

Course Menu

Early Spring 2026

A.いつものコース

¥4800 (税込¥5280) /1人

千曲川流域の豊かな食材を薪火で楽しむ自在堂のベーシックコース
スープ・前菜・パスタ・薪焼き肉など 全5品

B.今日だけコース

¥7800 (税込¥8580) /1人

その日にしかない旬の食材をその日のインスピレーションで仕上げる一期一会コース
スープ・前菜・パスタ・薪焼き肉など 全9品 (デザート含む)

C.ビステッカ (薪焼き塊肉) コース

¥8500 (税込¥9350) /1人

希少! 魅惑の峯村牛ランプ肉をワイルドに味わうプレミアムコース

※1日前までの要予約 2名様から

スープ・薪焼き野菜・パスタ・煮込み・ビステッカ 全6品 (デザート含む)

<選べるメイン>

A.Bのお客様はメインの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 りんごのソース添え添え +¥0
- ②ジビエ鹿シタマ100g りんごのソース添え +¥600 (税込¥660)
- ③ジビエ鹿のハンバーグステーキ120g 赤ワインソースと根菜のピューレ +¥600 (税込¥660)
- ④平飼い地鶏真田丸100g はちみつソース添え +¥500 (税込¥540)
- ⑤峯村牛 シタマの塊焼き100g 赤ワインソース添え +¥1600 (税込¥1760)
- ⑥信州太郎ぼーくの骨付トマホーク200g りんごのソース添え +¥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

JI ZAI DO

Dessert Menu

<デザート>

自家製ジェラート

(はちみつレモン/いちご/八ヶ岳高原ミルク/りんご)

シングル¥352 (税込¥387) ダブル¥510 (税込¥561)

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・ウイスキーなど) ¥900(税込¥990)

D r i n k s

WINE

- ① ソムリエにおまかせ
料理にちょうどいいやつを提案します
グラス ¥780 (税込¥858) ~
ボトル ¥4,600(税込¥5,060) ~
- ② 泡 ベッラミスターラ | スペイン
エレガントなすっきり泡 チャレッコ他 (甘1 酸3 渋2 重1)
グラス ¥900 (税込¥990)
ボトル ¥5,400 (税込¥5,940)
- ③ 赤微泡 ランブルスコ | イタリア
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 ソーヴィニヨン | イタリア
ドライで旨みが濃くフルーティー ソーヴィニヨン (甘1 酸3 渋2 重2)
ボトル ¥6,600(税込¥6,600)
- ⑤ 白 ヴィオニエ | スペイン
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)
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
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)
ボトル ¥4,600(税込¥5,060)
- ⑦ 白 ロエロ アルネイス | イタリア
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)
ボトル ¥6,400 (税込¥7,040)
- ⑧ 赤 アマストオーラ | イタリア
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)
ボトル ¥5,800 (税込¥6,380)
- ⑨ 橙 リスペット | イタリア
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)
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	¥2,800 (税込¥3,080)
ワインペアリング	泡・赤・白・オレンジから計4杯	¥3,600 (税込¥3,960)
ノンアルペアリング	DOUXLESS 4種から計4杯	¥2,800 (税込¥3,080)
デキャンタワイン	イタリア/ヴェネト州 すっきり赤・白 5杯分	¥1,800 (税込¥1,980)

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)

Bar food Menu

< 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¥2000 (税込¥2200)

< あったか前菜 >

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)

季節野菜の薪火焼き ¥1400 (税込¥1540)

川魚のコンフィ ¥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)

ジビエ鹿シントマ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 シントマの塊焼き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)

自在堂

JI ZAI DO