やさい家めい

「やさい家めい」の”めい“は、”命“
野菜の命をいただくことに感謝し、
”命“いっぱいいただく。

発酵醸造料理人 伏木暢顕 監修

新鮮お野菜 × 発酵

発酵文化伝承人 伏木暢顕とお送りする
発酵の力によって、砂糖を一切使用せずに
お野菜本来の旨み、甘みを引き出した
心と身体が喜ぶ美と健康の発酵お野菜料理を
めいいっぱいお召し上がりください。

監修
伏木暢顕
ふし き のぶ あき

醸造料理人であり、日本の発酵食文化伝承人。
発酵教室の講師としても活躍し、現在の「発酵食」「麹」人気の立役者の一人。イタリアン、和食など料理の道を極めること33年、食材を全く別物にかえてしまう。不思議な麹の力に惚れ込み、独学で麹について学ぶ。知識が豊富なうえ、面白くてわかりやすい解説が人気で、テレビや雑誌などメディアにも度々登場。各地での講演会などでも活躍。主に「発酵王子」として親しまれている。

・淡路島 農家レストラン「陽燦々」料理監修
・淡路島「望楼青海波」料理監修
・淡路島「禅坊靖寧」料理監修
・発酵料理士協会 名誉講師
・株式会社パソナグループ 顧問

うつくしの御膳

5、500円

・お野菜寿司五貫
・お野菜小鍋 自家製おろし玉葱ポン酢
・本日のすり流し
・根菜サラダ
〈選べるドレッシング…納豆／ビーツ／季節〉
・発酵切り干し大根
・京筍 醤(ひしお)焼き
・京筍の天ぷら 季節味噌
・京おばろ豆腐 柚子胡椒醤
・焼き野菜 ぬか漬け
・鯖 なれ寿司
・十和田美人牛蒡と山菜の金平
・もずく 漬物和え
・親子出汁巻き玉子
・旬菜の岩海苔和え 鯛昆布締め
・鮮魚とトマト餡 茶碗蒸し
・お野菜蕎麦
・季節もち
・納豆とナッツクリスピー 苺ソース
・フルーツ甘酒

京野菜と山形伝統野菜 お漬物盛り合わせ　690円

鮮魚 茶碗蒸し　850円

京おばろ豆腐 蕗味噌　850円

伊勢原中村さんの自然薯
自然薯生とろ 山葵醤油　950円

発酵小鉢三景　1、090円

発酵小鉢五景　1、490円

農園バーニャカウダ ※二名様より　一人前　1、590円

発酵小鉢五景

奈良県羽根さんの南高梅
南高梅 天麩羅　760円

揚げたて厚揚げ 五種の薬味添え　1、390円

伊勢原中村さんの自然薯
自然薯団子のお野菜小鍋 自家製おろし玉葱ポン酢　1、500円

真鯛の竜田揚げ 鬼おろし　1、800円

季節野菜 天麩羅　1、900円

発酵鮮魚と旬菜 杉板焼き　2、490円

発酵牛のグリエ 赤ワインソース　2、900円

青森県荒関さんの無農薬つがるロマン 無農薬つがるロマン 土鍋銀シャリ	1、300円
伊勢原中村さんの自然薯 自然薯とろろご飯 香り山椒	1、500円
手毬寿司五貫	1、590円
稲庭うどん 九条葱と湯葉つゆ	1、200円
季節野菜の天麩羅と稲庭うどん 九条葱と湯葉つゆ	2、500円
本日のお味噌汁	690円
甘味三景	1、200円

手毬寿司五貫

発酵鮮魚と旬菜 杉板焼き

本日の柑橘スカッシュ

ハーブ香る人参エール

淡路廣田農園の有機カレンデュラ

大葉&キンモクセイ

本日の工芸茶

ソフトドリンク

高知県大森さんの生姜 生搾り生姜エール	880円
本日の柑橘スカッシュ	880円
レモンスカッシュ	880円
ハーブ香る人参エール	880円
シークワーサーソーダ	850円
オレンジジュース	770円
りんごジュース	770円
ウーロン茶	770円
ミネラルウォーター 500ml	980円
ミネラルスパークリングウォーター 500ml	980円

