

門司港イタリアンBONGO

#イタリアン #北九州カフェ #北九州ランチ #栄町銀天街 #門司港

生パスタに石窯ピザ、映え系メニューまで！商店街の門司港イタリアン

IKEAプロデュースの内装デザイン空間

門司港駅から少し散策。懐かしい雰囲気漂う栄町銀天街アーケードの入り口にあるのが「門司港イタリアンBONGO(ボンゴ)」。

以前は門司駅前で営業、2023年冬に移転OPENしました。

扉を開けると、ひと際センスあふれるインテリアで彩られた空間が広がります。なんと、店主の篠崎さんが壁や床、天井などを一から貼り換えたとのこと。そして家具や照明などのデザインは「IKEAプロデュース」によるもの。広くて明るい店内に、北欧風のインテリアがなじんでいます。

手間を惜しまない本格派ランチが充実！

一番人気は自家製ボロネーゼの生パスタ！ひき肉たっぷりでボリュームです。細麺の生パスタはもちもち。ボロネーゼは、和牛も使用した国産の合いびき肉を使用。完熟トマトとイタリア産赤ワインで煮込んでから一日寝かせているそう。具材のひとつひとつにソースが染み込んで、コクのある風味が魅力です。

そして、人気の石窯ピザは見た目ぶっくら。チーズの香りがたまりません。サクッのあとのもちり食感、石窯の遠赤外線で一気に焼き上げているから。生地風味はもちろん、3種のチーズをミックスしているので、この一枚でチーズの味わいを存分に満喫できます。



▲「デミ玉ロコモランチ」
<写真提供:BONGO>

※令和6年2月時点の情報です。



1.生パスタランチ「自家製ボロネーゼ」(サラダ・スープ付き) 2.土日限定(数量限定)の「白いオムライス」(ランチタイムはスープ・サラダ付き)<写真提供:BONGO>。自家製ミートソースをふわふわの卵白で包み、さらにホワイトソースをかけた真っ白な見た目も「可愛い」と大人気。3.広々とした店内には全38席。4.石窯ピザランチ。写真は「マルゲリータ」(スープ・サラダ付き)。

門司港イタリアンBONGO

☎093-342-7205

📍 門司区栄町2-22

🕒 (ランチタイム)11:00～15:00
(カフェタイム)15:00～17:00
(ディナータイム)17:30～21:00

📅 月曜、火曜

🅐 なし(近くに有料駐車場あり)

shop data



1.名物の「海鮮焼きそば」。揚げたての皮はパリッとサクッと、中はプリプリのエビとイカのすり身が詰まっていて、その旨みだけで十分味わえます。3.茶色の扉の入口からお店に一步入ると、格調高いヨーロッパ調の空間が広がります。4.茶と白のコントラストが美しいドイツ様式で、大連市内の旧ロシア人街にある鉄道汽船会社を復元。

中国料理 大連あかしあ

☎093-331-5909

📍 門司区東港町1-12 北九州市大連友好記念館1階

🕒 11:00～22:00 (LO21:30)
※ランチタイム: 11:00～14:00

📅 不定休

🅐 なし(近くにコインパーキングあり)

shop data

中国料理 大連あかしあ

#中国料理 #写真スポット #北九州ランチ #門司港レトロ

中国大連の歴史を感じる 洋館で楽しむ、名物の海鮮料理

友好記念館と「大連あかしあ」の誕生

国際貿易盛んな明治から昭和初期の西洋建築物が点在する街並みとして27年前に誕生した「門司港レトロ地区」。

そのエリアに友好都市締結15周年記念に建築された「大連友好記念館」(旧国際友好記念図書館)があります。

「大連あかしあ」は当時、数少ない本場直営店として1階にオープンしました。全国からの観光客だけでなく、地元でも愛されているお店です。

新鮮な魚介の味を生かした海鮮料理

中国東北部の南端にあり、海に囲まれる大連市。本場で修業を重ねた日本人シェフによる名物の海鮮料理が楽しめます。日本人の口にも合うあっさりとした薄塩味が特徴です。

最初に運ばれてきたのは、「海鮮焼きそば」。目の前で「ジュッ」という音を立てながらとろ～り、アツアツの海鮮餡をかけてくださいました。

海鮮餡のベースとなるスープは、鶏ガラ、豚骨を時間をかけて煮込んだ自家製。香ばしくパリパリもちもち食感の黄金そばにエビ、イカ、木くらげなどの魚介と野菜の旨みが溶け込んだ海鮮餡がよく絡み、箸を持つ手が止まりません。

他にも、皮から手づくりの「水ギョーザ」も有名だそうで、ぜひ味わうべし。いずれも量は多めなので、シェアして楽しむのがおすすめです。



▲円卓を囲む個室(10名まで利用可)が人気。

※令和4年7月時点の情報です。

とりかつ丼の黒兵衛

小倉 旦過市場店

#ランチ #丼 #北九州ランチ #旦過市場

旦過市場に来たらコレ！
絶品のとりカツ丼！

三代にわたって受け継がれた伝統の味わい

100年以上の歴史を持つ旦過市場は、昔ながらの店舗がひしめきあい、活気に満ち溢れている観光スポット。中でも、数少ない食事処のひとつが「とりかつ丼の黒兵衛」です。

鶏本来の美味しさを味わえると評判の「とりカツ丼」は、熊本産の新鮮な鶏を粗めのパン粉で揚げするため、サクサクとした食感が特徴です。通常のカツ丼の作り方とは異なり、揚げた後に卵で綴じるため、サクサクの食感を保てるというわけです。

また味を卵頼りにしないためにも、鶏肉にしっかりと味を漬け込むのがポイント。しょうゆとショウガを絶妙に配合して編み出した伝統のタレで、料亭を営んでいた店主の祖父の時代から受け継がれてきた味です。

「とりカツ丼」の並ならカツ2枚と卵1個、大盛りならカツ3枚と卵2個とボリュームも申し分なし！ 米も国産米にこだわっているのも、最後の一粒まで美味しくいただけます。

