

表1

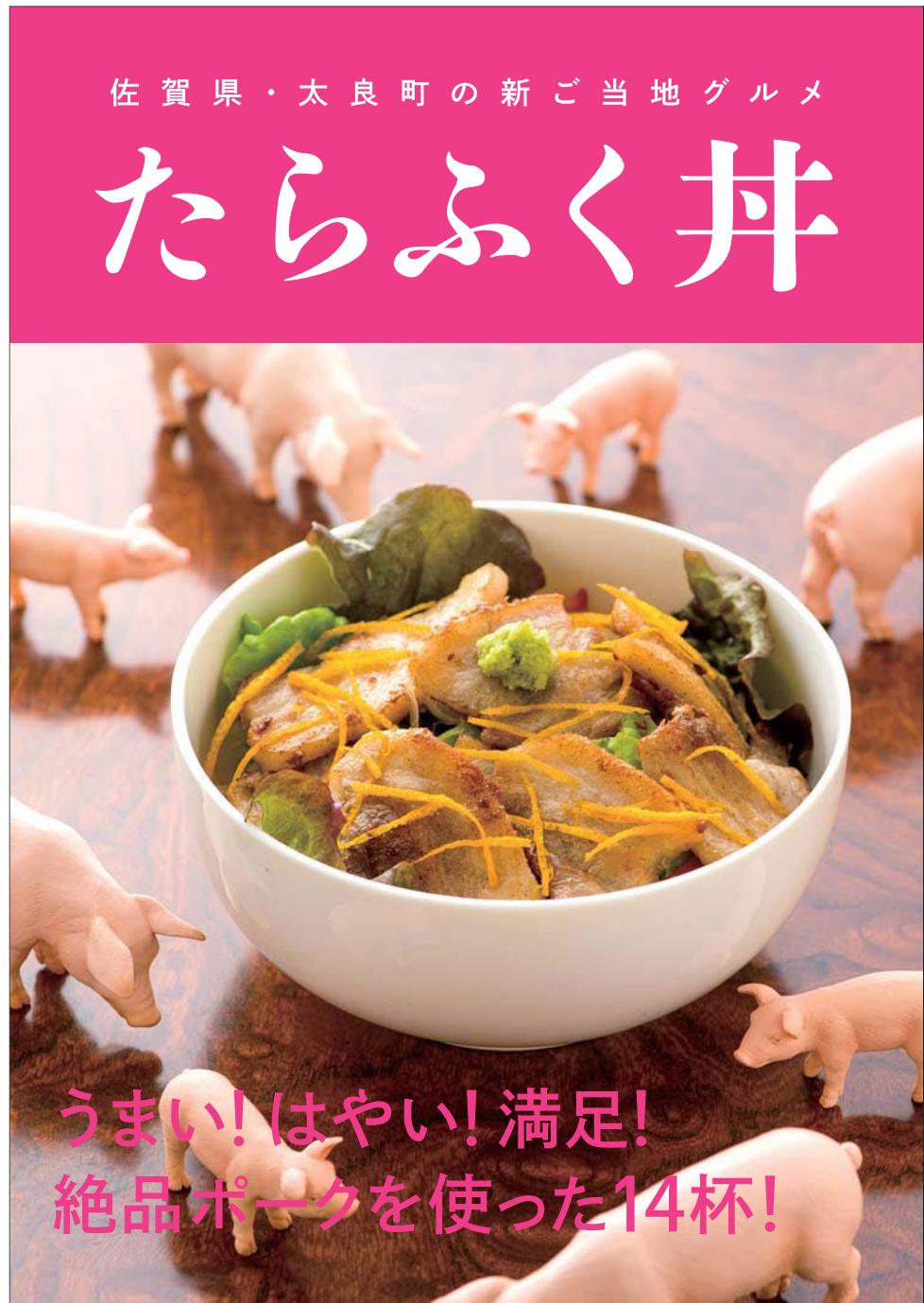


表4





## たらふく丼 「飲食店編」

豚肉の質にこだわり、料理法に工夫を凝らした「たらふく丼」の数々。普段私たちが口にすることの多いロースやバラに加え、貴重な部位を提供できるのは、養豚が盛んな太良町で頑張る地元のお店ならではです。

