

【The 酒菜 1500】目次

はじめに

本書の使い方

本書でよく登場する用語

第1章 魚介の酒菜

【魚】

アイナメ

油目うに焼き（酒菜屋）

四十八目の煮つけ（志乃ぶ）

アカムツ

赤むつの煮つけ（橙）

アジ

鯯の黄身酢かけ（しる平）

なめろう（中川）

鯯の山葵和え（もり川）

鯯のナメロー（越後）

鯯の田舎叩き（いたる）

小鯯の南蛮漬け（鹿火矢）

鯯のサンガ焼き（越後）

鯯の梅干蜂蜜煮（串駒）

アナゴ

穴子と胡瓜の酢のもの（万代家）

穴子照り焼き（シンスケ）

穴子の一文字焼き（なまこ屋）

穴子の南部焼き（金田）

穴子の白焼き（志乃ぶ）

穴子の三平焼き（久昇）

穴子の山椒焼き（さの丸ゆうゆふ）

穴子の独活巻き（ぶん也）

もやしと穴子（中川）
穴子の八幡煮（酒菜屋）
穴子の胡瓜巻き（もり川）
いろいろ茸と穴子のバジル&ガーリック炒め（橙）
穴子のアーモンド揚げ（なまこ屋）
穴子と蟹の湯葉巻き揚げ（なかむら）
穴子湯葉博多揚げ（楽味）
穴子とたららの芽の天ぷら 白魚の紅梅揚げ（古都里）
穴子の天ぷら（志乃ぶ）
穴子の煮おろし（大観音）
穴子の揚げおろし（開花屋）
穴子の唐揚げガーリックソース（游山楽）
穴子としんじょの八幡巻き（淡如水）
冷し茶碗蒸し（なかむら）
寄せ穴子（ぶん也）
穴子豆腐（越後）

アマダイ

甘鯛の塩焼き（万代家）
甘鯛酒蒸し（藤乃）
甘鯛の香り蒸し（うしのほねあなざ）
甘鯛の酒蒸し（志乃ぶ）

アユ

鮎の風干し（中川）
鮎の一汐干し（いそむら）
小鮎の木の芽田楽（ぶん也）
鮎の煮浸し（大観音）
子持ち鮎の濃い汁仕立て（由庵）
鮎煎餅（和義）

アンコウ

鮫鱧唐揚げ（海浜館）

イトヨリ

いとより香草蒸し（ビストロめなみ）

いとよりの酒蒸し（楽味）

イナダ

オリエンタル・サラダ（どんじゃん）

イワシ

鰯めた（田舎家）

ひしこ鰯の酢洗い（だいこん屋）

酢め鰯（萬屋松風）

卯の花まぶし（牧水）

しらすの茗荷和え（はるばる亭）

鰯砵巻き（ふなっ子）

小鰯ユッケ（ふなっ子）

鰯奴（ふなっ子）

鰯なめろ（串駒江古田店）

鰯の芥子黄味酢がけ（笹吟）

笹さんが（泥味亭）

鰯のベーコン巻き（いそむら）

はだらのぼんぼん焼き（有薫酒蔵）

鰯のうまか棒（料理倶楽部）

つみれとごぼうのハンバーグ（うしのほねあなざ）

鰯の陶板焼き（藤乃）

鰯の明太焼き（魚山亭）

鰯のキューピー焼き（いたる）

鰯の梅干煮（魚山亭）

鰯のトマト煮（だいこん屋）

鰯の生姜煮（凧錦）

鰯の有馬煮（とひ家）

鰯の岩石揚げ（シンスケ）

鰯ゆかり揚げ（田舎家）

鰯生姜揚げ（田舎家）

鰯香り揚げ（牧水）

鰯の海苔挟み揚げ（料理倶楽部）

じゃこ天（牧水）

鰯の梅春巻（いたる）

鰯さんが揚げ（ふなっ子）

鰯南蛮漬け（ふなっ子）
鰯湯葉揚げ（ふなっ子）
鰯の梅紫蘇磯辺揚げ（たぬ吉）
おびの天ぷら（魚山亭）

イワナ

岩魚の梅煮とワイン蒸し（爐端本店）
骨酒（隠家なゝ樹）

ウナギ

鰻ざくとろろ（開花屋）
鰻肝の有馬山椒煮（大観音）
蒟と鰻肝の煮もの（だいこん屋）
鰻巻き玉子の揚げだし（笹吟）
鰻のけんちん豆腐（神田小町）
鰻豆腐（爐端本店）

エツ

えつの刺身（有薫酒蔵）

カサゴ

鬼かさごの蒸しもの（淡如水）

カジキ

ぬた（シンスケ）
かじき鮪の黄マヨネーズ焼き（串駒）

カスベ

かすべぬた（あぶらびれ）
かすべの煮凍り（あぶらびれ）
かすべ一夜干し（北〇）
かすべと大根煮（シンスケ）
えいひれの角煮（藤乃）
かすべの甘辛煮（花の木）

カツオ

鰹と豆腐の生姜醤油和え（なかむら）

鰹の皮なます（中川）

なまり節と胡瓜の酢のもの（だいこん屋）

鰹と焼き茄子の和えもの（中川）

鰹の半殺し 鰹の湯引き（だいこん屋）

鰹の叩きサラダ（赤い魚）

鰹叩き、野菜いろいろ（古都里）

鰹角煮（まえ川）

カレイ

まこ鰈の姿唐揚げ（神田小町）

カワハギ

かわはぎと菜の花の肝和え（四季音）

カンパチ

間八と野菜の春巻（笹吟）

キス

鯧の生うに焼き（ぶん也）

鯧の香り揚げ（凧錦）

キビナゴ

きびなごの刺身（魚山亭）

きび煮（有薫酒蔵）

きびなご煮（魚山亭）

キンキ

きんきかま煮（酒菜屋）

きんきの煮つけ（万代家）

ギンダラ

銀鱈西京焼き（シンスケ）

銀鱈の幽庵焼き（笹吟）

銀鱈の香味焼き（料理倶楽部）

銀鱈の辛子煮（楽太郎）

キンメダイ

金目鯛のおぼろ昆布蒸し（串駒）

クジラ

鯨の竜田揚げ（佃喜知）

クロムツ

黒むつと大根のあら煮（料理倶楽部）

ゲンゲ

げんげんぼうの煮つけ（いたる）

コイ

鯉の餃子（隠家なゝ樹）

コチ

こちのかま焼き（神田小町）

こちのすっぽん蒸し（中川）

コハダ

新子とルーコラの酢のもの（笹吟）

サーモン

チコリとサーモンのマリネ（藤乃）

サーモンといくらのサラダ（萬屋松風）

ノルディックサーモンとアボカドのタルタル（開花屋）

サーモンのさっぱり包み（橙）

魚の卵の花焼き（笹吟）

サーモンと豆腐のムース蟹餡かけ（楽太郎）

サーモンのレモンマリネ春巻（食彩工房舎人）

サケ

長芋と鮭の砵巻き（牧水）

ルイベ（あぶらびれ）

秋鮭と蕪のサラダ（由庵）

鮭の骨のドレッシング（だいこん屋）
氷頭のなます漬け（あらまさ）
へぎ鮭（田舎家）
鮭焼きもの（鮭鱒料理 あいはら）
茸と鮭のちゃんちゃん焼き（山田家）
鮭のハラス焼き（食彩工房舎人）
鮭ダンゴ（鮭鱒料理 あいはら）
北海ヤン衆豆腐鮭の山芋豆腐蒸し（風神亭）
鮭しゅうまい（鮭鱒料理 あいはら）

サバ

叩き風鯖河茸和え（和義）
×鯖（シンスケ）
×鯖のレモン風味和え（とひ家）
鯖と野菜の生春巻（游山楽）
×鯖の生海苔和え（笹吟）
胡麻鯖の刺身（有薫酒蔵）
鯖の筒煮（花舎）
鯖のメコンデルタ揚げタイ風鯖の揚げもの（風神亭）

サヨリ

細魚とカマンベールチーズのパン粉揚げ（食彩工房舎人）

サワラ

鱸の味噌漬け（まえ川）
鱸の白子焼き（四季音）
鱸の香煎焼き（久昇）
鱸の信州蒸し（金田）

サンマ

秋刀魚のさっぱりマリネサラダ（風神亭）
秋刀魚の肝のやどかり焼き（久昇）
秋刀魚の共肝焼き（笹吟）
秋刀魚のガレット（游山楽）
秋刀魚とトマトのオープン焼き（游山楽）
秋刀魚のガーリック焼き（食彩工房舎人）

