

旅するグルマン・ローカル編 Part5
さとう まさあき

ワンプレートランチ(魚) @ FRENCH JAPANESE Maruyama



赤坂ランチ...ときどき人形町

赤坂ランチ …ときどき人形町

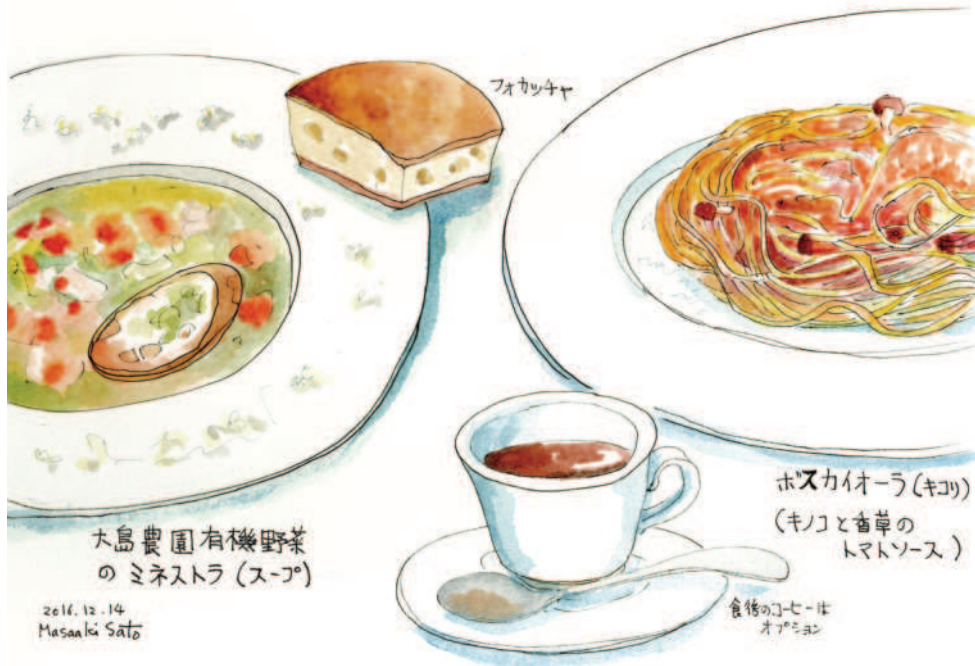
旅するグルマン・ローカル編 Part5
さとう まさあき

【表紙】

FRENCH JAPONNEZE Maruyama
赤坂 2-17-58 福住ビル 1F
野菜を丁寧に調理したフレンチ

Pranzo B @ Pescheria La Luna Rossa

ランチ B



大島農園有機野菜
のミネストラ (スープ)

2016.12.14
Masaki Sato

フォカッチャ

ホヱカイオーラ (キノコ)
(キノコと香草の
トマトソース)

