盛岡地域

※表示価格はすべて税込です。

フィッシュアンドチップス 880円

新鮮な鱈の素材の良さを活かすため、細かいパン粉を使用しています。老舗揚げ物専門店が作るタラフライに自家製タルタルソースをたっぷり付けてお召し上がりください。

44 ハレの日の陽食屋 むら八 上田店
TEL019-652-5108
〒020-0066 盛岡市上田4-21-31
■営業時間 / 11:00～21:00　■定休日 / 1月1日

45 とんかつ専門店 むら八 フェザン店
TEL019-654-7822
〒020-0034 盛岡市盛岡駅前通1-44 フェザン本館B1
■営業時間 / 11:00～21:30　■定休日 / 1月1日

ホテルメトロポリタン盛岡

46 宮古産真鱈と雲南ハムの香蒸し 12,000円（ディナーコース）

淡白な味の真鱈に、熟成された豚の旨みとピーナッツ油のマイルドな香ばしさを合わせ、お互いの良さを引き立てました。「冬節ディナーコース」でご提供します。

チャイニーズダイニング JUEN
TEL019-629-2612　〒020-0034 盛岡市盛岡駅前通1-44
ホテルメトロポリタン盛岡本館 4F
■定休日 / 年中無休
■提供時間 / 17:00～21:00（20:00L.O）

47 真鱈フライ、鱈菊揚げ出し 各1,300円（ランチ・ディナー・軽食）

さっくりとした食感の真鱈フライは、梅肉を和えたタルタルソースをたっぷりけずりてお楽しみください。温厚でクリーミーな鱈菊は、揚げ出しにして贅沢に調理しました。

日本料理 対い鶴
※12/25～1/3の提供は無し
TEL019-625-5260　〒020-0033 盛岡市盛岡駅前北通2-27
ホテルメトロポリタン盛岡NEW WING 1F
■定休日 / 年中無休
■提供時間 / ランチ 11:30～15:00（14:00L.O）ディナー 17:00～21:00（20:00L.O）

48 三陸産真鱈としゅうり貝のサフラン香るグルート蒸し焼き 生ハムと野菜のフィコンをそえて

真鱈としゅうり貝をバターとサフラン香るシートで包み蒸した、野菜と生ハムの旨み、セロリ香るオリーブオイルで味に深みを加え、貝鱈の美味しさを上品に引き立てた一皿です。

12/1～12/25ランチ・12/1～12/19ディナー「プティ ノエル」7,000円
12/26～1/31「ボナネ 9皿のコース」13,000円

フランス料理 モン・ブレーブ
TEL019-625-6262　〒020-0033 盛岡市盛岡駅前北通2-27
ホテルメトロポリタン盛岡NEW WING 2F
■定休日 / 年中無休
■提供時間 / ランチ 11:30～15:00（14:00L.O）ディナー 17:00～21:00（20:00L.O）

49 宮古の真鱈とじゃがいものグラタン

ディナーのブッフェ内　※価格はHPにて確認して下さい。

宮古産の新鮮な真鱈をベーコンとニンニク、玉ねぎと共に香ばしく焼き上げたグラタン。ホクホクのじゃがいもとの食感の違いも楽しめます。お子様から大人まで大満足の一品です。

（提供期間）
12/1～12/15の日曜・月曜
12/28～1/5　・1/11～1/26の日曜・月曜

ダイニング&バー ジョパンニ
TEL019-625-6261　〒020-0033 盛岡市盛岡駅前北通2-27
ホテルメトロポリタン盛岡NEW WING 2F
■定休日 / 年中無休
■提供時間 / 17:30～20:30（最終入店 19:30）

盛岡駅ビルフェザン

50 真鱈とじゃがいものホットサンド 950円

丁寧に煮こごりした真鱈とじゃがいもをアンチョビソースで和えました。シャキシャキのレタスとチーズを合わせて、食べ応えのある一品に仕上げました。

銀河堂1890 Sweets&Bakery
TEL019-681-1890　〒020-0034 盛岡市盛岡駅前通1-44
フェザンおでんせ館 1F
■提供時間 / 11:00～15:00　■定休日 / 館の休館日に準ずる