焼鳥や唐揚げなどの惣菜店も隣接

隣接する姉妹店「くろせ」では焼鳥や唐揚げなどの惣菜を取り扱っており、朝からお客さんが後を絶ちません。

豊のしゃも（要予約）、熊本産朝挽き鶏、赤鶏さつまなどの珍しい鶏肉を手に入れることができるのも専門店ならではの。



▲カウンターのみ6～8席。

※令和4年3月時点の情報です。



1.写真はサクサクの食感と味付けにこだわった「とりカツ丼（並）」。この他に、ハーフや大盛りもあります。2.隣接する姉妹店「くろせ」の様子。3.鶏専門店ならではの惣菜が豊富に揃います。お目当ての品を求めるお客さんの姿も。4.旦過市場の中でも店舗内でゆっくりと食事が楽しめる「とりかつ丼の黒兵衛」の外観。お昼時になると混雑することもあるので注意が必要です。

とりかつ丼の黒兵衛

小倉 旦過市場店

☎093-531-0972

📍小倉北区魚町4-1-37

🕒 11:00～16:00

📅 日曜、祝日は不定休

🅐 なし

shop data



1.熟々の「たーる一麺」が名物。濃厚なあんの中太のちゃんぽん麺がよく絡みます。2.現在閉鎖中の「萬龍」。華僑の社交場であった「貿易協力會館」の文字やショーウィンドウ内の食品サンプルから当時の面影を偲ぶことができます。3.この味にハマる人が多い「みそ麺」。4.一人でも立ち寄れる気軽さが幅広い世代に人気。カウンター席やテーブル席、ボックス席を含む20席が用意されています。

中華 龍

☎093-321-2028

📍門司区本町4-7

🕒 11:30～14:00
17:30～20:00

📅 日曜

🅐 あり（3台）

shop data

中華 龍

#あんかけ麺 #中華 龍 #中華料理 #九州鉄道記念館 #萬龍

昭和の全盛期から地元に愛されてきた
老舗の味を受け継ぐ町中華の名店

変わらない味の記憶をいまでも刻む人気店

JR門司港駅の南側に建つ「九州鉄道記念館」から徒歩5分。棧橋通りの路地裏に、老舗の味を受け継ぐ「中華 龍」があります。

昭和22年に創業したのが、前身の中華料理店「萬龍」。中国出身の貿易商人だった初代が営む「貿易協力會館」横の小さな食堂としてスタートし、増築後に100人収容の大型店となりました。

しかし、一時代を築き上げた「萬龍」は、2015年に創業68年間の幕を閉じました。同年3月に「萬龍」から徒歩1分の場所にアットホームな「中華 龍」が誕生。移転後も変わらず人気で、お昼は予約ができないため、時間をズラして訪れるのが良さそうです。

心も身体も温まるおふくろの麺料理を堪能

福建省出身の両親の後を継いだ2代目店主の奥中鴻明さん。母親のレシピをもとに麺料理やご飯物を主に提供。

珍しい名前の「たーる一麺」は、シーフードや野菜、蒲鉾などの旨みを濃厚なとろみで包み込んだボリューム満点の一品です。

看板メニューの「みそ麺」は、ジャージャー麺をヒントに日本の甘口味噌を使って濃厚なあんかけ麺にアレンジ。野菜の旨みたっぷりの甘くて優しい味わいで、シャキシャキ感のあるもやしやちゃんぽん麺と良く合います。毎回みそ麺だけしか注文しない人もいますとか。



▲「萬龍」創業当時と増築後、ご家族の写真。(写真提供＝奥中鴻明さん)

※令和5年11月時点の情報です。

関門海峡たこ 千春

#たこ料理 #北九州ブランド #北九州名物 #漁師の店 #関門海峡たこ

北九州ブランド【関門海峡たこ】を堪能できる、漁師直営のお店

北九州の特産品「関門海峡たこ」とは？

たこ料理の専門店「千春（せんのはる）」で扱うのは、北九州「食」のブランドとして認定されている「関門海峡たこ」です。潮の流れが速い関門海峡で獲れる「関門海峡たこ」は、流れに負けないよう踏ん張って育つため、太くて短い足と、吸盤が足先までビッシリついているのが特徴です。

また、漁場には貝やカニなどの餌が豊富。鍛えられて身が引き締まっているうえに甘みも旨味もギュッと詰まっているんです。

店主は漁師歴25年以上の「たこ漁師」。早朝から漁に出て、その日に獲れたたこは、そのままお店へ。

名物・たこめしも、たこの刺身も楽しめる定食が人気

2階はお昼限定営業の千春2号店。からあげ定食、とんかつ定食、サバめかだき定食など、幅広い定食メニューが揃います。

名物のたこめしも、たこ刺もついて贅沢なお得感！新鮮なお刺身は、その食感と甘みがたまりません。名物たこめしはプリプリと弾力のあるたこと、九州醤油のきいた香ばしい風味が抜群です。

関門海峡たこは、1年中堪能できます。夏場は煮だこ、冬場はしゃぶしゃぶなど楽しみ方もいろいろです。近ごろは外国人観光客も増えてきたという「千春」。国内外からも注目度の高い北九州ブランド「関門海峡たこ」をぜひともご堪能ください。



▲夜は「たこの唐揚げ」などのアラカルトが揃います。



1.「関門たこ」は、『北九州市関門海峡たこ協議会』会員の漁業者のみが漁獲した500g以上のマダコ（加工品含む）に限定され、ブランド管理が徹底されています。2.3.モノレール旦過駅から東側の繁華街を抜けた一角。店舗の2階はランチ営業専門の2号店。4.「たこめし定食」。たこめしは「千春」開店より以前に、朝市で販売していた人気の一品。店舗ではテイクアウト用のたこめしも販売中。

関門海峡たこ 千春（せんのはる）

☎093-541-7575

📍小倉北区紺屋町12-13 光安ビル1階

🕒11:00～14:00(LO13:30)
17:00～21:00(LO20:30)

