

「ごめんシャモ鍋社中」の名の下に結束した10店舗の同志たち。

ケンカシャモとの闘いの末、それぞれが辿りついたのは

自慢のこの鍋、この味、この料理。

シャモのうまさ口を駆け巡ります。

千羽、売り切れごめん!

南国市限定ごめでやっています。



全国鍋合戦で優勝。「第6代鍋奉行」に。

「ごめんシャモ研究会」は、南国市の農家や商工会有志らが「シャモで南国市を元気にしよう」と結成したもので、シャモの飼育から取り組んでいます。平成22年1月、埼玉県で開催された「彩の国全国鍋合戦」にシャモ鍋で参戦。見事に優勝し、「第6代鍋奉行」に輝きました。



ごめんケンカシャモ

シャモ餃子たたき

シャモのもも、むね肉をミンチにし、餃子の皮で包んで焼いた「シャモ餃子」。歯を入れたとたんに溢れ出すシャモのエキスの密度と甘さは驚きです。これにミョウガやタマネギなどの薬味を添え、オリジナルだしでタタキ風に食べるのが「べんべん」流。しょうがをびりっと効かせた醤油ベースの鍋だしは、シャモ肉によく合います。

土佐らしく、シャモの餃子もタタキ風。肉汁がじゅわっと出る。1人前6個入り600円。

ごめんケンカシャモ鍋

生姜をびりっときかせた純シャモだし。南国市産の四方竹も鍋の具に。2~3人前 3,000円

地図記号 A

居酒屋 べんべん

南国市大楠乙1024
TEL 088-863-6855
営業 17:00~23:00/月曜定休

べんべん料理スタッフ

ごめんケンカシャモ

味噌シャモ煮込み

地酒と地魚にこだわった「魚魚」のシャモ料理は、シャモ鍋のほか、酒飲みの心をわしづかみする「シャモ煮込み」。味噌ベースで、いわゆるモツ煮込みとはまったく違ったシャモ肉の旨味と食感が味わえます。シャモ鍋は1人前頼めば、2~3人で食べられる量。鍋を囲むにはびったりの全室掘りごたつが魅力です。

酒呑みの心をわしづかみ、「シャモ煮込み」。1人前 780円。

ごめんケンカシャモ鍋

鍋は南国市産の生姜をきかせた醤油ベース。このボリュームで1人前。3,000円

地図記号 C

魚魚(とと)

南国市大楠甲1483-3-1 1F
TEL 088-864-3877
営業 17:00~24:00/木曜定休

横尾料理長

ごめんケンカシャモ

大名シャモうどん

濃厚なシャモだしが、米粉うどんにからんで美味。1人前 700円。

濃厚なシャモだしが、米粉うどんにからんで美味。1人前 700円。

ごめん大名ケンカシャモ鍋

うどんなしの一人鍋。シャモのレバー炒めも仲間入り。1人前 600円

地図記号 E

うどん処 大名庵

南国市大楠乙1038-1
TEL 088-863-2121
営業 11:00~14:30/年中無休

山崎店長

ごめんケンカシャモ

ひとり鍋のシャモすき焼き

「シャモ鍋はまだか」と、県外の龍馬ファンからの問い合わせも多いのだそう。そのシャモ鍋がレストラン、併設するホテルの宿泊・宴会メニューにもお待たせの新登場。シャモ鍋、シャモすき焼きとともに一人鍋スタイルで気軽に食べられるのが嬉しい。シャモ鍋は南国市産の生姜を使った醤油ベースの旨だしです。

味わいが濃いシャモ肉は甘辛い味付けのすきやきで。1人前 1,300円

ごめんケンカシャモ鍋

生姜をきかせただしがシャモ肉に合う。安心安全な地場野菜も一緒に。1人前 1,250円

地図記号 G

レストラン グドラック (サザンシティホテル)

南国市明見933 TEL 088-863-2161
営業 11:00~22:00/定休日12/31

山中料理長

ごめんケンカシャモ

シャモの寄せ鍋

グレース浜すし「居酒屋はま」のシャモ鍋は、きれいな金色の脂が浮いた絶品ガラ入りスープが自慢。ガラに付いたお肉も食べると甘みがあっておいしい。鍋のメには雑炊、うどん、ラーメンが選べます。「シャモ定食」はシャモのすき焼き。唐揚げ、もつ、筑前煮、そぼろごはん、まさにシャモづくしのぜいたくな味わい膳です。

