



名物!三陸チョッピーノ ¥1,980 / ¥2,980



三陸牡蠣のハーブ・アヒージョ ¥1,650



三陸直送 一年中、生牡蠣 1pc ¥450



先ずはこれ
一番人気♪

カルパッチョ7種盛り合わせ ¥2,980 / ¥4,980



日高見牛リブローズ・ステーキ ¥3,800



たっぷり生ウニのクリームソース生パスタ ¥1,980



【岩手県花巻】無濾過シードル グラス ¥800



ワイン食堂
セラッセ東京
kerasse Tokyo
三陸 oyster & kitchen



【近年の物価高騰の影響で、価格・内容が予告なしに変更になる場合がございます。】

※価格は税込です。※写真はすべてイメージです。

※メニューは一例です。季節・仕入れにより変更になります。

Chef introduction

こんにちは、シェフの坂東です。

ご縁をありがとうございます。

「お前の話なんてどうでもいい」コーナー（笑）
改めて自己紹介をさせていただきたいと思います。



- 青森生まれ、だけど青森弁があまりわからない（転勤族でした）
- 青森生まれ、だけど寒さにめっきり弱い（虚弱体質）
- バイク歴 ヤマハFZR→KAWASAKIバリオス→HONDA フォーサイト
- 得意料理：寿司（洋食の料理人だけどw）
- 好きな食べ物：お米とチョコレート（一日一回は食べないとストレス満載）
- 最近好きな歌手：玉置浩二さん、May J さん（寝不足の原因に…）
- 最近好きなワイン：自然派ワイン・オレンジワイン（個性的なワイン大好き!）
- 最近好きな映画：コータ あいのうた（是非、観てね!感動）
- 最近の目標：農家さん料理教室を全国に広めたい（マジメ）
- 最近の悩み：腹がどんどんでてる（50のおっさん）
- 最近好きなyoutube：参政党・エガちゃんねる（エガちゃん、いい人）
- 最近のお気に入り：100円マッサージボールで腰マッサージ（おすすめ!）
- 最近の休日：寝て食う（引きこもり）

18歳の時 ファミレスでホールのバイトを始め、仕事の楽しさに目覚め

20歳の時 料理人しか自分が生きていける道はない（_-;）と感じ

21歳の時 カリフォルニアで食文化の面白さに衝撃を受け

25歳の時 帰国して本格的に洋食の料理人をスタート 震災時

「売り上げをあげる、給料は減らす」会社に嫌気がさし岩手へ（笑）

2018年11月ケラッセ東京 OPEN、そしてもう50歳（_-;）

東京 & 岩手県住田町で料理教室開催中！

もう10年以上、継続してます♥

ご縁に感謝！

Thanks



坂東 誠 ケラッセ東京 シェフ 【わがままな次男・B型・さそり座】

1972年10月生まれ 青森県十和田市出身

カリフォルニア州立 Monterey peninsula college 卒

小さい頃から一人であるのが好きで、よく絵をかいていました。人と話さなくても良い仕事に就きたいと思い、中学卒業後に、マジで漫画家になろうと思っていましたw。なぜか早く働きたい願望があったんですね。震災後に岩手県住田町で2年間料理をする機会をいただき、よりいっそう【三陸の感動を世界に広める!】をミッションに活動中♪

Connection of Sanriku food

三陸を世界へ ～ 三陸の感動を世界へ伝えるために ～

三陸の食を通して様々な「繋がり」を生み出し、多くの笑顔を生み出したい。
そんな想いから生まれた日本を元気にするワイン食堂です。



牡蠣・ホヤ 宮城県雄勝湾



(株)海遊・伊藤社長

三陸の牡蠣・ホヤに対する熱い情熱に共感しています。

ありすポーク 岩手県住田町



ありす畜産・水野社長

地元愛に溢れる情熱が、逸品を生み出しています。

シードル 岩手県花巻市亀ヶ森



亀ヶ森醸造所・大和田さん

りんご農家と作る無濾過・無補糖の自然派シードル。

アスパラ 岩手県住田町



での園・水野さん

地元を代表する若手農家さん。一球入魂の野菜達。

三陸鮮魚 岩手県大船渡市



大船渡魚市場・(株)毛利

三大漁場・三陸沖に誇りを持つ、大好きな人々♥

リアスワイン 岩手県陸前高田市



神田葡萄園・熊谷社長

7代目社長の手掛ける潮香るワインに惚れています。

Oyster Dishes

三陸直送！一年中、生で味わえる**「牡蠣」**メニュー



牡蠣
おすすめ

会員になると...