📅昼/土日祝日休み

夜/日曜日（祝日は要予約）

※たこの不漁、イベント等での臨時休業あり。
事前問い合わせ、予約をおすすめします。

🅐なし（近くにコインパーキングあり）

shop data

※令和5年9月時点の情報です。

今浪うどん 蒲生店

#北九州ランチ #北九州名物 #小倉名物 #肉うどん

小倉名物「肉うどん」人気を牽引する【今浪うどん】

人気グルメ漫画にも登場した「今浪うどん」の2号店

小倉名物といえば、すじ肉たっぷりの「肉うどん」！今や多くのメディアで紹介されていることもあって、市外・県外の人にも認知されているようですね。そして「肉うどん」といえば、真っ先に名前があがるのが「今浪うどん」。その歴史は何と半世紀以上！あの人気グルメ漫画にも登場するほど注目度の高いお店なんです。その2号店として2019年に誕生したのがこちら「今浪うどん 蒲生店」です。

3時間以上炊き込んだ、ほろほろと柔らかいすじ肉が美味

スープの見た目から「濃いしょうゆ味」を想像しがちですが、風味はまろやか。いりこ（煮干し）と昆布で出汁をとっているんだそう。だから旨味も感じるんですね。

そして「肉うどん」に欠かせないのが、すりおろしショウガ。毎日お店ですりおろしているんだそうです。お好みで投入しましょう。器いっぱいショウガの香りが広がります。

敷きつめるほどに寄せられたゴロゴロのお肉は、ホクホクとした食感の柔らかい部分と肉肉しい部分とがあいまって食べ応え十分！みすじ肉をお店で3時間以上炊き込んでいるんだとか。味が染み込んで最高！こしのある麺もお店で一から作る自家製麺とのこと。この麺がしっかりとスープをまとっていて、スルスルと食べ進んでしまいます。



▲店内はカウンター、テーブル席、小上がりの座敷も。

※令和5年8月時点の情報です。

今浪うどん 蒲生店

☎093-962-9752

📍小倉南区蒲生4-2-31

🕒8:30～15:00（売切次第終了）

📅火曜日

🅐あり

shop data

中国料理 耕治 小倉井筒屋店

#ラーメン #中国料理 #北九州ランチ #小倉井筒屋 #松本清張

あの松本清張氏も愛した、老舗・高級中国料理店の醤油ラーメン

昭和レトロな鳥町食道街から、現在は小倉井筒屋店で営業中

こちら「耕治」は昭和30年創業の老舗。そして、この店を語るうえで外せないのが、あの文豪・松本清張氏。『或る「小倉日記」伝』で芥川賞を受賞したことで知られるように、氏は小倉出身。初代店主と松本清張氏が懇意にしていたこともあり、最良にしていたのが「耕治」の醤油ラーメンなんだそうです。

「福岡＝豚骨」の概念をいったん忘れて。黄金色の愛されスープを美食！

そのラーメンは九州初といわれる昔ながらの醤油ラーメン。創業当時の味をそのまま守り続けているんだそうです。醤油ラーメンと聞くと「濃い」「辛い」イメージですが、登場したラーメンは眩しいほどの黄金色！スープをひと口すすると、スーッとはいっていき旨み。醤油に合わせる出汁に、秘伝の工程が何段階もあるとのこと。麺は、スープに合うよう自社工場で製造したストレート麺。のどごしよくスルスルと入っていく美味しさがたまりません。

この店が醸す歴史から、敷居が高いように思われがちですが、醤油ラーメンなど単品料理を楽しむもよし、ラーメン&焼きめしの王道セットを楽しむもよし、と気軽に利用できるメニュー構成もうれしい限り。

また、お土産用ラーメンもテイクアウト・通販どちらもあるので、“おうちで「耕治」”というちょっと贅沢な楽しみ方もできちゃいます。



▲お土産にぴったりの「特製生ラーメン」。

※令和4年4月時点の情報です。

※令和7年3月現在、火災のため、鳥町食道街はありません。



1.あの文豪もとりこにした「醤油ラーメン」。2.3.小倉駅から徒歩3分ほどの場所に、北九州最古の食道街といわれる「鳥町食道街」があり、約20軒ほどの飲食店が連なっていました。「耕治」もこの場所で営業していましたが、令和6年1月の火災により、現在は小倉井筒屋店で営業しています。4.中国料理の醍醐味を堪能できる「おすすめセットメニュー」(昼限定)も人気。

中国料理 耕治 小倉井筒屋店

☎093-522-2887

📍小倉北区船場町1-1 小倉井筒屋新館8階

🕒 11:00～20:00 (19:30 O.S.)

shop data



1.「小倉牛壺漬けカルビランチ」。焼き野菜とご飯がセットです。2.小倉城口を出て少し歩くと、左手に赤い看板が見えてきます。3.掘りごたつ席、テーブル席、ソファ席、宴会用の個室もあり。4.「和牛ローストビーフ丼」(サラダ、スープ、ドリンクのセット)。美しく盛られたローストビーフはしっとりやわらかい！さっぱり和風ソースにお好みで山葵を添えて。卵黄を絡めれば、濃厚でまろやかな味わい。

肉処 天穂 (てんすい)

☎093-513-2944

📍小倉北区魚町1-5-6

🕒【昼】月～土 11:30～14:30 (LO14:00)
【夜】17:30～23:00 (LO22:00)

🅐なし

shop data

肉処 天穂 てんすい

#和牛 #小倉ランチ #小倉牛 #焼肉

“卸の目利き”が厳選した「小倉牛」を堪能！至福の焼肉ランチ

小倉駅から徒歩2分。「小倉牛」をリーズナブルに楽しめる焼肉店

美味しい「小倉牛」を、ランチで、リーズナブルに味わえる「肉処 天穂 (てんすい)」。入り口には「小倉牛取扱専門店」の認定証が飾られています。店内はシックで落ち着いた雰囲気。座席の間はカーテンで仕切られ、お隣を気にせず、食事や会話を楽しめそうです。

ランチだからこそ、いいお肉を。「小倉牛壺漬けカルビランチ」

おすすめは「小倉牛壺漬けカルビランチ」。目の前に運ばれてきた壺の中にはタレに漬け込んだ小倉牛カルビがぎっしり。口いっぱいにはじゅわっと広がる肉の旨み。白いご飯との相性抜群です。