秋刀魚と秋茄子の立田揚げ（橙）

秋刀魚の梅紫蘇揚げ（游山楽）

シラウオ

白魚と三つ葉の卵じめ（佃喜知）

スズキ

鱸の粒マスタードマリネ（どんじゃん）

鱸筒切り 蕎麦の実餡かけ（和義）

スッポン

すっぽん海苔和え（とひ家）

大根すっぽん（とひ家）

ソイ

そいの刺身（あらまさ）

タイ

白身魚の昆布め（万代家）

白身魚と野菜の和風サラダ（笹吟）

真鯛のカルパッチョ（開花屋）

鯛粕漬け焼き（山三）

小鯛の利休干し（金田）

白身魚の酒盗焼き（笹吟）

あぶってかも（有薫酒蔵）

冬大根と鯛潮仕立て（楽味）

鯛のあら炊き（凧錦）

鯛の南蛮漬け（藤乃）

鯛と長芋の唐揚げスイートチリソース（橙）

白身魚のあられ揚げ（笹吟）

鯛、鮑、蓮餅の薄葛仕立て（和義）

鯛の蕪蒸し（泥味亭）

鯛のワイン蒸しあさつきソース（開花屋）

小鯛のから蒸し（久昇）

タチウオ

太刀魚の焼霜造り（久昇）
太刀魚のグリーンチリ和え（開花屋）
太刀魚の南蛮（魚山亭）
太刀魚と豆腐の甘酢餡かけ（赤い魚）

タラ

鱈昆布×（ひがし北畔）
鱈の若草焼き（しる平）
鱈のブランデー風味（うしのほねあなざ）
芋棒（まえ川）

ドジョウ

どじょうの煮もの（鹿火矢）
どじょうの唐揚げ（神田小町）
どじょうの唐揚げ（志乃ぶ）

トビウオ

飛魚の叩き（だいこん屋）
つみれの笹焼き（いそむら）
飛魚の団子揚げ（神田小町）

ニシン

鯧切り込み（ひがし北畔）
身欠鯧粕漬け（ひがし北畔）
身欠鯧山椒焼き（ひがし北畔）
鯧のにんにく焼き（笹吟）
鯧焼き（さの丸ゆうゆふ）
笹筍と鯧の炊き合せ（あらまさ）
鯧田舎煮（田舎家）
鯧の有馬煮（まえ川）
鯧昆布巻き（福増屋）
独活と身欠鯧の煮もの（花の木）
月山筍と身欠鯧の味噌煮（花の木）
鯧の煮つけ（花舎）
身欠鯧の天ぷら（花の木）

ハタハタ

はたはたの味噌焼き（花の木）

はたはたの味噌煮（花の木）

ハッカク

八角の薄造り（歓）

八角の味噌焼き（江差亭）

ハモ

鱧皮酢のもの（越後）

鱧と野菜のつみれ煮（楽太郎）

鱧の香梅揚げ（いそむら）

鱧コロケ（福増屋）

鱧のおこわ蒸し（うしのほねあなざ）

ヒラマサ

ひらまさのかま焼き（神田小町）

ヒラメ

平目と独活の梅肉和え（万代家）

平目の昆布め（泥味亭）

平目の鮫肝和え（魚山亭）

平目の温刺身、柚子風味（串駒）

平目のおくら和え（金田）

白身魚のプディング（藤乃）

くつぞこ（有薫酒蔵）

フグ

ふぐ皮と焼き茄子の煮凍り（開花屋）

ブリ

京風鰯蕪（どんじゃん）

鰯の照り焼き（凧錦）

鰯かま（いたる）

鰯と大根のあら煮（越後）

ホッケ

根ボッケのつけ焼き（江差亭）

マグロ

鮪ほほ肉の叩き（游山楽）

鮪とアボカドのカルパッチョ（食彩工房舎人）

鮪の皮のポン酢（佃喜知）

生鮪と秋野菜のエスニックサラダ（橙）

鮪納豆とろろ（佃喜知）

ハイカラ 鮪の中落ちに天カス・葱・卵黄のせ（開花屋）

鮪ユッケコチジャン風味（游山楽）

葱とろのカルパッチョ（どんじゃん）

茄子と鮪のなめこ醤油（とひ家）

鮪のステーキ（大観音）

たぬ吉ハンバーグ（たぬ吉）

鮪のスペアリブ（開花屋）

鮪のかま（銀禅）

鮪のほほ肉焼き（なかむら）

めじ鮪の角煮（神田小町）

鮪の血合の竜田揚げ（萬屋松風）

鮪のほほ肉のフライ（赤い魚）

鮪の唐揚げ（食彩工房舎人）

マス

鱒の木の芽焼き（田舎家）

マナガツオ

松茸と真魚鰹の梅肉和え（和義）

ムツゴロウ

ムツゴロウの蒲焼き（有薫酒蔵）

メヒカリ

めひかりの一夜干し（なまこ屋）

めひかりの南蛮漬け（魚山亭）

ヤマベ

やまべ（あぶらびれ）

ヤマメ

山女の塩焼き（隠家なゝ樹）

山女朴葉焼き（隠家なゝ樹）

ワカサギ

わかさぎ南蛮漬け（牧水）

Column 日本酒豆知識

【貝】

アオヤギ

青柳ぬた（はまぐり）

青柳味噌叩き（佃喜知）

小柱とすじこのみぞれ（魚山亭）

小柱の揚げ餃子（はまぐり）

小柱の磯辺揚げ（風神亭）

アカ貝

赤貝と山芋の酢のもの（中川）

独活と赤貝と若布のサラダ（はまぐり）

芹と赤貝の煮浸し（中川）

アゲマキ貝

あげまき貝の塩焼き（はまぐり）

あげまき貝の塩焼き（有薫酒蔵）

アサリ

あさりと小松菜の煮浸し（神田小町）

ちょっと辛い！ あさりのピリ煮（橙）

味噌玉焼き（居乃一BAN）

あさりと高菜の炒めもの（淡如水）

あさりとほうれん草のバター炒め（萬屋松風）

あさりの酒蒸し（鹿火矢）

アワビ

鮑とクラゲの中華和え（黒船屋ルネッサンス）
鮑とうにオムレツのミルフィーユ（和義）
鮑の酒煮（万代家）
鮑の昆布煮（佃喜知）
鮑とレタスのトマトバター炒め（うしのほねあなざ）

イシカゲ貝

いしかげ貝の酢のもの（はまぐり）

イタ貝

板貝のオイル焼き（志乃ぶ）

ウミタケ貝

海たけの酢のもの（有薫酒蔵）
海たけの焼きもの（有薫酒蔵）

カキ

生岩牡蠣（魚山亭）
生牡蠣のマリネ（どんじゃん）
牡蠣と水菜の昆布ドレッシング（うしのほねあなざ）
牡蠣のオイル漬け（はるばる亭）
牡蠣の松前焼き（萬屋松風）
牡蠣の紅葉焼き（四季音）
牡蠣の朴葉焼き（四季音）
牡蠣と椎茸のしぎ焼き（風神亭）
牡蠣のグラタン（銀禅）
牡蠣の塩焼き（佃喜知）
牡蠣生姜煮（牧水）
牡蠣の桜味噌煮（おふろ）
牡蠣韓国風炒め（ピストロめなみ）
牡蠣のバター焼き（萬屋松風）
牡蠣味噌バター（佃喜知）
牡蠣のチーズ春巻（泥味亭）
牡蠣と野菜のワイン風味蒸し（串駒）

