



## 今週のおすすめ！

11  
(月)

えびフライと  
ポークと野菜の  
ピリ辛カレー

えびフライ・カレー・目玉焼などみんな大好きなものを集めたメニューです♪  
特にえびフライとカレーの組み合わせは、年に1～2回程度となかなか登場しない組み合わせですので、この機会お見逃しなく！

12  
(火)

石川県の郷土料理  
若鶏治部煮  
わさび添え

小麦粉をまぶした鴨肉やすだれ麩・野菜などを煮た石川県を代表する郷土料理です。今回は身近な若鶏を使用しました。とろみのある煮汁も特徴です。お好みで薬味のわさびをつけてお召し上がりください。

13  
(水)

ほっけの塩焼

シマホッケを塩焼にしています。北海道以北の広い海域で漁獲され、年間を通して脂ののった美味しいものをいただくことができます。栄養も豊富で魚の中でもカルシウム量はトップクラス。DHA・EPAも多く含まれます。

14  
(木)

大人気！  
美味しい春巻

豚肉やタケノコなどたっぷりの具材を、オイスターソース・ガラスープ・紹興酒を使い直火で炒め、具材の食感・風味・旨味豊かな餡に仕上げました。この餡を出来立ての皮にたっぷりのせ、巻き方にもこだわった大人気の美味しい春巻です。

15  
(金)

甘辛でおいし～い  
かつ煮

とんかつを煮込まない「かけかつ丼」をベースにしています。玉ねぎを煮たものを卵でとじてとんかつの上のにのせることで衣全体がベチャットするのを防ぐことができます。おかずとしてそのまま食べるのはもちろん、ごはんにかけてかつ丼風にするのもおすすめです。