

# 青いほすと

発行/株式会社青いほすとHD  
〒040-8605 函館市弁天町20番3号 函館どつく株式会社内

【総務・営業・折込業務】☎(0138) 23-5688  
【編集室】☎(0138) 27-9210 [FAX] (0138) 23-5699  
【URL】http://oceanplace.jp/aopos/  
【Eメール】aoi-post@aurora.ocn.ne.jp

発行人/佐々木 喜美夫 編集人/青山 慎司

## 超人気! トマトとニンニクのスパゲッティ



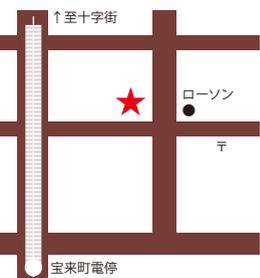
### カプリチオーザ

1977年、東京・渋谷の1号店をオープン以来、行列の出来るイタめし屋として人気を集め、いまや国内はもとより海外にまで広がっている『カプリチオーザ』。

人気のパスタは「トマトとニンニクのスパゲッティ」(レ

ギュラー870円/取り分けサイズ1660円)で、シンプルながら奥深い味わいはこの店の看板メニューで、ここ函館でも熱心なファンが数多いのだとか。ほかに「揚げナスとほうれん草のミートソース」(900円/1720円)、「ベーコンとクリーム」のスパゲッティ「カルボナーラ」(900円/1720円)が人気。現在、月～金曜日の午前11時30分～午後3時には、パスタがレギュラー、取り分けサイズともに900円というサービスを実施中。営業時間は午前11時30分～午後10時(LO)。無休。

●宝来町22-15 ホテルJALシティ函館2階  
☎23-5080



## シーフードとトマトクリームの調和が格別

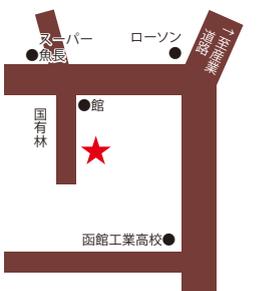


### ラ・ステラ

市内本通1丁目にある超人気のイタリアンレストラン『ラ・ステラ』。何度もイタリアに渡って本場の味を探究し続ける小坂俊彦オーナーシェフが作る独創的な料理の評判は、いまさら言うまでもない。そんな小坂さんがロー

マの「カンティノーラ」という店で出会ったのが、アサリ、イカ、エビといったシーフードをトマトクリームで絡めたパスタ。それをほどよくアレンジしたのが、店名そのままに「カンティノーラ」(1470円)というこの店の人気メニュー。細めでアルデンテの麺との相性も最高で、何とんでもシーフードの鮮度は秀逸。ほかに「ワタリガニのパスタ」(1680円)も人気がある。営業時間は午前11時30分～午後10時(LO午後9時30分)で、午後3時～午後5時30分は準備中。毎週月曜日休。駐車場有。

●本通1-4-1 ☎31-2372



函館市内で  
評判の  
パスタ10選

# 食欲の秋。パスタ生活。

パスタブームですね。全国的には、「パスタランチ」を展開しているお店が連日の賑わいを見せているのだとか…。最近では函館でも、パスタの種類が豊富になってきました。そこで今回はまず、お店で注文する際にもきつと役立つ、パスタの豆知識から――。

パスタというと、すぐに思い浮かぶのがスパゲッティですが、実はその形状は実にさまざま。スパゲッティに代表されるロングパスタをはじめ、マカロニやペンネなどがよく知られているショートパスタ、ほかにはリボンのような形のファルファッレや、板のようなラザニアなどなど、簡単には書き切れないほどその種類は豊富です。一般的なロングパスタは、主に太さと形状によって呼び名が変わります。最も細いものは、直径0.9ミリの「カペリーニ」。そして直径1.3ミリの「フェデーニ」、直径1.5～1.7ミリの「スパゲッティニ」、直径1.9ミリの「スパゲッティ」と続きます。最近では「フィットチーネ」という名前もよく聞きますが、これは5～8ミリ幅の平形のロングパスタです。パスタは具やソース、料理方法などによってその種類を使い分けますが、一般的にカペリーニなどの細いロングパスタは、冷たい料理によく使われます。

今回は食欲の秋にちなんで、函館市内で評判の人気店10軒のおすすめパスタをずらりと紹介してみました。どのお店も、作り手の独創性が光るパスタをメニューにラインナップしており、続けて食べ歩いてもきつと飽きることはないでしょう。この秋こそ、イタリア人にも負けないほどの、美味しいパスタ生活をしてみませんか…。

