

牛骨巡禮 G1

【鳥取牛骨拉麵】

2009年當地居民街道振興小組發掘以後備受全國關注的熱乎乎香噴噴拉麵。從昭和時代延續至今的老店，到進入平成（1989年開始）時代火起來的人氣店，首先要吃遍這四家店。



一家一家耐心地

拜訪牛骨的原點

首先去西部和中部地區的老店吃上兩碗



- 一 牛骨精心熬製而成的湯底
- 二 熱乎乎牛肉香味、醇厚爽口的風味
- 三 豆芽、魚板等懷舊食材

G1 1 滿洲味

拉麵 650日圓 電話:0859-22-9405



牛骨拉麵的原點就在這裡。源於第二次世界大戰時在中國哈爾濱吃到的中式湯麵製作而成的湯麵。令人聯想起牛尾湯、滿滿都是牛肉風味的湯底，拌上咬勁十足的直麵享用。

▲米子市西福原9-21-15 ◎11:00~19:00 週一



“牛骨巡禮”由此開始

吃上繼承“牛骨”原點的一碗麵



繼承“原點”風味的上一代店主的女兒門前美紀子女士負責料理

越吃越有味道，令人心滿意足的一碗。

邂逅牛骨魂的店主

痴迷牛骨的店主傾情奉上一碗



追求後味的一碗

連最後一滴湯都要喝乾淨！

朝著“牛骨旗”的標誌出發



觸摸昭和之心

今天也在堅守著令人懷念、安心的那碗麵



“一口氣喝乾”的醇厚湯底

想要喝乾淨的湯底。與厚片叉燒也很搭。

G1 4 麵屋八兵衛

中華蕎麥麵 600日圓 電話:0858-26-3555



徹底繼承了倉吉老牌牛骨拉麵店的志向，牛骨鮮美盡現的一碗麵擁有著眾多擁躉。休息天甚至會因沒有湯底而“提前結束營業”。要去可要趁早。

▲倉吉市福庭町1-101 ◎11:30~14:30、18:00~20:30 ◎週二

G1 2 餐館 香味德

中華蕎麥麵（普通）550日圓 電話:0858-55-0003



創業於昭和14年（1939年），至今已有60多年悠久歷史的拉麵。從早上9店開始用新鮮牛骨熬湯，經10小時熬出的高湯加上當地淡口醬油製成湯底，略帶甘甜，入口爽滑。▲東伯郡琴浦町赤碓1979 ◎11:00~21:00（最後點餐時間：20:30）◎週一（如逢國定假日則營業，次日休息）



60多年間深受青睞的“經典中的經典”

牛肉鮮香與麵條水乳交融。黃色的“煮雞蛋”也是香味德的特色。



第2代店主紙德武男先生一碗一碗手工烹製

ITADAKI 之旅 G2

【ITADAKI】

名稱源於名山大山的山頂。大塊油豆腐中塞滿了高湯煮出來的鮮美米飯。吃遍兩家人氣店！

- 一 手掌大小的油豆腐
- 二 油豆腐中塞入白米蔬菜經高湯煮制

G2 1 光琳坊 山月庵

米子名產ITADAKI 680日圓 電話:0859-31-5678



盛在飯鍋裡面端上來的「新ITADAKI」兩個。



其中還有ITADAKI招牌的「糯糯米」

用飯鍋上菜的ITADAKI就在這裡。點單後開始烹製，連鍋上菜。因此始終能夠品嚐到剛做好的美味。

▲米子市明治町140 米子站前停車樓1F ◎17:00~次日1:00（最後點餐時間：24:30）◎12月31日、元旦

還可以在空中門戶機場品嚐

爐湯KABA

米子機場航站楼店 電話:0859-45-3377



充分調味，也可作為“佐酒菜”

爐湯KABA加上香氣沁人的香菇、胡蘿蔔煮制而成。搭配浸在高湯中的多汁油豆腐。歡迎品嚐油豆腐與糯糯米飯交織而成的雙重口感。▲境港佐佐神町1634 米子機場航站楼2F ◎11:00~21:30（最後點餐時間：21:00）◎無休

