

クリスマスプレゼント！！！！

24・25日は皆様にクリスマスプレゼント！！
もっと、ハーベストでやったこと無いものに挑戦ということで
クリスマスといえば、ターキー！！という事で、
なんと、ランチのお時間に『丸焼きターキー』を
コーナーを作ってお出します。
皆さん、クリスマス気分とともに七面鳥をむさぼって下さい！！

おすすめ食材(ハベ食材)

田子の芽、姫にんにくなどと呼ばれているにんにくの葉と根付きのもの
この野菜は、にんにくを早撮りして一つ一つ水耕栽培で育てたもので、
匂いも少なく、にらのような芽も、根っこの部分も、まるごと食べら
れるにんにく。
しかも、普通のにんにくには含まれていないカロチンやビタミンAが
含まれ栄養価も高いのにカロリーは普通のにんにくの1/3！！

忘年会シーズン到着

いよいよ、忘年会シーズンが到来です。
下記の他に一人様4000円からのパーティメニューもご用意しております。
ちょうどいい頃に飲み放題が終わると思いませんか？
寒い中、移動ですかとおもっていませんか？
そこでハーベストは

飲み放題1時間延長戦 お一人様1000円

が、オプションプランで登場しました。
2時間じゃ、足りないよ、2次会移動の手間や時間のもったいないという
人々を救済しましょう！！

豆乳鍋でしゃぶしゃぶ風に食べる……！！
ヘルシー豆乳鍋コース お一人様
4,800円
カルパッチョ・銘柄豚と野菜たっぷりりの豆乳鍋・
メの雑炊
飲み放題2時間

自家製パンと野菜などをチーズで食べる……！！
チーズフォンデュコース お一人様
5,000円
カルパッチョ・チーズフォンデュ・パスタ
飲み放題2時間

新鮮な海の幸をトマトソースで食べる……！！
海鮮トマト鍋コース お一人様
5,000円
前菜・海鮮トマト鍋・メのペンネデザート
飲み放題2時間



ハーベスト今年の10大ニュース

今週もハーベストの一年を振り返ります。
7月エコプラザさんから、
『打ち水大作戦を今年やりますので参加してください。』『？？？どんな事やるのですか？』『12時にご近所さんに声をかけてみんなで打ち水をして気温を下げましょう！』というものでした。
なんだかんだで、ポスターの撮影にも参加。エコプラザのご近所さんという事で、店長と仲野さんがポスターの中にも登場し、東京の打ち水大作戦のポスターに使われていました。(しかも、撮影がカプルの設定で取られていて、ギクシャクしながら肩に手を置いたりしてました。)
8月北京オリンピックが開幕で
ハーベストでは、プロジェクターで壁にオリンピック中継を投影。大きな画面で見ていたのですが、お客さんよりもスタッフが夢中。ハーベストのスタッフは楽しい事が大好きらしい。この頃には、前のマンションのゆきのちゃんとかいくんが夏休み本番で毎日のようにハーベストに遊びに来てました。ハーベストのスタッフも負けじと子供相手に、サッカー・バトミントン・キャッチボールなどを本気でしていた。
9月モーニング始まる
ハーベストがパワーアップ！新しいスタッフ、進藤愛子さんが入ってパンを毎朝手作りして、モーニングを始めました！！
小麦もオーガニックのものを使い、狭い厨房ながらも、色々工夫して皆様に美味しいとっていただけのパンを作っています。進藤さんが入ったことにより、厨房で変な踊りが流行りました。道路での遊びは縄跳びをやり始め、(店長の友達で2重ハヤブサや後ろ2重とびが出来る達人が現れた)縄跳びにつられて近所で働いている隆さんと仲良くなり始めました。
あと、店長が誕生日の日には、常連さん・店長の友達が、お店にお祝いに来てくれて、沢山の人たちで楽しかった。
皆さんに感謝です。
いよいよ来週の
ハーベスト
通信で今年の
ハーベスト
を振り返るが、
最終回です。
10月・11月・12月
のニュースは、
次回へつづく……



詳しくはスタッフまで



拝啓
12月も、もう第3週皆様
忘年会が多くなってきました。食べすぎ、飲みすぎには注意しましょう。
年内で片付けないといけない事が、沢山あるかもしれませんが……忙しいときこそ、みんなで遊びましょう！
そろそろ、街はクリスマスムード真っ盛りハーベストも皆様にクリスマスプレゼントを用意しています。

敬具

from
SPOOKY ELECTRIC

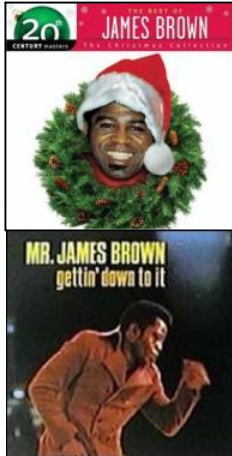
ヤママラヤスヒロの This is オーガニック music

第32回：ファンキー・クリスマス

2年前のクリスマスの日、ゴッドファーザー・オブ・ソウルとも異名をとる、あのジェームス・ブラウンが天に召されました。

日本ではその昔カップノードルのCMに出演していたり、代表曲『Sex Machine』の1フレーズ「Get up!」が「ゲロッパ！」と聴こえることなどから、少々コミカルな印象で捉えられることもあった御大「JB」ですが、何と言ってもファンク・ミュージック(Funk Music)の創始者。強烈な16ビートのリズムを延々と反復しながらグルーヴ感を増幅させていくという手法はまさに音楽界における世紀の大発明で、もし彼がいなければマイケル・ジャクソンもプリンスも、果ては僕たちのバンドも存在し得なかったかもしれません…？

