

ポモドーロ

熊本を旅する
食のマガジン

pomodoro

food magazine from kumamoto



Vol.3
March
2022

Take
Free



幻の地鶏

Amakusa Daitou

天草 大王

熊本 阿蘇から 東京へ 「おいしい」 おくりもの

私たちは熊本県阿蘇郡高森町に東京から移住し、同町の施設アーティストビレッジ阿蘇096区でメニュー開発を行っています。阿蘇は良質な水の恩恵を受けた、食材の宝庫。季節ごとの魅力的な食材に、想像力を刺激されています。メニューに用いる食材はすべて信頼できる生産者からあずかっています。それも私たちのこだわりであり、責任です。

熊本に、惚れ込んだ私たちが心を込めて生み出したメニュー。その生産者の思いや開発バックストーリーも含めてお伝えすることで、みなさまに新たな「食」との出会いをお届けしたい。「pomodoro」はそんな思いを込めた雑誌です。



阿蘇096区
セントラルキッチン料理長

秋山喜紀

1979年、山形県生まれ。
イタリア料理をはじめ、
フランス料理から日本料理まで、
様々な料理経験を活かした
メニュー開発に携わる。
東京・吉祥寺のカフェゼン&
ゼンサカバ総料理長も務める。

Photo/Nakanishi Hirohito, Kanari Kazuhiko



pomodoro (ポモドーロ) とは？

pomodoroはイタリア語で「トマト」。
"pomo"は球体の果実、"d'oro"は
金色を意味し「黄金の玉」と呼ばれ、
イタリアでは古くから価値の高い
食物として大切にされてきました。
実は熊本県はトマトの生産量が日本一。
総料理長の秋山が得意とする
イタリアンと熊本を代表する
トマトを掛け算して、
雑誌「pomodoro」は誕生しました。



Food magazine from kumamoto

Vol 3

特集

幻の地鶏、天草大王。

2 Special feature

熊本に蘇った幻の地鶏。天草大王を知っていますか？



6 Special feature

素材の旨味を味わい尽くす。天草大王のグリル

8 Special feature

海と山の恵みと料理長のこだわりを詰め込みました。天草のごちそうバリエア



10 Special feature

他では味わえないゼノンオリジナルメニュー。

天草大王のレバーブリュレ／天草大王と辛子蓮根のガランティース



12 Tapas

鮮やかな緑に春の訪れを感じる

そら豆のシガー巻き／天使の海老のアヒージョ／マッシュルームのアヒージョ／ナツメヤシのベーコン巻き

14 Drink

華やかな春色ドリンク
さくら舞うジンジャーエール
／さくら咲くラテ



16 Sweets

今だけのお楽しみ春の新作スイーツ
イチゴだらけパフェ／旬のイチゴタルト

19 Interview

インタビュー
景井ひなさん



20 Landscape in Kumamoto

グラビア
熊本 幻の風景



24 Restaurant guide

エンリコの熊本イタリアン探訪

26 Column

郷土料理コラム
上様の御膳
一文字のぐるぐる／ひとしじのぐるぐるピンチョス



28 News

公演オリジナルスイーツが完成！
096k熊本歌劇団



30 Online shop

カフェゼノン
オンラインショップ

31 Questionnaire

アンケート

32 Recipe

おうちでできるかんたんイタリアンマンマの台所
フェットチーネ、アレズキーネ

熊本に蘇った
幻の地鶏。
天草大王を
知っていますか？



天草大王

Amakusadaiou

Amakusadaiou



熊本には、明治・大正期に高級食材として水炊きに使われた天草大王という地鶏がいました。昭和に入って途絶えましたが、人知れず重ねられた苦勞と歳月の末、復元に成功。その後も、大王の名にふさわしい体躯と風格の鶏に育てるための、たゆまぬ努力がいまも続いています。知るほどに味わいを増す天草大王をめぐる物語と、食材としての可能性を見つめて私たちが考案した4つの創作メニューを、巻頭特集でご紹介します。

熊

本^{ほん}の地^ち鶏^と、天^{あま}草^{くさ}大^{だい}王^{わう}を

ご存じでしょうか。

大王の名前が示す通り、

体が大きいことが特徴で、雄の場合、背丈は90cm、体重は7kg近くになることもあります。これはブロイラー（一般的な食用鶏）に比べ、ほぼ倍の大きさ。脚が長く、世界的にも稀な大型の鶏といわれています。

その天草大王は、一度は絶滅したものの地鶏でした。かつて天草で複数の鶏が交配されて誕生。明治末期には、当時沢田品だつた水炊き鍋に入れる高級食材として、主に福岡の博多に出荷されてきました。しかし、昭和に入ってから恐慌が起こり、需要が激減。産卵数が少なかったこともあり、やがて絶滅しました。

時代が移り、この幻の地鶏を蘇らせようとする取り組みが、熊本県農業センター畜産研究所を中心に始まります。しかし、一度途絶えた種の復元への道りは、平坦ではありませんでした。わずかな文献や油絵を手がかりに、熊本コーチンとシャモと中国のランシャン種を交配した鶏であると推定。しかし、検査や手続きの煩雑さから、ランシャン種が存在する中国やイギリスからの雛の入手は難航し、

実現に至りませんでした。そんな中、アメリカで同種が飼育されていることをきくと、1992年、ランシャンの雛を日本に連れてくるのができない。それから10年近くは及ぶ交配の繰り返しの結果、2000年、ついに天草大王の原種復元に成功。2004年から天草の有志4名が飼育を始め、翌年から出荷が開始されました。飼育に関する過去の資料は残っていないため、苦労も多かったようです。蘇った天草大王の飼育を始めた最初の一人である、蓮池直次郎さんは、ブロイラーと比較しながら次のように教えてくれました。

「体の大きい天草大王は育つまで日数がかかります。ブロイラーは飼育を始めて50日はたてば体重が3kg近くになり、出荷は可能な一方、天草大王の場合は40gほどの雛が出荷目安の5kg程度に成育するまで、120日は必要です。他県の有名な地鶏でも、育てる期間は80日くらいのももあり、地鶏の中ですら天草大王にかかる日数は長いほうです。そのぶん飼代が高つくまいます。また、脚が長いので機械に入らず、手作業で血抜きなどの処理をしなければならぬため、人件費もかかります」

日本最大級の高級肉用種が21世紀に復活。

さらお、飼育期間が長すぎるのと、体に大きくなり、肉が硬くなる傾向があるそうです。日本食鳥協会によると、近年国内の加工場で処理されている食用ブロイラーの数（いわゆる

王は、卵からかえる雛の数が2019年度で約9万3千羽（熊本県農業センター畜産研究所調べ）。それに近い数が育てられ出荷されると見ても、いかに希少な鶏であるかがわかります。

