



Be **Vegan!** Go **Green!** Save the **Planet!**

전국 채식 마켓

가보면 즐겁고
먹어보면 놀라는

글/사진 장 준

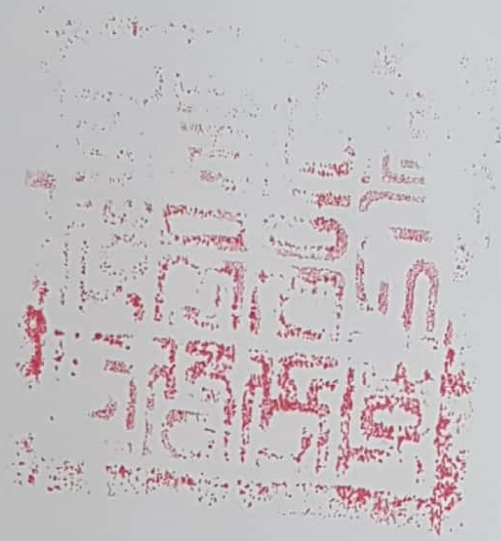
전북교육문화회관



EM131113

맛과 건강을 동시에 만족시키는
전국 채식식당, 떡카페, 베이커리

이주지오마케팅



초판 1쇄 인쇄 2009년 1월 20일
초판 2쇄 발행 2009년 3월 30일

지은이 장 준
발행인 김은영

기획·편집 이현주, 최진희
디자인 최원혁, 홍원연
사진 장 준
마케팅 노영호
인쇄 이프

발행처 (주)지오마케팅 비틀맵 북스사업부
주소 서울시 강남구 청담동 17-7
전화 02-3443-9745
팩스 02-3443-9724
홈페이지 www.beetlemap.com

출판등록 제16-1811호
ISBN 978-89-92158-15-2

이책에 실린 모든 정보는 2009년 3월 20일 기준이며
업소 사정에 따라 가격과 영업시간, 메뉴 등에 변동이 있을 수 있습니다.
파본이나 잘못된 책은 교환해 드립니다. 책값은 뒷표지에 있습니다.

Table of Contents



가보면 즐겁고
먹어보면 놀라는
**전국 채식
맛집**

평가기준

good ★★☆☆

delicious ★★★★★

excellent ★★★★★★



여는글	4
추천사	6
채식에 관한 A to Z	14

I 서울	한과채	24
	오세계향	26
	소심	28
	새생명 건강동호회	30
	초록들	32
	청미래	34
	산에 나물	36
	현미부페 건강식당	38
	적수방	40
	감로당	42
	아승지	44
	오세계향 채식뷔페	46
	SM 채식뷔페	48
	사랑분식	50
	다경	52
	채근담	54

II 경기 강원	산야초마을	58
	요산재 채식뷔페	60
	산·들·바람	62
	두부마을	64
	채식사랑 뷔페	66

Ⅲ 충청	국화꽃 향기	70
	러빙훗 채식뷔페	72
	마르쉐라	74
	풀향기 채식뷔페	76

Ⅳ 전라	풀내음 채식뷔페	80
	자연생활 채식뷔페	82
	자연생활 채식뷔페 일곡점	84
	자연생활 채식뷔페 상무점	86
	살림 레스토랑식 채식뷔페	88
	초가원	90
	왈츠	92
	자연생활 채식뷔페 로그하우스	94
	귀거래사	96
	자연에 채식뷔페	98
	풀꽃세상	100

Ⅴ 경상	채식사랑	104
	요산재	106
	유화 전통다원	108
	향적원	110
	아힘사	112
	앞새바람	114
	채식사랑 소심	116
	웰빙 남새 뷔페	118
	러빙훗	120





VI 떡카페 베이커리

질서루	124
미단	126
다미재	128
동방미인	130
건강 떡 레시피	132
스티키픽거스	134
약소	136
나무 위에, 빵집	138

VII 알아두면 유용한 채식 정보

내 몸이 참 맑아지는 밥상	142
채식 관련 인터넷사이트	144
채식 재료 전문 쇼핑몰	144
유기농 제품 판매처	145
채식 빵 살 수 있는 곳	145
채식요리 사이트	145
채식 관련 서적	146
채식요리 레시피	148
찾아보기	158

66 15년 넘게 채식을 한 경험으로 시작했는데 손님들의
반응이 너무 좋아 훨씬 넓은 장소로 옮기게 되었습니다 99

풀꽃세상

15년 넘게 채식을 해 온 사장님이 몸소 체험한 효능을 여러 사람과 나누고 싶어 문을 열게 되었다는 풀꽃세상. 음식의 신선도, 맛, 다양함 등으로 평일에도 빈자리가 없을 만큼 전주에서 소문난 맛집이다. 손님들이 끊이지 않는 만큼 계속해서 음식을 담아내는 종업원들의 손길도 분주하다. 어린이부터 노인에 이르기까지 이곳을 찾는 연령층도 다양하다고.

제철 쌈채소와 새싹, 과일, 잡곡밥, 콩스테인크, 밀불고기 등 매일 70~80 가지에 이르는 메뉴를 맛볼 수 있다. 화학조미료는 전혀 사용하지 않고, 조리하지 않고 날 것으로 먹는 채소와 과일은 유기농을 사용하는 것이 원칙. 사방으로 창문이 나 있어 실내가 밝고 20명까지 수용할 수 있는 방도 있어 작은 연회나 단체모임을 하기에 적당하다. 정원이 넓어 식사 후 산책을 즐기기에 좋다.

식당유형	한식뷔페 / 완전 채식
메뉴	강낭콩통찜, 수수부꾸미, 호박 수제비, 당면을 넣은 채식순대, 야채떡볶이 등 대인 9,000원 소인(5~10세) 4,000원
채식재료	유기농, 완전 국산
전화	063-221-3355
주소	전주시 완산구 중인동 55-1
위치	해성고교 부근
주차	가능
영업시간	12:00~15:00, 18:00~19:00
휴무일	연중무휴
매장규모	홀 250석, 세미나실(20인용 4개) 작은방(10인용 3개)
판매물품	채식재료
예약여부	단체일 경우 예약 필수



맛 delicious

분위기 comfortable

추천
메뉴 제철 쌈채소,
수수부꾸미,
호박수제비