生牡蠣 10個盛り

¥4,500 → **¥1,980**

(要・事前予約)

会員登録はこちらから
年会費無料

牡蠣とワインを楽しむ、えこひいき会員様

メルマガ



LINE



牡蠣
おすすめ

牡蠣6種「全部盛り」
オールスター ¥2,800

6pc すべての種類が味わえる
お得で楽しいプレートです♪

- ・生牡蠣・魚醤焼き・ブルゴーニュバター焼き・地中海焼き
- ・ウニクリーム焼き・牡蠣フライ (各 1pc)



やっぱり生！レモンでシンプルに牡蠣を味わう

- **三陸産 生牡蠣** Fresh oyster 1pc ¥450

岩手産の繊細な絶品魚醤です！

- **牡蠣の「魚醤」焼き** Baked oyster w/ fish sauce 1pc ¥450

ハーブとニンニクのバターで病み付きの味！

- **牡蠣のブルゴーニュバター焼き** Baked oyster w/ garlic butter 1pc ¥550

オリーブ・バジル・ドライトマト

- **牡蠣の地中海焼き** Mediterranean oyster 1pc ¥650

濃厚病みつき、雲丹たっぷり！

- **牡蠣のウニクリーム焼き** Baked oyster w/ sea urchin cream 1pc ¥770

やっぱり定番！

- **三陸牡蠣カキフライ** Bread crumbled, deep fried oyster 2pc ¥600

生牡蠣

通常の牡蠣が水深 10m 程度で養殖されるのに対し、三陸の牡蠣は水深 40m 以上の
キレイで冷たい海域で育てられます。それが一年中、生で食べられる牡蠣の秘密です♪





Fresh
fish

先ずはこれ！ケラッセ看板メニュー 三陸旬魚のカルパッチョ 7種盛り合わせ

Carpaccio of the day

ハーフ(2人用) ¥2,980 / フル(4人用) ¥4,980

旬の三陸から旨い魚が集結！
新鮮な魚に身体が喜びます♪
ワインと共にどうぞ！
お魚の下には7種のお野菜♪
いろいろ楽しめる一皿です。

TAPAS 前菜・サラダ

- 三陸産の美味しいワカメ de シーフード・サラダ ハーフ ¥800 / フル ¥1,300
Seafood salad

- 生でいただく！有機小松菜 & 岩手八幡平マツシユルームのシーザーサラダ
Caesar salad w/ mushroom ハーフ ¥800 / フル ¥1,300



6種野菜のグラナパダーノチーズ仕立て

Roasted vegetable w/ parmesan cheese

ハーフ ¥860 / フル ¥1,650

味わいの深い旬野菜を ローストして旨みを凝縮。
たっぷりのイタリアンチーズで♪

- 三陸ツブ貝と八幡平マツシユルーム・オリーブのアヒージョ ¥1,380
Whelk and mushroom ajillo
- 三陸牡蠣のハーフ・アヒージョ (4~5pc) ¥1,650
Oyster ajillo
- 北海道メークイーンのポテトフライ ¥660
Fried potato
- 岩手産・杜仲茶 ポーク生ハム ¥1,400
Prosciutto
- 岩手県・雫石チーズ工房のチーズ盛り合わせ ¥1,600
Assorted cheese