北九州の自然の中で育った小倉牛。その出荷量は年間わずか50頭ほど。希少な小倉牛を安定的に仕入れ、良心的な価格で提供できるのは、牧場経営から手掛ける卸問屋直営店ならではの強みです。「ランチだからこそ、いいお肉を楽しんでもらいたい」と店長が語るように、他にも、「和牛ローストビーフ丼」などランチタイム限定価格のメニューが揃います。

また、ディナータイムのメニューも充実しています。店長のおすすめは「小倉牛特選コース」。その日に仕入れた厳選和牛を中心とした10品のコースです。「より多くの人に小倉牛を味わってほしい」。その思いがメニューの一品一品に凝縮されています。



▲「小倉牛壺漬けカルビランチ」。

※令和4年7月時点の情報です。

さるたひこ

#まぜそば #ラーメン #北九州グルメ #北九州ランチ

女性が一人でも気軽に立ち寄れる！ こだわりの非豚骨系ラーメン店

（ 唯一無二の一杯が味わえる店 ）

北九州といえば、やはり豚骨ラーメンが主流ですが、最近は“非豚骨系”のラーメン店も増えてきています。京町銀天街の中にある「さるたひこ」もそのひとつ。鶏ガラベースに魚介ダシを合わせたスープを使用した、多彩な豚骨以外のラーメンを楽しめる人気店です。

お品書きには、「台湾まぜそば」を独自にアレンジした「鶏まぜそば」や、きめ細かな泡が麺を覆う「カプチーノ仕立てのふわふわ鶏そば」など、ここでしか味わえない個性的なメニューがずらり。化学調味料や添加物を使わず、麺から手作りにこだわっているから、どれも最後の一滴まで美味しく食べられます。

（ 不動の人気No.1メニュー「鶏まぜそば」 ）

ダントツ一番人気なのは「鶏まぜそば」。トッピングは味付き鶏ミンチ、鶏節など麺が見えないほど具が盛られています。“まぜそば”は名前の通り、しっかり混ぜて食べるのが正解。麺は自家製で、北海道産小麦、ライ麦などをブレンド。製麺時は“天然のかんすい”を使用。少し平たくて太いモチモチ麺は、バラエティーに富んだ具に負けない存在感です。

目から鱗のオリジナリティーと、こだわりの食材が織りなす“上品な美味しさ”は唯一無二！小倉を訪れた際は、ぜひ立ち寄ってほしいお店です。



▲店名はご縁があった「猿田彦大神」にちなんで命名。

※令和6年2月時点の情報です。



1.「鶏まぜそば」。トッピングは味付き鶏ミンチ、鶏節、海苔、水菜、玉ねぎ、にら、ピーナッツ、卵黄！2.味変用にセットされている調味料。左から昆布酢、胡椒、麻辣ペッパー、カレースパイス。自分好みの味にカスタマイズできるのも魅力のひとつです。3.しっかり混ぜて召し上げれ。4.小倉駅から徒歩約5分とアクセスも抜群。時間によっては行列ができるので、時間にはゆとりを持って。

さるたひこ

☎093-482-3008

📍小倉北区京町1-5-12

🕒 11:30～15:00
18:00～21:00 (L.O.20:00)
※麺およびスープが無くなり次第終了

📅 月・火曜日

🅐 なし (近くにコインパーキングあり)

shop data



1.日替わりランチ。ランチはすべてドリンクバー付き。白砂糖・小麦粉不使用のグルテンフリーランチです。2.昭和34年創業の老舗「喫茶いち」が「腸活カフェICHI」としてリニューアル。店内の一角にはデトックスウォーター、ルイボスティーなど体に良いドリンクが揃うドリンクバー。3.しっとりまるやかな口あたりが美味なスイーツ「抹茶」。4.「腸活ぬかだき和定食」で北九州名物を堪能。

腸活カフェ ICHI

☎093-512-9863

📍小倉北区京町1-5-22-2階

🕒 11:00～18:00

📅 不定休

🅐 なし (近くにコインパーキングあり)

shop data

腸活カフェ ICHI

#北九州カフェ #北九州スイーツ #北九州ランチ #腸活

美味しく食べて健康&キレイを実現！小倉のまちの腸活カフェ

（ 北九州名物・ぬかだきも♪ 腸活にフォーカスしたランチプレート ）

「腸活カフェICHI」では“頑張らない腸活”をコンセプトに、1日1食腸活メニューへの置き換えを推奨。腸活を行うことでダイエットやアンチエイジング、免疫力アップ、メンタル安定やうつ病予防など様々な効果が期待できるそうです。

看板メニューの日替わりランチプレートにも腸活に良いものがふんだんに使われており、野菜多めなのにしっかり満足感を得ることができます。“ここでランチを食べた後は必ずお通じが良くなる”と喜ばれるお客様も多いとか。

もう一つの看板メニューが「腸活ぬかだき和定食」。自慢のぬかでコトコト煮込んだぬかだき5種と小鉢4種が楽しめます。こちらで使うぬか床は先代の老舗「喫茶いち」より引き継いだものだそうで、「本当に身体に良いものを提供したい」という思いもしっかりと受け継がれているメニューとなっています。

（ 自然素材の甘さを引き出す自家製 スイーツで、ストレスフリーに美味しく腸活 ）

提供するスイーツは全て小麦粉・白砂糖フリー（一部を除く）。美味しさは変わらないのに腸や体に良いから罪悪感もフリー♪他にもオーガニックパンケーキや豆腐のガトーショコラなどメニューが充実。美味しいデリ&スイーツ盛りだくさんのアフターヌーンティーセットもおすすめてです。



▲井筒屋本館そば、「小倉京町こまち通り」にあるお店。

※令和5年9月時点の情報です。

曽根干潟の牡蠣小屋 はちがめ

#北九州ランチ #北九州名物 #牡蠣小屋 #豊前本ガニ #豊前海一粒かき

豊前海一粒かきをはじめ、 漁師直営の味覚を存分に楽しもう！

（地元・曽根産100%！豊前海一粒かきが自慢）

門司区から小倉南区にかけて、周防灘沿岸に位置する“北九州カニ・カキロード”。北九州市が誇るブランド水産物・豊前本ガニや豊前海一粒かきの産地をPRするために名付けられました。その沿線から周防灘方面へ向かったところに、曽根干潟の牡蠣小屋「はちがめ」があります。

