

ビーガン料理・中国素菜料理

ベジタリアン向けの野菜中心のお料理です。化学調味料や動物性の食材は使用していません

ビーガンは菜食主義の中でも、動物性の食品を一切摂取しないという、完全菜食主義者のことを言います。数年前にパリス・ヒルトンがビーガンを始め話題になり、その後ビヨンセがビーガン食を実践していると公表しました。中国料理では昔から素菜料理という精進料理を仏教徒を中心に食されてきました。「食養」という考え方があるように、「おいしくて体に良い」ものを食べるのが健康にとって重要です。



野菜サラダ人参のドレッシング
750円

生野菜のサラダに自家製の人参ドレッシングをかけました。



青菜とキノコ、春雨のスープ
一人前 600円

旬の青菜とキノコを野菜コンソメ仕立てのあっさりスープにしました。



野菜たっぷりタンメン
900円

野菜がたっぷり。野菜コンソメ仕立ての塩味のあっさり汁そば



大和揚げ豆腐と野菜のピリ辛炒め
850円

豆腐揚げを旬の野菜と共に、少しピリ辛ダレで炒めました。



大豆肉とカシューナッツの炒め
880円

大豆で作ったお肉を揚げて、食感の良いカシューナッツと野菜を醤油味で炒めました。



大豆肉の黒酢の酢豚
880円

大豆で作ったお肉を揚げて、アミノ酸がたっぷりの黒酢の甘酢あんをからめました。



大豆ミンチ肉のマーボー豆腐
880円

大豆のお肉のミンチのマーボー豆腐。ピリ辛味の香辛料が美味しい料理です。



大豆ミンチ肉とじゃが芋、ピーマン、パプリカの細切炒め
780円

大豆のお肉のミンチとじゃが芋、ピーマン、パプリカを細切りにして塩味で炒めました。



季節野菜と湯葉の炒め
740円

旬の野菜と湯葉を塩味で手早く炒めました。あっさりとしたシンプルな野菜料理です。



空心菜のニンニク炒め
780円

中国野菜の代表格、クワンサイは茎が空洞の青い野菜。ニンニクで手早く炒めました。



おこげの野菜あんかけ
900円

米で作ったおこげに塩味の野菜あんかけをしました。ジューという音もごちそうです。



もやしとニラのおんかけヤキソバ
900円

炒めた麺の上に、もやしとニラ、玉ねぎ、椎茸の醤油あんをかけました。肉や海鮮類は一切使用していません。

価格表示は税抜表示です