

地肉・地卵の食べ歩きマップ

-  土佐あかうし
-  土佐ジロー
-  土佐はちきん地鶏
-  四万十ポーク

高知が誇る、  
和牛&地鶏&豚肉

ここで食べられます!

高知といえば鰹、野菜、くだもの。  
「高知生まれ、高知育ち」の地肉が、  
これまた唸るばあうまいがよ!  
土佐に肉あり。うまい店あり。

■企画・発行 (2022年3月)

JA高知県農畜産部畜産課  
(土佐和牛ブランド推進協議会)

〒781-0086 高知県高知市海老ノ丸13-58 TEL.088-883-4413 FAX.088-882-2123

高知県土佐ジロー協会

〒781-0812 高知県高知市若松町1-7 TEL/FAX.088-883-8335

高知県土佐はちきん地鶏振興協議会

〒781-0812 高知県高知市若松町1-7 TEL/FAX.088-855-4198

一般社団法人 高知県畜産会

〒781-8125 高知県高知市五台山5015-1 TEL.088-883-8161 FAX.088-880-0024

◎掲載データは2022年2月取材時のものです。  
予告なく変更になる場合もございます。ご了承くださいませ。  
◎掲載記事・写真・地図の無断転載・放送は固くお断りいたします。



赤身がうまい、幻の和牛



# 土佐あかうし

土佐あかうしは、  
明治時代から改良を重ねて生まれた  
「褐毛(あかげ)和種高知系」という  
高知県独特の和牛で、  
2012年に地域団体商標を取得しました。  
頭数が少なく、全国の和牛の  
わずか0.1%しかない希少な牛です。

記憶に残る濃いうまみ  
絶品の赤身肉!

筋肉質で、しっとりきめ細かな赤身が特長。  
細かなサンが入った上品な霜降りで、  
赤身の濃いうまみと、さらとした  
口どけのよい脂のバランスが絶妙です!  
噛み締めるほどに、  
豊かな香りとうまみが広がります。



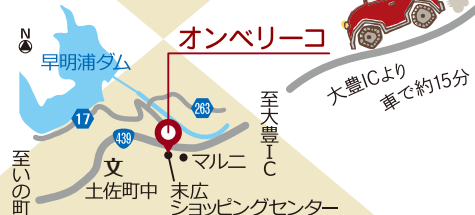
目のまわりと鼻が  
黒いのが特徴



## MAP ↓ オンベリーコ

四国のまん中、嶺北にある本格イタリアン  
レストラン。地元の木の皿に美しく盛りつけ  
た「土佐あかうしのタリアータ」は、地元の野  
菜と土佐あかうしのしっかりとしたうまみを  
堪能できる「産地地消」の一品。自家製ソー  
スがさらにうまみを引き立てる。

土佐郡土佐町田井1353-2 末広ショッピ  
ングセンター内 ☎0887-72-9186 ㊟木曜、  
水曜ディナー(臨時休業の場合あり)  
☎昼:11時~15時(OS14時)  
夜:18時~22時  
(前日までに要予約)  
(1組のみ)



## MAP 1 欧風食堂 カンパシーノ



ディナーコース、ランチコースの一品として土佐あかうしを選  
べる。独自の火入れにより土佐あかうしの良い所を余すことなく引  
き出したフィレ、スネ肉のブイオン煮込みなど、メニューはおまか  
せ。季節の素材をあしらった、アートなひと皿に出合える。

高知市城見町6-21 ☎088-855-7751 ㊟月曜、不定休  
☎昼:11時30分~OS13時30分 / 夜:18時~OS20時

## MAP 2 resort dining Se Relaxer

(スルラクセ)



火入れと塩加減でおいさを  
最大限に引き出した「土  
佐あかうしの低温ロースト」  
は、土佐備長炭の香りを移  
した炭オイルソースで。土佐  
ジローの料理も味わえる。高  
知産の食材を愛するシェフ  
が、自ら産地に向き、素材  
を生かした料理に仕上げ  
る。要予約。

高知市帯屋町2-1-34 C3ピ  
ル3F ☎088-854-8480  
㊟月曜、他月2回不定休  
☎18時~23時  
(OS22時)



