

「はっと」って何だろう...?



「はっと」とは、小麦粉に水を加えて良く練り、熟成させて薄くのはした生地を茹で上げる小麦粉料理の一種で、主に東北地方に伝わる郷土料理です。地方によっては、「すいとん」「ひつまみ」「つめり」「とってなげ」「おだんず」などの料理名で呼ばれており、同じ地方であっても地域や家庭ごとに調理法と料理名が異なります。奥州市の各店舗では、「昔ながらの伝統的なはっと」や「アイディア満載の趣向を凝らしたはっと」などを味わうことができます。ぜひ、ご興味ください。

「奥州はっと」の由来

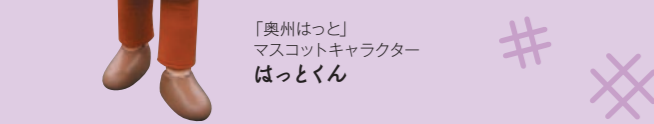
古くから、この地伊達藩は、「米どころ」として有名でした。その藩中で、米を満足に食べられなかった農民は、麦飯のほか畑で作った小麦を粉にして練って茹で上げた物（はっと）を食べていました。

それが米の代用食として好んで食されるようになると、領主は、このままでは「農民が小麦作りに精を出すあまり米作りが疎かになる」と心配し、その物を食べることを禁止（乙度法）にしました。それが「はっと」という呼び名の語源と言われています。

市内では、以前から「はっと」をメニューとする飲食店が数多くあり、地域に親しまれた食べ物として広く浸透してきました。

「すいとん百味」奥州はっとは、味や見た目を統一することなく各店オリジナルの、趣向をこらした個性豊かな「はっと」を提供します。

「百の店に百の味がある」をコンセプトに、「はっとタウン奥州」への誘客を、加盟店で元気に進めて参ります。



29 いさほ産センター あがらんえ

奥州市胆沢区小山字小田切214 TEL.0197 (47) 2345
営業時間/10:30~15:00
取容量/50名 定休日/12月31日~1月3日 駐車場/100台

おすすめはっとMENU
●あじさい定食 680円
あじさい定食は、焼おにぎり1個と具がいっぱい入ったすいとん、あじさいで作った「手作りとうふ」に季節の野菜が入った小林とおしんこが付いております。

30 せんや(株) 水沢米菓

奥州市胆沢区小山字下番森52-1 TEL.0197 (47) 1008
URL/ http://www.senya.co.jp
営業時間/9:00~18:00
定休日/毎週土・日曜日・祝日 駐車場/有

おすすめはっとMENU
●奥州煎餅すいとん 525円
「江刺金札米」「和食好きすいとん」「せんや」の3社共同開発商品。岩手の銘産米「江刺金札米」を主原料に開発した煎餅すいとんに、岩手の人気和食好きすいとん監理長「特選ゆめ」を組み合わせたご家庭の食卓用商品です。もちもちりんとした食感をお楽しみ下さい。

31 田園茶房 ほたるの宿

奥州市胆沢区若柳字下田中68 TEL.0197 (46) 2120
営業時間/10:30~20:30 (はっと提供時間: 11:00~20:00)
取容量/95名 定休日/毎週火曜日 駐車場/40台

おすすめはっとMENU
●すいとん鍋 750円
昔ながらのすいとんをあつあつの鍋で、お出ししております。愛情こめた「すいとん」をぜひ食べて下さい。

32 おふくろ

奥州市胆沢区若柳字若183 TEL.0197 (49) 2964
URL/ http://www.vividlife.jp/okuro/
営業時間/11:00~18:00 (予約で延長可能)
取容量/40名 定休日/毎週水曜日 駐車場/10台

おすすめはっとMENU
●タムご膳 1,000円
昔ながらのすいとん汁のほかに、あずき、ごま、納豆、生麦、また伊達藩の伝統食である「ずんだ」などいろいろな味料を組み合わせ、手づくりこだわりの添加物の入らない身体にやさしい味に仕上がります。是非お試しください。

33 蕎麦屋 二想

奥州市胆沢区小山字下番森100-28 TEL.0197 (47) 2054
営業時間/11:45~売り切れ次第終了
定休日/不定休 駐車場/4台

おすすめはっとMENU
●SOBA DE HATTO! 600円~
むにゅ、ふりつ、つるんの後で、その香りもほんのり残るやさしい味。お嬢の食材を変えたり、季節ごとの味もいろいろ楽しめるHATTOです。

