

狛江市産の極上野菜は
サラダはもちろん、
肉や魚の付け合わせにも
最適です



オーナーシェフ小澤政宏さん(左)とソムリエ 安藤嘉秀さん



駅前の森が見えるレストラン。イタリアンに日本酒という楽しみ方も提案

調布市
Maruta
●まるた

閑静な住宅街に立つ一軒家レストラン。暖炉の薪火で焼いた料理を大皿に盛り、テーブルごとにほかのゲストとシェアして食べるスタイル。食材でのこだわりは「ローカルファースト」。生産者から提供されるオーガニックな食材を使用している。

☎042-444-3511
③調布市深大寺北町1-20-1 ④JR三鷹駅(JC12-JB01)から小田急バス調布駅北口行きで15分、深大寺北町下車、徒歩1分 ⑤土・日曜、祝日の12～15時/ディナー1部はドアオープン18時～、料理スタート18時30分～/ディナー2部はドアオープン19時～、料理スタート19時30分～ ※ランチ・ディナーともに完全予約制 ⑥月・火曜 ⑦なし



**狛江市産野菜にこだわる
シェフの創作料理を**

コース料理 3240 円の1品「鮮魚の香草石窯焼き 狛江野菜といっしょに」は、クロソイにハーブを詰めてこんがり焼き上げている



シェフ 石松一樹さん

伊豆諸島から届く
魚介は新鮮さが命。
その日のうちに
提供します



店舗敷地内の畑で、料理スタッフが新鮮な野菜を収穫

**薪火で焼いたこだわりの
食材をこだわりの食器で**



カブをすり下ろしてキンメダイのダシと合わせていただく、おまかせコースの1品。コースはディナーが1万2000円、土・日曜、祝日のランチは7000円。黒釉の器も素敵だ

狛江市

イタリア食堂 Vino uno

●いたりあしよくどうういのうーの

「大規模農場が少ない狛江市の農家は、自分の家族に食べさせたいという気持ちからつくっている。だから安全・安心でおいしいんです」というシェフの創作料理に地元産野菜は欠かせない。

☎03-3430-4884

③狛江市元和泉1-8-12 ④小田急狛江駅(OH16)から徒歩1分 ⑤12時～14時30分(14時LO)、18時～21時30分(21時LO) ⑥月曜(祝日の場合は翌日)、ほか月に1日不定休あり ⑦なし



**野菜の魅力を知り尽くした
シェフの技が光る料理**



野菜ベースの
カレーと野菜の
組み合わせを
楽しんでください



シェフ 矢山拓也さん



テーブル席のほか小上がりもあり、幅広い世代がくつろげる

☎0422-76-3488

③三鷹市野崎1-1-1 三鷹市役所敷地内公会堂さんさん館2階 ④JR三鷹駅(JC12-JB01)から小田急バス仙川駅行きで9分、三鷹市役所前下車、徒歩1分 ⑤11時～21時15分(20時45分LO) ⑥月曜、三鷹市公会堂休館日 ⑦三鷹市公会堂駐車場利用

三鷹市

菜園カフェ dono

●さいえんかふえ どのーの

日本野菜ソムリエ協会認定レストランのシェフが腕を振るう。5種類の野菜カレーとトッピングを選べる「16穀古代米の菜色カレー」は、トッピングや付け合わせの野菜に武蔵野市の契約農家の朝どり野菜を使用。ヘルシーな野菜スイーツも充実している。



秋川牛と地元産食材にこだわった繊細な懐石料理を

秋川牛のすき焼きをメインに、立川市産の野菜などをふんだんに使用した「秋川牛 すき焼き懐石 あきがわ」8316円

希少価値の高い黒毛和牛
「秋川牛」を味わうには
シンプルな味付けで



料理人 長松亮輔さん



気品を感じさせる店構え。完全予約制のためご注意ください

立川市

懐石 りんと

●かいせきりんと

東京産黒毛和牛の「秋川牛」、青梅市成木地区で飼育された三元豚「下田さん家の豚」、立川市内をはじめ、多摩地域の新鮮野菜や地酒などにこだわった懐石料理が味わえる。特別な日の食事におすすめ。仕出し会席料理も扱っている。

☎042-521-3180

③立川市羽衣町3-29-8 ④JR西国立駅(JN25)から徒歩7分 ⑤11時～21時30分(平日ランチコースは11時30分～14時30分、完全予約制) ⑥不定休 ⑦3台



おしえてシェフ！
東京産食材 美食探訪

北多摩は、東京が“江戸”とよばれていた時代から農業が盛んだった地域。現在も江戸東京野菜をはじめ、豊かな農産物がいっぱい！

西東京市

レストランけんぞう

●れすとらんけんぞう

農業に従事していた祖父、そして現在では、父親がレストラン近くの農園で10種類以上の野菜を栽培し、市内の農園から仕入れる新鮮食材とともに積極的に使用。フランスでの修業経験もあるシェフの技で、地元産食材を極上のフレンチに仕上げる。

☎042-465-0300

③西東京市田無町6-16-13 ④西武田無駅(SS17)から徒歩7分 ⑤11時30分～14時30分(14時LO)、17時30分～22時(21時LO) ⑥月曜、ほか月に1日不定休あり ⑦5台



2種のメイン料理が味わえる「ランチのよくばりコース」2646円の一例。牛モモ肉のロースト(手前)、メダイのソテーパブリカソース(右奥)

**西東京市産の新鮮野菜で
フレンチをさらにおいしく**

東京産の新鮮な野菜は、
フランス料理に
マッチしますよ



シェフ 村田大樹さん



ディナータイムはムーディなライティングの中でコース料理を