# たらふく丼 とは？

竹崎ガニと竹崎カキで知られている  
佐賀県藤津郡太良町。

有明海に面した“海の町”というイメージが強いかもしれません、実は町の多くが1,000メートルを超える多良岳山系の裾野にあり、肥沃な大地を有した“農業や畜産の町”でもあります。そして、多良岳山系には銘水が多く湧いているのも特徴。養分豊富な土地と清涼な水で育った野菜や家畜は味が良いと評判で、特に太良町のブランド豚肉は全国的にも評価が高い逸品です。そんな太良町が誇るブランド豚肉を食べてもらい、もっと多くの人に知ってもらおうと考案されたのが「たらふく丼」。“昼はブランド肉、夜は海の幸”といった風にアレンジするもし、みんなでシェアして一度に欲張るもし。海の幸だけでなく、太良町自慢の山のグルメも余すことなく堪能しましょう。



発行:太良町商工会  
アートディレクション&デザイン:岩本好史(ナガフジ) 写真:戸高慶一郎(PHOTO STUDIO NOAH)  
編集&テキスト:文栄出版社「外戸本」編集チーム

## 「たらふく丼」の 捉

- (一) 必ず太良町産の豚肉を使うべし。  
豚肉以外の素材も太良町産の  
產品を使うべし。
- (二) 価格は1,000円以内で提供するべし。
- (三) 年間を通して出せるメニューにすべし。
- (四) 年間を通して出せるメニューにすべし。

## ミネラルカツ丼 850円

若い人も  
気軽にいで!  
店主  
岩永章一郎さん



コクのあるチーズが  
ヤミツキになるうまさ!



### 家族亭 フタバ

■ 藤津郡太良町糸岐2518-8  
☎ 0954-67-2020  
■ 4月~10月/11:00~20:30、  
11月~3月/11:00~19:30  
■ 不定休 [メニュー]みそチャンポン  
600円、定食類850円~ほか  
■ MAP P21/C-3

有 明海に面した爽快  
なロケーションの  
「家族亭 フタバ」は、ソース味のカツ丼を提供。濃厚なチーズとベーコン、大葉をサンドした手の込んだカツに特製ソースがベストマッチ。トッピングの「バラ干し海苔」はあえて味が付いていないタイプを選び、コクのあるチーズを引き立てる。紅ショウガは全体のバランスを調整する名脇役。

## 豚からあげ丼 860円 (吸物付)

お店は割烹  
というスタイル  
ですが、2人でも  
お気軽に。

代表  
川島力男さん



柔らかく食べやすい  
豚肉のから揚げ丼!



### 割烹ひさご

■ 藤津郡太良町多良1763  
☎ 0954-67-0066  
■ 11:00~17:00※夜は要予約  
■ 不定休 [メニュー]宴会席2,000円、カニ料理3,000円ほか  
■ MAP P21/D-1  
<http://kappouhisago.web.fc2.com/>

**揚** げたら固くなると  
いわれる豚肉で、あ  
えて唐揚げに挑戦した  
「割烹ひさご」。天丼のつ  
ゆのよくな和風だしで  
あつさり風味に仕上げて  
おり、野菜とご飯の間には  
トロトロの半熟目玉焼き  
を挟みひと工夫している。  
こちらの豚肉は独自の方  
法で下処理されているた  
め、噛めば肉の繊維が一本  
一本ほどけるような柔らか  
さ。わさびジュレをお好み  
でどうぞ。

### 揚

げたら固くなると  
いわれる豚肉で、あ

## 海望のたらふく丼 850円



4月下旬  
にお店が  
リニューアル  
しますよ!



坂口和人さん



### ドライブイン海望

国 藤津郡太良町大字大浦丁1855  
☎ 0954-68-2723  
■ 10:00~21:00 国不定休  
[メニュー] 特製カニちゃんぽん1,750円、釜飯定食1,200円(※カニ付き3,000円~)ほか 価格は平成26年4月より変更の場合あり。  
MAP P22/D-4