お酢ソーダ

ピンクグレープフルーツ&りんご酢ソーダ	870円
マンゴー&りんご酢ソーダ	870円
黒酢ぶどう&ベリーソーダ	870円
黒酢ざくろソーダ	870円

ハーブティー

淡路廣田農園の有機カレンデュラ	1、290円
ミント&薔薇	980円
大葉&キンモクセイ	980円
本日のハーブティー	980円
本日の工芸茶	1、190円

薬膳

薬膳トニック	760円
薬膳りんご酢	760円

日本酒

秋田県 刈穂

山廃純米超辛〈辛口〉

精米歩合60%／アルコール度15度／生酛仕込み 酵母無添加

ガツンとした存在感のあるコク、旨み、鮮やかな酸が調和し、力強さと同時に滑らかさも感じられる味わい。米の旨みをゆっくり楽しめるお酒です。

グラス 790円

純米吟醸 しぜんしゅ〈やや甘口〉

精米歩合65%／アルコール度15度

どんな料理とも相性がよく、毎日飲んでも飽きず、ひとくち飲めば二杯目が飲みたくなる。自然が育てた滋味あふれるお酒です。

グラス 850円

福島県 仁井田本家

生酛純米 田村〈やや辛口〉

精米歩合80%／アルコール度15度／生酛仕込み 酵母無添加

穏やかな香り、力強いお米の旨みと生酛らしいキリッとした酸とボディのしっかりとした味わい。ライトな赤ワインのような感覚が特徴的です。

グラス 850円

富山県 東醸醸造

特別純米 直詰め生 鳴海（なるか）〈やや辛口〉

精米歩合65%／アルコール度17度／生酛造り

香りは爽やかで、メロンや白葡萄を思わせるような果実香。直詰めならではの繊細な微発泡、透明感のある綺麗な甘みを軽快な酸味が追いかけます。

グラス 950円

自然淘汰

水酛仕込み 酵母無添加

吉野の四季の基本風土に委ね、気候に寄り添うがゆえ
同じ味わいにはなりえないのが特徴。味わいや風味はスタッフまで。

グラス 1、050円

自然淘汰 発酵 Gaba

水酛仕込み 酵母無添加

腐敗の響き、発酵の詩　腐敗と発酵はグラデーション。
その危うさに秘めた魅惑のおいしさ。

グラス 1、290円

自然淘汰 柑橘 C.itrus

水酛仕込み 酵母無添加

発酵する時に苦みは出ます。その苦みは本来ネガティブ。自然発酵による酸という
必然性の中では大切な要素となる苦み。それが合わさった時に柑橘のおいしさを思い出す。

グラス 1、290円

自然淘汰 果実 Trop.ical

水酛仕込み 酵母無添加

糖化と発酵のバランスを感じとりしっかりと溶ける総破精麹の力を信じて、米の甘みを引き出します。
この米の豊かな甘みが自然発酵による酸の中に満たされたときに果実のおいしさを思い出す。

グラス 1、300円

自然淘汰 濃縮 Ultra

水酛仕込み 酵母無添加

削ぎ落された奇麗な〝美味しさ〟、重なり合う複雑な〝美味しさ〟それぞれの美味しさがあります。
自然に醸すことは、濃度を理解すること本能が美味しいと感じるとき叫びたくなることがある。

グラス 1、550円

自然淘汰 変化 Ag.ing

水酛仕込み 酵母無添加

変わることで不変の味わいへ。時間をかけて変わることは方向が決まること。
長い年月をかけて生まれる風景のように驚きと懐かしさが共存する〝美味しさ〟の進化。

グラス 1、790円

水酛清酒 花巴

精米歩合70%／アルコール度17度／生酛仕込み 酵母無添加

ヨーグルトやチーズなどの発酵の酸を感じさせる水酛は、〝日本酒〟というイメージの枠を
越えた味わいです。料理とのペアリングもよく、意外な組み合わせを発見することも出来ます。

グラス 890円

奈良県 美吉野醸造

日本のワイン

日本の水で育ったぶどうを使ったワインは、ワインに含まれる酸のバランスから、
和食の原点である「旨み」とよく合うことが知られ、和食と相性が良いとされています。
やさい家めいでは定期的にワインを入れ替え、国産のおいしいワインをご提供します。

