

MENU

ギターリスト
渡辺 香津美

料理人
北沢 正和

食のハーモニー・音の滋味

2014年6月18日

信濃の山菜、無農薬野菜30品目を
本間さんセレクトのチーズと組み合わせ
セルフでお召し上がりいただきます
渡辺さんが弾くギターのイメージから
特大のラクレットも温めて削りつつ・・・どうぞ

佐久（咲く）野の最優秀オラが克ちゃん極太アスパラ
奥信濃の極太ワラビを添えて畑と山の味くらべ
漢方卵ソースとエゴマの香りで

無農薬米とソルガムに深山のコゴミで鮎リゾット
山菜の女王モミジガザを散りばめて

みゆきポークとソバナの芽を酒粕・味噌のソースで
深雪育ちの山ウド 根曲り竹の子に
ギョウジャニンニクのアクセントで

チーズと佐久の野草茶

野ミシバ	カモミール
サンショウの若実と葉	オレガノ
イタドリ	イタリアンパセリ
ワラビ	ルッコラ
山ウド	クランベリー
ネマガリ竹の子	カキドウシ
ウコギの花	ウバユリの茎・葉
野生ソレル	紫ニンジン
モミジガザ	ひとみ五寸ニンジン
コゴミ	白ニンジン
ギョウジャニンニク	日野菜カブ
エゴマ	玉ネギ（白・紫）
漢方卵	春掘りゴボウ
ソバナ	辛味大根
ディル	サニーレタス
パースニップの花	ロメインレタス
ルバーブ	赤茎ホウレンソウ
タイム	スイスチャード

ゴールデンビーツ	ユメカオリ小麦
スナップエンドウ	アスパラ
ラディッシュ	矢車草
サラダ大根（紫・紅・白）	無農薬米
カラシ菜	タカキビ
キャベツ	足助川鮎
紅小町カブ	みゆきポーク
青シソ	アカシアの花蜂蜜
ブナの原木しいたけ	

◆山里の女神のお恵み状況により、若干の変更があります◆

Special Thanks to
*NARISAWA
*株式会社フェルミエ
*羽鳥裕子
*塩の道づれ屋
*丸中ロッジ
*ごんにむ荘