



# 死ぬまでに 食わねば

Manna [代官山]  
ズッキーニ・パスタ &  
ジエノベソース  
1550円

# サププライズパスタ。



これもチェック!

こだわり水出しアイスコーヒー



800円。有機栽培の豆をひき、こだわりの水で8時間かけて抽出した、まろやかなアイスコーヒー。お好みで甜菜糖シロップを添えて

## SHOP DATA

Manna ⑧渋谷区猿樂町24-7 代官山プラザ2F  
最寄駅: 代官山 徒歩3分  
6416-9563 ⑨火曜~水曜 11時30分~17時 木曜~土曜 11時30分~22時 (L.O. 21時30分) 日曜 11時30分~20時 ※O.19時30分 ⑩月曜 平日17時~18時は休憩時間 欧米のセレクトに話題のローフードレストラン。非加熱のほかに、肉や魚、小麦、乳製品といった食材が使われていないのも特徴。



※貸し切りも多いため、事前に営業時間の確認を

写真・木村哲夫

YASUSHI AKIMOTO  
高校時代から放送作家に「ザ・ベストテン」など数々の番組構成を手がける。'83年以降、作詞家として、美空ひばり「川の流れるように」をはじめEXILE「EXIT」ほか、数多くのヒット曲を生む。AKB48の総合プロデューサーも務める。昨年6月、日本放送作家協会の理事長に就任。

突然の大雨をよけるため、飛び込んだ店が「Manna」だった。メニュー選びの際、アメリカで注目されているローフードを提供する店と知った。ローフードとは野菜や果物を生のまま食べたり、48度以下の熱しか通さない食事法で、加熱によって失われる食材のもつ酵素やビタミン、ミネラルを効率よく摂取することができるのだそう。いわゆるヘルシーな料理なのだが、僕のようにそこまで健康に気を使わない人間が食べても、非常に美味しい。

「ズッキーニパスタ&ジエノベソース」は、生のズッキーニをマシんで麺状にしているから、本物のパスタのように見えるが、サクサクとした食感に驚く。バジルをベースにしたシチューナッツなどをベースにしたソースは、ズッキーニのパスタとよくからんでいて、濃厚で新鮮な味わいだ。

健康が気になるFLAS H読者世代には、ぜひ「Manna」で美味しいローフードを体験してみしてほしい。