

名物

元祖!お刺身階段盛り合わせ（1人前） 1980（2178）
元祖!と名の付く通り日本で一番初めに階段状にお刺身を提供したのは魚男!（2人前〜）
その日仕入れた新鮮なお魚、季節のお魚を入れた当店の名物商品です!

農園野菜のパーニャカウダ（1人前） 630（690）
その日仕入れた新鮮なみずみずしいお野菜をアンチョビやニンニクが入った自家製のソースで。下には土に見立てたパン粉とオリーブもぜひ一緒にお召し上がり下さい!

和牛の肉じゃが 630（690）
マッシュ状にした肉じゃがと上にはピーズとマヨネーズを合わせたソース。見た目もケーキ仕立て!新感覚の肉じゃがです!

揚げ湯葉と海老の腸粉 680（748）
もちもち!プルプル!台湾式クレープ。自家製の甘ダレをたっぷりつけて食べるのがオススメ。

名物!ぶーめらんからあげ【2個】 780（858）
ジュシーな手羽先の中にモチモチのおこわを入れた手羽先。 1本追加 390（429）
林檎のガリと味変で塩トリュフホイップをつけてお召し上がりください。

ー**196度冷やしトマト** 850（935）
液体窒素でトマトを瞬間冷凍!新食感のトマトを自家製の和風ドレッシングでお召し上がり下さい。

今夜も巻きます!ポーンブロス出し巻き卵 1200（1320）
平飼いの鶏が産んだこだわった卵をお客様が選んで、お客様の前で焼きます!ポーンブロスを使ったジュシーなだし巻きをぜひお召し上がりください。

炉ばた

キャラメルコーン【2個】 450（495）
芯から身を全て取って、お醤油で味付け。モチっとした食感の新しい焼きとうもろこしです。香ばしくほんのり甘い香りがフワッと広がります。

特大椎茸の天ぷら【1個】 650（715）
天ぷら粉で揚げることで独特のサクサクの食感に。炭火で香ばしく焼き上げてさらに美味しく仕上げました。

山芋醤油焼き 450（495）
青森産の山芋を炭火焼で。サクッ、ホクッ。香ばしいお醤油の香りでお酒もすすみます。

非加熱蜂蜜焼き芋バター 480（528）
甘く、しっとり食感が特徴の安納芋をエシレバターと非加熱の蜂蜜で味付け。甘いデザートを食べているような気持ちにさせるヘルシーな美味しい一品です。

とろける焼きフィレンツェ茄子 880（968）
果肉は柔らかくジュシーで甘みと旨味が強く、「世界で一番美味しい」と称される茄子
グルテンフリーのkokのある肉味噌とミネラル豊富な雪塩でお召し上がりください。

本日のお造り

本鮪 燻製醤油和え 対馬 1680（1848）
自家製の燻製醤油で味付けおります。燻製の香りが口の中に広がる、自家製燻製海苔をつけて食べるのがオススメ!

胡麻サバ 五島 1480（1628）
博多名物といったら胡麻サバ!自家製の胡麻タレで味付け。

胡麻メ鯖あて巻き 五島 4カット 1480（1628）
メ鯖とガリを合わせたあて巻き。香ばしい胡麻がアクセント。すだちを絞って召し上がるのもオススメです。

低温調理した牛タン刺し 燻製海苔で 1280（1408）
58℃で150分加熱処理しております。低温調理して、一番美味しい状態でご提供。自家製燻製海苔をつけて食べるのがオススメ!

低温調理した和牛イチボ ユッケ風 1580（1738）
58℃で150分加熱処理しております。卵黄とグルテンフリーの泡醤油ソースを絡めてお召し上がりください。

ひとまず

名物! カリフラワーのムース と生雲丹【1個】 680（748）
体に優しいオーツミルクを使ったカリフラワーのムース、生雲丹、フランス産のグランド塩とオリーブオイル。なめらかで口当たりが良い当店の名物料理です。

フォアグラを超えた! 鶏白レバーとあんぼ柿の最中【1個】 480（528）
植物性ココナッツオイルを使ったレバーパテ、和歌山産のあんぼ柿、いぶりがっこの風味とバリバリ感が良い、上品な大人の最中です。

よせゆば豆腐 700（770）
栃木県特産品!まるでお豆腐みたいな湯葉!コクがあり大豆の豊かな風味。わさび醤油と一緒に召しあがください。

フルーツマトと無花果の白和え 1080（1188）
トマトを白和えで、大豆由来のマスカルポーネ、非加熱の蜂蜜を使ったヘルシーでフレッシュな一品。箸休めにお召し上がりください。

ホーレン草のお浸しとスモークチーズ 800（880）
ほうれん草のお浸しの上に、ココナッツオイルを使用して作ったスモークタイプのチーズをこれでもか!といっぱいかけた逸品。ワインの肴におすすめです。

茄子のオランダ煮 380（418）
茄子を旨みがぎゅっと凝縮するまでポーンブロスで煮びだし。出汁までお召し上がりいただきたいほど体に優しい逸品です。

合鴨の山椒煮 680（748）
有馬山椒とポーンブロスの出汁で味付け。噛むほど鴨の旨み、山椒の辛み、爽やかな香りが口に広がります。

いちじくバターと自家製塩パウンドケーキ【1個】 380（418）
大豆バターを使ったいちじくバターと一緒に自家製米粉の塩パウンドケーキと一緒に召し上がり下さい。

いくらおろし 580（638）
新鮮な海の幸を大根おろしと合わせてサッパリと!