食後のコーヒーは
オアミョン

Pescheria La Luna Rossa
赤坂 4-4-16 フォーレスト赤坂 1F
魚介類のイタリアンがお勧め

かき揚げ天 御膳 @ 蕎麦きり みまき



蕎麦きり みまき
赤坂 4-2-3
リーズナブルな価格のおいしい蕎麦

おかず6品お弁当 @ Wakiya



トゥーランドット 臥龍居
赤坂 6-16-10 Y's CROSS ROAD
お店の脇でテイクアウトがリーズナブル

本日のパリューセット

牡蠣フライ @ 赤坂。津っ井



赤坂 津っ井 総本店
赤坂 2-22-24 泉赤坂ビル
カウンターで一人ランチができます

届は 1品しかありませんが

本日の定食 @ 赤坂・創や

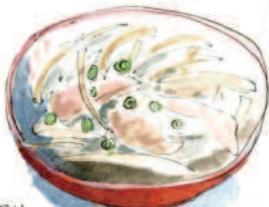
今日は 鶏鳥から揚げがテリソースでした



豆腐わかめのお味噌汁



タコセリ



豚肉と大根のイタメ物

サラダ

鶏鳥から揚げテリソース



白飯



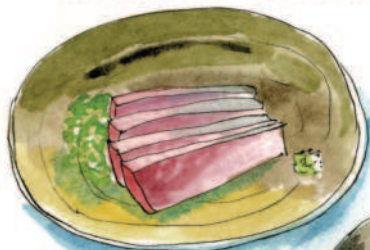
出汁巻卵

創や

赤坂 2-14-12 川村ビル 1F
ランチは日替わり 1品のみ

選べるランチ @ 溜池・おば九

19のおかず X ニューから 2品選べます。



イリ刺身



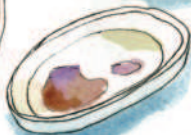
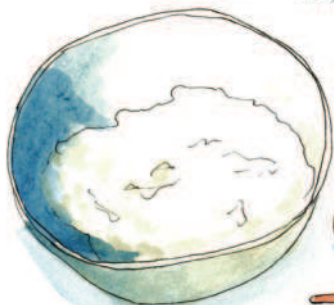
かつ煮