## MAP 4 肴着 かもん亭



土佐酒アドバイザーの店主  
が作るのは、日本酒に合う  
料理。京ネギがたっぷり入  
った味噌と一緒に焼き上げ  
る「土佐あかうしのホーバ味  
噌焼き」は絶品!わらの香り  
を移した「わら焼き」、「牛  
すじ煮込み」も土佐あかう  
しの持ち味が存分に味わ  
える一品。

高知市はりまや町2-3-13  
正木ビル1F ☎088-885-  
0855 (お詫び:調理中、対応  
できない場合あり)  
㊟火曜  
☎17時30分~翌1時



## MAP 6 肉処 神-JIN-



土佐あかうしを中心に、充実の品揃えを誇る焼肉店。土佐あ  
かうしのロース、四万十ポークのバラ肉、土佐はちきん地鶏のモ  
モ肉が一度に味わえる「産地地消セット」は、満足のいく一皿。土佐  
あかうしリブコースの一枚焼き、すき焼き、しゃぶしゃぶもある。

高知市帯屋町1-1-14 ☎088-855-8829 ㊟不定休 ☎昼:11  
時~15時(OS14時30分) / 夜:17時~22時(OS21時30分)



※各店舗のMAPはP.13-P.14です。

## MAP 3 IHARA



高知産の季節の食材を、美  
しく繊細な和を意識した創作  
フレンチに仕立てる店。コー  
ス料理のメインは、炭や薪を  
使って焼き上げた土佐あか  
うし。感性豊かなオーナー  
シェフが作る料理は、驚きと  
感動の連続。ランチ・ディナ  
ーともにコースのみ、要予約。

高知市はりまや町2-10-1  
アルコビルB1F ☎なし  
※予約はインスタグラムで  
㊟日曜、月曜  
☎昼:12時~15時  
夜:18時~22時



## MAP 5 旬鮮料理 愛禪



希少部位のザブトンにローストし、最後にふわりとわらの香りをまと  
せた一品。やわらかく、しっとり上品な脂があり、土佐あかうし独特  
の香りと濃いうまみを存分に味わえる。味つけは、高知県黒潮産の天  
日塩を使ってシンプルに。記憶に残る味わい。\*小学生以下は入店不可  
高知市はりまや町1-4-11 ☎088-861-4282  
㊟水曜 ☎17時~22時(OS 21時30分)



## MAP 7 草や



うまみを閉じ込めてふっくらと焼き上げたハンバーグは、濃厚な  
土佐ジローの卵の黄身を絡め、甘辛いソースを合わせて。土佐  
あかうしのモモ肉70%、バラ肉30%の絶妙なバランスにより、  
しっとりジューシー、肉のおいしさを堪能できる。

高知市鷹匠町2-1-41 ☎088-855-3436 ㊟日曜、祝日 ☎昼:11  
時30分~午後13時30分(OS13時) ※火・水・木曜のみ  
夜:17時30分~21時(OS20時)





野趣あふれるおらんく地鶏

特高知産鶏

# 土佐ジロー

卵も鶏肉も両方おいしい、日本でも数少ない卵肉兼用種の地鶏。緑餌と呼ばれる野菜などのエサを与え、地面でたっぷり運動させながら育てます。「昔ながらの味」といわれる、野趣あふれる味わいです。



卵

命みなぎる、力強い味わいの有精卵。小ぶりですが黄身が大きく、濃厚うまみと独特の風味があります。

鶏肉

飼育期間が長く、熟成した濃いうまみと、しっかりとした歯ごたえが特長です。噛めば噛むほど深いうまみが広がります。

平飼いで運動量が豊富

野趣あふれる  
パワフルなうまみ！

MAP ↓ はたやま夢楽ジローのおうち



安芸市畑山甲1001-2  
☎070・1494・7689(※不定休)  
①食事は宿泊者のみ・要予約  
チェックイン15時～17時



土佐ジローを飼育する小松靖一さん・圭子さんご夫妻が営むお宿。宿泊客のみに提供される料理は、炭火焼をメインに、ボンブロススープ、しゃぶしゃぶ、親子丼、水炊き、すき焼きなどが味わえる2つのフルコース。朝ごはんには土佐ジローの卵かけごはんが登場。肉・卵とも鮮度抜群！