53 三陸産MIX フライ定食 1,580円

宮古産タラフライ、三陸産カキフライ、三陸産茎わかめ豆腐かつを組み合わせた、新鮮な三陸の海の幸をまるごと楽しむことができる一品です。

南部ビストロ うんめのす
TEL019-601-5929　〒020-0034 盛岡市盛岡駅前通1-44
フェザンおでんせ館 1F
■営業時間 / 11:00～21:30　■定休日 / 館の休館日に準ずる

真鱈のフライ弁当 1,200円

宮古産真鱈を使ったタラフライが主役のお弁当です。大ぶりの切り身を贅沢に揚げ、ふっくらとした肉厚の身に風味を閉じ込めました。抜群の食べ応えが魅力。

56 東北 DRIPPERS COFFEE STAND
TEL019-656-0511
〒020-0034 盛岡市盛岡駅前通1-44
フェザンおでんせ館 1F
■営業時間 / 7:30～18:00
■定休日 / 館の休館日に準ずる

57 TREGION DELI
TEL080-9630-4065
〒020-0034 盛岡市盛岡駅前通1-44
フェザンおでんせ館 1F
■営業時間 / 9:00～20:30
■定休日 / 館の休館日に準ずる

51 真鱈のフライ（松花堂弁当内で提供）1,500円

新鮮でふっくらジューシーな宮古産真鱈のフライを、松花堂弁当に添えました。季節ごとに替わるおかずとともに、旬の味わいをお楽しみいただけます。

メトロ de DISH UP
TEL019-653-5202　〒020-0034 盛岡市盛岡駅前通1-44
フェザン本館B1
■販売時間 / 10:00～20:30　■定休日 / 館の休館日に準ずる

54 真鱈漬丼 1,320円

新鮮な真鱈を、こだわりの自家製醤油タレに漬け込みました。歯ごたえのある食感と、甘めの醤油タレが絶妙にマッチします。お好みでわさびを添えてどうぞ。

三陸和酒 磯乃
TEL019-681-1277　〒020-0034 盛岡市盛岡駅前通1-44
フェザン本館B1
■営業時間 / 11:00～21:30（21:00L.O）
■定休日 / 館の休館日に準ずる

52 真鱈の温製カルパッチョ 1,000円

レアに火入れした真鱈の旨みを堪能できる前菜。サワークリームマヨネーズとマスタードを合わせたソースが、爽やかな味わいを引き立てます。パスタの副菜としても楽しめます。

フレスキッシマ
TEL019-629-2235　〒020-0034 盛岡市盛岡駅前通1-44
フェザン本館B1
■営業時間 / 11:00～21:30（21:00L.O）
■定休日 / 館の休館日に準ずる

55 真鱈づくし定食 2,480円

真鱈のフライ、白子、真鱈の昆布締めと明太子の贅沢丼に、大人気の牛たんを添えました。魚介と肉のハーモニーをお楽しみください。

仙臺たんや 利久
TEL019-613-2916　〒020-0034 盛岡市盛岡駅前通1-44
フェザン本館B1
■営業時間 / 11:00～21:30（21:00L.O）
■定休日 / 館の休館日に準ずる

1. 対象メニューご注文のお客様には、◯記載のサービスがございます。
2. 掲載の金額はすべて消費税込み価格です。
3. マグラの入荷状況により、期間中でも販売を終了、又は内容を変更する場合がございます。

参加店舗 MAP はこちらで

お店で楽しむ！A賞
宮古真鱈まつりで楽しむ！B賞

宮古の真鱈を楽しみつくす！
プレゼントキャンペーン

グルメフェアのSNSに「いいね」をしたら プレゼントが当たるかも！！

A賞 10名　清次郎 お食事 田清魚店 お買い物 ご利用券3,000円分
応募期限 2025.12.1～ 2026.1.31

B賞 50名　宮古真鱈まつり「至極の鱈汁」引換券
応募期限 2025.12.1～ 2025.12.31
※2026年1月25日(日)宮古市魚市場で開催予定の「宮古真鱈まつり」にて使用いただける専用引換券です。当日現地は非常に多くの来場者が見込まれ、「至極の鱈汁」に限ります。