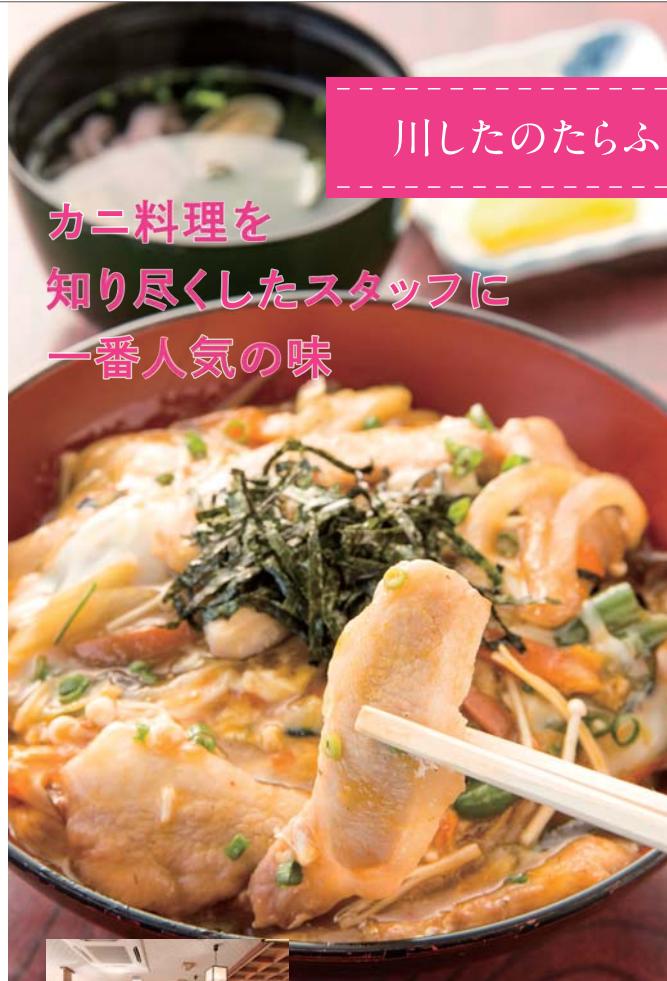
**地** 元の方や観光客に絶大な人気を誇る『海望』が考えた「たらふく丼」。白いご飯に地元のバラ干し海苔を混ぜ込み、トンカツをのせたカツ丼だが、トロトロの溶き卵でとじたたっぷりの餡や、刻んだキスサヤは他にはないアレンジ。餡は和風だしで柚子ゴシヨウの風味を利かせているので、ボリュームのあるトンカツでもあります。味噌汁と漬物付き。

\*写真はイメージです。

元の方や観光客に絶大な人気を誇る『海望』が考えた「たらふく丼」。白いご飯に地元のバラ干し海苔を混ぜ込み、トンカツをのせたカツ丼だが、トロトロの溶き卵でとじたたっぷりの餡や、刻んだキスサヤは他にはないアレンジ。餡は和風だしで柚子ゴシヨウの風味を利かせているので、ボリュームのあるトンカツでもあります。味噌汁と漬物付き。

## 川したのたらふく丼 918円 (味噌汁・漬物付)

カニ料理を  
知り尽くしたスタッフに  
一番人気の味



サシが入った  
トントロは  
絶品です!



店主 川下誠さん

### 竹



### 和風レストラン 川した

国 藤津郡太良町大字大浦戸750-1  
☎ 0954-68-2645  
■ 10:00~21:00 国不定休  
[メニュー] 川した御膳2,808円、かに釜飯御膳2,268円ほか  
MAP P22/C-4

『崎ガニ』の有名店『川した』。海鮮料理専門のこちらが手がけたのは、一頭の豚から少しづかとれない希少なトントロを使つたことが、今回のメニュー開発のきっかけだったとか。5ミリ厚にカットされた歯ごたえのあるトントロをオリーブオイルで炒め、中華風のピリ辛餡で仕上げた一品。吸い物と漬物付き。

**旬工房竹崎のたらふく丼 700円**  
(味噌汁・漬物付)

店主  
澁谷憲幸さん

ミミガーを使った  
超個性的なあっさり味の  
たらふく丼

**旬工房竹崎**

国 藤津郡太良町大字大浦甲20-3  
☎ 0954-68-3446  
営業時間 11:00~19:00※夜の営業は要予約 国 第1・3火曜日(祝日の場合は翌日) メニュー 蟹丼1,080円、お城コース3,240円ほか  
MAP P22/E-6

