



Cosme Kitchen

Adaptation

## SPECIAL ADAPTATION MENU

×

# veggy

3/10(金)～4/30(日)の期間限定で、ベジタリアンマガジン『veggy』監修のもと  
"食べて美しくなる" ヴィーガンレシピフードを展開いたします。

### 1. メキシカンサルサ ベジバーガー ￥1,300(税抜)

アボカドや赤キャベツなどお野菜がたっぷり入ったバーガー。  
パテにはもちきびを使用し、見た目は本物のお肉を思わせるボリューム。  
メキシカンサルサソースがパンチの利いた食べごたえのある1品です。

### 2. ジューシーソイミートのベジからあげ丼 ￥1,100(税抜)

ジューシーなソイミートのからあげとたっぷりの旬の野菜を盛った彩鮮やかな  
メニュー。ピクルス入りのヴィーガン豆乳マヨネーズベースのタルタルソースで、  
サクサクとシャキシャキ食感が楽しい仕上がりです。

### 3. 有機トマトのベジドリア ￥800(税抜)

山芋や豆腐、豆乳で作ったクリームと、お野菜豊富な具沢山トマトソースが  
絶妙なマッチング。男女問わず大好きなクリーミー感をお楽しみ頂けます。  
栄養満点でお子様にも大人気のメニューです。

### 4. ブルー ラグーン アマザケ スムージー ￥1,280(税抜)

日本古来からある発酵技術を用いて作られた有機玄米甘酒に栄養価抜群の  
スーパーフード『ブルーグリーンアルジー』にグルテンフリーの穀物『テフ』  
をブレンド。栄養バランスや日々の健康が気になる方にオススメです。  
レモンとグレープフルーツが爽やかで、さっぱりと飲みやすい味です。

#### ブルーグリーンアルジーとは？



E3Live®

35億年前に地球上に最初に誕生した  
生物（藍藻）で、あらゆる動植物の  
起源と言われています。  
人間の体内に必要とされる栄養素の  
多くを含有し、その数は89種類  
(50種のミネラル、13種のビタミン  
20種の必須アミノ酸、4種の脂肪酸  
2種の色素)にも及びます。

#### テフとは？



エチオピアで栽培されているイネ科  
の植物で、8種類の必須アミノ酸を  
含む良質なたんぱく質やカルシウム  
玄米の5倍の食物繊維、大豆や小麦の  
約3倍もの鉄分が含まれています。  
ビタミンCが豊富で美容に嬉しい注目  
のグルテンフリースーパーフード。



# Cosme Kitchen Adaptation

×

# veggy



## Healthy & Yummy Vegetarian Foods

カラダとココロが健康になるおいしいベジタリアン食

## Sustainable & Green Life

環境に優しく持続可能なライフスタイル

## Holistic & Spiritual Healing Guidance

ホリスティック&スピリチュアルな癒しの案内

『veggy(ベジイ)』は日本初のベジタリアン・マガジンとして、2008年の春に創刊。

植物性ベースの食事やオーガニック全般を推奨し、免疫力&自然治癒力アップ、体質改善 ナチュラル・エイジング&ナチュラル・ビューティー、さらには心身の癒しをサポート できるようなライフスタイルを様々なアプローチで提案しています。

人の体は地球の縮図だと言われていきますから、ひとりひとりのココロとカラダが 芯から癒されて健康になれば、この地球は平和でハッピーに変化していくとベジイは考えています。

vol.51 **NEW** おいしいデトックス ¥778(税抜)

Cosme Kitchen Adaptation 恵比寿店を3/10発売のご紹介いただきました！ 今回のコラボレーションメニューの誕生秘話や我々の想いをご覧ください。



vol.37 ¥778(税抜) おいしく食べてデトックス&クレンズ



vol.41 ¥778(税抜) ベジタリアンの栄養学



vol.43 ¥778(税抜) スーパーフード革命



vol.45 ¥778(税抜) 腸活 菌活 美腸



土門大幸 ¥1,400(税抜) まるごとそのまま野菜を食べよう RAW FOOD RECIPE 増補改訂版



LIVING LIFE MARKETPLACE ¥1,400(税抜) スーパーフード図鑑&ローフードレシピ



田中さゆり ¥1,600(税抜) スウィーツ ローフード・ヴィーガンスウィーツ グルテンフリー&パレオダイエット



vol.47 ¥778(税抜) 酵素・発酵デトックス



vol.48 ¥778(税抜) 薬になる食べかた

北海道のローフードカフェ LOHASのオーナーでローフードシェフの著者が教える、毎日続けられる簡単なレシピが満載。

日本初のスーパーフード図鑑。その驚くべき効果・機能を最大限に引き出すレシピも満載。スープやパスタなどのレシピも。

栄養豊富なスーパーフードや生ハチミツを使用したスイーツ、ロー・ヴィーガンのスイーツなど100種類以上!

上記雑誌、書籍をCosme Kitchen Adaptationにてオリジナルセレクト販売中です。

詳しくはお近くのスタッフまでお尋ねください。 ※全て税抜表記です。