弾むような歯応えが

食材としての魅力。

その天草大王の食材としての魅力は、どういったところにあるのでしょうか。海に面した天草市新和町で、お父様と二代にわたって天草大王を飼育する船田幸平さんは、「適度に弾力がある歯応えです」と説明してくれました。

「肉量が多く、シャモのような筋肉質なのが身が締まっています。口の中で弾むような食べ心地。鶏肉でこの歯応えは初めて体験した、という方もいらっしゃると思います」

お、高級な地鶏として徐々にファンを増やしていた天草大王ですが、飲食業界を揺るがした新型コロナウイルスの影響からは逃れる

ことができず、2020年度は需要が大幅に減少。先述した天草大王の卵からかえた雛の数で見ても、前年比で2万羽以上少なくなっています。危機感を抱いた船田さんは、販路拡大と学校給食への活用推進に取り組みとともに、食育の一環として小学校における天草大王の特別授業にも講師として参加。その魅力や価値の発信に努めています。

「コロナの状況下にあっても仕入れてくださる方々、食べてくださる方々のおかげで、飼育と出荷を継続できています。一緒にがんばっている天草大王への愛情は増すばかり。二度と絶えることがないよう、普及のため自分にできることをしていきたいと思っています」

カワエゼノン&ゼノンサカバの総料理長・秋山は、今回の天草大王の取材後、食材としての可能性に改めて着目。そのおいしさを楽しめる創作メニューを4点、新たに用意しました。調理法にもよりますが、ブロイラーに比べて脂が淡泊なので、鶏皮が苦手な人にもおすすめです。料理に合う飲み物とともに、6ページからメニューをご紹介します。



広めの空間で時間と手間をかけて育てられます

畜産農家の船田幸平さん（左上）、蓮池直次郎さん



とうもろこしやおおさをもぐもぐ



どんな鶏を“地鶏”としようか？

日本食鳥協会によると、地鶏とは明治時代までに日本に定着した在来種の血が半分以上入っており、飼育方法が日本農林規格（JAS）によって定められている鶏のこと。鶏本来の旨みとコク、適度な歯ごたえが特徴の高級食材です。日本農林規格にある地鶏の飼育方法の指定は3つ。1つめは期間。ふ化日から75日間以上飼育していることが必要です。2つめは方法。28日齢以降、平飼いで飼育していること。平飼いは、屋内・屋外を問わず、自由に地面を歩き回れる環境で飼育することをいいます。3つめは密度。28日齢以降、1平方メートル当たり10羽以下で飼育していること。これらの条件を満たしたもののだけが、地鶏と表示することができます。熊本の天草大王や、徳島の阿波尾鶏（あわおどり）、名古屋コーチン、秋田の比内地鶏などが地鶏に該当します。

熊本を代表する陶器

しょうだいやき

小代焼

今回撮影で使用した器は熊本の小代焼。熊本県の西北に位置する小代山^{しょうだいさん}でとれる鉄分の多い小代粘土を使った、素朴で力強い作風が特徴です。小代焼には、薬灰釉などを全体に掛け、さらに柄杓で別の釉薬を打ち掛けて模様を表す、「流し掛け」の技術が使われており、釉薬の割合、焼成温度の変化等により、青小代、黄小代、白小代、といわれる微妙な発色技法が使われています。釉薬の深い美しさと自由奔放な流し掛けの模様は、器形と調和して素朴な中にもダイナミックな味わいがあり、同じ釉薬を使い、同じ窯で焼いたとしても、窯内のわずかな環境の違いで決して同じものにはなりません。それもまた小代焼の魅力です。

小代焼に使用される陶土は花崗岩質で鉄分が多く耐火度があるため、1220~1300度の高温で焼かれます。焼成温度が高く割れにくく丈夫なため、日常使いに向いているのも魅力のひとつ。出会った際は、ぜひお手にとってみてください。

【使用品はとも堂・井上尚之さんの作品】



自家製照り焼きソース

鶏ガラでとった出汁にザラメや醤油を加えたオリジナル照り焼きソース。鶏由来の出汁が素材とソースをつなぎ、口の中で溶け合います。



ポップマスタード

マスタードの種子を潰さずに作られたマスタード。マイルドな辛味とさわやかさに加え、プチプチした食感が楽しめます。



塩レモン

熊本では定番の薬味のすりおろしレモンの塩漬けです。濃厚な肉の味をさわやかにフレッシュに引き立てます。



BBQスパイス

ホーリーバジル、レモングラス、オレガノ、フェネグリークなどハーブをふんだんに使った、洋風薬膳ともいえる独自スパイスが食欲を刺激します。



赤柚子胡椒

熟成した赤唐辛子を使用したさわやかな辛味の柚子胡椒。青唐辛子を使用したものよりも辛さが抑えられ、柚子のふくよかな香りを感じられます。

豊かな旨味をさらに引き立たせる5種のソース&スパイス

素材の旨味を
味わい尽くす。

天草大王のモモ肉を、
素材本来の味を楽しんでいただけるよう、
あえてシンプルな焼き付けにはこだわっており、
厚い皮にしっかりと火を通すため、
厚い皮にしっかりと丁寧に焼き上げています。
シンプルがゆえ火の入れ方、網目の焼き付けに、
厚い皮にしっかりと丁寧に焼き上げています。
地鶏が持つ、しっかりとした弾力と
豊かな旨味をぜひお楽しみください。

Photo/Kunihashi Shigetoki, Styling/Jon Muroto



天草大王
のグリル
5種のソース&スパイス

Grill of "Amakusa Daiou"

天草大王のグリル

1,978円(税込)

おすすめドリンク



オーストラリア産白ワイン
グリューナー・
フェルトリーナー・
ランゲンロイス

鶏肉とハーブやスパイスの香りが、ワインが持つ柔らかなアロマと相性◎

ボトル 5,830円(税込)

詰め込みました。



天草の地鶏と海鮮を一度に味わう

天草大王の毛肉に、タコ、イカなどの海鮮、色とりどりの野菜が散りばめられたパエリアです。一般的なパエリアは魚介を熱し、生米を入れ炊き上げますが、ゼノンのパエリアはひと味違います。その工程は、まず出汁を作るところから始まり、ます。焼いたワタリガニをミキサーにかけて、鯛のアラ、トマト、んにくオイルなどをブレイク状になるまで煮詰めます。そこにさらにチキンブイヨンを加え、鶏と海鮮、野菜の出汁で炊いています。炊いた後はオーブンへ。そこからの火入れにも職人の技が。入れる食材によりベストな焼き時間と温度を細かく調整。そして出汁のコーゲンやゼラチン質と米のデンプン質のバランスがマッチすると、表面に膜が貼ります。そう、この膜こそ、美味しさへのこだわり の証なのです。