クがありコリコリした食感のミミガード、実は白ご飯との相性抜群!こちらの「たらふく丼」は、湯引きしたミミガーを薄くスライスしてご飯にのせ、その上にもみじおろしと刻み海苔をトッピングしている。味付けはポン酢であっさりと。ミミガードは透けるほど薄くスライスされており、食べやすく作られているのもポイントだ。海苔を炙って風味を増すひと手間も忘れない。

**新選組のたらふく丼 600円**

店主  
杉本陽さん

牛タンのさらに上をいく  
“豚タン”の実力を堪能

**新選組**

国 藤津郡太良町大字多良1695-1  
☎ 0954-67-0177  
営業時間 17:30~23:00 国 水曜日  
メニュー 串焼き100円~、トン足350円~ほか  
MAP P21/D-1

うまいと評判の豚肉でも、自分の目で見て状態が良いものしか仕入れないこだわりの店。肉にうるさい店主は、豚の生産地だから出せる特徴的な部位として“豚タン”をチョイス。牛タンよりもあっさりした本来の味を楽しめるよう、炙ってご飯にのせるシンプルなスタイルで提供。よりうま味を味わうため、ご飯は肉より濃い味のタレで仕上げている。

**旬工房竹崎**

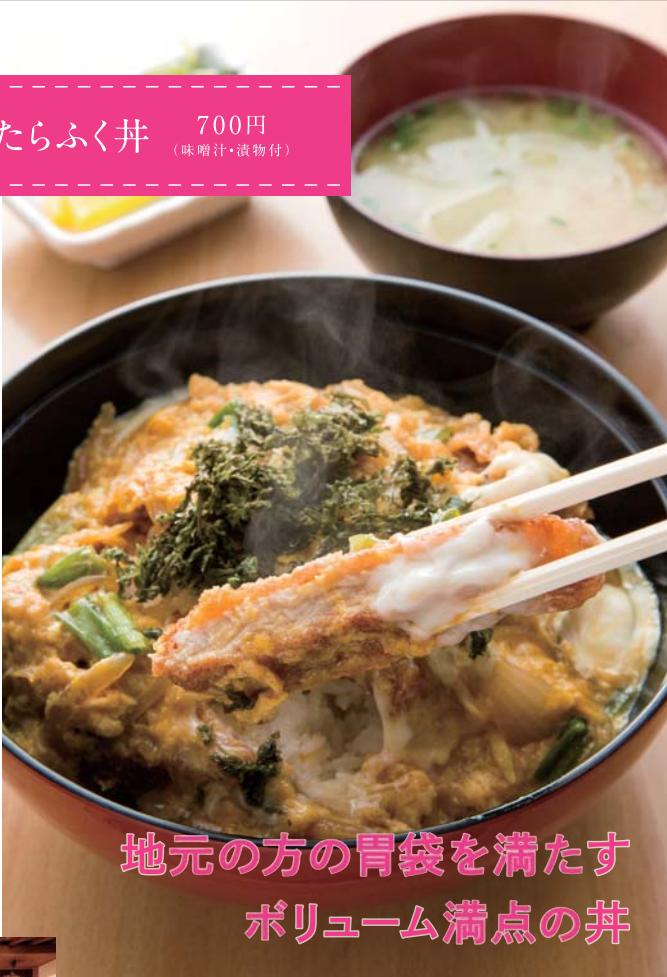
国 藤津郡太良町大字大浦甲20-3  
☎ 0954-68-3446  
営業時間 11:00~19:00※夜の営業は要予約 国 第1・3火曜日(祝日の場合は翌日) メニュー 蟹丼1,080円、お城コース3,240円ほか  
MAP P22/E-6

らくの寿司のたらふく丼 700円  
(味噌汁・漬物付)

出前も  
できますので  
お問い合わせ  
ください。



料理担当 池本純二さん



地元の方の胃袋を満たす  
ボリューム満点の丼



### らくの寿司

■ 藤津郡太良町大字多良1686-5  
☎ 0954-67-0232  
■ 9:00~21:00 困 不定休  
■ メニュー かにシユウマイ630円、にぎり並1,050円~、有明定食2,630円ほか  
■ MAP P21/D-2

時には営業マンやタクシーの運転手など、地元のお客さんで賑わう「らくの寿司」。こちらの「たらふく丼」はカツ丼がベースになっており、大きなお椀に手のひら大の分厚いトンカツがドン! とのつたボリューム満点の内容だ。トップピングされたバラ干し海苔も美味しさを際立たせるポイント! ほか、名物「かにシユウマイ」も一緒に注文したい定番メニュー。