MAP 8 本格炭火焼鳥 居酒屋 こっこ亭



土佐ジローに惚れ込んだ店主が営む焼鳥専門店。土佐佐賀の天日塩でうまみを引き出し、土佐備長炭で焼き上げる。各部位が味わえる「串焼きセット」「鳥皮の湯引きポンズ」、土佐ジロー卵の卵黄を添えた「生つくね焼き」などメニューも多彩。高知市はりまや町2-1-17 ユタカビル1F ☎088・873・8008 (※日曜(月曜祝日の場合は日曜営業、月曜休) ①17時30分～23時(OS22時30分))

MAP 10 さくらや



高知の食材を使ったお料理が食べられる大人の居酒屋。ムネ肉とモモ肉の皮目をパリッと焼き上げた土佐ジローの炙り焼きや、卵でとじた柳川風などがあり、土佐ジローの塩焼きそばは締めにも人気の一品。店内は木のぬくもりにあふれ、個室もある。高知市追手筋1-4-8 中央ビル1F ☎088・824・8758 (※日曜 ①18時～23時(OS22時30分))

MAP 12 明神丸 本店



土佐ジロー(親鶏)のムネ肉、モモ肉、ササミを薄くスライスし、黒潮町産の天日塩のみで味つけた「陶板焼き」、噛み締めるほどにうまみがあふれる。土佐ジロー卵のだし巻き玉子、卵かけごはんもある。鯉のたたきはもちろん、土佐の味が充実！高知市本町1-1-2 ☎088・820・6505 (※不定休 ①17時～23時30分(OS23時))

※各店舗のMAPはP.13-P.14です。

MAP 9 座屋 高知本店



月替わり会席の最後の一品。土佐ジローの卵かけごはん。土鍋で炊き上げた契約栽培の高知産大野見米に、自家製の合わせ醤油をひと回し。箸で切った土佐ジローの卵を絡めると、絶妙なバランス！卵の風味と米のうまみが一体となった絶品の一碗。要予約。高知市廿代2-8 ☎088・824・1308(※不定休)①昼:12時～14時(OS13時30分)/夜:18時～21時30分(OS21時)/金・土・祝日前はランチなし、夜:18時～23時(OS22時)

MAP 11 土佐食人 こうじ家



天然の地魚と地肉、季節の味を堪能できる和食居酒屋。うまみの濃い土佐ジローは、炭火で中までじんわりと火を通すのが美味。脂のない身の締まったモモ肉を、塩コショウでシンプルに食べれば、鶏本来の味が楽しめる。土佐あかうしのたたき、炙り寿司、押し寿司もある。高知市廿代町7-23 マツチヨビル2F・3F ☎088・875・1233 (※日曜(祝日の場合は営業) ①17時～23時)

MAP 13 鶏と魚



高知の素材を使ったこだわりのスープに、麺も自家製。「地鶏醤油らぁ麺」は、土佐ジロー、土佐はちきん地鶏、ごめんケンカシャモのさまざまな部位を使って、納得いくまで味を整え、現在もよりおいしく進化中！麺はお好みで細麺、手もみ麺が選べる。高知市本町3-2-48 鍋島ビル1F ☎なし(※月曜、不定休(詳細はTwitterで)) ①昼:11時～14時30分(OS14時30分)/夜:18時～20時30分(OS20時)



# 土佐 まろし 地鶏

◎ 自然豊かな高知から

高知県は、日本鶏38種のうち8種が高知県原産という鶏王国。古くから、観賞用、闘鶏用、そして食用として身近に飼われてきました。土佐はちきん地鶏は、コーチン系の土佐九斤と龍馬も好んだ軍鶏の血を受け継いだ地鶏で、運動させて育つため、ふりっとした弾力のある肉質が特長です。



75~90日飼育で熟成の味に

余分な脂がなく、甘みのあるあっさりとした味わい。鶏本来のおいしさをご堪能ください。

コクのあるうまみ、弾むような歯ごたえ！

## MAP ↓ 自然王国 白滝の里「里の茶屋」

夏は避暑地としても最高の場所!大川村では土佐はちきん地鶏のふ化から育成まで、一貫生産で行っています。「里の茶屋」では、ふらりと手ぶらで訪れて、炭火焼のバーベキューが楽しめます。土佐はちきん地鶏のカレーうどん、親子丼などの軽食もあり。

