

今ゆるり屋のアーモンドミルク鍋

価格は一人前
二人前より

《アーモンドミルク》

アーモンドから作られるアーモンドミルクは、「天然のサプリメント」と言われるほど解消や生活習慣病の予防効果が期待されています。若返りのビタミンとも言われるビタミンEや食物繊維、また、便秘の改善することが大切です。アーモンドに含まれるビタミンEや食物繊維、また、便秘の改善などが期待されており、冷え性からくる血管収縮を予防して、肌の隅々にまで栄養素を運び渡らせる効果もあります(※1)。

美容と健康への効果が期待できる五種類の個性豊かなアーモンドミルク鍋を、

ゆるり屋でどうぞお楽しみください。

※1 … アーモンドミルク研究会HP

(<http://almondmilktaro.jp>) より抜群



アーモンドミルク白菌活鍋

三一八〇

スープにアーモンドミルクと白味噌を使い、

白舞茸や白しめじ、白きくらげなどを使った、

白いきのこたっぷりの白菌活鍋。もちもちトロリとした「自家製アーモンドミルク豆腐」を湯豆腐のようにも味わってから、鯛などの具材を楽しむ2段階式。

1鍋で2鍋楽しめるよくばり鍋です。

おすすめの〆 雑炊セット(生卵+葱)

四〇〇

アーモンドミルク緑丸鶏鍋

二九〇〇

スープに、スーパーFードでもあるスピルリナも使用した、WスーパーFード鍋。山盛りの緑野菜で食物纖維と栄養もたっぷり。鍋のメインは4時間コトコト煮込み、香ばしく焼き色をつけた丸鶏。

ボリュームがあるので、アーモンドミルクと沢山の緑野菜でとてもヘルシーな仕上がりに。

おすすめの〆

五島の手延うどん(生卵+葱) 五〇〇



海老とアボカドのアーモンドミルク鍋

三一八〇

ぶりぶりの海老とビタミン・ミネラル豊富なアボカドをたくさん重ねたカラフルで贅沢なお鍋。濃厚な味わいのスープにチーズが絡み、お鍋の具を一味も二味も引き立てます。

鮭とホタテのアーモンドミルク味噌鍋

二九八〇

アーモンドミルクと味噌の出汁に野菜の甘みが加わり、さらに旬の鮭とホタテの潮の香り、滋味深いのが絶妙なハーモニーです。

鮭とアーモンドミルクの組み合わせでWアンチエイジング効果が期待できます。

アーモンドミルク豚鍋

二七八〇

かつお昆布出汁にアーモンドミルクを合わせたクリーミーな和風出汁。コラーゲン入りのアーモンドミルクボウルから濃厚なミルクが溶けだし、まろやかさがプラスされます。豚バラと豚みれとの相性が抜群です。