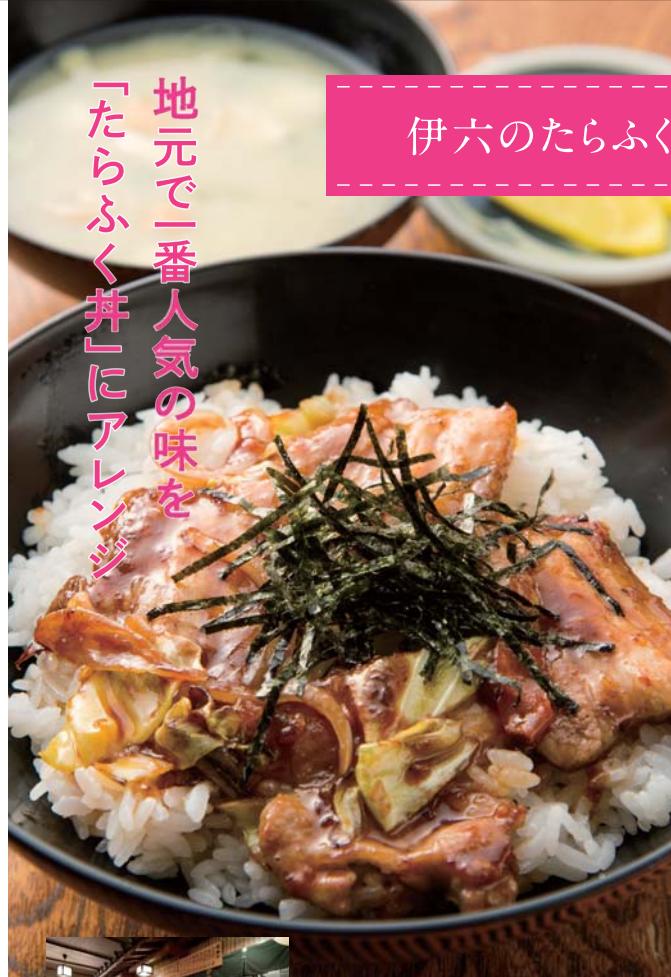
地元で一番人気の味を  
「たらふく丼」にアレンジ

伊六のたらふく丼 650円  
(味噌汁・漬物付)

豚肉は  
やっぱり  
しょうが焼きが  
一番!



店主 大江文雄さん



### お食事処 伊六

■ 藤津郡太良町大字糸岐16-7  
☎ 0954-67-1010  
■ 11:30~15:30、17:30~  
20:30 困 不定休  
■ メニュー うどん定食500円、ホルモン定食1,000円ほか  
■ MAP P21/D-2

うどんや定食類のメニューが豊富なこちら。「たらふく丼」のメニュー開発のため試行錯誤した結果、最も注文率が高く根強いファンが多い「しょうが焼き」を採用。通常のしょうが焼きでは味噌を隠し味に使っているが、風味の良い刻み海苔を活かすため味噌ベースのタレを特別にブレンド。強火で一気に炒めるのでキヤペツの歯ごたえも良い。味噌汁と漬物付き。

## 三宝のたらふく丼 850円



店主  
木下健さん

太良町の  
味覚が詰まつた  
丼ですよ！



### お食事処 三宝

■ 藤津郡太良町大字大浦丁2454-4  
☎ 0954-68-2565  
■ 10:30~21:00 固不定休  
■ メニュー 海鮮丼1,470円、カニさん御膳2,625円ほか  
■ MAP P22/D-4  
<http://www.sanpou.x0.com/index.shtml>

太良の特産品を  
ふんだんに使つた  
さっぱり味の丼

### 力

二料理や秋冬は力  
キ焼きでにぎわう  
『三宝』は、あつさり味で  
勝負！大根おろしやレタ  
スなどの生野菜にシンプル  
な味付けの豚ソテー、上に  
はカニ酢かポン酢をかけて  
おり見た目にもヘルシーな  
丼だ。風味付けて山  
葵や太良町名産のミカン  
の皮を刻んで添えるな  
ど、特産品を採用する地  
産地消の心も忘れない。  
具材や味付けが異なるビ  
リ辛味もオススメ。

