

大原野菜と山野草の装い

ピタを下げる朝食

おたふく春菊とかきのスープ

おたふく春菊 かき 水

焼き茄子とタヒニ

茄子 タヒニ (練りごま レモン果汁 にんにく 水)
クミンシード 白胡麻 カキトオシ

カボチャ煮の柚子風味

えびすかぼちゃ 岩塩
きび砂糖 柚子皮 カタバミ

焼き芋のグリル

さつまいも 岩塩 ギーオイル スイバ

金時人参のローストオレンジ風味

金時人参 オレンジ 岩塩 オイル

煎り黒米のお粥

黒米 生落花生 椎の実 栗 タネツケバナ

ロティ

ココナツファイン ココナツミルク
全粒粉 米粉 岩塩

ダールカレー

ムング豆 野菜スープ トマト 玉葱
クミンシード カイエソペッパー ターメリック
ギーオイル カレーリーフ
シヤク タンポポ クレソン
水 白ワイン 岩塩 人参 セロリ
にんにく 生姜

アチャール2種

焼きセロリのタヒニドレッシング

セロリ タヒニドレッシング

赤キャベツのピクルス

赤キャベツ 水 お酢
カレーリーフ ブラックペッパー
赤唐辛子 きび砂糖 岩塩 タネツケバナ

野草



シヤク



スイバ



カキトオシ



カタバミ



クレソン



ミゾソバの花



タネツケバナ



タンポポ

木の实



椎の実 (トングリ)



銀杏



栗