



今週のランチメニュー

月曜日	スペシャル お肉ランチ パスタランチ	ハーベストスペシャル 親子丼 塩漬け豚肩肉・ネギ塩ソース 新ゴボウ・小松菜・美桜鶏肉団子の和風スパ
火曜日	スペシャル お肉ランチ パスタランチ	ハーベスト風ふわふわオムレツ 美桜鶏ムネ肉のアジアンサラダ仕立て エビ・カブ・フレッシュトマトスパ
水曜日	スペシャル お肉ランチ パスタランチ	ハーベストスペシャルハヤシライス 美桜鶏ささ身の野菜巻き 色々キノコ・しらすのおろしポン酢スパ
木曜日	スペシャル お肉ランチ パスタランチ	ハーベストスペシャルピザ 国産豚バラ肉の冷しゃぶサラダ ホタテ・有機ナスのトマトクリームスパ
金曜日	スペシャル お肉ランチ パスタランチ	ハーベストスペシャルステーキ 新レンコン入りイタリアン美桜鶏ハンバーグ イカ・空芯菜・しめじのユズこしょう塩スパ

■全て ¥950.-

■ミニジュース・ミニデザート付き  
ご飯大盛り・おかわり無料

■プラス300円で下記ドリンク付き

- ★コーヒー
- ★紅茶
- ★ハーフトィー
- ★レモングラス
- ★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
- ★ほこほこ蒸し野菜ランチ
- ★毎日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



むすんで、ひらいて。  
人と人のつながりを感じるお店



# 6月イベント



Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
		1	2	3	4	5
オノクマカフェ@カフェハーベスト						お休み
6	7	8	9	10	11	12
					貸切	お休み
13	14	15	16	17	18	19
						お休み
20	21	22	23	24	25	26
						お休み
27	28	29	30			

## パーティ予約受付中!

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(人のメニューつながりを感じていただきたいので!!)でゆっくり過ごしていただけます。

★お一人様 4,000円 2時間飲み放題付

### 【タパス】

- ・豆乳のカプレーゼとアボカドのサラダ
- ・里芋のガーリックソテー
- ・お肉のリエット

### 【オードブル】

- ・カツオと長芋のカルパッチョ

### 【セレクトメニュー】① or ② (どちらか選択)

- ① パスタ…ゴボウとシラスのペペロンチーノ
- ② ピザ…春ピザ(桜海老と新じゃがと菜の花のピザ)

### 【メイン】

- ・美桜鶏と深谷ネギのグリル
- バルサ味噌ソース 柚子こしょう添え

☆☆歓送迎会のご予約お待ちしております☆☆



## 第154回: The Big Man



### Lunch

11:30-15:00

全て ¥950 -  
日替わりメニューをご用意してます!  
お肉・パスタランチ以外にも、  
★ハーベスト野菜カレーランチ  
★ほこほこ蒸し野菜ランチ  
★毎日日替わりお魚ランチ  
■ミニジュース  
・ミニデザート付き  
ご飯大盛り・おかわり無料  
■プラス300円でドリンク付  
コーヒー/紅茶/ハーブティー  
(レモングラス・カモミール)

### Dinner

17:30-23:30  
(ラストオーダー 22:30)

こんにちは、そろそろ、梅雨間近ですね。。。うっとおしい季節は、すっきりビールかスパークリングはどうか? スパークリング飲みながら、さっぱり野菜を沢山食べて下さい。いつも、騒いでばっかりのハーベストでみんなもはじめをぶっとばしましょう。。。

こんにちは。SPOOKY ELECTRICのヤマムラヤスヒロです

SPOOKY ELECTRICにはCharlieというサックス・プレイヤーがいます。バンドにサックスが入ると、リードをとれる楽器がギター、シンセ、サックスの3本柱となる上、視覚的にも強力なインパクトが得られるので、音楽を作るものにとってこれほど贅沢な編成はありません。僕もCharlieの加入でグッと音楽の幅を広げることができました。

考えてみれば、僕が敬愛するプリンスも、ホール&オーツも、ビリー・ジョエルも、ローリング・ストーンズも、佐野元春も・・・みんなバックバンドにサックス奏者がいます。そんな中「サックス奏者のいるロック・バンド」として、ロック・ファンが真っ先に思い浮かべるのは間違いなくこのグループでしょう。長年にわたりブルース・スプリングスティーンをがっちりサポートしてきた「Eストリート・バンド」と、そのサックス・プレイヤー、クラレンス・クレモンズ。

「The Big Man」の愛称でも知られる大きな体を揺らし、ある時は豪快に、またある時はまさに闇に吠えるかのごとく、ボス(=スプリングスティーン)の音楽を支えてきた彼が、つい先日、病のためこの世を去りました。

近年はかなり体調も悪かったようですが、先日リリースされたLady Gagaのアルバムでも一聴して「彼」とわかる渾身の演奏を披露してくれています。ぜひ、絶対的な安心感を感じることでできる彼のサックスの音色に耳を傾けてみてください。

ところで僕は昔から右の写真が大好きなんです。ボスのアルバム『Born To Run』のジャケット写真なんですが、「バンド」をやることよろこびと、メンバー相互の「信頼」が1枚に凝縮されている気がして。85年に観た彼らの3時間以上にわたるライブは今でも僕の生涯のベストライブの1つです。



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