



**ロシア料理**  
スナギリ 新宿東口本店

### ロシア料理をとことん堪能

1956年創業のロシア料理店では、ボルシチなどの定番料理から季節の味までロシア料理をとことん楽しめます。ロシアを代表するビールや、ウォッカなどのお酒も充実。日本人にもロシア人にも人気の名店です。

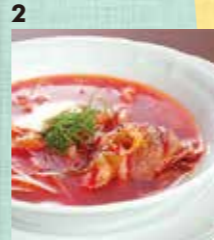


新宿区歌舞伎町2-45-6  
千代田ビル B1F  
☎03-3209-4937  
◎平日 17:00~23:30  
土 16:00~23:30  
日・祝 16:00~22:30  
Ⓜ年末年始  
MAP P.10-11 C-1



ゴルブツィ 1,728円

1.ウクライナ風ロールキャベツのオープン煮込み。2.とろとろに煮込んだ牛肉と野菜の赤カブ風味スープ。



ボルシチ 864円



**メキシコ料理**  
エル・アルボル

### 日本人好みの本場メキシコの味

現地で修行を積んだメキシコ料理ひと筋のシェフが、本物志向ながら日本人に合うアレンジを加えたメキシコ料理を提供。テキーラやビールなどのお酒もメキシコならではの味を楽しめます。



新宿区四谷1-7  
☎03-3357-6868  
◎平日 11:00~23:00  
土 15:00~23:00  
休日・祝 (不定休)  
MAP P.12-13 D-3

1.3種のスパイスソースをつけて、ピーフ以外にもいろいろな味があるので、好みのものを選び。2.肉のうま味とハバネロの刺激的な辛さがたまらない!



ハバネロの肉詰め 1,404円



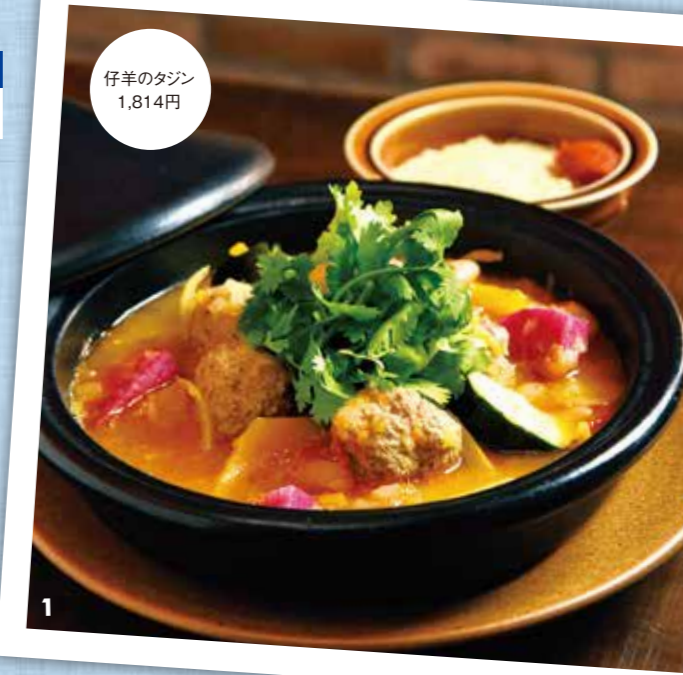
**地中海料理**  
Circo

### 地中海の国々の味を楽しめるバル

ヨーロッパから北アフリカまでの地中海沿岸の国々の料理を楽しめるバル。新鮮な魚介類や、北海道直送のオーガニック野菜を使用し、味付けはこだわりのハーブとスパイスで仕上げられています。



チュニジア風オムレツ 864円



仔羊のタジン 1,814円



新宿区神楽坂4-5-4  
☎03-6280-8819  
◎18:00~翌2:00  
Ⓜ日・祝  
MAP P.14-15 C-2

今回は地中海料理の中でも、北アフリカに注目!