## 北あかりで作ったニョッキが人気

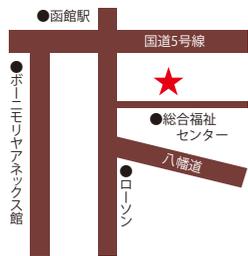
### レストランウイ



市内若松町にある『レストラン ウイ』で人気の「北あかりのニョッキ4種類のイタリアンチーズのソース」(1300円)は、駒ヶ岳の麓で取れた減農薬の北あかりで作ったニョッキを、

4種類のイタリアンチーズのクリームソースで仕上げたもの。ローストしたクルミとイタリアンパセリが味のアクセント。ふんわりしてコシのあるニョッキに、個性的な「ゴルゴンゾーラ」、ナッツの香りとコクのある「フォンテーナ」、淡泊な「モッツァレラ」、風味豊かな「パルミジャーノ」の4種類のチーズで作るクリームソースが深みとコクを添える1皿です。営業時間はランチは午前11時45分～午後2時30分(LO/午後1時30分)、ディナーは午後6時～午後10時30分(LO/午後9時30分)。毎週木曜日定休。駐車場有。

●若松町32-19  
ヴェル・ド・ミール  
若松町1F  
☎27-0151



## これはクセになる美味しさ

### トラットリア・メルカート



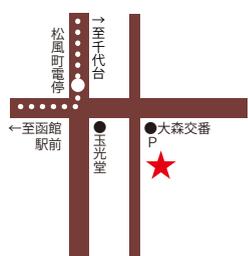
市内大森町・ホテルポルト函館1階に今年4月にオープンした『トラットリア・メルカート』のおすすめは、「パスタアラビアータ」。

ニンニクと香辛料を効かせた自家製トマトソースをベースに、パンチのある唐辛子の辛みが味のアクセント。トマトの酸味と甘みが唐辛子の辛さとマッチして、クセになる美味しさです。パスタに添えられたチーズとオリーブオイルを混ぜてください! 辛さはお好みで調整します。

昼はセットメニューの1品なのでサラダ、パン、コーヒーがついて1200円、夜は単品で1000円です。

営業時間はランチは午前11時30分～午後3時(LO/午後2時30分)、ディナーは午後6時～午後10時(LO/午後9時45分)。不定休。駐車場有。

●大森町17-6  
ホテルポルト函館1F  
☎22-8889



## ソースのまろやかさが最高!!

### trattoria NISHIMURA



市内深堀町にある『トラットリア ニシムラ』は、しっとりとした夜を過ごせそうな1軒。人気ナンバーワンのパスタ「天然エビのトマトクリーム」(1450円、=写真)は、

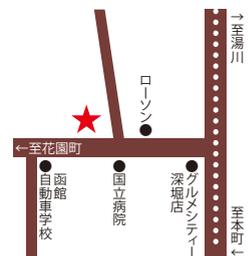
有頭エビのまろやかなダシとトマトのクリームソースによくからむ細めの麺フェデーリニが最高の相性。

さらに、パスタに彩りを添えているパン粉で焼いた有頭エビと、さっぱりした味わいのグラナパダーノチーズが抜群の味わい。

まろやかでいてしつこくないパスタと評判の逸品で、女性には特にオススメしたいところ。パスタ単品はもちろん、前菜とサラダ付の「パスタコース」(1500円～)も見逃せないところ。

営業時間は午後6時～深夜0時(LO/午後11時)。毎週火曜日定休。駐車場有。

●深堀町12-2  
☎56-3418



## 旬のキノコを贅沢に使った逸品

### ピッツェリア アモリーノ

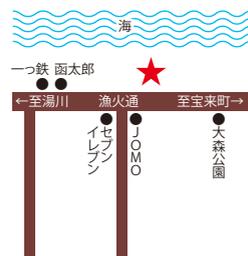


市内宇賀浦町の海沿いにある評判のイタリアンの店、『ピッツェリア アモリーノ』のこの秋オススメのパスタは「たっぷりキノコのボスカイオーラ」(1186円、=写真)。

このパスタは、10月1日から10月31日までの期間中、「限定メニュー」として登場する見逃せない逸品。シメジ、エノキ、シイタケ、マッシュルームと贅沢に使った旬のキノコと、オリジナルのトマトソースが絶妙なハーモニーで、麺は乾麺と手打ちパスタの生麺3種類(玉子麺、ほうれん草麺、トマト麺)の4種類の中から選べるという点も魅力。特に、ソースとよく絡み合う生麺は、幅広い層に人気。ランチにもディナーにもピッタリの秋の味を、この機会にぜひ、ご賞味下さい。