「はちがめ」とはカブトガニの地元の呼び名のこと。漁師直営の牡蠣小屋にぴったりの可愛い店名です。こちらで必須なのが「牡蠣焼台セット」。ガス台1テーブルで、好みの海鮮類を焼くことができます。

なかでも外せないのが豊前海一粒かきです。曽根干潟の牡蠣にこだわり、100%地元産を提供。美味しさがギュッと詰まったプリプリの牡蠣はいくつあってもペロリといけちゃいます。

（バラエティ豊かなメニューが嬉しい）

ほかにも曽根干潟でとれた魚介類を味わうことができ、お造りや唐揚げ、バター焼き、アヒージョなど様々なスタイルで楽しめます。

お造りはクロダイやブリ、スズキなど、その日によって味わえる魚が変わります。しらさ海老（シバ海老）やたこ、ゲソといった地物を新鮮なうちに味わえるのが醍醐味です。

漁師直営ならではの味覚が楽しめる牡蠣小屋「はちがめ」。冬季しか味わえないご馳走をぜひ、食べに訪れてみて！



▲海鮮アヒージョや地物ゲソバターも絶品。

※令和4年12月時点の情報です。



1.地元産が自慢の「豊前海一粒かき」。2.お造りは1人前から。写真は2人前の「クロダイのお造り」3.「地物 しらす海老の唐揚げ」は1人前20尾前後。食べやすいように手を加えられていて、殻ごと味わえます。4.JR曽根駅から車で約15分。「上曽根」の交差点から川沿いを周防灘方面に進んだところにあります。店内の各テーブルはビニールカーテンで仕切られているので、ぬくぬくあったか。

曽根干潟の牡蠣小屋 はちがめ

☎080-5255-2491

📍小倉南区曽根新田南4-1-2

🕒 11:00～17:00
土日祝は～19:00（時間外予約相談可）

📅 火曜（祝休日の場合は営業）
※営業は毎年11/20頃～3月末頃まで

🅐 あり（無料駐車場）

shop data



1.天ぷら定食（並）海老3、いか、魚、帆立、野菜5（御飯、味噌汁、御漬物付）。御飯は棚田米をガス釜で。漬物は初代店主・百合子さんの70年続くぬか床から作られたもの。2.南小倉駅そば。3.店内はカウンター7席とテーブル席2卓のみ。争奪戦必至です。4.単品一番人気は根と芽が付いたままの珍しい「ひげ天にんにく」。栄養価も高く、においが残りにくい、と注目されています。

天ぷら 大樹

☎093-591-8749

📍小倉北区本町3-8-19

🕒 11:30～14:00 17:00～20:00

📅 火曜日（月曜日は夜営業休み）

🅐 あり（無料駐車場）

shop data

天ぷら 大樹

#北九州グルメ #北九州ランチ #天ぷら #天婦羅 #老舗

北九州の天ぷら店ランキングを常に 賑わす、創業約50年の名店

（歴史ある有名天ぷら店の味を継承し、
長きに渡って愛される店へ）

かつて小倉・魚町で名を馳せた天ぷらの有名店に勤めていた初代店主が、その経験を生かして始めたのがこちら。二代目の大木泰男さんは、開店当初から先代である母の店を手伝い「自然に鍛えられていました」と、約50年になる老舗の味を守り続けています。

店主が目と耳で培ってきた天ぷらは、グルメサイトで「北九州の天ぷら店ランキング」1位を獲得するなど、幅広い層から愛されています。

（ごま油を調合。素材の旨さが伝わる、
こだわりの天ぷら）

一番人気は、天ぷら定食。揚げたてを食べられるよう、魚介や野菜など全10品を2～3度に分けて提供してくれます。天ぷら油はごま油と菜種油を調合したオリジナル油。サクサクとした食感のあとには、“ふんわり”“しゃきしゃき”“ホクホク”と、素材そのものの風味。季節によっても異なってくる温度管理を、ネタはもちろん、衣に使用する小麦粉にまで徹底しています。

天つゆは、かつおやいりこ等から出汁をとり、1日寝かせて味を落ち着かせているんだそう。また、「美味しい！」と人気の味噌汁も、かつての名店と同じ手法。出汁をとったあと、新鮮な味噌の風味を出せるよう注文を受けてから仕上げています。

「最高の天ぷら」にこだわり続ける実直な店主が供す、老舗の天ぷらをぜひ堪能してください。人気店のため事前予約がおすすめです。



▲脚まで揚げた海老も絶品です。

※令和6年1月時点の情報です。

若松藪そば

#北九州ランチ #天ざる #老舗 #若松 #茶そば

愛されて続けて150年以上！ 甘めのつゆと茶そばの妙味

創業は明治3年！
市内では珍しい“茶そば”はいかが？

若戸大橋や若戸渡船などを使い、景観を楽しみながら訪れることができる若松区。車なら橋を降りてから数分、船は渡船場から徒歩15分程度の場所にある「若松藪そば」。北九州市では数少ない“茶そば”を味わえるお店で、店構えからも重ねてきた歴史を感じます。

「藪そば」を語るうえで外せない“茶そば”。“2番粉”と呼ばれるそば粉に宇治の抹茶を混ぜることで、色と香りを出しています。そんな茶そばを茹でると、こんな鮮やかな緑色に！ツルツルとしたのど越しも魅力です。

熱々の天ぷらがもりっと。
一番人気の「天ざる」

揚げたての天ぷらがドーンと添えられた「天ざる」。エビ（2本）と季節の旬野菜、茶そばをおいしく昇華させるのは、「藪そば」秘伝の甘めのつゆ。カツオやコンブ、サバ節などでダシをとり、みりんや塩などで調味した特製つゆは、甘い味付けを好む九州の人間にはたまりません！

そして、揚げたてロースカツのインパクトがすごい「冷やしとんかつざる」。今や不動の人気メニューとして君臨しています。そのほか、天かすとノリ、卵黄がトッピングされた「スタミナそば」や、丼とそばがお得に味わえるセットも人気です。

