

LUNCH SET MENU

タシデレのお得なランチセット。セットのサラダには自家製の豆乳ドレッシングを使用。チュラ(自家製チベットの柔らかいチーズ)入り。

Drink
or
Dessert

どれかひとつお選び下さい!

ラッシー / マンゴーラッシー ※ラッシーには自家製のカスピ海ヨーグルトを使用しております。
チャイ(HOT/ICE) / チベットハーブティー/バター茶
有機ティモールコーヒー(HOT/ICE) ※コーヒーのみ+200円
★ツアンパヨーグルト / ★ハルワ
★詳しくは、裏面のメニュー紹介をご覧ください。



チベットランチセット

Tibetan Lunch Set

減農薬米を使用しています。



モモセット MOMO **¥1,300**
(モモ6P・ライス・スープ・サラダ)

モモは代表的なチベット料理。粗挽き牛肉をたっぷり使った蒸し餃子です。皮から手作りしたタシデレの看板メニュー。

モモの具はベジチーズに変更可能です。
ご注文時にスタッフにお申し付けください。



テントウクセット Thenthuk **¥1,300**
(テントウク・モモ1P・サラダ)

豚肉と野菜がたっぷり入ったおいしいスープに、もちもちとしたすいとんが入っています。ホットするお味です。

テントウクはベジ・テントウクに変更可能です。
ご注文時にスタッフにお申し付けください。



ピンシャセット Phingsha **¥1,400**
(ピンシャ・モモ1P・ティンモ1P・ライス・サラダ)

ピンシャは豚肉・じゃがいも・春雨を煮込んだ味わい豊かな具だくさんのスープ。ティンモはチベットのシンプルな蒸しパンです。伝統的なチベット料理を味わえる欲張りでお得なセットです。



ラブシャセット Labsha **¥1,400**
(ラブシャ・モモ1P・ティンモ1P・ライス・サラダ)

鶏肉と大根を炒めて煮込んだ具だくさんスープ。肉の旨みが沁みこんだ大根が美味。ティンモはチベットのシンプルな蒸しパンです。伝統的なチベット料理を味わえる欲張りでお得なセットです。

インドランチセット

Indian Lunch Set

●当店では、化学調味料は使用しておりません



お好みで辛くできます!

ライスセット
(カレー・ライス・パパド・サラダ)

お好きなカレー 1種類 お好きなカレー 2種類

¥1,200 ¥1,400

ナンセット(平日のみ)
(カレー・ナン・パパド・サラダ)
※チーズナン:+300円

お好きなカレー 1種類 お好きなカレー 2種類

¥1,200 ¥1,400

タンドリーロティセット
(カレー・タンドリーロティ・パパド・サラダ)

お好きなカレー 1種類 お好きなカレー 2種類

¥1,300 ¥1,500

パランタセット
(カレー・パランタ・パパド・サラダ)

お好きなカレー 1種類 お好きなカレー 2種類

¥1,300 ¥1,500

ランチセットのカレーは下記よりお選びください。

チキンカレー

スパイスと玉ねぎでじっくり煮込んだチキンの旨みたっぷり。
マイルドなのでチリソースでお好みの辛さに調節してください。

サーグ・チキン

ほうれん草をペーストして作ったベースでチキンを煮込んだ
マイルドなカレー。

サーグ・パニール

ほうれん草をペーストして作ったベースにパニール(インドのカッ
テージチーズ)を入れたまろやかなカレー。

ミックス
ベジタブルカレー

カリフラワー、なす、いんげんなどの野菜にパニール(インドのカッ
テージチーズ)も加えたヘルシーカレー。

本日のカレー

日替わりで変わるコックさんおすすめカレーです!
スタッフにお尋ねください。

LUNCH SET MENU 紹介

インドランチセットイメージ

(例) パランタ カレー 1種類セット

※パパドとドリンク又はデザートが付きます。

お好きなカレーを1種類又は、2種類選べます。



ごはん
ナン
タンドリーロティ
パランタからお好きな主食を選べます。

カレーは、
お好みで辛くできます!



タンドリーロティ



全粒粉小麦を加えて
タンドリーで
焼き上げます。

パランタ



外はカリカリ! 中はモッチャリ~
バターリッチな
南インドの薄焼きパン

バター茶

バターと塩味のチベット人のソウルドリンクです。
チベット茶にバターと塩、ミルクを加えて作るチベット式ミルクティーです。
ぜひ一度おためしください。

チベットハーブティ

チベット伝統医学暦法研究所謹製ハーブティです。
3つのお味を日替わりでお出しします。

ルンティー

ノンカフェイン
疲れやストレスを
スーと鎮めてくれる
リラックス茶

エブリディティー

氣・血・水の
巡りを良くし、
心身のバランスを
整えるお茶

ガーデンティー

五官(五感の働く器官)
をクリアに整える、
風邪などの予防にも

ツアンパヨーグルト



タシデレオリジナル! 自家製ヨーグルトに
チベットの主食ツアンパ(麦こがし)と
オーガニックはちみつをかけました。

ハルワ



セモリナ粉とナッツ、レーズン、パインアップル
で作ったカルダモンが薫る
甘くてあったかいインドのスイーツです。