営業時間は午前11時～午後10時30分(LO/午後10時)無休。駐車場有。

●宇賀浦町6-10  
☎51-3338



## 愛され続ける本格派パスタ

### トラットリア ピアッティ



市内富岡3丁目の『トラットリア ピアッティ』は、イタリアの家庭的なテイストで本場の味が楽しめるお店。

「ワタリガニのスパゲッティ トマトソース」(1400円)は

ボリュームもインパクトも大きなディナータイムのひと皿です。ワタリガニの甘みたっぷりの旨みにトマトが絡み合い、イタリア料理店でしか食べられない極上の味わい。予約をすればランチタイムでもOK。

「ランチA」(1300円)はサラダ、パスタ、デザート、ドリンクという内容。パスタはペペロンチーノ、アマトリチャーナなど13種からチョイスできます。

営業時間は午前11時30分～午後2時、午後6時～午後11時(LO/午後10時、日曜日のみLO/午後9時)。毎週火曜日、毎月第1月曜日定休。

●富岡3-23-22  
☎40-6866



## パスタも秋の新メニュー!

### フラッシュフラッシュ



市内本町のカフェ『フラッシュフラッシュ』では、色々な新メニューが登場!

新しく加わった「エビのトマトクリームパスタ」(780円)は、トマトのナチュラルな甘みと酸味に濃厚なクリームがプラス。プリプリのエビにからまって

ほかにほない美味しさに仕上がっています。

オレンジ色に輝くクリーミーで程よいコクのあるソースは、これからの季節にぴったり。

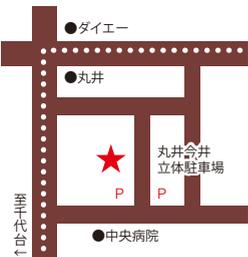
ほかに、「ベーコンとほうれん草のカルボナーラ」など自慢の各種パスタがオール780円!!

調理にはハーブソルトを使うなどカフェスタイルの美味しさが詰まっています。

毎週土・日曜日には、お得なパスタセットがドリンク、サラダ、デザート付で1000円。

営業時間は午前11時30分～翌午前4時。毎週月曜日定休。

●本町32-9  
☎56-9900



## 北イタリア秋を彷彿させる

### アンティカオステリアデルアルバ



食材の宝庫といわれる北イタリアのピエモンテ。その秋を彷彿させるパスタが市内本通3丁目にある『アンティカオステリアデルアルバ』の「ポルチーニ茸とロスティッチャーナの

ペンネ モリーカのクロッカデ添え」。

イタリアの松茸ともいわれるポルチーニの濃厚な旨味を、フォークを入れると崩れてしまうほどの豚肉、ロスティッチャーナとともにペンネに絡ませながら食べると絶品。香草パン粉をカリカリにしたモリーカの食感がアクセントになります。単品では1470円。プラス300円でコースに差し替えることができます。

営業時間は、ランチが午前11時30分～午後3時30分(LO/午後2時30分)、ディナーは午後6時～午後10時(LO/午後8時30分)。毎週木曜日定休。

●本通3-2-12  
☎32-3100



## 季節の秋野菜がたっぷり...

### プロメッサ



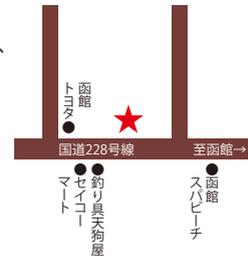
新鮮な野菜や魚介類をすぐに手に入れることができる「地の利」をフルに活かして料理を作っている北斗市七重浜の『プロメッサ』。

旬の秋野菜をたっぷり使った「オルトラ

ーナ(菜園風)」(1000円)が、この秋の限定メニューとして新登場しました。ナス、スナックエンドウ、ズッキーニ、パプリカなどを使い、トマトソースで味付け。野菜たっぷりヘルシーなパスタに仕上げました。野菜は無農薬有機栽培をしている木古内町の秋山農園から収穫したてを直接仕入れているので、味が違います。