きれいな金色の脂が浮いたガラ入り絶品スープ。予約のみ対応。

ごめんシャモすき御膳

ムネ、モモ、ササミ。部位ごとのうま味と食感を味わうシャモづくし膳。1人前 2,625円

地図記号 I

グレース浜すし

南国市大楠甲1504-8
TEL 088-863-3131
営業 11:00~22:00/年中無休

川村板長

ごめんケンカシャモ

シャモの鉄板焼き

元ホテルの料理長が独立し、自ら営む居酒屋だけに、いわゆる居酒屋メニューとはひと味違った本格派。シャモ肉を塩とオリーブオイルで焼き、わさびと南国市産の花ニラで食べるシンプルな料理は、技術に裏打ちされてのうまさ。シャモ肉本来の持ち味がストレートに口の中に広がって来ます。鍋はスパイスのきいたエスニック風で。

元ホテルの料理長が独立し、自ら営む居酒屋だけに、いわゆる居酒屋メニューとはひと味違った本格派。シャモ肉を塩とオリーブオイルで焼き、わさびと南国市産の花ニラで食べるシンプルな料理は、技術に裏打ちされてのうまさ。シャモ肉本来の持ち味がストレートに口の中に広がって来ます。鍋はスパイスのきいたエスニック風で。

ごめんケンカシャモ鍋

シャモガラスープにスパイスをきかせたエスニック風鍋。仕上げの雑炊がこれまたうまい。1人前 2,500円 (2人前から要予約)

地図記号 B

南風(はえばる)

南国市大楠甲1707-3 1F
TEL 088-863-4351
営業 17:00~22:00/不定休

内田料理長

ごめんケンカシャモ

ねぎ入りシャモ串カツ

居酒屋の気軽さで味わう「養老乃瀧」シャモ料理は、龍馬が食べ損ねたすき焼き風のシャモ鍋と、むね肉をさくっと揚げたシャモカツ。シャモは元々、筋うための鶏なので脚や胸の筋肉が発達していて歯ごたえがあり、噛むほどにコクが出るのが特徴。カツにもいろいろあるけれど、これは別格のうまさです。すきやきはしみじみやれる一人鍋。

カツの中でもシャモカツは別格のうまさ。シャモがネギしょって1人前3本 480円。

ごめんケンカシャモのすきやき鍋

モモ肉を使用。冬場は土佐のすきやきには必須の葉ニンニク入り。1人前 650円

地図記号 D

養老乃瀧

南国市大楠甲1707-3 1F
TEL 088-864-1234
営業 16:30~23:30/年中無休

梶原店長

ごめんケンカシャモ

シャモ鍋焼きラーメン

「岡豊城」人気の鍋焼きラーメンに、シャモ肉バージョンが仲間入り。自家製スープのうまさ、お鍋の底がきれいに見えてしまうほど食べきってしまうお客様も多い。分厚いココット風の鍋で出て来るのは、最後まで冷めずにおいしく食べてもらうための配慮。50周年を迎える老舗ロードサイドレストランの底力を感じる一品です。

「岡豊城」人気の鍋焼きラーメンに、シャモ肉バージョンが仲間入り。自家製スープのうまさ、お鍋の底がきれいに見えてしまうほど食べきってしまうお客様も多い。分厚いココット風の鍋で出て来るのは、最後まで冷めずにおいしく食べてもらうための配慮。50周年を迎える老舗ロードサイドレストランの底力を感じる一品です。

ごめんケンカシャモのすきやき鍋

けんかシャモラーメンの他、けんかシャモ鍋も登場。前日までの要予約。

地図記号 F

レストラン 岡豊城

南国市笠ノ川10-1
TEL 088-862-0360
営業 8:00~22:00/年中無休

梶原店長

ごめんケンカシャモ

四万十栗とシャモ寄せ鍋

「ゆず庵」の油断ならないこのメニュー。「四万十の栗とシャモの寄せ鍋」と「漁師のラー油のシャモすき焼き」いう驚きのコラボ。どちらもインパクトのある組み合わせですが、口の中でけんかすることなく「これっであり」の絶妙なうまさは、さすが、ゆず庵。シャモのチキン南蛮、シャモ塩カツなども続々、登場予定です。