34 (株) 小山製麺

奥州市胆沢区小山字下野中2-5 TEL.0197 (47) 0434
URL/ http://www.oyama-seimen.co.jp/
営業時間/11:00~23:00 (日・祝は22:00まで)
定休日/毎週土・日曜日・祝日 駐車場/10台

おすすめはっとMENU
●奥州はっと粉(1kg) 452円
●すいとん粉(600g) 263円
もちもちとしたコシ、ツルンとした食感の本格的なすいとん(はっと)が、誰でも簡単に作るよう、配合にこだわりました。ぜひ、奥州はっと粉を使用し、美味しいすいとんをご賞味ください。

36 前沢牛専門店 和風れすとらん 牛の里

奥州市前沢区向田1-5 TEL.0197 (56) 6115
URL/ http://ushinosato.jp/
営業時間/11:00~20:00
取容量/100名 定休日/不定休 駐車場/40台

おすすめはっとMENU
●前沢牛入りはっと 840円
●前沢牛入りはっと&焼肉丼(ランチのみ) 1,575円
前沢牛専門店として創業25年。最高級の前沢牛を皆様様に！平泉から車で10分、前沢駅から歩いて5分。従業員一同心よりお待ちしております。

37 吉兆寿司

奥州市前沢区字塔ヶ崎21-7 TEL.0197 (56) 5906
URL/ http://www.kichozushi.com/
営業時間/7:00~21:00 (日・祝は22:00まで)
(はっと販売: 12:00~22:00)

取容量/40名 定休日/毎週木曜日 駐車場/10台

おすすめはっとMENU
●はっと汁 420円
昔ながらの懐かしいすいとん汁です。午前10時までにご予約をお願いします。

39 古都の遊食

奥州市衣川区古戸5-3 TEL.0197 (52) 3561
営業時間/9:00~18:00 (はっと提供時間: 11:30~14:30)
取容量/26名 定休日/毎週月曜日 駐車場/30台

おすすめはっとMENU
●はっと3点セット 600円
美味しい「はっと3点セット」をご用意しました。ご希望に応じて持ち帰りも可能です。また、お食事も出来、自家製とうふ、特産のほむぎ茶、はとむぎ羊かん、はとむぎローション、カルギール、ツタン乾燥などもございます。

41 農レストランめえがすと

奥州市衣川区向60-2 TEL.0197 (52) 4111
営業時間/11:30~15:00 取容量/40名
定休日/毎週月曜日 駐車場/20台

おすすめはっとMENU
●おつぽと、ずんだはっと、じゅねはっと、あんこはっと 各400円
昔なつかしい茅葺き屋根の古民家を活用した農家レストランです。稲刈りの最の節で、ゆっくりに過ごすながら、「衣川(ころが)の里の味」をお楽しみ下さい。地元の食材をふんだんに使った定食等もご用意しております。

40 百番食堂

奥州市衣川区古戸15-6 TEL.0197 (52) 3108
営業時間/11:00~20:00
取容量/20名 定休日/毎週日曜日 駐車場/5台

おすすめはっとMENU
●はっと定食 650円
●はっと単品 500円
母親ゆずりの野菜がたっぷり入った具だくさんのはっとです。当店自慢の、どこか懐かしい、昔ながらの手づくりのはっとをぜひご賞味ください。

前沢エリア MAP

川

「はっと」の文化を伝える川。清流がもたらす豊かな自然環境。川沿いの風景は、はっとの文化を伝える重要な役割を果たしています。

胆沢

胆沢の歴史と文化。昔ながらの生活様式や伝統行事が、胆沢の文化を形成してきました。

衣川

衣川の歴史と文化。豊かな自然環境と、衣川の文化を伝える重要な役割を果たしています。

前沢

前沢の歴史と文化。昔ながらの生活様式や伝統行事が、前沢の文化を形成してきました。

水沢

水沢の歴史と文化。豊かな自然環境と、水沢の文化を伝える重要な役割を果たしています。

江刺

江刺の歴史と文化。豊かな自然環境と、江刺の文化を伝える重要な役割を果たしています。





13 酒と肴 大(DAI)
 奥州市水沢区中町82 TEL.0197 (25) 2844
 営業時間/17:00~22:00
 収容人数/45名 定休日/毎週日曜日 駐車場/2台
おすすめはとMENU
 ●すいとん 520円
 かつおだしをベースに、鶏肉と季節の野菜、きのこなどを具材に、醤油ベースでシンプルな昔ながらの味わい、小麦粉はコシが強く、弾力のあるのが特徴です。

