



**おすすめ**  
白魚やしじみ、わかさぎなど小川原湖特産素材の料理も人気。

1.「東北町産すっぽん鍋ハーフ(2人前)」(7,560円)。メの雑炊がまた楽しみ。2.「美味しんぼ」でも絶賛された「小川原湖産天然うなぎ」(4,860円)※時期により価格の変動あり。3. 広い座敷や個室のある純和風の造り。



|| 東北町 ||

**お食事の和幸(わこう)**

小川原湖の天然うなぎや天然の温泉水で育てられたすっぽんなど、東北町が誇る特選食材を確かな腕で調理するのは和田富雄さん。じっくり煮込んだスープが絶品のすっぽん鍋は、ミネラルやコラーゲンもたっぷり、それでいて価格はリーズナブルだ。そばや日替わりランチなど気軽なメニューも豊富。

☎0176-56-4005 青森県上北郡東北町上北南2-31-1265 ☎11:30~14:00(L.O.13:45)、17:00~21:00(L.O.20:45) 水曜☎980円~1万5,000円 青い森鉄道上北町駅から徒歩約10分 MAP B-2



2



**おすすめ**  
ランチセットは前菜、パスタ、自家製パン、ドリンク、デザートが付いてお得。

1.ランチセット1,200円。2.メニューは旬の味わいを大切に日々進化。3.自家農園野菜を使ったオーガニックカフェは十和田市中心街に佇む。

|| 十和田市 ||

**CAFE orta**

光がたっぷり差し込む空間に、数種のテーブルとチェアが。お気に入りを選んでおいしいランチでほっとひと息。店主自らが栽培している旬の野菜を使った手打ち生パスタは香りがよく、とりたてならではのみずみずしさが味わえます。自家製のパンや天然酵母を使ったピザも美味。

☎0176-25-0185 青森県十和田市稲生町15-16 中央ビル1-1 ☎12:00~16:00(L.O.15:00)、18:00~22:00(L.O.21:00) ※4~10月は野菜づくりのため平日ランチ休業 日曜(祝日の場合は翌日)、第1・3火曜 JR東北新幹線七戸十和田駅から車で約30分 MAP B-3



2



3



**おすすめ**  
その雰囲気とおいしさを愛し、基地に勤務する外人たちも多く訪れる。

|| 三沢市 ||

**off the wall**

国際色豊かで、東北有数のトロピカルスポットとして注目を浴びる三沢。その中心街で、サーフ談義や国際的な交流に花が咲くと人気なのが「オフ・ザ・ウォール」だ。ハワイのダイナーを思わせるフロアは、週末ともなればボリュームたっぷりのハンバーガーやアルコールを楽しむ人々でいっぱい。

☎0176-27-6106 青森県三沢市中央町2-3-27 レントス2F ☎11:00~14:00(L.O.13:40)、月~木曜17:00~24:00(L.O.22:00)、全・土曜~翌1:00 日曜 青い森鉄道三沢駅から徒歩約20分 MAP C-3



1



3

1.「チーズたっぷりのタコライス」(900円)は沖縄風。2.コナッツミルクのソースがおいしい「バンケーキ」(700円)。3.インターナショナルな店内。



2



**おすすめ**  
カニやアワビなど旬の食材を使った限定メニューが登場することも。必見です。

1.新鮮な素材の味が引き出されたトスカーナ風の味。2.ミントグリーンの可愛い店舗。



2

|| 六ヶ所村 ||

**ラペスカ**

海の幸が豊富な青森の恵みをおいしいイタリアンに。トスカーナで暮らしていた店主が作る本格的な味を気負わずカジュアルにいただけます。人気は地場産の魚介をたっぷり味わえるパスタと焼きたてのパリッとした生地が香ばしいピザ。心尽くされたタパスやフォカッチャも。

☎0175-77-3455 青森県上北郡六ヶ所村大字泊字川原75-729 ☎11:45~14:00、17:00~ ※閉店時刻は日によって異なる 日曜、第3日曜 JR大湊線越後駅から車で約30分 MAP C-1



**おすすめ**  
人気の桃豚ロースかつ定食は、衣がサクサクで肉質がやわらかくジュシーな味わい。

1.十和田湖高原パークを使用した桃豚ロースかつ定食1,150円は、柔らかくて大人気。2.すてきな石段を登ればあかしあ亭入口です。

|| 小坂町 ||

**小坂鉱山事務所レストラン あかしあ亭**

国重要文化財に指定され、国内最大級の木造西洋建築である小坂鉱山事務所。明治を思わせるモダンな建物の一角にあるレストランでは、小坂町のブランド豚「十和田高原パーク桃豚」を使用した桃豚ロースかつ定食がおすすめ。タイムスリップした気分が優雅なひと時を過ごそう。



2

☎0186-29-4247 秋田県鹿角郡小坂町小坂鉱山古館48-2 ☎10:00~16:00 ※ランチは11:00~14:30 ☎11月上旬~4月下旬 桃豚ロースかつ定食1,150円 東北自動車道小坂ICから車で約5分 MAP A-4