そんなJBですが、クリスマス向けのスペシャル・アルバムも発表しています。聖なる夜を吹き飛ばすようなファンキー・ナンバーのオンパレード。ゴリゴリのダンス・パーティーにかけたい1枚です。(写真上) それよりもむしろ、僕が個人的にオススメしたいのはこちら。JBが残した数多いレコードの中でも、たいへん珍しいピアノ・ジャズ・トリオとの共演作『Gettin' Down to It』。(写真下)。ライブでは大所帯のバンドを絶妙に統率して、ものすごいパフォーマンスをキメていた彼ですが、本作のように少ない音数のバンドとの共作では、ゴスペル・ジャズの雰囲気をもとにクールな歌唱が冴え渡ります。とは言っても、こちらも十分にファンキー。かねてから一部のDJにはたいへん重宝されていた隠れた名盤です。



ハーベストの モーニングメニューご紹介

Aセット 450円 Bセット 500円

モーニングのセットドリンクはコーヒー、紅茶、牛乳、オレンジジュース、グレープフルーツジュース、トマトジュースからお選びいただけます

SSC通信 vol.24 ヨウコが行く！！

12月も半ば過ぎ。残り2週間で2008年も終わりですな～。早いものです。皆さま、インフルエンザになんてかかっていますか？私も元気に楽しくやっております。つい昨日三十路の誕生日を迎え、ハーベストでもたくさんの方々にお祝いしてもらいました！！
どうもありがとう～～☆(ミユキ嬢は当日まで29の誕生日と誤ってありがたいですが…)今年1年の目標を決めました！“千里の道も一歩から”どお？基本的に典型的のO型な私はめんどくさいことキライ、コソコソとかも苦手、さらに飽きっぽい。だから今回は今までになく地道な感じの目標にしてみた。達成できたな～って来年の誕生日に思えるように頑張ります♪

それにしても冬って乾燥しますよね～。ただでさえ空気が乾燥するのにオフィスワークだと1日中パソコンの前にくぎづけ！もう目の下あたりのちりめんじわが大変なことになっております。誕生日だし、ということでイオンスチーマーなんぞも買ってみました。(一昨日届いてまだ使っていない。)どう考えても外部からだけではダメなんですよ～。やっぱカラダの中から美しくならねば！

外食とかするとどうしても野菜不足に陥る。家で作ってもそんなに何品も作るわけじゃないから野菜摂れない。そう考えるとお鍋ってステキ☆さらに保湿効果が期待できる食材→こんにゃく！らしい。セラミドが入っているとかいけないとか。。。糸こんにゃくはどうなのかな、わからないけどカロリーも少ないいいよね。つまりみんなでこんにゃくの入ったお鍋を食べましょう、ってことが言いたいのです。おうちで作ってもよし、ハーベストに来て忘年会をするもよし。(って豆乳鍋とかにこんにゃくは入っているのか？？知らないけど。。。)とりあえずはバランスはいいはず！！ 正月太りには新年会でお鍋@ハーベストだね。うん。

毎回ハーベストの番宣みたくなっちゃてるんだけどさ。まあそんなこんなで、乾燥肌を防ぐべく地道にコソコソ、鍋をつつき、かつハーベストでもバランスよくおいしいごはんを食べ、暑かろうが寒かろうが季節を問わず飲みに行くことを誓います！！おっと！最初の趣旨からだいぶ外れてしまった……

ま、いつか！楽しければ。。(*▽*)*_。_)*(▽▽)*_。)ウンウン
(←すでに目標を掲げることに飽きてまいりました)

まさに！本末転倒～～～～

Lunch menu

ALL ¥950 ライス お好み大盛り自由！
☑ミニジュース・ミニデザート付

ハンバー・グランヂ 1日15食限定!!
玉ねぎたっぷりのオリジナルハンバー

デミクラスト
お魚プレート
本日の魚料理 (詳しくは黒板 or staffまで)

野菜プレート
茹で野菜、岩塩ソテー

カレープレート
野菜カレー

キッシュプレート
紅辛と松子

パスタプレート
月 肉のペペロニ
火 ミートソース
水 松子のオイルソース
木 揚げ物
金 トマトソース
土 トマトソース

お肉プレート
月 ホイコーロー
火 鶏の唐揚げ
水 豚肉の生姜焼き
木 千鳥のトマト煮
金 豚肉の生姜焼き

SSS SET DRINK ¥300

- coffee (ICE/HOT)
- tea (ICE/HOT)
- herb tea (カモミール、ハイズミカス、キンモクセイ、レモンガラス、ローズ、ミント)

いづれもハーベスト手作りのオーガニックパンを使っています

Cセット 550円

4セット 200円

テイクアウト
も是非どうぞ
TIL-100 200円

SIL-100 180円
バゲット 230円

CAFE Harvest
 カフェハーベスト
 港区浜松町1-6-5
 03-5425-7337
<http://www.cafeharvest.jp>