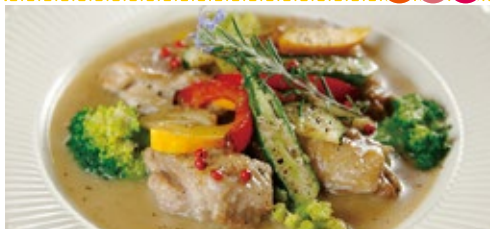


### 自然王国 白滝の里 「里の茶屋」

土佐郡大川村朝谷26  
☎0887・84・2201  
(大川村ふるさとむら公社)  
☎火曜、冬季(12~3月中旬)  
☎10時~16時



## MAP 14 パール パツフォーネ



街の喧騒が心地よいイタリアンパール。にんにくの香りを移したオリーブオイルでじっくりソテーし、白ワインとブイヨンで作る絶品ソースを絡めた「土佐はちきん地鶏のモモ肉と季節野菜のガーリックソテー」。「土佐はちきん地鶏の砂肝のアーヒージョ」はふんわりやわらかな食感。  
高知市帯屋町1-2-10 モリタビル1F ☎088-822-3884 ☎水曜、第2火曜 ☎18時~24時(OS23時)



## MAP 15 炭火・串焼き うえ多



高知に居ながら、四国3県の地鶏が食べられる唯一の店。土佐はちきん地鶏、阿波尾鶏、オリーブ地鶏を炭火で程よく焼き上げ、柚子こしょうと特製ほん酢だれであっさり。コク、歯ごたえなどそれぞれの個性が楽しめる。秋冬は土佐はちきん地鶏の水炊きも絶品!  
高知市廿代町1-3 クリエイトビル1F ☎088-821-0900 ☎日曜、不定休(日・月連休の場合は日曜営業・月曜休み) ☎(月~木)18時~23時(OS22時30分) ☎(金・土)18時~24時(OS23時30分)

## MAP 17 お料理とおもてなし 八金(やがね)



土佐はちきん地鶏のうまみと弾力を味わう「モモ肉の塩焼き」は、わさびを添えて風味豊かに!たれ焼き、ガーリック醤油焼きもある。余分な脂がない土佐はちきん地鶏の「皮のバリバリ揚げ」は香ばしく、ビールが進む一品。メンチカツなど土佐あかうしのメニューもあり!  
高知市追手筋1-2-15 植野ビル2F ☎088-824-8895 ☎日曜、金・土以外の祝日 ☎18時~23時(OS22時30分)



## MAP 19 ろばた焼 仙樹



高知産の季節野菜をたっぷり使った、土佐はちきん地鶏の黒胡椒炒め。ジューシーなモモ肉のうまみと野菜のうまみがバランスよく絡み合い、ビールにもピッタリの一品。土佐ジロー玉子ステーキ、土佐あかうしのステーキ、四万十ポークのトンカツも味わえる。  
高知市大川筋1-3-47 ☎088-823-7769 ☎日曜 ☎17時~OS23時



※各店舗のMAPはP.13-P.14です。

## MAP 16 英屋



土佐はちきん地鶏のモモ肉を塩とコショウでシンプルに味つけし、ガーリックをきかせてオーブンで焼き上げた、ビールと相性抜群の一品。噛むたびにうまみ濃い肉汁があふれる。土佐はちきん地鶏の唐揚げもある。高知の素材を生かした季節の料理も豊富。  
高知市廿代町4-9メロポリタンビル1F南 ☎088-871-2877 ☎日曜 ☎17時30分~23時(OS22時)



## MAP 18 藤鳥



大川村直送のフレッシュな肉だけを使用する、土佐はちきん地鶏専門店。料理はコースのみで、よだれ鶏(ムネ肉)、土佐備長炭で焼くコンロでの焼き鳥(セセリ、モモ肉ほか)、炊き込みごはんや親子丼などの締め一品が味わえる。鍋コース(要予約)もある。  
高知市はりまや町2-2-5 ☎088-881-7355 ☎水曜 ☎18時~肉がなくなり次第閉店