油あげとひきき
せら貝



赤味噌汁



2017.05.10
Masaki Sato

おば九
赤坂 2-20-19 赤坂菅井ビル B1F
居酒屋さんのお得ランチです

BAK KUT TEH
肉骨茶

SINGAPORE BAK KUT TEH

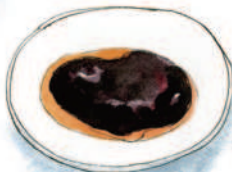
新加坡 骨肉茶
@ 赤坂5丁目



バクテー
肉骨茶



ミーヌア
麵線



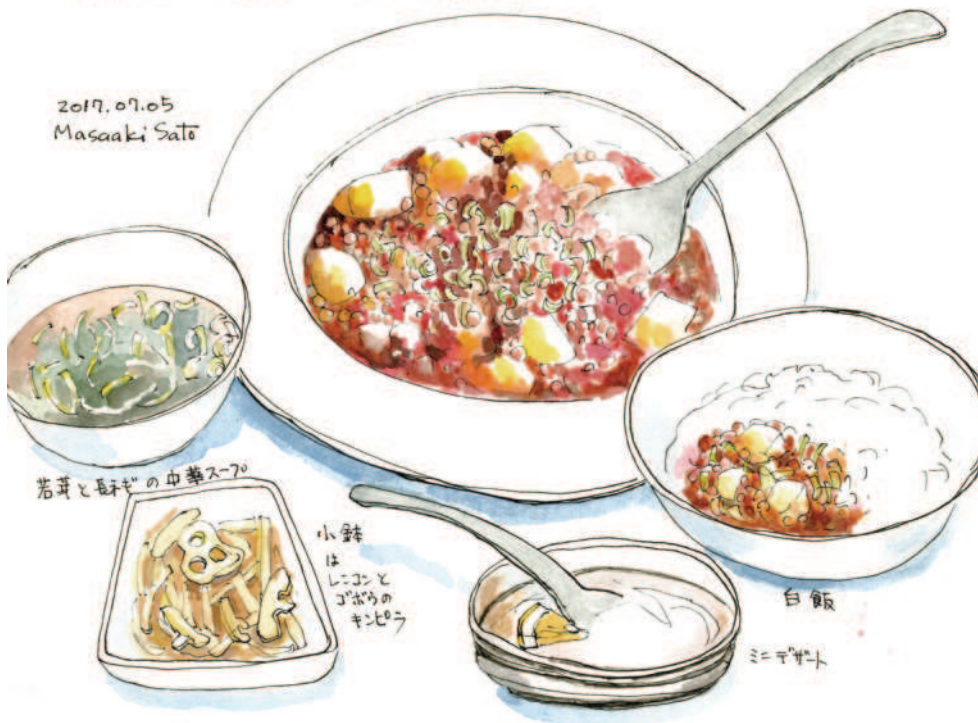
黒油

2017.06.28
Masaaki Sato

新加坡肉骨茶
赤坂 5-4-14 ベルテンポ赤坂 1F
シンガポールバクテー

麻婆豆腐 定食 @ 赤坂・櫻花亭

2017.07.05
Masaaki Sato



若芽と長ネギの中華スープ

小鉢
は
レモンと
ごぼうの
キンピラ

白飯

味噌汁

櫻花亭
赤坂 2-13-7 栗原ビル B1F
広東料理のお店です

みそトマトさんらーたんめん・赤坂 田所商店



みそ & トマトらーめん 田所商店
赤坂 6-4-20 101
さんらーたんめんもおすすめ

一の膳 @ SAKURA SAKURA・赤坂2丁目



サクラ サクラ
赤坂 2-20-10
カウンターで料亭品質ランチ

ビーフシチュー定食 @ Bi-on 美音・赤坂2丁目



ランチサラダ

生ゆば山葵

小鉢 お味噌汁

白飯

煮つけ
鉄板ビーフシチュー

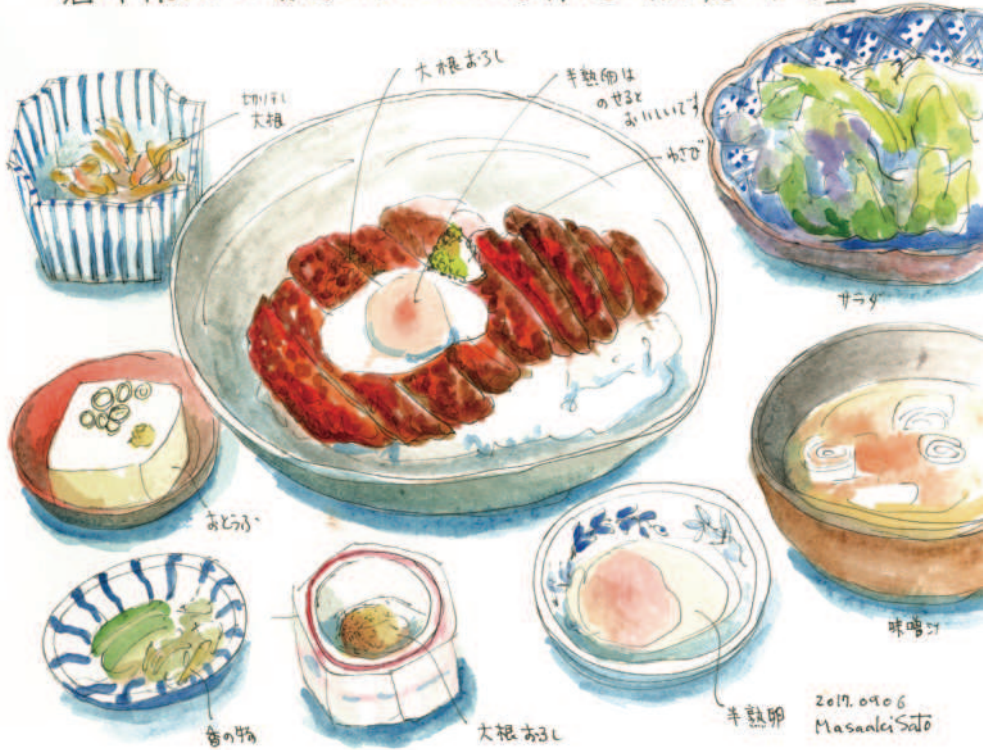
ちょっと
おこげが
あった。

△コリンのコレラのほし置き

2017.07.19
Masuaki Sato

美音 (bi-on)
赤坂 2-20-2 ベル赤坂 1F
ビストロの味

岩中豚の特製しょうゆだれカツ丼 @ 赤坂。仁屋



仁屋
赤坂 5-4-17 前田ビル 1・2F
本当はすき焼き屋さん

DX 海鮮丼 @ 魚河岸千両・紀尾井町



油あげと白菜、こむぎ
のおせし



お醤油

2018.01.27
Masaaki Sato



お味噌汁

かしの貝



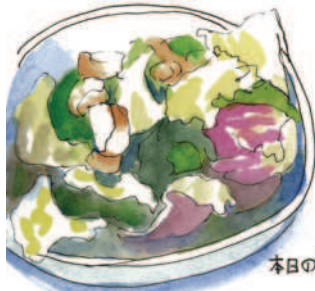
キュウリと白ネギの漬物

魚河岸千両 紀尾井町
紀尾井町 1-3 紀尾井タワー 2F
海鮮丼がお勧め

自家製 パスタランチ @ 赤坂6丁目・ARENA ROSSA

