

# Dinner Menu

N o v e m b e r 2 0 2 5

## 本日のコース

おすすめのメニューを取り分けスタイルでご用意します

A. さくっと ¥3800/1人 (税込¥4,180)  
(スープ・前菜2皿・パスタ)

B. じっくり ¥4800/1人 (税込¥5,280)  
(スープ・前菜2皿・パスタ・薪火焼き肉)

### <大地の恵みスープ>

佐久穂野菜の鶏だしスープ

### <前菜>

飯島さんの人参の薪火焼き、ヨーグルトのソース  
川魚のコンフィ、柿のソテーと生姜味噌ソース

### <パスタ>

きのこ平飼い鶏のラグー(煮込み)のアーリオ・オーリオ(にんにくとオリーブオイル)スパゲッティ

### <薪火焼き肉>

薪火焼き肉は以下からお選びください。

- ①名物 ポルケッタ100g ハーブと酒粕仕込みのローストポーク 柿のソース添え
- ②ジビエ鹿シタマ100g 柿のソース添え +¥600 (税込¥660)
- ③平飼い地鶏真田丸100g はちみつソース添え +¥500 (税込¥540)
- ④峯村牛 シタマの塊焼き100g 赤ワインソース添え +¥1600 (税込¥1760)
- ⑤信州太郎ばーくのトマホーク200g 柿のソース添え +¥1000 (税込¥1100) 2名様から

※中学生以下のお子様はジェラート1種サービスいたします。

### <デザートは次頁へ>

## お願い

自在堂では、薪火と古民家の維持のために、「火守代」としてお一人様300円を頂戴しております。

ご理解とご協力お願い申し上げます。(サービス料、お通し代は頂いておりません)

※お会計時、合計金額の1円～9円の端数はお値引きいたします。(現金・カード・電子マネーいずれの場合も同様です)

自在堂

J I Z A I D O

# Dinner Menu

November 2025

---

## <デザート>

自家製ジェラート

(はちみつレモン/八ヶ岳高原ミルク/りんご)

シングル¥380 (税込¥418)    ダブル¥580 (税込¥638)

玄米シフォンロール    ティラミス    ¥650 (税込¥715)

本日の玄米シフォンケーキ、シフォンロール ¥450 (税込¥495) ~

## <食後の一杯>

食後のコーヒー or ハーブティ    ¥450 (税込¥495)

食後酒 (グラッパ・カルヴァドス・シェリー) ¥900(税込¥990)

# DRINKS

## WINE

- |                                                                 |                                                |
|-----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| ① ソムリエにおまかせ<br>料理にちょうどいいやつを提案します                                | グラス ¥780 (税込¥858) ~<br>ボトル ¥4,600(税込¥5,060) ~  |
| ② 泡 ベッラミスターラ   スペイン<br>エレガントなすっきり泡 チャレツロ他 (甘1 酸3 渋2 重1)         | グラス ¥900 (税込¥990)<br>ボトル ¥5,400 (税込¥5,940)     |
| ③ 赤微泡 ランブルスコ   イタリア<br>フルーティ種赤の微発泡の定番 ランブルスコ (甘3 酸3 渋2 重2)      | ボトル ¥4,600(税込¥5,060)                           |
| ④ 白微泡 フォリチェツロ   イタリア<br>ドライで旨みが濃くフルーティー モントゥーニ他 (甘1 酸3 渋2 重2)   | ボトル ¥4,600(税込¥5,060)                           |
| ⑤ 白 ヴィオニエ   スペイン<br>トロピカルな香りと心地良い酸味 ヴィオニエ (甘3 酸3 渋1 重1)         | グラス ¥650 (税込¥715)<br>ボトル ¥3,800(税込¥4,180)      |
| ⑥ 白 セミヨン ソーヴィニヨン   桔梗ヶ原<br>爽やかな香りと酸味 セミヨン・ソーヴィニヨン (甘2 酸4 渋1 重1) | グラス ¥780 (税込¥858)<br>ボトル ¥4,600(税込¥5,060)      |
| ⑦ 白 ランゲ ビアンコ   イタリア<br>イキイキとした果実味と清々しい酸 ソーヴィニヨン (甘2 酸4 渋1 重2)   | グラス ¥1,070 (税込¥1,177)<br>ボトル ¥6,400 (税込¥7,040) |
| ⑧ 赤 アマストオーラ   イタリア<br>濃厚でまろやかな渋み プリミティーヴォ (甘2 酸3 渋3 重3)         | グラス ¥970 (税込¥1,067)<br>ボトル ¥5,800 (税込¥6,380)   |
| ⑨ 橙 リスペット   イタリア<br>スモーキーで深い味わい ソーヴィニヨン(甘2 酸3 渋4 重4)            | グラス ¥1,300 (税込¥1,430)<br>ボトル ¥7,800 (税込¥8,580) |