❶「宮古の真鱈グルメフェア」公式アカウントをフォロー！
Facebook　Instagram　X(旧Twitter)

❷ 公式アカウント指定の投稿に「いいね！」&ほしい賞品をコメント

参加店で フェアメニューを注文&撮影し、「#宮古の真鱈」をつけて 投稿 すると 当選確率アップ！

応募完了！

【注意事項】●応募は、各応募期間における公開アカウントによるものに限ります。
●当選者には公式アカウントからお知らせします。
●詳しくは各SNSにおける「宮古の真鱈グルメフェア」公式アカウントの投稿をご確認ください。【協賛】株式会社田清、宮古真鱈まつり実行委員会

宮古真鱈まつり

2026年1月25日(日)
10:00～14:00
宮古市魚市場特設会場

【お問合せ】宮古真鱈まつり実行委員会（宮古市水産課内）　TEL 0193-68-9099（直通）

MIYAKO NO MADARA

宮古の真鱈 グルメフェア

「宮古の真鱈」を食べ尽くせ！

期間　2025.12.1(月)～2026.1.31(土)
場所　盛岡市31店舗・紫波町2店舗・北上市2店舗・奥州市1店舗
宮古市21店舗

全国有数の真鱈の産地、岩手県宮古港。2010年からは6年連続日本一を記録！抜群の高鮮度品質。獲ってから24時間以内に水揚げ！だから刺身でも食べられます！

詳しくはYouTubeへ

主催：岩手県沿岸広域振興局水産部 宮古水産振興センター　　お問合せ先：☎0193-64-2216
岩手県沿岸広域振興局　令和7年度地域経営推進費

宮古の真鱈（まだら）とは??

宮古は全国有数の真鱈の産地！

宮古港の真鱈の水揚げ量は、H22～H27に日本一、H28～R2に本州一を記録しました。

鮮度抜群！レアな真鱈の「お刺身」「お寿司」が楽しめる！

鍋物やフライ等の加熱調理が一般的な真鱈ですが、宮古ではお刺身でも楽しまれています。宮古の真鱈は、日帰りの「沖合底びき網漁業」や魚体を傷つけない「はえなわ漁業」により漁獲され、船上で氷冷し箱詰めされます。その後、優良衛生品質管理市場認定（HACCP）を受けた宮古市魚市場で水揚げ・荷さばきされ、抜群の鮮度が保たれるのです。

どの部分が食べられる？

真鱈は捨てるところがない魚です。身はお刺身、焼き物、鍋や汁物として、内臓は肝和えや汁物、白子は椀物、鍋や天ぷらとして、アラは汁物として、余すことなく楽しめます。また、クセがなく上品な味わいでどんな料理にも合います。

真鱈の旬はいつ？

真鱈は、濃厚な味わいの白子とふわふわの身が楽しめる冬が旬とされますが、身が最も厚くなるのは夏とも言われており、季節を問わず美味しい魚です。
宮古では、一年を通して漁獲されています。

「タラコ」はマダラの子？

一般に流通している「タラコ」はマダラではなく、スケトウダラの卵です。マダラの卵は煮つけにしたり、新鮮なものを醤油漬けにしたりすると、ご飯のお供に最高です。

宮古地域

※表示価格はすべて税込です。

1 タラづくしセット 2,600円

タラのフライ、ちり蒸し、タラにぎり、白子の天ぷらなど、宮古の真鱈をふんだんに使ったスペシャルセットです。
※タラ土鍋ごはん
1人前 1,400円（税込）
2人前～ 要予約

蛇の目本店
Tel.0193-62-1383　〒027-0076 宮古市栄町 2-8
■営業時間 /10:00～20:00　■定休日 / 水曜日

2 鱈の握り・白子の軍艦握り・鱈の押し寿司 各1貫 385円（税込）

身の淡白な味わいと白子の濃厚な食感、鮮度抜群な真鱈の魅力を余すところなく楽しめる3種類のお寿司をご用意。宮古の寿司職人が脱ごりをかけた最高の逸品です。

よし寿司
Tel.0193-62-1017　〒027-0074 宮古市保久田 4-27
■営業時間 /11:30～14:00/14:30～20:30
■定休日 / 月曜日（第一・第3連休月・火曜日）

