みんなが大好きな丼物のルーツは室町時代にまでさかのぼります！その後、19世紀初めに鰻丼が登場し、明治初期に牛丼、大正時代にはカツ丼と、町人文化の開花と共に食文化も広がりを見せたそうな。

現代は時間のかからない手軽な食事として愛されていますよね♪カロリー控えめの海鮮やガッツリ食べたいカツ丼、優しい美味しさの親子丼…、お店独自のオリジナルも続々登場しています。もーっ！お腹がすいてきた♪

三勝

創業昭和41年、室蘭市中央町の老舗『三勝』。子どもの頃、母に連れられて行った思い出がある方も多いのでは？気さくなご主人と明るい奥様の元気な「いらっしゃいませ！」が、いつでも迎えてくれます♪『三勝』のカツ丼は、カラッと揚がったサックサク衣のカツの上に、煮込んだ玉ねぎと椎茸を卵でとじて上に乗せ、ご飯には甘めのつゆの味も…。これを一気にかき込めば、ダシの香りがふわっと広がり、あぁ～美味しい！間違いないわぁ♪サクサクと、とろとろのコンビネーションがこれぞ職人技。

カツ丼と並んでカツ定食やエビフライ丼もサクサクの衣が楽しめ、常連さんから人気の鍋焼きうどんも身体の芯から温めてくれるから今の時期には最高です！どこか懐かしく優しい味のカレーが好きな方も多く、こちらもオススメ♪どれを食べても昔と変わらぬ懐かしい味と店の雰囲気に、なんだか心もホッとします。

『三勝』未体験の方には是非この味を味わってもらいたい！

●エビフライ丼

●カツ丼

三勝
室蘭市中央町1−3−12
営業時間　11:00～18:00
定休日　日曜日
電　話　0143−22−8890

お食事処 黒門

国道をクリンクルセンターから白老方面に走った右側に『登別地獄豚丼』ののぼりがたなびくお店『黒門』。興味津々で早速のれんをくぐってみました！中辛カレーを食べられるなら大丈夫！と言う店主・加地さんの言葉を信じて、注文はやっぱり登別地獄豚丼！道産米ななつぼしの上に自家製タレで味付けした豚肉がドーン！お肉とご飯の間には韓国キムチが挟まってピリッとした辛さの中にもコク深い味。ご飯の上のキムチは溶岩、赤いタレが絡んだ豚肉は地獄谷の岩肌、そして白髪ネギは地獄谷の白煙をイメージした自信作。辛さは1倍地獄（韓国唐辛子小さじ1）から5倍地獄（韓国唐辛子小さじ5）の5段階。辛さに物足りない方は次回レベルアップを試すべし！ごはん大盛りも同料金。定食はごはん一杯までおかわりOKと嬉しいサービス♪他にも塩ザンギ親子丼、マグロ漬け丼などの丼ぶり物、自分で焼きながら食べるもみだれジンギスカン定食など、美味しい物イロイロありますよ♪

こちらの看板が目印！

●登別地獄豚丼（味噌汁・副菜・漬物付800円）

お食事処　黒門
登別市幸町4−2
営業時間　平　日11:00～14:30
土日・祝日11:00～20:00
定休日　月曜日
（月曜日が祝日の場合は翌日）
電　話　0143−85−5122

すし処 和容

日本人ならみんな大好き、お寿司。そしてランチに欠かせない「ちらし寿司」！色々なネタを一度に食べる幸せを満喫できる、そんな丼ぶりを見つけました！JR伊達紋別駅から歩いて10分、グルメ通りにある緑色の建物の『すし処 和容』。ランチタイム限定メニューの「ちらしランチ」は、丼ぶりにぎっしり乗せられたネタで、すし飯が見えません～♪ネタは7品。イカ、ハマチ、サーモン、甘エビ、イクラ、トビッコ、たまご焼き。お米はもちろん道産米で東川産。エビの出汁が効いたお吸い物と茶碗蒸しも付いています♪大将に教わった美味しい食べ方をご紹介。ネタを小さく切った「バラちらし」は、小皿にわさびと醤油を合わせて丼ぶりに回しかけ、スプーンで食べる。う～ん、なるほど！食べ易いし、一口で味わえるハマチとサーモンのコラボが最高にウマイ！これぞちらしの醍醐味です！