営業時間は平日がランチ午前11時30分～午後3時(LO/午後2時30分)、ディナー午後5時30分～午後9時30分(LO/午後9時)、毎週火曜日定休。

●北斗市七重浜  
8-6-2  
3110館2階  
☎49-6506











# みなとまち 市民プラザ

このコーナーでは、読者の皆様からのお便りや情報をお待ちしております。営利目的の情報は本紙広告をご利用下さい。掲載日は編集室にお任せ下さい。

●お申し込み・お問い合わせ●  
TEL (0138) 27-9210 担当 青山  
FAX (0138) 23-5699

食欲の秋です。美味しいものをたくさん食べたい季節ですね。皆様はどんな料理を楽しみましたでしょうか？ バスタなんていかがですか？ 最近は函館にも美味しいお店が増えています。ランチにティナーに、ぜひ美味しいバスタの店巡りをどうぞ！

## 読者の声

海で泳ぐために…

青は、いつも楽しみにしています。よっやく夏らしい日射しになってきました。花火大会に行ったり野外劇を観に行ったり、外でBBQをしたり、夏を楽しんでいます。8月には海で泳ぎに行く予定ですが、そのためにダイエットをして約2カ月です。やっと2キロ落ちました！  
(日吉3丁目、R・E)

\*7月末にいただいたお便りでした。今は、もう秋も誰もいない海。今度は食欲の秋が到来です！  
モリモリ食べる季節です！

『スポットライト』たいへんよろしいです。いつもみさせていただきありがとうございます。『スポットライト』がたいへんよろしいです。『編集室のイチオシ』もとてもためになります。スタッフの皆様、がんばってください。  
(富岡1丁目、H・S)

\*お陰様で、『スポットライト』のコーナーは好評いただいております。

何カ月ぶりです。最近(何カ月間か)、家のポストには青いほすとが届いていました。久々に見たら、他のフリーペーパーより新鮮に思えました。私の好きなバスタのお店が何軒か載っていたのでうれしかったです。今度、バスタの店特集みたいなものを企画していただきたいです。よろしくお願ひします。  
(港町2丁目、S・M)

\*申し訳ありませんでした。今回のバスタ特集は、いかがでしたか？

たくさんのお便りが届きました。『ウェストコースト』の写真入りの青いほすとが届きました。あまりの懐かしさに、甘い青春が甦りかたて永ちゃんの曲を聴きながら彼と走った海岸通りを思い出しました。でも不思議に思ったのが平成2年のオープンって書いてあったこと。この店の名前が変わったかも知れないけれど、確かに24年前にはありました。たくさんのお便りが届きました。ありがとうございます。  
(美原、S・N)

1人で「ヤツと」…  
表紙(7月28日号)の「夏うた」セレクトション、懐かしい曲ばかりで、さすがと感心しました。半分以上「メロイ」を想い出し、アーツストも懐かしく1人で「ヤツと」笑ってしまい、ひとときの思い出に浸らせて

頂きありがとうございます。した。  
(富岡2丁目、K・K)

\*僕も1人で「ヤツと」しながら選曲しました。

## 街角情報

リフレクソロジー検定試験

11月12日に全国諸都市で「JREC日本リフレクソロジー認定機構」(東京都渋谷区)によるリフレクソロジー検定試験(一般公開試験)が11月12日午前10時～正午に、東京大阪など全国諸都市で行われます。受験資格は国内のリフレクソロジースクールの卒業生、願書締切は10月31日。詳細は日本リフレクソロジー認定機構 03-57778441までどうぞ。

不登校相談会、10月9日にサン・リフレで不登校の子どもの親の会「フリースペース自由高原」主催の不登校相談会が10月9日午後1時30分からサン・リフレ2階で開かれます。詳細は090-766491

## プレゼント

4290まで。  
函館国際ホテルの『スカイレストラン ビューメール』より、記念日プラン「メモリアル」(1組2名分)を1組様に

函館国際ホテルの『スカイレストラン ビューメール』より、本紙8月29日号で紹介した記念日プラン「メモリアル」(1組2名分)を22000円を1組様にプレゼント。世界三大珍味のフォアグラ、トリフ、キキリアを使った本格フランス料理やプレゼントが盛りだくさんのプラン。大切な人へのサプライズなプレゼントにいかがですか。応募はハガキに郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号を



を明記し、「どんな時にこのプランを利用してみたいか」をお書きの上、〒040-8605 函館ぼつく内、株式会社青いぼすとH.D.「メモリアル」係までどうぞ。締切は10月10日。

『赤から』より、赤から鍋1人前の利用券を5名様にプレゼント。今回の「いい店みつけた」のコーナーで紹介した「赤から」より、赤から鍋1人前(950円)の利用券を5名様にプレゼント。応募はハガキに郵便番号、住所、氏名、電話番号を明記し、青いぼすとに対するご感想もたっぷりとお書きの上、〒040-8605、函館ぼつく内、株式会社青いぼすとH.D.「赤から」係までどうぞ。締切は10月10日。