西部門戶的“當地美食”

昭和巡禮 G3

【素拉麵】

粉絲慢慢增加的昭和風味素拉麵。正因為簡單，才更值得對比品嚐看看。親民的價格也讓人安心。

- 一 和風高湯煮制的中式麵魚板、大蔥、天婦羅屑
- 二 吃法是在食材上撒上胡椒粉

G3 1 武藏屋食堂

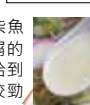
素拉麵 500日圓 電話:0857-22-3397



回歸“樸素”的療癒麵條

吃遍食堂暢銷菜單

誕生於昭和30年代。柴魚和昆布高湯與天婦羅屑的絕妙組合。噴香誘人、恰到好處的甜味湯底以及咬勁十足的麵條確實好吃。甚至有祖孫三代來吃麵的「The鳥取」風味。▲鳥取市職人町15 ◎10:30~17:00 ◎週日、國定假日



拉麵的基礎，絕妙的湯和縣產小麥麵。

推薦蘸上胡椒粉再品嚐。麵條為自家製造使用縣產小麥所做的麵條。

G3 2 自助食堂 YAMAMOTO

素拉麵 350日圓 電話:0857-28-1023



不斷滿足鳥取居民口腹之慾的食堂暢銷菜單。鯉魚和昆布高湯繼承了昭和時代的傳統風味。自助食堂，菜餚豐富多彩。也可以選擇多樣菜品種「素拉麵套餐」。▲鳥取市商船町 202-2 ◎9:00~24:00 ◎盂蘭盆節、正月



與雞膽醋調和的受皿也很搭配。 略微甘甜的湯底 搭配菜餅一起享用

饕餮之旅 G4

【勾芡雜燴麵】

熱乎乎又大份量，絕對讓人心滿意足。勾芡風味，縣東部普遍採用雞骨豬骨和蔬菜調味，西部則主要採用牛骨湯底，加油吃完吧！

- 一 中式麵加上豐富食材製作的勾芡
- 二 麵條拌著勾芡食用
- 三 在中餐館和食堂中也是招牌菜

東西人氣店口味&份量對比

盡享豐富食材和個性十足的勾芡

G4 1 味處四季

雜燴麵 770日圓 電話:0859-72-1586



九州人也讚不絕口 名產雜燴麵

牛骨湯底的勾芡為“蛋花”。將近10種的豐富食材散點著30公分的大碗。九州人也曾對這種麵讚不絕口。認為“這種更好吃”。▲日野郡日野町野田277-8 ◎11:00~14:00、17:00~21:00 ※週日、國定假日會有變動 ◎週一（如逢國定假日則中午營業、隔日休息）



食材有時採自當地野菜。不少從米子方向過來品嚐

最新勾芡「鳥取咖哩雜燴麵」

G4 2 北方大地 味噌咖哩雜燴麵780日圓 電話:0857-21-3055



本店名產，以正宗北海道風味味噌拉麵為基礎。秘密佐料採用味噌，湯底既醇厚又爽口。大塊的食材也很實在。讓人想要跟朋友一起分享。▲鳥取市今町2-117 ◎18:00~23:00（最後點餐時間）◎不固定休息



想和大家一起分享的「咖哩雜燴麵」

A. GoGo! G5

【琴浦飛魚排咖哩飯】

自2010年誕生以來，憑藉鬆脆又有彈性的口感不斷俘獲眾多粉絲的當地咖哩飯。店舖也很集中，快去邊走邊吃吧。

還在不斷地進化
成當地漢堡



在「全國當地漢堡大獎賽」中榮獲第4名的實力作品

鮮得令人驚訝

- 1 琴浦町的帶骨飛魚排
- 2 每家店都在咖哩上苦下功夫，供應特色咖哩

G5 1 ABUI蒲鉾(烤魚漿)