牡蠣の酒蒸し（山田家）

牡蠣豆腐（四季音）

サザエ

姫さざえのエスカルゴ風（はまぐり）

味噌さざえ（おふろ）

サザエカルゴ（海浜館）

シオマネキ

がん漬け（有薫酒蔵）

シジミ

しじみにんにく漬け（はまぐり）

タイラ貝

スモークサーモンと平貝の和風ドレッシング（ぶん也）

タニシ

田螺の味噌和え（あらまさ）

田螺田舎煮（田舎家）

ツブ貝

つぶ貝と三度豆の大和煮（牧水）

つぶ貝のブルーチーズソース焼き（游山楽）

大つぶ貝のうま煮（大観音）

トコブシ

とこぶしと大根の炊き合せ（ぶん也）

トリ貝

とり貝と三つ葉の山葵和え（だいこん屋）

バイ貝

ばい貝うに和え（はまぐり）

ばい貝ブルゴーニュ風（藤乃）

えぞばい貝のツブ焼き（江差亭）

青ばい貝の煮つけ（志乃ぶ）

ハマグリ

はまぐり昆布焼き（はまぐり）

はまぐり焼き（とひ家）

小蕪とはまぐりの炊き合せ（橙）

地はまぐりのふくさ揚げ（開花屋）

フジツボ

ふじつぼ（炉ばた）

ホタテガイ

帆立貝ととび子のサラダ（淡如水）

貝柱と大根サラダ（シンスケ）

帆立貝と京人参（どんじゃん）

帆立とアンディーブのサラダ（どんじゃん）

貝柱と茄子の胡麻ドレ（うしのほねあなざ）

生湯葉と焼き帆立貝（笹吟）

焼き帆立と大根のサラダ 梅肉ソース（橙）

帆立といかのアッラガラム和え（開花屋）

貝柱の三升漬け（游山楽）

帆立照り焼き（とひ家）

貝柱のグリル 2色ソース（料理倶楽部）

帆立の貝焼き（開花屋）

帆立バター焼き（さの丸ゆうゆふ）

帆立貝柱ガーリックバター焼き（藤乃）

貝柱大根（はるばる亭）

帆立がんもの煮おろし（しる平）

帆立貝と蓮の博多揚げ（ぶん也）

帆立貝のかき揚げ（神田小町）

帆立貝のつみれ揚げ（はまぐり）

筍と貝ひもの土佐煮（料理倶楽部）

帆立湯葉揚げ（越後）

帆立貝と蕪の菊花蒸し（淡如水）

ホッキ貝

北寄貝のカルパッチョ（どんじゃん）
北寄貝の洋風焼き（和義）
北寄貝とにんにくの芽の炒め煮（はまぐり）

ムール貝

ムール貝の香草バター焼き（游山楽）

複数の貝

煮もの盛り合せ（はまぐり）

Column 焼酎豆知識

【いか】

槍いかの刺身（歓）
いか刺身 黄身醤油がけ（萬屋松風）
いかと小松菜の真砂和え（神田小町）
麦いかの湯上げ（だいこん屋）
いかの山葵マヨネーズ和え（いそむら）
おくらといかのうに和え（牧水）
いかとおくらの梅肉和え（大観音）
あたりめの味噌漬け（萬屋松風）
ほたるいかと萱草の酢味噌和え（バードランド）
ほたるいかの酢味噌和え（田舎家）
いかミンチステーキ（いそむら）
いか浜焼き（酒菜屋）
いか丸焼きガーリックライス詰め（開花屋）
小槍いかの詰めもの 野菜入りガーリックソース（開花屋）
いかげそ腸焼き（佃喜知）
じゃが芋とするめいかの田舎煮（笹吟）
子持ち槍いかの照り煮（古都里）
里芋といかの葛煮（佃喜知）
いか墨煮（ビストロめなみ）
筍といかの北京風炒め（料理倶楽部）
するめの天ぷら（凧錦）
いかシューマイ（海浜館）

【海老】

海老と野菜の蓬味噌和え（久昇）
小海老とハーブのサラダ（游山楽）
甘海老のカルパッチョ（居乃ーBAN）
ぷりぷり海老とアボカドのサラダ（橙）
甘海老と蛸の和風サラダ（食彩工房舎人）
甘海老のペペロンチーネ（開花屋）
赤座海老の塩焼き（赤い魚）
海老のガーリックオイル焼き（游山楽）
ぼたん海老焼き（歎）
海老とアスパラのチーズ煮（おふろ）
桜海老のおから煮（とひ家）
車海老と青梗菜のマヨネーズ炒め（食彩工房舎人）
小海老とセロリとじゃが芋のきんぴら（笹吟）
海老とブロッコリーの塩炒め（食彩工房舎人）
小海老と春雨のさっぱり炒め（風神亭）
海老野菜炒め（牧水）
海老の蓑揚げ（しる平）
海老しんじょ揚げ（シンスケ）
さつま芋と海老しんじょ射込み揚げ（和義）
海老とアボカドの春巻（風神亭）
海老すり身湯葉包み揚げ（楽味）
海老のアーモンド揚げ（楽太郎）
海老寿司揚げ（越後）
海老とオランダザヤの挟み揚げ（開花屋）
京芋と車海老の柚子味噌（笹吟）
手毬しんじょ 青梗菜包み（橙）
小海老の桜蒸し（ぶん也）

【蟹】

毛蟹（歎）
とら蟹（魚山亭）
ずわい蟹と胡瓜の酢のもの（魚山亭）
蟹となめこのみぞれ和え（牧水）
蟹とトマト（どんじゃん）
サラダの海苔巻き（料理倶楽部）

蟹とブロッコリーのサラダ（楽味）
蟹とくらげの胡麻酢和え（四季音）
アボカドと蟹の生春巻（橙）
ずわい蟹の和風グラタン（泥味亭）
蟹マヨネーズのバゲットグラタン（うしのほねあなざ）
生たらば焼き（さの丸ゆうゆふ）
蟹のみぞれ焼き（江差亭）
蟹味噌グラタン（いたる）
蟹爪とアボカドのグラタン（游山楽）
蟹玉（志乃ぶ）
蟹と豆腐の餡かけ（おふろ）
ずわい蟹のガーリック風（赤い魚）
蟹の新引揚げ（ぶん也）
蟹の甲羅揚げ（しる平）
蟹の奉書揚げ（金田）
蟹味噌の一口コロケ（久昇）
蟹の蓑揚げ（北〇）
男爵の蟹包み揚げ（銀禅）
蟹しんじょの湯葉包み揚げ（おふろ）
ソフトシェルクラブ 吉野葛揚げ（橙）
蟹の素しゅうまい（久昇）

【蛸】

久里浜蛸サラダ（シンスケ）
蛸の中華風（ビストロめなみ）
蛸と春菊のさっぱり和え（風神亭）
蛸サラダ（酒菜屋）
揚げニューヨークと蛸の諸味噌和え（久昇）
焼き蛸のしば漬和え（笹吟）
蛸となっばのパリパリサラダ（開花屋）
活蛸の三色和え（笹吟）
蛸と鮭のマリネ茸と大根と人参のなます（爐端本店）
蛸網焼き（さの丸ゆうゆふ）
蛸と里芋煮（シンスケ）
蛸の柔らか煮（ぶん也）
活蛸の柔らか煮（山田家）

飯蛸の炒め煮 白独活（古都里）
蛸と干大根中華風煮（とひ家）
アボカドと活蛸の炒め（うしのほねあなざ）
蛸の天ぷら（神田小町）
蛸のイタリア風揚げ（どんじゃん）
蛸ボール（凧錦）
蛸の唐揚げ（銀禅）
蛸のとろろ揚げ（おふろ）
蛸の唐揚げ 抹茶風味（食彩工房舎人）

ホヤ

生ほやの刺身（あらまさ）
ほやと蓮根の和えもの（笹吟）
ほや沢煮（久昇）

ワケ

わけ（有薫酒蔵）

Column 【専門店の技術】 おでん（稲垣）

【すり身】

ハンペン塩辛焼き（越後）
包饅煮（江差亭）
さつま揚げ（なかむら）
自家製さつま揚げ（大観音）
自家製さつま揚げ（すいか）
自家製さつま揚げ（佃喜知）
自家製さつま揚げ（由庵）
たぬ吉コロッケ（たぬき）
北陸団子（いたる）
あさりさつま揚げ（越後）
しめじ饅頭（黒船屋ルネッサンス）
和風しゅうまい（しる平）

【複数の魚介】

魚とトマトのカルパッチョ風サラダ（串駒）

季節魚の中華風お刺身サラダ（橙）
カラーピーマンの海鮮サラダ パプリカソース（食彩工房舎人）
たぬ吉サラダ（たぬ吉）
漁師サラダ（串駒江古田店）
ばくだん（開花屋）
魚介サラダ（酒菜屋）
シーフードのマリネ（家鴨長屋）
大誠サラダ（大誠）
団子（有薫酒蔵）
柿釜チーズ焼き（和義）
海の幸のグラタン（なかむら）
海の幸の朴葉焼き（なかむら）
貝づくしの鉄板焼き（和義）
海の幸のグラタン（楽味）
干し物盛り合せ（由庵）
おでん（有薫酒蔵）
鱈とうにと蟹包み ライスペーパー揚げ（和義）
小魚のフリット カポナータソース（開花屋）
骨煎餅（有薫酒蔵）
柚子釜蒸し（四季音）
海鮮茶碗蒸し（淡如水）
北海包み蒸し（和義）
和義風茶巾絞り（和義）

第2章 肉・卵・乳製品の酒菜

【鶉・鴨】

丸

うずら焼きとり（ビストロめなみ）

胸肉

合鴨の叩き（なまこ屋）
スモーク鴨と焼き玉葱のサラダ（串駒）
スモーク鴨と茄子のサラダ（由庵）
筍と合鴨の木の芽焼き（ぶん也）
合鴨と葱の陶板焼き（なかむら）

合鴨の串焼き（なまこ屋）
合鴨ロース（泥味亭）
合鴨汐焼き（神田小町）
合鴨ロースの味噌漬け焼き（有薫酒蔵）
鴨つくねの杉板焼き（開花屋）
鴨ロースの葱巻き（もり川）
合鴨の北京ダック風（由庵）
合鴨のアスパラ巻き（佃喜知）
鴨ロース（中川）
鴨の治部煮（しる平）
合鴨ロース治部煮（藤乃）
合鴨の治部煮椀（四季音）
鴨葱豆腐（おふろ）
合鴨と山芋の炊き合せ（爐端本店）
合鴨と茄子の炒めもの（笹吟）
合鴨の竜田揚げ（なまこ屋）
鴨白ロース 合鴨の蒸しもの（しる平）

