋風茶碗蒸し・デザート



☆鶏肉のホワイトソースは、なんと柚子風味です。

☆スープに見えますが、茶碗蒸しにアンがかかっています。



1月30日

◆和カフェ◆

〈揚げだし豆腐・長芋のあえ物・ブロッコリー・スープ・十六穀米

・デザート（いちご大福）〉



☆アツアツの揚げだし豆腐 ヘルシーな十六米
アイデア一杯のいちご大福

お料理好きな木曜シェフはレパートリー豊富、
今まで一度も同じメニューはありません。
さて、来週はどんなメニューが登場するか楽
しみですね。

2014年2月14日 金曜日（バレンタインデー）

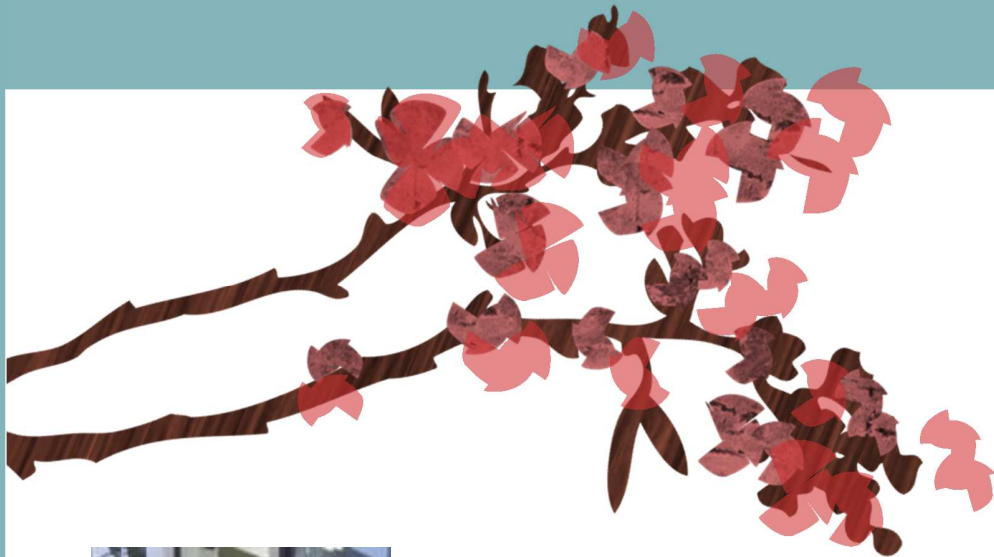
◆ロールキャベツ セット◆



★柔らかく煮込んだロールキャベツは、
とろけるおいしさ。

★今日のデザートは、ミニチョコレートケーキ





先週に引き続き また 雪❄️❄️❄️
アツという間に歩道は真っ白・・・。
花にも雪が積もってしまいました。

◆◆ チキンマカロニグラタン◆◆



★手作りホワイトソースがなめらか。
チーズの香ばしさがたまりません。