

タイ料理 • 日本料理

召し上がれ



Mi 1 Zü

ISSUE 1 . VOLUME 2

鯛も一人はうまからず



เชฟของห้องอาหาร Mi 1 ZÜ

ได้รับการฝึกอบรมโดยตรง จาก Sensei Haruaki Matsuka - สุดยอดเชฟชื่อดังชาวญี่ปุ่น จากสถาบัน Tsuji Culinary Institute ประเทศญี่ปุ่น ทุกสัปดาห์ ของอาหารตรงเบื้องหน้าของท่าน รังสรรค์ มาจากเชฟ ซึ่งผ่านการฝึกอบรมทักษะอย่างเข้มข้น ในหลักสูตร Japanese Authentic Cuisine 7 Classes ให้เข้าถึง หัวใจ ของการเป็นเชฟอาหารญี่ปุ่นอย่างแท้จริง ตั้งแต่ประวัติความเป็นมาของอาหารญี่ปุ่น ไปจนถึงขั้นตอนการเตรียมวัตถุดิบที่ ถูกต้อง เทคนิคการตัดแบบญี่ปุ่น 野菜の切り方 yasai no kiri kata การนำวัตถุดิบจากท้องถิ่นมาประยุกต์ใช้กับการปรุงอาหาร กรรมวิธีการปรุงอาหารญี่ปุ่นขั้นสูง อย่าง 懷石 Kaiseki ตลอดจนความใส่ใจและพิถีพิถันในทุกขั้นตอน เพื่อความ รื่นรมย์ ความสุข และสุขภาพที่ดี สำหรับแขกผู้มาเยือน ทุกท่าน

Did you know?

คุณรู้หรือไม่

ในปี 2013 “和食 Washoku : กรรมวิธีการปรุงและรับประทานอาหารในแบบดั้งเดิมของญี่ปุ่น” ได้รับการขึ้นทะเบียน เป็นมรดกภูมิปัญญาทางวัฒนธรรม (ICH-Intangible Cultural Heritage) จากองค์การยูเนสโก ความนิยมในการรับประทานอาหารญี่ปุ่น ทั้งในด้านความ พิถีพิถันในการเตรียมวัตถุดิบด้วยกรรมวิธีพิเศษความสามารถ ในการวัตถุดิบพิเศษ ความประณีตในการจัดจาน นอกจากนี้ ความอร่อยที่คนทั่วโลกชื่นชอบ ถือเป็นความสำเร็จในการขยาย อิทธิพลทางวัฒนธรรม ซึ่งเป็นเอกลักษณ์ประจำชาติเฉพาะตัว อีกหนึ่งเกร็ดความรู้ ซึ่งเป็นเสน่ห์ที่น่าสนใจ คือ มารยาทในการ รับประทานอาหารตามแบบฉบับชาวญี่ปุ่น อาทิ

กล่าวคำขอบคุณ ทั้งก่อนและหลัง รับประทานอาหาร

ในญี่ปุ่นเป็นเรื่องปกติที่จะพูดว่า いadakimasu (จะทานแล้วนะคะ/นะครับ) ก่อนมื้ออาหารและ ごちそうさまでし Gochisousama (ขอบคุณสำหรับอาหารมื้อนี้) หลังอาหารเพื่อแสดงความรู้สึกขอบคุณผู้ทำอาหาร และวัตถุดิบส่วนผสมของอาหาร โดย อาจพนมมือในระดับอก และก้มศีรษะเล็กน้อย เพื่อแสดงความขอบคุณ

ถือภาชนะบนโต๊ะอาหาร ขณะรับประทานอาหาร

คนญี่ปุ่นจะถือชามหรือจานด้วยมือข้างที่ไม่ได้ใช้ตะเกียบ ขึ้นมาระดับอกเพื่อรับประทานเพราะถือว่าการที่เราไม่ยก ชามอาหารขึ้นมาแล้วก้มหน้าลงไปทานเป็นการเสียมารยาท เว้นแต่จานอาหารขนาดใหญ่ ซึ่งนี่คือเหตุผลที่ภาชนะใส่ อาหารส่วนใหญ่ของประเทศญี่ปุ่นจะเป็นภาชนะที่มีขนาด ไม่ใหญ่และมีน้ำหนักเบาอีกทั้งไม่ควรใช้มืออีกข้างมารอง ใต้อาหาร เพราะถือเป็นเรื่องที่ผิดมารยาทสำหรับชาวญี่ปุ่น เช่นกัน ถ้ากลัวว่าอาหารจะหล่นหรือซอสหยดเลอะเทอะ ให้ใช้จานเล็ก ๆ หรือจานแบ่ง หรือผ้าด้วย เป็นภาชนะรอง ใต้อาหารแทน



ใช้ตะเกียบ (箸 โอฮาชิ) ในการทานอาหารทุกชนิด

โดยจะใช้เฉพาะส่วนปลายของตะเกียบเท่านั้น ไม่ใช่เป็น ไม้เสียบ หรือโอบตะเกียบไปมาระหว่างการพูด เนื่องจาก ถือเป็นการเสียมารยาทในญี่ปุ่น และจะยกชามน้ำซุปขึ้นมาชด จะไม่นิยมใช้ช้อนในการตักน้ำซุป

สุตเสียงดัง

การทานบะหมี่ราเม็ง โซบะ หรือน้ำซุปต่าง ๆ คนญี่ปุ่นจะ นิยมชดและดื่มให้เกิดเสียงดังเพื่อเป็นการแสดงให้เห็นและ ชื่นชมว่าน้ำซุป หรือบะหมี่ที่ทานนั้นอร่อย

ดื่มน้ำชาหลังมื้ออาหาร เท่านั้น

การดื่มน้ำชาเป็นอีกหนึ่งวัฒนธรรมที่มีเอกลักษณ์ของประเทศ ญี่ปุ่น ซึ่งคนญี่ปุ่นจะไม่นิยมดื่มน้ำชาในระหว่างมื้อ จะดื่มน้ำ ชาเมื่อทานอาหารเสร็จแล้วเท่านั้นซึ่งต่างจากวัฒนธรรมของ ชาวจีน

ทานอาหารให้หมด หรือ เหลืออาหารไว้ให้น้อยที่สุด

เป็นการแสดงความสุภาพในญี่ปุ่นที่จะทานอาหารให้หมด หรือเหลืออาหารไว้ให้น้อยที่สุด เนื่องจากในญี่ปุ่นให้ความสำคัญกับส่วนผสมซึ่งเป็นพรจากธรรมชาติและแสดงความ รู้สึกขอบคุณต่อผู้ที่ปรุงอาหารให้

献立

ทางลัดความอร่อย

SASHIMI 2

刺身

SUSHI 3

寿司

À LA CARTE 6

アラカルト

SHABU SHABU .. 10

しゃぶしゃぶ

YAKINIKU 11

焼き肉

SUKIYAKI 12

すき焼き

THAI 13

タイ

FUSION 14

フュージョン

เชิญเพลิดเพลินไปกับมื้ออาหารสุดพิเศษ ที่เป็นอีกหนึ่ง ประสบการณ์ในการเรียนรู้ทางวัฒนธรรมในบรรยากาศ ริมน้ำสุดสดชื่น ภายใต้สถาปัตยกรรมสไตล์เรียวกิ้ง แฉงตัวอย่างกลมกลืนท่ามกลางทิวเขา 1200 เมตร เหนือระดับน้ำทะเล ณ ออนเซ็น แอท ม่อนแจ่ม



フォローはこちらから:

www.onsenmoncham.com

OnsenAtMoncham

OnsenAtMoncham

@OnsenMoncham

魚

FISH OF THE DAY

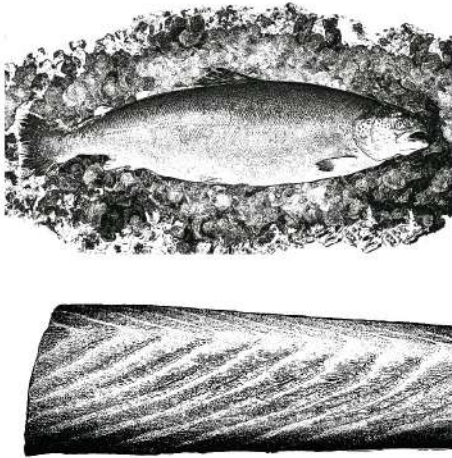
by Chef Big & Chef Tom

Mi | ZÜ คัดสรร และนำเข้าปลา และวัตถุดิบหลากหลายชนิดจากจังหวัดต่างๆในประเทศญี่ปุ่นรวมถึงแหล่งประมงชายฝั่งของประเทศไทย เพื่อให้มั่นใจว่าลูกค้าของเราทุกคนได้ลิ้มลองรสชาติที่ดีที่สุดในแหล่งวัตถุดิบชั้นดี

6 DIFFERENT TYPES OF FISH

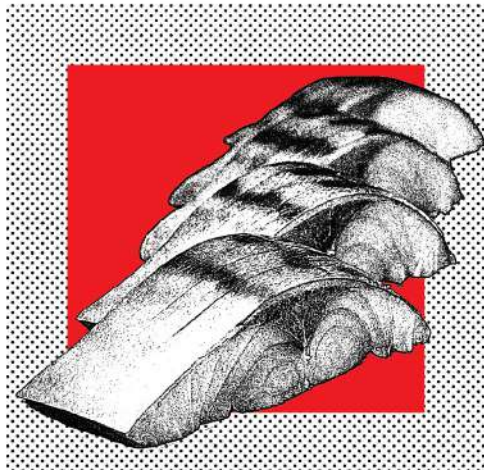
ปลาแซลมอน | Sake (ซาเกะ)

