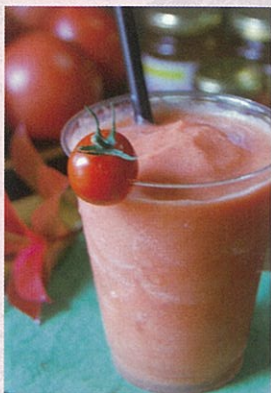


# Sweets

## かがみの里山スムージー

里山で採れた野菜や果物、はちみつ、お米、そして水…、地元の素材から生まれたここでしか味わえないオシャレで真面目なスムージー。



## かがみの里山レストラン「Aelu」

あ・え・る  
 吉田郡鏡野町奥津川西261 奥津温泉 花美人の里「花の館」内  
 ☎11:00~17:00 (OS16:30) ☎※GW・紅葉シーズン等は休まず営業 ☎0868-54-7655 (かがみのツーリズム研究会)  
 ●里山レッド(トマト×はちみつ)540円  
 ●里山グリーン(小松菜×黄トマト×はちみつ)540円  
 ※内容は季節により変更になります。※そのほか、季節ごとに旬のフルーツを使ったスムージーを提供。(要問い合わせ)



特産品を使用した  
懐かしい味わい弁当

## やま弁

地元鏡野町の山菜や特産品を使用したお弁当。おばあちゃんの味を思い出す懐かしい味わい。  
 道の駅奥津温泉・みずの郷奥津湖・鏡野町物産館「夢広場」などで、土・日・祝を中心に販売。  
 鏡野やま弁友の会 ☎0868-44-2581 吉田郡鏡野町上斎原516-4  
 ●(秋10~11月)べっぴんもみじ 1,000円 ●(冬1~2月)マタギ弁当 1,000円 ●(春4~5月)春べっぴん 1,000円

## 美咲たまごかけごはん

(美咲町役場産業観光課たまごかけ5班)

### たかがたまごかけ、されどたまごかけ

美咲町のたまごかけごはんが特別おいしいのには理由あり! 地元の榎田米をお釜で炊いたあつあつご飯に、地元産の卵。地産地消、安心安全にこだわっています。シンプル一品だけに、よく味わうと奥が深いのです。



## 紅そば

赤い花をつける紅そばは、12月からの約3ヶ月間の期間・数量限定で提供。境地区産のそばを使用したメニューが多くあり、そばを求めて通う人も多い。



## 紅(あか)そば亭

久米郡美咲町境1371 ☎0868-68-0661  
 ☎11:00~15:00 ☎水 ☎有  
 ●1,000円(時価) ※土・日・祝限定



## 観光スポット おおはがにし 大坪和西の棚田 美咲町



標高400mの山間地に、斜面に沿って360度、すり鉢状に約850枚の田んぼが連なり、「日本の棚田百選」にも選ばれています。初夏の田植え時期から秋の稲刈りを通して様々な表情を見せてくれます。秋には雲海がかかることもあり、素晴らしい景観となります。

☎0868-66-1118 (美咲町産業課)  
 久米郡美咲町大坪和西



## らん

しそ、ねぎ、のりに加え、らんオリジナルの黄ニラ、ごま5種類のタレで、様々な味が楽しめる。地元産黄ニラを使った水餃子も◎。

久米郡美咲町  
 吉ヶ原873-2  
 ☎0868-62-0416  
 ☎11:00~17:00 (OS16:00)  
 ●月~金 ☎有  
 ●定食600円



## 鏡野 かがみの田舎カレー

(かがみのカレー食Love(クラブ))

### ゴロゴロ根菜がたくさん入ってる

大きめにカットされた野菜と鏡野産の味噌で、まろやかに仕上げたチキンカレー。

#### 【かがみの田舎カレー店舗案内】

- 道の駅奥津温泉 温泉亭  
 吉田郡鏡野町奥津463 ☎0868-52-7178  
 ☎11:00~15:00 (OS 14:30) ☎無 ☎有  
 ●田舎料理バイキング  
 大人1,200円、小人(小学生)800円
- のどろ温泉 のどろ館  
 (改装中 H28年4月オープン予定)  
 吉田郡鏡野町富西谷2091-10  
 ☎0867-57-2322  
 ☎11:00~15:00 (飲み物17:00まで)  
 ☎月(祝日の場合翌日) ☎有  
 ●サラダ付き 600円
- のどろ原キャンプ場  
 吉田郡鏡野町富西谷2091-10  
 ☎0867-57-2102  
 ☎(7/1~8/31) 10:00~16:00  
 ☎7・8月無 ☎有 ●500円



## 辛美人・辛味噌ラーメン

姫とうがらし味噌がベースのスープに、チャーシューや煮玉子などの具材がベストマッチ!他では味わえない辛うまラーメン。

## 鏡野ラーメン

鏡野町産の甘いフルーツマトを、塩スープで煮込んだあっさり味のラーメン。



お茶屋のラーメン店  
 吉田郡鏡野町上斎原1165-7  
 ☎0868-44-2629  
 ●土・日・祝11:00頃~ ☎冬期 ☎有  
 ●鏡野ラーメン800円、  
 辛美人ラーメン750円  
 ※急にお休みすることもあるので、必ず事前にお電話を。

みずの郷奥津湖  
 吉田郡鏡野町河内60-8  
 ☎0868-52-2225  
 ●食事処11:00~15:00 ☎有  
 ●辛味噌ラーメン700円



## 鏡野 ひらめ定食

川魚「ひらめ」とは、「あまご」のこと。岡山県北では古くからひらめの名で親しまれています。  
 溪流の女王と呼ばれるひらめ(あまご)を塩焼きにした郷土料理。香ばしく焼き上がったひらめは絶品。その他ひらめの南蛮漬け、おさしみなども人気。

のどろ温泉 のどろ館 (改装中 H28年4月オープン予定)  
 吉田郡鏡野町富西谷2091-10  
 ☎0867-57-2322 ☎11:00~15:00 ☎月(祝日の場合翌日) ☎有  
 ●定食(甘露煮または塩焼き) 1,000円

## 観光スポット 奥津温泉 鏡野町



お湯に含まれる漂白成分が、肌を白くすべすべにしてくれることから、「美人の湯」と呼ばれています。川沿いに風情ある旅館や民宿が立ち並び、奥津橋のたもとでは、毎週日曜日の朝に「足踏み洗濯」が行われています。  
 ☎0868-52-0610 (奥津温泉観光協会) 吉田郡鏡野町奥津・奥津川西

おみやげ美味めぐり

津山・鏡野・美咲