- フランス産白ワイン ローゼン・エーゲルト
 - 複数の異なるブドウで作られた奥行きのある味わいが、多様な食材のパエリアと相性ピッタリ。
- ※生米から調理するため、ご注文から40分程いただいております。

九州各地の食材が集う 熊本の台所

メニュー 食材レポート

今回、訪れたのは「熊本の本所」といわれる田嶋市場。地方卸売市場としては全国でも有数の規模を誇る市場です。

天草で獲られた多くの魚をはじめ、九州中の食材が集まるという田嶋市場で、今回紹介する料理にも使われている食材について、仲買である、のま鮮魚の藤本大城さんにお話を伺いました。

ま ずは、漁場としての天草はどうか？
「天草には土サも海流も異なる内海と外海があるので、多様な魚があ

つてきます。穏やかな海を利用した養殖も盛んですね」

「一目目を引くのが関東ではほとんど見かけない、大きなモンゴウイカです。」

「確かに他ではあまり見かけないかもしれませんが、ここでは地元で穫れるので新鮮。刺し身でもいけますよ」

このイカの新鮮さを測る基準は、その特徴的な模様の高さだといえます。

「新鮮なうちは色が濃いんですが、しめてしまうと、あっという間に白くなります。模様自体は残るんです

が、コントラストが薄くなる感

じですね。美味しいものは、見た目の色が濃く、

厚みのあるものが美味しいを決めます」

近 年、イカの注目度が上がって

きているのだとか。

一方、天草といえは「タコ街道」もあるほど、タコも有名ですよ。

「そうですね。天草のタコは昔ながらのタコ壺漁で獲っています。天草のタコ漁の歴史は長いので、積み重ね、受け継がれている技術がありますね。美味しいタコを見分けるには、触った時の弾力と一本一本の足が太いものを選ぶのがいいと思います」

時季のなまのおすすすめはありますか？

「サワラですね。魚へんに春と書いて、サワラです。今日は産北産のいいのが入っていますよ」

サワラの旬は獲れる地域によって異なりますが、こちらでは冬場から

2ハイト41キロもある特大サイズ。



撮影に困るほど元気なタコでした！



春にかけてが美味しい季節なので、う。

「これも、体に厚みがあるものが美味しいです。人間でいうと体が大きくて小顔のイメージですね。サワラは釣りや網の両方ですが、釣りがいいのは間違いないのですが、モノがいいのは間違いない釣りの方です。網の跡や、魚同士が擦れあつて傷がつかないで表面がキレイですし、釣りは網が引っかかると水につけられますが、網はあけて選り分けてから入れる形になるので、その差が新鮮さと味の違いとして出てきます。サワラに限らず、魚を見る時は小顔で肌がキレイなものを選びます。サワラに限らず、魚を見るのがおすすすめですよ」

お話を聞きながら、仲買さんの目利きにより、天草をはじめ九州の新鮮で美味しい魚たちが、ここから日本全国へと届けられていくのを目の当たりにしました。



このあがった。あのカサワ。産の厚くて皮も刺し身でも焼いても美味しいこと。

G

Galantine



「天草大王と辛子蓮根のガランティース」

熊本名物の
マリアージュ
前菜にピッタリの
さっぱりとした
味わい

ガランティースは「galant(洗練された)」という意味を持つフランス料理。天草大王のムネ肉を薄くスライスし、熊本名物の辛子蓮根と鶏挽き肉、人参を細かくカットしたものを巻いて、冷製で楽しめる一品に仕上げました。しっとりやわらかな食感の中に、刻まれた辛子蓮根がアクセントになります。そのままでも美味しく召し上がっていただけますが、さっぱりとしたマスタードソース、ゆで卵を細かく刻んだミモザ風タマゴ、たっぷりの野菜とビネガーを合わせたラビゴットソースと、変化のつく三種のソースでもお楽しみいただけます。それぞれを味わうもよし、組み合わせるもよし、お好みに合わせて自由にお楽しみください。

698円(税込)

おすすめドリンク



フランス産ロゼワイン
カプリース・ド・
クレモンティース

ボトル 6,050円(税込)

ガランティースの食感と
柔らかいロゼの質感が
相性◎。

レバーペーストを
たっぷり乗せて
お召し上がり下さい。



「天草大王のレバーブリュレ」

濃厚でいて
しつこくない
シェフこだわりの
レバーペースト

地元でも入手困難な天草大王のレバーを特別に入荷。パテベースは、天草大王のレバーとフォアグラを合わせ、塩とブランデーでマリネしたものを一日寝かせ、卵黄、生クリームを加えています。地鶏である天草大王のレバーを合わせることで、フォアグラだけでは出せない、野性味も感じられる複雑な味わいになっています。キャラメリゼには、精製されていないきび砂糖であるカソナドを使用。独特の甘い香りがありつつ、決して甘すぎない深い味わいを楽しめます。つけあわせには、相性のよい、甘さの少ない小ぶりのラスクをチョイスしました。濃厚なレバーペーストをたっぷり乗せてお召し上がりください。

698円(税込)

おすすめドリンク



フランス産赤ワイン
アイム
グルナッシュ

グラス 682円(税込) ボトル 3,300円(税込)

グルナッシュのふんわり感と
甘みがフォアグラとレバーを
引き立てます。

L

Lever Brûlée

他では
味わえない、
ゼノン
オリジナル
メニュー。

ナツメヤシのベーコン巻き

スペインでは定番のタパス。ゼノンではナツメヤシ(デーツ)の実の中に、アーモンドをまるごとひとつづつ入れ、ベーコンで巻いて揚げています。甘さと、塩気と、香ばしさが、お酒のおつまみに最適です。

495円(税込)

おすすめ
ドリンク



スペイン産赤ワイン
クアトロ・メセス
(桜ラベル)
グラス 872円 ポトル 4,400円

ワインが持つ甘やかさが
ドライフルーツの凝縮した
甘味とも、ベーコンの
塩味とも相性◎

一度食べたら
クセになる♪



ゼノンで大好評の定番メニューも！

濃厚な
ミソオイルを
堪能



天使の海老のアヒージョ

天使の海老はニューカレドニアで育てられた海老で、般ごと食べられます。調理時に軽く頭を潰し、海老のミソをオイルの中に溶け出させていますので、その濃厚さをバケットでお楽しみください。

1,078円(税込)

おすすめ
ドリンク



スペイン産白ワイン
グラン・リバド・
アルバリーニョ
ポトル 4,400円(税込)

海のワインと称されるアルバリーニョは、ミネラル香る涼やかなアロマが甲殻類との相性抜群です。

マッシュルームのアヒージョ

マッシュルームが持つ旨味を引き出す料理こそアヒージョ。グルタミン酸とグアニル酸が溶け合い、口に含んでいたとマッシュルームの旨味がジュースのように広がります。バケットともお酒ともよく合いますよ。

