価格は全て税抜き価格です。

出雲市平田三津港伝統の漁師料理

さばしゃぶ

一人前 一五八〇円

二人前より承ります。

島根沖の刺身でも食せる新鮮な生さばを、醤油ベースの出汁で豪快にしゃぶしゃぶし、島根県産・玉葱の薄切りと一緒に食べていただく、船上の漁師の戦めし！癖になる旨さです！〆はうどんが◎

トッピング

- さば　九〇〇円
- 大根　二〇〇円
- 白菜　二〇〇円
- 玉葱　二〇〇円
- 厚揚げ　二〇〇円
- うどん　三八〇円

その他トッピングはおすすめメニューにて！

もち豚とレタスのしゃぶしゃぶ

一人前
一五八〇円
二人前より承ります。

美白効果、疲労回復、老化防止を助ける
ビタミンEが豊富な味わい。豊かなもち豚と
各地の厳選レタスをたっぷりとあわせた絶品
しゃぶしゃぶ。ごまダレ・ぽん酢お好みでどうぞ。
最後の〆にはラーメンを。

トッピング

- もち豚スライス　八〇〇円
- レタス　四〇〇円
- 大根　二〇〇円
- 白菜　二〇〇円
- 玉葱　二〇〇円
- 厚揚げ　二〇〇円
- 〆のラーメン　三八〇円

その他トッピングは
おすすめメニューにて！

価格は全て税抜き価格です。

名物島根直送鮮魚

さば料理

島根彩旬

鯖のお造り　一一〇〇円

浜田港沖の漁場は脂質豊富なプランクトンが多く生息しておりそこで育った鯖は脂ののった旨味豊富な鯖となります。

炙り鯖のお造り　一一〇〇円

生でも頂ける新鮮な鯖を贅沢に炙りにて、脂が溶け香ばしい香りを纏った鯖を薬味とねぎと共に島根の新鮮な鯖だからその一品です。

鯖のお造り

島根沖鯖のお話

浜田港沖の漁場は、
脂質豊富なプランクトンが
多く生息しています。
そこで育った鯖は他の漁場で
獲れる鯖とは全く違い、
脂ののった旨味豊富な
鯖となります。

自慢の主水流鯖料理

鯖の味噌たたき　九〇〇円

島根県頓原味噌と数種の薬味を和えた一品。
鯖の脂と味噌が旨味を引き立てます。
日本酒との相性は抜群。

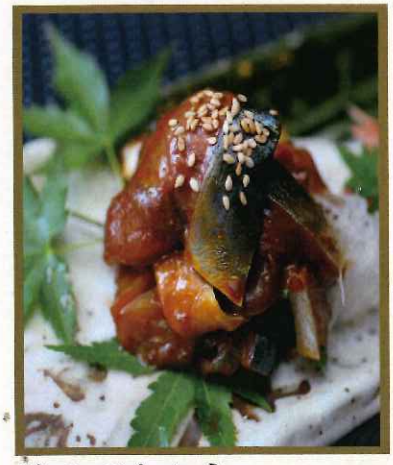
鯖のごま和え　九〇〇円

風味豊かな胡麻と甘露醤油はさばと相性がとてもいい。
女性の方におすすめの少し甘めな味わい。

鯖の味噌茶漬け　八〇〇円

さばの味噌たたきをお茶漬けにて、だし汁に鯖の脂と合わさった味噌が溶け出しより風味豊かな味わいに。

鯖の味噌たたき



鯖のごま和え

価格は全て税抜き価格です。

島根日本海 海幸晩菜

島根直送 刺身盛り

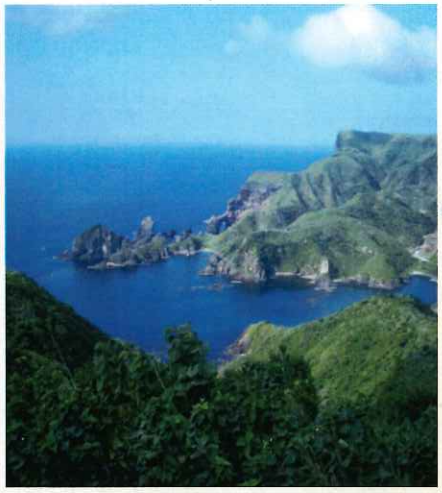
日本海・島根沖の漁場は対流がぶつかるところ
その荒波にもまれた極上の海の恵みに彩りを添えて