とにかくボリューム満点なので、お腹を空かせて訪問することをおすすめします！



▲店内はテーブル席と小上がり席。



1.一番人気の「天ざる」。2.特にお昼はお客様で大賑わい！平日はサラリーマンや常連さん、土日は家族連れや観光客なども多く訪れるそうです。現在は4代目女将・永住恵里子さんが老舗を守り続けています（戦争でそばを提供できなかった期間を入れると、本当は6代目になるそうです！）。3.手間をかけて作られる、こだわりの茶そば。4.まかないから誕生した「冷やしとんかつざる」。

若松藪そば

☎093-761-3969

📍 若松区本町2-8-8

🕒 11:00～14:30 (LO14:20)
17:00～21:30 (LO21:00)

📅 木曜日（祝日の場合は営業）

🅐 あり（無料駐車場）

shop data

※令和4年4月時点の情報です。

海と大地 若松食堂 八雲亭

#かき小屋 #北九州ランチ #定食 #産地直送 #魚市場

これぞ若松の魅力満載！地元の 新鮮食材を堪能できるスポット

ここに来たらハズせない、
逸品が揃うボリューム満点の定食

「若松食堂 八雲亭」は産地直送の市場「海と大地」の中にあり、店舗の表看板には、脇之浦産・甲イカ、クロ、平須、タコ…などの文字。抜群の鮮度の魚を取り扱うことが見て取れます。

地元の新鮮な魚介類や野菜などを用いて作られる食事は逸品揃いで、特に人気なのが「海と大地定食」。他にも海鮮丼やあらだき定食、期間限定でカキフライ定食やうな丼といったメニューも人気です。また唐揚げは、からあげグランプリ®を受賞したこともある自慢の味。

バーベキューやお得な平日ランチも

隣の敷地にある「妙見かき小屋」では土日祝、バーベキューが楽しめます。バーベキューセットや肉の盛り合わせをはじめ、若松牛、海鮮アヒージョ、寿司、刺身、さらに地元産・若松トマト（期間限定）を使った「海鮮パスタ」や「海鮮グリーンカレー」なども販売。豊富なメニューが揃い、手頃な値段で地元食材を楽しむことができます。

特にお得なのが平日限定ランチメニュー！「漁港寿し定食」は寿司8貫、海鮮巻2貫、貝汁までついた豪華な内容で大満足です。

仕入れで変わる、厳選された具材がたっぷりの「海鮮パスタ」はサラダとスープ付き。平日は焼肉定食も嬉しい価格になるので要チェックです。



▲広い店内で、天候を気にせず楽しめる「妙見かき小屋」。

※令和4年4月時点の情報です。

海と大地 若松食堂 八雲亭

☎093-522-1001 妙見かき小屋 ☎093-751-1108

📍 若松区響町3-1-34

🕒 11:00～16:00、
妙見かき小屋は11:00～18:00

📅 盆・正月、妙見かき小屋は月曜日

🅐 あり（無料駐車場）

shop data

皿倉山展望台レストラン

天宮 -TEN・KYU-

#カレー #写真スポット #北九州ランチ #皿倉山 #観光スポット

皿倉山山頂から絶景を眺める、
天空のレストランケーブルカーで景色を楽しみながら
目的地へ

令和4・6年、『日本新三大夜景都市』1位に認定された北九州市。

中でも“100億ドルの夜景”といわれる皿倉山は北九州市を代表する絶景スポットです。皿倉山ケーブルカー・山麓駅からケーブルカーとスロープカーを乗り継ぐと、約10分で山頂に到着。「恋人の聖地」にも認定された展望台からは、市内の景色を一望することができます。

そして、今回の目的地は展望台の2階にあるレストラン「天宮（てんきゅう）」です

人気専門店のご当地カレーを、
山頂で堪能

「天宮」のプロデュースは、市内でも屈指のカレー専門店「瑠璃ズキッチン」。

「牛骨ベースのスープで野菜を長時間煮込み、さらに玉ねぎを加え低温でじっくり煮込んでいます。深くまるみのある味わいになるんですよ」と代表の濱田さん。お子さんも楽しめるよう辛味は抜いてコクを重視。旨味を最大限に生かした製法なんだそうです。

そのカレーをベースに、「天宮」用にアレンジしたのが「皿倉山カレー」。皿倉山をイメージして盛り付けられた御飯の上には、ひき肉たっぷりのキーマカレー。ルーの美味しさが際立って、スイスイ食べ進めちゃいます。



▲「焼肉セット」。メニューは店舗HPでご確認を。

旅行や観光の際はぜひ「日本一の夜景」と、天空のレストランをお楽しみください。

※令和5年7月時点の情報です。



1.ごはんがドーンと盛られた「皿倉山カレー」。山の上でこんなに本格的なカレーが食べられるなんて感激です！2.普段使いの他、会合などの貸切も多いんだとか。（令和5年7月撮影）3.「天宮セット」（皿倉山カレー、唐揚げ2個、ドリンク付）。塩だれに付け込まれた鶏肉は肉厚&ジューシーです。4.標高622mの山頂からは、洞海湾や工業地帯、そして国の重要文化財に指定された若戸大橋も望めます。

shop
data

皿倉山展望台レストラン 天宮 -TEN・KYU-

☎093-671-0545

📍 八幡東区大字尾倉1481-1

🕒 [4～10月] 11:00～21:00 (OS20:30)
[11～3月] 11:00～19:00 (OS18:30)📅 火曜日
(そのほか貸切のため利用不可の場合あり)

1.カモとオレンジのパニーニと自家製ドレッシングが自慢のサラダ、季節のスープがセットになった、パニーニランチセット。2.『BRING BACK SOUP』が属する枝光本町商店街は、戦前から地元の台所を支えてきた商店街。3.野菜を惜しみなく使った無添加のこだわりスープ。写真はテイクアウト用スープの数々。4.カウンター席のほかにソファ席もあり、夜カフェやバルとしても利用しやすいそう。

shop
data

BRING BACK SOUP

☎090-2514-5151

📍 八幡東区枝光本町7-2

🕒 11:00～15:00 (L.O.14:30)
17:00～22:00 (L.O.21:30)

📅 水曜日

🅐 あり(無料駐車場)

