

栃木の好きをつなげよう。栃ナビ! 発のフリーペーパー。

栃ナビ!

グルメ道場

はみだし



No.228
2026.4-5 / FOR FREE

料理人の溢れる愛で誕生したはみだしグルメ
個性あるはみでた「おいしさ」に挑戦!



【上級者向け】

フタは飾り!?
背徳の極厚かつ井の虜♡

🎁
プレゼント
あり

栃木 どんかつ神楽 岩舟本店
極厚かつ井卵黄のせ(みそ汁・キャベツ・お新香付)
… 3,388円 ※要予約。
500gのリブロースを職人技でじっくり揚げた巨大とんかつ。井から豪快にはみ出すその姿は、思わず二度見の迫力。極厚なのに驚くほどやわらかく、卵黄をくずせば背徳感MAX! ソースで味変もOK、最後のひと口まで突っ走れる満腹必至の一杯です。

TONKATSU KAGURA



LALALALUDO SHOKUDO



エビフライ&唐揚げの
ごはん泥棒定食!

日光 ラララ食堂
鶏唐揚げ&有頭エビフライ定食 … 1,450円
※日替わりメニュー、Instagramでご確認ください。

皿からはみ出すゴロゴロ唐揚げの上に、有頭エビフライがドーン! にんにく香る唐揚げとサクサクのエビフライにタルタルたっぷり。ごはんは多めがデフォルト。「大きいことはいいことだ!」の心意気あふれる腹ペコ大満足定食です。

CHECK!
もっと「はみだしグルメ」を
知りたい! プレゼントに
応募したい!
という方はWEB版も
ぜひ♡>>>



【中級者向け】

HAKOBUNE CAFE

炭火が織りなすスモーキーな余韻。
和の旨みが重なるグルメバーガー。

宇都宮 HAKOBUNE CAFE
肉と肉(チーズ3枚・目玉焼きトッピング) … 2,860円

見よ! 四角いパンズから堂々とみ出す、スモーキーな国産牛&とろーりチーズのド迫力。「肉と肉」にチーズ3枚、目玉焼きを追加しました。煮玉ねぎにはかつおぶし、お肉にはお餅を忍ばせた、和を感じる粋なバーガーは唯一無二の味。



【中級者向け】



【上級者向け】

はらみごと
排せよ!

KAICHI



痛風なんて怖くない!
奇跡の魚卵祭りに歓喜の声

足利 まぐろ丼 加一 / 加一痛風丼 … 7,480円

※不定期で1週間1日20食限定販売、Instagramでご確認ください。※平日のみ予約可能。
イクラにたらこ、あん肝にしらこ、ウニ・蟹・エビなど、約10種。
贅沢この上ない海鮮丼は、ゲリ的に現れる幻のメニュー。インスタで待ちして逃さず堪能しなご! 海なし県の痛風予備軍たち…覚悟を決めて挑んでみて!

LONGCHAMP

はみだし続行中!
迫力満点な
レジェンドスイーツ

🎁
プレゼント
あり

宇都宮 ロンシャン洋菓子店
シュークリーム … 480円

オープン当初から愛され続ける名物シュークリームは、生クリームの下にカスタード、スポンジ、フルーツがぎゅっ。これ目当ての常連さんもたくさん。若者からシニアまで、甘党の夢をそのまま形にしちゃった罪深きスイーツです。



【初級者向け】



【初級者向け】

SHOKUDO KANAIE

コスパ◎!
具沢山麻婆の溢れる地元愛にシビレちゃう!

大田原 食堂かなえ / 麻婆豆腐 … 800円

ゴロっとした特製辛肉と香ばしく炒めた与一ねぎに、濃いめの麻婆ダレ。水分を抜いた木綿豆腐にしみ込み、まとわせ、お米もお酒もすすむ逸品に。地元産ニラの香りと食感のアクセントが絶妙! どうか溢れる香りと旨味を受け止めて♪



東武 宇都宮線旅

No.228 2026年4月15日発行 Issued by 栃ナビ! 企画/制作/印刷: ヤマゼンコミュニケーションズ株式会社
〒321-0118 宇都宮市インターパーク4-3-1 Tel.028-647-0011
※本紙に掲載されている 料金はすべて税込表示となっております。※情報は取材時のものです。

栃ナビ! Q

生活も、青春も。

ONE TRAIN. EVERY STORY.

東武宇都宮線旅

電車で揺られた通学の日々も、ふらりと立ち寄った駅前の時間も。この路線のその先は、今も変わらず百貨店や街のにぎわい。それぞれの駅が個性を感じながら、どこか懐かしい沿線の旅がスタートします。

← ご投稿いただいたクチコミ ※投稿時の情報になり、一部抜粋しています。

プレゼント応募・詳細はWEBから! ▶
さらにこの春スタートした「宇都宮ファンクラブ」もチェックしてね!