3 真鱈のアヒージョ ※夕食ビュッフェで提供

全国有数の水揚げを誇る新鮮な真鱈をアヒージョに。引き締まった真鱈の身と彩り豊かな野菜や、旨みが溶け込んだ熱々オイルでいただく贅沢な逸品です。

休暇村 陸中宮古
Tel.0193-62-9911　〒027-0096 宮古市崎鼠ヶ崎 18-25-3
■営業時間 /18:00～20:30　■休館日 /2026 年 1/5～1/8

4 真鱈のぶっかけ瓶ドン 1,500円

宮古の海の幸、鮮度抜群の真鱈とかごの昆布を、特製タレで仕上げた絶品の瓶ドンです。お出汁をかけて、お茶漬けでもお楽しみいただけます。

浄土ヶ浜レストハウス
浜処 うみねこ亭
Tel.0193-62-1179　〒027-0001 宮古市日立浜町 32
■営業時間 /10:30～14:00　■定休日 / 不定休

5 真鱈といくらの漬け丼 1,900円

ぷりぷりとした食感の真鱈を、特製のタレに漬け込み、いくらをトッピング。酢飯が真鱈の旨みを引き立て、風味豊かな贅沢な丼に仕上げました。

道の駅シートピアなあど
レストラン汐菜
Tel.0193-71-3100　〒027-0004 宮古市臨港通 1-20
■営業時間 / 平　日 10:30～15:30（15:00L.O.）
土日祝 10:30～16:30（16:00L.O.）

6 瓶ドン宮古 1,650円

宮古の真鱈をはじめ、厳選された食材を贅沢に使った瓶ドンに、茶わん蒸しがついた大満足の定食をご用意しています。宮古に来たら食っとけん。

割烹 おかめ
Tel.0193-62-2456　〒027-0084 宮古市末広町 1-18
■営業時間 /11:30～14:00/17:00～21:00
■定休日 / 月曜日

7 王子のぜいたく至福のタラカツ丼 990円

王子のぜいたく至福のタラフライ、クリームコロッケを使用した定食や丼ものを各種用意しました。
揚げたてアツアツをご賞味ください。

ごはん大盛無料!!

魚彩亭 すみよし
Tel.0193-62-3244　〒027-0076 宮古市栄町 2-10
■営業時間 /11:00～13:00　■定休日 / 不定休

8 真鱈フライ定食 ミックスフライ定食 1,200円 1,350円

獲れて新鮮な真鱈の肉厚フライが2枚。このボリュームと食感が人気を博し、遠方からもわざわざ来店がるほどの名物です。真鱈、海老、カキが楽しめるミックスフライも人気です。

コーヒーサービス

お食事処 五右衛門
Tel.0193-62-5627　〒027-0022 宮古市磯鶏石浦 3-14
■営業時間 /11:00～15:00　■年中無休（年末年始要確認）

9 王子のぜいたく至福のタラフライ＆弾丸ハンバーグ 110g 1,264円 160g 1,396円

宮古自慢の新鮮な真鱈を使ったタラフライと、当店の人気 No.1「弾丸ハンバーグ」が夢の共演！宮古店限定の贅沢コラボメニューをぜひご堪能ください。

トマト＆オニオン宮古店
Tel.0193-71-2075　〒027-0052 宮古市宮町 1-3-17
■営業時間 /11:00～22:00（21:30L.O.）■定休日 / 年中無休

10 タラフライ定食 1,100円

手づくりの真鱈フライにマヨネーズを添えて。野菜やワカメなど地元食材にこだわった小鉢も楽しめます。フェア期間外も提供予定。

善助屋食堂
Tel.0193-87-2054　〒027-0307 宮古市田老 2-5-1
■営業時間 /11:30～15:00　■定休日 / 水曜日

11 さっくり真だらのフライ定食 1,490円

宮古の新鮮な真鱈を使った「大戸屋若手宮古店」限定の地産地消メニューです。約 300g の真鱈フィレを使ったフライは、大ぶりサイズ。肉厚でジューシー、ふわふわの食感をお楽しみください。

大戸屋ごはん処 岩手宮古店
Tel.0193-65-6565　〒027-0053 宮古市長町 1-1-3
■営業時間 /11:00～21:30（21:00L.O.）■年中無休

