



店で有機栽培する野菜や、地元の農家から仕入れる新鮮な野菜にこだわる



津市稲葉町  
[CAFE イシオノ]の  
夏野菜と青唐辛子のチキンカレー  
1,000円  
[辛さ調節OK！]※辛さUPのみ

「自然の旨味、旬を堪能してほしい」と、その季節に採れる野菜に合わせ、スパイスを一から調合するカレーが味わえる一軒。この夏は、青唐辛子の爽やかな辛みが効いたチキンカレーが登場。ルーはスープカレーのようにさらっとしており、有機栽培で旨味が濃縮された野菜がたっぷり摂れる。雑穀米とかき揚げの食感も合わせ、食べ進める手が止まらなくなる一品だ。

おすすめPOINT  
野菜の旨味を活かすように仕上げられたルーはさらっとしていて食べやすい。後味すっきりとした爽やかな辛さも◎

1

野菜の旨味がぎゅっと凝縮！  
爽やかな辛さの“夏カレー”。



ひとことと言うと…  
夏にさらっと汗を掻いて食べるカレー！

店主 仲西さん

青唐辛子はお店の畑で採れた新鮮なもの



TEL059-252-2311  
津市稲葉町3-49  
営業 11:00~19:00  
休/水曜  
P/共同P有  
カード利用/不可



# わたしのまちの、 噂の カレー。

一口に“カレー”といっても種類は様々。材料や調理法など作り手のアイデアにより無限の可能性を秘めている。お家カレーでは味わえない、個性的なカレーの数々を食べにぜひ出掛けてみては。

# 3

## まろやかだけど、後からピリリ！ 人気カフェの特製カレー



松阪市本町  
トミヤマ  
[cafe Tomiyama]の  
特製野菜カレーセット  
900円

季節の野菜がゴロゴロとった特製の野菜カレーは、彩り美しいひと皿。野菜をさっと焼いているため、香ばしさと甘みが増しており、素材の味が存分に楽しめるように。また、ルーにも裏ごしした野菜を使用しており、まさに野菜づくしのカレー。生クリームでまろやかに仕上げながらも、後を引くスパイシーな辛さを併せ持っている。

**おすすめPOINT**  
「野菜がたっぷり摂れる」と女性に人気。プラス100円でコーヒーまたは紅茶が付く。カレーの注文は14時まで

ひとことで言うと…  
野菜をいっぱい  
食べられるカレー！  
by 店主さん

室R23  
Tel.0598-21-1389  
松阪市本町2188  
営 / 11:00~17:30  
(17:00LO)  
休 / 火・水曜  
P / 6台  
カード利用 / 不可



# 2

## 集大成として挑む今年のカレーは 誰もが親しめるハワイアンカレー

鈴鹿市神戸  
カズカン  
[KAZU-KAN  
~Loco Hale'aina~]の  
ハワイアンロコモコオハナカレー  
1,274円

鈴鹿市で毎年行われる「鈴鹿カレーグランプリ」にて2連覇を果たしたこちらのお店の新作は、ハンバーグと目玉焼きを乗せたロコモコ風。奥深くスパイシーなルー、さくらボーク100%のハンバーグ、甘さのある黒田米はそれぞれ単独でも、一緒に食べても美味しいようにバランスにこだわったひと皿。今年はこちらまでの「集大成」としてこのカレーでグランプリに臨む。

**おすすめPOINT**  
香辛料や果物を使ったルーは5日間煮込みコクを出す。ハンバーグは挽き方を変えたものを使い、食感も工夫

ひとことで言うと…  
現時点でのベスト  
アンサーなカレー！  
by オーナー 永戸さん



Tel.059-384-7311  
鈴鹿市神戸2-16-20  
営 / 11:00~14:30 (14:00LO)  
18:00~21:00 (20:30LO)  
休 / 火曜、臨時休業有  
P / 4台  
カード利用 / 不可



