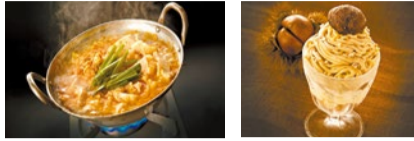




蒸し立ての美味しさをぜひ!季節のわっぱ飯ご膳1,250円



(左)台湾もつ鍋は白味噌仕立て、醤油仕立て、チゲ仕立ての3種類から選べる。(1,080円)(右)食後のデザートにおすすめ。鹿児島県産皇帝波皮栗のモンブランパフェ(550円)

- Menu
- <限定10食>週替わりプレートランチ 980円
 - <限定15食>おすすめ膳 1,350円
 - 四川麻辣火鍋 880円
 - 当日飲み放題 1,500円

特典
この記事特参で
●<昼のみ>980円以上のご膳.....**100%OFF**
※1グループ全員OK/セット除く/他券併用不可
●<夜のみ>お会計より.....**10%OFF**
※割引上限1,000円/他券併用不可
※全て税別 (11月末まで)

大人気料理が今年も登場 冬メニューに身も心もほっこり

和食を中心に季節や流行に合わせ、旬の素材を活かした創作料理が豊富に揃う同店。11/1〜は冬メニューがスタート!おすすめは昨年大人気の呂久牡蠣と牛しぐれのわっぱ飯。ふっくらとした牡蠣と、牛しぐれの旨味が絶妙にマッチした味わい深い逸品。また寒い季節にピッタリな、四川麻辣火鍋やトムヤム餃子鍋などが楽しめる「アジア鍋フェスタ」も開催!店内には広々としたテーブル席や座敷、掘りごたつ個室も完備なので、仲間とゆったりくつろぎながら、身も心も温まろう。

ごちそう村 豊中上新田店

豊中市上新田4-29-3
営/ランチ11時半〜15時(L014時半)
ディナー月〜金、祝前日
18時〜22時半(L022時)
土日祝日17時〜22時半(L022時)
金土祝前日は〜23時半(L023時)
P有り



☎06-6155-4147



[年越しそば]300食限定 箕面店の店内

690円〜食べられる天ぷら定食 追加で頼める「そば」も人気

揚げたて天ぷらを順々に提供する天ぷら定食専門店。「山の秋定食1,100円(写真左)」がおすすめで秋刀魚や鰻、海老2尾、玉ねぎ、レンコン、なすが楽しめる内容だ。「そば」も人気で、ご飯とみそ汁の代わりに大そばにするか、定食に小そばを付けることができる。いずれも+100円。どちらの店舗でも終日提供されるように。年越しそばの予約開始!予約は店頭か電話にて(数量限定、箕面本店のみ)。

- Menu
- 野菜定食(季節の野菜7種)690円
 - 海老定食 730円 (海老・キス・イカ・野菜3種)
 - 山定食 930円 (海老・キス・イカ・豚口ソース・野菜3種)
 - 穴子定食 950円 (穴子一本揚げ・キス・イカ・野菜3種)
- 特典
この記事特参で
蒸しプリンをサービス
(平日のみ、箕面本店のみ、数量限定、11月末まで)

天ぷらの山 <http://yama-yama.com/>

【箕面本店】
箕面市船場東3-9-2-1F
営/10時〜21時(L020時半頃)
全62席
(カウンター38席、テーブル4席)
店舗前専用駐車場全11台、不定休
☎072-730-2290



【吹田グリーンブレイズ店】
吹田市片山町2-3-3
営/11時〜21時(L020時半頃)
全45席
(カウンター21席、テーブル4席)
施設内駐車場有 不定休
☎06-6389-1190



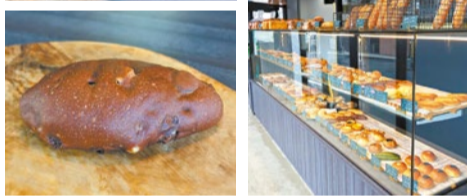
百貨店でも大人気 若きオーナー兼職人の センスが光るこだわりパン

味の決め手となる小麦粉は、フランス産・カナダ産・北海道産、北海道石臼全粒粉など最高品質を厳選。マーガリンは一切使わず、北海道よつ葉バターとよつ葉生クリームを使用している。10月に新店した梅田阪神百貨店「バンワールド」では、同店一番人気の山食が焼いても焼いても間に合わないほど好評だったそう。金曜・土曜限定販売の「クロワッサン」もおすすめ!よつ葉バターの中でも昔ながらの製法で作られた特別なバターを使用。季節の食材をいかした新作も登場しているので、足を運んでみては。