1,078円(税込)

おすすめ
ドリンク



イタリア産赤ワイン
レッチャイア ロッソ・
ディ・トスカーナ
ポトル 4,400円(税込)

ワインが持つクラシックでナチュラルな熟成感とマッシュルームの相性が良い。

マッシュルームの旨味が溢れる！



鮮やかな緑に
春の訪れを
感じる新メニュー。

そら豆とクリームチーズのシガー巻き

そら豆そのまま
シンプルにも
楽しめる



軽い口当たり。
スティック状で
食べやすい

そら豆は 高タンパク& 低脂質♪

熊本県立大学准教授で栄養学を研究する友寄博子さんによると、そら豆は、枝豆などの一般的な豆類に比べ、同程度のタンパク質を持ちながら、脂質をほとんど含まないのが特徴とのこと。(100gあたりの脂質：枝豆6〜8gに対し、そら豆は0,2g)
健康や身体作りのため脂質が気になる方には特におすすめですよ♪

おすすめ
ドリンク



イタリア産白ワイン
トラミン・ピノ・
グリージョ
ポトル 5,830円(税込)

ピノ・グリージョのスモークな旨味が、そら豆のほっこり感ともチーズの濃厚さともマッチします。

そら豆と クリームチーズの シガー巻き

フレッシュなそら豆をクリームチーズと合わせ、シガー仕立てにしました。黒胡椒とグラナパダーノチーズを振り、軽いスナック感覚でお召し上がり

いただけます。
また、茹でてさっと油に通したものを添えました。鮮やかな見た目とともに、そら豆本来の味をお楽しみください。

1,078円(税込)

Latte

さくら
咲く
ラテ

チョコレートソースを枝に見立て、さくらシロップで花を咲かせました。口を含むとほんのりとさくらの香りが広がります。添えられたエスプレッソショットを注げば、甘いスチームミルクにピターなエスプレッソが効いて大人の味に。自分で花を咲かせることのできる「お絵かきラテ」もあります。

通常 748円(税込)
お絵かき 792円(税込)

春の訪れを
体感できる
目にうれしい
さくらラテ。



Competition

お絵かき
ラテ
コンテスト
開催!

ラズベリーミルクのシロップを使って、自分で桜を満開にしてみませんか?「#さくら咲くラテ」でハッシュタグをつけてInstagramにアップして応募完了。最優秀賞にはカフェゼノン&ゼノンサカバお食事券をプレゼント!

Ginger Ale

さくら舞う
ジンジャー
エール

花びらの正体は「ガリ」（しょうが）。甘酸っぱいガリにちょっぴり酸味の効いたさくらシロップを加え、自家製のクラフトジンジャーで仕上げました。甘さ控えめでずっさりとした飲み口です。かき混ぜると花びらがふわっと浮かび、春風に舞うさくらを眺めているよう。テイクアウトも可能です。

ノンアルコール
792円(税込)
アルコール入り
872円(税込)
※TAKE OUT可

見た目は可憐、
味はピリッと。
さくら舞い踊る一杯



春色 ドリ ンク

5月末までの期間限定!
新登場!
華やかな!

甘さと酸味が
絶妙なバランス!
熊本産イチゴで飾った
季節のタルト



旬のイチゴタルト

熊本産のイチゴ「ゆうべに」をたっぷり乗せたタルトが登場! カスタードの上には新緑を感じさせるピスタチオ。生地にはアーモンドが練り込まれています。「ゆうべに」は大ぶりで酸味は控えめ、ほどよい甘さで瑞々しい食感。ひときわ鮮やかな紅色で華やかな気分も味わえる春のスイーツです。

698円(税込)

*仕入れ状況により品種が変更となる場合がございます。
※TAKE OUT可

おすすめ ドリンク



ハーブティー

南阿蘇
オーガニック
レモングラスティー

660円(税込)

イチゴの酸味と
レモングラスは好相性。
さっぱりと味わえます。



イチゴ味の
オンパレード!
あなたは
どのイチゴが好き?

イチゴだらけ パフェ

上からストロベリーアイスクリーム、フレッシュ、丸ごと凍らせた削りイチゴ、ジャム。イチゴを楽しみ尽くす、イチゴづくしのパフェです。甘いジャムからやや酸味の効いた削りイチゴまで、いろいろ少しずつ味わえるので味覚を飽きさせません。生クリームとフレークが混ざるように全体を崩して食べるのがおすすめです。

869円(税込)

*仕入れ状況により品種が変更となる場合がございます。

おすすめ ドリンク



カリフォルニア産
白ワイン

ビコーズ アイム
シャルドネ
カリフォルニア

グラス 682円(税込)
ボトル 3,300円(税込)

酸味が少なく飲みやすい。
フルーティな香りがバニラ風味に
よく合います。



今だけの
お楽しみ
ゼノン春の新作スイーツ



イチゴは果物の中でも栄養価の高いフルーツだとご存じですか？中でもビタミン C の含有量はトップクラス。100g あたり 62mg で、ラズベリーの約 3 倍。それだけでなくビタミン E (α-トコフェロール)、鉄、葉酸、カリウム、食物繊維等が多く含まれており、まさに自然が生んだサプリメントなのです。

熊本県立大学准教授として栄養学を研究する友寄博子さんによると、イチゴの強みはビタミン C と E がいっしょに含まれていることだそうです。「ビタミン E は体内でビタミン C と共働して細胞膜を酸化から守ってくれます。ふたつ同時に摂取でき、非常に効率の良い食品です」ビタミン E は細胞の健康を維持する効果が期待でき、若々しさを保つために必要な栄養素といえます。

鉄、葉酸と女性にうれしい栄養素が多いのも特徴。「女性に不足しがちな鉄分は、イチゴのように量を食べられる食材に含まれていると、摂取しやすいですね。また、イチゴには葉酸も豊富に含まれています。血を作るビタミンのひとつで不足すると貧血にもなります」

さらに喜ばしいのはそのカロリーの低さ。「100g あたり 31 kcal と低いので、普段の食事にプラスしても健康を害することはありません」100g は中粒のイチゴなら 3~4 粒に値します。毎日食べても、無理なく継続して摂取できる量ですね。

おいしく手軽に栄養補給ができて、健康・美容効果も期待できる優秀なフルーツ、イチゴ。罪悪感を感じずにたくさん食べてください！

取材協力：観光農園 吉次園(きちじえん)
熊本県熊本市北区
植木町木留556-1
TEL 096-273-2544

イチゴは天然の サプリメント！ 女性にうれしい栄養素が 豊富です



植木町で観光農園「吉次園」を営む前田大さんにおいしいイチゴの食べ方を伺いました。「イチゴは先端からヘタの方に向かって熟していきます。先端に糖分が溜まっているので、最後の一口を甘く終えるにはヘタの方から食べるというですよ」