14 季節料理 どんぐり
 奥州市水沢区中町23-77 TEL.0197 (24) 8927
 営業時間/17:30~24:00
 収容人数/20名 定休日/毎週日曜日・祝日 駐車場/無
おすすめはとMENU
 ●はとんカレーグラタン 650円
 ●はとん汁(みそ) 550円
 地粉使用で、天然きのこ入りすいとんは人気メニューです。季節限定の冷しすいとんは天然きのこの他に具材が豊富に入っています。

18 道の駅 みすさわ 和風すたらん フロール
 奥州市水沢区徳体町石川原51-3 TEL.0197 (26) 3739
 営業時間/11:00~20:00 (L.O.19:30)
 収容人数/55名 定休日/元日 駐車場/32台
おすすめはとMENU
 ●田舎すいとん 600円
 当店自慢の和風出汁に、たっぷりの野菜が入った昔ながらのすいとんです。

19 喰楽喫茶 羅々
 奥州市水沢区吉小路10-4 TEL.0197 (25) 4167
 営業時間/11:30~14:00 18:00~21:00
 収容人数/ホール:30名、2F:14名 定休日/不不休 駐車場/7台
おすすめはとMENU
 ●はとんカレーグラタン 650円
 ●はとん汁(みそ) 550円
 当店一押しは羅々カレーチーズをのせて、オーブンで焼いたものです。もちもちのはとんがカレーとチーズからみても美味です。はとん汁は、中華みそスープに野菜をたっぷり入れ、お味が満たされます。(南蛮入りです)

1 居酒屋 花いちもんめ
 奥州市水沢区東町4 TEL.0197 (25) 5277
 営業時間/17:00~23:00
 収容人数/65名 定休日/毎週日曜日 駐車場/無
おすすめはとMENU
 ●はとん鍋 650円
 つるつるしたのどごしの良さをあさりましたしょう油ベースで仕上げています。昔、食べた母親の味を思い出させるように、ごぼうの香りをたっぷり、お酒のおつまみにもなり、又、締めに食べて嬉しい一品です。

2 酒房 偉人通り
 奥州市水沢区吉小路42-2 TEL.0197 (23) 3936
 営業時間/12:00~20:00 (はと予約:前日の18:00まで)
 収容人数/20名 定休日/第一、第二水曜日 駐車場/4台
おすすめはとMENU
 ●はとと御膳(コース付) 1,050円
 ●おすきはと 630円
 ●はとと鍋 600円
 「はとと御膳」は2種類のはと料理に小鉢2品とフルーツが付いたコースです。あつあつの「はと鍋」もおすすめです。当店の一番人気は鉄板焼はと。はとが豪華に盛り込まれてとてもおいしいです。

3 小万梅 (梅ふたつ)
 奥州市水沢区吉小路48 TEL.0197 (23) 2452 (23) 4664
 営業時間/11:00~20:00 (はと予約:前日の正午まで)
 収容人数/20名 定休日/不不休 駐車場/8台
おすすめはとMENU
 ●はと鍋コース 2,000円
 一人用の地元産の南部鉄鍋に季節の新鮮な海の幸、山の幸がふんだんに入ったすいとんです。薄く食べやすい大きさのすいとんが珍らしい塩だれベースのあっさりしたスープとなじんで、旨みが凝縮された味わい深いすいとんです。

4 ロイヤルパブ 絵夢
 奥州市水沢区中町23-68 ロマンスビル1F TEL.0197 (24) 5409
 営業時間/20:00~4:00 (はと予約:21:00~3:00)
 収容人数/60名 定休日/不不休 駐車場/無
おすすめはとMENU
 ●絵夢はと(おしんこ付) 700円
 伝統的なはとを、絵夢オリジナルの味で、そして「ママ」が作る「おしんこ」の味をお楽しみいただけます。「心温まるはと」をぜひ食べてみてください!!

5 居酒屋 絵馬
 奥州市水沢区字新小路21-9 TEL.0197 (23) 2947
 営業時間/17:00~23:00
 収容人数/15名 定休日/毎週日曜日 駐車場/無
おすすめはとMENU
 ●つめり刺し 400円
 「つめり刺し」は小麦粉をこねて、ゆであげただけのシンプルなもの、お好みでんにく、生姜、わさび、醤油だけいただけます。ふく刺し(?)と言われる程、酒の肴にもぴったり。(他はと8種)

6 御食事処 かがや
 奥州市水沢区西町1-1 ゼブラザアール内 TEL.0197 (25) 3900
 営業時間/11:00~15:00 (L.O.14:30)
 収容人数/35名 定休日/毎週水曜日 駐車場/有
おすすめはとMENU
 ●はとと御膳(コース付) 880円
 ●はとと鍋(コース付) 730円
 ●はとと鍋(コース付) 980円
 煮干しだしの効かせた中華風味スープのあっさりとしたはとです。当店人気3種類のミニ丼を組み合わせてお得なセットでお召上がり下さい。