琴浦飛魚排咖哩漢堡 500日圓 電話:0858-52-2750



自製厚飛魚排與為了漢堡而不斷研究的咖哩和蛋黃醬製成的當地漢堡。更含有大量琴浦町產高麗菜，比肉漢堡吃起來更脆。可外帶。
▲東伯都琴浦町八橋363-2 ◎9:00~18:30 ◎週三



鳥取砂丘造型的
蓋飯

還被女性雜誌稱道的
當地蓋飯

G6 1 TAKI乃藏

鹽烤青花魚蓋飯 929日圓 電話:0857-36-0610

從鳥取砂丘獲得靈感、精心製作而成的蓋飯。鹽烤青 花魚周圍是八種讓鹽烤青花魚更美味的佐料。

▲鳥取市彌生町305 Livio 1樓 ◎11:30~14:00、17:30~23:30※週五、週六、國定假日前一天截止至24:00
※最後點餐時間:各營業時間前30分鐘 ◎無休



【因幡鹽烤青花魚】

款待青花魚
G6

突破青花魚的常識、自由創作料理不斷登場。除了午飯外，也推薦與朋友一起在晚上享用佳餚。



還有鹽烤青花魚大全

- 1 一手撒鹽、淡鹽醃成的鹹魚乾
- 2 從蓋飯到創作料理，各種新料理層出不窮

再發現 G7

【冬粉茶碗蒸】

想要了解縣西部的「日常」，就去當地超市!想要慢慢品嚐美味，就去人氣創作料理店。多多留心就能變成你的「日常」。



- 1 茶碗蒸的底部是冬粉
- 2 吃法是用筷子吃

從人生前輩那裡繼承
而來的傳統口味

G7 1 恩雅珊瑚皆生酒店

伯耆之國名產冬粉茶碗蒸 電話:0859-31-6658

從縣西部老人們那裡繼承來的「傳統」食譜茶碗蒸。大山雞和乾香菇熬煮高湯的懷舊風味備受好評。冬粉嚴格做到「兩張名片」的長度。

▲米子市皆生溫泉4-21-1 皆生酒店1樓
◎11:00~15:00、17:00~24:00 (最後點餐時間:23:00)
◎不固定休息



鄉土旅 G8

【大山糯米飯】

想在名水湧現的奧大山地區品嚐的故鄉風味，也想看看奧大山的景色，在宿場町逛逛。

- 1 醬油 and 砂糖調味的鄉土飯

感受鄉里的120年
傳統糯米飯

G8 1 餐館 米子屋

大山糯米飯套餐 1300日圓

電話:0859-75-2400



約120年代代相傳的佳餚，保持著古老的作法，生米調味蒸製而成。利用水車剝去外殼、口感奇妙熱乎乎的粟子及其他原料均為日本產。

▲日野郡江府町江尾2000
◎11:00~14:00
◎每月第2和第4個週日 (如有預約則營業)、盂蘭盆、年底年初



大山糯米飯加河魚等
時令佳餚的五道菜

源於鳥取!
FOOD CULTURE
特報 4報告
「美食之都 鳥取縣」中備受全國關注的「美食新聞和流行」。一一揭開其真相!

鳥 取縣的野味開始受到關注，是在2012年。當時鳥獸因對農作物造成了很大災害而成為問題，為了有效利用這些野豬和野鹿，官民開始攜手推進瘦肉、加工品、餐飲店菜單等銷售措施，野味也由此開始。

同年5月，縣東部1市4町的獵人、獸肉處理商家、食用肉銷售商、餐飲店等共同成立了「因幡之GIBIER聯絡協議會」，該舉措開始正式步上軌道。現在供應野味料理的店舖擴大到了22家（截至2016年11月）。另外2015年1~2月還在鳥取市舉辦了「第1屆日本GIBIER研討會」。此外還舉辦了加工廠、餐飲店、皮革加工銷售處視察、料理試吃會甚至於基調演講和討論，鳥取縣的野味之名開始傳播到全國。此外還在鳥取市及若櫻町舉辦了野味節，吸引數千人到場，活動現場氣氛熱烈。