## 海旬のたらふく丼 840円



専務取締役  
久保慶史郎さん

実は肉料理も  
得意なんですよ！



### 茶寮 海旬

■ 藤津郡太良町大字大浦丙915  
☎ 0954-68-2345  
■ 11:00~15:00、17:00~  
22:00 固月曜日  
■ メニュー 海旬御膳2,200円、夜灯  
華コース5,400円ほか  
■ MAP P22/E-6

美しい見た目も  
裏切らない  
実力派のたらふく丼

### 竹

崎ガニ料理の老舗として知られる『海旬』の「たらふく丼」は、大葉と味噌で2日ほど漬け込んだ豚ロースを使用。薄くスライスして炒めたものをご飯が見えないほど敷き詰めており、見た目も味も贅沢な内容だ。さらに上には大葉・卵黄を乗せ、仕上げは辛しマヨネーズがアクセント。風味豊かな豚肉を味わった後、卵黄を溶いて全体を混ぜて食べれば2度おいしいと評判だ。

次郎長のたらふく丼 500円  
(味噌汁・漬物付)

数量限定なので  
メニューには  
載せて  
ないんですよ。



豚を熟知する  
ラーメン店が  
たどり着いた結論



### 次郎長

■ 藤津郡太良町大字多良1818-5  
☎ 0954-67-0255  
■ 10:00~21:00 固不定休  
■ メニュー ラーメン400円、チャーシューメン530円、チャンポン550円、焼きめし480円ほか  
■ MAP P21/D-1

安  
価で学生にも人  
気の老舗ラーメ  
ン店『次郎長』。豚の  
軟骨を圧力釜でトロト  
ロになるまで煮込み、  
卵でとじた一品。牛す  
じ煮込みに近い食感に  
豚の角煮のような味わ  
いが半熟卵と相まって  
未体験かつ絶妙のハ  
モニーを奏でる。しか  
も財布にやさしいワン  
コインで提供。味噌汁  
と漬物付き。

**冷しゃぶ丼** 650円  
(※冬期は温しゃぶ丼)



良質な豚肉  
本来の味を楽しむなら  
やっぱりコレ!



### 豊洋荘

■ 藤津郡太良町大字太良浦丙1099-5  
☎ 0954-68-3545  
🕒 11:30~15:00  
〔入浴〕貸切露天「十方空」2,500円(50分) 〔メニュー〕かにまぶし2,916円、竹崎カニコース4,320円~10,800円(サービス料別)ほか  
MAP P22/E-5  
<http://www.nikani.com/>

海が間近が迫る開放感抜群の星降る露天「十方空」や、竹崎カニを剥き身で提供する「かにまぶし」など、話題に事欠かない『豊洋荘』。そんなアイデアマンのご主人が作るのは、素材の味を引き立てる冷しゃぶ丼。太良産の豚肉と海苔がもつ本来の味を楽しんで欲しいと、素材を活かしてあえてシンプルに作っている。秋から冬にかけては温めて提供。お好みでマヨネーズをかけるのも◎

たらふく丼  
「旅館・ホテル編」

若者から年配の方まで幅広い世代の宿泊客をもてなす旅館・ホテルは、誰が食べても“美味しい！”と頷ける確かな味を知っています。絶景の露天風呂や丁寧な接客など、宿泊施設だからできる厚いもてなしにも注目を。

## 鶴荘のたらふく丼

950円  
(小鉢2皿・味噌汁付)

半分ぐらい  
食べた後に卵黄を  
絡めたら美味しいですよ!



料理長 中村好則さん



### 鶴荘

■ 藤津郡太良町大字大浦丙928  
☎ 0954-68-2758  
【ランチ】11:15~15:00  
【入浴】貸切風呂「鶴の背」1,500円(50分予約制)  
【メニュー】竹崎カニの大吟醸蒸し2,100円、カニ会席4,500円~ほか  
MAP P22/E-6  
<http://www.tsurusou.jp/>

## 角煮と豚ハムの異なる味と 食感が楽しめるお得な丼

こちらの「たらふく丼」は、しっかりと味付けで肉厚の「角煮」とあつさり味で薄切りにされた「豚ハム」の2種類を使用。キヤベツの千切りの下にあるご飯にはしっかりとタレがかかっているので、豪快に混ぜていただくのもオススメ。異なる味付けと食感の2種類にこだわったのは、最後まで飽きずに食べてもらうため。季節の魚と豆腐の小鉢と味噌汁付いて、満足度も高い。



