



## シュランの常連 芸術の域に達した料理に触れる



料理の世界に足を踏み入れて以来名だたる名店で料理長を務めた岡本英嗣氏が、匠の技で織りなす懐石料理を提供。店主自ら市場や生産地へと足を運び、信頼を築いた生産者からのみ最高の食材を仕入れている。夜より品数を減らしたお昼のコースは、量を食べられない人にもおすすめ。カウンターを作業台と同じ高さに揃えたのは、「料理を作る過程も一つの味付けとして楽しんで欲しい」との思いから。そんな岡本さんとの会話も楽しい。

**おすすめメニュー**  
●(昼)うなぎ酢飯井 ¥7,000/コースメニュー(昼) ¥16,500~(夜) ¥33,000~、¥41,800~  
\*価格は季節により変動、サービス料10%別 ●大典白菊大吟醸  
**店舗情報** ●日比谷線「神谷町」駅2番出口すぐ ●12:00~ランチ営業完全予約制(火~土)/18:00~23:00(L.O.21:00) ●不定休 ●14席 ●カード可(デイジーのみ)

Google map URL



[神谷町] 日本料理  
おかもと

☎ 03-6432-0414

📍 港区虎ノ門5-2-8 B1

岡山 岡山 岡山 岡山 岡山  
応援 食材 料理 出身 企業 応援



## 東京駅八重洲の路地裏で 名物ハムカツをハフハフ食らう



浅口市鴨方町出身の大将が営む、立ち呑み居酒屋『呑うてんき』。都会の一等地の狭間にあるディープな外観が印象的。夜が更けると近隣のサラリーマンが集まり、ほとんど満員御礼状態。皆さんがオーダーするのは、名物ハムカツ。テレビ番組「タモリ倶楽部」のハムカツ特集でも紹介された逸品だとか。プレスハムを使用し、厚さは7mm。幾度も試行錯誤して作りあげた路地裏の名物が、これまたビックリの200円で食べられる。

**おすすめメニュー**  
●ハムカツ ¥200/栃尾名物あぶらけ ¥300 他  
※シーズンには岡山の寄島産牡蠣やママカリも入荷する  
**店舗情報** ●JR「東京」駅より徒歩4分、東京外口「日本橋」駅より徒歩4分 ●11:00~13:30(ランチは座席)、17:00~23:00(立ち呑み) ●土日祝、立ち呑み形式(最大収容人数:40人) ●現金のみ(キャッシュ・オン・デリバリー)

Google map URL



[東京] 居酒屋・バー  
呑うてんき  
のうてんき

☎ 03-3276-3150

📍 中央区八重洲1-5-17

岡山 岡山 岡山 岡山 岡山  
応援 食材 料理 出身 企業 応援



## 毎日行きたいお気に入り 高輪にある坂の上の食堂



こだわりのコーヒーと、ボリュームたっぷりの食事を楽しめる『高輪キャロル』。1971年の開業以来、親子三代にわたり通う常連客もいるという地元で愛される食堂だ。近くにある明治学院大学の学生が流行らせた「高輪名物・焼きカレー」がおすすめ。ドライカレーにカレールー、根菜、さらにはチーズを惜しみなくのせて焼く。クセになる美味しさだ。おかやま観光特使の武内店長とのトークも楽しい。

### おすすめメニュー

● 焼カレー ¥800 / カレールー ¥900 / たまごサンドプレート ¥800

● 浅草線「高輪台」駅A1出口より徒歩8分  
○ 8:00~19:00 日 祭  
16席 カードOK 電子マネーOK

### Google map URL



【高輪台】カフェ  
高輪キャロル  
たかなわきゃろる

☎ 03-3449-4303

📍 港区高輪2-6-20

岡山 応援 岡山人材 岡山 料理 出身 企業 お酒



## 岡山グルメのお鍋を囲んで 和やかなひとときを



津山市出身のオーナーが地元から集めたディープな岡山料理を提供する『六本木 和顔』。人気の「そずり鍋」は、肉を削って（方言で「削る＝そずる」）鍋に入れる津山市の郷土料理に、高級牛である新見市産千屋牛を使い、塩味でさっぱりしたアレンジがなされている。ヨメナカセや干し肉など、知る人ぞ知るメニューが並ぶ。超レアな県産雄町米使用純米酒ベースのカクテル「ぎゅっと絞ったゆず酒」など地酒リストにも注目だ。