TOBU UTSUNOMIYA 東武宇都宮駅エリア

百貨店や商店街が広がる中心市街地で、通勤や通学での利用も多い。観光と日常が交差する、宇都宮の顔となるエリア。



1 蔵
老舗らしい落ち着いた雰囲気。鴨親子丼は旨みと卵でとじた出汁がしっかり美味しい。蕎麦は細めながらコシが強く、かえしも濃くて好みと真ん中。なぜ今まで来なかったのかと後悔するほど気に入りました。(ノコノコさん/高根沢)



3 21時にアイス 宇都宮オリオン通り店
甘さ控えめのソフトクリーム&ホイップクリームは21時にピッタリ。サイズ感もちょっと小さめなのがニクイ。これから飲み会のあとについつい寄っちゃいそうです。絶対リピします! (編集部のみ/宇都宮)

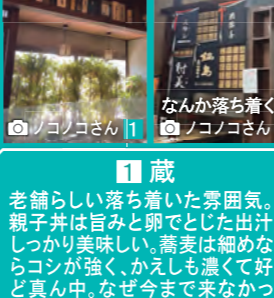
バラバラのクレープの登場が待ち遠しい★



4 KMGW BOOKS
オリオン通りの近く、釜川沿いのコンテナ書店さん。新刊だけでなくひと棚ごとに個性豊かな出店者(棚主)さんの古本も売られています。コーヒーやクラフトビールなどテイクアウトも美味しいので、散歩にぴったりです。(Puboさん/宇都宮)



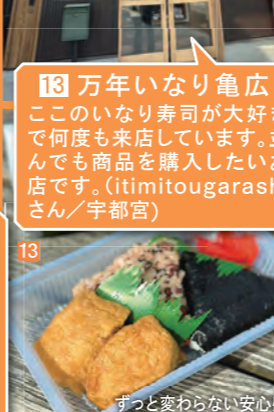
子供の靴を洗いにいくと果物の自動販売機が。美味しそうなミカンがお直打ちなので買ってみました。甘くて美味しい! ランドリーはスタイリッシュでキレイ、自販機の果物も楽しみにになりました☆(ちー5さん/宇都宮)



2 タイ料理のお店 スズラン
パッタイ、ガバオライス、チャーハンを頼んでシェア。タイのソイビーンズソースが美味しい味出してる。ココナツジュースはスッキリしてとても良かったです。元気を癒やしていただけるお店です。(クリームバスタさん/真岡)



5 と、お菓子。
暖簾をくぐったとほけた顔のくまさんが可愛らしくて、素敵なお菓子が沢山並んでいました。スコーン、フィンランシェ、サブレ、クッキーを購入。日々のおやつが特別になりそうです(〇〇ぼちゃさん/宇都宮)



14 HARE tokidoki MUGI
とろとろ風味が尋常ではありません。まずはそのまま。次は塩で...と味変が楽しめました。チャーシューやメンマのトッピングも美味しく、最高でした。(だいさくママさん/矢板)



15 ごはんや 丸富士
子どもと一緒にランチしてきました(〇〇)唐揚げはサクサク ジュシー! 今まで食べてきた唐揚げの中で1番美味しい! (みべさくさん/宇都宮)



6 東武宇都宮百貨店
6F特設会場へ、栃木県のプロスポーツチームのグッズを買いに行ってきました。お目当てはブルックスでしたが、ホンダヒートや栃木シティ、日光アイスバックスなど、さまざまなスポーツチームがあることにびっくり。(ヒマヤラ系さん/宇都宮)



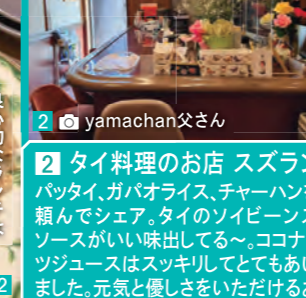
8 AURORE
住宅街の古いお家中、ヴィンテージの服飾小物や食器、ガラス工芸品など好きな方にはたまらない空間が広がっています。宝探しのようにお気に入りを見つける時間が楽しくてたまりませんでした。(3150さん/宇都宮)



9 café restaurant Apaiser
フレンチだけでなくイタリアンも食べられるようです。エビとカラスミのペペロンチーノ、ピリ辛で美味しかった。(yamachan父さん/宇都宮)



12 宮田餅菓子店
ゆでまんが美味しいと聞いておじゃましました。いちご大福、豆大福と一緒に購入。やさしい小豆の甘さが保存料を加えていない素材本来の味わいが生かされていて美味しかったです。(けんくまさん/宇都宮)