おかわり!焼胡麻豆腐【1個】 500（550）
※お通しでご提供致します。外はパリッと中はクリーミー。下に添えてある無添加、低糖質のゴマダレにつけてお召し上がりください。

野菜もあるよ

20種類の農園野菜のサラダ『生・揚・茹』 1500（1650）
有機野菜を『生・揚・蒸』で味わうサラダ、色とりどりの野菜で目でも音でも楽しめます!ドレッシングも自家製のすりおろした玉葱ソースを使ってこだわりました!
※ご注文頂いてからお作り致しますので、お時間頂いております。

『 スパイス香る辣油 』 コラボ企画	
	
ごくせんにも出演! 俳優 佐藤祐基監修	
スパイス香る辣油ポーンブロス鶏煮干しラーメン 1580（1738）	
魚男×巣鴨種や今村×佐藤祐基がコラボしたラーメン。	
お料理の主役になるわけではなく、あくまでもフレッシュアップ…しかし癖になり、どんどんかけたくなってくる中毒性のあるものを求めました。数十種類のスパイスが入っており、まとめてくれて調和してくれる成分が入っております。	
濃厚な鶏白湯スープと煮干しの旨味が米粉の麺とよく絡み、辣油の辛さがやみつきになる食べれば食べるほど旨味が広がります。ぜひご賞味ください。	

焼いたり、煮たり、揚げたり

黒豚焼売【2個】 680（748）
鹿児島の「黒豚」の焼売。せいろであつあつジュシーに。食感を出すためにブリッリの海老も入れてご用意しております。

烏賊とアスパラのいしるバター炒め 880（968）
大豆バター、石川県の日本を代表する魚醤「いしる」を使って炒めました。濃厚な旨味、香りが漂う一品です。

和牛すじ塩煮込み 980（1078）
牛スジをとろとろになるまでポーンブロスでじっくり煮込みました
丁寧に和風出汁と六助の塩で炊き込みました。

蟹くりいむの揚春巻き【1個】 780（858）
濃厚な蟹味噌をぎゅっと閉じ込めた春巻き。口に入れた後に、溢れ出すカニクリームが絶品。火傷にご注意ください!

海老真丈ナゲット【3個】 780（858）
海老のすり身でブリブリの食感のナゲット。お好みでミネラル豊富な宮古島の雪塩をつけるのもオススメ。

初夏の天麩羅 780（858）
旬の野菜を天麩羅で。和風出汁につけてお召し上がりいただくのがオススメです。

鱈とカリフラワーの揚げおろし 780（858）
タラをふっくら調理して、グルテンフリーのkokうまのタレと一緒に召し上がりください。

肉厚な煮穴子と蓮根饅頭の揚げ出し【1個】 980（1078）
対馬産の肉厚なふっくら穴子にしっかりとジャキジャキ食感の蓮根饅頭。濃口の醤油ときび糖で味付けしています。

「**願いが叶う**」**魚男のつくね**【1個】 780（858）
つやつやでとろとろなの目玉焼きの下にはジュシーな薩摩鶏を使ったつくね。ラカント使った自家製の秘伝ダレで味付けしています。

真鯛ときのこのチェダーホイル焼き 1480（1628）
きのこの旨味を存分に楽しめるこちらの包み焼きは、植物性のチェダーチーズ、グルテンフリーの出汁で味付け、仕上げの炙りはお客様の前で!目でも楽しめて美味しい秋の逸品です。

古処鶏の藁焼き（こうしょうどり） 1480（1628）
臭みのない締まった弾力感のある鶏肉を藁で焼き上げて、香りも楽しめるお料理です。出汁がたっぷり染み込んだ鬼おろしと一緒に召し上がり下さい。

イベリコ豚の炭火焼き トリュフ塩で 1680（1848）
イベリコ豚を塩麹で一晩じっくり漬け込んで、炭火焼きで表面はカリッと焼き上げています。トリュフ塩でお召し上がりください。

ヤバイ!ねぎタン塩 一枚 680（748）
目の前で焼きます!牛タンの歯ごたえと濃い旨みに自家製ネギダレが強烈にマッチ!こってりしすぎず、さっぱりしすぎの絶妙な肉感。