7 居酒屋風 食事処 喜作
 奥州市水沢区寺小路26 TEL.0197 (25) 2805
 営業時間/16:00~24:00
 収容人数/45名 定休日/無 駐車場/5台
おすすめはとMENU
 ●カビレはと 850円
 ●奥州かきはと 650円
 食べて飲んで「はと」と和んで頂けますように料理で「感動」をモットーにお創り致します。はとの生地にはカニの身とカニ味噌を練り込んであります。

8 喜楽亭&CAFE TEANA
 奥州市水沢区神明町1-5-37 TEL.0197 (25) 6788
 営業時間/11:30~14:30 17:00~21:00
 (はと販売:12:00~20:00/10月~4月の期間限定)
 収容人数/20~30名 定休日/毎週火曜日、月1回月曜日休みあり
おすすめはとMENU
 ●あんかけはと 750円
 創作はとの中でも、あんかけの中華風をやっているところは、当店だけです。あんをかけることで、はとに味がからみやすく、寒い時などたいいん体が温まります。

9 ささ忠
 奥州市水沢区横町205 TEL.0120 (23) 3621
 URL/http://www.sasachu.co.jp
 営業時間/11:30~14:00 17:00~21:20
 収容人数/70名 定休日/毎週日曜日 駐車場/15台
おすすめはとMENU
 ●限定1日10食(ランチのみ) 800円
 ●奥州はと前沢牛 800円 (+100円でライスおしんこ付)
 日本一「前沢牛」の角切りを柔らかく煮込み、味わいのある昔風の「すいとん汁」に仕上げました。老舗の味わい、すき焼き、しゃぶしゃぶもどうぞ。

10 胆沢川温泉 さくらの湯
 奥州市水沢区佐倉河字明神堂27 TEL.0197 (51) 6211
 URL/http://www.sakuranoyu.com
 営業時間/10:00~21:30 収容人数/212名(大広間兼)
 定休日/第3水曜日 駐車場/250台
おすすめはとMENU
 ●すいとん定食 650円
 もはや名物化しているさくらの湯のすいとんは、鶏肉ペースにきのこや野菜がたっぷり。べろべろのやわらか手作りすいとんと一緒に食べるからたのしみです。冬場限定の限定メニューです。

11 元祖すいとんの店 スナック藤
 奥州市水沢区青葉町 TEL.0197 (24) 8969
 営業時間/20:00~2:00
 収容人数/35名 定休日/毎週日曜日・祝日 駐車場/無
おすすめはとMENU
 ●すいとん 500円
 皆さんに支えられ40年、すいとんを作ってきました。鉄鍋で食べるすいとんを、どうぞお召上がり下さい。阪神ファンで、店の中はミニ甲子園です。どうぞ、よろしく願いたします。

12 美食処 千成
 奥州市水沢区中町95 TEL.0197 (23) 4030
 営業時間/11:00~22:00
 収容人数/100名 定休日/毎週月曜日 駐車場/4台
おすすめはとMENU
 ●奥州まゆたまはと 530円
 和風ダシを使用し、玉子とじにクズをかけ、あんかけ風に仕上げ、はとにはモチモチ風になっております。

13 料亭 丸松
 奥州市水沢区川原小路7-1 TEL.0197 (23) 4218
 営業時間/12:00~21:00 (はと予約:前日の正午まで)
 収容人数/150名 定休日/不不休 駐車場/25台
おすすめはとMENU
 ●奥州はと会席 2,000円~
 2名以上のご予約により奥州はと会席(伝統的なはと2品、創作はと1品)と、季節の料理と合わせて¥2,000よりご用意します。通常の宴会料理にもはと料理をお出しします。

14 すたんと割烹 味春
 奥州市水沢区中町23-38 TEL.0197 (24) 9912
 営業時間/17:00~22:00
 収容人数/50名 定休日/毎週日曜日 駐車場/無
おすすめはとMENU
 ●田舎はと 650円
 田舎はと汁は、季節の野菜を使い味噌味で仕上げました。みぞれはと、はとを揚げ、大根おろしを入れたみぞれあんをかけて食べます。

15 プラザイン 水沢店
 奥州市水沢区佐倉河字後田29 TEL.0197 (25) 8811
 営業時間/11:30~15:00 (L.O.14:00) 17:00~22:00 (L.O.21:00)
 収容人数/120名 定休日/無 駐車場/300台
おすすめはとMENU
 ●米粉すいとん 1,365円
 米粉すいとんと天井をセットいたしました。米粉を使用した新食感の煎餅すいとんをどうぞお召上がりください。

