

寝かせ玄米®と静岡のいいもの

s i z z r e

営業時間

11:00～L.O.22:30

寝かせ玄米®と、静岡のいいもの  
気負わず美味しいものを楽しみながら、  
体の中からきれいに。



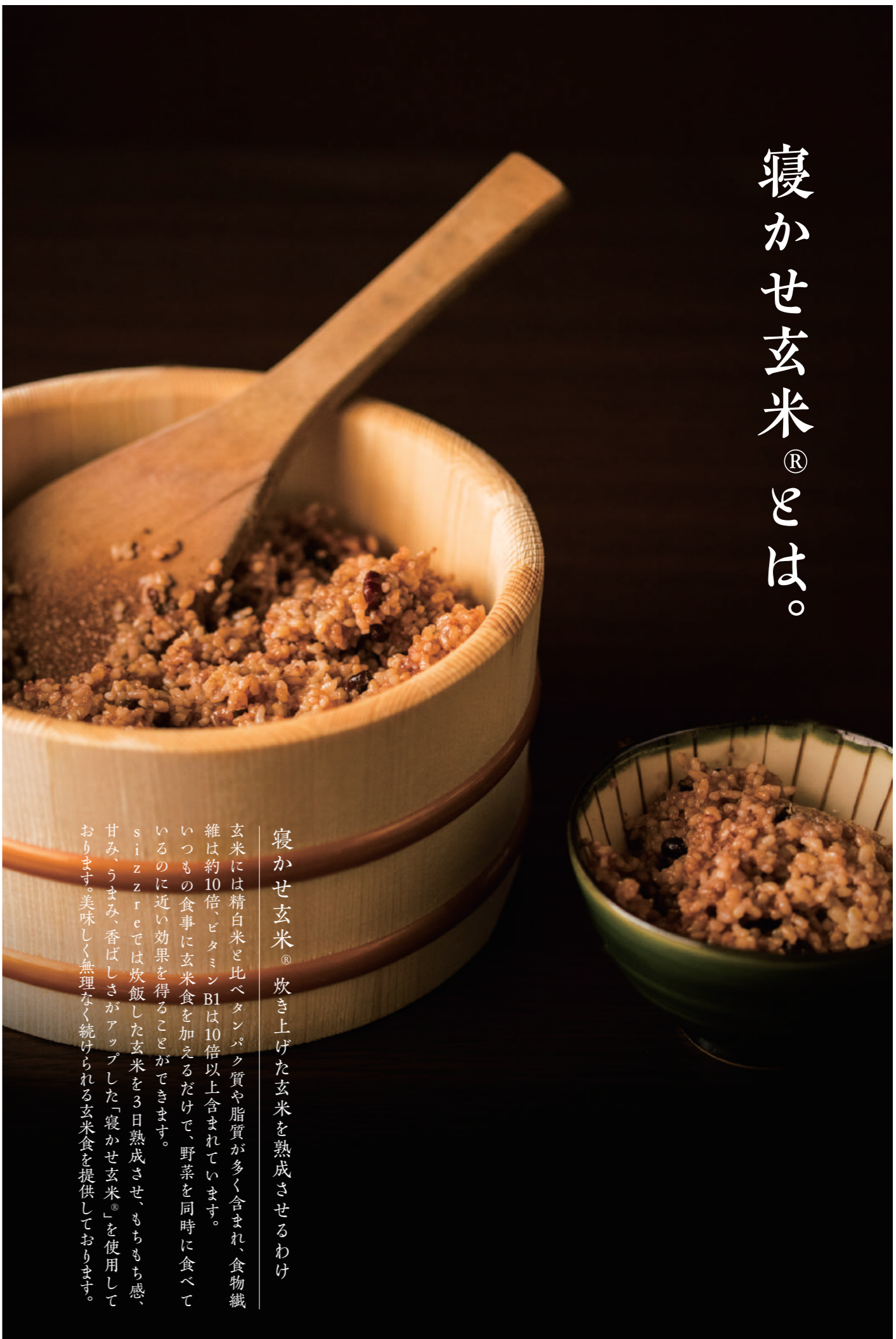
寝かせ玄米®と静岡のいいもの

s i z z r e

営業時間

11:00～L.O.22:30

寝かせ玄米®とは。



寝かせ玄米® 炊き上げた玄米を熟成させるわけ

玄米には精白米と比べタンパク質や脂質が多く含まれ、食物繊維は約10倍、ビタミンB1は10倍以上含まれています。いつもの食事に玄米食を加えるだけで、野菜を同時に食べているのに近い効果を得ることができます。s i z z r e では炊飯した玄米を3日熟成させ、もちもち感、甘み、うまみ、香ばしさがアップした「寝かせ玄米®」を使用しております。美味しく無理なく続けられる玄米食を提供しております。

