



旬味鮮彩

花風

HANA-FU



お寿司を中心としたお得なランチバイキング1,980円(税込)。週末限定のこのプランは1日で約100人のお客様が来店されるとか。天ぷらなども注文後に揚げるので、衣はサクサク。



落ち着いた店内では、日本庭園を望みながら食事をとることができます。ゆっくりと食事をした方にはお勧めです。



「食養生」の考え方からすると、春は肝臓の働きを助ける食材をとるといいそうです。「にぎわい」の中にはそんな食材がたくさん使用されています。春の養生「にぎわい」3,000円(税込)。



ご飯はEM栽培のお米を100%使用。白米と玄米を3:1の割合で配合しています。玄米は「玄米99」を使用しているため、炊きやすく、玄米になじみがない方でも食べやすいと評判です。写真は「花風膳」2,000円(税込)。



厨房で出た米のとぎ汁やお客様の飲み残り飲料などは、地下のタンクでEM活性液の原料にしています。厨房の清掃はもっぱら自作のEM活性液を使用。ホテルでリサイクル循環ができています。



沖縄県中部、北中城村にあるEMホテル「EMウェルネスセンター&ホテルコスタビスタ沖縄」は食・建築・スパなど、あらゆる場面にEM技術を活用したホテル。前号では、昨年11月にオープンしたデリカテッセンコーナー「EM DELI」をご紹介しましたが、今回はヘルシーな食事と落ち着いた雰囲気人気の和食レストラン「花風(はなふう)」におじゃましました。



和のスタイルでおいしさと健康を提案する「花風」

あなたもホテルコスタビスタ沖縄でEM生活を体感しませんか？

EMホテル

ホテルのWEBサイトでは航空券とセットになったお得なプラン、シーズンごとの企画プランなどを案内。空室状況や予約手続きもネットからOKです。ぜひご利用ください。

検索

クリック!!



<http://www.costavista.jp/>



ホテルコスタビスタ沖縄

〒901-2311
沖縄県中頭郡北中城村喜舎場1478番地
Tel. 098-935-1500
【アクセス】那覇空港より約25km、車で約40～50分
(沖縄自動車道経由、北中城IC下車)

★ 期間限定のお得なプランもありますので、最寄りのEM商品取り扱い店にお問合せ下さい ★

「花風」和食料理長 照屋寛幸さんへのインタビュー

Q お勧めメニューを教えてください
「天」は自然環境、「人」は人体のことで、「天人合一」とは人が自然環境や気候の変化と密接かつ不可欠の関係にあることを言います。中国には古来から、健康と長寿を欲するから身体(四季)の変化に従い、食養生法があります。そうした「食養生」の考え方を取り入れ、皆様においしく、健康になっていただきたいという願いを込めて、花風では薬膳料理をお出ししております。この薬膳料理は、春夏秋冬のシリーズでお出ししています。食材については、医療法人照屋会沖縄照屋クリニック副院長の柯杉先生(医学博士、中医学修士)に、専門的な知識に基づいてアドバイスを頂いています。
春の薬膳料理は「にぎわい」。春になると万物は生長、発育の時期に入ります。芽吹きの新緑と、草花が鮮やかに咲き始め、冬眠していた動物は活動を始めます。そんな暖かめで、優しく、楽しい季節を表現したのが「春の養生「にぎわい」」です。
「沖縄料理は脂っこい」というイメージが強いですが、「薬膳料理ではそれがなく、おいしく食べられま



照屋料理長は、この3月に日本調理師連合より「師範」の称号を授与されました。

す」と、ご年配の方々にも大人気です。皆さん、完食していただいているので、とても嬉しいですね。
Q 読者にメッセージをお願いします。
料理人になって、20年近く経ちますが、まだまだ勉強中です。食材を見ると「これは何に使えるかな?」「何と合わせればおいしいかな?」と常に考えています。そうして生まれた料理がお客様の口に入り、笑顔になっただけの瞬間が私にとって一番幸せな時間です。これからもずっとお客様に満足していただけるように、また、このホテルに来ていただいた皆様がEMの素晴らしさに気づいてくださるよう、これからも「食と健康」を追求していきます。