【牛】

モモ肉

牛肉の叩き（大観音）

ロース肉

牛肉のしゃぶしゃぶサラダ（なかむら）

モモ肉

牛肉の叩き すぐき漬け和え（うしのほねあなざ）

イチボ肉

牛叩き（万代家）

牛肉（部位指定なし）

霜降り牛と山独活のサラダ（どんじゃん）

五色サラダ（牧水）

牛肉じゃが芋（越後）

牛肉とごぼうの田舎煮（神田小町）

肉葱（福増屋）

ヒレ肉

牛肉と牡蠣のソテー エシャロットソース（串駒）

スジ肉

どて焼き（山三）

新じゃがと牛すじの煮もの（楽味）

夏大根と牛すじの煮込み（だいこん屋）

大根牛すじ煮（おふろ）

牛すじのコチュジャン煮（どんじゃん）

牛すじの煮込み（鳳仙花）

牛すじ韓国風（串駒江古田店）

牛すじ肉シチュー（ビストロめなみ）

バラ肉

牛バラ肉の紹興酒煮ポテトソース（串駒）

牛カルビの山葵煮（開花屋）

和風スペアリブ（串駒江古田店）

牛肉の朴葉焼き（大誠）

牛カルビと大根の炊き合せ（どんじゃん）

タン

牛舌サラダ（銀禪）

牛舌といんげんのサラダ（泥味亭）

牛舌ガーリックバター焼き（大誠）

牛舌と洋梨のソテー（串駒）

黒牛舌の塩漬け焼き（萬屋松風）

柔らか牛舌西京漬け焼き（久昇）

牛舌の串焼き（銀禪）

牛舌の味噌漬け焼き（由庵）

牛舌の塩釜焼き（風神亭）

牛舌の白味噌煮（爐端本店）

牛舌の和風シチュー（ぶん也）

牛舌の角煮（山田家）

モツ

牛もつ煮込み（大観音）
牛もつのスパイス煮込み（游山楽）
ミノの唐揚げ（福増屋）
煮込み（鳥芳）

挽き肉

はるばるタコス（はるばる亭）
ガンジー春巻（料理倶楽部）
挽き肉と春雨のサラダ（楽味）
肉団子の湯葉包み蒸し（淡如水）
南瓜の肉詰め蒸し カレー風味（淡如水）
牛肉コロケ（なかむら）
揚げビーフンと挽き肉のレタス包み（酒菜亭）

【鶏】

ササ身

ささ身と大根の醤油締め（オンドリ）
ささ身の昆布の山かけ（オンドリ）
地鶏ささ身の叩きサラダ 梅肉ドレッシング（食彩工房舎人）
青とうとささ身の芥子醤油和え（笹吟）
ほうれん草のささ身巻き（笹吟）
鶏叩き（しる平）
山かけ（なかむら）
ささ身の花山葵和え（バードランド）
ささ身の梅紫蘇焼き（バードランド）
ささ身の風干し（バードランド）
筍とささ身の木の芽焼き（なかむら）
鶏ささ身の田楽味噌焼き（食彩工房舎人）
鶏ささ身ハーブバター焼き（串駒）
ささ身の明太巻き（魚山亭）
栗とささ身の湯葉巻き揚げ（橙）
ささ身のゼラチン寄せ（オンドリ）
ささ身の寄せうに（オンドリ）
ささ身のそぼろ胡麻豆腐（オンドリ）

胸肉

若鶏胡麻酢和え（しる平）
南部地鶏の朴葉焼き（由庵）

モモ肉

蒸し鶏 おろしポン酢（古都里）
若鶏のマスタードサラダ（游山楽）
鶏の唐揚げサラダ（楽味）
地鶏の叩き（魚山亭）
鶏の柚香漬け（オンドリ）
鶏肉のくわ焼き（魚山亭）
鶏の照り焼きと煎り玉子（藤乃）
地鶏の味噌漬け焼き（おふろ）
鶏もも肉焼き 野菜ソース（串駒）
タンドリーチキンのオープン焼き（大誠）
地鶏の香草串焼き（開花屋）
鶏もも肉のガランティーヌ（うしのほねあなざ）
地鶏の煮込み（とひ家）
無責任風ホットチキン 鶏もも肉のカレー煮込み（風神亭）
軍鶏の赤ワイン煮（バードランド）
がめ煮（有薫酒蔵）
ちきん南蛮（魚山亭）
若鶏の竜田揚げ（なかむら）
地鶏と大根の水炊き風（おふろ）
地鶏の辛唐揚げ（銀禅）

丸

一ぱんどり（居乃ーBAN）

手羽

手羽先のポン酢和え（オンドリ）
手羽先の揚げ焼き（なかむら）
手羽元の酢炊き（風神亭）
鶏手羽先の紹興酒煮（淡如水）
鶏手羽南蛮揚げ（なまこ屋）

皮

軍鶏皮の二杯酢（バードランド）

挽き肉

自家製つくね（大観音）

鳥のつくね焼き（万代家）

鳥肉団子（越後）

秋野菜とつくねの蒸し煮（なかむら）

鶏そぼろのかわり揚げ（魚山亭）

鶏饅頭（なまこ屋）

鶏つくねの野菜餡かけ（なかむら）

おろし蓮根の鶏肉包み蒸し（いそむら）

南瓜と鶏のつくね饅頭（楽太郎）

鶏のそぼろチーズ寄せ（オンドリ）

くびき

くびきの南蛮揚げ（オンドリ）

砂肝

砂肝生刺（魚山亭）

砂肝の辛煮（バードランド）

砂肝の中華煮（風神亭）

レバー

鶏もつ煮（花舎）

レバー田舎焼き（田舎家）

ポテトレバー（泥味亭）

自家製レバーのパテ（バードランド）

軟骨

鶏の軟骨のピリカラ揚げ（とひ家）

Column [専門店の技術] やきとり（バードランド）

【馬】

馬刺（有薫酒蔵）

信州刺身盛り合せ（隠家なゝ樹）

桜もつ煮（隠家なゝ樹）

【豚】

豚肉（部位指定なし）

冷肉しゃぶ（山三）

豚肉と茸のサラダ（食彩工房舎人）

ロース肉

冷し豚しゃぶ（なかむら）

豚ロースのスパイス焼き（串駒）

豚肩ロースのミソっかす焼き（風神亭）

黒豚岩塩焼き（はるばる亭）

和風チャーシュー（しる平）

和風チャーシュー（おふろ）

葱豚（游山楽）

ヒレ肉

豚ヒレ肉のリンゴ風味焼き（串駒）

モモ肉

自家製ソーセージ2種（ビストロめなみ）

豚キムチ（凧錦）

バラ肉

豚ばら肉と白菜の重ね煮（しる平）

キャベツのあっさり肉じゃが（風神亭）

ラフテー（おふろ）

豚の角煮（大観音）

黒豚の角煮（食彩工房舎人）

黒豚の角煮（酒菜亭）

焼豚（まえ川）

豚肉と大根のゆっくり煮（黒船屋ルネッサンス）

サラダ風角煮（楽太郎）

肉じゃが（さの丸ゆうゆふ）

新じゃが豚ばら炒め（はるばる亭）

豚骨醤油煮（魚山亭）
日の出南京（魚山亭）
豚肉と筍のレタス包み（淡如水）
キムチと豚肉のサラダ（料理倶楽部）
豚ばら肉唐揚げ（ぶん也）
豚ばらと豆腐の豆鼓蒸し（風神亭）
スペアリブの中華風蒸しもの（淡如水）

挽き肉

和風肉味噌サラダ（なかむら）
巻かないキャベツ（開花屋）
菊花しゅうまい（なまこ屋）
スンデ（自家製韓国式腸詰め）（鳳仙花）

血

血のソーセージ（ビストロめなみ）

レバー

ちむ（おもろ）

耳

ミミガー（おもろ）

尾

豚尾（おもろ）

加工品

ソーセージのパイ巻き揚げ（家鴨長屋）
長芋と菜の花の生ハム巻き（開花屋）

【羊肉】

ラム山椒焼き（ビストロめなみ）

【卵】

そぼろ玉子と味噌漬け大根炒め和え（和義）
温度玉子（バードランド）

冷やし温泉玉子（楽味）
出汁巻き玉子（ぶん也）
の焼き玉子（中川）
玉子焼き（鹿火矢）
たくあんの厚焼き玉子（風神亭）
イタリアンオムレツ（大誠）
キムチの厚焼き玉子（楽太朗）
蛸のオムレツ 赤ピーマンソース（串駒）
鰻入り厚焼き玉子（食彩工房舎人）
秋刀魚の玉子巻き（すいか）
ほうれん草と茸のオムレット（居乃一BAN）
鶏のささ身と野菜の薄焼き玉子巻き（食彩工房舎人）
蟹と帆立の玉子焼き（酒菜亭）
すきやき玉子焼き（久昇）
由庵風オムレツ（由庵）
納豆オムレツ（たぬ吉）
じゃが芋のスペイン風オムレツ（游山楽）
豆腐オムレツ（うの花）
姫皮とさやえんどうの玉子とじ（だいこん屋）
土筆の玉子とじ（泥味亭）
いんげんと茗荷の玉子とじ（だいこん屋）
豆腐玉子とじ（うの花）
黒豚の柳川風（とひ家）
梅蒸し（まえ川）
とっくり蒸し（うの花）
玉葱の茶碗蒸し ブロッコリー餡かけ（串駒）
大胆な銀禅蒸し うに（銀禅）
茶碗蒸し（北〇）
山菜茶碗蒸し（あらまさ）