12 真だら漬け丼 1,430円

和辛子入りの漬けタレが、淡白な真鱈の味にピリッとアクセントをつけています。白身魚と相性の良い「もみじおろし」と、いくらが彩る華やかな丼です。

丼の店 おいかわ 宮古市魚菜市場店
Tel.0193-62-2380　〒027-0072 宮古市五月町 1-4 魚菜市場内
■営業時間 /10:00～15:30　■定休日 / 水曜日

13 真鱈フライ、真鱈西京みそ焼 各 700円

西京焼は、淡白な真鱈に深い旨みやコクを加えました。真鱈フライには、自家製タルタルソースをたっぷり付けて召し上がりください。新鮮な白子を使った逸品もご用意しております。

居酒屋 たかだ
Tel.0193-65-8533　〒027-0061 宮古市西町 2-1-25
■営業時間 /17:00～23:00　■定休日 / 日曜日

14 真鱈の寿司・鱈フライ ※夕食ビュッフェにて提供

新鮮な真鱈を使用した、「真鱈の寿司」と「鱈フライ」をご用意いたしました。鱈フライには「脳料理長特製タルタルソース」をつけてお召し上がりください。

浄土ヶ浜パークホテル
ダイニングレストラン 最東端　要予約
Tel.0193-62-2321　〒027-0001 宮古市日立浜町 32-4
■営業時間 /18:00～21:00（夕食ビュッフェ）■定休日 / 年中無休

15 スモークコッド（タラの冷燻）600円

宮古産の真鱈を、田老の昆布で下準に燃め、りんごの枝で香ばしくスモークしました。旬の野菜とオリーブオイルで仕上げた、奥深い旨味のカルパッチョをご堪能ください。

鳥もと＆カリー亭
Tel.0193-63-6776　〒027-0083 宮古市大通 2-6-12
■営業時間 /17:30～22:30（22:00L.O.）■定休日 / 日曜日

16 宮古の真鱈バーガー 500円

タラフライに甘辛テリヤキソースを染み込ませ、タルタルソースと共にふわふわの特製パンズでサンドしました。パン工房名物の数量限定メニューです。

道の駅 やまびこ館 パン工房
Tel.0193-65-7735　〒028-2513 宮古市川内 8-2
■営業時間 /8:30～17:30　■定休日 / 年中無休

17 真鱈の甘酢あんかけ定食 1,200円

宮古の真鱈を、中華風にアレンジした甘酢あんかけ定食です。湯ったり館自慢のお風呂と合わせて、心ゆくまでご堪能ください。

湯ったり館
Tel.0193-72-3800
〒028-2101 宮古市茂市 8-53 熊新重産業開発公社
■営業時間 /平　日 11:00～14:30（14:00L.O.）
17:00～21:00（20:30L.O.）
土日祝 11:00～21:00（20:30L.O.）

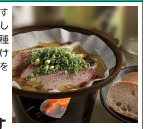
18 元祖宮古真鱈ラーメン 1,200円

ここでしか食べられない一品！当店オリジナルの味付け！宮古産真鱈のから揚げと自家製たらオイルとあわせた自家製ダレの元祖宮古真鱈ラーメンぜひご賞味ください!

元祖宮古真鱈ラーメンの店 てんまる食堂
Tel.0193-65-8376　〒027-0083 宮古市大通 2-7-18
日曜日 11:00～15:00
■定休日 / 水曜日（定期あり※毎月第1木の水曜日はテイクアウトのみ営業）

19 宮古の真鱈陶板焼き 1,000円

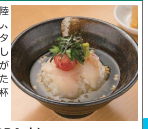
宮古の真鱈を、笑ずすの定番陶板焼きで楽しめます。さまざまな種類からお選びいただけます。多彩な味わいをお楽しみください。



酒と飯 笑ずす
Tel.0193-77-3211　〒027-0084 宮古市末広町 8-14
■営業時間 /17:30～23:00（最終入店 21:30）
■定休日 / 不定休（要確認）

