



### 人気急上昇中 魚好きを魅了する北摂の魚食処

“本当に旨い魚”をリーズナブルに楽しみたいなら、毎日大阪中央卸市場から直送&独自ルートで色んな種類の魚を仕入れている一豊へ！刺身・焼き・煮・蒸し...と、和食の料理人が腕を振るい、その実力はテレビ取材を受けるほど。人気の「みなみ鮪特大かま定食」は、焼津の大手鮪問屋から仕入れた、本マグロに匹敵する最高峰・みなみ鮪のかまを使用。冬季限定「ふぐ定食」は、トラフグのてっさにフグのから揚げと、2,000円で「フグのコース」として味わえる。昼も夜も定食ありなのでぜひ。

常連客に大人気！3時間煮込んだ白濁の鯛だしスープ(480円)+100円で稲庭うどんをトッピング。ペの一杯に。



(上)ふぐ定食(トラフグのてっさ、ふぐのから揚げ、厳選小鉢三種、ごはん、味噌汁、漬け物)  
(下)みなみ鮪特大かま定食(カマの煮(左)or焼き(右)のいずれか、お刺身二種盛、厳選小鉢三種、ごはん、味噌汁、漬け物)

- Menu**
- ふぐ定食.....2,000円
  - みなみ鮪特大かま定食.....1,500円
  - 昼のみ定食(9種).....1,000円
  - 季節の旬魚コース(前菜3品、季節の一品、お造り5種、焼物又は煮物、茶碗蒸し、揚げ物、お食事、デザート).....3,200円
- ※全て税別 ※詳しくはホームページにて

#### 魚食処 一豊

くかずとよ>服部緑地公園店  
吹田市春日1丁目1-1TATSUMI緑地公園101  
営/昼11時~15時(LO14時45分)  
夜17時~22時(LO21時45分)  
月曜定休(月曜が祝日の場合翌火曜休)  
駐車場3台あり  
☎06-4798-5113  
http://fichi-ho.co.jp



### 好みのスイーツを食べ尽くそう 熱々パスタや限定メニューも好評

15周年を迎えたスイパラが創業当時の価格1,000円で営業中！定番のショートケーキから季節のケーキ、ゼリーに和菓子まで多彩なスイーツ約30種類がずらりと並ぶ。アツアツの自家製生パスタやカレーなども人気！



- Menu**
- 大人(中学生以上、50分).....1,000円
  - 大人(ドリンクバー付、70分).....1,204円
  - 小(4歳~小学生、ドリンクバー付).....797円
  - 3歳以下...無料
- ※全て税別

#### スイーツパラダイスファクトリー

吹田市千里万博公園2-1  
ららぽーとEXPOCITY 1F  
営/11時~22時(LO21:30) 無休  
P4,100台  
☎06-4860-6453



### 大阪府中央卸売市場仲買直営 平成最後の2月は「帆立とトラフグ」で贅沢に

天ぷら、バター焼、お造りがついた「帆立まみれ定食」とフグ刺、アラ唐揚げ、フグ皮がついた「トラ福定食」はどちらも3種が楽しめる！「いつも小野原本店では寒い中並んでいただきありがとうございます」と話す一方で昨年オープンの駅前店は「まだまだぼぼ直ぐ入れます！心よりお待ちしております！」とのこと。予約もOK！

- Menu**
- フグ刺し.....980円(ダブル1,880円)
  - 国産トラフグアラ唐揚げ.....980円(ダブル1,880円)
  - 帆立天ぷら/バター焼/お造り.....580円/398円/480円
  - あご落とし明太子/天ぷら.....380円/450円
  - 2/2(土)は「塩イワシ」店頭販売、他特価品
  - 2/3(日)「恵方巻」(巻き寿司の予約は1/30まで)

#### 銀蔵 (ギンゾウ)

営/昼10時(箕面駅前店は11時)~15時(LO14時半)  
平日夜18時~21時半(LO21時) 日祝夜17時~21時半(LO21時)  
土・祝日前夜17時~22時(LO21時半)  
【小野原本店】箕面市小野原東5-2-1 Pあり  
【箕面駅前店】(予約可)箕面市箕面6-4-24サンクスのお105 Pなし(近隣に有料Pあり)  
☎080-1400-3527 ☎080-3846-7899