เนื้อปลาสีส้มแวววับกับสีชมพูอ่อนๆ ก้างน้อย เนื้อนุ่มมัน รสดีในตัว ผิวเป็นน้ำมัน ไม่แห้ง นิยมทำซาซิมิและซูชิ สำหรับหัวที่แล่ออกมาจากตัวปลา มักนำไปทำหัวปลาแซลมอนต้มซีอิ๊ว Sake Kabutoni (ซาเกะ คาบูโตนี) และไข่ปลาแซลมอน Ikura (อิคุระ) เมื่อกลมใส สีส้มอมเหลือง ใช้ทำเป็นหน้าซูชิ



ปลาทูน่า | Maguro (มากูโระ)

เป็นปลาที่นิยมกินกันมาก เนื้อปลาทูน่านั้นจะมีสีแดงสดใสนุ่มหวาน ปราศจากกลิ่นคาว นิยมทำซาซิมิและซูชิ เนื้อส่วนต่างๆมีรสชาติแตกต่างกันไปซึ่งเนื้อช่วงท้องจะหวานมันหอมอร่อยที่สุด มีชื่อเรียกว่า Toro (โทโร่) ราคาสูงกว่าส่วนอื่นๆ



ปลาไหลญี่ปุ่น | Unagi (อุนาจิ)

ปลาในตระกูล Anguilla ที่มีขนาดใหญ่และยาว ซึ่งนำเข้าจากญี่ปุ่นทำให้มีราคาสูง นิยมแล่แบบยาวกลางลำตัว แล้วนำไปเสียบไม้หรือเหล็กแหลมย่างซีอิ๊ว จะได้กลิ่นหอมพิเศษจากการย่าง

ปลาซาบะ | Saba (ซาบะ)

หรือ Mackerel ปลาอินทรีญี่ปุ่น เนื้อแน่นและหวาน เนื้อมีความมันสูง รสอร่อย นิยมนำมาดองน้ำส้มสายชูอย่างซีอิ๊ว หรือย่างเกลือ



ซาซิมิ | (ญี่ปุ่น: 刺身)

เป็นอาหารญี่ปุ่นแบบประเพณีชนิดหนึ่งประกอบด้วยเนื้อสัตว์หรือเนื้อปลาดิบสด แลเป็นชิ้น ๆ และมักกินพร้อมกับซอสถั่วเหลือง ชื่อนี้มีความเป็นไปได้สองอย่างว่ามาจากการจับปลาด้วยวิธีดั้งเดิมโดยปลา "ระดับซาซิมิ" จะถูกจับโดยใช้เบ็ดมือ ทันทีที่ปลาถูกจับได้ สมอของมันจะถูกแทงด้วยของมีคมทำให้ปลาทายในทันทีการใช้ของมีคมนี้ เรียกว่า อิกะจิมะ (ike jime) วิธีนี้ทำให้มีกรดแลคติกในเนื้อปลาปริมาณน้อยถึงจะวางบนน้ำแข็งเป็นเวลา 10 วัน ปลาจะยังคงความสดโดยไม่เปลี่ยนเป็นสีขาวหรือเสีย

ปลาซันมะ | Sanma (ซันมะ)

ปลาทะเลตระกูลเดียวกับปลาซาบะ แต่ตัวเล็กและเนื้อละเอียดกว่า ตัวกลมรียาว นิยมนำมาแล่เฉพาะส่วนเนื้อไปย่างเกลือหรือซีอิ๊ว

ปลาฮามาจิ | Hamachi (ฮามาจิ)

Inada, Hamachi และ Buri หมายถึงปลาชนิดเดียวกันต่างกันที่ขนาดและวัยBuriจะมีขนาดใหญ่ที่สุดเพราะเป็นตัวเต็มวัยเป็นปลาที่มีความมันที่สุดในบรรดาปลาเนื้อขาวมีส่วนเนื้อที่เป็นสีแดง ถ้าปลาสดมากๆ ส่วนนี้จะเป็นสีแดงจัดและสีค่อยๆ คล้ำลงตามเวลา ส่วน Kanpachi เป็นญาติห่างๆของ Hamachi นิยมนำมาทำซาซิมิและซูชิเช่นกัน เนื้อมีความมันน้อยกว่าสีเข้มกว่า



Sashimi 刺身



5 pcs./set

Ikura	ไข่ปลาแซลมอน	480
Hamachi	ปลาฮามาจิ	465
Hotate	หอยเชลล์	460
Salmon	แซลมอน	390
Maguro	ทูน่า	385
Ama Ebi	กุ้งหวาน	300
Tako	หนวดปลาหมึกยักษ์	280
Izumidai	อิซุมิได	230
Hokkigai	หอยปีกนก	230
Ika	ปลาหมึก	200
Saba	ซาบะ	200
Tamagoyaki	ไข่หวาน	170
Kani Kama	ปูอัด	160

Assorted Take 770
3 Hamachi, 3 Salmon, 3 Maguro & 3 Ika

Assorted Mastu 1,840
3 Hamachi, 3 Salmon, 3 Maguro, 3 Tako, 3 Hokkigai, 2 Hotate, 1 Ikura & 2 Ama Ebi

Sushi 寿司

NIGIRI SUSHI

Wagyu วากิว

1 pc./ set

500

Unagi ปลาไหล

2 pcs./ set

255

Ama Ebi กุ้งหวาน

250

Hotate หอยเชลล์

250

Hamachi ซามาจิ

240

Salmon Harasu ท้องปลาแซลมอน

220

Hokkigai หอยปีกนก

200

Maguro ทูน่า

200

Salmon แซลมอน

195

Tamagoyaki ไช้หวาน

170

Tako หนวดปลาหมึก

170

Ika ปลาหมึก

160

Ebi กุ้งต้ม

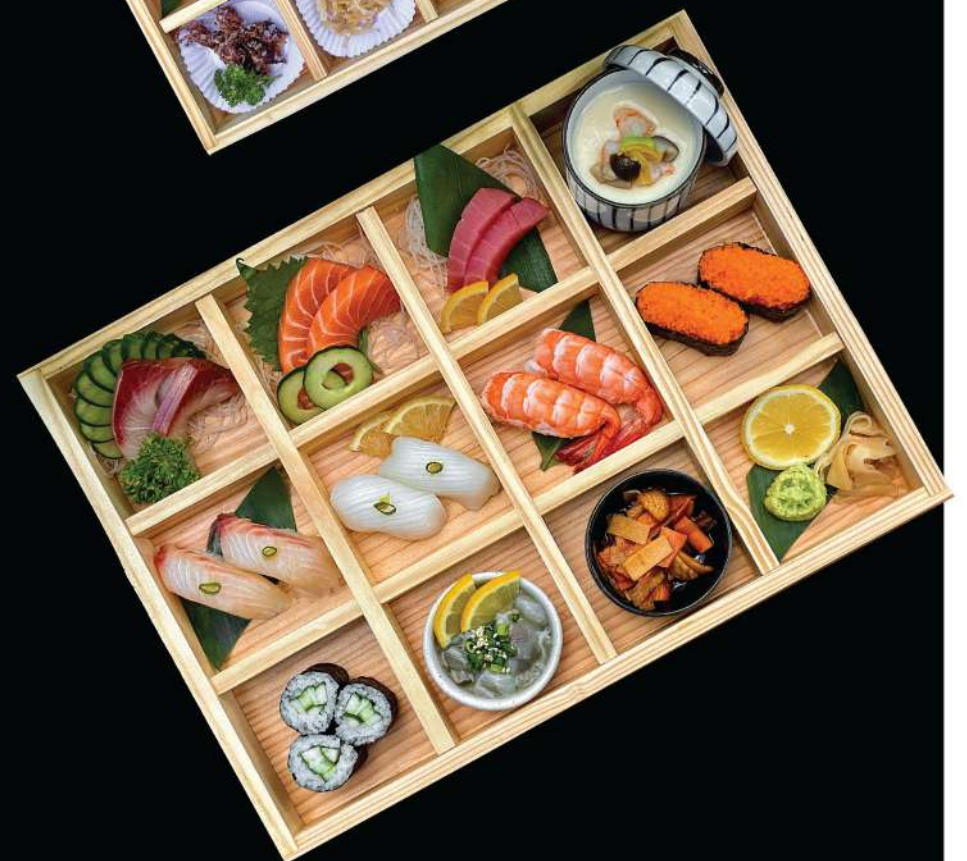
150

Shime Saba ซาบะ

150

Izumidai อิชิมิได

150



ABURI SUSHI

Hotate Aburi หอยเชลล์ย่างไฟ

2 pcs./ set

260

Salmon Harasu Aburi ท้องปลาแซลมอนย่างไฟ

230

Hamachi Aburi ซามาจิย่างไฟ

230

Salmon Aburi แซลมอนย่างไฟ

225

Maguro Aburi ทูน่าย่างไฟ

220

Ebi Aburi กุ้งย่างไฟ

190

Assorted Salmon Lover

495

1 Nigiri Sushi, 1 Aburi Sushi,
3 Maki, 3 Sashimi & 1 Ikura

Ume Sushi

990

1 Salmon, 1 Tuna, 1 Hamachi,
1 Ama Ebi, 1 Tako, 1 Hotate,
1 Hokkigai, 1 Unagi, 1 Ikura & 1 Ebiko

Take Bento

1,420

Sashimi Hamachi, Salmon, Maguro
Sushi Izumidai, Ika, Ebi, Ebiko, Kappa
Tako Wasabi, Chawanmushi

GUNKAN SUSHI

Ikura Sushi ไข่ปลาแซลมอน

2 pcs./ set

330

Ebiko Sushi ไข่กุ้ง

180

Mastu Bento

1,845

Sashimi Hamachi, Salmon, Hokkikai, Ama ebi
Sushi Maguro, Tako, Hotate, Ikura, Tamako
Hotaru, Shirauo, Chawanmushi