2016年10月起，鳥取市內的超市「Sun Mart」還開始銷售若櫻町產的鹿肉。在家中就能吃到野味，越發貼近人們的生活。

在日式餐廳享用野味

連醬料都想吃光的烤肉(1944日圓)。感受野味原始風味的漢堡是600日圓，與紅葡萄酒很搭。

烤因州鹿肉、因幡野味漢堡

烤鹿肉是經過精心處理的若櫻町產烤鹿肉，搭配以鹿骨熬製湯底為基礎的香味醬料享用的一道自信之作。鹿肉豬肉肉末加上野豬肉醬製成的漢堡在活動中的銷售也很有人氣。

Pepenero Italia館
▲鳥取市彌生町308-2 ◎11:30~14:00、18:00~23:00 (最後點餐時間:22:00) ◎每月第1和第3個週日、第2和第4個週一 電話:0857-27-4736

法式日式之融合

與野豬肉非常搭配的牛蒡採用「砂丘牛蒡」，噴香爽脆的口感也給人留下深刻印象。1300日圓。

野豬肉牛蒡蓋飯

法餐廚師手工製作蓋飯。精選認為「凝聚豬肉本身風味」的野豬豬腿、豬肘和豬蹄熬煮成「野豬濃汁」淋在米飯上。簡單卻又口感深邃、滿滿都是「西餐感覺」。

用筷子吃法餐 Bistrot Furaipan
▲鳥取市樂町204-12 ◎11:30~14:00、18:00~22:00
◎週日 電話:0857-29-1324

01 TOTTORI GIBIER 野味的先進地區

「在縣外的廚師之中，「鳥取有很好的野味肉」這一認知度非常高。野味正與重要的地區資源一起不斷品牌化。鳥取縣構建起加工流通體制，進一步提升食用肉流通中重要的安全性。縣東部地區也將推進野味食用環境，讓人們像是消費牛肉一樣品嚐野味。」(因幡之GIBIER推進協議會野味協調人 米村晴己先生)。

鹿肉高蛋白低卡路里，野豬富含維生素B2，野味是對美容和健康均有益的食材。與朋友們搞一次「野味烤肉派對」、在餐飲店舉辦「野味女子會」等等，相信不久以後，這些都將成為野味先進地區鳥取縣所獨有的「日常」光景。

野味最新信息

在網站「因幡之GIBIER推進協議會」中隨時更新新活動、供應店舖等信息。現正招募免費入會的粉絲俱樂部會員。

鳥取鹿肉起司肉排蓋飯

能夠品嚐到鹿肉的柔軟鮮美和鬆脆口感、蔬菜豐富宛如沙拉般的蓋飯。起司在鹿排中融化，搭配自製調味醬濃厚「黑辣椒醬」，讓人迫不及待地想吃第二口。

cafe d'art muse
▲鳥取市東町2-124 ◎9:30~18:00(18:00以後根據預約營業)
◎不固定休息 電話:0857-20-2520

進化成新感覺蓋飯

色彩美麗的炸鹿排蓋飯1300日圓。潛心研究當地食材、出生於鳥取縣的料理研究家擔任老闆。縣立博物館內。

若櫻鹿咖哩飯(每月第2和第4個週二限定)

為了做出鹿肉特色咖哩而不斷嘗試，最終做成了「雙拼咖哩飯」。黑色是黑胡椒風味的辣咖哩，黃色是帶有生薑的甜咖哩。鹿肉口感也十分有咬勁，吃了肯定停不住嘴巴。

鳥取縣府食堂
▲鳥取市東町1-271 ◎10:00~14:00 ◎週六、週日和國定假日
電話:0857-26-7797

野味成為縣府美食

甚至有「專為鹿肉咖哩飯」而專程來縣府，是一道人氣菜品。口味正宗的野味咖哩，價格卻是令人驚喜的一枚硬幣500日圓。

02 CURRY PARADISE

咖哩愛好者們齊聚的鳥取縣
隨時隨地供應正宗咖哩飯!