豚の角煮を和風味の  
やさしい味付けで  
野菜とともに提供

## たらトントロ丼

860円  
(味噌汁付)

あっさり和風の  
角煮丼は  
野菜もたっぷり。



料理長 高比良健治さん



### 蟹御殿 有明海の湯

■ 藤津郡太良町大字大浦乙316-3  
☎ 0954-68-2260  
【食事】11:00~OS20:30  
【入浴】有明海の湯500円、貸切風呂1,500円~2,000円(60分)  
【メニュー】チラシ丼800円、釜めしセット1,500円ほか  
MAP P22/D-6  
<http://www.kanigoten.com/>

わずと知れた全国区の人気宿。ベースは豚の角煮で、食べ応えや贅沢な食感を重視。どの世代にも美味しく食べてもらえるようにと、通常の角煮のように甘辛い濃い味付けではなく、しょうゆ・生姜・季節の野菜を基本にした和風味にアレンジしている。白葱の芯の部分を餡に混ぜ風味を増すなど、随所に光る技も見逃せない。日帰り入浴施設「有明海の湯」で提供。

### 言

わざと知れた全国区の人気宿。ベースは豚の角煮で、食べ応えや贅沢な食感を重視。どの世代にも美味しく食べてもらえるようにと、通常の角煮のように甘辛い濃い味付けではなく、しょうゆ・生姜・季節の野菜を基本にした和風味にアレンジしている。白葱の芯の部分を餡に混ぜ風味を増すなど、随所に光る技も見逃せない。日帰り入浴施設「有明海の湯」で提供。



### 3 山葵

九州でも珍しい山葵の栽培に取り組む太良町。九州で最も広い栽培面積を有し、「ボックス式水耕栽培法」を導入することで安定した供給を実現しています。「わさび苑 多良岳」では、地下100mから汲み上げた清涼な水で山葵を栽培。ピリっと辛い本物の味は料理人からの支持が厚く、たらふく丼にも名脇役として登場していますよ。



### 4 海苔

「道の駅 太良」でも買える!

有明海が育てた海苔は、贅沢な味わいが魅力の一級品! 海苔生産者15人が営む「たら海苔生産事業所」では、太良町の新名物「バラ干し海苔」が注目を集めています。

水洗いと塩洗いだけを行い、生海苔そのままを自然の形で乾燥させているので、板海苔に比べて風味が引き立ち栄養もたっぷり! 和洋様々な料理に使いやすく、お土産にも最適です。



#### たら海苔生産事業所

■ 藤津郡太良町大字糸岐1558-10  
☎ 0954-67-2265  
■ 8:30~17:30 固 年末年始  
■ 商品] バラ干し海苔(10g) 390円、御のり(全形10枚入り) 800円ほか  
■ MAP P21/C-3



#### わさび苑 多良岳

■ 藤津郡太良町大字糸岐1212-3  
☎ 0954-67-2366  
■ 8:30~17:00 固なし  
■ 商品] 生わさび390円~、わさびドレッシング(150ml)400円、山葵だししじみれ598円ほか  
■ MAP P21/B-3



## Gourmet column vol.1 「たらふく丼」のトリセツ

知ればもっと美味しいくなる!? たらふく丼を盛り上げる太良産食材のヒミツを徹底解剖。太良のこだわり詰まっています!

### 1 豚肉

もっと知りたい?  
ブランド豚の詳細は  
p19へ



太良町には、「たら名水豚」や「金星佐賀豚」などブランド豚が多数あります。多良岳山系の銘水とたっぷりの愛情で育てられたこれらの豚は、味が良く全国的にも人気なんだとか。たらふく丼では太良町産の豚を主に使用。さらに、産地だから手に入る稀少な部位が提供できるのも特徴です。

### 2 みかん

太良町には  
いろんな種類のみかんがあるんだよ。



清らかな水に肥沃な大地、有明海から吹く海風で豊かな甘味を蓄える「太良みかん」。太幸早生という特産の早生みかんを始め、様々な品種のみかんが作られています。たらふく丼では、この太良みかんの皮を風味付けに使用しているお店もありますよ。