BRING BACK SOUP

#スープ #フレンチ #北九州カフェ #北九州ランチ

あのフレンチの名店“ジャン・ピエール”の味をカジュアルに楽しめる店

注目のスポット、ジ アウトレット北九州
の目の前

枝光本町の交差点そば。大型商業施設THE OUTLETS KITAKYUSHUの目の前にあるお店。なんとこちらではミシュラン掲載の本格フレンチ、『ジャン・ピエール』プロデュースの無添加スープと料理が味わえます。フレンチってちょっと敷居が高いかも…と敬遠していた人にこそ、ぜひとも訪れてほしいお店です。

ランチのほかスイーツやディナーメニュー
もあり、あらゆるシーンで活躍しよう

ランチタイムには季節のスープとサラダが付くセットがおすすめ。パニーニランチセット、パスタランチセット、カレーランチの3種から選べます。

特に押さえておきたいのがパニーニのセット。パニーニは米粉仕込みのもっちりとしたフォカッチャに具を挟んだもの。取材時にいただいたのはカモとオレンジのパニーニ。低温調理をしたカモの胸肉は肉厚でとっても柔らか！一緒に挟まれたオレンジとの取り合わせも良く、フレッシュな食感もグッドでした。ランチのほかスイーツもあるのでカフェ利用にもぴったり。夜はお得なディナーコースもあります。

そして、こちらのお店を語る上で外せないのがスープ。にんじんの焦がしバターポタージュやトリプルコンソメなど、無添加で美容と健康に配慮したこだわりのスープが常時約10種類揃います。スープはテイクアウトもでき、ネット販売もされています。



▲季節のスープも登場します。

※令和4年10月時点の情報です。

うなぎ処 いち川

#うなぎ #北九州ディナー #北九州ランチ #老舗

ファンを魅了し続ける老舗の うなぎを定食で味わう

“うなぎ欲求”が満たされる専門店

戸畑区民はもちろんのこと、遠方からのファンも足を運ぶのが「うなぎ処いち川」。営業前から行列ができる日もある、人気店です。提供されるうなぎは、宮崎県産を使用。備長炭の強い火力で一気に素焼きすることで、表面はパリッと、身はふっくらとした焼き上がりになります。

そこに、継ぎ足しながら守り続ける甘めの“秘伝のタレ”を付けて、丁寧に二度焼きされた蒲焼。鼻に抜けていく炭の香ばしい匂いもたまりません。「日本人で本当によかった!」としみじみ思う、最高のご馳走です。

隠れた人気メニューと王道の一品

そんなうなぎを「うな丼」「うな重」「せいろ蒸し」などで思いっきり堪能することができるのですが、実は隠れた人気メニューが存在します。それが「いち川定食」です。女将曰く「うなぎだけじゃなく、バランスよく食事がしたいと考える女性の方や、うなぎは少量で満足されるご年配の方などに好まれています」とのこと。

他にも「うなぎの石焼ビビンバ」や「うなぎ弁当」「ミニせいろ蒸し」「まぶし丼」などなど、多彩なメニューが楽しめます。

王道の一品料理は「うまき」。優しい出汁の味が染み込んだ玉子焼きの中でしっかり主張してくる、うなぎの旨味が広がり、食べ応えも十分です。



▲うなぎ専門店ならではの「うまき」も絶大な人気を誇ります。

※令和5年5月時点の情報です。



1.朝5時から、その日提供するうなぎだけをさばいており、鮮度も抜群。うなぎが売り切れ次第、閉店です。2.創業は大正13年。川魚の販売からスタートし、45年ほど前にうなぎ専門店に。3.雰囲気のある店内はカウンターとテーブル席の他、広々としたお座敷席も完備。4.うなぎ、うまき、肝吸、ご飯、煮物、サラダ、うなぎのゆびき、香の物、フルーツと、バランス良く豪華なラインナップの「いち川定食」。

うなぎ処 いち川

☎093-882-5200

📍 戸畑区新池2-11-9

🕒 11:30～14:00 (入店は13:50前までに)
17:00～19:00 (入店は18:50前までに)
※うなぎが無くなり次第、閉店

📅 月曜日

🅕 あり

shop data



1.厨房の奥で6～8時間かけて、じっくり煮込む豚骨100%のスープを使用した名物戸畑チャンポン。キャベツは若松産をメインに使っています。2.世代を問わず戸畑っ子たちの胃袋を掴んで離さない、老舗の馴染みの一杯がここにあります。3.現在は2代目の山崎辰己さんが先代の味を引き継ぎ、時にバージョンアップさせながら、店を切り盛りしています。4.チャンポンとあわせて味わいたい「カレー焼き飯」。

元祖戸畑ちゃんぽん 福龍

☎093-871-7091

📍 戸畑区中原西1-1-36

🕒 11:00～15:00
17:00～21:00

📅 日曜日

🅕 あり (店舗裏の21～24番)

shop data

元祖戸畑ちゃんぽん 福龍

#カレー焼き飯 #北九州ランチ #北九州名物 #戸畑ちゃんぽん #焼き飯

戸畑っ子たちの胃袋を掴む、 “早くてうまい”名物チャンポン

コクとまろやかさを併せ持つ 福龍のチャンポン

70～80年前、戸畑区が日本一の遠洋漁業の基地だったころ、長期保存を可能にするために開発された「蒸し麺」。この麺を使っているのが「戸畑チャンポン」と呼ばれるご当地グルメです。九州工業大学や戸畑共立病院の近くに店を構える「元祖戸畑ちゃんぽん 福龍」は創業53年目。

チャンポンはこってりパンチがあるけれど、たっぷり炒めた野菜から旨味が溶け出しているため、口当たりはまろやかです。コシが強く、細い蒸し麺との相性もバッチリ。もやしやネギは別途、軽く炒めているから食感もシャキシャキ！

ぜひ試して欲しい「カレー焼き飯」

単品だけでなく、焼き飯(小)が付く「チャンポンセット(並盛)」も人気。焼き飯にはタマネギ、ニンジン、ピーマンなどの野菜に加え、かまぼこ、上プレスハムなどが入っていて、“これぞ焼き飯”という佇まいです。

