


TARA ランチメニュー Lunch Menu



全てのカレーにライス、野菜サラダ、
長野の地粉のロティ(ネパールの薄焼きパン)、
その日の野菜のおかずが付きます。
*  の数は辛さの度合いを示しています。
辛くないカレーを辛くすることができます。



八ヶ岳の地鶏のカレー Organic Chicken Curry

甲州黒落鳥(こうしゅうほおとしどり)使用。さらっとしてもたれず、飽きない味。

甲州黒落鳥とは…八ヶ岳の麓でのびのびと育った中村農場の放し飼いの鳥。非遺伝子組み換えとうもろこしや大豆などにハーブをブレンドした餌で育てられています。

¥1,180

チキンのトマトクリームカレー Chicken Tomato Cream Curry

国産の健康で安全なブランド鳥を使用したマイルドだけど本格派なカレー。
カシューナッツがコクの決めて。

¥1,180

その日の野菜とダル(レンズ豆)のカレー Vegetable & Lentil Curry

旬の野菜と栄養たっぷりのレンズ豆のヘルシーでやさしい組み合わせ。

¥1,050

+卵のせ プラス 130 円 With sunny-side up egg +¥130

とろ〜り卵の黄身と野菜のカレーは相性抜群。今日は野菜の気分だけど、ちょっとボリュームが欲しいという時にも。たまごは飼料にこだわった良質な卵です。

¥1,180

絶品旨辛マトンカレー Special Mutton Curry

超辛！だけどおいしい！オーストラリア産マトン使用。

¥1,200

絶品旨辛サーグ・マトンカレー Special Mutton & Spinach Curry

サーグ(ほうれん草)とマトンは相性ピッタリ！(注)ほうれん草の季節限定になります

¥1,240

上記のプレートに +ダル(レンズ豆)スープとチャイ

+¥450

お子様プレート Plate For Children

¥750

辛くないカレー、ライス、ロティ、サラダ付き *8歳位までのお子様向け

料理人のまかない料理 Today's Meal for Servers

¥1,590

料理人自身が満足する辛さ(注)の本日のまかない料理。

* ライス大盛り +¥120

* 長野の地粉のロティ 追加1枚 ¥130

カレー2種盛りプレート Plate with Two Choice of Curry in the above
カレーの種類を上記から2種選んで頂けます。

¥1,750

ベジタリアン・スペシャル Vegetarian Special 

野菜とダルのカレー、ライス、ロティ、野菜のおかずなど盛りだくさんの野菜だけのプレート。
*出来上がるまで少しお時間を頂きます

¥1,750

ランチタイムドリンク Lunch Time Drink Menu

Soft Drinks

*ストレートティー、有機ルイボスティー …¥200
Hot Black Tea, Organic Rooibos Tea

*チャイ(ミルクティー) Chai … ¥350

*マクロビオティック・チャイ(豆乳とメープルシロップ使用) Macrobiotic Chai …¥530

*ラッシー Lassi … ¥450

*コーヒー Hot Coffee … ¥350

*オレンジジュース・リンゴジュース・トマトジュース(すべて国産) … ¥400
Orange Juice, Apple Juice, Tomato Juice(all domestic)

*コーラ Coka Cola … ¥350

Alcohols

*キリンラガービール、サッポロ黒ラベル Kirin Lager Beer, Sapporo Black Label … ¥600

*ネパールのビール Nepali Beer … ¥700

*ノンアルコールビール Alcohol Free Beer … ¥600

*ハウスワイン グラス 赤・白 House Wine w/Glass, Red or White … ¥400

*ククリラム ショットまたはロック Nepali Rum w/Shot or Rock … ¥700

TARA のメニューはできる限り安全な素材を使用するようにしています。

自分の子供に食べさせたいものを、
お客様にも召し上がって頂きたいから。

野菜…主に地元で取れる旬の野菜を使用(無農薬含む)。

(冬季は他の地域で採れる低農薬中心の国産野菜)

うま味のもとになるニンニクやしょうがも国産のものを使用(ちなみに国産にん
にくは中国産の5倍~10倍のお値段です)。

お米…地元の無農薬又は低農薬米を自家製米しています。

お肉…鳥は八ヶ岳・中村農場のオーガニック、または国産の鳥、マトンはオーストラリア産を使用。

油…非遺伝子組み換えの菜種油を使用

チャ(ミルクティー)…砂糖は体にやさしい「花見糖」や「てんさい糖」を使用しています