日本海大漁盛り
四～五人前　五八〇〇円

漁師盛り
二～四人前　三八〇〇円

だんだん盛り
一～二人前　一八〇〇円

※その他単品メニューもございます。



当店自慢の甘露醤油とは・・・

甘露醤油【政之助】は、〝二段仕込み法〟で、醤油諸味に人為的な温度変化を与えず、約二年、醗酵・熟成させた天然醸造の二段仕込み醤油と、かつお・昆布・帆立の旨みを調和させました。とろっとして、塩辛くなく、旨みが強い甘露醤油（刺身醤油）です。

Q、刺身にわさびはなぜ？

A、刺身にわさびの組合せ、これには意味があります。魚の生臭さを消し食欲を増進させる作用、これはわさびの辛味成分であるアリル芥子油が魚の生臭さを分解する効果を持っているからです。また、細菌の繁殖を抑制する制菌効果や寄生虫を麻痺させる効果は、いろいろな実験からも明らかです。

価格は全て税抜き価格です。

島根伝統珍味

島根の味

あご野焼き　六〇〇円
日本海を産卵の為北上してくる旬のあごをすり身にし、山陰の地酒を混ぜ合わせ焼き上げたあご野焼きです。

浜田の赤天炙り　六〇〇円
魚肉のすり身に赤唐辛子を練り込んでいる赤天。浜田のお土産の定番です！

天ぷら四種盛り　八〇〇円
変わり種4種類の天ぷら、見た目や食感もおもしろい盛り合わせ。

飛魚天　六〇〇円
島根の県魚「飛魚」の旨味を凝縮しました。

いわし天　六〇〇円
ハンバーグのような分厚い天ぷら。

島根の肴

いかの沖漬け　五〇〇円
シマメイカをそのまま醤油に漬け込んだ定番の一品。

炙り板わかめ　六〇〇円
島根ではごくごく普通な酒の肴。少ししょっぱめな味わいが酒をすすめます。

十六島のり だし巻き玉子　八〇〇円
高級な十六島のりを入れたこだわりの出し巻き玉子。ふわとろな食感をお楽しみください。

浜田の赤天炙り

天ぷら四種盛り

炙り板わかめ

価格は全て税抜き価格です。

隠岐の烏賊

隠岐ノ島

イカの中でも最高級と言われる「白イカ」近年では漁も少なくなり、希少価値も出てきている高級なイカです。島根・隠岐ノ島沖で獲れる白イカは脂ののった魚を食べており肉厚で、柔らかく白く透き通る身が特徴です。

白イカ細造り　一一〇〇円

隠岐の白イカをまずはお刺身で、切り口を多くする事で、イカ本来の甘みを存分に堪能できます。

白イカ細造り

しまめイカ肝バター焼き　七〇〇円

新鮮なしまめイカの陶板焼き。淡白なイカを肝とあわせることにより濃厚な味わいに。日本酒の肴にどうぞ。

隠岐ノ島の風景

食材の宝庫・隠岐ノ島

白イカの藻塩炙り　七〇〇円

こだわりの藻塩をさっと振り軽く炙りました。心地よい香りと食感をお楽しみ下さい。

白イカの藻塩炙り

シマメイカの唐揚げ　七〇〇円

サッと高温で揚げジューシーに仕上げました。

シマメイカの唐揚げ

売切御免
数量限定商品

価格は全て税抜き価格です。

旬菜・サラダ

新鮮野菜

主水サラダ　八〇〇円
新鮮な野菜と新鮮な島根の魚の共演。
主水の定番サラダ。

紅ズワイ蟹のサラダ　八〇〇円
島根の隣、境港産の紅ズワイ蟹を
たっぷりと散りばめ彩豊かに仕上げました。

もち豚しゃぶサラダ　八〇〇円
やわらかなもち豚をさっと茹で上げ、
たっぷりの季節野菜と共にどうぞ。

豆富とトマトのサラダ　七〇〇円

野菜が必要な訳

今では当たり前のように知られている野菜のもつ「栄養」という役割ですが、科学的な分析の無かった時代から人間は「野菜」を食べていました。もし野菜のない生活を強いられたら人間は生きて行けないといわれています。それでは野菜にはどんな栄養があるのでしょうか。最も注目されているのは、緑黄色野菜です。βカロテン・ビタミンC E、食物繊維を豊富に含み、さらにカロリーが低いのはダイエットにとって、強い味方です。野菜は人にとって無くてはならない存在です。

