



全国の私達を
支えてくれている農家さんから
「めい」のふるさと御膳

3800円

Furusato-Gozen course



契約農家直送
おやさい使用。

やさい家めい「五月の選べるコースとアラカルト。」

季節のお野菜とは、その時期その時期にカラダがもどめる
必要な栄養をたくさん含んでいるんです。色も形も食感も全てが
合理的に出来ているんです。長い月日の中で出来上がった、大地の力！
お野菜の力から生まれる生命力を感じながらお召し上がりください。
それがやさい家めいの考える「元氣野菜」です。

めいの季節限定
旬菜会席
Version 春

5800円



「はじめに」
アスパラガスのポタージュ
Potage of asparagus

「今月の元氣野菜」
農園バーニャカウダ
"Bagna Cauda" (raw vegetable, creamy and garlic dip)

「旬の前菜五種盛り合せ」
岩もずく酢
季節のお野菜の茶碗蒸し
アイコのキムチ
スナップエンドウの塩麹
独活のきんぴら
Five kinds of vegetable appetizer

「揚げ物」
旬野菜の天ぷら
Assorted vegetable tempura

「主菜」
和牛カイノミの炙り焼き
Grilled Japanese beef

「ほっこりメのご飯」
筍と桜海老の土鍋ご飯
お漬物・お野菜汁
Steamed rice in a clay pot
Pickles/Miso Soup

「甘味」
水菓子と健康茶
Japanese dessert and Herbal tea

採れたての季節のお野菜を
お楽しみください。

- 「はじめに」 At first,
アスパラガスのポタージュ Potage of asparagus
「今月の元氣野菜」 Vigour vegetable this month
農園バーニャカウダ "BagnaCauda" (raw vegetable, creamy and garlic dip)
「ふるさと御膳」 Furusato Gozen, assorted vegetable dishes
独活のきんぴら Chopped cooked "Udo"
スナップエンドウの塩麹 Snap peas with yeast with salt
うるいの酢味噌和え "Unri" with Miso and Vinegar
ひじきの卵の花和え "Hiji" and "Okara"
アイコのキムチ和え Tomato "Aiko" with kimuchi taste
筍のお刺身 Sashimi of bamboo shoots
岩もずく酢 "Mozuku" with vinegar
山菜ごま豆腐 Tofu with boiled mountain vegetables
梅干しの天ぷら Tempura of pickled plum
鳴門金時のカリカリストック Deep fried sweet potatoes
筍の天ぷら Tempura of bamboo shoots
桜海老と新玉ねぎのかきあげ Fried spring onlon and "sakura" shrimp
新じゃがチップ Chips of new potato
筍と地鶏のすき煮 Sukiyaki taste bamboo shoots and chicken
「ほっこりメのごはん」 Rice
本日の土鍋ご飯 Today's steamed rice
お漬物・お野菜汁 Pickles/Miso Soup
「甘味」 Sweets
水菓子と健康茶 Japanese dessert and Herbal tea



「今月の元氣お野菜」
Vegetable appetizers



農園バーニャカウダ
(二人前) 1600円

"BagnaCauda" (raw vegetable, creamy and garlic dip)
毎朝届く契約農家の新鮮なお野菜を、
特製のパニーニャカウダソースにくぐらすだけのシンプルなお品。
東京じゃちよと有名なんです。

農園アグリフォンデュ
(二人前) 1800円

"Cheese fondu" (steam vegetable and camembert cheese)
新しい定番! 土鍋で「蒸す」事で、お野菜の旨味をじっくり、
たっぷり引き出しました。まるごとカンパールと一緒にアツアツでどうぞ!



- 「お肉も好き」
シャキシャキれんこん入り鶏つくね 800円
Minced chicken balls with lotus root
地鶏の唐揚げとお野菜の黒酢あんかけ 1000円
Deep fried chicken and seasonal vegetables over black vinegar source
佐助豚のハリハリ蒸し 1400円
Steamed sasute pork and Mizuna, pot herb mustard
完熟トマトと和牛のすき煮 1800円
Sukiyaki of Japanese beef and ripe tomatoes
パリパリキャベツとちよきちよき鶏の一本焼き 1800円
Cabbage and charcoal grilled spicy chicken leg
「メい飯」
丸ごとトマトの玄米100%ドリア 1080円
Brown rice "Doria" with hole roasted tomato
お野菜たっぷりカレー 1200円
Assorted vegetables curry with rice
つがるロマンのとうろ飯 700円
Grated rice in a clay pot
つがるロマンの土鍋炊き銀シャリ (1合) 1000円
Steamed rice in a clay pot
本日の土鍋飯 (1合) 1500円~
Today's rice in a clay pot
お野菜汁 500円
Miso soup
お漬物盛り合せ 600円
Assorted Pickles
「甘味」
わらびもち 600円
Warabimochi, starch jelly with soybean flour
本日のめいアイス 600円
Sweet potatoes ponding in a clay pot
なると金時の土鍋プリン 650円
Today's ice cream
チョコとあずきのテリーヌ 700円
Red beans and chocolate terrine

「はじめに」

Start

- トマトの塩麹和え 680円
Tomato with salt yeast
山菜と豆乳豆腐の胡麻かけ 680円
Mountain vegetables and soyilk Tofu with sesame source
岩もずく酢 680円
Tempura of seasoned plum
梅干しの天ぷら 700円
"Mozuku" with vinegar
アロエのお刺身 1000円
Aloe Sashimi
アスパラガスと桜鯛のカルパッチョ 1280円
Carpaccio of asparagus and "sakura" snapper

「畑のサラダ」

Salad

- 元気になる「めい」サラダ 950円
Mei-salad
まるごとレタスのシーザーサラダ 1100円
Caesar salad with whole leaf lettuce
新玉葱サラダをたっぷりのせて 1280円
Seared bonito with lots of spring onion and colorful vegetables

「揚げ物」

Deep fried

- 筍唐揚げ 800円
Fried bamboo
なると金時のカリカリストック 800円
Deep fried sweet potatoes
アスパラガスのチーズ春巻き 850円
Spring roll og asparagus and cheese
旬野菜の天ぷら盛り合わせ 1600円
Assorted vegetable tempura

「工夫しました」

Original

- 鯛の梅煮 オイル漬け 750円
Biles sardine with tasted plum pickled in oil
ふわふわ山芋のとうろ焼き 1000円
Otononoyaki, pancake of Japanese yam
たっぷりキャベツと丸福のトマトもつ煮 1200円
"MOTU" and stewed cabbage with tomato flavor
アボカドでマグロを包んだ冷製オードブル 1600円
Avocado and tuna
レタス納豆と八種の菜味 1600円
Natto with 8 kinds of condiments and whole leaf lettuce

