

たかへい

16

TEL.0220-52-2490

油麴はっと

地産地消推進店です。
登米市産の油麴を使用しています。
弁当・仕出しを行っています。



■営業時間／予約制 ■所在地／登米町寺池前舟橋72
■定休日／なし ■要予約(2日前)

ぶんき茶屋

17

TEL.0220-52-2129

油麴はっと

昔ながらの素朴なはっとで、ボリューム満点です。
油麴井とのセットもあります。



■営業時間／11:00~14:00 17:00~19:00
■所在地／登米町寺池中町74 ■定休日／なし

喰膳 蔵.ら~

18

TEL.0220-52-2922

はっと定食

自家米のおにぎりとお鉢がセット!
とよま観光物産センター内で営業しており、とりめしやしなそばも有名です。



■営業時間／11:00~15:00 ■所在地／登米町寺池桜小路2(とよま観光物産センター遠山の里内) ■定休日／12月29日~1月1日

大衆食堂 つか勇

19

TEL.0220-52-2073

そばはっと

地産地消推進店です。
登米市産のはっと粉にそば粉を加えたはっとです。
各種イベントにも参加しています。



■営業時間／11:00~19:00 ■所在地／登米町寺池桜小路103
■定休日／なし

中林食堂

20

TEL.0220-52-2079

はっと

名物の油麴が入った、故郷を思い出すやさしい味のはっとです。
ラーメンなどもあります。



■営業時間／11:30~14:00 ■所在地／登米町寺池桜小路99-10
■定休日／毎週日曜

うなぎ割烹 清川

21

TEL.0220-52-2516

もくずかに定食 (季節限定)

天然のもくずかにでダシをとった
はっとで、季節限定!
うなぎも有名です。



■営業時間／11:00~15:00 ■所在地／登米町寺池中町66
■定休日／不定休 ■要予約

味処もん

22

TEL.0220-52-3161

とよまはっと

カツオと鶏を使ったコクのあるしょうゆ味のはっとです。
旅館海老紋に宿泊し、ゆったりくつろげます。



■営業時間／11:30~14:00 ■所在地／登米町寺池桜小路91
■定休日／不定休 ■要予約

ホテル望遠閣

23

TEL.0220-52-3171

油麴井&はっと定食

油麴のふわふわ食感とはっとのもちもち食感が同時に味わえます。
ボリューム満点!



■営業時間／予約制 ■所在地／登米町日野渡内目の目316
■定休日／不定休 ■要予約

食処 和

24

TEL.0220-52-2849

日替定食

自家製野菜にこだわった、季節の食材を使用した「手作りの味」を是非ご賞味ください。



■営業時間／11:30~13:30 18:00~21:00 ■所在地／登米町寺池目子待48 ■定休日／(昼)毎週土曜・日曜 (夜)毎週日曜 ■要予約



登米市

はっと

提供店マップ

「はっと」は
登米の郷土料理。
あつあつの「はっと」を
召し上がれ。

44店
掲載

「はっと」は小麦粉を練ってつくる 登米地方の郷土料理です。

小麦粉に水を加え、耳たぶ程度のかたさになるまでよく練り、
適当な時間(季節により異なります)寝かせる。
そして、その熟成した生地を指で薄く延ばしながら
醤油仕立ての汁に入れ茹で上げます。
また、お湯で茹でて、あずき、ずんだ、
ジュウネン(エゴマ)などに絡めたりもします。
ツルツル、シコシコの食感がやみつきになる郷土料理、
それが「はっと」です。

稲作文化の陰に小麦文化あり。

登米といえば今も昔も県内有数の米どころですが、
お米を満腹に食べられなかった昔は、この地方でも畑に
小麦などの雑穀を栽培し、飢えをしのいでいました。
「はっと」文化はここから生まれたのです。はじめは
米の代用食、でもより美味しく食べたい、そんな人々の
願いのもと、今の美味しい料理へと工夫されていったのです。

「はっと」はバリエーションが多彩です。

出汁や具材は登米地方の中でも地域や家庭によりさまざま。
季節の野菜やきのこ類、鰯節、煮干し、鶏、豚など、
代々母から子へ受け継がれた家庭の味です。
具の中で地域を二分するのが油麴と油揚げの存在。
よい出汁がとれるこの二つの食材は、まさに東西の横綱です。
特に油麴は、小麦からとれるグルテンが主原料。
今では全国でも珍しい食材となったこの油麴が、登米地方で
今なお食され続けているのは、同じ小麦の「はっと」文化にも
関係がありそうです。

人が集まればやっぱり「はっと」

現代でも四季を通じて地域の行事には大鍋の
「はっと汁」が定番です。老若男女が一つの鍋を囲んで、
「ふ〜ふ〜、はふはふ」。笑顔が絶えません。
登米地方の自然と旬の食材。こんなに上等ぶしの環境で
食べる「はっと」は、当然、うまい!のです。
さあ、あなた好みの「はっと」を探しに登米へ足を
運びませんか?

