

8月3日～8月7日のランチメニュー 全て950円

	お魚 ランチ	お肉 ランチ	パスタ ランチ	カレー ランチ	野菜 ランチ	オープン サンド
月曜日	仕入れによりメニューが変わります。	照り焼き チキン	野菜の ペペロンチーノ	野菜のカレー	ごろごろ野菜の シーソルト	気まぐれオープンサンド (カブ・レタ・オニオン)
火曜日		豚の生姜焼き	イカとパプリカの トマトソース			
水曜日		夏野菜と 豚挽き肉の 甘辛炒め	なすと長芋の 和風パスタ			
木曜日		豚バラの アスパラ巻き	ズッキーニと パプリカの トマトソースパスタ			
金曜日		チキンの トマト煮	カルボナーラ			

ミニジュース・ミニデザート付き
ご飯大盛り無料
プラス300円で下記ドリンク付き

- ・コーヒー
- ・紅茶
- ・ハーブティー

レモングラス
カモミール



むすんで、ひらいて。
人と人のつながりを感じるお店

今月18日火曜日

Cafe Harvest Jazz Night

カフェハーベストではディナータイムに、ジャズライブをお届けしていくことにしました。
お仕事帰りのひと時、ヘルシーなお食事とおしゃれなジャズの音楽でお楽しみください。

日程 2009年8月18日(火曜日)
時間 19:00~21:00~
※各ステージ約30分程度を想定しています
出演 Harvest Jazz Band
堀江悠貴 (ベース)、平野康之 (トランペット)、塩原大介 (ギター)、シークレットゲスト
その他
・隔週火曜日に実施を予定しております(8月以降のスケジュールは未定です)
・ライブを実施させて頂く日程は、別途テーブルチャージを頂戴する予定ですが、7月末までは、サービスとさせていただきます



徳生が行く 引き続き畑に行ってきた様子をお伝えします。今週は前回ご紹介した工藤さんの畑に続き、宮野さんの畑をご紹介します。
宮野さんの畑はなんと1,200mの標高と高いところに畑があり、空も空気もとても綺麗でした。この日は雨上がりで日差しが強く、こんな暑い日でも毎日畑仕事に出てる。農家の方のこういう苦労のおかげで毎日野菜が食べられる。ありがたい。
標高が高いから、平地とは収穫次期が異なっていて、これから沢山夏野菜が旬を迎えるそうです。宮野さんの畑は西洋野菜を中心に、ズッキーニ・イタリアトマト・フェネル・ラディッシュ・白人参など珍しい野菜がたくさんで、見ていて楽しくてずっと、「これは何ですか？」と質問攻めをしてしまいました。平地では収穫の終わったブロッコリーや、トマトなんかもこれからまだまだ取れるそうです。そんな中、僕が畑でいただいたのは、ヤングコーン、これは間引きのとうもろこしで中の髭も食べれるとのこと、むしゃむしゃ頂きました。食感がしこしこしていてサラダにちょっと入れてみようかなと考えています。ヤングコーンもとても甘くサラダでも、ちょっと焼いても美味しい。変わったものは、紫インゲン！インゲン豆ですが紫色をしています。火を入れると色が抜けて薄い緑色になってしまう。だから種の大きくなる前のものを収穫してサラダなどに入れて食べる。他にも縞ピーツ(ピーツだが、輪切りにすると渦巻模様になっている)だとかもあって新しい発見が沢山。宮野さんの畑も完全無農薬で畑に虫やらカエルやらが沢山、そうやって生態系が保たれていて野菜を食べる虫だけが多くなるのを防いでくれる。ここの畑の人も野菜もやはり濃かった。またお邪魔しよう。



第62回: Loving You Was Like A Party

長らく音楽業界で仕事をしていますが、僕がバンドを始めたのは意外と遅く、実は大学に入ってからなんです。

バンドをやりたいとはおぼろげながら思っていたので、勧誘されるがまま、ある音楽系のクラブに入部し、顔見せがてらに弾いたピアノを気に入って下さった先輩から手渡された1本テープ。

「オマエ、俺のバンドに入って、この曲を夏の合宿までに弾けるようにして来い」

収録されていたのは、『Loving You Was Like A Party』という曲でした。

期せずしてこの曲が、僕が“キーボーディストとして、生まれて初めてバンドで演奏した曲”となりました。

当時、誰が歌っているのかも知りませんでした。間奏にもものすごく雰囲気のあるシンセサイザー・ソロが入っていて、とにかくこれをマスターしなければ、先輩から夏の信州でひどい目に合わされる・・・(汗)というプレッシャーしか感じませんでした(笑)。ただ、ムーディーな曲調のその奥に、ファンキーな要素も見え隠れして、もしかしたら自分はこの先ずっと付き合ってゆく素敵な曲に出会えたんじゃないか？ という予感がありました。

のちにこの曲は有名なジャズ・シンガーのマリーナ・ショウという人が歌っていて、収録アルバムの『Who Is This Bitch Anyway!』はジャズ・ボーカルの大名盤であることを知りました。



かくして、18歳の夏はこの曲の耳コピに明け暮れました。たぶん、これが今までで一番がんばった夏休みの宿題だと思います。おかげで今でも勝手に指が動きます。

初めてみんなと演奏した曲…。ときどき思い返してみるのもいいかもしれませんね。

ヤマムラヤスヒロ (SPOOKY ELECTRIC)



ヤマムラヤスヒロの
This is オーガニック music

from SPOOKY ELECTRIC

パーティープラン 2500円～ 飲み放題 プラス1500円	
MORNING 7:30-11:30	DINNER Mon - thu 17:30-23:00 (ラストオーダー-22:00)
LUNCH 11:30-15:00	Fri 17:30-23:30 (ラストオーダー-22:30)