

※表示価格は税抜価格です、別途消費税を頂戴いたします。

ランチタイム11時30分～15時(ラストイン14時30分)

# 薬膳宴席



## ■ 拌海蜇皮 クラゲのサラダ

クラゲに含まれるコラーゲンで潤いを。  
まずは、お酢で胃袋に膜を作り、次からの料理の消化吸収を助けましょう。

## ■ 露笋魷條 紋甲イカとアスパラの彩り炒め

イカには、中性脂肪の増加を防ぐとされるタウリンを多く含みます。タウリンには、人体と細胞を正常な状態に戻す働きがあるとされています。

## ■ 黒椒鶏丁 鶏肉の黒コショウ炒め

筋肉量を落とすことなく、体脂肪だけを燃焼させる効果があるとされる鶏肉と、疲労した際に身体を強壮するとされる黒コショウの相性は抜群です。

## ■ 蟹肉魚翅 蟹肉とフカヒレ入りスープ

フカヒレには良質のたんぱく質が多く含まれています。たんぱく質は体を作っていく上で必要な栄養素ですが、他にも酵素や免疫抗体、血液成分、遺伝子、神経伝達物質、エネルギーにも利用されます。

## ■ 好蒸二品 シュウマイとエビ蒸しギョウザ

蒸し料理は油を使わずカロリー控えめ、しかも素材の栄養を逃がさずに余分な脂肪分を落としてヘルシーに召しあがることの出来る、体に優しい調理法です。

## ■ 麻婆豆腐 拍拍飯店名物 麻婆豆腐

～豆腐には必須アミノ酸をバランスよく含んだ良質のたんぱく質を始め、ビタミンB1・ビタミンE・カルシウム・亜鉛・コレステロールを下げる効果もあると言われるリノール酸など豊富な栄養がぎゅっと詰まっています。しかも消化のよい食材です。

## ■ 高菜炒飯 高菜入りチャーハン

高菜には、抗酸化作用の強いアリルイソチオシアネートが豊富に含まれています。殺菌効果や抗菌効果が高い栄養で、また胃液の分泌を促進させて消化を促す働きがあるとされています。

## ■ 正宗杏腐 自家製杏仁豆腐

～咳止め、痰の多い咳に効果が見られます。食物繊維も豊富で整腸作用にも効果的とされています。

## ■ 八宝茶(はっぼうちゃ) 八宝茶

八種類の薬膳が溶け合い、心と身体に安らぎを与えます。

お一人様 **2,000 円** <2名様より承ります。>