



## ～今月のお食事～

### 大根とキムチの卵スープ

ちょっぴりピリ辛のキムチスープは、卵を入れてまろやかに仕上げられています。ぽかぽかと体を温めてくれる寒い冬にぴったりなスープです。

### キヌア入りサラダ にんじんドレッシングで

キヌアはスーパーフードとしても栄養価が高く、食物繊維やミネラルも豊富で美容にも嬉しい食材です。  
鮮やかな特製にんじんドレッシングでどうぞ。



### あんかけロール白菜

白菜はビタミンCやカリウムを豊富に含み風邪の初期症状を緩和する働きがあります。甘みのある柔らかな白菜ととろりとしたあんがよく合います。

### 数の子ひたし豆

「まめで達者で子孫繁栄を」という願いのこめられた新年らしい一品です。数の子の食感が楽しく、おつまみにもおススメです♪

### 白身魚のそば蒸し

ほわっとした白身魚が上品な味わいのそば蒸しです。  
さっぱりとぽん酢でお召し上がりください。

### 左エ門風中華粥 香の物

ヘルシーで胃に優しいお粥はお正月に弱った胃腸にも◎です。  
左エ門風に食感と出汁の効いた中華粥に仕上げました。

### 黒糖ゼリーと柚子のパウンドケーキ サイフォンコーヒー

上品な甘さの黒糖ゼリーと香りに癒される柚子のパウンドケーキです。香り豊かなサイフォンコーヒーと一緒に召し上がりください。



昨年もお来店頂きまして大変ありがとうございました。  
今年もどうぞ宜しく願い申し上げます。

左エ門 スタッフ一同