法要や慶事からちょっとした集まりまで、さまざまなシーンでご利用いただける近江牛などを中心にお肉にこだわったお弁当やお肉を、ご家庭や職場までお届けします。

※お弁当のご注文は合計10,000円以上から承ります。配送料はかかりません。

おもてなし肉料理  
**中乃屋**  
吹田市山田東1-9-1  
受付/平日10時~18時  
TEL 06-6170-5114  
FAX 06-6170-5140  
詳細はこちらへ  
中乃屋 弁当 で検索

「法事・法要」など  
親戚の集まりに  
おもてなし肉料理ひかり  
3,500円(税別)

Go round the good gourmet

グルメの街で見つけた  
絶品メニュー

## 北摂の おすすめグルメ

北摂の美味しいグルメ店を紹介します。  
お気に入りのお店を見つけてください。



### 子連れでも、3世代でも 気軽な和食ダイニング ランチメニューが100円引

バイヤーが全国を走り回って集めた季節ごとの素材を楽しめる。今なら呂久牡蠣を使った土手鍋がついたランチがおすすめ。また売り切れ御免のワンプレートランチはメインからおぼんざいドリンクもついて980円。掘りごたつの個室や半個室が充実し、小学生以下は100円でソフトドリンク飲み放題。子連れでの集まりにはここで決まり！



ごちそう村 豊中上新田  
豊中市上新田4-29-3  
営/ランチ11時半~15時(LO14時半)  
ディナー17時~23時(LO22時半)  
金土祝前日は~23時半(LO23時)  
Pあり  
☎06-6155-4147

- Menu**
- <限定10食>週替わりプレートランチ.....980円
  - <限定15食>限定おすすめ膳ランチ.....1,350円
  - 宮島牡蠣のカキフライご膳ランチ.....1,080円
  - 当日飲み放題.....1,500円

この記事持参で  
●<昼のみ>980円以上のご膳.....**100円OFF**  
※1グループ全員OK/セット除く/他券併用不可  
●<夜のみ>お会計より.....**10%OFF**  
※割引上限1,000円/他券併用不可※全て税抜表記(2月未まで)

旬の食材を食べよう

食材【ゆず】

## サーモン幽庵焼き

食材 (4人前)

- サーモン切り身...4切れ
- 砂糖.....小さじ2(なくてもOK)
- だししょうゆ...小さじ4
- ゆず.....スライス4枚
- みりん.....小さじ2

step 01 調味料をすべて混ぜ合わせて漬けだれを作り、サーモンとゆずを30分以上漬けこむ。(写真は4人前以上)

step 02 器に盛り付けて完成!

完成

ゆずの量は好みで調整を!

レシピ作ったよレポート募集! chef ももちゃん

LOHAS café (ロハスカフェ)  
摂津市千里丘1-13-23  
JR千里丘駅 徒歩5分  
営/モーニング8時半~、ランチ11時半~、  
営業は16時まで 日祝定休  
☎06-6155-6830

入館料 割引

「カカオとコーヒー展」期間中、この広告をお持ちの方は 高校生以上500円→**450円** ※一枚につき、2名様まで1回限り有効。他券との併用不可。

その一粒は、神からの贈りもの。

## カカオと コーヒー展

2019  
1.29 (Tue) → 2.24 (Sun)

開館時間 / 10:00~17:00 (入館は~16:30)  
休館日 / 毎週月曜日(休日の場合翌平日)  
年末年始(12月28日から1月4日)

入館料=高校生以上 500円 / 中学生以下 無料  
※中学生以下、障がい者手帳をお持ちの方(介護者1名を含む)、大阪市内在住の65歳以上の方は無料  
【要証明(生徒手帳、健康手帳、敬老優待乗車証等の原本)】  
主催/鶴見緑地スマイル5 運営/企画/一財)大阪スポーツみどり財団

世界の花と緑に出会える大温室  
OsakaMetro長堀鶴見緑地線「鶴見緑地」駅下車徒歩約10分

大阪市鶴見区  
緑地公園2-163  
TEL 06(6912)0055