**タイ料理**  
サワディードックチャパー

### 人気料理をそろえたタイ料理店

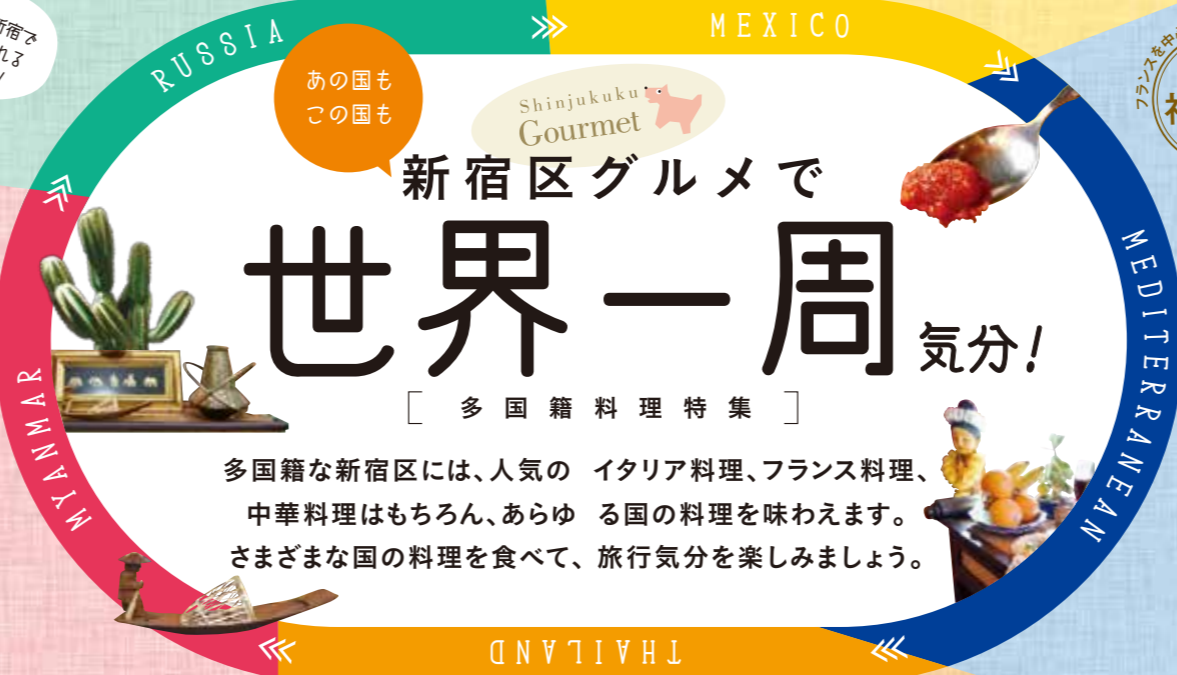
アットホームな雰囲気の中、人気のタイ料理をリーズナブルに味わえる店。夜にはシンハービールなどのお酒と一緒に、本場の屋台感覚で気軽にタイ料理を味わうことができます。



新宿区中落合1-20-16  
日住中井ビル2F  
☎03-6279-1044  
◎11:00~23:00  
Ⓜ無休  
MAP P.18-19 B-3



全部新宿で食べられるなんて!



多国籍な新宿区には、人気のイタリア料理、フランス料理、中華料理はもちろん、あらゆる国の料理を味わえます。さまざまな国の料理を食べて、旅行気分を楽しみましょう。



**ミャンマー料理**  
ソング インレイ

### ミャンマー少数民族の味と出会う

多くのミャンマー人が暮らす高田馬場にあるこちらは、ミャンマーの少数民族シャン族の料理が楽しめる珍しい料理店。麺料理や豆腐料理などに代表されるシャン料理は、日本人の口にもよく合います。

新宿区高田馬場2-19-7  
☎03-5273-5774  
◎11:30~23:30  
Ⓜ無休  
MAP P.16-17 B-1



1.マイルドな辛さとトムヤムクン独特の酸味が絶妙なバランス。2.鶏肉のバジル炒めとトロトロの目玉焼きをご飯にオン。3.王室にも認められた由緒あるビール。バランスのとれたスパイシーな味わい。



シンハービール 518円

カオガバオ ガイカイダー オランチ 780円 / ディナー 830円

トムヤムクン ラーメン 780円



高田馬場・早稲田・大久保エリア  
MAP P.16-17 A-4

### COLUMN

本場韓国の味を優雅な雰囲気で見せる韓国料理店がひしめく街・新大久保にある「高麗」は、本場韓国の味を高級レストランさながらの優雅な店内で楽しめます。良質な和牛の焼き肉のほか、石焼ビビンバなどの一品料理もそろっています。



● 韓国料理 焼肉 高麗 新宿区大久保1-12-1 ☎03-3204-2929 ◎11:00~23:00 / ランチタイム11:00~15:00 休1月1日



モヒンガー 864円

ミャンマービール 648円

1.パクチャーの爽やかさに、トウガラシのピリとした辛さがよく合うサラダ。2.ナマズの肉と玉ねぎを、ナンプラーなどで味付けしたスープで食べる麺料理。3.日本人にもおいしいと評判のビール。深いコクとキレ、味の良さが特長です。



新宿区高田馬場2-19-7  
☎03-5273-5774  
◎11:30~23:30  
Ⓜ無休  
MAP P.16-17 B-1



石焼ビビンバ 1,296円

ナムル、炒め肉などをたっぷりのせ韓国人気料理。食べ終わるまでアツアツがいい!