松阪市船江町  
[SITAR(詳細P56)]の  
プレーンナン 290円

ナンDATA  
全長：約45cm テイクアウト：可  
相性の良いカレー：チキンカレー  
国産小麦粉使用のかなり大きなナン。カレー無しでも食べられるように味付けされているのも嬉しい



松阪市荒木町  
[DANAPANI(詳細P57)]の チーズナン 500円

ナンDATA  
直径：約32cm テイクアウト：可 相性の良いカレー：チキンカレー  
とろ〜りとしたミックスチーズに注目。鼻をくすぐる香りも堪らない



鈴鹿市西条  
[インド村(詳細P52)]の  
チーズナン 510円

ナンDATA  
全長：約23cm テイクアウト：可  
相性の良いカレー：バターチキンカレー  
焦げ目のカリっとした食感や香ばしさ、あっさりめのチーズが絶妙なナン。熱いうちに食べよう



鈴鹿市岡田  
[イエティ(詳細P53)]の  
プレーンナン 350円

ナンDATA  
全長：約30cm テイクアウト：可  
相性の良いカレー：チキンカレー  
甘味のあるプレーンナンは、焼きたてはふっくら、時間が経てばサクサクの食感に



松阪市駅部田町  
[HIMARAYA(詳細P57)]の チーズナン 500円

ナンDATA  
直径：約26cm テイクアウト：可 相性の良いカレー：チキンカレー  
チーズたっぷりて女性に大人気。甘味が強いのも特徴だ

# 三重ナン MIE 2014 Summer Naan



伊勢市桶部町  
[FULLBARI(詳細P58)]の  
ガーリックナン 550円

ナンDATA  
直径：約30cm テイクアウト：可  
相性の良いカレー：何でもOK!  
夏には特におすすめの、ガーリックの香りが堪らない一品。お酒のおつまみとしても最適だ

# コレ。 Collection

本場のカレーに欠かせない「ナン」。焼きたてのふかふかでもっちりとした食感は一度食べたら止まらない！見ているだけで食べたくなる、各店舗イチオシの「ナン」が集合。

津市西丸之内  
[ビッグ・ホルダーラ・カラカッタ(詳細P54)]の  
チーズナン 550円

ナンDATA  
直径：約24cm テイクアウト：可  
相性の良いカレー：ほうれん草カレー、チキンカレー  
デザート感覚で食べられるほど甘いチーズナン。甘さは調節可。上にはココナッツが掛かる



津市新東町  
[EVEREST(詳細P55)]の  
チーズナン スモール350円

ナンDATA  
全長：約20cm テイクアウト：可  
相性の良いカレー：何でもOK  
テイクアウトにも嬉しいスモールサイズ。レギュラーサイズもあり、直径は28cmほど



鈴鹿市西条  
[タージマハル(詳細P53)]の  
チーズナン 600円

ナンDATA  
直径：約22cm テイクアウト：可  
相性の良いカレー：何でもOK!  
生地を練る段階でチーズを入れたナン。ふっくらとろっとした食感にたちまちとりこになる

津市丸之内  
[スリーガネーサ(詳細P55)]の  
チーズナン 500円

ナンDATA  
直径：約24cm テイクアウト：可  
相性の良いカレー：キーマカレー、チキンカレー  
たっぷりチーズが入ったこちらは女性や子どもにも人気。他、甘いナン「カスミナン」なども有



志摩市阿児町  
[JAHANGIR(詳細P59)]の  
ナン 320円

ナンDATA  
全長：約43cm テイクアウト：可  
相性の良いカレー：チキンカレー  
三重県産小麦あやひかりを100%使用した、もっちり食感のプレーンナン





津市羽所町  
UDON DINING 空麦

明治期に東京の「杉本商店」で考案されたカレー南蛮。そのこだわりのカレー粉を使って仕上げたとろみの強いオリジナルルーに、自慢の手打ち讃岐うどんが絡む夜限定メニュー。津市の松阪牛・黒毛和牛専門店「逢坂屋」の牛肉がたっぷり入った人気一品で、熱烈なファンも。