私が好きな
阿蘇名物。
「いまきん
食堂」の

あか牛丼

女優や

タレントとして活躍する一方、
動画プラットフォームTikTokで、
1000万人を超えるフォロワーから

注目される景井ひなさん。

毎日19時に投稿されるショートムービーは、

日常の一部を切り取ったものから、
映画の子吉編(?)まで幅広く、

同世代を中心に共感と支持を集めています。

日々、これを継続するエネルギーは

どこから来るのでしょうか。

景井さんには、熊本へ帰郷すると

いつも友人と一緒に食べる

「心の味」がありました。

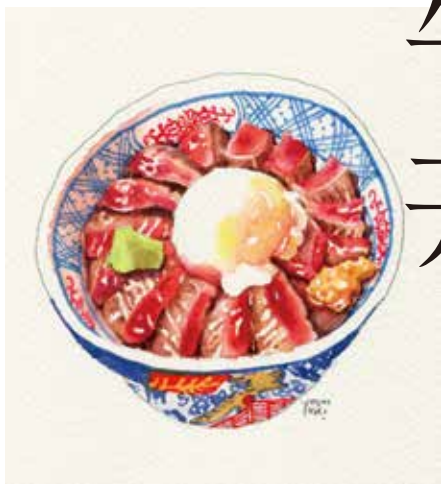


Illustration / Osaki Yoshiyuki

ふるさと熊本の料理で、なにより好きなものがあります。
それは、阿蘇の内牧温泉にある「いまきん食堂」のあか牛丼。こ
このあか牛はやわらかくて、パサつきがない絶品です。食べ歩きが
好きな友人も、「あか牛は、いまきんが一番」と勧める、地元の人
も納得の質。ご飯が隠れるほど丼いっぱいにあか牛が載っているの
で、満腹感があります。

井にちよこんと載せてある、細
かく刻んだあか牛入りの甘めの味
噌も、おいしさの秘密。肉につけ
ながら食べたときの味には、ほか
の料理では得られない感激があり
ます。味噌はテイクアウトで売ら
れているので、気に入って買って
帰る人をよく見かけます。

食へに行くとき、常連さんのみ
ならず、県外からの観光客の方々も
訪れていて、いつも行列ができて
いる人気店です。けれども、並ん
で待っている人たちに迷惑がかか
らないよう、食べて少しくつろい
だら長居せず、次の人に席を譲る
気持ちがお客さん同士になんとな
くあって、その雰囲気も好きです。
よいものを分かち合う空気感とい
うか、そんなところにも、また足

を運びたくなる魅力を感じているのかもしれない。

帰省すると、地元の人と一緒に必ず食へに行きます。私が帰る
と、「いまきん行こう」という話になり、出かけるきっかけになっ
ています。お気に入りのは2階のこたつ席。長居するわけではなくて
も心地よさを感じる、お店の配慮が伝わってくるうれしい場所です。

女優、TikTokクリエイター

<https://www.tiktok.com/@kageihina>

景井ひなさん



1999年熊本県生まれ。TikTok開始からわずか2年
7か月で1,000万人フォロワーを達成。実験精神と創
意工夫に満ちたビジュアル作品を継続的に発信する
種々のTikTokクリエイター。女優、モデルとしても
活動。ハリプロデジタルエンターテインメント所属。

熊本

2016年の

熊本地震により、

もう見るできない絶景が

熊本にはあります。

また、一度失われながらも

蘇った景色もあります。

そんな熊本の「幻の風景」を

ご存じでしょうか。

ほかにはない3つの景観を、

あなたにご紹介します。

ラピユタの道

県道149号から阿蘇外輪山を
走る県道339号に至る、約6
キロの道路「阿蘇市道狩尾幹線」
の眺めスタジオアプリのアニメ映
画「天空の城ラピユタ」を連想さ
せる風景から、ラピユタの道と呼
ばれるようになった。2016年
の熊本地震で被災後、復旧のめど
は立っていない。

熊本県阿蘇市狩尾

幻の風景



干潮時



長部田海床路

熊本県宇土市住吉町

潮が引いたときの姿を現す、熊本県宇土市にある約1キロの海上の延有明海に面がつて24本の電信柱が海の中に立ち並ぶ。1979年の創設後、地震や台風の影響で電信柱が倒壊、幻の風景となっていたが、県や銀行の助成を受けて2018年に蘇った。

免の石

熊本県南阿蘇村河原

南阿蘇村のパワースポットといわれる観光名所。石が挟まり、宙に浮いているように見えるため、「落ちない」と利益があるとされた。しかし、2016年の熊本地震により石は落下、あとには箱のような不思議なシルエットが出現した。阿蘇の根子岳（ねこだけ）にもちなみ、現在は猫好きの新たな聖地となりつつある。

After





エンリコの
熊本
イタリアン
探訪



熊本市内、
並木坂のイタリアン…
ここは本当の
イタリアン!?
確かめに行った!

僕、ポモドーロ編集部
のエンリコ・クローチェ
が来日してトライしてき
たイタリアンはどこもし
くりきまませんでした。しか
し、トマトの聖地熊本に
来てからやっと「本当
のイタリアン」に出会え
ました! 毎回僕が選ん
だ熊本のイタリアンを紹
介して1~3ポモドーロ
で評価するグルメシリ
ーズ!

Ristorante 02

ピッツェリア
ダ
ロッコ

カジュアルに
入れる
最高のピッツェリア!

石畳の左右に並木があ
る風景がどこか僕の故
郷ローマを思い出させ
る、熊本市「並木坂」。
そんな並木坂にあるの
が今回のお店「ピッツェ
リアダロッコ」です。

実はこのお店は僕が熊
本に引っ越してから初
めて行ったイタリアン。
ナポリ旅行で食べたピ
ッツァを日本でも食べ
たいね、と妻とよく話
していましたが「ダロ
ッコ」に初めて行って
ピッツァを食べた僕と
妻はビックリ! ナポリ
で食べた時と同じ感
動が口に広がったん
です! それもそのはず
で、店長はイタリア
ンでピッツァ職人とし
て修行されてきたと
のこと。

ピッツァを焼いている
大きな石窯も、イタ
リアから取り寄せた
ものだそうです。なん
とも言っても生地
の美味しさと口に
広がる香ばしさを、
ぜひ一度体験して
みてほしいです!

また、ピッツァの他
に僕がもうひとつお
勧めしたいのがア
ペリティーボのセ
ット。

イタリア人ってメイ
ンの前にこんなに食
べるの? と思われる
かもしれませんが、
アペリティーボを食
べて僕らはそのお
店のピッツァの味を
想像して、胃袋の
準備をするんです。

ダロッコのアペリ
ティーボは、お店
の味を知る贅沢な
セットで値段もリ
ーズナブル。これ
は100点です!