料金をプラスすれば、チャンポンセットの焼き飯をカレー焼き飯に変更可能。クセになりそうなカレーのスパイシーな風味が食欲を掻き立て、スプーンを持つ手が止まりません。

蒸し麺は素早く料理が提供できるため、高度成長期には「早くてうまい」と製鉄マンに喜ばれ、地域に根付いていったという経緯にも納得です。



▲調理前の蒸し麺。なんと茹で上がりは1分弱！

※令和4年4月時点の情報です。

鉄板焼・お好み焼きの平凡

#お好み焼き #ソース #北九州ランチ #戸畑グルメ #焼きそば

創業昭和37年。市内外のファンも数多い、お好み焼き・焼きそばの名店

鉄板焼き専門！
ジュージューと美味しそうな音が響く店内

店内のテーブルはすべて鉄板付き！焼きたてアツアツのお好み焼きや鉄板焼きが食べられる『平凡』。昭和37年に創業以来、愛されてきた名店で、そのユニークな名前の由来は当時、一世を風靡した雑誌「平凡」から。「永く愛されるような店になるように」と願いを込めて先代がつけたのだそうです。

まずはお好み焼きから。こちらで使用するすべての肉（牛肉・豚肉・鶏肉）は国産にこだわっています。エスニック、黒毛和牛入りなど、ここでしか食べられないオリジナルのお好み焼きを堪能できます。オーダーしたのは一番人気のその名も「平凡」。平飼い飼育・手作り飼料で育てられた健康な鶏が産んだ卵「つまんでご卵」を使用。具も一つひとつが大きくて食べ応えがあり、生地に美味しさがぎゅっと詰まっています。

オリジナルソースがよく絡んで美味しい、戸畑ちゃんぽん麺を使った焼きそばも人気です！

家庭でも味わえるのが嬉しい！
こだわりの「平凡のソース」

またこちらでは、通販で買うこともできるオリジナルのソースを販売しています。ソースには青森のリンゴや地中海沿岸から取り寄せるトマト、厳選した14種類のスパイスを使用。旨味とコクのきいたソースはカレー・煮物の隠し味や炒め物、唐揚げの下味など、さまざまな用途で利用することができます。



▲地元・北九州で親しまれてきた味「平凡のソース」。

※令和4年9月時点の情報です。



1.お好み焼きの「平凡」は豚肉・イカ・ホタテ・エビ・紅生姜・海藻・卵入り。2.お店は戸畑の天神商店街を抜けた先にあります。3.店内にはテーブル席と小上がり。4.こちらの焼きそばの麺は、戸畑ちゃんぽんで使われる蒸し麺。また麺は焼き時間が長くなると焦げてカリカリに。これまた、この「お焦げが美味しい!」と市内はもちろん市外からも足繁く通うファンがいるのだとか。

鉄板焼・お好み焼きの平凡

☎093-871-5552

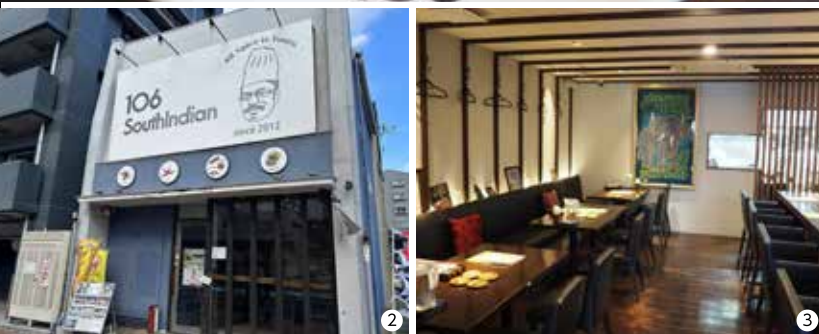
📍 戸畑区天神1-12-12

🕒 11:50～13:30
17:30～21:00 (L.O.20:00)

📅 火曜日 ※昼の部不定休あり

🅐 なし (近くにコインパーキングあり)

shop data



1.バターのコクがたまらない甘口の食べやすい「バターチキンカレー」。ハチミツで甘さにコクをプラス。2.インパクトのある看板に描かれているのは、創業から厨房を守り続ける料理長のマギメイダス ロードスワミーさん。3.福岡出身の人気コンビ「博多華丸・大吉」がプライベートで最層にしているレストランで、2人と撮った写真なども飾られています。4.柔らかくジューシーな「タンドリーチキン」。

106 (いちまるろく) South Indian

☎093-873-1065

📍 戸畑区新池1-10-1

🕒 11:30～15:00 (L.O.14:30)
17:00～22:00 (L.O.21:30)

📅 月曜日 (祝日の場合は翌日定休)
※年末年始は12/31、1/1休

🅐 なし

shop data

いちまるろく

106 South Indian

#インド料理 #カレー #北九州ランチ #戸畑

あの著名人たちもお気に入りの本格インド料理専門店

創業当時の2大看板メニュー

戸畑駅と区役所をつなぐ大きな通り（通称：浅生通り）沿いに、お昼になると行列ができています、地元では知らない人はいない有名店です。2012年に若松で創業し、2017年、洞海湾を越えて戸畑に移転オープンしました。

若松時代から、現在も変わらず人気ナンバーワンのメニューは「バターチキンカレー」。「カレーは14種類ありますが、全てにおいて素材にこだわっています。スパイスや食材など、上質なものだけを使うことで、この味を表現することができるんです」と、料理長のスワミーさん。

そして同じく、創業当時の人気を誇るのが「タンドリーチキン」。東京の五つ星レストランをはじめ、国内の有名店で腕を磨いてきたシェフのカレーを気軽に味わえる幸せが、ここに 있습니다。

本格インド料理をセットでお得に

こうした本場のインド料理やカレーをお得に味わうなら、やっぱりランチがおすすめ。全6種類あり、どのランチも満足度が高く、どれにしようか迷ってしまいます。「スペシャルランチ」は2大看板メニューが楽しめ、ナン (or ライス) やサラダ、選べるソフトドリンクも付いています。

南インド出身のシェフ、スワミーさんは北九州が大好き。多くのファンがリピートして訪れるのは、その温かい人柄も理由のひとつかも知れません。



▲どちらも食べたい欲張り派にぴったりの「スペシャルランチ」。

※令和5年12月時点の情報です。