旬菜

頓原味噌ときゅうり　五〇〇円
頓原のもろみ味噌を
新鮮なきゅうりと共に。
野菜本来の味が引き立ちます。

主水サラダ

もち豚しゃぶサラダ

噂の「奥出雲手作り豆富」

自慢の豆富

極厚油揚げ葱味噌焼き　六〇〇円

低温でじっくり揚げ、極厚に揚がった油揚げとねぎを効かせた頓原味噌をともにさっと炙りました。

揚げだし豆富　六〇〇円

豆富料理の定着を主水自家製のつゆにて御召し上がりください。

冷奴　五〇〇円

奥出雲の天然にがりを使った手造り豆富です。にがりたっぷりの豆富本来の味をお楽しみ下さい。

極厚油揚げ葱味噌焼き

揚げだし豆富

豆富へのこだわり

奥出雲大豆一〇〇%使用
輸入大豆は使用していません。

伊豆大島の海水から汲み上げた天然苦汁一〇〇%
化学合成の苦汁は使用しておりません。

米ぬかと胚芽から抽出・精製された米ぬか油一〇〇%
輸入大豆の大豆白絞油は使用しておりません。

価格は全て税抜き価格です。

大和しじみ

しじみとは二枚貝の一種で、ビタミン・ミネラル・アミノ酸うまみ成分などを豊富に含む栄養成分豊かな健康食です。

宍道湖

しじみにはコレステロール値を下げたり、疲労回復、貧血予防効果があります。またオルニチンは肝機能の保護作用や、アンモニアの解毒の効果もありニ日酔いにも効果的である。

大和しじみの酒蒸し　九〇〇円

しじみのだし汁を一番シンプルに味わえます。濃厚なだし汁に日本酒の風味で引き立てます。

大粒しじみ汁

しじみの酒蒸し

大和しじみのにんにく醤油焼き　九〇〇円

大粒のしじみとにんにく醤油が抜群の味わいを演出、酒のおつまみとしてしじみの身を味わって頂きます。

しじみうどん

島根の〆

大和しじみうどん　七〇〇円

主水の新たな〆もの。お酒で弱った肝臓を最後に癒して下さい。

大和しじみ汁　六〇〇円

島根で酒を飲んだらこれを飲まないと終われません。内蔵に沁みます。一緒に出雲蕎麦で〆るのが島根人。

宍道湖しじみが美味しい訳は？

宍道湖が大和しじみの生息に適した塩分濃度の低い汽水湖であることが宍道湖のしじみがおいしい理由の一つ。又、湖水が豊かな事も宍道湖産しじみのおいしさの秘密です。また宍道湖の夕日は「夕日100選」にも選定されています。

価格は全て税抜き価格です。

しまね和牛

黒毛和牛

和牛串焼き　一二〇〇円

焼き加減は少々レアに仕上げさせて頂きます。
島根和牛の脂が浸みた白ネギも絶品！

和牛串焼き

陶板焼き　一五〇〇円

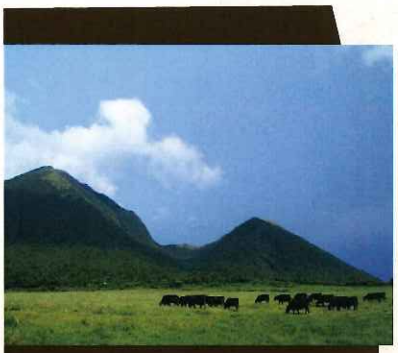
島根和牛をお客様自ら焼いてお召し上がり頂きます。
口の中でとろける上質な島根和牛をお楽しみ下さい。
焼き過ぎにご注意ください！

陶板焼き

牛すじ煮込み　七〇〇円

最高品質の島根和牛の筋を数日かけてじっくり煮込み、頓原味噌ベースに仕上げました。
口の中でほろほろにほどけていきます。

牛すじ煮込み



静かな山間で育ったしまね和牛は、性質がおとなしいため飼育しやすく、早熟早肥で体格・体型に優れている品種です。とろけるような食感と独特の甘い香りが特徴で、国内のコンテストなどでも上位を獲得したこともあり、そのおいしさは折り紙付きです。
島根の子牛は、隠岐島、中国山地の山林牧野などで、牧草をたっぷりと食べ、健康的に育てられています。この子牛に、大麦・とうもろこしなどの穀物資料を与えて2年近くじっくり仕上げ、一定の規格以上で出荷されたものを「しまね生まれしまね育ち」の「しまね和牛肉」のになります。

山幸晩菜

価格は全て税抜き価格です。

価格は全て税抜き価格です。

山陰の特選素材

神々のふるさと山陰地方。海の幸と山の幸が四季折々に楽しめる。この地方にある数ある特選食材の中から善戦した食材をどうぞ。

石見国 石見ハーブ鶏

ハーブ鶏とは名前のとおり飼料にセージ・タイム・ローズマリー三種のハーブを配合し毎日愛情を込めて育てられています。

- 石見ハーブ鶏唐揚げ　七五〇円
- 黒こしょう焼き　七五〇円
- つくねタレ焼き　五〇〇円

黒こしょう焼き

つくねタレ焼き

もち豚

- 塩麹焼き　七五〇円
  塩麹に漬けたもち豚は旨味が倍増！程よい食感と濃厚な味をお楽しみあれ！
- もち豚しゃぶサラダ　八〇〇円
  やわらかなもち豚をさっと茹で上げ、たっぷりの季節野菜と共にどうぞ。

