



瀬戸内市地産地消メニュー認定

秋のフレンチコース (スープ・サラダ付)

※9月～11月限定 地元食材：14品／食塩含有量：4.4g／総エネルギー 1,953kcal

- ・ヒラメの蒸し焼き マスカット風味
- ・牛肉ソテー きのことソース
- ・ブルターニュ風クレープ
栗とチョコレートのソース
- ・パンプキンスープ
- ・サラダ
- ・ごはん

-料理のセールスポイント-

ひらめとマスカットのとり合せはグッドコンビネーション、ひらめがしっとりやわらかい。ソースはサッパリ風味なのに、コクがあって美味しい。是非お勧めしたい贅沢な一品です。

<コメント>

瀬戸内産のヒラメ、マッシュルーム、レモン、かぼちゃなどを使って豪華なフレンチに仕上げています。サラダの野菜も地元のものを使っています。量が多い割に、塩分が控えめです。

メニュー提供店 (ペンション)

ペンション エリエス

瀬戸内市牛窓町鹿忍 6095-4

TEL (0869) -34-5671 FAX (0869) -34-5692

HP <http://homepage2.nifty.com/aries/>

瀬戸内市地産地消ヘルシータウン推進事業

お問合せ：瀬戸内市保健福祉部健康づくり推進課

TEL (0869) -26-5961 FAX (0869) -26-8002