【乳製品】

牛乳

衛生豆腐揚げ三色田楽（久昇）

チーズ

クリームチーズとくるみ（どんじゃん）

モッツアレラと三つ葉の和えもの（おふろ）
焼きカマンベール（どんじゃん）
酒盗とパルメザンのフォカッチャ（どんじゃん）
チーズフォンデュ（どんじゃん）
モッツアレラチーズ入り 手作りコロッケ（家鴨長屋）
カマンベールのクレープ包み ホイチゴソース（黒船屋ルネッサンス）
カマンベール揚げ（海浜館）
チーズの茶巾揚げ（神田小町）
クリームチーズ豆腐（橙）

Column 【専門店の技術】 串揚げ（はん亭）

第3章 野菜の酒菜

【野菜】

アシタバ

明日葉の旨だし（なまこ屋）

アスパラガス

アスパラガスのアーモンド和え（しる平）
アスパラガスの落花生味噌かけ（泥味亭）
アスパラガスと焼き椎茸の胡麻クリームがけ（串駒）
アスパラガスサラダ（万代家）
アスパラガスバジル（福増屋）
アスパラの胡麻だれかけ（なかむら）

甘長唐辛子

唐辛子とじゃこの煎り煮（まえ川）
甘長唐辛子の煮つけ（花舎）

イチジク

無花果の風呂吹き（しる平）

イモガラ

芋がら田舎煮（ひがし北畔）

イワタケ

岩茸の酢のもの（隠家なゝ樹）

ウメ（梅干含む）

梅叩き（しる平）

まりも梅（しる平）

エゴ海苔

えご（田舎家）

エノキダケ

えのき茸とベーコンのチーズ焼き（酒菜亭）

エビイモ

海老芋の鴨巻き焼き（開花屋）

海老芋揚げだし（ビストロめなみ）

海老芋と銀杏の唐揚げ（四季音）

海老芋の吹き寄せ（四季音）

オキウト草

おきうと（有薫酒蔵）

カイワレ菜

だん菜（有薫酒蔵）

カキ

柿の白和え（魚山亭）

柿と蒟蒻の白和え（由庵）

柿とアスパラガス 豆腐ソース（串駒）

カブ

蕪と蓮根の柚子甘酢漬け（笹吟）

蕪の柚子味噌（魚山亭）

蕪桜煮（だいこん屋）

蕪スープ（ビストロめなみ）

京蕪の蟹餡かけ（四季音）

蕪蒸し（凧錦）

蕪と大和芋のムース（橙）

カボチャ

南瓜とさつま芋の芥子マヨネーズ和え（とひ家）

南瓜のクリームサラダ（游山楽）

南瓜サラダ（佃喜知）

南瓜不思議焼き（越後）

南瓜煮（凧錦）

南瓜饅頭（魚山亭）

南瓜の冷製（開花屋）

南瓜の唐揚げ（大誠）

南瓜の蒸しもの（泥味亭）

南瓜と茄子のミルフィーユ（大誠）

南京豆腐（四季音）

菊花

菊花の酢のもの（山三）

もってのほか（花の木）

菊白和え（酒菜屋）

キュウリ

胡瓜もみ（いそむら）

胡瓜の叩き（久昇）

ギンナン

銀杏の塩煎り（魚山亭）

銀杏の鶏味噌田楽（オンドリ）

揚げ銀杏（橙）

銀杏の包み揚げ（金田）

クワイ

芽くわいの素揚げ（おふろ）

ゴーヤ

ゴーヤチャンプルー（おもろ）

苦瓜の味噌炒め（魚山亭）

ゴボウ

信楽和え ごぼうの木の芽味噌和え（中川）

新ごぼうの胡麻和え（バードランド）

ごぼうサラダ（いそむら）

叩きごぼう（まえ川）

新ごぼうの酒煮（だいこん屋）

ごぼうのカレー風味煮（風神亭）

ごぼうのきんぴら（中川）

きんぴらごぼう（花の木）

叩きごぼうのきんぴら（牧水）

揚げごぼうのカレー餡（はるばる亭）

ゴマ

胡麻豆腐の茶巾包み（橙）

コマツ菜

小松菜と若布の柚子風味和え（おふろ）

小松菜と新生姜のナムル（開花屋）

青菜ナムル（鳳仙花）

昆布

昆布の山椒煮（だいこん屋）

昆布煮（凧錦）

クーブイリチ（おもろ）

メカブ酢（酒菜屋）

ササゲ

ささげの胡麻よごし（花舎）

サツマイモ

さつま芋と干柿のサラダ（おふろ）

サトイモ

田楽（隠家なゝ樹）

里芋の含め煮（だいこん屋）

里芋の煮もの（鹿火矢）

里芋の磯餡かけ（開花屋）

里芋豆腐餡かけ（串駒江古田店）

里芋の胡麻風味煮込み（志乃ぶ）

芋煮会（炉ばた）

里芋の揚げだし（神田小町）

里芋の炒りだし（大観音）

小芋の唐揚げ（まえ川）

里芋の揚げだし なめこおろし（串駒）

里芋のクリームチーズコロッケ（食彩工房舎人）

里芋コロッケ（おふろ）

里芋の満月蒸し（金田）

芋饅頭と白玉葛餡かけ（笹吟）

里芋豆腐（越後）

シイタケ

焼き椎茸の柚子おろし（だいこん屋）

焼き椎茸（佃喜知）

椎茸饅頭（料理倶楽部）

椎茸の肉詰め餡（うしのほねあなざ）

椎茸三笠揚げ（久昇）

椎茸の変わりしゅうまい（風神亭）

椎茸しゅうまい（魚山亭）

シシトウ

辛子味噌（金田）

シメジタケ

焼きしめじのうに和え（笹吟）

茸とカリカリペーコンサラダ（家鴨長屋）

本しめじバター（越後）

鰯の茸挟み揚げ（うしのほねあなざ）

ジャガイモ

新じゃがのカレー和え（だいこん屋）
新じゃがのバター和え（だいこん屋）
じゃが芋とアンチョビのサラダ（バードランド）
芋サラダ（鹿火矢）
ポテトサラダ（大観音）
アボカド入りポテトサラダ（はるばる亭）
チーズ風味のシャキシャキじゃが芋（橙）
鱈子バターポテト（うの花）
新じゃが甘辛煮（だいこん屋）
新じゃがの揚げ煮（いそむら）
さやいんげんとじゃが芋のベーコン煮（串駒）
ポテト餅磯辺風（うの花）
ポテトのピザ（うの花）
ポテトチヂミ（鳳仙花）
マッシュポテト ミートソース焼き（游山楽）
じゃが衛門（山田家）
じゃが芋とベーコンのまったり炒め（風神亭）
揚げだしポテト（うの花）
新じゃがの素揚げ チーズ風味（おふろ）
ガーリックコロケ（游山楽）
芋餡かけ（越後）
ポテトの蛸焼き風（うの花）
じゃが芋饅頭（ひがし北畔）

シュンギク

春菊と干椎茸の胡麻和え（なかむら）
春菊としめじのあったかサラダ（橙）

ショウガ

谷中生姜（神田小町）
肉にくるまった新生姜のフリッター（いそむら）

シロ菜

菜っ葉の炊いたん（凧錦）

ジンバソウ

神馬藻（田舎家）

ズッキーニ

アスパラ・ズッキーニ・おくらの炒めもの（風神亭）

スナックエンドウ

スナックエンドウのピーナッツ炒め（開花屋）

セリ

芹のお浸し（楽味）

ソバ粉

蕎麦コロッケ（隠家なゝ樹）

蕎麦豆腐（隠家なゝ樹）

蕎麦がき（隠家なゝ樹）

ソラマメ

パイバイカルゴ（いたる）

そら豆の醤油焼き（酒菜亭）

大根

大根サラダ（四季音）

大根しらすサラダ（山田家）

煮大根（だいこん屋）

大根の味噌そばろ餡かけ（なかむら）

大根煮（泥味亭）

大根のあっさり鶏スープ煮（風神亭）

風呂吹き大根（四季音）

大根と厚揚げの田舎煮（古都里）

田舎大根（佃喜知）

大根と貝柱のチーズクリーム焼き（游山楽）

切干大根（凧錦）

切干大根（神田小町）

菜の花と鱈子の大根パスタ（食彩工房舎人）

大根餅（ビストロめなみ）

タケノコ

- 筍の刺身（あらまさ）
- 新筍醤油焼き（酒菜亭）
- 筍土佐煮（とひ家）
- 筍と湯葉の八方煮（古都里）

玉ネギ

- しめじと玉葱蒸し（越後）

朝鮮ニンジン

- 朝鮮人参の天ぷら（銀禅）

トウガン

- 冷し冬瓜（だいこん屋）

トウモロコシ

- トウモロコシのコーン焼き（江差亭）
- もろこし揚げ（もり川）

トマト

- 橙風フルーツトマトサラダ（橙）
- トマトの野菜詰め焼き（串駒）
- トマトとモッツアレラの重ね焼き（游山楽）

トンブリ

- とんぶりとろろ（あらまさ）
- とんぶり大根（あらまさ）
- とんぶりサラダ（あらまさ）
- とんぶり南瓜（あらまさ）
- とんぶり奴（あらまさ）
- とんぶりおろし（萬屋松風）