## MAP 20 ぽっちり



土佐はちきん地鶏のムネ肉をじっくり3度揚げ。南蛮酢をかけ、しば漬けをアクセントにしたタルタルソースをたっぷり!しっとりジューシー、大満足のボリューム。咧酒師(さきさけ)の資格を持つ店主が選ぶ日本酒もおすすめ。高知の山海の幸と合わせて楽しめる店。  
高知市本町4-1-51 ☎088-871-4149 ☎日曜 ☎(月~木)17時30分~23時(OS22時) ☎(金・土)17時30分~24時(OS23時)







四万十町産

# 四万十 ポーク

あふれる肉汁  
しっとりジューシー



## MAP 21 焼肉 峰の上

名物「峰丼」。創業以来続く秘伝のタレを塗りながらロースターで焼き上げた四万十ポークの肩ロースは、厚さ約4mm、たっぷり140g!やわらかく風味豊かで、タレに香るニンニク、醤油のうまみ、豚肉の味が絡み合っ、箸が止まらぬおいしさ。四万十ポークの焼肉もおすすめ! ※丼は昼のみ提供。

高岡郡四万十町峰の上17 ☎0880-22-1514

☎木曜、第2・第4水曜

☎昼:11時~午後14時(OS13時30分)

夜:16時30分~21時(OS20時30分)



四万十川が流れる、自然豊かな四万十町。

標高230mの台地で生産される四万十ポークは、地元の豊かな食に生まれ、愛情をたっぷり受けて実に「いいもの」を食べてすくすく育っています!

特長はやわらかな肉質と、甘みのある脂。

臭みがなく、煮ても焼いても

肉本来の味が楽しめ、

季節の野菜との相性も

抜群です!



きめが細かい  
桜色の肉

四万十町に残る  
四万十川最古の沈下橋  
「一斗俵沈下橋」



## MAP 21

### 窪川BEER STYLE Callman56

(コールマン)



鉄板焼きの料理をメインに、海外のビールやクラフトビールも楽しめるバル。一番人気は豚タン1本を豪快に焼いた「豚タン塩」。肉厚でジューシー、食べ応え抜群!肩ロースステーキ、豚ハラミタレ焼き、炭火焼もある。こだわりのインテリアも必見。喫煙可。

高知市本町3-2-2 ☎088-856-5516 ☎日曜

☎17時30分~24時

## MAP 23

### 酒蔵居酒屋 堀川



土佐の地酒と土佐料理が気軽に楽しめる居酒屋。素揚げした旬の野菜とグリルした四万十ポークの背ロースに、粒マスタードのソースを絡め、バルサミコ酢をひと回し。白ネギのフリットと山椒をアクセントにした香り高い一品。肉のうまみと相性抜群!

高知市南はりまや町2-1-24 ☎088-803-7900

☎不定休 ☎(月~土・祝日)

前)17時30分~23時30分

(OS22時30分) (日・祝)17

時~22時30分

(OS21時30分) f i

## MAP 25

### 西村商店 アグリコレット店



ボリューム満点の「四万十ポークのハラミステーキ」は、弾力があるハラミ肉を、たっぷりのニンニク、野菜とともに炒めアツアツの鉄板で!オリジナルの甘辛いたれがごはんと相性抜群。小鉢2品とサラダ、漬け物が付く定食は、ごはん・味噌汁のおかわり自由。

高知市北御座10-10 ☎088-856-5074 ☎火曜夜

☎昼:10時~OS14時30分※土・日・祝はOS15時

夜:17時~20時(OS19時30分)ランチ後はカフェタイム



※各店舗のMAPはP.13-P.14です。

## MAP 22

### 居酒屋 月のねどこ



洋風料理を中心に、エスニック料理も楽しめる店。四万十ポークの甘みをバルサミコの酸味で引き立てたポークステーキは、野菜もたっぷりの滋味深い一品。コチュジャンソースやレモンバターソースもあり、四万十ポークの多彩なおいしさに出合える。

