

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!		
		
農園野菜のバーニャカウダ	1480（1628）	
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ブもぜひ一緒にお召し上がり下さい!		
		
和牛の肉じゃが	680（748）	
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!フルフル!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）	
ジュース一手羽先の中にモチモチのおこわを入れた手羽先。林檍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。	1本追加 390（429）	
		
ー 196 度冷やしトマト	880（968）	
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）	
追加トッピング +680円で明太子 +1,000円でいくら +1,500円で雲丹できます!まずは平飼い鶏が産んだこだわり卵をお選びください。あなたの為に巻きます。		
		
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。サクツ、ホクツ。香ばしいお醤油の香りでお酒もすすみます。		
		
甘〜い淡路の熟成玉葱	580（638）	
甘い!柔らかい!辛みが少ない!が特徴の熟成の玉葱。塩をかけてより甘く美味しくなる玉葱をぜひ召し上がってください。		
		
熟成紅はるかバター	480（528）	
希少な熊本西原村産の甘く濃厚な熟成紅はるか。まるでスイーツを食べているようです。		
		
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。		
		
和牛と鮮魚の肴巻き 4カット	1480（1628）	
和牛とと鮮魚を合わせたあて巻き、香ばしい胡麻とガリがアクセント。グルテンフリーのお醤油をつけて、お召し上がりください!		
		
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!		
		
尾崎牛の炙りユッケ	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ユッケ泡ソースを絡めてお召し上がりください。		

ひとまず		
		
南瓜クリーム 生湯葉と生雲丹	780（858）	
濃厚でなめらかな甘めの南瓜クリームに、とろける生湯葉と生雲丹を合わせました。南瓜クリームの甘みと雲丹のふわっと広がる旨味が絶妙に絡み、上品な前菜です。		
		
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りください。		
		
フルーツトマトとあまおう苺の白和え	1080（1188）	
あまおう苺とトマトを白和えで、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。		
		
天恵菇オイル煮<small>(てんけいこ)</small>	680（748）	
入手困難な徳島県産の天恵菇を、一番美味しい温度帯で丁寧にオイル煮に仕上げました。旨味を引き立てる「ろく助の塩」をつけてお召し上がりください。		
		
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!		
		
炙り明太子	480（528）	
皮はこんがり、中身はしっとり生のまま。博多といえば明太子!酒の肴にもってこいの逸品です。		
		
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		
		
30種類の農園のサラダ” 畑の様子”	1480（1628）	
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。		

焼いたり、煮たり、揚げたり		
		
黒豚焼売【2個】	680（748）	
鹿児島「黒豚」の焼売。せいろであつあつジュースに。食感を出すためにブリブリの海老も入れてを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	980（1078）	
大豆バター、石川県の日本を代表する魚醬『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）	
牛スジをとろっ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〜む揚春巻き【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。		
		
冬野菜の天麩羅	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。		
		
鱈と旬野菜の揚げおろし	780（858）	
タラをふっくら調理して、グルテンフリーのコクウ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とりシャキシ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。		
		
鶏と鴨の塩つくね【1個】	780（858）	
薩摩鶏と鴨を合わせたジュース で食感もコリコリ食感が病みつきに。六助の塩で味付け。ワンランク上の贅沢なつくねです。		
		
蟹の茶碗蒸し	1480（1628）	
ズワイ蟹をたっぷり使い、蟹味噌でさらに深いコクを加えた贅沢な茶碗蒸し。ふんわりとした卵の中に広がる濃厚な蟹の旨味をお楽しみください。		
		
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	1780（1958）	
イベリコ豚を塩麴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。		
		
ヤバい!ねぎタン塩【1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。		
		
牛タン煮込み	1980（2178）	
ホロホロにポーンブロスで煮込んだ牛タンは、口の中でほどける柔らかさ。山芋のさっぱりした食感が、濃厚な旨みをさらに引き立てます。		
		
尾崎牛もも肉のステーキ	2980（3278）	
尾崎牛もも肉は、宮崎県産の希少な和牛で、上品な脂と柔らかな赤身が特徴です。さっぱりとした旨味を持ち、ステーキに最適な高級食材です。		

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	650（715）	
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込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	650（715）	
ずわい蟹をたっぷり。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。		
		
魚男井（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井!※こちらの海鮮井は、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、初夏を楽しむ土鍋ご飯です。		
		
銀鮭といくらの土鍋ご飯（一合）	1400（1540）	
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、吸収して纏むたびにご飯と肉の旨みが口いっぱい広がります。		
		
味噌汁と漬物	300（330）	
当店はお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。		
		
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。臨場感も一緒にお楽しみ下さい!		
		
罪悪感のないスイーツ		
		
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。		
		
自家製ジェラート（下記の中から2種類お選びください）	780（858）	
（ブルーベリー糖質12%OFF、マンゴー糖質14%OFF、チョコ糖質33%OFF、ピスタチオ）糖質を下げた美味しさそのままの罪悪感の無いジェラートです。		
		
焼き林檍のタルト ※焼き上がりまでに40分お時間頂きます。	750（825）	
グルテンフリー・糖質20%off じゅわ〜っ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。		
		
トリニダード・トバゴ産チョコのチーズケーキ	880（968）	
糖質21%off 札幌市Bean to barチョコレート屋さん「SOIL CHOCOLETE」と共同開発したチョコレートを使用。温度帯で変わるチョコレート?チーズケーキ?を味の変化をお楽しみください。		
		
開運一期大福	980（1078）	
糖質10%off 東京西荻窪の和菓子店「越後鶴屋」と共同開発したコラガ大福。福津次世代農家のあまおう苺が丸々2つ入って、熱い思いがた〜さん詰まった大福です。		
		
あなたの為に練ります。 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。		