



### 人気コースが読者特典で500円引き 女子会・同窓会は本格中華で

市役所15階からの展望を眺めながら、リーズナブルに中華コースが楽しめる同店。豚スペアリブはさっぱりと梅肉で蒸し物に。鯖と竹の子は白葱のソースで焼き上げたりと、本格中華で春を楽しめる。個別盛りも女性には嬉しいスタイルなので、女子会・同窓会に是非おすすめ!

#### 特典

●至福コース.....2,500円 ※カード払い不可  
前菜盛り合わせ/ミニ姿フカヒレ入りスープ/豚スペアリブの梅肉蒸し/牛肉と野菜の生姜炒め/鯖と竹の子の葱ソース焼き/肉味噌揚げ御飯/デザート/中国茶  
「シティライフを見た」(3/1~4/26まで)  
至福コース2,500円→ランチ2,000円・ディナー(予約にて)2,300円  
ディナーは「黒酢の酢豚」or「セイロ蒸し点心2種」のいずれか一品プラス  
※ランチは前日までの予約制、ディナーは平日日全のみ、一品プラスは1グループ統一

#### 中華菜館 桃莉 (トウリ)

高槻市桃園町2-1  
高槻市役所総合センター15F  
営/ランチ 11時~14時半(L.O14時)  
ディナー17時~22時(L.O21時)  
月曜定休

☎072-670-3550



### 春の旬を京の味で贅沢に味わう 予約限定のランチ御膳

本格的な京料理を、風情ある京町屋の雰囲気を感じる店内で気軽に楽しめる同店。厳選した旬の食材を京都の味で味わえるお得な予約ランチ御膳が大人気。春の味をランチでちょっとだけ贅沢に愉しんでみて! ゆったりとくつろげる雰囲気なので、ママ友の集まりにもオススメ!

#### 特典

「シティライフを見た」と前日までの予約で  
●[ランチ限定]京月の春御膳.....3,000円→2,500円  
(お取りプレート/鮮魚盛り/季節の蒸し物/旬魚西京焼き/天ぷら盛り合わせ/彩りちらし/お吸い物)  
●さらに食後のコーヒー、デザートをサービス!  
(3月まで)

京ごはんとうばやき

#### 京月 高槻店 (きょうげつ)

高槻市紺屋町7-8  
営/11時~14時半(L.O14時)  
17時~23時(L.O22時半)  
日曜日は22時まで(L.O21時半)

☎072-685-2929



### 全国から旨味絶品おイモだけを 厳選して使う焼きいも専門店 絶品新メニュー続々登場

百貨店や催事などイベント出展で、大行列ができる専門店。その秘密は、蜜たっぷりの「紅はるか」「甘太くん」などのねっとり系から、ホクホク系まで常時4~5種類、焼きいもにすると抜群のおイモだけを厳選するから。数々の百貨店バイヤーが太鼓判を押す看板商品「本気のスイート・ポテト」。スイス菓子パズル会長監修による最強レシピで仕上げる、ギュッと凝縮された旨味はやみつきになる美味しさ! 新商品のサクサク&しっとり食感のスイートポテトがたっぷり入ったパイも大好評。

#### Menu

●本気のスイートポテト...280円  
●本気のもちチップス...230円  
(プレミアムパッケージ380円)  
●焼きいも(1本)...248円~  
●焼き芋の干したん...490円~  
●スイートポテトパイ...240円

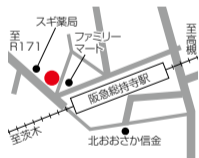
#### 特典

「シティライフを見た」と  
500円以上購入で5%OFF  
(3月まで)

#### 焼きいも専門店 ごっつおさん

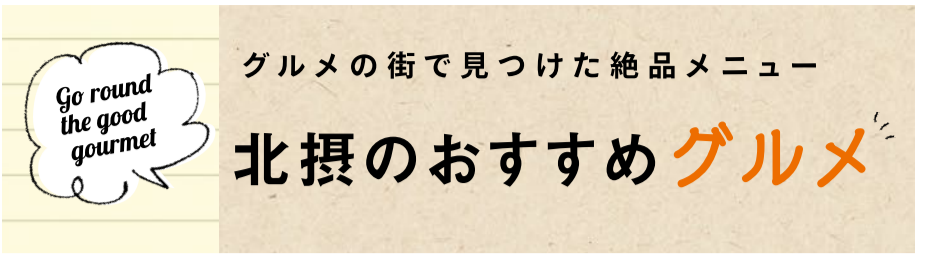
茨木市総持寺駅前町5-29  
(阪急総持寺駅徒歩1分)  
営/10時~19時  
日祝定休

☎072-646-8898



「本気のスイート・ポテト」に加え、新登場「無添加さつまチップス」が早くも評判。定番の焼きいもは、素材が上質だからこそその濃厚な旨味で、やみつきに! 今ならプレゼントにピッタリのインスタ映えする愛らしいパッケージも。

#### Menu



グルメの街で見つけた絶品メニュー

## 北摂のおすすめグルメ



### 大阪府中央卸売市場仲買直営 3月は「春セットで景気と運氣アップ」

「春が来た。イメージしてください、少し肌寒いですが春の海風は心地いいですよ。3月は毎朝漁港に行っています。」ということで、3月は春漁の始まるシラスを使用した「春のシラス丼セット(お造り付)」と「季節の野菜、淡路産穴子の天ぷらイクラ丼セット(手巻き海苔付)」。店長曰く「一緒に景気・運氣を上げていきましょう」とのこと。

季節野菜天ぷらイクラ丼セット(1,980円)と春のシラス丼セット(1,680円)

