

"HERB CHICKEN" "SALMON"

With **TARTAR SOUCE**

Graham Bread

SANDWICH

"The mastery of one move is superior to the learning of one hundred moves."

Coffees rich flavor and good taste have been fascinating people all over the world.
SINCE 1977

Experience the power of Grahambread and become one with nature. Introduces a series of moves that simplify and clarify the mental and physical dynamics that empower Grahambread.

Explore the structural mechanics universal to all Grahambread movements and styles. Learn how to loosen and lubricate all of the joints of the body, and integrate the structural mechanics into

ten Grahambread movements. Connect mind intent and inner body skill to maximize strength, energy, relaxation and power.

HIRO
SINCE 1977



その昔キエフ公国 (キエフ・ルーシ 後のロシア) の人が戦闘能力の優れたモンゴル系遊牧民族のことを「タタル」と呼びました。彼等は刻んだ肉を、生でパティ状にして食べる習慣がありそれに塩・コショウ・玉ねぎの汁で作ったソースをかけていました。これが港町ハンブルグに伝わり万能ソース「タルタルソース」が生まれました。このタルタルソースはどんな食材にも合った事から瞬く間に世界中に広まり、もちろんサンドウィッチにも好んで使われました。タルタルソースをたっぷり使った新作グラハムサンドは昨年ご好評を頂いたサンドのリメイク版。中身はハーブチキンとスモークサーモンの2種類からお選び下さい。どんな具材にも合うタルタルソースはスパイスの効いた本格派。暑いこの季節に嬉しいスパイシーでボリューム満点のタルタル・サンドをお試し下さい。

グラハムサンド WITH タルタルソース **¥550**

(ハーブチキン or スモークサーモン)

ハーフサンド& サラダ **¥450**

ハーフサンド& サラダドリンクセット **¥750**