# 静岡の味

糀・味噌 鈴木こうじ店

麹作り一筋に一五〇年有余年。無添加で安心、安全な糀と味噌を地域の方に届け続けています。毎日食べるものだからこそ、素材を厳選し、素材本来の美味しさを活かすように、手間暇をかけて生産しております。



わさび わさびの門前

わさび発祥の地静岡市有東木(うとうぎ)で四〇〇年十七代にわたりわさび田を守り続けてきた、日本最古のわさび農家のわさびを使用。



チーズ うしづまチーズ

自然いつぱいのオクシズの入口、静岡・牛妻地区にて創業。朝霧高原の酪農家から仕入れた搾りたてのミルクを低温殺菌・成形して作る、無添加のフレッシュチーズが有名。店内のカフェで「カチョカツァッコ」「モツァレラ」をふんだんに使用し、地域の食材と組み合わせたオリジナルメニューをご提供しております。



醤油 栄醤油

【栄醤油醸造は、江戸時代、寛政七年創業の醤油醸造元です。かつて城下町として栄えたこの場所、二〇〇年以上醤油造りを受け継いできました。昔ながらの木桶造りにこだわり、現在七代目。「丸大豆・小麦・塩」の原料を活かした天然醸造による醤油造りを今なお続けています。



# 御膳

新しい「食」の発見。

地元の食材と  
寝かせ玄米®の  
出会い。



## 寝かせ玄米®と糀御膳 自家製ローストビーフ 1,580円(税込)

60度の温度で4時間かけて低温調理した自家製のローストビーフ。しっとりとした肉質は、麴を使用した和風ソースによく合います。

- ローストビーフのサラダ ●寝かせ玄米® ●どろろ入り味噌汁
- 豆皿おばんざい4品 ●お漬物 ●玄米甘酒

## 朝霧高原豚の 醤油糀ポークジンジャー 1,480円(税込)

- 醤油糀ポークジンジャー ●寝かせ玄米® ●どろろ入り味噌汁
- 豆皿おばんざい4品 ●お漬物 ●玄米甘酒

### 朝霧高原豚とは

静岡県富士宮市北部の富士山麓に広がる朝霧高原は、富士山麓の大自然を生かした酪農畜産地帯です。奇跡のブランド豚と呼ばれる「朝霧高原豚」は他のブランド豚に比べ、肉質が柔らかくどってもジューシーです。



## 寝かせ玄米®と糀御膳 漬けマグロとたっぷり野菜 1,480円(税込)

焼津の船元「福一漁業」が選ぶマグロ赤身を、醤油、みりん、味付けした自家製ダレに漬け込みました。漬けマグロに野菜のサラダを合わせて、かつお出汁のジュレでさっぱりと。

- 漬けマグロのサラダ ●寝かせ玄米® ●どろろ入り味噌汁
- 豆皿おばんざい4品 ●お漬物 ●玄米甘酒



## ふじのくにいきいきどりの 糀漬け甘辛唐揚げ御膳 1,380円(税込)

富士山麓のきれいな水と、厳選された餌で育てた若鶏のみを使用しています。下味に糀を使用することで、肉質がさらにやわらかくなりジューシーに仕上がります。

- いきいきどりの唐揚げ ●寝かせ玄米® ●どろろ入り味噌汁
- 豆皿おばんざい4品 ●お漬物 ●玄米甘酒

寝かせ玄米®は白米に変更出来ます。  
ご希望の際は注文時にお申し付けください。  
※白米、寝かせ玄米®の大盛はプラス150円(税込)



## 寝かせ玄米®と糀御膳 焼き魚 1,180円(税込)

皮はパリパリ、中はふっくら。絶妙な火加減で焼き上げた魚は、寝かせ玄米®との相性が抜群。

- 焼き魚 ●寝かせ玄米® ●どろろ入り味噌汁
- 豆皿おばんざい4品 ●お漬物 ●玄米甘酒

寝かせ玄米®は白米に変更出来ます。ご希望の際は注文時にお申し付けください。  
※白米、寝かせ玄米®の大盛はプラス150円(税込)