10月12日〜15日に新店した梅田阪神百貨店の様子

早い日は午前中で売り切れてしまう山食。オープン以来人気No.1の商品。



フランス産最高ランクのチョコレートを使用。カカオの風味豊かな大人向けブレッド。 モダンな雰囲気店内。80種類以上のパンがズラリ。

登録20秒!ポイントカードいらずのお得なレシートクーポン発行中。

500円で1ポイント、
20ポイント集めて**500円割引**
※詳しくはスタッフまで

NIJUGO (ニジュゴ)

吹田市千里山東2-28-2
営/10時半〜19時
日・月定休

☎06-6388-0058
Instagram: @nijugo_25



- Menu
- NIJUGO山食 450円
 - NIJUGOショコラ 290円
 - NIJUGO クロワッサン 280円
 - シュガーバター 180円
- ※全て税別



冬のアフタヌーンティー.....2,200円(11/20〜12/7限定)。内容はサンドイッチ、スコーン2種、スイーツ、紅茶。期間中の11時〜15時に数量限定で注文可。(予約がベター)



2階の隠れ家カフェ。ゆったりと会話をしながら時間を過ごせる。

Menu

- 自家製ソースの手作りハンバーグセット 1,490円
- オムライスセット 1,390円
- スイーツ.....640円〜
- 焼き菓子.....180円〜
- 他ランチ.....1,200円〜

※すべて税別

好評につき期間限定で第2弾 ボリュームも満足の 冬のアフタヌーンティー登場

「シンプルに美味しいものを」と話す女性オーナーが手掛けるカフェ。料理やお菓子は手作りで、リピーターも多い定番ランチやカフェメニューの他、新たにアフタヌーンティーが期間限定で登場。好評だった秋シリーズに続き、冬はクリスマスをイメージ。アフタヌーンティーと一緒にいただく紅茶は、限定のDallmayr(ダルマイヤー)のXmasティーなど、冬にピッタリの茶葉をセレクト。販売もしているため焼き菓子ともにお土産にぜひ。



snow tea and coffee

<スノーティーアンドコーヒー>
箕面市桜井2-4-3-205
営/ランチ11時〜14時(L013時半)
カフェ14時〜17時(L016時半)

日月・祝日定休 禁煙
☎072-737-5180
<https://www.instagram.com/snow.cafe.snow>



編集後記

先月9月9日には千葉県を襲った台風15号、昨年9月4日には近畿地方に襲った台風21号と、毎年のように大きな台風が猛威をふるい甚大な被害をもたらしています。災害大国日本とよく言われますが、個人的にもっと危機感を強め、防災について勉強したいと思いました。(コサウ)

ぐっと冷え込んできました。過ごしやすい気候となり、イベントも増えてくる時期ですね。11/19(火)は今年6回目となる生活向上セミナー(P.6)を開催します。お金の話から健康の話まで様々なプロの話が無料で聞けるというはすごいことです。今年最後の開催となりますので興味のある方はぜひ。(くら)

11月号では、整骨院の取材をさせていただきました。その中で日々の生活に欠かせない電化製品から出る電磁波がカラダの不調に影響があることを聞きました。生活の中で欠かせないものばかりなので睡眠時だけでも電磁波から離れるようにしたいと思います。(ぼんた)

10/4(金)に月亭方正さんが来社。同席した編集のMKくん(26歳)はかなりの面白いマニアで方正さんのことも大ファンだったらしく、彼だけ2ショットで記念撮影させてもらうことに...。後でデータを確かすると、MKくんは残念なことに半目で見つめていました。(ごめんささい、撮ったのは私です。まっつー)



シティライフグルメフォトコンテスト CityLife Gourmet フォトコンテスト

今月のシティライフ賞

@youko3416 #幸蔵
海鮮丼
とても美味しくお腹いっぱいになりました。また行きたいです!

3位
匿名希望 #UNUBOREYA
とろ〜り温卵のカルボナーラ
濃厚チーズソースが美味しい!

旬の食材を食べよう

れんこん甘酢

主材料
れんこん

れんこん.....300g
油.....大さじ1.5

<調味料>

- 酢.....大さじ4
- 砂糖.....大さじ4
- 塩.....小さじ1
- 鷹の爪 輪切り.....適量

01

れんこんを食べやすい大きさに切り、調味料はすべて合わせておく。

02

鍋に油を入れ、れんこんを炒める。透明になったら調味料を入れ3分程炒め煮火を止めて鷹の爪を入れる。

完成

器に盛り付けて完成!

れんこんの食感も楽しめ、甘酸っぱさが食欲をそそります!

chef もちちゃん

レシピ作ったよ
レポート募集

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感想をお寄せください!

▲友だち登録はこちらから

LOHAS café (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