**豚肉界の金星を目指して**

**金星佐賀豚**

数々の賞を受賞する最高品質の豚「金星佐賀豚」。この豚は多良岳山系の中腹に建つ『永済畜産』の永済雄輝さんに美味しさの秘密を聞くと「秘密なんて特にありません。ありました」と驚きの回答が。例えば夏であれば“暑そうだから、窓を開けて風を入れて快適にしてあげよう”といつた風に、豚のことを考えて愛情をもつて育てる事が大事なんだそう。このように毎日の“あたりまえの努力”の積み重ねで、多くの人を笑顔にする健康な豚が育つのです。そして、仕上げに大麦を食べさせることもポイントの一つ。これにより脂身がギュッと締まり、ドリップが出ていく高品質の豚になるんだとか。

**たら名水豚**

「たら名水豚」の美味しさの理由は3つ。まずは多良岳水源の良質な水、そして開放的な飼育空間です。狭い敷地での過密な肥育を避け、ゆったりとした敷地で生育。ストレスを極力軽減させることで、肉質の良い豚が育つとされています。最後に、長年の試行錯誤の結果にたどり着いたエサへの工夫もポイント。“パンくず”を加工したもの豚に混ぜ与えることで、豚肉に甘味を加えさっぱりとした食感に仕上げるんだとか。さらに、疲労回復に効果があるビタミンB1を豊富に含むのも特徴です。

**永済畜産 加工販売マイアーレ**

■ 藤津郡太良町大字大浦乙740-18  
☎ 0954-68-3037  
■ 8:00~17:00 (休)日曜日  
■ 商品] とんかつ用ロース(約130g)400円、豚バラ(1パック500g)1,200円ほか  
MAP P22/B-5

**田嶋ハム工房**

■ 藤津郡太良町多良1017-1  
☎ 0954-67-0338  
■ 日曜日  
MAP P21/B-2

代表 田嶋征光さん

手造りの味 田嶋ハム工房  
ウインナー 398円  
ロースハム 1,000円

**Gourmet column vol.2**

**これがないと始まらない!**

**美味しい太良産の豚肉**

**太良で育まれる、2つのブランド豚**

「水源の森百選」に選ばれた水源林が広がり、農畜産に適した環境をもつ太良町。なかでも近年注目を集めているのが、「金星佐賀豚」や「たら名水豚」といったご当地ブランド豚です。今回紹介している“たらふく井”は、これらのブランド豚の良さをもっと多くの人に知ってもらおうと発足したプロジェクト。それは、この2つのブランド豚はどのように特徴があるのでしょうか？

**たら名水豚**

ドイツ国際食肉加工品コンテスト「SUFFA(ズーファ)2006」にて、金賞8つ・銀賞7つ・銅賞3つと計18品目も受賞した『田嶋ハム工房』。自らの目で確かめた安心・安全の素材を使い、本場ドイツの昔ながらの無添加製法でハムソーセージを作っています。豚肉は佐賀・長崎産から厳選、焼製用チップには宮崎産の天然木ヤマザクラ、塩は長崎県五島のいそしおを使用。特に国産豚肉の卸業をする肉屋が母体ともあり、豚肉は長年の経験で培った確かな目で厳しく選定しているそう。保存料や合成着色料を一切使わない子供にも安心して食べさせられるハムソーセージ。太良の自然と確かな技術から生まれ出される世界基準の味を、ぜひお土産や毎日の食卓にどうぞ。

**世界基準の味を**

太良から

ドイツ国際食肉加工品コンテスト「SUFFA(ズーファ)2006」にて、金賞8つ・銀賞7つ・銅賞3つと計18品目も受賞した『田嶋ハム工房』。自らの目で確かめた安心・安全の素材を使い、本場ドイツの昔ながらの無添加製法でハムソーセージを作っています。豚肉は佐賀・長崎産から厳選、焼製用チップには宮崎産の天然木ヤマザクラ、塩は長崎県五島のいそしおを使用。特に国産豚肉の卸業をする肉屋が母体ともあり、豚肉は長年の経験で培った確かな目で厳しく選定しているそう。保存料や合成着色料を一切使わない子供にも安心して食べさせられるハムソーセージ。太良の自然と確かな技術から生まれ出される世界基準の味を、ぜひお土産や毎日の食卓にどうぞ。

**加工品もチェック!**

焼豚 600円

