



令和6年 地域交流サロン&Café 6月の日替わりランチメニュー



日	曜日	日替わりランチ 900円(税込)
1	土	臨時休業 14時~貸切予約
2	日	定休日
3	月	有頭エビフライ
4	火	冷しゃぶ
5	水	臨時休業
6	木	定休日
7	金	豚肉の生姜焼き
8	土	ガパオライス
9	日	定休日
10	月	ミックスフライ(エビ・カキ)
11	火	白身魚の甘酢あんかけ
12	水	五目炊き込みごはん・唐揚げ
13	木	定休日
14	金	エビドリア・たっぷりサラダ
15	土	キンパ・海鮮チヂミ
16	日	定休日
17	月	ポークピカタ
18	火	エビマヨ
19	水	ヒレカツカレー
20	木	定休日
21	金	豚肉大葉ロールフライ
22	土	海鮮丼
23	日	定休日
24	月	チキン竜田タルタルソース
25	火	山菜おこわ・さばの味噌煮
26	水	串カツ
27	木	定休日
28	金	天津飯・シューマイ
29	土	ピーマンの肉詰め
30	日	定休日

【暑さが増してくるこの時期にカレーを食べよう!】

カレーに使われているスパイスには、体の調子を整え、健康を増進させる働きのあるものがいっぱい。カレーを食べると元気が出るのはこのためです。また、脳血流が増加して、集中力が増すことも確認されています。



～カレー味で食もすすむ、スピードごはん～

『ライスサラダ』



材料(4人分)

作り方

温かいご飯…600g

①ボウルにAのドレッシングの

- A {
- 酢……………大さじ2
 - 塩……………小さじ1/2
 - こしょう…少々
 - カレー粉…大さじ2/3
 - サラダ油…大さじ4

材料を合わせ、ごはんを入れて全体をよく混ぜ合わせ、冷ます。

②むきえびはさっと洗って背わたを取り、熱湯でゆでて、色が変わったら、ザルに上げて水気を切る。

むきえび……………150g

③きゅうりは1cmの角切りにし、

きゅうり……………2本

塩小さじ1/2をふって10分

たまねぎ……………小1/2個

ほどおき、しんなりしたら水けを

トマト……………1個

ふき取る。たまねぎはみじん切り

グリーンリーフ等…4~5枚

にして水にさらし、水けを絞る。

パセリ(みじん切り)…大さじ3

トマトはへたを取って1cmの角切にし、

入れて卵もおいしいうり



グリーンリーフは食べやすい大きさにちぎる。

④①のごはんに②のえび、③のきゅうり、たまねぎとパセリを加えて均一になるように混ぜ合わせる。



トマトを加えざっと混ぜる。グリーンリーフを敷き、盛り付ける。

【お店からのご案内】

いつも一休庵をご利用いただき誠にありがとうございます。

レストラン貸切をご希望の際は、こちらの都合で大変申し訳ありませんが一か月前にご予約いただくと助かります。

お弁当やオードブルもやっていますので、お気軽にお電話下さい。

HPアドレス <https://ikkyuan.net>

住所:富山市四方1133-1 電話:076-435-5333(レストラン直通)