#### Menu

●淡路産穴子の天ぷら.....580円→480円  
●淡路産太刀魚の天ぷら(増量中).....480円  
●あご落とし明太子.....398円/天ぷら.....450円  
●トラフグ刺し、アラ唐揚げ.....980円/W1,880円  
●大阪名物ガッツョの唐揚げ.....380円  
●お持ち帰り北海道産いくら.....3,980円  
●新作! 銀蔵めし.....1,980円(予約OK)  
●新物! イカナゴのくぎ煮.....入荷次第販売

#### 銀蔵 (ギンゾウ)

営/昼 10時(箕面駅前店は11時)~15時(L.O14時半)  
平日夜 18時~21時半(L.O21時) 日祝夜 17時~21時半(L.O21時)  
土・祝日前夜 17時~22時(L.O21時半)

#### 【小野原本店】

箕面市小野原東5-2-1

☎080-1400-3527

#### 【箕面駅前店】(予約可)

箕面市箕面6-4-24サクスみのお105

☎080-3846-7899



### 寒い冬はみんなで美味しいふぐ鍋を囲もう 食事会に最適の老舗ふぐ専門店

「高槻で本格的なふぐをお得に食べるならここ!」と人気なのが老舗ふぐ専門店のふぐ義。水槽から取り出したばかりの国産とらふぐを熟練の技で手早く捌くので新鮮! 大満足のコースが揃い、ハイシーズンは予約殺到なのでお早めにお電話を!

#### Menu

●人気! 二代目 ふぐ義コース.....5,800円  
[てっちり・てっさ・湯びき・煮凍り・唐揚げ・雑炊]  
●ふぐしゃぶコース(要予約)  
[てっちり・てっさ・湯びき・煮こごり・唐揚げ・ふぐしゃぶ、皮しゃぶ、雑炊、デザート].....7,800円  
●白子付きフルコース(要予約)  
[てっちり・てっさ・湯びき・煮こごり・唐揚げ・鍋白子、皮ちり、雑炊、デザート].....7,800円

#### 特典

「シティライフを見た」で  
ランチ各コース  
10%OFF  
ディナー各コース  
5%OFF  
(3月まで)  
※価格はすべて税別

#### 高槻活ふぐ料理専門店 二代目 ふぐ義

高槻市高槻町11-21  
営/16時~23時(入店21時まで)  
お昼12時~14時(前日迄要予約)  
月曜定休(祝日の場合は営業)

☎072-681-9515



### モリタ屋グループ唯一のステーキハウス A5ランクの黒毛和牛をプロが調理

コスパ抜群! 上質肉の美味しいステーキが味わえるステーキハウス「godai」。ミートモリタ屋直営だからできるお手頃価格のコース。厳選したA5ランクの黒毛和牛をプロが鉄板で丁寧に焼き上げてくれる。他にアワビやオマール海老などの逸品料理も。ちょっとした贅沢や記念日などにぜひ利用してみてください。

#### Menu

●平日限定コース.....3,980円  
●モリタ屋コース.....5,600円  
●godaiコース.....8,200円  
●土日祝日ランチ.....1,580円  
※その他メニューあり。  
※価格は全て税別

#### 特典

「シティライフを見た」と前日までの予約で  
●スパークリングワインまたは  
ウーロン茶をサービス!  
●誕生日や記念日の方は名前入りの  
パスポートをサービス!  
※ディナータイムのみ (3月まで)

#### 京都肉・鉄板焼 godai

高槻市北園町14-7  
モリタ屋北園店3F  
営/16時~23時(日曜22時まで)  
土日祝11時半~15時(L.O14時)も営業

☎0120-282-325



## 旬の食材を食べよう

食材 【若ごぼう】

# 若ごぼうの炒め物

食材 (4人前)

- 若ごぼう.....1袋
- うすあげ.....1枚
- だししょうゆ.....大さじ2
- みりん.....大さじ2
- 砂糖.....小さじ2
- ゴマ油.....適量

完成

炒め物に使わなかった葉の部分はかきあげて食べるのがオススメ!

step 01

若ごぼうの葉の部分以外を斜め切りで薄めに、うすあげは食べやすい大きさに切っていく。

step 02

ゴマ油で若ごぼうとうすあげを炒め、しんなりしてきたら調味料をすべて加えて、もう少し炒める。

器に盛り付けて完成!

レシピ作ったよ! レポート募集!

chef ももちゃん

LOHAS cafeのLINE@を友だち登録していただき、トークでお写真と作ってみたい感想をお寄せください!

友だち登録はこちらから▶

LOHAS cafe (ロハスカフェ)

摂津市千里丘1-13-23  
JR千里丘駅 徒歩5分  
営/モーニング8時半~、ランチ11時半~  
営業は16時まで 日祝定休

☎06-6155-6830

## 季節限定メニュー

# 三田屋 春のお祝いコース

春風薫る季節に、旬の桜鯛を前菜に仕立てた特別コースをご用意致しました。デザートには、いちごとクリームチーズ、粒あんを最中で挟んだ食感をお楽しみください。

[ランチ] 3,000円(税別)~  
[ディナー] 4,700円(税別)~

ハムのオードブル/春の前菜(桜鯛の昆布ダマとおおいか、甘エビの桜の泡盛油添え)/季節のサラダ(ビーフコンソメスープ/黒豆/ステーキ/ごはん/梅干/春のデザート(いちごとクリームチーズの最中大福)/コーヒー又は紅茶

春のお祝いコース

【平日限定】  
ハンバーグ  
ランチコース  
2,000円(税別)

※ランチタイム  
(11時半~16時)  
※箕面小野原  
店、豊中店の  
メニューです

☎072-728-7878

ステーキ 三田屋本店 www.sandaya.com/

営/11時半~22時(L.O21時)