かきのこ

お馴染み
鏡田アナウンサー
プロデュース



鉄板がきのこの旨みを凝縮、
口に広がる芳醇な香りと旨み。

数量限定

黒豚 きのこスペシャル

まいたけ+しめじ+エリンギ
黒豚+平飼い卵
野菜+そば

2,500円(税込)

黒豚 きのこチーズスペシャル

まいたけ+しめじ+エリンギ+チーズ
黒豚+平飼い卵
野菜+そば

3,300円(税込)

山の恵みを堪能。

『しめじ』に多く含まれているビタミンB2は、脂肪の代謝を助け、効率よくエネルギーに変えてくれる、ダイエットに最適の栄養です。また、細胞の再生や成長を促進する働きのあるビタミンで、健康な皮膚、髪、爪を作ります。

『まいたけ』には、カルシウムの吸収を助けるエルゴステリンやグルカンという多糖類を含んでいて、免疫機能を回復させたり、腸を刺激して老廃物などの排出を促します。このことから、ガンの予防にも効果があるそうです。

『エリンギ』は、ビタミンB1・B2・ビタミンDが豊富であるほか、カリウムを豊富に含んでいます。豊富な食物繊維が腸内を掃除してくれるほか、エリンギには脂肪肝を予防してくれるはたらきがあることもわかっています。





焼き方のPOINT

200℃の鉄板で一気に焼き上げるので、薫りも旨みも逃がさない!!