咖哩
王國



來自全國的採訪紛至沓來

備受全國矚目的“Only One咖哩”，1296日圓（至少需提前一天預約）

貴婦的粉色華麗

“粉色”的秘密在於自家種植的甜菜果汁。盡顯蔬菜美味的甘甜咖哩醬，與加有香料的燒頭魚貝很搭配。古式民居空間也很適合用來舉辦女子會。

和風咖啡廳長廊 大櫻樓
●鳥取市大櫻町3-3
◎11:30~21:00(最後點餐時間:20:30)
☎不定期休息
電話:0857-30-4891



「大江之鄉烤薄餅」(680日圓,含飲料1080日圓)・點單後現烤的美味,第一口請什麼都不要加品嚐原味,推薦在10分鐘內吃完。

開店前一個半小時
來店排隊

大江之鄉 自然牧場 cocogarden

散養加天然原料發酵飼料飼養的雞下的“天美蛋”加上最大限度利用天然原料手工製作的烤薄餅・厚厚的麵餅一眼讓人聯想起“軟綿綿”,入口即化的柔滑口感俘獲舌尖與心。啊,好幸福。

●八頭郡八頭町橋本877 ◎10:00~18:00
☎無休 電話:0120-505-606



03 LONG LINES PLACE

“當地人怕“排隊”??
不・排隊還是有的哦(笑)!

大排長龍的
「那家店」

迴轉壽司北海道 河北店

壽司食材主要為境港的鮮魚。新鮮度有保證,肉又厚,座右銘是以親民價格供應壽司。每盤120日圓起。壽司米採用冰溫熱成的當地關金米,完成度之高連壽司愛好者們都讚不絕口。

●倉吉市清谷町2-90
◎11:30~22:00(最後點餐時間:21:50)
☎無休
電話:0858-48-1577



大塊食材吸引
了鮮魚愛好者

店長推薦的「中腹」(380日圓),厚片食材也令人開心。



04 COFFEE CULTURE

從熱話話題SUNABA咖啡
到純粹的咖啡店,
一杯中滿滿都是「鳥取愛」!

咖啡
王國



又軟又脆的炸蝦與捲心菜和芥子醬一起品嚐的「猛者蝦熱三明治」(648日圓),想要和大杯的調製咖啡(熱咖啡324日圓)一起品嚐。

在鳥取“SUNABA”
比星巴克更受歡迎

SUNABA 咖啡 鳥取站前店

使用砂丘沙煎焙的咖啡豆經虹吸壺一杯一杯精心沖泡。想要品嚐更多鳥取特色,那麼推薦「猛者蝦三明治」。連殼搗碎的手工蝦排,保留著猛者蝦的芳醇鮮味和風味。

●鳥取市永樂溫泉町152
◎8:00~20:00
※週六、週日、國定假日7:30~20:00
☎無休 電話:0857-27-4649



應季而變的豐富「下午茶套餐」,918日圓・
咖啡工廠直營店

SAWAI COFFEE & TEA

全國粉絲眾多的「澤井咖啡」的總公司工廠直營咖啡店。香氣四溢的自家烘焙咖啡,加上手工三明治及甜點的英式下午茶套餐,自創業以來始終都很有人氣。可以買喜歡的咖啡豆作為紀念品。

●境港市竹內小區278-6 ◎9:00~18:00(最後點餐時間:17:30) ◎元旦 電話:0859-47-5381



紅瓦五號館 久樂

「石白咖啡」(500日圓)・下方照片為石白,也可以自己磨咖啡豆。



散步時品上一杯

最有人氣的「石白咖啡」是點單後用石白磨咖啡豆的特色咖啡。想要和甜甜的紅豆一起品嚐。「玄米咖啡」是將咖啡粉放在抹茶碗中,用茶筴打出泡沫的咖啡,可以配黑砂糖。

●倉吉市新町1-2424-2
◎9:00~17:30(冬季~17:00)
◎元旦 電話:0858-23-1130



鳥取縣東部・中部・西部邊走邊吃名鑑

食探手冊

Gourmet handbook 特輯 16個景點

和食

當地居民的人氣推薦

西餐

引以為傲的創作料理舞動舌尖

烏龍麵 蕎麥麵

麵湯也很值得期待

直銷所

供應新鮮的山珍海味

商家 清水庵

電話:0858-22-4759

店舖所在的建築物是一棟古老的商家。供應採用倉吉名產產產米製作而成的自製年糕瀧火鍋。年糕有柚子・辣椒等口味,每人供應12種口味。放入熱水中10秒左右就變得軟綿綿,蘸上醬汁一口吞下。