高知市廿四町1-1

☎088-875-2444 ☎月曜

☎(日・火~木)18時~24時

☎(金・土)18時~25時

不定期月で卯のみ

## MAP 24

### レストラン ミキドゥーブル



4日間塩漬けにし、3時間オイルした四万十ポークのバラ肉を、香ばしく焼き上げた「ブティサレ」。脂と赤身のバランスが絶妙で、表面はカリッ、中はホロホロロリの食感。四万十町出身のシェフが、愛してやまない地元食材のおいしさを引き出した自慢の一品。

高知市帯屋町1-14-15 KK

ビル2F ☎088-872-5002

☎月曜、火曜ランチ

☎昼:11時30分~14時

夜:18時~OS21時

## MAP 26

### akka(アッカ)



地元の安心な食材を使ったイタリアン。脂のおいしさがお気に入りという四万十ポークは、絶妙な火入れが自慢のシンプルなグリルで。土佐あかうしのハンバーグやステーキ、煮込みもおすすめ!たっぷり添えられる新鮮野菜のパワーも魅力。

高知市南御座19-16

☎088-885-7666

☎水曜、不定休あり ☎昼:11

時30分~14時30分(OS14

時) / 夜:18時~

22時(OS21時) f i





高知市帯屋町2-3-1 ひろめ市場  
 ☎088-822-5287  
 元日および年6日程度  
 ⌚〈平日・土曜・祝日〉...9時~23時  
 〈日曜〉...7時~23時

## 高知のうまいもんが勢ぞろい!

土佐の郷土料理、名物料理、炎を上げる鯉のたたき。さらに、寿司、中華、イタリアン、インドカレーなどなど、おいしいものが一つ屋根の下に集う食の市場。地肉、地卵、地野菜が一度に味わえます!

地酒や土佐土産も充実の品揃え。人とのふれあいもあり、楽しさ満点の名所です。



※各店舗のMAPはP.13-P.14です。



MAP 28 豚バルデュロック ひろめ店

四万十町にある四万十ポーク生産者「デュロックファーム」の直営店。自慢の肉や加工品が味わえる。分厚く切って焼き上げた「エアズロックステーキ」は350gとボリューム満点! 脂身が甘く風味豊かな四万十ポークならではのおいしさをガッツリ堪能できる。

ひろめ市場 ひろめばる ☎088-802-6996  
 Ⓞ水曜 Ⓞ〈平日〉17時~OS22時30分  
 〈土・日・祝〉12時~OS22時30分



MAP 29 えとこどり 本格炭火焼

高知の自慢の鶏を一举に味わえる店。おすすめは土佐ジローと土佐はちきん地鶏の味を堪能できるセット。うまみ濃い部位を炭火で焼き、ゆずこしょう、塩、タレで味わう。唐揚げや砂肝串、土佐ジローの親子丼や卵かけご飯などメニューも豊富。

ひろめ市場 乙女小路 Ⓞ火曜  
 Ⓞ〈平日〉17時~23時 〈土・日・祝〉11時~23時



MAP 27 やいろ亭

鯉の塩たたきで有名な店。「土佐はちきん地鶏のたれ焼き」は、にんにくを利かせた甘い手づくりのタレを絡めたビールにぴったりの一品。皮がパリッと香ばしく、肉の歯ごたえ絶妙。玉ねぎスライスと相性がよい。シンプルな塩焼きもあり、こちらも人気。その他、高知の味を堪能できる料理が多数!

ひろめ市場 自由広場 ☎088-871-3434  
 Ⓞひろめ市場に準ずる  
 Ⓞ〈月~土〉10時~OS22時 〈日曜〉9時~OS21時



MAP 30 プティ・ヴェール 土佐あかうしとワインの店

イチオシは「塊肉のステーキ」で、ウデ肉・モモ肉・フィレ肉(各200g~)を塊のまま焼き上げ、カットした状態でテーブルへ。肉・野菜に合う塩を使い分け、シンプルに肉のうまみを味わう一品。それぞれ個性がある優れた肉質で、県外からも多くのファンが訪れる。

ひろめ市場 ぎつり日曜日 ☎088-822-2520  
 Ⓞ不定休 Ⓞ〈平日〉昼:11時~14時30分 (OS14時) / 夜:17時~23時  
 〈土・日・祝〉11時~OS21時45分