20 鱈の昆布メ タラ茶漬け 700円

鮮度の良い真鱈老三陸産昆布で昆布メに、熱々の出汁をかけてタラ茶漬けに仕上げました。あっさりとしながらも、しっかりとしたコクが感じられる一杯です。



北川食堂（DORA 内）
Tel.0193-65-7234　〒027-0038 宮古市小山田 2-2-1
■営業時間 /11:00～18:00　■定休日 / 年中無休

盛岡地域

※表示価格はすべて税込です。

宮古産真鱈の昆布メ 506円

新鮮な宮古の真鱈。その透明感がある美しい身を清次郎の職人が丁寧に昆布で旨味を閉じ込めました。しっとりした食感と香りをお楽しみください。

21 回転鮨清次郎 盛岡津志田本店
Tel.019-639-2815　〒020-0837 盛岡市津志田町 2-1-60
■営業時間 /11:30～15:00（最終入店 14:30/14:45L.O.）
17:00～21:00（最終入店 20:00/20:30L.O.）
※15:00～17:00 テイクアウトのみ　※土日祝は 11:30 開店
■定休日 / 年中無休

22 回転鮨清次郎 水沢店
Tel.0197-51-8585　〒023-0003 奥州市水沢区市守町鍛冶 49-1
■営業時間 /11:30～21:00（最終入店 20:00/20:30L.O.）
■定休日 / 年中無休

23 すし清次郎 イオンモール盛岡南店
Tel.019-656-6555
〒020-0866 盛岡市本宮 7-1-1 イオンモール盛岡南内 1F
■営業時間 /11:00～21:00（最終入店 20:15/20:30L.O.）
■定休日 / 年中無休（閉に準ずる）

24 すし清次郎 フェザン店
Tel.019-654-8015　〒020-0034 盛岡市盛岡駅前通 1-44 B1
■営業時間 /11:00～21:30（21:00L.O.）
■定休日 / 年２日休館日あり（閉に準ずる）

25 鮨清次郎 紫波店
Tel.019-601-5971　〒028-3318 紫波郡紫波町紫波中央駅前 2-3-48
■営業時間 /11:30～14:00/17:00～21:00
■定休日 / 第４月曜日 / その他の月曜日はランチのみ営業
※店の形態が違いますので価格が違います。ご了承ください。

26 清次郎 テイクアウト専門店（北上パル店）
Tel.0197-65-3353　〒024-0072 北上市北浦通 19-68
■営業時間 /10:00～20:00（18:00L.O.）
■定休日 / 年中無休
※店の形態が違いますので価格が違います。ご了承ください。

宮古産真鱈もりおか西京漬 2切れ 756円

宮古で水揚げされた新鮮な真鱈を田清オリジナルの味噌で、田清魚店人気の西京漬にしました。真鱈の旨味を存分に味わいください。

29 田清魚店 monaka 店
Tel.019-641-1961　〒020-0871 盛岡市中ノ橋通 1-4-8
■営業時間 /11:00～19:00　■定休日 / 閉に準ずる

30 田清魚店 フェザン店
Tel.019-604-2815　〒020-0034 盛岡市盛岡駅前通 1-44 B1
■営業時間 /10:00～20:30
■定休日 / 年２日休館日あり（閉に準ずる）

31 田清魚店 じゃんまる店
Tel.019-638-9956　〒020-0835 盛岡市津志田南 3-7-90
■営業時間 /10:00～19:00　■定休日 / 日曜日

32 田清魚店 オガールプラザ紫波店
Tel.019-601-7380　〒028-3318 紫波郡紫波町紫波中央駅前 2-3-3
■営業時間 /9:00～18:40　■定休日 / 年中無休（閉に準ずる）

33 田清魚店 マルイチみたけ店
Tel.019-641-3122　〒020-0122 盛岡市みたけ 2-12-22
■営業時間 /9:00～23:00　■定休日 / 年中無休（閉に準ずる）

34 田清魚店 マルイチ緑が丘店
Tel.019-613-2567　〒020-0117 盛岡市緑が丘 4-10-34
■営業時間 /9:30～23:00　■定休日 / 年中無休（閉に準ずる）

35 田清魚店 ビッグハウス上盛岡店
Tel.019-681-7801　〒020-0061 盛岡市北山 1-4-20
■営業時間 /9:00～21:00　■定休日 / 年中無休（閉に準ずる）

