

一、食前酢 みかん酢

蒲郡産のみかんとリンゴ酢を合わせた食前酢です。お酢には、食後高血糖、内臓脂肪の抑制効果があります。

一、前菜

梅蕪・昆布アサリモン黄身酢添え

河豚皮煮(ごり)

合鴨ロース

春菊豆腐胡麻クリーム添え

菜の花・ひげ長海老真砂和え

春菊は、βカロテンやビタミン・カルシウムなどが豊富に含まれている栄養満点な緑黄色野菜です。

独特な香りには胃腸を整える効果があります。

河豚の皮は、コラーゲンが豊富です。

一、御造り

アカザエビ イセエビ

地魚 白ミル貝 鯛 鮪

三河の海の幸を中心にお造りにいたしました。鯛や鮪に

含まれているEPA・DHAは、熱に溶けやすい為、

お刺身が一番栄養を逃がしません。また、海老のグリシン・鮪のトリプトファンは快眠に欠かせない成分です。

海のプリンセスといわれるアカザエビは三河の特選素材。

三河の新鮮な地魚とお造りに。

一、選択料理

鮎の調理方法をお選び下さい。

・お造り

・陶板バター焼き

・天婦羅

一、蒸し物

ほうかいぼう里芋包み蒸し

ほうかいぼうの正式名称は、鱧鮠魚(ヨロイイタチウオ)です。

一、油物

天麩羅

車海老しそ巻

日光湯葉巻

うずら玉子えごま巻

長辛磯辺巻

お部屋にて天麩羅を揚げさせていただきます。

一、強肴

みかわ牛ステーキ陶板

徳川家康の父広忠の頃すでに三河の地で和牛が生産

されてきました。そのためみかわ牛のシンボルは

葵の形です。みかわ牛は脂があっさりしているのが

特徴。肉質は甘くジューシーです。

一、御飯

三河赤鶏しめじ炊き込みごはん

三河赤鶏は、緑美しい自然と澄んだ水に恵まれた環境の中で育てられています。

育成率が、ブロイラーより低いため育成には、時間がかかりますが、その分絶妙な食感とコクがあります。

一、香の物

五種盛

一、留 椀

滑子八丁味噌赤出汁

この地方を代表する赤だしみそは、大豆と塩のみで作られています。自然醸造の大豆の栄養価が高くみそ汁の塩分は高血圧になりにくく二日酔いを防ぐと。

一、水菓子

かぼちゃプリン

クリームチーズ添え

かぼちゃの効果・効能

・免疫力アップに役立つ・抗酸化作用で老化防止・肌の健康を守る・むくみ善・便秘改善

ご来館いただき誠にありがとうございます。

当館のお料理は新鮮な魚介や地元で生産された旬の食材を使用しております。

愛知の旅館でしか呑めぬお酒『あいち花鳥風月』がお奨めです。

愛知の季節の味をごゆっくりお楽しみください。

風の谷の庵 料理長 永椎 義弘