至鈴鹿  
津市羽所町633  
安藤ビル1F  
営/11:00~14:00  
17:30~21:00(20:30LO)  
休/月・日曜、祝日  
火・水曜の夜  
P/共同3台  
カード利用/不可

TEL059-224-4991

カレー南蛮  
1,000円  
※夜限定

黒毛和牛たっぷり、  
夜限定の「カレー南蛮」。

飲み干したくなるつゆには、  
鈴鹿産食材がたっぷり。

鈴鹿市南長太町  
橋本家

クチコミで評判が伝わり、今では昼はカレーうどん屋として、夜は小料理屋として連日賑わう一軒。6種あるカレーうどんの中でも卵、揚げなど鈴鹿産の食材を使用したこちらは、鍋底に忍ばせた椿こんやくの麺で食感の変化も楽しめる。スパイスとダシを効かせたカレーつゆは飲み干す人も多いそう。

至四日市  
鈴鹿市南長太町  
2477-2  
営/11:30~14:00  
(13:40LO)  
17:00~22:00  
(21:30LO)  
休/月曜 P/7台  
カード利用/不可

TEL059-395-2505

スズカレー  
煮込みうどん  
800円

汗を掻きながらズズズっと食べて猛暑を乗り切れ!

# カレーうどん

アツアツのカレーうどんを、噴き出す汗を拭いつつ夢中になって食べる。食後の満足感と爽快感は、夏にしか味わえない醍醐味。スパイスの効いたカレーうどんから、夏を乗り切る元気をいただく!

猛暑にこそ食べたい、  
熱々の鍋焼きうどん。



鈴鹿市住吉町  
まるげん  
〇元

地元客に愛されるうどん屋「〇元」の人気メニュー。フルーツの甘味を効かせ、和風ダシの風味を消さないように合わせた口当たりの良いカレーダシが特徴。牛肉や白ネギなど具材もたっぷり、麺はスタンダードな茹でうどんとコシの強い無塩うどんから選べる。この夏は「冷やしカレーうどん」にも注目。

至中央道路  
鈴鹿市住吉町  
3-26-8  
営/11:30~14:30  
(14:00LO)  
休/火曜  
P/16台  
カード利用/不可

TEL059-358-3452

カレー鍋焼き  
うどん  
780円

根強い人気のカレーに、  
揚げたて天ぷらをオン。



カレー天ぷら  
1,000円

津市半田  
手打庵

和風ダシを効かせたカレーに、玉ねぎや揚げなどの具材がたっぷり入った「カレーうどん」はお店の1、2を争う人気メニュー。そこへ注文後に揚げられる熱々の天ぷらがのった「カレー天ぷら」は女性にも大人気。2種の小麦粉を独自配合したこだわりの自家製麺と共に堪能して。

至鈴鹿  
津市半田158-1  
営/11:00~14:00  
17:00~21:00  
休/無休  
P/11台  
カード利用/不可

TEL059-224-5977

松阪市駅部田町  
さぬき饅頭 徳八

本場仕込みの本格手打ち讃岐うどんと、厳選した8種類の素材から丁寧に取るダシ、そして体に優しい豆乳。それらのこだわりが詰まったカレーうどんは、女性を中心にリピーターの多い一品だ。注文が入ってから揚げる豊富な天ぷらや、一緒に添えられるフランスパンも珍しいと好評。

至P23  
松阪市駅部田町  
753-1  
営/11:15~14:00  
17:30~22:00  
※麺がなくなり  
次第終了  
休/水曜、第2・3木曜  
※お盆は無休  
P/共同P有  
カード利用/不可

TEL0598-22-2338

今日はちよつぷり  
贅沢に、  
豪華にトッピングを  
全部のせ。

全部のせ  
カレーうどん  
1,600円