長イモ

- 長芋の利休焼き（由庵）
- 長芋のピリカラ揚げ（おふろ）

長ネギ

富士和え 長葱の白和え（中川）

ナス

茄子レモン浸しクリームかけ（和義）

茄子素麺（しる平）

茗荷と茄子と胡瓜の塩もみ（だいこん屋）

茄子の手巻き風（うしのほねあなざ）

焼き茄子（だいこん屋）

長茄子の焼きもの（有薫酒蔵）

茄子のサラダと茗荷のピクルス（爐端本店）

茄子のバスケット（いそむら）

挟み茄子とパスタのチーズ焼き（黒船屋ルネッサンス）

賀茂茄子のピザ風（うしのほねあなざ）

焼き茄子の生ハム巻き（笹吟）

焼き茄子の浅蜷酢味噌がけ（久昇）

米茄子肉詰めチーズ焼き（海浜館）

米茄子の味噌チーズ焼き（北〇）

茄子の油煮（佃喜知）

茄子の田舎煮（だいこん屋）

茄子のそぼろ煮（すいか）

茄子味噌炒め（福増屋）

賀茂茄子の二色田楽（なかむら）

賀茂茄子と三種のクリームかけ（和義）

茄子の田楽（大観音）

茄子の炒りだし（大観音）

茄子の納豆挟み揚げ（しる平）

茄子の山かけ（魚山亭）

茄子のみぞれ浸し（萬屋松風）

茄子餃子（牧水）

茄子餃子（凧錦）

茄子の揚げだし葱ソース（料理倶楽部）

賀茂茄子田楽（まえ川）

賀茂茄子揚げだしみぞれがけ（古都里）

蒸し茄子の胡麻醤油（游山楽）

焼き茄子の利休寄せ（風神亭）

菜ノ花

菜の花の芥子和え（古都里）

ナメコ

なめこおろし（鹿火矢）

ニンニク

揚げにんにく（越後）

海苔

錦木（久昇）

莫大海

莫大海饅頭（和義）

ハマボウフウ

防風の酢味噌和え（あぶらびれ）

ピーマン

ピーマンの肉詰め（なかむら）

じゃこピーマン炒め（はるばる亭）

ヒジキ

ひじきと季節野菜の和風サラダ（橙）

ひじき（胤錦）

麩

生麩の揚げだし（まえ川）

蓬饅頭（ぶん也）

フクロダケ

袋茸のぴりぴり焼き（大誠）

ホウレン草

ほうれん草カリカリベーコン（ビストロめなみ）

胡麻和え（シンスケ）

ほうれん草の生海苔和え（だいこん屋）

ほうれん草と菊菜のお浸し（まえ川）

ほうれん草のお浸し（凧錦）

ほうれん草バジル（福増屋）

干ガキ

干柿のサワークリーム和え（泥味亭）

マイタケ

舞茸と菊菜のお浸し（橙）

舞茸のきんぴら（中川）

舞茸のバター焼き（萬屋松風）

舞茸の包み焼き（江差亭）

舞茸焼き（炉ばた）

舞茸の土瓶蒸し（あらまさ）

マツタケ

松茸の天ぷら（山田家）

松茸の土瓶蒸し（笹吟）

三ツ葉

三つ葉とえのきのお浸し（楽味）

ムカゴ

むかご（笹吟）

モズク

すぬい（おもろ）

もずくの酢のもの寒天寄せ（由庵）

餅

揚げだし餅花（牧水）

餅野沢菜揚げ餃子（楽太郎）

キムチと餅の春巻（料理倶楽部）

納豆餅（花舎）

おろし餅（花舎）

秋の茸入りのおろし餅（居乃一BAN）

モヤシ

マーミナチャンプルー（おもろ）

山イモ

山芋織切り（越後）

生うにつらら和え（あらまさ）

大和かん（中川）

山芋、人参、胡瓜の胡麻だれ和え（藤乃）

山芋葱焼き（牧水）

山芋の葱焼き（由庵）

とろろの巾着揚げ（楽太郎）

大和芋のコロッケ橙風（橙）

大和芋変わり揚げだし（越後）

ユリネ

百合根の梅肉和え（凧錦）

百合根の白煮（金田）

百合根饅頭の餡かけ（うしのほねあなざ）

百合根とコーンのコロッケ（どんじゃん）

落花生

ゆで落花生（淡如水）

地豆腐（おもろ）

ラッキョウ

らっきょうと茗荷の和えもの（中川）

レタス

レタスとじゃこの炒めもの（おふろ）

レンコン

新蓮と新柚子の和えもの（中川）

蓮根のサラダ（おふろ）

蓮根ステーキ（福増屋）
ハスのお好み焼き（赤い魚）
蓮根の明太子入れ込み揚げ（魚山亭）
蓮根饅頭（楽味）
蓮根の饅頭（楽太郎）
蓮根の俵揚げ（なかむら）
蓮根の挟み揚げ（なかむら）
蓮根の挟み揚げ（料理倶楽部）
蓮根のクロックムッシュ揚げ（風神亭）

ワカメ

にんにく若布炒め（はるばる亭）

複数の野菜

明太子と大根のサラダ（萬屋松風）
蒸し野菜の盛り合せ（淡如水）
温野菜のサラダ（とひ家）
茸サラダ（ビストロめなみ）
茸と豆のサラダ（爐端本店）
吹き寄せ胡麻和え（金田）
炊き合せ 筍、独活、蒟（だいこん屋）
夏野菜の炊き合せ（だいこん屋）
山里煮（藤乃）
韓国風野菜の煮込み（とひ家）
おでん（まえ川）
のっ平（田舎家）
野菜きんぴら（とひ家）
筑前煮（橙）
道楽炒め（黒船屋ルネッサンス）
和風春巻（神田小町）
舞茸と野菜の天ぷら（楽味）

【山菜】

アケビ

あけびの味噌ころばし（久昇）

ウド

独活の煎り煮（中川）
独活と茶蕎麦のサラダ風（風神亭）

ジュンサイ

蓴菜（あらまさ）

ジョウネンボウダケ

アルプスじょうねんぼう茸のソテー（とひ家）

セリ

芹、しめじ、葛切りの煮浸し（楽味）

ゼンマイ

ぜんまい田舎煮（田舎家）
ぜんまいと白滝の煮もの（花の木）

フキ・フキノトウ

蕨の梅煮（風神亭）
新蕨の青煮（楽味）
蕨のとう味噌（あらまさ）
蕨のとう当座煮（ひがし北畔）
蕨の葉とじゃこの煎り煮（中川）

ワサビ

葉わさびの醤油漬け（食彩工房舎人）

複数の山菜

摘み菜づくし（泥味亭）
山菜の盛り合せ（あらまさ）
山菜盛り合せ（田舎家）
季節野菜の炊き合せ（なまこ屋）
山菜の天ぷら（あらまさ）

【加工品】

油アゲ

油揚げの袋焼き（なかむら）
油揚げの薄皮ピザ風（風神亭）

オカラ

おから（料理倶楽部）
きらず（有薫酒蔵）
おからイリチ（おもろ）
おから（山三）
おからのコロッケ（料理倶楽部）
手作りコロッケ（由庵）
おから茶巾（越後）

コンニャク

蒟蒻の刺身（淡如水）
蒟蒻（串駒）
蒟蒻の白和え（凧錦）
蒟蒻ステーキ（淡如水）
蒟蒻の辛煮（萬屋松風）
ピリット蒟蒻（凧錦）
白滝のきんぴら（花舎）

大豆

豆と若布の炊いたん（まえ川）

豆乳

天つき豆腐（うかい）
土筆入り胡麻豆腐（久昇）

豆腐

豆腐カナッペ（いたる）
キムチ冷奴（すいか）
唐津ザル豆腐（海浜館）
豆腐サラダ（たぬ吉）
豆腐サラダ（鳳仙花）
韓国風冷奴（どんじゃん）
納豆豆腐（うの花）

梅酢奴（うの花）
豆腐サラダ（うの花）
山かけ豆腐（うの花）
アボカド豆腐（うの花）
敷豆腐（暁亭）
豆腐（串駒）
豆腐（金田）
変わり奴豆腐（あらまさ）
中華風冷奴（なかむら）
厚焼き豆腐（中川）
豆腐ハンバーグ（うの花）
豆腐のお好み焼き（うの花）
豆腐のピザ風（うの花）
豆腐グラタン（うの花）
青紫蘇包み焼き（うの花）
土佐豆腐（うの花）
豆腐の陶板焼き（藤乃）
豆腐ステーキ（凧錦）
豆腐ステーキ（うの花）
豆腐ステーキカレー味（うの花）
木綿豆腐と胡桃の蒲焼き（食彩工房舎人）
煮奴（なかむら）
焼豆腐（暁亭）
めおと炊き（凧錦）
くずし豆腐（はるばる亭）
けんちん（凧錦）
豆腐の土佐揚げ（なかむら）
豆腐揚げ団子（牧水）
揚げだし豆腐（萬屋松風）
鴨入り揚げだし豆腐（楽味）
揚げだし五目餡かけ（うの花）
豆腐のチーズ挟みフライ（うの花）
豆腐の播磨揚げ（料理倶楽部）
豆腐の春巻（うの花）
飛竜頭（銀禅）
釜揚げ豆腐 飛竜頭見立（暁亭）

