

今週のランチメニュー

月曜日	スペインサル お肉ランチ パスタランチ	美桜鶏モモと新玉葱・三つ葉の親子丼 豚肩肉の香草カツシツシツシツシツ ホタテ・アスパラ・アジコピ・オリーブのクリーム&ジエノベーザ
火曜日	スペインサル お肉ランチ パスタランチ	ハーベスト風ふわふわオムシツ (ほうれん草とインカの目覚め) 蒸し美桜鶏&ネ肉の象り、冷静アーク仕立 豚バラ・カブ・チンゲン菜の塩パスタ
水曜日	スペインサル お肉ランチ パスタランチ	ハーベストスペインキーマカレー 豚タンのカリウワ焼き 赤ワインビネガーソース 美桜鶏ステーキと色々野菜のアジアン風
木曜日	スペインサル お肉ランチ パスタランチ	姫ちゃん's スペインピザ やわらか豚ばら肉の塩あんかけ 桜海老と夏野菜のフレッシュトマトソース
金曜日	スペインサル お肉ランチ パスタランチ	頑張ったあなたにご馳走！☆オムライスステーキ☆ イタリカン美桜鶏ハンバーグ 春キャベツとチヨリソウのペペロニンチーノ

■全7 半950:-

■ミニメニュー・ミニデザート付き

■ご飯大盛り・おかわり無料

■アラスタ300円下記ドリンク付き

★コーヒー ★ハーブティ
★紅茶 ★レモングラニエ
★カモミール

■お肉・パスタランチ以外に

★ハーベスト野菜カレーランチ

★ほごほご蒸し野菜ランチ

★気まぐれオーブンサンド

★毎日替わりお魚ランチがあります

カフェハーベスト

東京都港区浜松町1-6-5 TEL:03-5425-7337 HP:<http://www.cafeharvest.jp>



ヤマラヤスロウ This is オールジャンル music

ヤマラヤスロ (SPOOKY ELECTRIC)



そんなケープタウンからほど近い場所にあるのが、ワインの名産地、フランシユフック。青い空と葡萄畑。まるで南仏のような景色が広がります。ワインを楽しむためのコース料理をサーブしてくれるレストランが立ち並び、そこはまるでヨーロッパ。もちろんここでも治安に対する注意は必要ですが、それは外国ならばどこでも当たり前のこと。百聞は一見にしかず、ぜひ一度訪れてほしい場所です。

さて、車で1時間ほど走ったところにあるハマナスという海岸には毎年9月になると、ものすごい数の鯨が交尾と出産のために押し寄せます。ほんとに道端から海を覗くと、巨大な鯨がうじゃうじゃ(?)いるという、大迫力の景観。僕も(ちょっと時期が早かったのですが)生まれて初めてホエールウォッチングをし、大感動したことを覚えていています。

虹がかかるとも多く、南アフリカが「虹の国」と呼ばれる1つの所以かもしれません。

特に有名なケープタウン。台形上に切り立った山々が連なるテーブルマウンテンや、海に突き出た喜望峯など、まさに見所満載です。

高地である上に海が近いこともあり、ここは天気がめまぐるしく変わります。

それは「1日のあいだに四季がすべて訪れる」と言われるほど。

さて、日本代表の試合は南アの東側の地域で行なわれていますが、南アは西側にも素晴らしい地帯が多いんです。

ワールドカップは南ア、日本代表、次予選通過なるか?! というわけで、とても遠い上に治安が心配でなかなか行けない国、南アフリカでの滞在経験をもとに、ワールドカップ開催期間中は現地のグルメ情報で引っ張らせていただこうと思えます(笑)。

ここにいます。SPOOKS AKOOPS。おちいんや。

クックフランチ フランシユフック ④南アフリカ: 回901第



from SPOOKY ELECTRIC

ボソワ〜☆
夜も暖かくなって? やっと安心してコートが脱げる季節になりましたね。
一杯呑んでから帰りたい時も、お膳がすいたからがっつり食べたい時も
気軽に遊びに来て下さいね。
おおすすめのボードには、「タケ」のおすすめメニューが並びます♪
今日の一杯はミニニューは何か? 食べた事がないミニニューに挑戦してみて? おすすめのワインもたくさんご用意しています。こんな感じのが観みたいになって、好みをスタッフにリクエストしてくださいね

(ラストオーダー 22:30)

Dinner

17:30-23:30

Lunch
11:30-15:00

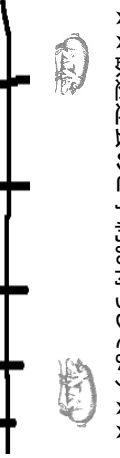
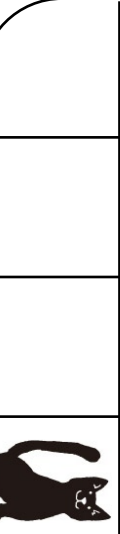
- ★全 ¥950-
- ★日替わりミニニューをご用意しています!
- ★お肉/パスタ/ナン以外にも、
- ★ハラベスト野菜カレー/ナンチ
- ★気まぐれオリーブサンド
- ★毎日替わりお魚ナンチ
- ミニニュー、ミニデザート付き
- 瓶大盛り、おかわり無料
- プラス300円でドリンク付
- コーヒ/紅茶
- ノ/ハーブティー(レ/モン/グラス/カ/モ/ミール)

Cafe Harvest
Jazz Night

カフエハーベストでは、ナイタータイムに、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べりなジャズの音楽でお楽しみください。
5日の開催日は、スケジュール調整中です! 次まで次回をお知らせします♪♪
興味のある方は、お気軽にスタッフまでお声がけ下さい♪

6月イベント

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
	1	2	3	4	5	6
	7	8	9	10	11	12
	14	15	16	17	18	19
	21	22	23	24	25	26
	28	29	30			



歓迎会予約受付中!!

おすんで、ひらいて。
人とのつながりを感じるお店

パーティープランもスローフード・スローライフ・スロー接客(人のメニューつなかりを感じていただきたいので!!)でゆっくり過ごしていだけます。

☆10名様以上ご予約の方にはデザートプレート1皿プレゼント!!!

☆お一人様 4000円 2時間飲み放題付

- 【タパス】
- ・スナツプエビトウのゲリル
 - ・ヤンゲコンのバター醤油
 - ・新玉葱のコンソメ

【オードブル】

- ・カツオのカルパッチョ ニンニク醤油

【セレクトメニュー】 ①or②(どちらか選択)
①パスタ...旬のあつさり浅利と菜の花
②ピザ...アスパラとペーコンのジェノベーゼ

【メイン】
春キヤベツと美桜鶏の蒸し焼き ハルサミソース

★ ☆ 歓迎会のご予約お待ちします ☆ ★

貸切
19:00~

貸切
19:00~