36 田清魚店 マルイチ宮古店
Tel.0193-65-7830　〒027-0077 宮古市松合 7-7
■営業時間 /9:00～22:00　■定休日 / 年中無休（閉に準ずる）

37 田清魚店 マルイチ北上店
Tel.0197-72-6390　〒024-0072 北上市北知恵 31-11
■営業時間 /9:00～22:00　■定休日 / 年中無休（閉に準ずる）

38 宮古産鱈フライ 800円

ベアレンの人気黒ビール「シュバルツ」を使った特製「シュバルツソース」を使用。
淡白な味わいの真鱈に黒ビールのコクと香ばしさが加わり、豊かな風味が広がります。

ビアパー ベアレン中ノ橋
Tel.019-651-6555　■定休日 / なし
〒020-0871 盛岡市中ノ橋通 1-9-22 盛岡パスセンター東棟 2F
■営業時間 /17:00～23:00/土日祝 15:00～23:00（22:30L.O.）

39 宮古産真鱈のフィッシュ＆チップス ゆずのタルタルソース添え 750円

生地にはベアレンビールを使用し、芳醇なビールの香りを閉じ込めました。衣に練り込まれた魚粉とゆずきるタルタルソースで、さっぱりとした和風テイストに仕上げています。

ビアフロント ベアレン盛岡駅前
Tel.019-681-0090　■定休日 / なし
〒020-0034 盛岡市盛岡駅前通 8-11 盛岡駅前ビル 1F
■営業時間 /11:30～23:00（フード 22:00L.O. ドリンク 22:30L.O.）

40 たら料理６種 ※仕入れ状況により提供できない場合もございます。 770～990円

1 宮古の真鱈刺身 880円
鮮度抜群の早い時期を贅沢に使い、極上の逸品。

2 宮古の真鱈フライ 770円
新鮮な宮古産真鱈を贅沢に使い、軽やかな衣で香ばしく揚げました。

3 フィッシュ＆チップス 880円
自家製タルタルソースは、料理長の高まくわで味が変わることも。

4 宮古の真鱈開原付け 770円
ニンニクと豆板醤を効かせた黒酢あんが淡白な真鱈にぴったり。

5 鱈ﾌｫｰｸ(鱈ｶﾂﾀﾙｿｰｽ)ｾｯﾄ 990円
真鱈の切り身でチーズを挟み、じっくり焼き上げました。

6 宮古の真鱈フライ定食 990円
サクッと揚げた真鱈フライを、当店イチオシの定食でご提供します。

駅ナカ海鮮酒場 NEO海王
Tel.019-601-6880　〒020-0823 盛岡市盛岡駅前通 1-48 2F
■営業時間 /11:00～22:00　■定休日 / 不定休

41 揚げタラ南蛮 1,100円

宮古の真鱈を揚げたてで、自家製の甘辛餡に絡めました。
あっさりとしたタルタルソースと紫キャベツのラペが、味わいと食感にほどよいアクセントを添えます。

居酒家 里伊～sai～
Tel.019-656-6167　■定休日 / 日、月曜日
〒020-0874 盛岡市南大通 1-10-17
■営業時間 /17:00～23:00（22:00L.O.）

42 真鱈の南部せんべいチーズ香味フライ

南部せんべいと生パン粉を合わせた衣で、宮古産真鱈を香ばしくフライに仕上げました。
パリッとした食感とハーブの香りが加わり、淡白な真鱈に新しい美味しさを添えます。

盛岡つなぎ温泉 愛真館
Tel.019-689-2111　■定休日 / 年中無休
〒020-0055 盛岡市慈学迪沢 40-4
※夕食ビュッフェで提供

43 真鱈のブランダード フリット添え 1,000円

宮古産真鱈を使った南フランス料理「ブランダード」を、真鱈のフリットに添えて鱈で鱈を食べていただくメニューです。
ビールにも白ワインにもよく合う一品です。

居酒屋 山ん
Tel.019-624-8974　■定休日 / 不定休
〒020-0022 盛岡市大通 1ー5ー18 クレッセントビル 1F
■営業時間 /17:30～24:00