### おすすめメニュー

● 千屋牛のそずり鍋 ¥2,585 / ままかり ¥935  
● 剣聖武威 ほか

● 大江戸線 ほか  
「六本木」駅5番出口より徒歩2分  
○ 18:00~28:00  
日 祝 24席 カードOK 電子マネーOK

### Google map URL



【六本木】居酒屋・バー  
六本木 和顔  
ろっほんぎ わげん

☎ 03-6447-1156

📍 港区六本木3-13-3 1F

岡山 応援 岡山人材 岡山 料理 出身 企業 お酒



## 裏路地の地下に佇む 自由で気軽な本格派イタリアン



2000年に開店し、神楽坂や九段、飯田橋の地域に根ざした本格派レストラン『スクニッツォ!』。選りすぐりの食材には、能登半島のとれたて野菜や各地漁港よりの神経〆鮮魚、赤身が美味しい岩手県山形形の短角牛などがある。産地直送の食材と旬を活かした料理が自慢だ。一日限定10食の看板メニュー『ジェノベーゼ』にも注目。大理石でできたすり鉢、モルタイオを使って伝統的な製法で作る一品だ。

**おすすめメニュー**  
 ● 日本一のジェノベーゼ自家製トレネツェtor自家製じゃが芋ニョッキ ¥2,000 / 神経〆鮮魚や各地漁港より本日の鮮魚のカルパッチョ ¥2,200 ~  
**店舗情報** ● JRほかに「飯田橋」駅西口より徒歩3分  
 ◎ 11:30~13:30(L.O.) / 17:30~22:00(L.O.)  
 日祝 高46席 カードOK

Google map URL



**「飯田橋」イタリアン**  
**italiano restaurant SCUGNIZZO!**  
 いたりあーのれすとらん すくにつつお!

☎ 03-3263-7567

📍 千代田区富士見2-3-1 信幸ビルB1



## 創業192年! 世代を超えて 愛される老舗あんこう鍋専門店



1830年に創業し、7代目当主と岡山県出身の6代目女将が温かく迎えてくれる老舗『いせ源』。北海道・青森などからもっとも美味しいとされる8~15kgのあんこうを仕入れ、仕込みから調理まですべてお店で行う。醤油仕立ての一家相伝の秘伝タレでつくられるあんこう鍋は、あんこう特有の臭みが一切気にならない。丁寧な仕込みと専門店ならではのわがが随所に感じられる。どこか懐かしい雰囲気と味を感じられる名店に足を運んでみては。

**おすすめメニュー**  
 ● あんこう鍋(一人前) ¥3,800 / 肝刺し(一人前) ¥1,800 ● 大典白菊 純米吟醸/岡山朝日米五五  
**店舗情報** ● JRほかに「神田」駅北口より徒歩5分  
 ◎ 11:30~14:00(L.O.) 13:30 / 17:00~22:00(L.O.21:00) 月(4~9月は日、月、祝休み) 高120席  
 カードOK

Google map URL



**「神田」日本料理**  
**名代あんこう鍋 いせ源**  
 なだいあんこうなべいせげん

☎ 03-3251-1229

📍 千代田区神田須田町1-11-1





## 地元岡山の思いを込めて 握る寿司



食べて楽しむ、見て楽しむ。こだわりの岡山県産の食材も使用し、一つ一つ丁寧に提供される料理には岡山出身の「地元岡山を世界に広めていきたい」という店主の思いが込められている。