Pizzeria da Rocco



Report 1

焼き立ての
ピッツァの匂いが漂う店内で
どのピッツァを注文するか悩む時間…
最高に幸せなひとときです。



Report 2

アペリティーボ

ダロッコに行く時は必ず
この前菜盛り合わせを注文します!
ワンプレートで色んな味を楽しめるとなると
ついついお酒も進みますね。
※デイナー限定、2人前から



Report 3

雰囲気抜群なテラス席と、
広くてお洒落な店内席。
恋人同士でも
家族連れでも満足できます!



Report 4



イタリアでピッツァ職人の修行をした
店長が腕匠からもらった名前を
店名にされているそうです。
真の赤看板が食欲をそそります!

ナポリで修行を積んだ
店主が作る
もちもちのナポリピッツァを
ボナペティート!

Report 5

ロッコ

お店の名前の
ピッツァメニュー「ロッコ」
ナポリピッツァが好きなら
このピッツァはマスト!
もちもちで香ばしい生地に感動します。
贅沢にのせられたプロシュットと
フレッシュなルッコラも最高です!



Report 6

こだわりのピッツァが焼かれる
大きな石窯はなんと
イタリアから運ばれてきたもの。

調査結果!

僕が熊本イタリアン愛する
きっかけをくれた「ダロッコ」...
もちろん満点の
3pomodoro!
これからもお世話になります~

● ● ● 3 Pomodoro!

Details

「ピッツェリア ダ ロッコ」

住所 〒860-0846 熊本県熊本市中央区城東町3-41 ポーポノビル 1F
営業時間 11:30~21:00(時間変更の可能性)
ジャンル イタリアン、ピッツァ、カフェ
予約問い合わせ 096-288-0496
最新情報は公式SNSまで! >>>



名君・細川重賢の
時代に生まれた
名物料理

ぐるぐる

上様の
御膳

A treat for the lord. Vol. 3



一文字のぐるぐる

本来、熊本の一文字のぐるぐるは、ねぎ(わけぎ)を茹で、根元を軸にして葉を巻き付けたもの。ほどよい甘みと歯応えを楽しめる、酢味噌などでいただく春の名物です。

撮影協力：熊本郷土料理 青柳

細川重賢

1720(享保五)～1785(天明五)年、4代藩主・細川宣紀の五男。先代の兄・宗孝が不慮の死を遂げたため、部屋住みの身から急遽藩政を担う立場となる。

「細川重賢像」
1786(天明六年)
水戸文庫蔵

質素儉約を率先した 六代藩主の治世に誕生。

熊本の本郷土料理、一文字のぐるぐる。その、「一文字」とは、ねぎの隠語。ねぎは漢字で書くと「葱」という一文字のため、それをぐるぐる巻き付けたことからついた名前といわれています。この料理が誕生したのは、江戸時代中期。名君との誉れ高い六代藩主・細川重賢の治世。宝暦の改革と呼ばれる、財政難に苦しんでいた藩の立て直しが行われた時代です。

重賢は、直面していた財政面での苦境を乗り越えるため、地場産品の振興に着手。さらに儉約令を出して率先垂範し、質素な暮らしを奨励します。贅沢な酒や肴は禁じられる中、安価でおいしい料理を工夫されてきたのが、ねぎを素材にした一文字のぐるぐるです。旬の時期の春めく頃、好んで食べ

られるようになり、やがて熊本の本郷土料理として定着しました。

重賢の主な治績は、綱紀肅正と人材育成。大奉行職を新設し権限を集中して藩士の意識と行動改善に取り組む一方、教育に注力。庶民にも入学を許した藩校・時習館を熊本城二の丸に設立したことが知られます。時習館はのちに、幕末を代表する思想家・横井小楠を輩出しました。

ほ かに、医学校の再春館や薬草園を開設。日本初の刑法典纂するなど、後世に影響を与えた先駆的な取り組みにも手腕を発揮しました。のちに大日本帝国憲法起草した井上毅もまた、時習館に学んだ熊本の人物です。

なお、重賢の藩政における功績ばかり見ると、禁欲的で謹厳な藩主という印象ですが、他の視点から見ると、ま

た違った人間らしい魅力が浮かんでくる人物です。

重賢と同時代を生きた旗本、根岸鎮衛が世間話をまとめた『耳竈』には、「慈仁思慮の賢人として登場。配膳で失敗をした人に対し、こまやかな気配りをするさまが書かれています。その深慮と、機転をきかせて問題を解決する風流とした姿は、まるで歌舞伎の名場面を観ているかのよう。

さらに、肥前国平戸藩主・松浦静山が著した随筆集「甲子夜話」では、將軍・徳川家治の侍旨で重賢が少将に昇進した折、素朴に喜んで正月に「元日やるもな(芋菜と位も名の掛詞)もある雑煮かな」と駄洒落めいた句を詠む様子も。愛嬌たっぷりの、愛された上様だったのかもしれないとその横顔がしのべれます。

また、能楽への傾倒も一通りではな

かったようです。「重賢公逸話(熊日新書)によると明和五(1768)年に記された日記の表紙裏には、その年に稽古する能の作品名が書き込まれています。驚くことにその中には、円熟した能楽師のみが上演を許される『当麻』や、恨みや未練などの人間の執心に通暁していなければ役を全うしえないであろう『通小町』もあり、能への並々ならぬ熱意と技量とともに、起伏と振幅のある感情生活を送っていたであろう境涯うかがわれます。重賢は鳥類や昆虫の図鑑も遺しており、人間のみならず、生き物のいのちを見つめることに熱中できる性質だったのかもしれない。

そんな重賢の多彩さに、驚きと敬意をおぼえながら、現代だからできる工夫をこらして、私たちが味わえる「ぐるぐる」メニューを創作しました。あなたも、食べにいらしてみてください。

A treat for the lord. Vol.3



おすすめドリンク



フランス産白ワイン
アルシニョー
ソーヴェイニオン
ブラン

サワラとの相性◎。適度な酸味がピネガリを使った料理に合います。
グラス 872円(税込)
ボトル 5280円(税込)

カフェゼノン&ゼノンサカバで創作した「ぐるぐる」がこちら。

ひとまじのぐるぐるピンチョス

もとの春のイメージを生かしてピンチョスにアレンジしました。サワラの酢漬けと洋風酢味噌でさっぱりとした味わい。
649円(税込)



Harna Kato, Ai Okubo, Yuki Kusumoto, Kana Kusumo, Haruka Nakashima, Marino Ito, Ikumi Sugai, Mako Honda, Minami Umetsuka, Miki Kitano, Kimika Kudo, Rio Kubota, Kotono Iwanaga, Kotoe Ue, Yuka Toudou, Kana Kiyama, Haruhi Yano, Yuki Nomura, Kotoname Fukuda, Riho Toida, Misaki Himeno, TETO, Ako Taniguchi, Sayuki Katayama, Aira Hashimoto, Madoka Hoshio, Hikari Butsuda