ซูชิ | Sushi (ญี่ปุ่น: 寿司) หรือ ข้าวปั้นมีหน้า

ซูชิ หมายถึง การรวมกันระหว่างปลากับข้าว เป็นอาหารญี่ปุ่นที่มีวิวัฒนาการมาหลายร้อยปีมาแล้ว เกิดจากความต้องการถนอมอาหารของคนญี่ปุ่น

ในประเทศญี่ปุ่น มักจะหมายถึงอาหารที่ใช้ซูชิเมชิ (寿司飯, ข้าวที่ผสมน้ำส้มสายชู) เป็นส่วนประกอบ และมีหน้าแบบต่าง ๆ วัตถุดิบที่นิยม ได้แก่ อาหารทะเล ผัก ไข่ เห็ด เนื้อที่นำมาใช้อาจจะเป็นเนื้อดิบ หรือเนื้อที่ผ่านกระบวนการปรุง และมักใส่วาซาบิ บนข้าวเพื่อให้ได้ความอร่อยมากยิ่งขึ้น

หลายคนมักใช้คำว่าซาซิมิและซูชิในความหมายเดียวกัน แต่อาหารทั้งสองชนิดนี้มีความแตกต่างกัน ซูชิคือข้าวปั้นมีหน้าดังที่กล่าวไว้ข้างต้น แม้ว่าปลาดิบหรือซาซิมิจะเป็นวัตถุดิบอย่างหนึ่งของซูชิดั้งเดิม แต่ซาซิมิ คือการนำเนื้อดิบจากสัตว์ เช่น ปลาทะเล มาแล่ทานสด ๆ คู่กับโชยุและเครื่องเคียงต่าง ๆ เช่น วาซาบิ จึงต้อง หิวใจเท่าชุดเส้น

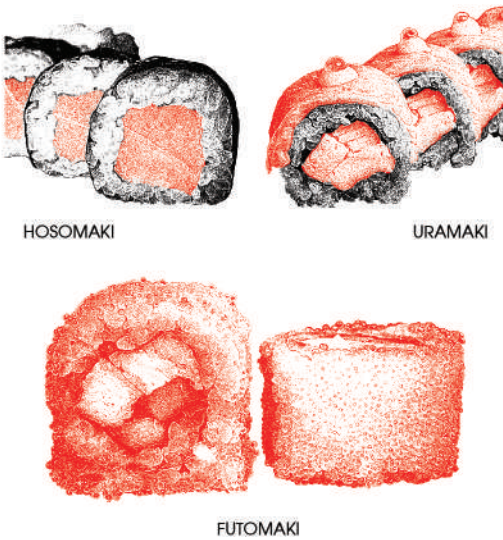
ซูชิ มีประโยชน์ต่อสุขภาพ ด้วยส่วนผสมหลักของซูชิ ไม่ว่าจะเป็นปลาดิบ หรือปลาคึ่งอื่น ๆ ซึ่งในตัวของส่วนผสมนี้ต่างก็ประกอบด้วยสารอาหารสำคัญมากมายที่ช่วยเสริมสร้างการทำงานของระบบต่าง ๆ ภายในร่างกาย อาทิ โอโอติน โอมะก้า 3 วิตามิน และเกลือแร่จากปลา



Maki & Rolls 巻き

Maki Sushi 巻き寿司 หมายถึงซูชิประเภทโรล (ทำโดยการม้วน) ประกอบด้วยข้าวและไส้ยัดติดกันไว้ด้วยแผ่นสาหร่าย มีหลัก ๆ 3 แบบ คือ

- Hosomaki (Hosoi แปลว่า บาง ผอม)
- Futomaki (Futoi แปลว่า อ้วน หนา)
- Uramaki (Inside-Out คือข้าวอยู่ด้านนอก สาหร่ายอยู่ด้านใน)



Hosomaki 細巻き

เมนูยอดนิยมของ Hosomaki คือ Tekka Maki (มากิปลาทูน่า) และ Kappa Maki (มากิแตงกวา) มักสั่งทานเป็นจานแรก แก้มรสได้ สามารถลิ้มรสความสดของวัตถุดิบได้เต็ม ๆ แกมขนาดต่อ 1 คำก็ Hosoi (ผอม) สมชื่อ

Futomaki 太巻き

ข้าวห่อสาหร่ายม้วนใหญ่ ปกติจะประกอบไปด้วยไส้ 7 อย่าง ซึ่งเป็นจำนวนที่ตรงกับจำนวนของเทพเจ้าแห่งโชคลาภของญี่ปุ่น ตัวไส้สามารถปรับเปลี่ยนได้ตามความต้องการ

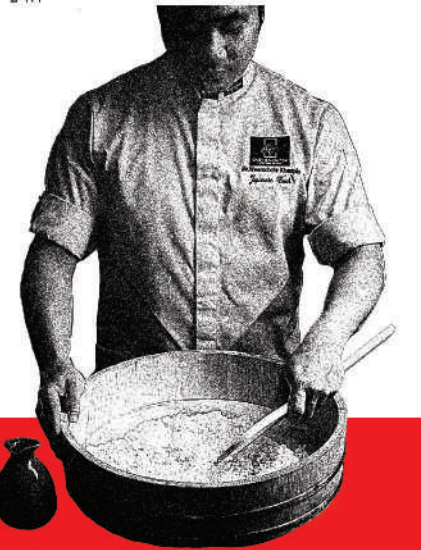
Uramaki 裏巻き

คือ Inside-Out Roll หมายถึง สิ่งที่ปกคลุมอยู่ด้านใน กลับออกมาอยู่ด้านนอก แทนที่จะเป็นสาหร่ายอยู่ด้านนอก เหมือนกับ Hosomaki หรือ Futomaki เส้นที่ของ Uramaki คือใน 1 คำจะได้รสและเนื้อสัมผัสหลายอย่างรวมกัน ซึ่งสามารถมีทั้งโป๊พและใสได้หลากหลาย

ข้าว | Rice

ข้าวญี่ปุ่นที่หุงเสร็จแล้วจะนำมาทำเป็นซูชิเลยไม่ได้ หากใครเคยลองทานซูชิจะสัมผัสได้ว่ามีรสเปรี้ยวนิด ๆ แฝงอยู่ เพราะต้องผ่านขั้นตอนการปรุง นั่นก็คือการใส่น้ำส้มสายชู เกลือ และน้ำตาลลงไปเล็กน้อยนั่นเอง

ข้าวซูชิพันธุ์ Koshihikari (コシヒカリ) เป็นข้าวพันธุ์ที่ได้รับความนิยมมากที่สุดเพราะมีความเหนียวนุ่มมากกว่าพันธุ์อื่นๆ และกลิ่นหอมกำลังดี ถูกปากชาวญี่ปุ่น ทั้งเด็กและผู้ใหญ่ ถือเป็นราชาข้าวญี่ปุ่นเลยก็ว่าได้ ดังนั้นจึงมีการเพาะปลูกมากที่สุดในญี่ปุ่น โดยคิดเป็น 1 ใน 3 ของการผลิตข้าวทั้งหมดเลยทีเดียว มักนิยมปลูกที่จังหวัดนาคะ จังหวัดอิบาระ จังหวัดโทจิกิ จังหวัดชิบะ และจังหวัดมิยาซากิ



How to make Maki Sushi



Temaki 手巻き

Te แปลว่า มือ จึงมักจะเรียกซูชิชนิดนี้ว่า Temaki หรือ Hand-Rolled Sushi เพราะใช้มือม้วนสาหร่าย ที่ห่อข้าวและไส้เข้าด้วยกันเป็นทรงกรวย ทำให้ถือกินได้ง่าย

ไส้หรือท็อปปิ้งที่ใส่ใน Temaki มีได้หลายอย่าง ตั้งแต่ปลาดิบ เทมปุระ ฟูอัด อะโวคาโด ผักดอง มักใช้เป็นไส้ที่ไม่เหนียว กระจัดกระจายหรือไหลเยิ้ม เพื่อให้ทานง่ายและสาหร่ายที่ห่อจะ得以ขึ้นเร็วเกินไป

ดังนั้น Temaki ควรทานทันทีเมื่อทำเสร็จ เพราะสาหร่ายจะอร่อยที่สุด ยิ่งทิ้งไว้นาน สาหร่ายจะนิ่มไปเรื่อย ๆ และกลายเป็นความเหนียว ด้วยความชื้นจากข้าว



ちらし Chirashi

Chirashi มาจากคำกริยาว่า Chirasu แปลว่า To Scatter แปลเป็นไทยได้ว่า วาง ๆ ไป แบบไม่ต้องเป็นระเบียบนัก

Chirashi Sushi ก็คือ ข้าวซูชิที่วางปลาดิบหรืออาหารทะเลสดสไลด์อย่างไว้ด้านบน เช่น หอยเม่น กุ้งหวาน ไข่ปลาแซลมอน ปลาหมึกยักษ์ ปลาไหลย่าง ฯลฯ และเพราะใช้ข้าวซูชิทำ เมนูนี้จึงถูกจัดเป็นอาหารประเภทซูชิ แม้ว่าจะไม่ได้มีกระบวนการปั้นเลยก็ตาม





MAKI MONO

		5 pcs./ set
Combu Maki	ทูน่าแซลมอนมากิ	310
		8 pcs./ set
Sake Maki	แซลมอนมากิ	200
Maguro Maki	ทูน่ามากิ	200
Kappa Maki	แตงกวาญี่ปุ่นมากิ	160