豆腐磯辺揚げ（海浜館）
湯葉豆腐と粟麩の揚げだし（笹吟）
豆腐と野菜のすり身揚げ（游山楽）
豆腐のみぞれ蒸し（佃喜知）
田舎豆腐（田舎家）

高野豆腐

高野サンド（牧水）
高野豆腐のオランダ煮（佃喜知）

納豆

納豆のおきつね焼き（風神亭）
焼き納豆（凧錦）
焼きナットー（越後）
納豆の唐揚げ（萬屋松風）
揚げ餅納豆（どんじゃん）

ユバ

引き上げ湯葉と海素麺（和義）
湯葉の芥子納豆和え（おふろ）
生湯葉の玉子とじ（もり川）
湯葉饅頭（まえ川）
湯葉茶巾の胡椒風味（うしのほねあなざ）
生湯葉春巻（ビストロめなみ）
アスパラとチーズの湯葉巻き揚げ（食彩工房舎人）
魚介類の湯葉包み蒸し（食彩工房舎人）
冷製湯葉春巻（黒船屋ルネッサンス）
湯葉蒸し（もり川）

Column [専門店の技術] 内臓料理（葉隠）

第4章 珍味

アン肝

鮫肝（樽一）
鮫肝酢味噌和え（泥味亭）

鮫肝とサーモンの胡麻ドレッシング（串駒）

鮫肝と落と海老のゼリー寄せ（ぶん也）

鮫肝の酒蒸し（だいこん屋）

鮫肝とケイパーのカナッペ（どんじゃん）

鮫肝と大根の餡かけ（食彩工房舎人）

大根と鮫肝の煮込み（うしのほねあなざ）

鮫肝煮（樽一）

塩辛（イカ）

いかわたのたまり漬け（なまこ屋）

いかの墨造り（淡如水）

山三特製いかの塩辛（山三）

いかの塩辛（まえ川）

いかのわた味噌和え（金田）

するめの麴漬け（山三）

いかの塩辛（佃喜知）

イクラ

いくら（樽一）

醤油いくら（鮭鱒料理 あいはら）

いくら醤油漬けのおろし和え（藤乃）

イナゴ

いなごの甘露煮（あらまさ）

珍味盛り合せ（隠家なゝ樹）

イワナ

岩魚のスモーク（山三）

岩魚の卵粕漬け（隠家なゝ樹）

ウナギ

いぶし鰻（山三）

ウニ

海水うにと養老豆腐（北〇）

いかのうに和え（酒菜亭）

生湯葉とうにの吉野仕立て（橙）
うに煮凍り（金田）
茄子とうにのマスタードドレッシング（串駒）
銀杏としめじ茸のうに和え（金田）
うにの茶碗蒸し（四季音）
温泉玉子のうにソース（とひ家）

