



Sanriku Chioppino



Fresh Oyster



No.1

Carpaccio of the day



Hidakami-beef Rib steak



Cream sauce spaghetti w/ Sea urchin



City hanamaki iwate Cidre



ワイン食堂  クラッセ東京  
**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、MayJ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巻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

¥5,000 → ¥2,500

(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 ¥3,200

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 ¥500  
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 ¥500  
ハーブとニンニクのバターで痛み付きの味！
- 牡蠣のブルゴーニュバター焼き Baked oyster w/ garlic butter ..... 1pc ¥600  
オリーブ・バジル・ドライトマト
- 牡蠣の地中海焼き Mediterranean oyster ..... 1pc ¥700  
濃厚痛みつき、雲丹たっぷり！
- 牡蠣のウニクリーム焼き Baked oyster w/ sea urchin cream ..... 1pc ¥800  
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♪



# Kerasse special

ケラッセに来たら、これを食べなきゃ損です。



三陸旬魚のカルパッチョ7種盛り合わせ  
Carpaccio of the day

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、いろいろ楽しめる一皿!



みちのく日高見牛 リブローズ・ステーキ  
HIDAKAMI-Beef Rib steak

宮城県登米産  
赤身と脂身のバランスの取れた  
上質な味わい♡



ケラッセ名物!三陸チヨッピーノ  
SANRIKU CHIOPPINO

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!



たっぷり生ウニの  
クリームソーススパゲツッティ  
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♡



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。

## SALAD 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      ハーフ ¥800 / フル ¥1,300  
Caesar salad w/ mushroom



### 6種野菜のグラナパターノチーズ仕立て

Roasted vegetable w/ parmesan cheese

ハーフ ¥980 / フル ¥1,780

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♪

## TAPAS 前菜

- 北海道メークインのポテトフライ ..... ¥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 ¥2,700 / フル ¥3,300

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 ¥980 / フル4pc ¥1,780  
fish and chips  
～ 新鮮なお魚&北海道メークイーンをビールの衣でサクッと♪  
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 ¥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 ¥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 ¥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～ Seafood risotto with mushroom ¥1,980



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 / アチ ¥440

- 発酵バターのカトーショコラ ～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 ～クリーミーな痛みつきスイーツ～ 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 ¥4,500

- 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
- 三陸産牡蠣のフ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 クレアル余丁町 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)