MAKI ROLL

		8 pcs./ set
Wagyu Roll	วากิวโรล	560
Unagi Roll	ปลาไหลโรล	495
Salmon Roll	แซลมอนโรล	370
Salmon Spicy Roll	แซลมอนสไปซี่โรล	355
Salmon Tempura Roll	แซลมอนเทมปุระโรล	335
Ebi Tempura Roll	กุ้งเทมปุระโรล	255
California Roll	แคลิฟอร์เนียโรล	235



TEMAKI

		1 pc./set
Salmon Yaki Temaki	แซลมอนยากิเทมากิ	180
Salmon Temaki	แซลมอนเทมากิ	170
Tempura Temaki	เทมปุระเทมากิ	160
Kanimayo Temaki	สลัดปูอัดเทมากิ	150

CHIRASHI DON

Ikura Don	ข้าวหน้าไข่ปลาแซลมอน	600
Kaisen Don	ข้าวหน้าปลาดิบรวม	495
Salmon Don	ข้าวหน้าปลาแซลมอน	410
Tekka Don	ข้าวหน้าปลาทูน่า	400
Salmon Spicy Don	ข้าวหน้าปลาแซลมอนสไปซี่	400



● ア ラ カ ル ト ● À LA CARTE

Made to Order

‘อลาคาร์ท’ เป็นภาษาฝรั่งเศส หมายถึง “อาหารตามสั่งแบบจานเดียว” หรือการสั่งอาหารที่มีอยู่ในเมนูได้ตามใจชอบ โดยไม่ต้องสั่งเป็นชุดตามที่ร้านอาหารจัดไว้ (ทางประเทศแถบตะวันตก มักมีรายการอาหารเป็นชุดจัดไว้ให้)

SALAD サラダ

“Cucumber Salad” 180

Royal Project's Japanese Cucumbers, Mirin, Shoyu, White Sesame, Sesame Oil
สลัดแตงกวาญี่ปุ่น

“Spinach Salad” 180

Royal Project' Spinach, Homemade Sesame Dressing, Himalayan Pink Salt, Homemade Sesame Dressing
สลัดผักโขมสดลวก

“Potato Salad” 260

Moncham's Potato, Japanese Cucumber, Crab Stick, Japanese Nut, Shallot, Egg, Homemade Mayo, Nori Seaweed
สลัดมันฝรั่งโฮมเมด

“Tako Salad” 300

Octopus Tentacles, Royal Project's Mixed Oaks, Homemade Goma-Shoyu, Shrimp Roe, Japanese Cucumbers
สลัดหนวดปลาหมึก

“Shirauo Salad” 300

Deep-Fried Shirauo Fish, Royal Project's Mixed Oaks, Japanese Cucumber, Homemade Goma-Shoyu
สลัดปลาเงิน เสิร์ฟพร้อมซอสโกมะโชยุ

“Onsen Garden Salad” 300

Chiang Mai's Farm Raspberry and Blueberry, Royal Project's Mixed Oaks, Japanese Cucumber, Radish, Walnut, Homemade Sesame & Ginger Dressing
สลัดผักผลไม้รวม โรยถั่ววอลนัท เสิร์ฟพร้อมน้ำสลัดงาขิง

“Salmon Salad” 345

Norwegian Salmon, Royal Project's Mixed Oaks, Japanese Cucumber, Fresh Tomato, Homemade Goma-Shoyu, Salmon Roe
สลัดแซลมอน เสิร์ฟพร้อมซอสโกมะโชยุ

“Kaisen Salad” 455

Norwegian Salmon, Yellowfin Tuna, Ehime Hamachi, Octopus Tentacles, Royal Project's Mixed Oaks, Japanese Cucumber, Fresh Tomato, Homemade Goma-Shoyu, Salmon Roe
สลัดปลาดิบรวม เสิร์ฟพร้อมซอสโกมะโชยุ

“Tuna Tataki” 460

Pan-Seared Yellowfin Tuna, Onion, Radish, Homemade Ponzu Sauce, Spicy Daikon
สลัดเซียร์ทูน่า เกรดซาซิมิ ราดด้วยซอสพอนส์

“Beef Tataki” 465

Raw Australian Angus Tenderloin Sliced, Onion, Homemade Ponzu Sauce, Spicy Daikon
สลัดเนื้อสันใน เสิร์ฟแบบแล่บาง ราดด้วยซอสพอนส์



STARTERS 突き出し

“Tako Wasabi” 160

Octopus Tentacles, Pickled Wasabi
ทาโกะวาซาบิ

“Edamame” 165

Young Soybeans Topped with Himalayan Pink Salt
ถั่วแระญี่ปุ่นนึ่งร้อน ๆ เติมรสชาติด้วยเกลือหิมาลัยสีชมพู

“Crispy Salmon Skin” 165

Norwegian Salmon Skin, Hon Dashi, Himalayan Pink Salt,
Black Pepper, Tempura Flour
หนังปลาแซลมอนทอดกรอบ



“Chawanmushi” 170

Japanese Steamed Egg Custard, Dashi Stock,
Mushroom, Shrimp and Yuzu
ไข่ตุ๋น

“Hiyayakko” 170

Kinu Tofu, Dried Bonito, Homemade
Tempura Sauce, Spring Onion
เต้าหู้เย็นราดซอส โรยด้วยปลาโอแห้ง

“Home Cut Fries” 170

Moncham's Potatoes, Himalayan Pink Salt, Truffle Oil
มันฝรั่งทอด เสิร์ฟพร้อมพามาเชานชีส และ น้ำมันเห็ดทรัฟเฟิล

“Eihire” 200

Grilled Stingray Fin, Homemade Spicy Mayo Sauce
ครีบบลาคะเบนญี่ปุ่นย่างบนไฟร้อน ๆ

“Miso Glazed Eggplant” 200

Royal Project's Japanese Eggplant, Homemade
Miso, Spring Onion, White Sesame
มะเขือม่วง ราดด้วยซอสมิโซะสูตรเข้มข้น

“Salmon Harasu Shioyaki” 200

Grilled Norwegian Salmon Belly, Himalayan Pink Salt,
Japanese Daikon, Pepper, Lemon
ท้องปลาแซลมอนย่างเกลือ

“Gyoza” 255

Homemade Pork Dumpling, Tempura Flour,
White Sesame, Spring Onion
เกี๊ยวซ่าไส้หมู แป้งบางกรอบสไลด์ญี่ปุ่น

“Salmon Korokke” 265

Norwegian Salmon, Potatoes, Egg, Flour, Breadcrumbs
แซลมอนโคร็อกเกะ

“Chicken Karaage” 270

Deep-Fried Chicken Thighs, Flour, Ginger, Shoyu,
Homemade Sauce
ไก่ทอดสไตล์ญี่ปุ่น หมักด้วยซอสถั่วเหลือง ผสมขิงและ
กระเทียม ทอดให้กรอบนอก ซุ่มฉ่ำใน

“Ika Karaage” 275

Squid Tentacles, Flour, Shoyu, Ginger Glazed,
Homemade Teriyaki Mayo Sauce
หนวดปลาหมึกทอด

“Tempura” 285

Deep-Fried Shrimp, Deep-Fried Mixed Seasonal
Vegetables, Homemade Tempura Sauce
เทมปุระกุ้งกับผักสดตามฤดูกาล เสิร์ฟพร้อมน้ำซอสปลาโอแห้ง



SOUP スープ

“Japanese Pumpkin Soup” 230

Japanese Pumpkin, Japanese Sake, Heavy Cream, Butter, Onion, Croutons

ซุปรักทองญี่ปุ่น

“Japanese Clear Soup with Izumidai” 230

Izumidai Fish, Dashi Broth, Carrot, Turnip, Shoyu

ซุปรังน้ำใส กับปลาอิซุมิดะ

DONBURI 丼物

“Tonkatsu Don” 295

Deep-Fried Kurobuta Pork, Japanese Rice, Miso Soup, Homemade Pickled, Onsen Soft-Boiled Egg

ข้าวหน้าหมูคุโรบุดะซุปรังทอด เสิร์ฟพร้อมซอสทงคัตสึ ซุปมิโซะ

“Saba-Don” 295

Grilled Mackerel, Japanese Rice / Miso Soup, Homemade Pickled, Onsen Soft-Boiled Egg

ข้าวหน้าปลาซาบะย่าง ราดด้วยซอสเทอริยากิ ซุปมิโซะ

“Oyako-Don” 300

Original Donburi Dashi Stock Cooked with Chicken and Organic Egg, Japanese Rice, Miso Soup, Homemade Pickled

ข้าวหน้าไก่ ตุ่นด้วยไข่และซอสสูตรต้นตำรับ

“Buta-Don” 335

Grilled Kurobuta Pork Belly, Japanese Rice, Miso Soup, Homemade Pickled, Onsen Soft-Boiled Egg

ข้าวหน้าหมูสามชั้นย่างซอสญี่ปุ่น รสกลมกล่อม



“Katsutoji” 340

Deep-Fried Kurobuta Simmered in Dashi Sauce and Egg, Japanese Rice, Miso Soup, Homemade Pickled

ข้าวหน้าหมูคุโรบุดะทอด ตุ่นด้วยไข่และซอสสูตรต้นตำรับ

“Salmon-Don” 360

Grilled Norwegian Salmon, Japanese Rice, Miso Soup, Homemade Pickled, Onsen Soft-Boiled Egg

ข้าวหน้าปลาแซลมอนย่าง

“Una-Don” 715

Grilled Japanese Eel, Japanese Rice, Miso Soup, Homemade Pickled, Onsen Soft-Boiled Egg