塩麹焼き

もち豚しゃぶサラダ

飯物

名物がいな丼

がいなとは島根の方言で
「大きい」「すごい」の意
その名の通り新鮮素材てんこ盛り。

海鮮がいな丼

- **海鮮がいな丼** 一四〇〇円
  当店2大名物の一つ、海鮮を散りばめた見た目も味も豪華な一品。
- **焼き鯖がいな丼** 一〇〇〇円
  リピーター率ナンバーワン！
- **とり飯がいな丼** 一〇〇〇円
- **うなぎがいな丼** 一八〇〇円

一膳　タレのあるものはタレを入れ、桶の中の具とご飯をよく混ぜ茶碗に入れてお召し上がり下さい。

二膳　薬味があるものは薬味を桶に入れ、さらに混ぜ合わせ、茶碗に入れて香りを楽しみながらお召し上がり下さい。

三膳　お食事のシメは、茶碗に盛ったご飯の上に熱々の特製だしを掛けて、お茶漬けにしてお召し上がり下さい。

島根厳選〆一品

隠岐のもぐり飯

十六島海苔茶漬け

さば味噌茶漬け

- **隠岐のもぐり飯** 七〇〇円
  ご飯の中にヅケを潜らせ熱々のダシ茶をかけて食べる隠岐ノ島の郷土料理です。
- **十六島海苔茶漬け** 六〇〇円
  十六島と書いて「うっぷるい」と読みます。出雲市十六島町の海岸に突出した岬です。
- **さば味噌茶漬け** 八〇〇円
  さばの味噌たたきをお茶漬けにて召し上がって頂きます。

こだわりの「しじみ米」

水田に、宍道湖産のしじみ貝殻の粉末を混合した土づくり肥料「しじみちゃん」を施用しています。肥料成分の吸着が良く環境にやさしいこの肥料で徹底した土づくりを行っています。

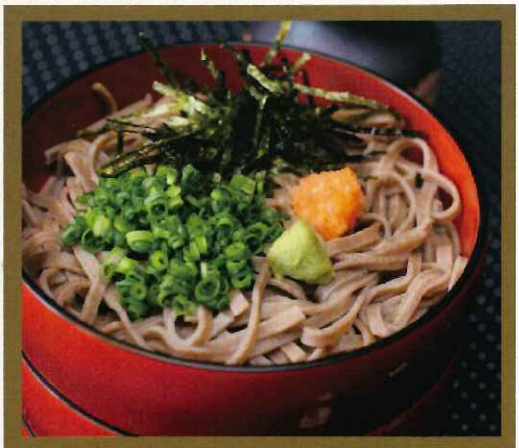
栄養たっぷりの土で育てたくにびきの新しくておいしいお米です。

価格は全て税抜き価格です。

出雲名物

割子蕎麦の最大の特徴は入れ物だけではなく、その食べ方にあります。まずは一緒に用意されたもみじおろしや海苔等の薬味を割子にかけたら、おつゆを「の」の字に軽くかけて頂きます。出雲蕎麦はそばの実を殻付きのまま引くので、そばはしゃっきりした歯ごたえが特徴です。

- 出雲割子そば　一枚　三八〇円



日本三大そば「出雲そば」

出雲そばは麺の色が黒っぽいのが特徴。それは、玄そばの挽きぐるみのそば粉を使っているためです。そば粉は製粉する際に、そばの実の場所によって一番から四番粉に分類されます。出雲そばでは粉の選別をせず、玄そばのまま製粉します。そのため出雲そばは香りが高く栄養価にも優れているのです。そばはのどごしを楽しみながら食べるものですが、出雲そばに関しては歯ごたえのある麺をしかっり噛んで楽しむという食べ方が良いそうです。

寿司・汁物・香物

- 大和しじみうどん　六〇〇円
- かにの箱寿司　八〇〇円
- 大和しじみ汁　六〇〇円
- 海鮮あら汁　六〇〇円
- お新香盛合せ　五〇〇円

主水甘味

別腹

- 濃厚バニラアイス　四〇〇円
  - ◆ソースをお選び下さい。
    - ・多岐いちぢくジャム
    - ・ブルーベリージャム
- 抹茶アイス　四〇〇円
  - ◆ソースをお選び下さい。
    - ・多岐いちぢくジャム
    - ・ブルーベリージャム
- 柚子シャーベット　四〇〇円

濃厚バニラアイス

抹茶アイス

価格は全て税抜き価格です。