ウルカ

うるか（白うるか）（樽一）
うるか（子うるか）（樽一）
うるか（洪うるか）（樽一）

カキ（牡蠣）

牡蠣の燻製（山三）
牡蠣の芥子漬け（だいこん屋）
海生味牡蠣の塩辛（山三）

数ノ子

数の子と水菜のお浸し（神田小町）

カラスミ

からすみ（樽一）

カワハギ

かわはぎの肝叩き（佃喜知）

牛タン

牛舌味噌漬け（越後）

コノコ

このこ（樽一）
バチコ（樽一）

コノワタ

このわた（樽一）
このわた飯蒸し（四季音）

子持昆布

子持昆布のお浸し（シンスケ）

サケ

鮭腹身の燻製（歓）

ともあえ（鮭鱒料理 あいはら）

寒塩引（鮭鱒料理 あいはら）

サザエ

さざえのスマーク（山三）

酒盗

酒盗茗荷和え（だいこん屋）

百合根の塩辛（久昇）

合せ酒盗（串駒）

しめじ茸の酒盗和え（金田）

クリームチーズの酒盗和え（串駒）

白子

焼き白子（鮭鱒料理 あいはら）

鯛白子酒盗（ぶん也）

焼き白子（泥味亭）

素焼き白子紅葉おろし添え（牧水）

白子生姜焼き（とひ家）

白子と葛切りの煮もの椀（楽味）

白子と黄にらの胡麻ポン酢（とひ家）

白子天ぷら（ビストロめなみ）

白子揚げ（ひがし北畔）

蟹と帆立貝の白子蒸し（四季音）

鱻の白子の明太揚げ（開花屋）

鱻の白子の葱お焼き（開花屋）

鱻白子の天ぷら（佃喜知）

鱻白子の塩焼き（佃喜知）

白子松前焼き（いたる）

スクガラス

すくがらす（おもろ）

砂肝

砂肝の煮凍り（バードランド）

砂肝の味噌漬け（しる平）

砂肝のポン酢漬け（おふろ）

砂肝の立田揚げ（游山楽）

タイ

鯛のレバチーズ寄せ（久昇）

タコ

蛸の塩辛（山三）

海藤花（樽一）

海藤花の芥子酢味噌かけ（神田小町）

卵

べっこう玉子（有薫酒蔵）

タラコ

鱈子豆腐（楽太郎）

鱈子松前漬け（ひがし北畔）

子がらみ（ひがし北畔）

助子の幽庵焼き（おふろ）

ねぎ鱈子（おふろ）

真子の玉締め（魚山亭）

豆腐

味噌漬け豆腐（由庵）

豆腐よう

豆腐よう（おもろ）

トンブリ

生うにとんぶり和え（だいこん屋）

納豆

納豆の塩辛（久昇）

ナマコ

なまこの酢のもの（なまこ屋）

焼きなまこ（なまこ屋）

ニシン

鯧漬け（あぶらびれ）

ヒラメ

平目のスモーク（山三）

プロセスチーズ

スモークチーズ（山三）

ホタルイカ

ほたるいかの沖漬け（中川）

ホヤ

ほやの塩辛（樽一）

ばくらい（樽一）

マンボウ

マンボウの肝酢かけ（酒菜屋）

明太子

明太蓮根（しる平）

明太子のカナッペ（どんじゃん）

とろろ明太子（牧水）

明太子と柚子豆腐のレアチーズ寄せ（和義）

レンコン

芥子蓮根（有薫酒蔵）

芥子蓮根（まえ川）

ヤマメ

山女の燻製（いそむら）

山女の燻製（隠家なゝ樹）

ワタリガニ

ひし蟹キムチ（ビストロめなみ）

第5章 鍋・汁

【鍋】

アサリ

とじ鍋（はまぐり）

アナゴ

穴子のみぞれ鍋（なかむら）

穴子の柳川（泥味亭）

穴子と蕪の柳川風（うしのほねあなざ）

アンコウ

鮫鱧鍋（鳳仙花）

イカ

いかわた鍋（和義）

いか団子と大根スライスの鍋仕立て（串駒）

いかみぞれ鍋（酒菜屋）

イワシ

鰯のつみれ豆腐鍋（楽太郎）

うどん

打ち込み鍋（福増屋）

ウニ

生うにとごぼうの玉子とじ（橙）

カキ

牡蠣の土手鍋（凧錦）

牡蠣鍋（炉ばた）

カモ

合鴨の柳川風（なまこ屋）

鴨肉と水菜の小鍋仕立て（もり川）

牛肉

牛肉と豆腐の柳川風（笹吟）

ホルモン鍋（鳳仙花）

キリタンポ

きりたんぼ鍋（あらまさ）

サケ

石狩鍋（串駒江古田店）

石狩鍋（鮭鱒料理 あいはら）

シイタケ

椎茸のれもん焼き（萬屋松風）

ジャガイモ

ポテトのすいとん（うの花）

ジュンサイ

蓴菜の貝焼き鍋（あらまさ）

シラウオ

白魚の玉子とじ（大観音）

スッポン

すっぽん鍋（四季音）

センベイ

せんべい汁（酒菜屋）

タイ

鯛蕪（凧錦）

タラ

じゃっば汁（ひがし北畦）

真だちの玉子とじ（山田家）

鱈ちり鍋（串駒江古田店）

豆腐

煮奴（だいこん屋）

あぶすき（だいこん屋）

みぞれ湯豆腐（うの花）

水菜と湯豆腐（おふろ）

鶏肉

参鶏湯（鳳仙花）

スープ炊き（岩戸屋）

わんたんと黄にらの小鍋仕立て（なかむら）

ハタハタ

しょつつる鍋（あらまさ）

馬肉

桜鍋（隠家なゝ樹）

ハマグリ

はまぐり鍋（はまぐり）

豚肉

キムチ鍋（楽味）

肉豆腐鍋（うの花）

豚ロースのみぞれ鍋（串駒江古田店）

水餃子（黒船屋ルネッサンス）

ホタテ貝

豆腐と貝の四川風（はまぐり）

山イモ

串駒鍋（串駒江古田店）

複数の具材

ちゃんこ鍋（凧錦）

味噌ちゃんこ鍋（串駒江古田店）

玉子宝楽焼き（凧錦）

寄せ蒸し（江差亭）

【汁】

アオノリ

青海苔の味噌汁（海女の小屋）

油アゲ

きつねの赤だし（しる平）

アワビ

鮑のすり流し（中川）

イカ

いか汁（しる平）

イセエビ

伊勢海老の味噌汁（海女の小屋）

イワシ

鰯のつみれ椀（しる平）

鰯のつみれ汁（大観音）

つみれ汁（田舎家）

鰯の団子汁（海女の小屋）

エビ

車海老の味噌汁（海女の小屋）

キビナゴ

小魚の味噌汁（海女の小屋）

キンメダイ

金目の味噌汁（海女の小屋）

ゴリ

ごり汁（しる平）

サケ

三平汁（あぶらびれ）

サザエ

さざえの味噌汁（海女の小屋）

サトイモ

芋の子汁（花の木）

シッタカ貝

磯もんの味噌汁（海女の小屋）

ジャガイモ

じゃが芋素麺（久昇）

ジュンサイ

蓴菜の赤たれ（しる平）

スッポン

すっぽん豆腐（ぶん也）

ズワイガニ

青梗菜とずわい蟹のスープ（料理倶楽部）

ソバ

蕎麦実汁（ひがし北畔）

ソラマメ

そら豆のすり流し（中川）

大根

大根のポタージュスープ（串駒）

タラバガニ

鉄砲汁（歓）

豆腐

豆腐饅頭のお椀（淡如水）

鶏肉

博多椀（金田）

鶏ささ身の冷やし梅吸い（串駒）

ハマグリ

はまぐりの味噌汁（海女の小屋）

フジツボ

ふじつぼの味噌汁（海女の小屋）

豚肉

沢煮椀（しる平）

豚汁（しる平）

水餃子（ビストロめなみ）

布海苔

布海苔の味噌汁（海女の小屋）

ブリ

赤だし（凧錦）

マツタケ

松茸と玉子豆腐の吸いもの（橙）

メバル

磯魚の味噌汁（海女の小屋）

ワカメ

若布の味噌汁（海女の小屋）

ワタリガニ

蟹汁（しる平）

蟹のすり流し（しる平）

複数の具材

蟹三昧（海女の小屋）

海老・蟹三昧（海女の小屋）

ブイヤベース（海女の小屋）

あら汁（しる平）

魚のあら汁（赤い魚）

冷汁（魚山亭）

海藻ミックスの味噌汁（海女の小屋）

さつま汁（だいこん屋）

粕汁（凧錦）

洋風粕汁（うしのほねあなざ）

山菜汁（田舎家）

粥の汁（ひがし北畔）

第6章 ご飯・漬物

【飯】

丼

いくら丼（橙）

うに丼（歓）

牛ステーキ丼（楽味）

豆腐丼（うの花）

そばろご飯（バードランド）

特製鮪丼（佃喜知）

とろろ明太子丼（なかむら）

えぼし丼（赤い魚）

炊き込みご飯・混ぜご飯

貝飯（はまぐり）
うすいご飯（ぶん也）
小女子と梅干入りご飯（食彩工房舎人）
ごぼう飯（泥味亭）
桜飯（泥味亭）
じゃこご飯（楽味）
じゃこと昆布の混ぜご飯（おふろ）
五目筍ご飯（花の木）
茸ご飯（笹吟）

釜飯・わっぱ飯

うに釜飯（海女の小屋）
蟹釜飯（海女の小屋）
鮭わっぱ飯（田舎家）
ぜんまいのわっぱ飯（淡如水）
帆立釜飯（海女の小屋）

寿司

穴子の棒寿司（もり川）
鰯寿司（ふなっ子）
車海老の棒寿司（もり川）
天巻き寿司（牧水）
蟹の押し寿司（北〇）
キングサーモンの巻き寿司（江差亭）
焼き目サーモンの握り寿司（開花屋）
笹寿司（牧水）
鯛の木の芽寿司（ぶん也）
棒寿司（なかむら）
握り寿司（串駒江古田店）
生寿司 竹（さの丸ゆうゆふ）
海女っ子寿司（海女の小屋）
巻き寿司（もり川）

おにぎり

田吾作おにぎり（越後）
焼きおにぎり（凧錦）
焼きおにぎり（串駒）
焼きおにぎり（佃喜知）
高菜おにぎり（料理倶楽部）
オープンおにぎり（大誠）
吹き寄せ焼きおにぎり煎餅（和義）

茶漬け・汁かけ

鮎茶漬け（由庵）
いくらの冷やしスープご飯（開花屋）
鯛茶漬け（鹿火矢）
南高梅茶漬け（由庵）
くさや茶漬け（鹿火矢）
胡椒飯（中川）
鮭茶漬け（鹿火矢）
白魚茶漬け（鹿火矢）
鯛茶漬け（鹿火矢）
高菜茶漬け（鹿火矢）
月見茶漬け（鹿火矢）
鶏茶漬け（鹿火矢）
とろろ茶漬け（鹿火矢）
納豆茶漬け（鹿火矢）
鱧皮茶漬け（バードランド）
鉄火茶漬け（鹿火矢）
冷やし茶漬け（おふろ）
三つ葉茶漬け（鹿火矢）
明太子茶漬け（凧錦）
麦とろ飯（由庵）
とろろめし（すいか）
焼きおにぎり茶漬け（なまこ屋）
リゾット・アラ・メゾン（どんじゃん）
焼きおに茶漬け（開花屋）
おこげ（とひ家）
だしかけ茶飯（泥味亭）
水飯（中川）

雑炊・粥・おじや

いくらともずくの一口粥（居乃一BAN）
つわぶき雑炊（海女の小屋）
梅紫蘇雑炊（楽味）
牡蠣雑炊（しる平）
北〇雑炊（北〇）
蟹おじや（海女の小屋）
すっぽん雑炊（なまこ屋）
むき蕎麦（炉ばた）
豆腐雑炊（うの花）
軍鶏雑炊（バードランド）
おじや（はまぐり）
海鮮雑炊（海浜館）

その他

甘鯛の飯蒸し（もり川）
いか飯（だいこん屋）
蒸しいか飯（淡如水）
洋風いか飯（いそむら）
蟹チャーハン（家鴨長屋）
鴨雑煮（泥味亭）
ガーリックピラフ（海浜館）
じゃが芋のお稲荷さん（爐端本店）
高菜飯（由庵）
タイ風茄子のグリーンカレー（風神亭）
豚肉とキムチのチャーハン（料理倶楽部）
帆立のリゾットおこげ（開花屋）
焼き豚ピラフ（大誠）
キムチとたくあんのレタス炒飯（居乃一BAN）
薬飯（鳳仙花）

【麺】

うどん

かけうどん（福増屋）

生醤油うどん（福増屋）
ぶっかけうどん（福増屋）
豚肉とキムチの煮込みうどん（食彩工房舎人）
稲庭うどん（あらまさ）
田舎うどん（有薫酒蔵）
鱈子の皿うどん（食彩工房舎人）
花麺（シンスケ）
黒船風皿うどん（黒船屋ルネッサンス）
うどんラザニアグラタン（福増屋）

スパゲッティ

パスタのモダン焼き（大誠）
わたり蟹のトマトソース（家鴨長屋）

ソーメン

ソーメンチャンプルー（おもろ）

ソバ

ざる蕎麦（隠家なゝ樹）
ネパール風灼熱の蕎麦（風神亭）
沖縄そば（おもろ）

ビーフン

シーフードビーフン（すいか）

ペンネ

パスタ入り春巻（食彩工房舎人）

【漬物】

赤カブ

赤蕪（あらまさ）
赤蕪のあちゃら（まえ川）

アスパラガス

アスパラガスのパン床漬け（ひがし北畔）

イチゴ

苺の糠漬け（ひがし北畔）

ウズラ卵

うずら玉子の白醤油漬け（ひがし北畔）

エダマメ

枝豆の白醤油漬け（ひがし北畔）

キウイ

キウイの粕漬け（ひがし北畔）

キャベツ

浅漬けキャベツサンドイッチ（ひがし北畔）

キャベツの糠漬け（佃喜知）

コンニャク

蒟蒻の梅酢漬け（ひがし北畔）

大根

自家製べったら（シンスケ）

柚子大根（泥味亭）

いぶりがっこ（あらまさ）

なた割漬け（あらまさ）

切り漬け大根（まえ川）

かん漬け（魚山亭）

切干大根の梅酢漬け（ひがし北畔）

天王寺カブ

天王寺蕪の漬けもの（楽味）

豆腐

チーズ豆腐（山三）

豆腐の味噌漬け（ひがし北畔）

白菜

白菜の三升漬け（欽）

山イモ

山芋の味噌漬け（和義）

山芋のもろみ漬け（赤い魚）

盛り合せ

MIXピクルス（ビストロめなみ）

おしんこ（鹿火矢）

糠漬け（凧錦）

小茄子と細根大根の一夜漬け（由庵）

おしんこ（越後）

掲載店一覧