

野菜たっぷり ジンギスカン ヘルシー

作り方、食べ方は簡単!!!



①ジンギスカン鍋を温めます。



②温めたジンギスカン鍋の上に野菜を敷いて



③野菜の上にお肉を



④最後にまた野菜を敷いてお肉を蒸し焼きにします。



⑤はい、出来上がり。何故かお肉もふっくら!!

ジンギスカンについて

- ・羊の肉にはカルニチンと呼ばれる成分が多く含まれており、脂肪を燃焼させる効果があります。
 - ・野菜には食物繊維をはじめ、ポリフェノールやビタミンE等の抗酸化効果のある物質を多く含んでいます。
- 抗酸化効果とは??
- ・生活習慣病を引き起こす活性酸素を分解します。

ジンギスカン食事スペース



ホール大山: 収容180名



食堂: 収容170名



- ・1泊2食の夕食メニューとしても選ぶ事が出来ます。
- ・昼食は1,470円より承っております。
- ・ホテル大山 本館の営業につきましては休館日の設定もございますので詳しくはお問い合わせ下さい。

ホテル大山
HOTEL DAISEN SHIROGANE
〒689-3318 鳥取県西伯郡大山町大山136-2
TEL0859-52-2111 FAX0859-52-2260
E-mail: daisen@sakyu-daisen.jp

大山の名物料理 大山そば、大山おこわ、そして**ジンギスカン**、**ホテル大山本館**のジンギスカンは野菜たっぷりのヘルシー料理です。