

全粒粉で作った インド式パン プレゼント❤️

ヨガクラス受講後、ランチバイキングをお召し上がりの方に**お好きな全粒粉を使用したインド式パン**を1枚プレゼントします！

対 象： **Yoga クラス後**にランチバイキングをお召し上がりの方全員（ビジターさまも◎）
チャパティ/プリ/アルパラタ/チーズチャパティのいずれか（チャパティとプリは2枚1組）

期 間：**2013/10/1～2013/10/31**の1ヶ月間

全粒粉とは…？

小麦の一種でふすまやはいがなども一緒に粉碎した粉のこと。小麦粉と比べて栄養価が高く、薄力粉と比較して3倍程度の食物繊維や鉄分を含み、ビタミンB1の含有量も高い健康食品のひとつです。

全粒粉と水、少量の油と塩を入れてざっくりとこね薄く伸ばしてフライパンで焼いたものがチャパティ、同じ生地を高温で揚げたものがプリ、中にマッシュポテトを入れるとアル・パラタ、生地チーズを練り込んだものがチーズチャパティです。

※テイクアウト BOX は対象外

※食べ残しも含めお持ち帰り不可