# 数量限定



## 日替わり海鮮 醤油糍漬け丼 1,080円(税込)

●海鮮の醤油糍漬け丼 ●どろろ入り味噌汁 ●お漬け物  
その日の魚はスタッフにお声がけください。



駿河湾は最深部はおよそ2,500mに達します。比較的小さな湾ですが、日本一の深さど地形や黒潮の流れなど様々な条件に恵まれていて、深海生物を含め1,200種の魚が生息しています。sizeでは静岡のおいしい魚を使用しております。

## 駿河湾のめぐみ

寝かせ玄米®は白米に変更出来ます。ご希望の際は注文時にお申し付けください。  
※白米、寝かせ玄米®の大盛はプラス150円(税込)

# 有東木わさび



ほのかな甘味とさわやかな風味は、本わさびにしかない贅沢な味わい。おろしたてでこそ本わさび本来の香りを楽しむことができます。手火山式のかつお節と有東木わさび、あえてシンプルな素材が上質な味わいを引き立たせます。

## 辛みを楽しむ白米の わさびめし 1,080円(税込)

●わさびめし(白米、有東木本わさび、手火山式かつお節)  
●豆皿おばんざい4品 ●お漬け物 ●どろろ入り味噌汁

## 寝かせ玄米®の わさびめし 1,080円(税込)

●わさびめし(寝かせ玄米®, 有東木本わさび、手火山式かつお節)  
●豆皿おばんざい4品 ●お漬け物 ●どろろ入り味噌汁

「有東木わさび」  
こだわりの先に。  
静岡市街から車で一時間、わさび栽培発祥の地静岡市有東木(うとうぎ)で四〇〇年十七代にわたりわさび田を守り続けてきた、日本最古のわさび農家「わさびの門前」のわさびを使用。標高八〇〇mに位置する、代々つづくわさび田で丹精込めて栽培したわさびです。チューブわさびとは全く違う、本物のわさびでしか味わえない、さわやかな辛さと、ほのかな甘み是非ご賞味ください。

※白米、寝かせ玄米®の大盛はプラス150円(税込)



# うしづまチーズ



ちゆるりん麺  
**カチョカバロチーズかけ** 1,180円(税込)

小麦と在来茶を練り込んだ食感のどごしが特徴の新しい麺に、うしづまチーズ工場のカチョカバロチーズをたっぷりかけました。

うしづまチーズ工場のカチョカバロチーズは、朝霧高原で育った牛の生乳、塩、乳酸菌のみを原料にしたシンプルでくせや雑味のないチーズです。長期乾燥熟成で生乳の甘みやうまみが凝縮されています。ちゆるりん麺にカチョカバロチーズとパルメジャーノチーズを合わせました。



**あつあつフライドポテト  
 カチョカバロチーズかけ** 430円(税込)

## チーズ探しの続けたり方

うしづまチーズ工場は、2017年に静岡市牛妻地区に誕生した小さなチーズ工場です。生乳の低温殺菌から形成までを、ひとつひとつ丁寧に全て手作業で行っています。原料の生乳は朝霧高原の農場から、搾りたて新鮮なものを分けていただいております。



**マグロのタルタル  
 油揚げカナッペ** 580円(税込)

マグロを糎で味付けしたタルタルに油揚げを合わせた和風カナッペです。



**モッツァレラチーズのお刺身** 680円(税込)

新鮮なモッツァレラチーズを、有東木さわびとお醤油で。



うしづまチーズのチーズ作りは、前日夕方からはじまります。午後、搾乳された新鮮な生乳を酪農家から受け取り、翌日早朝よりチーズ作りが始まります。50リットルの生乳から製造できるチーズは10分の1程度、非常に貴重な手作りフレッシュチーズです。

# 自然が育てる 生みたての卵

清流、安倍川と向敷地の山に囲まれた素晴らしい  
自然の中で、徹底的な管理のもと、環境にもとことん  
こだわり作られた卵



## 鈴木養鶏場の新鮮卵 親子丼ぶり

980円(税込)

●親子丼ぶり ●どろろ入り味噌汁 ●お漬物



## 牛すじ煮込みと鈴木養鶏場の 新鮮卵の煮玉子

580円(税込)