## とさのさと

JAファーマーズマーケット



MAP 31 JAファーマーズマーケット とさのさと

新鮮な高知県産の農産物を販売する直販所。野菜、魚、肉、卵、花き、お弁当やお惣菜も並びます。土佐あかうし、土佐ジロー、土佐はちきん地鶏、四万十ポークのお肉や加工品もたくさん! 今夜の食材がワンストップで揃います。

高知市北御座10-46 ☎088-878-8722  
 Ⓞ年中無休(1月1日~4日を除く) Ⓞ9時~19時



MAP 32 とさのさと アグリコレット

県産農水産物の魅力的な加工品を取り揃えたセレクトショップ。高知のおいしい食材をよりおいしく仕上げた加工品約2,200アイテムが並び、作り手の愛やこだわりが詰まった逸品に出合えます。テイクアウト店・レストランもあり、お食事でもできます。

高知市北御座10-10 ☎088-803-5015 Ⓞ年中無休(1月1日~2日を除く) Ⓞショップ・テイクアウト10時~19時 / レストラン10時~20時



※店舗のMAPはP.13-P.14です。 -10-





店名を直訳すると「赤い牛」。渡邊雅之シェフが土佐あかうしに惚れ込んでつけた名前だ。

『初めて食べた時の土佐あかうしの肉には衝撃を感じましたね。肉の線維が緻密で、ジビエのように舌に鉄分を感じることができ、あじわいの余韻が長いのです。』



イタリアはトスカーナで修業したシェフが焼くのは、肉の水分を逃さずジューシーさを表現できる薪火で焼くビステッカ。3cm程度の厚切り肉を果敢に火入れし、20分ほど焼き上げる。パリッとクリスピーな表面と、ジューシーでありながらドリップ(肉汁)がしみ出ない瑞々しい断面が特徴だ。



同店では四万十豚のビステッカもラインナップする。肉の線維が綺麗に揃い、豊富な肉汁を湛える豚肉は、とにかく噛み心地が爽やかだ。

東京都港区赤坂6-4-11 ドミエロード1F ☎03-6435-5670  
 ㊿日曜、祝日、月曜屋  
 ㊿昼:11時30分~13時30分 / 夜:18時~22時

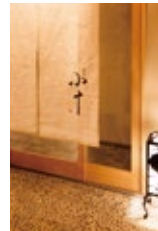


**有名店でも高評価!**

全国のうまいものに精通する食の達人。ブログ「やまけんの出張食い倒れ日記」は食のプロから絶大な支持を得る。高知県畜産振興アドバイザー。



選り抜いた産地の旬の食材の味わいを堪能できる日本料理店として、世界中から食通が訪れる「銀座 小十」。代表の奥田透氏は、東京で土佐あかうしをいち早く日本料理に取り入れた一人だ。



「サンと赤身の美味しさの双方を味わえる土佐あかうしは、日本料理と相性がとてもいいですよ。」という奥田氏。「銀座 小十」のみならず、姉妹店の「銀座 奥田」でも、お客様の要望に応じて積極的に土佐あかうしを出していくそうだ。予約時に「土佐あかうしを」と伝えるといいだろう。

東京都中央区銀座5-4-8  
 カリオカビル4F  
 ☎03-6215-9544  
 ㊿日曜、祝日(不定休)  
 ㊿昼:12時~OS13時  
 夜:18時~OS21時30分

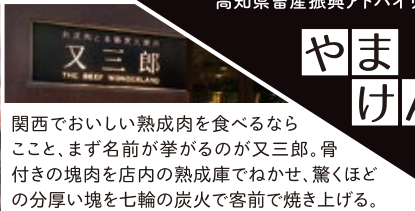


農畜産物流通コンサルタント  
 & 農と食のジャーナリスト  
 山本謙治



スペシャル料理「土佐あかうしの盛り合わせ」。あかうし料理は入荷状況により内容を変えて提供する。料理内容、価格はお問合せを。

総合芸術ともいえる日本料理の技術の粋を尽くした料理。写真はワラ焼きと味噌漬け焼き、衣漬けて揚げたカツ、下地で煮たロース煮という4種の調理をしたあかうしサーロインに、16種の和の素材をトッピングしたスペシャル料理。焼き目の香りが立つワラ焼きに、白味噌の香りがチーズのように芳ばしい味噌漬け、絶妙な火入れのあかうしかつ、そして醤油ダレで煮て味をしみこませたロース。噛みしめるたびに広がる土佐あかうしの奥深い滋味に加えて、わさび漬けや黄身ダレ、昆布佃煮などのトッピングで新しい味わいの世界が広がる。