|               |                   |                  |
|---------------|-------------------|------------------|
| 名物 ちゃんぽんペアリング | ワイン・サワー・日本酒から計4杯  | ¥2800 (税込¥3,080) |
| ワインペアリング      | 泡・赤・白・オレンジから計4杯   | ¥3600 (税込¥3,960) |
| ノンアルペアリング     | DOUXLESS 4 種から計4杯 | ¥2800 (税込¥3,080) |

## その他

|                            |                 |
|----------------------------|-----------------|
| ビール サッポロラガー 赤星 中瓶          | ¥750 (税込¥825)   |
| ビール モレッティ (イタリア産、330ml)    | ¥800 (税込¥880)   |
| ハイボール マルス駒ヶ岳蒸溜所「信州」長野限定品   | ¥600 (税込¥660)   |
| ハイボール 黒澤酒造 樽仕込み焼酎スピリッツ「黒澤」 | ¥800 (税込¥880)   |
| 自在堂生レモンサワー                 | ¥550 (税込¥605)   |
| 黒澤酒造の銘酒 (日本酒、焼酎)           | ¥700 (税込¥770) ~ |
| グラッパ シェリー カルヴァドス ブランデー     | ¥900 (税込¥990) ~ |

## ソフトドリンク ¥450 (税込¥495)

自家製ジンジャーエール(HOT・ICE)      コンブチャ (自家製発酵飲料)      ノンアルコールビール  
自在堂サワー中抜き      はちみつレモンソーダ(HOT・ICE)      信州和紅茶      ハーブティー  
コーヒー      ドウレス (ライチ・アップル・ピーチ・グレープ) +¥450 (税込¥495)

# ふ ら っ と 飲 み

---

## < さ さ っ と 小 皿 >

はちみつドレッシングのキャロットラペ 各¥600 (税込¥660)

きのこ野菜のアンチョビマリネ 各¥600 (税込¥660)

信州福味鶏の自家製ハム 各¥600 (税込¥660)

自在堂のぬか漬け 各¥600 (税込¥660)

ジャンボン ド ヒメキの生ハム 各¥1200(税込¥1320)

**さ さ っ と 小 皿 盛 り 合 わ せ 各 ¥ 2 0 0 0 ( 税 込 ¥ 2 2 0 0 )**

## < あ た た か い 前 菜 >

季節野菜のフリット ¥1000 (税込¥1100)

名物ポルケッタの端っこ ¥800 (税込¥880)

飯島さんの人参の薪火焼き、ヨーグルトのソース ¥1400 (税込¥1540)

川魚のコンフィ、柿のソテーと生姜味噌ソース ¥1600 (税込¥1760)

自在堂のポテトサラダ ¥800 (税込¥880)

## < パ ス タ > ※お時間いただきます

本日のパスタ ¥1600 (税込¥1760)

## < メ イ ン > ※お時間いただきます

名物 ポルケッタ150g ハーブと酒粕仕込みのローストポーク ¥2000 (税込¥2200)

ジビエ鹿シンタマ150g 紅玉のソース添え ¥2500 (税込¥2750)

平飼い地鶏真田丸150g はちみつソース添え ¥2500 (税込¥2750)

峯村牛 シンタマの塊焼き150g 赤ワインソース添え ¥3400 (税込¥3740)

太郎ばーくのトマホーク400g 紅玉のソース添え ¥3800 (税込¥4180)