



左/「フィッシュ・デビル」(鶏肉のキャンタルーブ・ボート)「カボチャのスープ」 上/「ススキの漬け焼きとブラウンライス」 下/「鶏肉のオレンジティール風味」



低カロリーで美味しい「スパ・クイジーヌ」

プレジデント・ソリティア ダイニングルーム

President Solitaire Dining Room

タイと西洋のテイストを巧みにブレンドして高級感漂う「プレジデント・ソリティア」は、キッチン付きの客室を持つなど様々なライフスタイルに対応するホテル。

この2階の「ダイニングルーム」に、ヘルシー料理「スパ・クイジーヌ」が登場した。グランドメニューとは別に、サラダ5種類(180～200 バーツ)、スープ4種類(130 バーツ)、メインディッシュ 10 種類(140～300 バーツ)、デザート4種類(90～140 バーツ)。バラエティー豊かな、アラカルトメニューだ。

どの料理も、ローファット、ローソルト、ローカロリー。繊維やビタミンもたっぷり、1品ごとの栄養価もバランスもいい。バムルンラード病院の専門栄養士のアドバイスを受けるなどした、本格的なもの

だ。油脂はできるだけ使わない調理法で、卵黄やバターは使わずにローファットミルクやヨーグルトなどでコクを出す。サラダ一皿でも満腹感あり。これでカロリーは、約半分だとか。病院食とは異なる、一流ホテルの美味端麗!

せっかくだから館内の「アナンダ・スパ」でトリートメントも受けてヘルシー度アップ。しかし、トリートメントは食後2時間以上は空けるべき。でもトリートメント後だと、美味しく食べ過ぎそう。どちらが先か、究極の選択?!



トリートメントルーム 16 室を持つ「アナンダ・スパ」。



プレジデント・ソリティアのダイニング・ルーム

Soi11, Sukhumvit Rd., Bangkok Tel.0-2255-7200
06:30～22:00(レストラン)/09:00～22:00(アナンダ・スパ)
<http://www.presidentsolitaire.com>
<http://www.anandaspa.net>
◆「スパ・クイジーヌ」は朝食以外の時間のアラカルト(ルームサービス可)
◆スパ・トリートメント料金:「アナンダ・ホットストーン・セラピー」90分・2,500 バーツ 「アナンダ・マッサージ」90分・1,600 バーツ
◆レジュビネーター・プロモーション(12月31日までのパッケージ):
「フェイス・グロリアス」120分・2,295 バーツ
「センス・オブ・アナンダ」150分・2,295 バーツ
「ストレス・アウェイ」180分・3,195 バーツ
*料金はすべてサ・税別



いちおしは、ホットストーン・セラピー