FISH & MEAT 三陸のお魚・お肉



4 種肉盛り



リブローズステーキ

肉盛
おすすめ

宮城県登米市 日高見牧場 より

みちのく日高見牛を堪能する“4種”肉盛り

Assorted HIDAKAMI beef plate



【リブローズステーキ】【パレルモ風牛カツレツ】
【炙り中落ちカルビ】【牛牡蠣ウニのせ】

お肉の総重量 約 200g ¥4,600 / 約 400g ¥7,800

- みちのく日高見牛のリブローズ・ステーキ HIDAKAMI beef steak 150g ¥3,800
～ヒマラヤの黒岩塩で～



ケラッセ名物！三陸チヨッピーノ

SANRIKU CHIOPPINO

ハーフ ¥1,980 / フル ¥2,980

魚介のトマトシチュー♪ 三陸旬魚介の旨みが凝縮！
日テレで紹介された名物料理！

バケット(¥200) や 米粉 の フォカッチャ (¥350) も ご一緒にいかがですか？

- 三陸鮮魚のフィッシュ&チップス ハーフ 2pc ¥880 / フル 4pc ¥1,680
fish and chips

～ お刺身鮮度のお魚 & 北海道メークイーンを使って
ビールの衣でサクッと揚げています♪ キュウリのタルタルソースと～

PASTA & RICE もちもちの生パスタ & 岩手農家のお米



たっぷり生ウニのクリームソース スパゲッティー

¥1,980

Cream sauce spaghetti w/ sea urchin

ロングセラーの人気 NO.1 パスタ！
生クリームの濃厚ソースで♪

- 岩手四元豚ありすぽーく100%のラグーソース・スパゲッティー ¥1,800

Spaghetti bolognese with IWATE pork

- 三陸ワカメとアサリ・柚子胡椒の和風ソース・スパゲッティー ¥1,800

Soy-garlic spaghetti with seaweed and clam

- "岩手産ひとめぼれ"と八幡平マッシュルームの三陸シーフードリゾット
～6種の魚介・バジル仕上げ～ ¥1,980

Seafood risotto with mushroom



みちのく日高見牛すじの ガーリックライス

¥1,980

Garlic rice with beeftendon

岩手の農家さん直送・ひとめぼれ米を使い
南部鉄器で大盛りに仕上げました！

DESSERT ケラッセ自慢の自家製スイーツ ALL ¥680 / プチ ¥440

- ガトーショコラ ～チョコレート好きの定番！～ Chocolate cake
- 岩手くずまき高原ヨーグルトムース ～クリーミーな病みつきスイーツ～ Yogurt mousse

お通し代『自家製・米粉フォカッチャ』として ¥500 を頂戴しております。

TODAY'S COURSE

初めての方や、三陸の旬をもれなく堪能したい方にコースがおすすめ！

旬の三陸食材 5品コース お一人様 ¥3,980

- 当店名物！カルパッチョ 7種盛り合わせ
- 三陸 チョッピーノ
- 7種ミネラル野菜のグラナパターノ仕立て
- 岩手県住田町 四元豚グリル
- 三陸産牡蠣のブルゴーニュバター焼き

※メニューや食材は旬の仕入れによって変更します。

♡ ワイン食堂 kerase Tokyo の楽しみ方 ♡



岩手ワイン & 無濾過シードルで乾杯！

岩手のワイナリーをお楽しみください♡
岩手のワイン・シードルはフレッシュで飲みやすく、
飲み過ぎてしまいます。



まずは 三陸カルパッチョ 7種盛り！

先ずは絶対これです。今日の新鮮全部盛り！
岩手県大船渡港の鮮魚を中心に東北・北海道の鮮魚、
ホタテ・水蛸など 7 種類の旬魚を盛り合わせ♪



一年中、生で牡蠣！

三陸の牡蠣漁師さんから直送。
水深40mのキレイで冷たい環境で育つので
一年中、生！で食べられるのです。



そして名物をお一つ！

- 【名物料理】三陸の感動をお届け！
- みちのく日高見牛リブローズステーキ
 - 三陸チョッピーノ
 - 旬野菜のグラナパターノ仕立て

ワイン食堂
セラッセ東京
kerasse Tokyo
三陸 oyster & kitchen



kerasse.com

🕒 15:00 ~ フード L.O. 21:30

月曜・火曜定休

📞 TEL 03 - 6380 - 0253

📍 東京都新宿区余丁町 9-9 クレール余丁町 1F
都営大江戸線 若松河田駅「河田口」より徒歩約3分
新宿駅からのタクシー利用もできます。(2km)