北海道

北海道ワイン　北海道の気候風土が作った本物のワイン。

白 甘口
小樽ナイヤガラ
ナイヤガラ
ぶどうそのままの華やかな香りと
フルーティーな味わいが特徴です。
ボトル　5、500円

白 辛口
北海道ケルナー
ケルナー・ブレンド
余市町で収穫されたケルナーを主体として、
柑橘類のアロマの爽やかさと軽快かつ
適度なボリューム感を備えた辛口のワイン。
ボトル　6、490円

赤 ミディアム
北海道ツヴァイゲルト
ツヴァイゲルト・ブレンド
オーストリア原産の品種。冷涼な北海道の気候の中で、
しっかりとした色調やタンニン、スパイシーな香りを
持った赤ワインを生み出しています。
ボトル　7、040円

栃木

ココファームワイナリー
日本を代表する作り手さんの多くはここで勉強。

白 やや辛口
風のエチュード
シャルドネ、プティ・マンサン
野生酵母で醗酵させた風味豊かな
やや辛口の白ワインです。
ボトル　9、240円

山梨

シャトーメルシャン勝沼ワイナリー
日本ワイン発祥の地、勝沼の中心部にある
シャトー・メルシャンの中心的存在。

白 やや辛口
山梨甲州
山梨マスカットベリーA
軽い柑橘系の香りとさわやかな酸味。
すっきりとした口当たりを引き出したワインです。
ボトル　7、040円

赤 ミディアム
マスカットベリーA
マスカットベリーA
果実味と柔らかさを大切に、穏やかな渋みと
軽快な酸味を楽しむことのできるワインです。
ボトル　7、040円

泡
日本の泡
甲州、シャルドネ
さわやかな果実の香りと華やかな香りがグラスから
立ち上ります。きめの細かい泡とはつらつとした酸が
口中に広がり、甲州由来の厚みがアフターを引き締めます。
ボトル　7、480円

長野

シャトーメルシャン桔梗ヶ原ワイナリー
1938年に造られた歴史ある建物を利用して
オープンした小さなワイナリー。

白 辛口
北信シャルドネ
シャルドネ
柑橘系、白桃の香りが豊かに感じれます。
爽やかな酸味とミネラル感と共に
豊かな果実間が余韻とし残ります。
ボトル　9、240円

赤 ミディアム
長野メルロー
メルロー
心地よい酸としっかりとしたタンニンが
バランスよく調和したエレガントなワインです。
ボトル　9、790円

宮崎

都農ワイナリー
地元産ぶどうを100%使用して造られるワイン。

ロゼ やや甘口
キャンベルアーリーロゼ
キャンベルアーリー
都農ワインを代表する甘口ロゼワイン。
フルーティーな味わいが特徴です。
ボトル　6、490円

ビール

キリン一番搾り〈生〉	生	940円
キリン一番搾り〈中瓶〉	中瓶	990円
高知県大森さんの生姜　生搾り生姜のシャンディガフ		950円
ノンアルコールビール	小瓶	750円

ワイン

スパークリングワイン	グラス	790円
ハウスワイン（白・赤）	グラス	790円
	デキャンタ・500ml	2、300円

果実酒

梅の宿 あらごし梅酒	850円
梅の宿 あらごし桃酒	850円

ハイボール

高知県大森さんの生姜　生搾り生姜ハイボール	890円
高知県大森さんの有機レモン　有機レモンハイボール	850円
ハイボール	850円
富士ハイボール	1、200円

サワー

高知県大森さんの生姜　生搾り生姜サワー	890円
高知県大森さんの生姜　生搾り生姜モスコミュール	890円
高知県大森さんの有機レモン　有機レモンサワー	950円
柑橘サワー	950円
シークワーサーサワー	850円
ウーロンハイ	850円

お酢サワー

柑橘	850円
南国果実	850円
ベリーベリー	850円
ざくろ	850円

※17時以降は別途サービス料として10%を頂戴いたします。
※表示価格は税込です。※当店は、国産米を使用しております。※食材の仕入れ状況により内容が変わる場合がございます。
〈食物アレルギーがご心配のお客様へ〉1、アレルゲンに関しては係りの者にお尋ねください。2、当店で使用している魚介類には、えび・かに等が混在している場合があります。
3、アレルギー物質に対する感受性には個人差があります。使用する原材料の製造工場や店舗内においては、同一の調理器具・洗浄機を使用しておりますので、微量でも反応してしまう可能性のあるお客様はご注意ください。