

「ご予約」のおねがい

ひつまみ、せんべい汁をご希望の方は、前日までにご予約いただけますようお願い申し上げます。

四名様以上から個室「はなれ」または「蔵」もご利用可能です。（要予約）
また、事前にご相談いただければ、ご予算に応じてお料理をお出しいたします。
お気軽にご相談ください。

（お料理のご用意の関係上、二日前までにご予約ください。）

電話番号 〇一九五—二三—七一四八

二戸郷土料理 自助工房

四季の里

季節のメニュー

おろしぶっかけ天そば

【ミニ天井付き】
九四〇円
一四一〇円



かき揚げなのに大根おろしで
さっぱりといただけます。
海老のプリッと感も楽しいです。

地元の三陸のめかぶを使用。
ネバネバ素材のシャキシャキとろろ、
コリコリめかぶで食感も楽しく、
梅が味を引き締めます。

めかぶそば

【ミニ天井付き】
九〇〇円
一三七〇円



この時期だけの
味わいです

季節のメニュー

佐助豚の肉そば

一〇九〇円

【ミニ天井付き】

一五六〇円

新三元豚
佐助



全体の15%ほどしか取れない
希少部位のリブローズを
贅沢に使用!!



佐助豚の旨味
たっぷりの
温かいつけ汁です。

この時期だけの
味わいです

おそばとごはん

小さなかき揚げと小鉢が二つ

ざるそば定食

1010円



おそばとごはん 両方の味わい

雑穀入りごはん付き

温かいそば定食

1010円



おそばとごはん

ざるそばと

ミニ天丼

1250円



ミニ天どん
だけど
えびは大きい!

やっぱりおそば
でも少し天丼も食べたい

温かいおそばと

ミニ天丼

1250円



ミニ天どん
だけど
えびは大きい!

おそばとごはん



大えび天井と
ミニそば
一四〇〇円



季節の野菜天ぷらと
小さいかき揚げ
(小えび入り)

野菜天井と
ミニそば
一三七〇円



大ボリュームの
かき揚げ
(小えび入り)

かき揚げ天井と
ミニそば
一三七〇円

天井が食べたい。
あと…少しおそばも食べたい。

四季の里セット

〔温・冷〕一三四〇円

四季の里自慢の手打ちそば
そして懐かしい味の小鉢と
雑穀ご飯を味わえます。

そば大盛りは二二〇円増しになります。(冷たいお蕎麦のみ)

※プラス一〇〇円で雑穀ご飯をおこわに変更することができます。

*季節により器・料理の内容が変わる場合があります。



冷たいおそば

四季の里自慢の石臼自家製粉で
手打ちのおそば

一番人気

天ざるそば

一〇一〇円



そば通なら

ざるそば

七八〇円



ポリユーム感
満点

かき揚げ

天ざる

九八〇円



揚げ玉がおいしい

冷やしたぬきそば

八〇〇円

【ミニ天井付き】

一二七〇円



そば大盛りは二二〇円増しになります。

温かいおそば

天ぷらそば

人気の
天ぷら



温かいおそばをご注文の場合
プラス四七〇円でミニ天丼をお付けできます。

じんわりしみる
温かおそば

かき揚げ天そば

かき揚げ
(小えび入り)



九八〇円

温かいおそば

たぬきそば

800円



かけそば

780円



そばいなり二個

180円



そばいなり二個 (数量限定)

お持ち帰りもごさいます。

じんわりしみる
温かおそば

温かいおそばをご注文の場合

プラス四七〇円でミニ天丼をお付けできます。

ごはん

大きなえびが3尾も

大えび天丼

1010円



季節の野菜と

きのこのこの天ぷら

野菜天丼

980円

季節の野菜天ぷらと
小さいかき揚げ
(小えび入り)



大ボリューム

かき揚げ天丼

980円

大ボリュームの
かき揚げ
(小えび入り)



ごはん

雑穀ごはん(大) 一八〇円

雑穀ごはん(中) 一三〇円

雑穀ごはん(小) 八〇円

二戸産の
雑穀入り



※写真は中盛りです。

岩手産のもち米と
肉厚で香り高い
椎茸をつけています。



おばあちゃんのおこわ。

二二〇円

天ぷら

人気の天ぷら



天ぷら盛合せ

五〇〇円

大ボリューム

かき揚げ(小えび入り)



五〇〇円

甘味

自家製餡のお汁粉 五〇〇円



そばくれえぶ

五〇〇円



お飲物

ソフトドリンク

オレレンジジュース 二五〇円

コカ・コーラ 二五〇円

ウーロン茶 二五〇円

ノンアルコール
ビール 三〇〇円

アルコール

ビール 五〇〇円

生酒 五〇〇円

蕎麦焼酎
そば湯割り 五〇〇円

お持ち帰りメニュー

お持ち帰りメニュー

だんご



二八〇円



大根のパリパリとした食感を残した、「つくだに」です。どこの懐かしさ、でも新しい味。ちよっぴりピリッと、あとむくおろしです。

お持ち帰りメニュー

五目ちんぎん



四四〇円

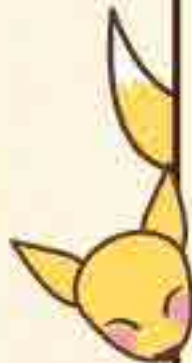


岩手産のもち米100%、岩手産の原木椎茸100%を使ってもちりした歯ごたえと優しい味でいくらでも食べれそう。
※添加物等は一切使用していません。

お土産や

ご自宅用に

そばいなり



二個一八〇円



ジュージュー油揚げの中に入っているさっぱりとしたお蕎麦、生姜の甘酢漬けがアクセントになった一品です。