お求めは！



遠方の方でも
お買い求め
いただけるよう、
通信販売
(カフェゼノンBASE)でも
数量限定で
販売中です！
6,000円(税込)
※2本セット、送料含む



鶴屋
特別公演
決定！



舞台
前田慶次
かぶき旅
～肥後の虎・加藤清正～編

鶴屋百貨店東館7階
鶴屋ホールにて
2022年4月29日(金・祝)、
30日(土)

公演スケジュールに
変更がある場合が
ございます。
正確な情報は
公式サイトを
ご覧ください。

096k 情報



肥後の武将
加藤清正を
イメージした
“カトーショコラ”！

加藤ショコラ
2,500円(税込)

先進的で南蛮貿易にも積極的だった肥後の武将・加藤清正をイメージして作られたガトーショコラ。

カカオ80%のクーベルチュールを使用し、特殊な方法でテンパリング(カカオバターの結晶を最も安定した状態にすること)したチョコレートに、阿蘇小国ジャージー牛乳生クリームと玉子で繋げた、生チョコのようなきめ細かい生地のガトーショコラです。短時間で焼き、-40度で一気に冷やして仕上げる事も美味しさのポイント。

南蛮渡来のお菓子として、着目した素材が南蛮柿(イチジク)。やわらかいドライ白いちじくを使用し、ブランデーに漬け込んでチョコレートとの相性をよくしています。そのプチプチとした食感に加え、ヘーゼルナッツ、ピスタチオ、香ばしくローストしたナッツ類も欠かせないアクセント。濃厚な生地に、複雑な香りとう感をもらします。

これは仰天の
南蛮菓子じゃ！

加藤清正役：片山紗雪



096k公演
オリジナル
スイーツが
完成！

傾奇者・前田慶次を
思わせる
インパクト抜群の
“前田ケーキ”！

前田ケーキ
2,500円(税込)

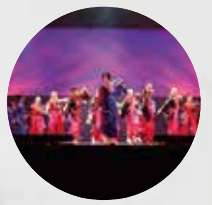
そのド派手な見た目が、まさに傾奇者・前田慶次を思わせるマープルカステラ。

ベースの黄色は、石臼挽きにより小麦が持つ本来の旨味、風味、栄養価を丁寧に引き出している小麦粉「肥後のいずみ」と、阿蘇小国ジャージー牛乳のバターをたっぷり使用した、バターの香りをしっかりと味わえるプレーン生地。緑色には熊本県唯一の抹茶「お茶の畑野園」の抹茶を使用し、赤色は健康食品としても注目される紅麹で色付け。白色には老舗製餡「茜丸」の、なめらかでまろやかな口溶けかつ上品な甘さを持つ白あんを使用と、ひとつひとつの素材に徹底的にこだわりました。

それらを包み込むのは前田慶次のトレードマークでもある虎柄のクレープ生地。洋菓子でありながら、和菓子のような味わいを持つ、実に傾いた一品となっています。その不思議な食味をぜひ一度お試しあれ。

なんとも
傾いておる！

前田慶次役：菅井育美



096k
熊本歌劇団

オクロックくまもとかげきだん

Photo/
Kuribayashi Shigeki,
Sylina/
Joh Motoho

熊本を舞台に
活動の幅を広げる096k熊本歌劇団。
定期公演『前田慶次かぶき旅
～肥後の虎・加藤清正編～』の
舞台を重ねる中、
開発されたのが、主役である
前田慶次と加藤清正をイメージした
オリジナルスイーツです。
舞台公演をお楽しみの後は、
ぜひこちらに舌鼓を
打っていただきます！

096k熊本歌劇団とは

熊本県の阿蘇・高森町を拠点に2020年に結成された女性だけの歌劇団。アーティスティック阿蘇096区で共同生活を送りながら、漫画作品の舞台化をはじめメディア出演や地域貢献など意欲的に活動中。

Online Shop

阿蘇の恵みをご自宅で楽しみたい方へ。
メニューの一部を
通販でご購入
いただけます。

			
Gateau chocolat	Sake	Cheesecake	Craft cola
XYZ 生ガトー ショコラ	レイ斬! 純米& 純米吟醸	XYZ チーズ ケーキ	XYZ コーラ
希少な乳牛、阿蘇小国ジャージー牛乳のバターと生クリームを使用。ジャージー牛乳は脂肪分が約5%と高く自然な甘味特徴。生チョコのような口どけで、ビターチョコの香ばしさに酔いしれます。コーヒーにもワインにも合うスイーツです。 2,400円(税込)+送料	阿蘇の日本酒「れいざん」と「北斗の拳」のキャラクター「レイ」のコラボレーション。阿蘇の清冽な山水と酒米の王様「山田錦」を磨き上げて醸した純米吟醸と、熊本酒の酒米「華錦」で醸したスッキリとした純米酒のセットです。ギフトにもどうぞ。 2本セット 5,350円(税込)+送料	ジャージー牛乳はうっすらと黄色味を帯びていることから「黄金色のミルク」と呼ばれています。それは脂肪分が高く濃厚な印。阿蘇小国ジャージー牛乳の生クリームとヨーグルトで深いコクのあるチーズケーキに仕上げました。なめらかな食感。 2,400円(税込)+送料	南阿蘇産のオーガニックホーリーバジルをたっぷり使用。しょうがやシヤモンなど冷え性対策が期待できる素材を含む計12種類のスパイスを調合しています。着色料、人工甘味料、保存料不使用のコーラベース。ミルクで割ってもおいしいです。 1本 2,800円(税込)+送料
『シティーハンター』作中に描かれた喫茶店がイメージのパッケージ		『シティーハンター』作中に描かれた喫茶店がイメージのパッケージ	ラベルは『シティーハンター』の主人公公羽羽原とパートナーの横村香の2種類

※「XYZ」とは漫画「シティーハンター」に登場する合言葉。もう誰がいない＝助けがないという意味。これ以上のおいしさはないという意味も兼ねています。

すべてカフェゼノン
BASE内ショップより
ご購入いただけます。

<https://cafezenon.thebase.in/>



ポモドーロ アンケート

QRコードで
アンケートページへ!
「pomodoro」
第3号をお読みになった
ご意見・ご感想を
お聞かせください。



締め切り
2022 5/15
SUNDAY

アンケートにお答えいただいた方全員にプレゼント

その場で使える!
カフェゼノン&
ゼノンサカバ

ドリンク1杯無料クーポン

1 DRINK FREE COUPON

クーポンご利用可能期間
2022年
5月15日(日)まで

回答完了画面を
ご注文時に
ご提示ください。

※クーポンの有効期限は取得から2週間です。※無料クーポンとの併用はできません。※クーポンのみのご利用はできません。ワンオーダーご注文いただいた方のみを対象とさせていただきます。※クーポンのご利用はおひとりさま1回限りです。