ข้าวหน้าปลาไหลย่าง

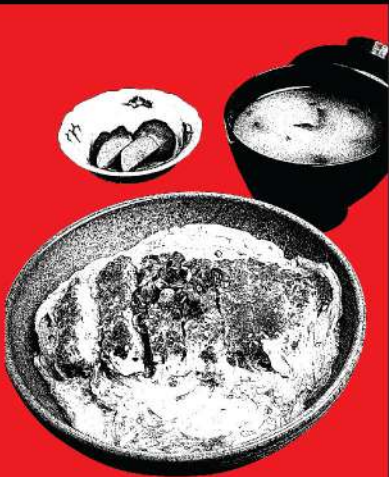
“Wagyu-Don” 900

Grilled Saga Wagyu A5 grade 80 gm., Onsen Soft-Boiled Egg, Japanese Rice, Miso Soup, Homemade Pickled

ข้าวหน้าเนื้อสะกะ วากิวเกรด A5

ดงบุริ (Donburi) คือ เมนูข้าวหน้าเครื่องต่างๆ คำว่าดงบุริหมายถึงขามข้าว จึงเสิร์ฟมาในชามทรงสูง ท็อปปิ้งบนหน้ามีหลากหลาย ทั้งเนื้อสัตว์ ซาซิมิ ไข่ ผักซุบแป้งทอด เป็นต้น

ดงบุริ มีหลายประเภท ชื่อเรียกจะต่างไปตามเครื่องบนหน้า แต่จะลงท้ายด้วยคำว่า ดัง ดงบุริที่พบเห็นบ่อยได้แก่ คัตสึดัง โอเอยาโกะดัง กิวดัง ไคเซ็นดัง เทนดัง นอกจากนี้ยังมีดังหน้าอื่นๆ เช่น บุตะดัง (ข้าวหน้าหมู) อุด้ง (ข้าวหน้าปลาไหล) อิคุระดัง (ข้าวหน้าไข่ปลา) เป็นต้น



NOODLES 麵類

“Yakisoba”

285

Homemade Japanese Noodles, Kurobuta Pork,
Local Seasonal Vegetables, Beni Shoga (Red Pickled Ginger)
บะหมี่ผัดหมูและผัก

“Tenzaru Soba or Tenzaru Ramen”

305

Chilled Soba Noodles or Homemade Ramen,
Assorted Tempura, Yuzu Peel

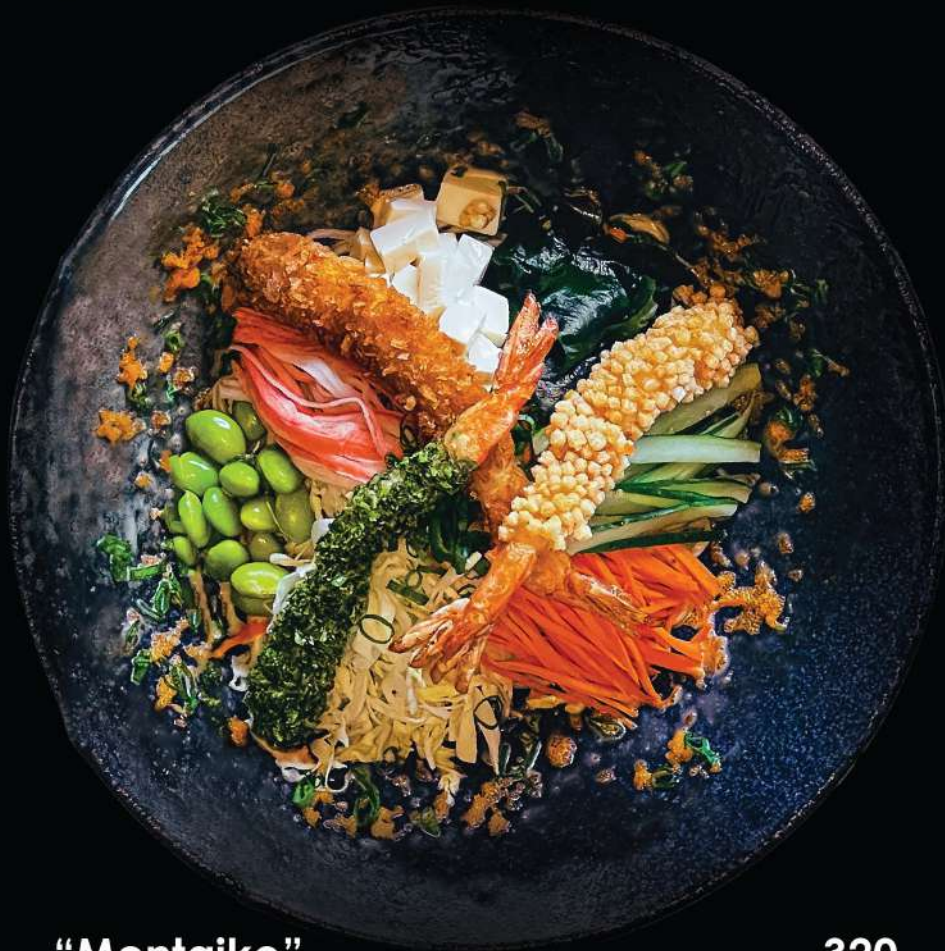
โซบะเย็น หรือราเมงเย็น เสิร์ฟคู่เทมปุระผักและกุ้ง

“Tempura Udon”

315

Hot Udon Noodles, Assorted Tempura

อุด้ง เสิร์ฟพร้อมกุ้งเทมปุระและผักเทมปุระ



“Mentaiko”

320

Homemade Ramen, Japanese Cod Roe, Homemade
Spicy Mayo, Himalayan Pink Salt, Mori-Tama Egg Yolk,
Japanese Chili Powder

พาสต้าไข่ปลาเมนไทโกะ (ไข่ปลาค็อด) ประจักษ์ด้วยพริกป่นญี่ปุ่น

“Spaghetti Spicy Hamachi”

320

Spaghetti, Grilled Ehime Hamachi, Dried Chili,
Garlic, Olive Oil, Sweet Basil

สปาเกตตีปลาฮามาจิย่างผัดพริกแห้ง

“Hiyashi Chuka Ramen”

365

Homemade Ramen, Assorted Tempura, Carrot,
Japanese Cucumber, Crab Stick, Tofu, Wagame

ราเมงเย็นทรงเครื่อง เสิร์ฟคู่กุ้งเทมปุระ

MAIN DISHES เมนูดิชชู

“Saba Teriyaki”

355

Grilled Pacific Mackerel in Hot Pan, Royal Project's
Seasonal Vegetables, Japanese Rice, Miso Soup

ปลาซาบะย่างซอสสไตล์ญี่ปุ่น เสิร์ฟในกระทะร้อน

“Sake Kabutoni”

375

Simmered Norwegian Salmon Head, Shoyu, Mirin,
Japanese Sake, Hon Dashi, Bonito Flakes, Shiitake,
Carrot, Japanese Daikon, Ginger

หัวปลาแซลมอนต้มซีอิ๊ว

“Buta Kakuni”

385

Braised Pork Belly, Japanese Garlic Rice, Miso Soup,
Pickled Ginger, Homemade Sauce

หมูสามชั้นตุ๋นซอสถั่วเหลืองญี่ปุ่น นุ่มละมุนลิ้น

“Ikayaki”

400

Grilled Whole Japanese Squid, Teriyaki Sauce,
Lemon, White Wine, Butter, White Sesame

ปลาหมึกญี่ปุ่นย่างซอสเทรียากิ

“Sake Amiyaki Kohan”

405

Grilled Norwegian Salmon in Hot Pan, Royal Project's
Seasonal Vegetables, Japanese Rice, Miso Soup

แซลมอนย่างซอสญี่ปุ่นหนังกรอบ เสิร์ฟพร้อมผักย่างในกระทะร้อน

“Unagi Kabayaki”

810

Grilled Japanese Eel, Homemade Kabayaki Sauce,
Himalayan Pink Salt, Japanese Rice, Miso Soup

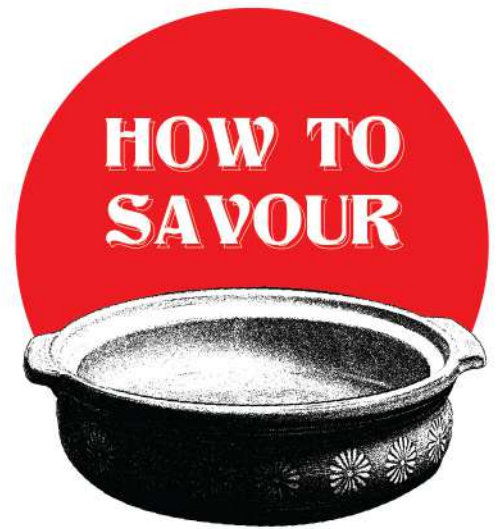
ปลาไหลญี่ปุ่นเกรดฟรีเมี่ยมอย่างซีอิ๊ว

HISTORY

What is Shabu-Shabu?