●倉吉市堺町1-876
◎11:00~14:00・17:00~20:00(最後點餐時間) ☎無休

▲包括蔬菜・雞肉等的「年糕瀧火鍋」1080日圓

鳥取 超級居酒屋 鳥取DAIZEN

電話:0857-27-6574

位於鳥取站前,菜單從單點到宴會、午餐菜單等,超過200種。米和蔬菜由簽約農戶每週直送兩次。其中最具特色的是魚類料理,鳥取縣產新鮮食材滿滿的海鮮蓋飯、酒津醃青花魚都很有人氣。

●鳥取市榮町715
◎11:00~24:00(最後點餐時間:23:00)
◎元旦

▲「極上海鮮蓋飯」1620日圓,精選海味應有盡有。

琴浦 風之街 鳥取東伯店

電話:0858-52-1033

也推薦家庭客人前來用餐的御好燒店。「希望展現鳥取獨有的風格」。採用鳥取特產和牛和豬肉,連雞蛋也是當地產。店內處處透露溫馨,燒烤指南、計時器等,為了方便客人享用美食煩費了一番心思。

●東伯郡琴浦町達東122
◎11:00~23:00(最後點餐時間:22:00)
☎不定期休息

▲「風之街混合時尚燒烤」1285日圓(雞蛋和大蔥另外收費)

琴浦 小小餐館

電話:0858-53-1100

座右銘是在當地品嚐應季食材的「地產地吃」。食材主要為店員收購來的米和大蔥等,從境內直銷店採購的當天早晨現摘的蔬菜到鳥取牛,「盡為鳥取產」食材。還有名產「牛奶澆飯」。

●東伯郡琴浦町通東806JA 鳥取中央PLATZ中央
◎11:00~15:00(15:00以後需要預約)
※12月~14月 ☎不定期休息

▲可以選擇肉或魚的每日輪換「GoGo午餐」600日圓

米子 米子全日空酒店 日本料理 雲海

電話:0859-36-1116

更高級的食材加上大廚的手藝,造就脫俗美味。距離境港很近,新鮮刺身尤為推薦。採用應季食材,各月都能品嚐到不同的美味。午餐限定的套餐也很值得品嚐。

●米子市久米町53-2
◎11:30~14:00・17:00~21:00(最後點餐時間:20:30) ☎無休

▲「ITADAKI」膳 2365日圓(每月輪換・午餐限定)

米子 Enya Kitchen 國際家庭廣場店

電話:0859-38-0655

白天是專為女性服務的日式咖啡廳,晚上根據預算供應的宴會「套餐料理」很有名。當地應季食材「爭奇鬥艷」的肉類和魚類料理約有100多種,飲料也有150多種,種類非常豐富。一起嗨到最後吧。

●米子市加茂町2-180 ◎11:00~15:00・17:00~24:00※週六和國定假日一天截止到次日1:00(最後點餐時間:24:00) ◎週三 不定期休息

▲套餐料理 各種1人份2800~4000日圓(四人起點)

倉吉 咖啡餐廳 SAINT GERMAIN

電話:0858-26-2323

使用鮮嫩鳥取牛里脊的熟牛排三明治全新登場。搭配牛排的自製醬料風味絕妙。可根據喜好添加芥子醬。每天限定八份,可外帶。

●倉吉市上井町1-9-2
Hotel St.Palace倉吉1樓
◎10:00~20:30(OS) ◎元旦

▲期間限定的「鳥取牛熟牛排三明治」1580日圓