使用する器は、約千年の歴史を持つ備前焼。店主が産地の備前市に足を運んで選んだ器たちだ。ぜひ岡山を存分に感じては。

### お薦めメニュー

■白縁(料理5品握り7貫)  
¥16,500/紫(料理7品握り10貫)¥24,200

店舗情報 ●東京メトロ溜池山王駅11番出口徒歩1分  
◎19:00~23:00 日 休  
7席 ■クレジットカードOK

### Google map URL



【赤坂】寿司  
すし顕  
すしあきら

☎080-5622-7189

📍港区赤坂2-8-11 赤坂山王プラザ1階

岡山 岡山 岡山 岡山 岡山  
応援食材 料理 出身 企業 全席



## 肉を熟知した料理長が選ぶ 厳選された黒毛和牛に舌鼓



岡山出身の料理長はこの道35年以上という食肉のプロ。岡山産の黒毛和牛や岡山から直送される新鮮なホルモンなど、厳選された和牛を提供。やわらかくきめ細かい黒毛和牛の美味しさを引き立てるのは、備前味噌や岡山産のカドのない味が特徴の白龍しょうゆを使った秘伝タレ。焼肉のほかにもたんしゃぶや自家製の割り下で食べるすき焼きも一度は食べておきたい。掘ごたつの個室もあり、プライベートな空間で極上の焼肉を楽しむ。

### 【赤坂】焼肉

焼肉 しゃぶしゃぶ シャンボール

やきにく しゃぶしゃぶ しゃんぼーる

☎03-3585-2911

📍港区赤坂3-15-12 フォーラム赤坂ビルB1F

岡山 岡山 岡山 岡山 岡山  
応援食材 料理 出身 企業 全席

### Google map URL





## 天然物でしか出せない本物の味 とら河ふぐすっぽんの専門店



大阪と東京の名店で修業を積んだ店主が提供するのは天然のふぐ、すっぽんを使った料理の数々。天然のふぐは5キロ以上に育ったもののみを使用。吟味された素材を使い、旨味を最大限に引き出す丁寧な仕事と心づくしのサービスにはファンも多い。身のしっかりとした大ぶりのふぐが堪能できるコースや、すっぽんならではの滋養たっぷりのスープは感動の味。お酒が苦手な人も飲みやすいと評判の「ひれ酒」もぜひ試したい。

### おすすめメニュー

● 天然とらふぐコース(梅)  
¥33,000~/天然すっぽん  
コース¥28,600 ▲ひるぜん  
ワイナリーのワイン(赤・白)

● 都営浅草線「東日本橋」駅A4出口より徒歩1分  
◎ 12:00~13:00/  
18:00~23:00(完全予約制)  
▲不定休 ▲14席 ■カードOK

### Google map URL



### 【東日本橋】和食

## 東日本橋 ふるとり

ひがしにほんばし ふるとり

☎ 03-3527-3425

▲ 中央区東日本橋3-9-16 パレソレイユ1F



## 鮮度バツグンの魚が自慢 気軽に通える海鮮居酒屋



毎朝豊洲市場で仕入れる選りすぐりの海鮮が自慢の居酒屋。おすすめはサワラ、ぶり、生サバなど旬の魚の刺身やランチでも食べられる豪華な海鮮丼。店主の地元岡山にない、厚切りにした刺身は食べ応えも十分。大山鶏やだし巻き卵など海鮮以外のメニューも豊富にそろっている。各地の日本酒や焼酎のほか岡山の酒店から仕入れた地酒が楽しめるのもうれしい。リーズナブルな価格と居心地の良さで昼夜問わず訪れる常連客も。

### おすすめメニュー

● 刺身盛り合わせ¥1,100  
~/海鮮丼¥1,100/大山鶏の岩焼き¥680

● 店舗情報 ● 東京メトロほか「日本橋」駅D1出口より徒歩3分  
◎ 11:30~13:15、17:00~22:30 ▲日、祝(日、祝は、完全予約制のみの営業) ▲54席 ■カードOK(VISA・マスター)

### Google map URL



### 【日本橋】居酒屋・バー

## 日本橋漁港 快海

にほんばしきょう かいかい

☎ 080-5415-4567

▲ 中央区日本橋2-16-3 日本橋ビル





## 地元で愛されて40年 手作りの 家庭料理で美味しいお酒を



豊洲市場で仕入れる新鮮な魚を使った刺身や女将さん手作りの牛すじ煮込みやメンチカツといった家庭料理が楽しめるお店。女将と息子さんの親子2人で切り盛りするアットホームな雰囲気。惹かれ長年通う常連客も。看板メニューは創業当時から続く「肉天ぶら」。味付けした豚肉をからりと揚げたジューシーでボリュームたっぷりの一品はランチメニューでも味わえる。日本酒の品ぞろえも豊富で夜はこれを目当てに訪れる人も多い。