คำว่า Shabu-Shabu หมายถึง เสียงตอนที่เอาตะเกียบคีบเนื้อแล่บาง แล้วจุ่มน้ำซุปล้ำไปมา ทำให้เกิดเสียง “ซาบู ซาบู” ขึ้นโดยการลวกเนื้อไม่กวนเวลาที่ลักษณะนี้จะทำให้เนื้อยังคงความนุ่มและมีรสชาติหวาน

นอกจากเนื้อแล้ว ซาบูมีการใส่ผักสดนานาชนิดลงไปด้วย นิยมเป็น เห็ดหอมสด เห็ดเข็มทอง ผักกาดขาวและเต้าหู้ ส่วนน้ำซุปล้ำจะเป็น ซุปจากสาหร่ายคอมบุ



วิธีการทานนั้น จะเริ่มจากการใส่ผักลงไปต้มในหม้อก่อน เพื่อให้ได้น้ำซุปล้ำที่มีรสชาติออกหวานของผักแล้วจึงนำเนื้อลงไปลวกซึ่งในตอนนั้นเองน้ำซุปล้ำจะหอมหวานมีความเข้มข้น หลังจากนั้นจึงใส่เส้น หรือข้าวลงไปนึ่งน้ำซุปล้ำ

Shabu-Shabu เป็นอาหารอย่างหนึ่งที่เป็นที่ชื่นชอบของชาวญี่ปุ่นอย่างมาก นิยมการรับประทานกันบ่อยครั้ง ซึ่งเสน่ห์ของ Shabu-Shabu นั้นก็คือวิธีการรับประทานที่มีการนำเอาหม้อไฟมาตั้งตรงกลางแล้วนั่งล้อมวงหม้อไฟที่มีการปรุงไปรับประทานไป อาหารประเภทนี้จึงเป็นอาหารที่เหมาะในวันที่มีอากาศหนาวเย็นเฉพาะในช่วงฤดูหนาวที่มีหิมะตกเพราะจะทำให้ร่างกายอบอุ่นขึ้นเมื่อได้กิน Shabu-Shabu นั่นเอง

ในหม้อน้ำซุปล้ำ วัตถุดิบที่ควรมี คือ เนื้อแล่บาง ผักชนิดต่าง ๆ ซึ่งในปกติแล้วจะใส่ส่วนที่สุกง่ายลงไปก่อน เช่น เต้าหู้ เห็ด และผักส่วนหัวหลักของเมนูนี้คือเนื้อที่แล่บาง ๆ และเนื่องจากเนื้อวัวของประเทศญี่ปุ่นนั้นจะมีจุดเดือดของไขมันที่ต่ำ จึงเหมาะกับการทำซาบูซาบู ที่ไม่ต้องผ่านความร้อนนานเกินไป เมื่อก่อนจะนิยมใช้เนื้อวัว แต่ในปัจจุบันนั้นจะนิยมทานเนื้อหมูด้วยเช่นกัน น้ำจิ้มจะถูกนำมาเสิร์ฟโดยแยกใส่ภาชนะที่เป็นถ้วยจิ้ม

น้ำจิ้ม ซาบู ซาบู มี 2 ชนิด คือ

1. น้ำจิ้มงา จะมีส่วนผสมหลักก็คือ งาขาวอบ, กระเทียมบด และไชโย รสชาตินุ่ม หอมกลิ่นงา

2. น้ำจิ้มพอนสี (ไชโยผสมน้ำส้มสายชู) มีรสชาติเค็มอมเปรี้ยว และ ซ้ำๆ ที่ลิ้น

น้ำจิ้มพอนสีจะทานกับผัก ส่วนน้ำจิ้มงาใช้ทานกับเนื้อ หรือแล้วแต่ชอบ

しゃぶしゃぶ

Shabu-Shabu

Cozy and Warm Dishes

ซาบู-ซาบูเป็นที่รู้จักในประเทศญี่ปุ่นในช่วงศตวรรษที่ 20 โดยมีการเปิดร้านอาหาร “ซูเออิโระ” ในโอซาก้า ซึ่งเป็นที่ที่ชื่อถูกคิดค้นขึ้น มีต้นกำเนิดมาจากหม้อไฟจีนซาบูซาบูมีความคล้ายคลึงกับเวอร์ชันภาษาจีนดั้งเดิมมากที่สุดเมื่อเทียบกับอาหารหม้อไฟญี่ปุ่นอื่นๆ

ในปี พ.ศ. 2495 ประธานร้านอาหาร “ซูเออิโระ” จังหวัดโอซาก้า ซูเออิ มิยาเกะ จัดทะเบียนชื่อเป็นเครื่องหมายการค้าซาบูซาบูได้รับความนิยมมากขึ้นเรื่อยๆ ในภูมิภาคคันไซ และในปี พ.ศ. 2498 ก็ได้เพิ่มเมนูของร้านอาหารในโตเกียวและแพร่หลายไปทั่วญี่ปุ่น

SHABU-SHABU

Saga, Iwate, Hakata 250 gm.	3,610
Saga Wagyu A5 200 gm.	3,190
Iwate Wagyu A5 200 gm.	3,190
Hakata Wagyu A5 200 gm.	3,190
Hokkaido Wagyu A4 200 gm.	2,885
Kagoshima Wagyu A4 200 gm.	2,885
Charolais Striploin 250 gm.	2,420
Kurobuta 250 gm.	1,495

Served with

- Japanese Rice 100 % Sasanishiki from Sendai
- Sesame Dipping Sauce, Ponzu
- Assorted Local Vegetables
- Egg

EXTRA DISHES With Assorted Local Vegetables

+ 1,020	Get more Kurobuta 250 gm.
+2,000	Get more Charolais Striploin 250 gm.
+2,470	Get more Japanese Wagyu A4 250 gm.
+2,890	Get more Japanese Wagyu A5 250 gm.

HOT ITEMS

Wagyu A5

Kurobuta

Assorted Local Vegetables

焼き肉



YAKINIKU

Saga, Iwate, Hakata 250 gm.	3,610
Saga Wagyu A5 200 gm.	3,190
Iwate Wagyu A5 200 gm.	3,190
Hakata Wagyu A5 200 gm.	3,190
Hokkaido Wagyu A4 200 gm.	2,885
Kagoshima Wagyu A4 200 gm.	2,885
Charolais Striploin 250 gm.	2,420
Kurobuta 250 gm.	1,495

Served with

- Japanese Garlic Fried Rice
- Edamame
- Assorted Local Vegetables
- Miso Soup
- Japanese Seaweed Salad

EXTRA DISHES

With Assorted Local Vegetables

+ 1,020	Get more Kurobuta 250 gm.
+ 2,000	Get more Charolais Striploin 250 gm.
+ 2,470	Get more Japanese Wagyu A4 250 gm.
+ 2,890	Get more Japanese Wagyu A5 250 gm.



YAKINIKU

One of Japan's Most Popular Foods GRILLING WHILE EATING

อาหารจานปิ้งย่างในประเทศญี่ปุ่นมีประวัติยาวนานมากกว่า 100 ปี ด้วยการที่ประเทศญี่ปุ่นเป็นประเทศที่มีสภาพแวดล้อมที่ดีมากสำหรับการเลี้ยงวัว และมีวัวสายพันธุ์ที่ดี อาหารจานเนื้อของประเทศญี่ปุ่น โดยเฉพาะปิ้งย่างและสเต็กเป็นที่นิยมอย่างแพร่หลายกลายเป็นความอร่อยที่มีศิลปะจนเป็นประเทศที่มีชื่อเสียงในเรื่องของปิ้งย่าง หรือ Yakiniku อย่างมาก

ยังได้ความสดของชิ้นเนื้อคงอยู่ เช่นเดียวกับรสชาติที่จะมีคุณภาพมากที่สุดด้วย อีกเคล็ดลับสำคัญคือ ให้ปิ้งเนื้อที่ค่อนข้างมันที่บริเวณรอบนอกของเตาป้องกันไม่ให้น้ำมันไหลลงไปที่ถาดโดยตรง ซึ่งอาจทำให้เปลวไฟลุกขึ้นส่งผลให้เนื้อไหม้ได้

ตั้งแต่สมัยเมจิจนถึงปัจจุบัน อาหารประเภทเนื้อสัตว์ที่เป็นที่รู้จักอย่างแพร่หลาย สุกียากี้ ชามูชาบู ทงคัตสึ และนิคจาเกะ เป็นต้น ล้วนแล้วแต่พัฒนามาจากอาหารหม้อไฟเนื้อ แต่ถ้าลองสังเกตดูดีๆ เมนูเหล่านี้ล้วนเป็นเมนูต้ม ไม่มีเมนูไหนที่ปรุงด้วยการย่างเลย ซึ่งดูเหมือนว่าวัฒนธรรมดั้งเดิมของชาวญี่ปุ่นจะนิยมนำเนื้อมาต้มมากกว่าย่าง แต่ในช่วงหลังสงคราม "ยากินิกุ" ก็กลายเป็นเมนูที่ชาวญี่ปุ่นนิยมมากขึ้น

Yakiniku โดยนิยามแล้วมีความหมายว่า "เนื้อย่าง" ร้านอาหารญี่ปุ่นมักจะนำคำว่า Yakiniku ไปใช้อยู่ในชื่อร้าน ซึ่ง เนื้อที่รวบรวมถึงเนื้อสัตว์ทุกชนิด ไม่ใช่แค่เนื้อวัว ความหมายเดียวกับคำว่า "บาร์บีคิว" ในอาหารตะวันตกนั่นเอง

เทคนิคการปิ้งย่างเนื้อให้อร่อย คือ ควรปิ้งเนื้อโดยพลิกเพียงครั้งเดียวเท่านั้น เพื่อให้เนื้อไม่หายกรอบข้างเกินไปและ

"การย่างเนื้อวัวให้อร่อย หัวใจสำคัญคือความสุกกำลังดีของเนื้อ วางเนื้อลงบนเตาโดยให้แผ่นโดนตะแกรงทั้งชิ้น เพื่อให้เนื้อได้รับความร้อนอย่างทั่วถึง"