お店は落ち着いた雰囲気で、各種宴会や法事などにもオススメですよ♪

●ちらしランチ　税別800円（写真）
●宴会　税抜3,000円より

●すし処　和容（わよう）
伊達市網代町39−14
営業時間　11:30～14:00(ランチ)
17:00～23:00(夜)
定休日　毎週火曜日
電　話　0142−25−6233

彩食茶房　松の実

八丁平で6年目、『彩食茶房 松の実』のオススメ丼は…室蘭では珍しい！桜海老のかき揚丼！！オーナー出身の静岡県から鮮度そのまま、生の桜海老を冷凍便で仕入れています！とても香りが良く、フワッとした桜海老と衣のサクサク感がたまらない一品に仕上がっていて、すご～い美味しい！新鮮な桜海老をかき揚げにしちゃうなんて贅沢な食べ方、室蘭ではなかなか馴染がないですからね、食べに行かなきゃもったいない！また、静岡由比産桜海老の釜飯は、炊き立ての香り＆香ばしく炊き上がった釜飯のちょっとオコゲご飯にたまらない食欲をそそられます♪茶蕎麦とかき揚げのセットも嬉しい☆メニューは多彩で、これからの寒い時期にはピッタリの鍋焼きうどんや鍋焼きカレーうどん！お刺身やてんぷら、とんかつ等の定食もあり、家族連れが揃って楽しめるメニューが盛りだくさん！各種ご宴会も受付中なので、ご予算等お気軽にご相談下さい♪

●桜海老のかき揚丼　980円（税込）

彩食茶房　松の実
室蘭市八丁平4丁目44−4
営業時間　11:30～14:00
17:00～21:00
定休日　水曜日（但し、祭日・GW・お盆の日は営業）
電　話　0143−83−6233

三春

白老虎杖浜の国道36号線沿い、天丼の店『三春』のえび天丼をご紹介！お店に入ると「いらっしゃいませー！」と威勢の良い声、そして天ぷらの良い匂いに迎えられ、お腹がグゥっとなります。カウンターに座ると、そばで天ぷらを揚げているのでパチパチと揚げる音も聞こえ、待ち遠しくてまたグゥっと♪出来たて揚げたての天丼、いただきまぁす！ふんわりとした道産米のご飯に5本のえび天。お皿からはみ出しそうな大きさながら、ピシッと立ち上がるように盛りつけられています。うすめの衣はサクサクでえびはプリップリ♪揚げたての天ぷらは最高です！タレも甘辛加減がバランス良くて優しい甘さも感じます☆他の天ぷらも食べたくなって、また来なくちゃダメだ！と思ってしまうお店です。

カウンター席とテーブル席、小上りもあるので、ひとりで行っても家族みんなで行っても大丈夫。天丼のお持ち帰りもできるのが嬉しい♪お店でもご自宅でも、お気軽にどうぞ！

●えび天丼　税込972円

三春
白老郡白老町虎杖浜 2−1
営業時間　11:00～14:00
16:30～20:00(L019:30)
定休日　水曜日
電　話　0144−87−3586

松田水産 たらこ家虎杖浜

「たらこの町」として全国的に有名な白老虎杖浜。勿論その味の良さは感動ものです！虎杖浜・前浜産自慢の地元食材を使ったご当地メニューが人気の『たらこ家虎杖浜』から「ゆたら丼」と「たらこ家スペシャル」をご紹介！「ゆたら丼」は無着色のたらこと焼きほぐしの助宗鱈、たらこのしくれ煮が丼ぶりに一杯に♪添えられた大葉の香りも、たらこの美味しさをより一層up！小鉢・漬物・汁物がついてお腹いっぱいで幸せいっぱい♪一方、「たらこ家スペシャル」は雑誌じゃらんでも紹介された豪華な一品。いくら・昆布〆鱈の刺身・サーモン、そしてたらこをドーンと盛った贅沢な丼ぶり。海の幸たっぷりの丼ぶりを、太平洋を眺めながら食べるのも気分がイイ♪気持ちが大きくなってアレもコレも食べちゃいたくなりますよ☆ここでしか食べられないご当地丼ぶり。他にも地元食材たっぷりのメニューがたくさんあるから、みんなで行って「ちょっと一口食べさせて」って言いたくなりそう！

●たらこ家スペシャル　税込1,620円

●ゆたら丼　税込864円

松田水産 たらこ家虎杖浜
白老町字虎杖浜185
営業時間　11:00～17:00
定休日　不定休
電　話　0144−87−3892