

千目から6目の

旬野菜天ぷら

お品書き

海老

たけのこ

鱈(かいら)

たらこ芽

茄子

蓮根

ぼたん焼ちくわ



旬野菜天ぷら定食

1,200円

※天ぷらのみのご注文もできます

単品 750円

※全て税別価格です



ご注文をお受けしてから一ツずつ手揚げしております。
季節ごとに変わりますので、お楽しみ下さいませ

野菜ソムリエの豆知識



旬の美味しい野菜。野菜ソムリエの吟味した美味しい野菜を、子供からお年寄りまで美味しく食べていただきたい。そのきっかけとなればと、食材の面から「あじ菜」さんの旬野菜天ぷらを応援しております。味、季節を感じていただければ幸いです。

おいしい春の野菜

古くから食されてきた山菜は、もちろん野菜の一つであり、この時季になると市場にも山菜が並びます。山で採られたの新鮮な『たらの芽』を吟味してきました。

山菜は春の訪れを感じさせてくれるだけでなく、栄養も豊富だという事はあまり知られておりません。種類によって差はありますが、ビタミンやミネラルが多いのが特徴の、とても体に良い野菜です。

でも、「独特の苦味が…」という方も沢山いると思います。しかしそれで嫌いにならないで下さい、山菜の苦味成分にはすばらしい力があります。

それは、抗酸化作用のあるポリフェノールや、新陳代謝を促進する作用が含まれていて美肌効果、風邪予防、紫外線対策などに良いとされています。良薬は口に苦しと言いますが、野菜の苦味成分はとても魅力的な効用をもっているのです。

是非、山菜をはじめとする野菜の苦さを、意味のある苦さ、野菜の個性として美味しく召し上がって頂き、皆様の健康の糧にして頂ければと思います。



(株)内海青果 取締役常務
野菜ソムリエ協会認定
野菜ソムリエ

内海 明徳
Utsumi Akeho



天ぷらが美味しい理由

天ぷらとは、素材を衣で包んで高温の油で揚げる高温加熱調理と言えます。約180度の高温の油に接した衣からは直ぐに水分が放出されていきます。

そのおかげでサクツとした歯触りが生まれます。では内部の食材はというと…衣に守られ、直接油に接する事はありません。衣の中で蒸された状態になります。

衣がサクツと揚がっている時に、中では蒸し調理が蒸されている最中も衣が守りとなり、旨みは外に逃げることなく閉じ込められたまま。天ぷらを「美味しい」と感じる理由は、サクツとした歯触りと、中のジューシーな歯触りの変化を楽しめるところ、そして素材を蒸すことにより素材の甘味を引き出し、なおかつ旨みを留めたところにあると言えます。

また、お酒と合うというのも魅力的なところではないでしょうか。是非、おいしい季節の天ぷらで、美味しいひと時を。