Chef Tom





Sukiyaki

Japanese Cuisine

NABEMONO STYLE

สูกียากิเป็นอาหารจานเดียว (นาเบะโมโนะ) ที่พัฒนาขึ้นในสมัยเมจิ ภูมิภาคต่างๆ มีวิธีการเตรียมสูกียากิที่แตกต่างกัน มีสองรูปแบบหลัก คือ สโตล์คินโตจากญี่ปุ่นตะวันออกและสโตล์คินไซจากญี่ปุ่นตะวันตก ในสโตล์คินโต วาจิชิเตะ (ส่วนผสมของสาเก ซิอิว น้ำตาล มิริน และดาชิ) ถูกเทและให้ความร้อนในหม้อ จากนั้นจึงใส่เนื้อ ผัก และส่วนผสมอื่นๆ และเคี้ยวเข้าด้วยกัน ในสูกียากิสโตล์คินไซ เนื้อจะอุ่นในหม้อก่อน เมื่อเนื้อเกือบสุก น้ำตาล สาเกและซิอิวจะถูกเติมลงไป ผักและส่วนผสมอื่นๆ จะถูกเติมเข้าไปเป็นลำดับสุดท้าย

สูกียากิอาจเกิดขึ้นและได้รับความนิยมในภูมิภาคคันไซ หลังจากเกิดแผ่นดินไหวครั้งใหญ่ที่คันโตในปี 1923 ร้านอาหารเนื้อหลายแห่งในโตเกียวก็ปิดตัวลง และผู้คนจำนวนมากในคันโตได้ย้ายไปยังพื้นที่โอซาก้าชั่วคราวในขณะที่ชาวคันโตอยู่ในโอซาก้าพวกเขาคุ้นเคยกับสูกียากิสโตล์คินไซ และเมื่อพวกเขากลับมาที่คันโต พวกเขาได้นำสูกียากิคันไซ ซึ่งกลายเป็นที่นิยมตั้งแต่นั้นเป็นต้นมา เนื้อวัวเป็นส่วนประกอบหลักในสูกียากิในปัจจุบัน



สูกิคันไซใช้วัตถุดิบเหมือนกับสูกิคันโต แต่แทนที่จะใช้ซอสปรุงรสที่เตรียมมาล่วงหน้าอย่างสโตล์คินโต สูกียากิคันไซซึ่งเริ่มมากราว 80-90 ปีใช้น้ำตาล สาเก และซิอิว ปรุงในกระทะเลย กระทะสูกิคันไซดั้งเดิมเป็นกระทะเหล็กกันแบน มีหูจับ ปรุงแบบน้ำขลุกขลิก สุกแล้วใช้ตะเกียบคีบจิ้มกินกับไข่ดิบที่ตีผสมพองเข้ากัน ไม่มีซอสหรือน้ำซุ๊ปแต่อย่างใด หากต้องเตรียมถ้วยไข่ดิบสำหรับแต่ละคนเป็นน้ำจิ้มโดยต้องแน่ใจว่าไข่ไก่ที่สดใหม่



SUKIYAKI

Saga, Iwate, Hakata	250 gm.	3,610
Saga Wagyu A5	200 gm.	3,190
Iwate Wagyu A5	200 gm.	3,190
Hakata Wagyu A5	200 gm.	3,190
Hokkaido Wagyu A4	200 gm.	2,885
Kagoshima Wagyu A4	200 gm.	2,885
Charolais Striploin	250 gm.	2,420
Kurobuta	250 gm.	1,495

- Served with
- Japanese Rice 100 % Sasanishiki from Sendai
 - Miso Soup
 - Assorted Local Vegetables
 - 100 % Certified Organic Mori-Tama Eggs

EXTRA DISHES With Assorted Local Vegetables

+ 1,020	Get more Kurobuta 250 gm.
+2,000	Get more Charolais Striploin 250 gm.
+2,470	Get more Japanese Wagyu A4 250 gm.
+2,890	Get more Japanese Wagyu A5 250 gm.

HOW TO COOK SUKIYAKI- STEP BY STEP

ขั้นตอนที่ 1

น้ำมันเนื้อ
มาจิบนกระทะ

ขั้นตอนที่ 2

ใส่เนื้อลงไป
ในกระทะ

ขั้นตอนที่ 3

ราดน้ำซอสวาจิชิเตะเล็กน้อย

ขั้นตอนที่ 4

ใส่ผักลงไป

タイ

Northern Thai Specialties

Essential Eating

เมื่อนึกถึงภาคเหนือ นอกจากทัศนียภาพอันสวยงาม อากาศสดชื่นเย็นสบาย หรือ พันธุ์ไม้เมืองหนาวแล้ว ยังมีวัฒนธรรมอาหารที่คงความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัว อาหารเหนือพื้นเมืองส่วนใหญ่ใช้วัตถุดิบในการทำอาหารตามฤดูกาล โดยเฉพาะอย่างยิ่งพืชผักที่ขึ้นเองตามธรรมชาติซึ่งมีคุณประโยชน์ต่อร่างกายหรือที่เรียกว่า 'สมุนไพรพื้นบ้าน' โดยมักนิยมนำผักเหล่านี้มาเป็นส่วนประกอบของอาหาร ประยุกต์รสชาติเค็มนำและรสเผ็ดเล็กน้อยหากเป็นเมนูที่มีส่วนประกอบของกระทะก็จะปรุงในสัดส่วนที่น้อยกว่าอาหารภาคกลาง ชาวเหนือนิยมรับประทานน้ำพริก แกงแบบน้ำขลุกขลิก อาหารแต่ละเมนู แสดงถึงความพิถีพิถันในการเลือกสรรวัตถุดิบ ยกตัวอย่าง เช่น แกงฮังเล แกงกระด้าง เป็นต้น

วัฒนธรรมการจัดสำรับอาหารของชาวเหนือนิยมจัดอาหารใส่ถ้วยวางบนโต๊ะข้าวหรือขันโตกซึ่งทำด้วยภาชนะไม้รูปทรงกลม โดยโต๊ะข้าวหรือขันโตกจะถูกจัดวางในตำแหน่งให้ผู้รับประทานนั่งร่วมวงกันและสามารถหยิบอาหารได้อย่างสะดวก นอกจากนี้ ชาวเหนือนิยมรับประทานข้าวเหนียวมากกว่าข้าวขาวเพราะถือเป็นแหล่งพลังงานที่ดีเยี่ยมอีกทั้งสามารถชูรสชาติของอาหารที่ทานพร้อมไปด้วยได้เป็นอย่างดี

ออนเซ็น แอท ม่อนแจ่ม ตั้งใจหยิบยกความโดดเด่นในแต่ละมิติของอาหารพื้นเมืองภาคเหนือซึ่งเต็มไปด้วยความหลากหลายทางวัฒนธรรมพื้นถิ่นไม่ว่าจะเป็นอิทธิพล จากชนกลุ่ม ไทลื้อ ไทใหญ่ จีนฮ่อ หรือ คนพื้นเมืองดั้งเดิม เพื่อส่งต่อรสชาติความอร่อยคุณประโยชน์จากอาหารตลอดจนภูมิปัญญาท้องถิ่นในการปรุงอาหาร ผ่านเมนูแนะนำพิเศษสำหรับท่านผู้อ่านได้ลิ้มลอง และสัมผัสความพิเศษของอาหารพื้นเมืองทางภาคเหนือ



“Tom Gai Mhong”

“Mhong” Hot and spicy soup Mhong style with local herb and chicken.

ต้มไก่รสชาติเข้มข้น หอมสมุนไพรพื้นบ้านจากม่อนแจ่ม อร่อยกลมกล่อมตามแบบเฉพาะของชาวม้ง

260

“Pla Salmon”

Thai spicy deep-fried salmon with spicy sauce and Thai herbs.

ปลาปลาแซลมอนทอด เสริฟพร้อมน้ำจิ้มรสจัดจ้าน และผักสมุนไพรไทย

390

“Phad Ka-Prow”

“Thai” Stir-fried Thai basil leaves with bird's eye chilli and garlic.

ผัดกะเพรา รสชาติเข้มข้น เผ็ดร้อนแบบไทย

- **Saga Wagyu A5** 80 g. (Beef) **775**
- **Australian Charolais** (Beef) **470**
- **Kurobuta** (Pork) **295**
- **Chicken** **265**

“Gaeng Hung Lay”

“Burmese” Northern style pork curry with home-made pickled.

แกงฮังเลรสชาติดั้งเดิม ตามแบบฉบับล้านนา เสริฟคู่ผักดอง

285

“Khao Phad Mun Nuea”

Fried rice with AUS beef fat.

ข้าวผัดมันเนื้อ เสริฟพร้อมซุปร้อนๆ

295

- **Saga Wagyu A5** (Beef) **755**
- **Australian Charolais** (Beef) **460**

“Yam Salmon Zaab”

Thai style spicy sliced salmon salad.

ยำแซลมอนรสแซ่บ เปรี้ยว เผ็ดสดสไตล์ไทยๆ

385

“Pla Nuea”

Thai spicy beef salad. grilled Australian beef with spicy sauce and Thai herbs.

ปลาน้ำจิ้มรสจัดจ้าน เสริฟพร้อมน้ำจิ้มรสจัดจ้าน และผักสมุนไพรไทย

460

“Gaeng Massaman Nuea”

Massaman curry with beef, mild, savory and slightly sweet curry with fragrant spice undertones such as cumin, cardamom, cinnamon and home-made pickled.

แกงมัสมั่นเนื้อ รสเข้มข้น หอมกลิ่นเครื่องเทศ เสริฟแกล้มด้วยผักดอง

465

“Nuea Yang Jim Jaew”

Grilled marinated beef with spicy dipping sauce.

เนื้อวัวติดมันหมักซอสย่าง เสริฟพร้อมน้ำจิ้มแจ่วรสเด็ด

665

“Gaeng Massaman Lamb Shank”

Massaman curry with lamb shank. mild, savory and slightly sweet curry with fragrant spice undertones such as cumin, cardamom, cinnamon and homemade pickled.