さらに抽選で豪華景品プレゼント

		
1名	1名	1名
カフェゼノン&ゼノンサカバ お食事券3,000円分	XYZ熟成ラムレーズン ガトーショコラ	XYZ星原抹茶の チーズケーキ
カフェゼノン&ゼノンサカバで使えるお食事券。pomodoro掲載メニューをみなさまでお楽しみください。 有効期限:2022年9月15日(木)まで	じっくり漬け込んだ自家製ラムレーズンとローストアーモンド・ピスタチオをトッピング。ビターなショコラとラム酒の香りが調和した大人の味わいです。	熊本の希少な抹茶「星原」と阿蘇小国ジャージー牛乳の生クリーム・ヨーグルトを使用。なめらかで濃厚な口当たりと抹茶の上品な渋み心が心地よい一品です。

おうちでできるかんたんイタリアン

3

Recipe



マンマ・マリア
Mamma Maria

マンマの台所

「ママ」はマリア。「マンマ・マリア」と呼んでください。熊本に住んでいる息子も大好きな、おいしいイタリアンのレシピを紹介します！

イタリアはズッキーニの聖地



みなさん、知っていましたか？ズッキーニは、チョコレートや豆など他の人気商品と同様に、スペイン人によって1500年に南北アメリカから輸入されたそうです。しかし、現在世界中で使われているさまざまな種類のズッキーニを交配によって得たのはイタリアです。そして今ではイタリアはズッキーニの世界最大の生産国の一つです。そう考えたらイタリア人であったクリストファー・コロンブスがアメリカ大陸を発見したように、ズッキーニもまたイタリア人にとって大事な発見だったといえますね！



ズッキーニのバスタ

フェットチーネ・アレ・ズッキーネ

point

アンチョビがなかったらフライパンにバスタを入れる際にナツメグを加えてもいいです！

作り方

調理時間

30分

⑥ 最後にバルメザンチーズを加えて…ボナベタイト！

材料(2人前)

- フェットチーネ……………150g
- ズッキーニ……………3-4本
- 玉ねぎ……………1/2個
- アンチョビ……………4枚
- 塩……………少々
- バルメザンチーズ……………お好み
- オリーブオイル……………お好み



これは何年前のクリスマスのfamiglia写真です。最近日本になかなか行けないので、息子たちにまた会える日を楽しみにしています♡



Profile

マンマ・マリア/ワインとチーズで有名なアブルツォ州生まれのローマ育ち。最近「stay home」で沢山の美味いレシピ作り挑戦していますので今後皆さんにご紹介したいです！

編集後記



風景撮影に有明海を訪れた時のこと。海上に貝でできた橋がかいられているのを見。童心にかえりびよんびよんと進んでいくと、奥まで行ったところで潮が満ちはじめ、橋は沈みはじめました。急いで戻りましたが、潮位が上がると時は本当にあつという間、うっかり取り残されるところでした……。(吉松)



私の苗字の「さかい」は漢字で書くと「境」。「坂井」や「酒井」の多い東京では珍しい字です。けれども取材で熊本に行くと、「境」は熊本では多いよといわれました。調べると、確かに熊本(と北九州)に多いとのこと。不思議なご縁を感じつつ、取材にうかがの楽しみをしています。(境)



新メニューのさくらドリンクシリーズはまさに春到来な一品。「さくら咲くジンジャーエール」をかき混ぜながら、ここ1、2年は仲間とレジャーシートを広げてお花見をしていないことに気がつきました。だからと一緒に愛でたくなるのが寂。この春はさくらドリンクを片手に、公園散歩に出かけませんか。(福沢)



最近は熊本×海外を繋げる様々なプロジェクトに関わっています。熊本や九州の魅力を海外の方にも知っていただけるように勉強中です身長200cmの僕ですが、とって「美味しい」熊本のおかげで横幅も大きくなってきました(笑)。これからも熊本の魅力をたくさんお伝えできればと思います。(エンリコ)

この雑誌にあるメニューは
東京 吉祥寺の
カフェゼノン&ゼノンサカバで
お召し上がりいただけます。



ポモドーロ 第3号 2022年3月15日発行

発行人	堀江信彦
編集人	吉松照章
表紙、ロゴデザイン	岡本一宣デザイン事務所
アートディレクション	岡本一宣
デザイン	田嶋諒、長谷川悠子、清水麻里(o.i.g.d.c.)
編集	境裕児、福沢沙織、エンリコローチェ
協力	株式会社じぞう屋 株式会社熊本コアミックス
編集・発行	株式会社コアミックス 〒180-0003 東京都武蔵野市吉祥寺南町 1-9-9 吉祥寺じぞうビル TEL 0422-24-6778 (pomodoro編集部) https://www.coamix.co.jp/
印刷・製本	凸版印刷株式会社

©コアミックス 2021

※商品の価格や仕様は2022年3月現在のものです。
予告なく変更する場合がありますのでご了承ください。
※本誌掲載の記事、写真、イラスト等の
無断転写転載を禁じます。

カフェゼノン&ゼノンサカバ

第3回

熊本は、美味しい。



「pomodoro」掲載メニューは
カフェゼノン&ゼノンサカバ店頭
またはテイクアウトで

昼はカフェ、夜は肉バル。東京・
吉祥寺にあるカフェゼノン&ゼノ
ンサカバは熊本直送の厳選され
た食材を使ったこだわりの創作
メニューを提供しています。運営
母体が漫画出版社ならではの、
人気作品とのコラボメニューや
イベントもいっぱい。吉祥寺の
ちよっと変わった飲食店に、気軽
にお立ち寄りください。



テイクアウト限定 シーリング缶スイーツ
ライムネード480円(税込)、
オレンジのショートケーキ780円(税込)

テイクアウト
人気メニューTOP5

- | | |
|----|--------------------|
| 1位 | 九州産特選黒毛和牛のローストビーフ丼 |
| 2位 | 阿蘇あか牛のハンバーグ |
| 3位 | 火の国カレー |
| 4位 | 馬肉ハンバーガー |
| 5位 | 本日の前菜8種盛り合わせ |

営業時間 11:30-23:00(日曜は22:00まで)
ランチタイム 11:30-14:30
ディナータイム 15:00-16:30
ディナータイム 17:00-23:00
定休日 なし(年末年始休業あり)
所在地 東京都武蔵野市吉祥寺南町2-11-1
電話 0422-27-2275

※営業時間は東京都の営業時間短縮要請により変更あり



INSTAGRAM



LINE



WEB



FACEBOOK



TWITTER