62℃ビーフ 2090（2300）
和牛とうがらし（肩甲骨の部分）を一番美味しく召し上がっていただける62℃の低温調理で仕上げました。

都立大・スズノブ特選ササニシキ米【お茶碗一杯分】

名物! 鯛茶漬け 900（990）
無添加のゴマダレと杜仲茶をかけてお召し上がりいただく名物の鯛茶漬けです。ゴマと杜仲茶の香りでホッとさせてくれるような一杯です。

イカ明太ご飯 600（660）
新鮮なイカと無化調の明太子をホカホカのご飯とともに。ご飯をおかわりしたくなること間違いなし。

UNIGIRI 茶漬け 900（990）
新鮮な雲丹とポーンブロスの出汁が染み混んだご飯のお茶漬け。メの一杯に是非お召し上がりください。

スパイス蟹カレー 600（660）
旨い蟹をたっぷり。スパイスからこだわって作り上げた香り高く、食欲をそそるカレー。

魚男丼（旨口醤油 or 胡麻タレ） 2580（2838）
新鮮なお魚を豪華に盛り付けた魚男特製の海鮮丼! ※こちらの海鮮丼は、お茶碗1杯分ではありません。

土鍋ご飯

炊き上がりまで40〜50分頂いております。二合からのご注文をお願い致します。

畑の宝石土鍋ご飯（一合） 1080（1188）
農家の朝採り野菜をふんだんに使った、初夏を楽しめる土鍋ご飯です。

銀鮭といくらの土鍋ご飯（一合） 1300（1430）
しっとりとした鮭の身とイクラ。贅沢な気持ちにさせてくれる土鍋ご飯です。

魚男の牛ご飯（一合） 2980（3278）
和牛サーロイン豪快に1枚。とうもろこしをふんだんに使った土鍋ご飯です。熱々のご飯が良質の脂をよく、吸収して編むたびにご飯と肉の旨みが口いっぱいに広がります。目の前で調理するLIVE感をお楽しみください。

味噌汁と漬物 300（330）
当店は味噌汁にもポーンブロスを使っています。ご飯のおともに、メの一杯にほっとする美味しい魚男のお味噌汁をお召し上がりください。

札幌・円山製麺の米粉麺

すだちと無花果の冷麺 1480（1628）
札幌円山製麺からオリジナルで作成した米粉の麺。ポーンブロスの出汁とすだちで甘酸っぱく、無花果の上品な甘さが食欲を唆る冷麺です。

魚男×巣鴨 麺やいま村コラボラーメン

ポーンブロス鶏煮干しラーメン 1480（1628）
2023東京ラーメンランキング2位に輝く東京 巣鴨・麺や いま村 自慢の濃厚煮干し鶏白湯に魚男自慢の米粉麺が奇跡のコラボ。濃厚な鶏白湯スープと煮干しの旨味が米粉の麺とよく絡み食べれば食べるほど旨味が広がります。ぜひご賞味ください。

罪悪感しかないスイーツ

チョコレートショップのクレープシュゼット 1200（1320）
クレープにオレンジソースを合わせたフランスの伝統的なスイーツ。お客様の前でフランベも行います。臨場感も一緒に楽しみ下さい!

罪悪感のないスイーツ

チョコレートの水羊羹 380（418）
糖質8%off
チョコレートの奥深い味わいと水ようかんの優しい甘さが調和し、口の中に涼やかな至福の美味しさが広がります。

クラシックモダンプリン 600（660）
糖質83%off
クリームにはみりんと塩を入れて、ちょっと苦めのキャラメル。なめらかな口溶けで濃厚。ずっしりとした食べ応えありのヘルシーなプリンです。

ラズベリーバスクチーズケーキ 550（605）
グルテンフリー・糖質80%off
米粉を使ったなめらかでしっとりとしたチーズケーキです。

たっぷりクリームシフォン 450（495）
グルテンフリー・糖質50%off
米粉を使ったふわふわのシフォンケーキ。罪悪感のないサッパリとクリームをたっぷりつけてお召し上がりください。

豆乳ピスタチオジェラート 450（495）
グルテンフリー・カゼインフリー
豆乳を使った自家製のジェラート。体にも優しい米粉の最中と一緒に召し上がりください。

焼き林檎のタルト ※焼き上がりまでに30分お時間頂きます。 750（825）
グルテンフリー・糖質20%off
じゅわ〜と果汁が広がる焼きリンゴのタルト。カスタードクリームにはラカント、非加熱の蜂蜜で栄養満点。

練り立てわらび餅 1000（1100）
本わらび粉100%で作る贅沢なわらび餅。目の前で仕上げて、きな粉と抹茶の2種類で、自家製の黒蜜につけてお召し上がりください。

黒蜜きな粉のかき氷 1480（1628）
糖質33%off
ふわふわのかき氷の上に、醤油みりんホイップを乗せて沖縄県産の黒糖を使った自家製の黒蜜をたっぷりかけてお召し上がりください。

※お通し代として500（550）頂戴しております。