แกงมัสมั่นขาแกะ รสเข้มข้น หอมกลิ่นเครื่องเทศ เสริฟคู่กับผักดองและข้าว หรือโรตีสี่

895

多国
籍
料
理

Fusion Favorites

Savor Indigenous European Tastes

อาหารจากยุโรปหรือเรียกอีกอย่างคืออาหารของประเทศตะวันตกมีลักษณะเฉพาะตัวที่ทำให้แตกต่างจากอาหารทางฝั่ง เอเชีย ตัวอย่างเช่น สเต็กและเนื้อชิ้นใหญ่เป็นแผ่น เป็นอาหารที่พบได้ทั่วไป การใช้ไวน์องุ่นและซอสเป็นเครื่องเคียงสำหรับมื้ออาหาร ใช้ผลิตภัณฑ์นมหลายชนิด ในกระบวนการปรุงอาหาร หรือ ขนมปัง มันฝรั่ง พาสต้า เกียว และขนมอบต่างๆ คือแหล่งพลังงานหลักของมื้ออาหาร หากพูดถึงเรื่องรสชาติ เนื่องจากส่วนผสมในการปรุงอาหารตะวันตกจะเน้นไปทางเนย ไขมัน เกลือ และสมุนไพรตะวันตก ที่จะใส่เพียงไม่กี่อย่างในเมนูแต่ละจาน เช่น โรสแมรี่ โทม์ เบซิล และไม่ได้มีการใช้เครื่องเทศในการปรุงหนักเท่ากับอาหารเอเชีย ทำให้เมื่อเทียบกับอาหารเอเชียแล้ว หลายคนมักกล่าวว่าอาหารตะวันตกจะมีรสชาติจืดจาง และมีความมันที่เกิดจากเนย ไขมัน นม ชีส มากกว่า

วัฒนธรรมอาหารยุโรป ได้เข้ามาเป็นที่นิยมในประเทศไทย แรกเริ่มจากสังคมชั้นสูงก่อน ในปัจจุบันการหาอาหารยุโรปมารับประทานไม่ใช่เรื่องยาก และเป็นที่นิยมของคนไทยอย่างแพร่หลายอาหารยุโรปเดิมรูปแบบจะถูกนำมาเสิร์ฟทีละอย่าง ๆ ตามลำดับ ไม่ได้นำมาวางพร้อมกันกลางโต๊ะอาหารแบบอาหารไทย การรับประทานนั้นก็จะรับประทานทีละอย่างตามลำดับจนจบจะไม่ได้ทานพร้อมกันทีเดียว ซึ่งการทานเช่นนี้ เรียกว่า 'คอร์ส' โดยจะเริ่ม ตั้งแต่ อาหารเรียกน้ำย่อย ซุป อาหารจานหลัก ตามลำดับ และสุดท้ายจะเป็นของหวานและเครื่องดื่ม ซึ่งมีอาหารแบบฟูลคอร์สหรือเต็มรูปแบบนี้จะมีเมนูหลากหลายตั้งแต่ 3-4 จาน ไปจนถึง 12-17 จานเลยทีเดียว



พาสต้าเป็นอาหารอิตาลีที่ได้รับความนิยมอย่างแพร่หลายด้วยกรรมวิธีการผลิตที่พิถีพิถัน และการปรุงรสที่มีเอกลักษณ์เฉพาะ พาสต้าจึงถือเป็นหัวใจของอาหารอิตาลี เพราะมีหลากหลายสูตร และแต่ละสูตรสะท้อนให้เห็นวัฒนธรรมของแต่ละพื้นที่ เช่น พาสต้าในยุคแรกที่มีการปรุงรสด้วยมะเขือเทศเป็นหลัก สะท้อนให้เห็นวัฒนธรรมการเพาะปลูกของคนในพื้นที่ที่ปลูกมะเขือเทศ พาสต้ายังคงเป็นอาหารยอดนิยมได้ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน รูปแบบของเส้นพาสต้า มีมากกว่า 350 ชนิด แต่ที่รู้จักกันเป็นอย่างดีมีเพียงไม่กี่ชนิด เช่น สเปกเกตตี มัคกะโรนี เพนเน เฟตตูชินี พูชิบี ราวีโอลี ลาซานญา ลิงกวินี แองเจิลแฮร์ เป็นต้น

SALAD

"Smoke Duck Breast Salad" 390

Healthy fresh mixed vegetable salad with smoked duck breast, Microgreens and orange, served with a balsamic dressing.
อกเป็ดรมควันเนื้อนุ่ม เสิร์ฟพร้อมผักสลัดสด
ไมโครกรีน ส้ม และซอสบัลซามิก

"Caesar Salad" 395

The heart of romaine lettuce, croutons with crispy bacon and deep-fried shrimps.
ผักสลัดคอสไบเขียวสด ๆ กรอบ ๆ จากโครงการหลวง
เสิร์ฟพร้อมน้ำสลัดซีซาร์รสชาติหอมมันลงตัว พร้อมกุ้งทอด

SOUP

"4-Mushroom Soup" 325

A perfect combination of local mushrooms with truffle.
ซุปเห็ด 4 ชนิดที่ผสมผสานกันจนได้รสชาติที่ลงตัว

"French Onion Soup" 330

Caramelizing the onions slowly in butter with home-made stock and crouton on top with melt cheese.
ซุปรสหอม รสกลมกล่อม เสิร์ฟพร้อมขนมปังอบชีส



PASTA

“Spaghetti Aglio e Olio” 360

A deliciously simple Italian dish of fresh garlic, olive oil, dried chili, crispy bacon and Parmesan cheese tossed with freshly cooked spaghetti pasta.

เส้นสปาเกตตีผัดกับกระเทียม น้ำมันมะกอก พริกแห้ง เบคอนกรอบ และพาร์เมซานชีส

“Spaghetti Bolognese” 395

A classic spaghetti pasta with mince beef, Saga Wagyu and tomato paste.

สปาเกตตีซอสมะเขือเทศเข้มข้น ผสมกับเนื้อบดเกรด A กับเนื้อวากิวอร่อยตามแบบฉบับอิตาลีแสนแท้

“Spaghetti Carbonara” 395

A classic spaghetti pasta with crispy bacon and parmesan cheese.

สปาเกตตีคาโบนาร่า โรยด้วยชีสพาร์เมซานและเบคอนกรอบ

MAIN DISH

“Grilled Salmon” 710

Grilled salmon filet in an oven with home-made lemon sauce.

ปลาแซลมอนย่างในเตาอบเนื้อนุ่ม เสิร์ฟคู่กับซอสเลมอน อร่อยสดชื่น

“Braised Charolais Beef” 800

Slow cooked Australian Charolais beef in a rich red wine sauce.

เนื้อวัวชาร์โรเลส์ตุ๋นด้วยไฟอ่อนๆ ในซอสไวน์แดง จนนุ่มหอม กลิ่นสมุนไพร และอโรมา

“Ribeye Steak” 980

Grilled ribeye steak served with sautéed potatoes and black pepper sauce.

เนื้อส่วนสันแหลมติดมันหมักจนนุ่ม เสิร์ฟคู่กับซอสพริกไทดำ และมันฝรั่งผัดเนย

“Braised Lamb Shank” 1,020

Slow cooked lamb shank in a rich red wine sauce.

ขาแกะตุ๋นด้วยไฟอ่อนๆ ในซอสไวน์แดง จนนุ่มหอมกลิ่นสมุนไพร และอโรมา

“Saga Wagyu A5 Steak” 1,790

Grilled Saga Wagyu A5 strip-loin 150gm. served with black pepper sauce and sautéed mushroom.

เนื้อวากิว เกรด A5 ส่วนสันนอกย่างไฟจนนุ่มพร้อมละลาย เสิร์ฟคู่กับซอสพริกไทดำ และเห็ดผัดเนย



DESSERT デザート



Affogato 165

ไอศกรีมวานิลลาราดด้วยกาแฟเอสเปรสโซ่

Onsen Affogato 185

ไอศกรีมนมช็อกโกโตราดด้วยชาเขียวมัทฉะเข้มข้น

Chocolate Fudge Brownie 195

บราวนี่ช็อกโกแลตสูตรเข้มข้น เสิร์ฟพร้อมไอศกรีม

Warabi Mochi & Panna Cotta 205

วาราบิโมจิสูตรดั้งเดิม เสิร์ฟบนพานาคอตต้า
ราดด้วยน้ำเชื่อมอ้อยโฮมเมด

**Homemade Hokkaido Toast
& Ice Cream** 265

ขนมปังช็อกโกโด้โฮมเมด ราดด้วยน้ำเมเปิ้ลหวาน
และซอสเปรี้ยวยูซุ เสิร์ฟพร้อมไอศกรีมนมช็อกโกโด้

Homemade Mochi 150

โฮมเมดโมจิญี่ปุ่น สูตรหวานน้อย

Red Bean Soup with Mochi 150

โมจิเนื้อนุ่ม เสิร์ฟในซุปรถั่วแดงร้อน

Green Tea Mousse 150

มูสชาเขียว เสิร์ฟพร้อมผลไม้ตามฤดูกาล

Homemade Ice Cream 150

Matcha, Hokkaido Milk, Vanilla, Chocolate
ไอศกรีมโฮมเมด

Mi Zü Mochi 155

โมจิหยดน้ำแบบญี่ปุ่น เสิร์ฟพร้อมผงถั่วคินาโกะ

Warabi Mochi 155

ขนมโมจิญี่ปุ่นเนื้อนุ่ม คลุกเคล้ากับผงถั่วคินาโกะ

Mochi Ice Cream 160

โมจิสอดไส้ไอศกรีม เสิร์ฟพร้อมผลไม้สดตามฤดูกาล

Daifuku 165

ไคฟูกุแป้งเหนียวนุ่มไส้ถั่วแดง