## 鈴木養鶏場の新鮮卵 たまごかけご飯

500円(税込)

新鮮で濃厚な鈴木養鶏場の卵をシンプル  
に味わう。醤油には、栄醤油(掛川)の天然  
醸造の濃口醤油を使用しています。

※生卵の追加注文はプラス100円(税込)



## 寝かせ玄米®と 野菜の糎カレー

980円(税込)

寝かせ玄米®は白米に変更出来ます。ご希望の際は注文時にお申し付けください。  
※白米、寝かせ玄米®の大盛はプラス150円(税込)



## おいしい日本茶研究所の緑茶飯と san gramsの日替わり日本茶

880円(税込)

●おいしい日本茶研究所の緑茶飯 ●日替わりご飯のお供4つ ●san gramsの日替わり日本茶

おいしい日本茶研究所  
日本茶をもっと美味しく楽しく。おいしい日本茶  
研究所は、お茶を食材として提案するデザイン  
ブランドです。

## san grams

お茶を味わい、お茶を知る日本茶専門カフェ  
「san grams」。製法や生産者ごとの個性を引き  
立たせるシングルオリジンの日本茶を楽しめます。



## sizzreの3色おむすび

680円(税込)

●3色おむすび ●どろろ入り味噌汁 ●豆皿おばんざい4品 ●お漬物

こだわりの白米、寝かせ玄米®、日本茶の茶飯の3色  
のおむすび。寝かせ玄米®のモチモチとした食感、  
日本茶の香り、一皿で3つのお米の味わいを楽しめます。



## 寝かせ玄米®のおむすび 2個セット

380円(税込)



## 塩むすび 2個セット

380円(税込)



## どろろと大きめ野菜の味噌汁

380円(税込)



## 桜えびの焼きむす

780円(税込)

桜えびを軽く揚げて焼きむすに仕上げました。  
そのままでも美味しく、だし汁をかけて出汁茶漬けにすれば二度楽しめます。

日替わり海鮮のマリネ 680円(税込)



その日の魚はスタッフにお声がけください。

ア  
ラ  
カ



蒸し鶏の胡麻だれサラダ 880円(税込)



漬けマグロのサラダ 980円(税込)



お漬け物盛り合わせ 380円(税込)

ル  
ト

ち  
ゆる  
りん  
麺

### 静岡名物 ちゆるりん麺とは？

静岡茶発祥地の希少な在来茶を麺に練り込み、新食感を実現した新しい小麦粉麺です。薄若草色で食欲をそそるストレートの細麺は、しこしこちゆるりんの独特の食感と喉ごしを、独自の製法技術から生み出しました。



ちゆるりん麺  
カチョカバロチーズかけ 1,180円(税込)



ちゆるりん麺  
どろろとオクラとトマト 830円(税込)

ちゆるりん麺  
蒸し鶏の胡麻だれ 1,080円(税込)



※麺の大盛りはプラス200円(税込)



## ふじのくにいきいきどりの 糍漬け甘辛唐揚げ

880円(税込)

富士山麓のきれいな水と、厳選された餌で育てた若鶏のみを使用しています。下味に糍を使用することで、肉質がさらにやわらかくなりジューシーに仕上がります。



## 静岡名物 黒はんぺんフライ 380円(税込)

昔から静岡で愛されてきた黒いはんぺん。鯖や鰯、鯛など青魚をそのまま使用しています。



## タコの唐揚げ糍入りディップ 480円(税込)

糍と醤油、マヨネーズを合わせたピリ辛のディップソースを添えて。



## あつあつフライドポテト カチョカバロチーズがけ

430円(税込)



## 絹ごし豆腐の冷奴 たっぷり手火山式かつお節 380円(税込)

かつお節独特の香りを引き出すためには、手火山式と呼ばれる燻しながら乾燥させる製法が一番であると言われてきました。伊豆地方で350年続く手火山式は現在では職人の数が減少し、幻のかつお節と呼ばれています。その中でもさらに貴重な生カツオの手火山式をたっぷりとのせました。



## 自家製ローストビーフのサラダ 1,080円(税込)

60度の温度で4時間かけて低温調理した自家製のローストビーフ。しっとりとした肉質は、麴を使用した和風ソースによく合います。



## 朝霧高原豚の 醤油糍ポークジンジャー

980円(税込)



## 牛すじ煮込みと 鈴木養鶏場の新鮮卵の煮玉子 580円(税込)