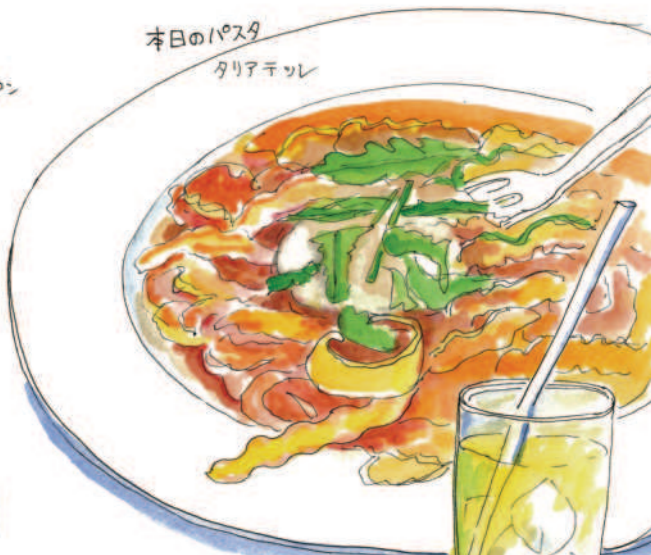


パン
オリーブ
オイル



本日のサラダ

2018.01.31
Masaki Sato



本日のパスタ

タリアテッレ

トマトソースと温泉タマゴ

パルマサンダンスとベヒーリーフ

ドリンク付
今回はグレープ
フルーツジュース



ARENA ROSSA

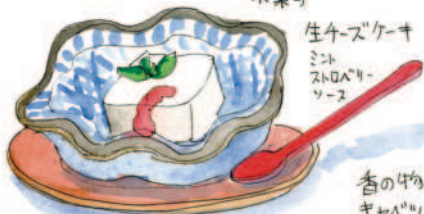
赤坂 6-3-3

自家製生パスタがお勧め

貝たっぶりの かき揚げ丼 @ 貝作。赤坂2丁目

かいさく

水菓ろ



生牛ズケキ
ミント
ストロベリー
ソース



切り乾した根
ニンジン煮物



香の肴
ギャバリとニンジン

お茶漬け用の出汁

大粒ありの
味噌汁



かき揚げ丼の薬味
半分たべてから
出汁茶漬けで
いただきます。



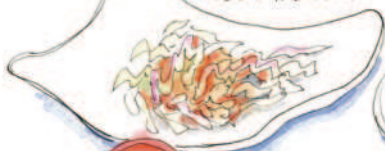
食後のコーヒー

2018.03.07
Masaaki Sato

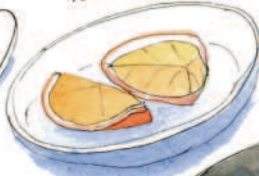
貝作
赤坂 2-17-44
料亭カウンターのみでランチを提供

チーズのせハンバーグ・スープカレー @ 彩(仮ドリ)・赤坂2丁目

キャベツ・紫キャベツ
フレンチドレッシング



オレンジのデザート



十八穀米



チーズのせ
ハンバーグ

野菜十種の
スープカレー

ゆずらの玉子
トマト・レンコン
カボチャ・ニンジン
ブロッコリー・ピーマン
ナス・パプリカ
ホトトゲス・ミズナ

4キンスープ HOT+4 (辛口)

2018.03.14
Masaki Sato

ダイニング 彩
赤坂 2-15-15 1F
スープカレーと季節野菜

エビフライ弁当 @ 外松・赤坂6丁目



2018.04.11
Masaki Sato

外松
赤坂6-2-12 サージュ赤坂 1F
料亭品質の食材のシンプル弁当

ロコモコ・Loco Moco



人形町 三日月座
日本橋人形町 1-15-5 柏原ビル 2F
昭和モダンなカフェでランチ



人形町 三日月座
日本橋人形町 1-15-5 柏原ビル 2 F
昭和モダンなカフェでランチ

赤坂ランチ

旅するグルメマン・ローカル編 Part5

さとう まさあき

制作：2018年5月6日



さとう まさあき
facebook : masaaki7849
<http://masaaki7849.asablo.jp>