同店では骨付きロースを60~75日の長期間にわたり熟成する。開業当初から七輪を使い、土佐備長炭の火で焼き上げる。網で両面を焼き、アルミホイルで包んで休ませ、中心までじっくり火を入れる。メディアムレアに焼き上がった肉からは芳ばしいナッツ様の香りと、熟成によって生まれた深いうまみが溢れる。関西で土佐あかうしを食べるなら外せない名店だ。

代表の荒井世津子さんが土佐あかうしと出会ったのは2008年。『黒毛和牛は脂から香りや味が出てくるのに対して、土佐あかうしは肉から独特の味わいが出てきて、美味しいなあと感動しました。厚みを持たせたステーキに向けた肉だと思います。』



大阪市住吉区長居2-13-13長居パークホテル1F ☎06-6693-8534  
 ㊿日曜、木曜 ㊿昼:11時30分~OS13時30分 / 夜:17時30分~OS22時30分

**やまけんレポ**

450年以上の歴史を有する、京都を代表する料亭である瓢亭。15代目当主の高橋義弘さんは、伝統を守るだけではなく、日本料理の進む新しい道も切り拓く。その試みの一つが牛肉料理への取り組みだ。『土佐あかうしを初めて食べたとき、脂の香りが上品で肉の味もしっかりあって、これは日本料理に使用したいと強く思いました。』という高橋さん、何度も高知に足を運び、あかうしとの触れあいを持っている。



瓢亭を訪れる常連や海外からのお客様に対して提供するのが「熟成肉の焼き物 翡翠館」。うすい豆を湯がいて薄皮を剥き、ビュレ状にした餡を火入れしたあかうしに合わせる。甘やかで緑の香りの濃いうすい豆の餡が、肉のうまみと香りを増幅する。

同店の看板料理「瓢亭玉子」には土佐ジロー卵が使われることもある(本店のみ)。絶妙な半熟加減の黄身の香りと美味しさを味わって欲しい。



京都市左京区南禅寺草川町35 ☎075-771-4116  
 ㊿不定休 ㊿本館は11時~OS19時30分  
 ※ほか季節によって朝営業あり



# MAP

このパンフレットで紹介した  
高知県内のお店の位置を  
表しています。

高知市内でお肉を堪能したいならこちら！  
食を愛し、素材にこだわり、  
味を極める名店ばかりです。

地肉と地卵を食べ歩き、  
「おいしい高知」を実感してください！

## ▶ 土佐あかうし

- P.1 **MAP 1** 欧風食堂 カンペシーノ (スルラクセ)
- P.2 **MAP 2** resort dining Se Relaxer
- MAP 3** IHARA
- MAP 4** 酒肴 かもん亭
- MAP 5** 旬鮮料理 愛禅
- MAP 6** 肉処 神-JIN-
- ↓ **MAP 7** 草や

## ▶ 土佐ジロー

- P.4 **MAP 8** 本格炭火焼鳥居酒屋 こっこ亭
- MAP 9** 座屋 高知本店
- MAP 10** さくらや
- MAP 11** 土佐食人 こうじ家
- MAP 12** 明神丸 本店
- ↓ **MAP 13** 鶏と魚

## ▶ 土佐はちきん地鶏

- P.5 **MAP 14** パール バッフオーネ
- P.6 **MAP 15** 炭火・串焼き うえ多
- MAP 16** 英屋

## ▶ 四十万ポーク

- MAP 17** お料理とおもてなし 八金(やがね)
- MAP 18** 藤鳥
- MAP 19** ろばた焼 仙樹
- ↓ **MAP 20** ほっちり
- MAP 21** 窪川BEER STYLE Callman56 (コールマン)
- MAP 22** 居酒屋 月のねどこ
- MAP 23** 酒蔵居酒屋 堀川
- MAP 24** レストラン ミキドゥーブル
- MAP 25** 西村商店 アグリコレット店
- ↓ **MAP 26** akka(アッカ)