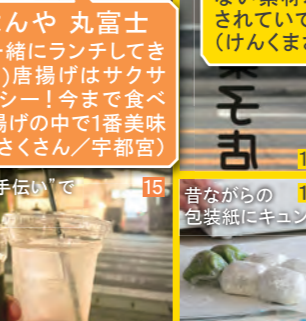
7 SPICE BOX gallery
素敵な雑貨やお洋服がちらちらいざお目当てのクラフトコーラ! 十数種類のスパイスがブレンドされて、その複雑なスパイスとレモンの爽やかさでなんとも美味! これは夏にぴったりだーあ。(hokohokoさん/宇都宮)



17 麺屋 Booth
塩ゆずバターラーメン★ふわっと香るゆずに、バターが良いコクを出してくれます。パンチもあってたまりません! 餃子も皮がカリッ、中はジュシーでこれまた最高。(Fraise unさん/宇都宮)



18 Double.e.Coffee & Espresso
お洒落でユッタリと時間が過ごせる空間。珈琲は浅煎りから深煎りまで4種類。ティラミス、プリン、バスクチーズケーキを注文しました。デザートは3種類食べましたが、どれも美味しかったです!(ゆにぶっちゃん/茨城)



20 Bake shop Nook
対面式のパン屋さんだと、選ぶのに焦ってしまいがちですが、お店の方が丁寧に接してくれます。あおさのチャパタと、シナモンロールを買いました。美味しかったです。(あやりんごさん/宇都宮)



ESOJIMA 江曾島駅エリア
大型商業施設と住宅地が広がる生活拠点。買い物や外食が充実し、ファミリー層にも親しまれる、利便性の高いエリア。



19 とんかつ ぎんなん
プリプリで大きな海老フライと柔らかくてジュシーなロースカツが最高でした。色々な味でお肉の旨みを味わえるのも魅力だと思います。(plumaさん/宇都宮)



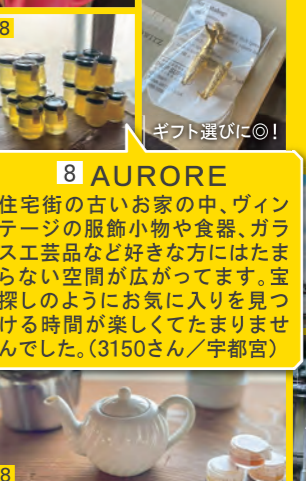
10 牛久亭
ランチサービスビーフステーキの150gを食べてみました。思ったよりも大きいお肉で柔らかくて美味しかったです。コーヒーとフルーツも付いてきます。ハンバーグも美味しそうでした。(なおさん/宇都宮)



11 喫茶 ケルン
栃木街道沿いにできたカフェ。黄色がさし色になった素敵な店内は、コーヒーのイイ香りが漂います。山好きな店主さんのお話もとっても楽しくて、つい長居してしまいました! 次回はランチも食べてみたいです! (編集部たも/鹿沼)



15 ごはんや 丸富士
子どもと一緒にランチしてきました(〇〇)唐揚げはサクサク ジュシー! 今まで食べてきた唐揚げの中で1番美味しい! (みべさくさん/宇都宮)



16 FRUITFUL LAUNDRY
子供の靴を洗いにいくと果物の自動販売機が。美味しそうなミカンがお直打ちなので買ってみました。甘くて美味しい! ランドリーはスタイリッシュでキレイ、自販機の果物も楽しみにになりました☆(ちー5さん/宇都宮)



18 Double.e.Coffee & Espresso
お洒落でユッタリと時間が過ごせる空間。珈琲は浅煎りから深煎りまで4種類。ティラミス、プリン、バスクチーズケーキを注文しました。デザートは3種類食べましたが、どれも美味しかったです!(ゆにぶっちゃん/茨城)



20 Bake shop Nook
対面式のパン屋さんだと、選ぶのに焦ってしまいがちですが、お店の方が丁寧に接してくれます。あおさのチャパタと、シナモンロールを買いました。美味しかったです。(あやりんごさん/宇都宮)



ESOJIMA 江曾島駅エリア
大型商業施設と住宅地が広がる生活拠点。買い物や外食が充実し、ファミリー層にも親しまれる、利便性の高いエリア。



19 とんかつ ぎんなん
プリプリで大きな海老フライと柔らかくてジュシーなロースカツが最高でした。色々な味でお肉の旨みを味わえるのも魅力だと思います。(plumaさん/宇都宮)



10 牛久亭
ランチサービスビーフステーキの150gを食べてみました。思ったよりも大きいお肉で柔らかくて美味しかったです。コーヒーとフルーツも付いてきます。ハンバーグも美味しそうでした。(なおさん/宇都宮)



11 喫茶 ケルン
栃木街道沿いにできたカフェ。黄色がさし色になった素敵な店内は、コーヒーのイイ香りが漂います。山好きな店主さんのお話もとっても楽しくて、つい長居してしまいました! 次回はランチも食べてみたいです! (編集部たも/鹿沼)