



**海鮮丼**  
1,500円

温かいご飯の上のったネタはどれも厚みがあり、食べ応え十分。内容は季節や仕入れによって変わる

## コスパの高さに大満足間違いなし 新鮮な海の幸を存分に堪能しよう

大船渡 大船渡町

### 海の幸ふるまいセンター

鎌田水産がプロデュースする店だけあって、提供する海産物の質や鮮度は折り紙付き。加えて手軽な価格設定とあれば、これはもう行くしかない！ 人気の「海鮮丼」は、旬の地魚をメインに約10種類のネタが豪快に盛られ、頬張るだけで笑顔になれる一杯。どの具材も大きく、カリッカリに揚がった「地魚の大漁ミックスフライ定食」もオススメ。店内の海産物を調理(料金別)してもらい、オリジナル定食にして味わうこともOK。各テーブルに焼き網があり、焼きたてアツアツのホタテやカキも満喫できる。



大型水櫃も完備した売り場。三陸の海の幸から水産加工品まで大船渡ならではの品揃え。その場でさばいて刺身にしてくれる(料金別)

0192-22-8310  
大船渡市大船渡町字笹崎3-6  
7:30~19:00(食事10:00~19:00、18:00LO)  
予約あれば夜も営業  
水曜 20台(大型可)



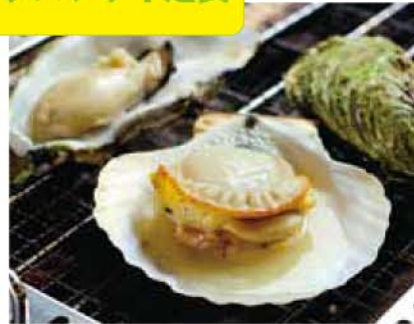
### 地魚の大漁ミックスフライ定食

980円

内容は季節などによって異なり、取材日はタラ、サンマ、カキ。定食類はご飯と味噌汁がなんとおかわり自由！ 惣菜も用意

Menu (※各税込)

- 穴子天ぷら定食 850円
- ホタテ・かき定食 1,000円
- 刺身盛合せ定食 1,000円
- さんま塩焼定食 500円
- 日替わり定食 500円~



各テーブルに焼き網を設置。新鮮なホタテやカキを焼きながら食べられるのもうれしい



旬の海産物が毎日並び、海の幸ふるまいセンター。宴会(コース料理・2時間飲み放題付き4,000円~、最大54名)の予約も随時受付中

## アジア雑貨&カフェ 現地の味を忠実に再現

大船渡盛町

### EAST ASIA ●イーストエイジア

旅好きなオーナーが現地で買い付けたアジア雑貨とカフェの人気店。カレー人気店が多い大船渡の先駆的存在で、さわやかな辛さがやみつきになる「タイ風グリーンカレー」や、タイで学び、現地に近いスタイルで提供される「激辛タイ風レッドカレー」がオススメ。タイの青唐辛子「プリッキヌ」を使用する本格派。カレーにピッタリのドリンク類もそろっている。



店内にはオーナーみずから現地へ買い付けてきた衣類、インテリア、小物類がいっぱい

0192-27-5205  
大船渡市盛町内ノ目12-4  
11:30~18:00 水曜 5台

Menu (※各税込)

- タイ風グリーンカレー 800円
- インド風チキンカレー 800円
- パナナラッシー 400円



盛町駅から徒歩5分ほどの距離

## 激辛タイ風レッドカレー

850円

超スパイス。激辛だけど一度食べるとクセになる美味さ



## 三陸でとれた魚貝を使った 旨い料理をとことん味わおう

大船渡 大船渡町

### 三陸魚貝料理 割烹 うら嶋 ●うらしま

1976(昭和51)年の創業以来、職人の技が光る料理とご主人の人柄で人気。オススメは、マグロの赤身やトロ、タイ、イクラ、甘エビ、イカ、アワビ、ホタテといった魚貝をたっぷりとのせた「海鮮丼」。具は、すべて「漬け」で仕上げられているので醤油やワサビ無しで食べられる。釜めしは炊き上がりまで20分を要するので、事前に電話予約してから来店すると良い。

店内には、白木造りの大きなカウンター席や半個室のテーブル席、宴会もできる座敷がある



0192-27-0118  
大船渡市大船渡町字野々田22-18  
11:30~13:30 / 17:00~22:00(21:30LO)  
日曜 7台

「アワビとウニのミックス釜めし1,650円」。磯の風味とウニの旨みがご飯全体に広がる。持ち帰りも可

Menu (※各税込)

- カキフライ定食 950円
- お刺身定食(上) 1,970円
- 焼魚定食 1,000円
- いか刺身定食 950円
- ホッキ貝焼・ホタテ貝焼(時価)



### 海鮮丼

2,000円

三陸の魚貝が12種類以上ものる。みそ汁、小鉢2品、漬物付き