## 青いぼすと通販

### 秋からはじめる、お肌のロハス

「ロハス」という言葉が注目されていますね。Lifestyle Of Health And Sustainability

自分自身が健康で自然環境と接続可能であることを可能にする暮らし。自分自身にも、そして地球にもやさしい生き方こそが、21世紀を生きる上での健康的で美しい生き方とされています。オーガニック、スローフード…ではあなたの肌の「ロハス」は？

エマールゲルクリームは水と天然成分をゲル粘質)状にした全身に使えるスキンケアクリーム。肌に良い水分を補給することで新陳代謝しやすい環境が生まれ、肌が本来持っている力を十分に引き出すことが可能となります。この秋からぜひあなたも



180g入 宅配料込  
**3,700円**

人気商品につき、ご注文から宅配までにお時間をいただく場合がございますので、予めご了承下さい。

お申し込み・お問い合わせ  
株式会社青いぼすとHD  
phone 23-5688

◆受付◆  
月～金曜日  
午前9時～午後6時  
(担当/本間)

## 編集後記

生バスタ作りが大好き。デュラム・セモリナ粉をオーブオイルと卵と塩で一匙懸命こねて生地を作り、ひと晩寝かせてパスタマシンにかける。我が家の好みはもっぱら、厚さが3～4ミリのフィットチーネかな。ソースはベーシックなポモドーロ。美味しいんだ、これが…。(慎)

パスタはその昔、中国で生まれた麺がシルクロードからイタリアに行き変化したものと聞いたことがある。嘘みたいな本当の話か、本当のような嘘か。どっちでしょう？ 私はなんとなくおれどこの説は正しいのではと思った。国と国とは影響あう。今も昔も。(345)

新幹線に猫の耳がつく？ スピードが出る左右2枚の羽根が出てくるようになって、猫の耳とそっくり。「ととろ」には「猫バス」が登場するけど、どうとう本物の猫耳の新幹線ができる。実用化は少し先になるというが、猫耳の新幹線ができたら絶対乗るぞ…。(チョコ)

文化センター講師の北村巖さんが函館を離れる。短い間に教わったことは数あるけれど、中でも重宝「赤い靴」の女の子が「異人さん」に預られたのが、この函館だったという話は衝撃的。函館にこそ歌の碑を、という熱い提案が実現できたらと思う。(亜)

この号が発行されるのは秋だが、私の夏は甲子園と共に終わった。発熱と胃腸炎の中、失点を挽回した田中投手。高濃度酸素カプセルで眠っていた斉藤投手に比べ、疲れもあつただろう。準優勝もスゴイけど、私の中では駒吉が優勝！(BP)

実りの秋。野菜がおいしい季節です。ダイエットを始めて数ヶ月、野菜はずっと私の味方。野菜中心で薄味の食事を続けているので、舌はまるでリセットされたように味に敏感に。刺激よりも穏やかな味わいの良さがわかる年齢になったことを実感する今日この頃。(たーた)

## 次号予告

10月17日(火) とうご期待!!  
カフェ&スイーツタウン  
本通界限特集

効率よいコマースをお考えの皆様へ…  
新聞や雑誌、フリーペーパー等にコマースをお考えの皆様へ…

青いぼすととは旧函館市内全域及び北斗市・七飯町中心地域に独自の宅配組織を配備し、全126,000世帯の家庭のポストに直接投函しております。だからこそ、より多くの人達の目にふれ、コマースの高いレスポンスも期待できるのです。まずは1度、スタッフをお呼びいただき、詳しい説明を受けていただければ幸いです。

お申し込み・お問い合わせは ☎23-5688 まで

発行/株式会社青いぼすとHD  
〒040-8605 函館市弁天町20番3号  
函館 ぼつく 株式会社内  
[総務・営業・折込業務] (0138) 23-5688  
[編集室] (0138) 27-9210  
[FAX] (0138) 23-5699  
[E-mail] aoi-post@aurora.ocn.ne.jp  
[URL] http://oceanplace.jp/aopos/

## STAFF

発行者 佐々木 喜美夫  
編集長 青山 慎司  
副編集長 大場 小夜子  
ライター 野村 保子  
由井 亜紀  
花輪 志保里  
太田 陽子  
DTP 武越 史幸  
マーケティング 本間 尚子