16 スターキヤハウス パイオニア牧場
 奥州市水沢区真城字上野22-5 TEL.0197 (22) 5555
 営業時間/11:00~14:00 17:00~20:30 (要予約)
 収容人数/80名 定休日/8月13・14日、12月30日~1月3日
 駐車場/30台
おすすめはとMENU
 ●奥州牛ステーキはと(バイキング付) 1日限定10食 980円
 奥州牛ステーキの旨味と、すいとんのコラーゲン、シンプルな塩味でお召し上がり下さい。好評の地産手づくりバイキング付。ランチタイムにはコーヒー又はジュースが付き。ご予約を心よりお待ちしております。

17 クルーズ オンライン
 奥州市水沢区太田通り1-3-5 TEL.0197 (23) 5496
 URL/http://cruz.jp.com
 営業時間/オンラインショップでのカート注文は24時間対応
 店舗での販売は、ホームページ上に各販売店様掲載
おすすめはとグッズ
 ●はとくんキーホルダー 各色380円
 メイドインオウシュウ。メイドインワケでキーホルダーの手作り木製キーホルダーなんだよ。(地産)岩手県工業技術センター所有の特許「象嵌彫刻体の製造方法」を活用。本体は奥州市の水「かえ」を使用し、形は「はと」と個性の良いおにぎり型を表現。地元のはとPR必須アイテムなんだよ~。

18 力食堂
 奥州市水沢区豊田町3丁目7-3 TEL.0197 (35) 3017
 営業時間/12:00~21:00
 収容人数/28名 定休日/不不休 駐車場/有
おすすめはとMENU
 ●すいとん(おしんこ付) 550円
 昔ながらのおふくろの味です。あっさり味で具たくさん、おにぎり、おしんこ付きとお得です。お気軽にお越し下さい。

すいとん百味

水沢エリアMAP

江刺エリアMAP

23 すいとんの店 おふくろ
 奥州市江刺区南大通り5-13 TEL.0197 (35) 5005
 営業時間/17:30~23:30
 収容人数/20名 定休日/毎週火曜日 駐車場/3台
おすすめはとMENU
 ●すいとん 600円
 昔ながらのおふくろの味です。お好みで野菜たっぷりのすいとんや味噌味すいとん等お作りします。家庭的な雰囲気でお気軽に楽しく笑顔のたえないお店です。

24 ホテルニュー江刺本館 レストランアザリア
 奥州市江刺区南大通り4-1 TEL.0197 (35) 6101
 営業時間/11:30~21:00
 収容人数/70名 定休日/1月1日 駐車場/50台
おすすめはとMENU
 ●ひつつみ膳 1,050円
 米粉を用いた煎餅生地をすいとん風にアレンジしています。もちもち歯と歯応えを味わってください。

25 お食事処 天花
 奥州市江刺区南大通り3-15 TEL.0197 (35) 2742
 営業時間/11:30~22:00
 収容人数/30名 定休日/毎週日曜日 駐車場/5台
おすすめはとMENU
 ●すいとん定食 700円
 ●すいとん(単品) 550円
 お子様から年配の方まで、気軽にたのむの味です。昔ながらの味をモットーに昔ながらの手づくりすいとんを提供しておりますので、お気軽にご来店下さい。

26 お休み処 えさし藤原の郷 レストラン「清衛」
 奥州市江刺区岩谷堂字小丸86-1 TEL.0197 (35) 7790
 URL/http://www.fujiwaranosato.com
 営業時間/10:30~16:00 (L.O.15:30) (L.O.16:00)
 収容人数/200名 定休日/無 駐車場/1,000台
おすすめはとMENU
 ●奥州すいとん (はと) 御膳 1,250円
 ●土産品 手さげすいとん 1,050円
 ひつつみに奥州市産のガルギールを使用しています。ガルギールとは、エジプト産の薬草で、ゴマに似た風味があり、ビタミンCなどが含まれています。

27 江刺ふるさと市場 お食事処 ふるさと
 奥州市江刺区岩谷堂字金谷83-2 TEL.0197 (31) 2080
 営業時間/9:00~18:00 (はと販売:食堂:11:00~15:00)
 収容人数/80名 定休日/無 駐車場/70台
おすすめはとMENU
 ●三すいとん(おしんこ付) 450円
 ●すいとんおにぎり 600円
 江刺産の野菜(ほうれん草・にんじん)をおろしこんだ、見た目あざやかで美味しいすいとんです。焼きそばおにぎりセットにすれば、おなかも満足!! 間違いなしです。