### お薦めメニュー

●牛すじ煮込み豆腐 ¥680  
/肉の天ぶら ¥780 ●御前酒/大典白菊

●店舗情報 ●都営浅草線「高輪台」駅A2出口より徒歩3分 ●17:30~23:00 ●日祝 ●30席 ●カードOK

### Google map URL



【高輪台】居酒屋・バー  
酒飯亭にいおか  
しゅぼんていにいおか

☎ 03-3444-6228

📍 港区高輪3-7-14

岡山 松屋 食材料理 岡山 出身 企業 岡山 生活



## 旨味溢れるスープに、コリコリの食感 「かしわ」の魅力が堪能あれ



岡山のご当地ラーメン「笠岡ラーメン」は鶏ガラだしの醤油スープに煮鶏のチャーシューなど「鶏」をベースにしているのが特徴。こちらのお店では魚介とのダブルスープでさらに深みを出し、低温でじっくり仕上げた胸肉、親鳥の煮鶏の2種類のチャーシューをトッピングするなどオリジナルにアレンジ。コクのあるスープと中細のストレート麺の相性はバツグン。サイドメニューの肉汁餃子も、もちもちジューシーでおすすめ。

### お薦めメニュー

●醤油ラーメン(中盛)  
¥850/塩ラーメン(中盛)  
¥850

●店舗情報 ●日比谷線「築地」駅1番出口より徒歩3分 ●11:00~15:30(L.O. 15:00)/17:00~22:00(L.O. 21:30) ●現金のみ ●15席 ●現金のみ

### Google map URL



【築地】ラーメン  
笠岡らーめん TAKETONBO

かさおからーめん たけどんぼ

☎ 03-6264-0735

📍 中央区築地2-14-3 天羽ビル1F

岡山 松屋 食材料理 岡山 出身 企業 岡山 生活





## 古書店街に溶け込む 唯一無二の笠岡ラーメン店



地域で一番元気なお店でありたいという思いを込め名付けられた「笠岡ラーメン一元堂」は2024年、津山から東京・神保町へ2号店をオープン。明るく洗練された店内で、鳥の旨味が凝縮された珠玉の笠岡ラーメンを味わえる。イタリアンシェフであった大賀社長こだわりの出汁ベースのスープに親鳥チャーシューのコリコリした食感がマッチする。神保町店限定「鴨葱ごはん」や期間限定メニューも要チェック。

### おすすめメニュー

■ 笠岡ラーメン（醤油）  
¥890 / 笠岡ラーメン（塩）  
¥890 / 鴨葱ごはん ¥500  
■ 店舗情報 ● 東京メトロ「神保町駅」A5、A6出口より徒歩3分 ● 10:00～23:15（L.O.23:00）※なし ● 11席 〻 ペイペイのみ OK

### Google map URL



### 【神保町】ラーメン 笠岡ラーメン一元堂 神保町店

かざおからーめんいちげんどう じんぼうちようてん

岡山 岡山 岡山 岡山 岡山  
応援食材 料理 出身 企業

東京都千代田区神田神保町1-1 林ビル



## シュラン1つ星、菊乃井出身 程よくカジュアルな人気和食店



ミシュランガイド東京2020で1つ星を獲得、名門『菊乃井』の出身とくれば、期待が高まるもの。師でもある村田吉弘氏の薫陶を受けたオーナーが、「みんなの和食」をコンセプトに日本料理を提供。味は本格派でも、程よくカジュアルな雰囲気。岡山をはじめ様々な産地から届く季節の食材と真摯に向き合い、普遍的な日本料理とは何か、日本料理の本質とは何かを問いかけながら、日々研鑽している。

### 【青山一丁目】日本料理

てのしま  
てのしま

☎ 03-6316-2150

港区南青山1-3-21 1-55ビル2階

岡山 岡山 岡山 岡山 岡山  
応援食材 料理 出身 企業

### Google map URL