「ゆず庵」の油断ならないこのメニュー。「四万十の栗とシャモの寄せ鍋」と「漁師のラー油のシャモすき焼き」いう驚きのコラボ。どちらもインパクトのある組み合わせですが、口の中でけんかすることなく「これっであり」の絶妙なうまさは、さすが、ゆず庵。シャモのチキン南蛮、シャモ塩カツなども続々、登場予定です。

ごめんケンカシャモ南蛮

モモとムネ、シャモ肉の歯ごたえと旨味を味わう南蛮。1人前 1,200円

地図記号 H

レストラン ゆず庵

南国市岡豊常通寺島109-1
TEL 088-866-4141
営業 11:00~21:30/年中無休

近藤社長

ごめんケンカシャモ

風良里シャモ南蛮丼

いつでもふらりと寄って食べられるレストラン「風良里」には、子どもからお年寄りまで味わえるシャモ鍋、シャモ南蛮丼の2種類。適度な歯ごたえと、ジューシーな旨味、濃厚な味わいと三拍子揃ったシャモ肉のおいしさを生かしたやさしい味付けです。特にシャモ南蛮丼は鶏が苦手な人にもオススメ。

シャモ肉と四万十栗の驚きのコラボ。しかも、ちゃんとおいしい。1人前 1,500円。

ごめんケンカシャモ鍋

シャモのモモ、ムネとササミ3種類をのせた南蛮丼。みんなに愛されるやさしい味付け。1人前 1,260円

地図記号 J

道の駅南国 風良里

南国市左右山102-1
TEL 088-880-8112(代)
営業 8:00~18:00/火曜定休

渡辺料理長



- 一、同志(加盟店)は南国市発展の為、お客様へのもてなしの心を込めて「シャモ鍋料理」を提供すべし
- 一、同志は「ごめんシャモ研究会」が企画する南国市の農家の庭先で育った「ごめんケンカシャモ」を使用すべし
- 一、シャモ鍋の具材には、南国市産の野菜を必ず一品以上使用し、使用する南国市産野菜については、毎日必ず、店舗において表示または展示する
- 一、スープ・その他の具材は、同志自らの創意・工夫により、独自性を存分に発揮すべし(和・洋・中・すきやき・醤油ベース等ジャンルはふりーじャき)
- 一、他地域との差別化を図るため、また、まちおこしの一翼として「南国」「ごめん」という名前を覚えてもらうため、メニュー表記は「ごめんケンカシャモ鍋」と統一する
- 一、同志は、シャモの可能性を羽ばたかせるため、ごめんケンカシャモ鍋の他に一品以上のメニュー創作に励まれたし尚、シャモ鍋以外のメニューについても「ごめんケンカシャモの〇〇」と表示するよう努めるものとする
- 一、「本家」・「元祖」など町一番の老舗的な表現は、同志間のトラブルを防ぐために使用を禁ずる
- 一、同志は「ごめんシャモ鍋」の発展への結束の証として、「ごめんシャモ研究会」が配布する幟旗・提灯を店頭に掲げるものとする

以上



ごめんシャモ研究会

〒783-0004 高知県南国市大桶甲 1623-5
 南国市商工会館内
 TEL088-864-3073 FAX088-863-0201

発行:南国市商工会 企画・監修:ごめんシャモ研究会

龍馬が
 食べ損ねた
 シャモ鍋。

龍馬ゆかりのまちが
 代わりに「ごめん」言いもって
 食べちゃろうやいか。

慶応3年(1867年)11月15日夜、京都近江屋。龍馬は訪ねてきた中岡慎太郎とともに好物のシャモ鍋を食べようと、下僕にシャモを買いに走らせます。そのシャモを待つ間に事件は起こり、二人は刺客の刃に倒れました。無念にも龍馬が食べ損ねた「シャモ鍋」を代わりに食べようと結成されたのが「ごめんシャモ研究会」。南国市は坂本家の遠祖三代が眠るゆかりの地でもあり、龍馬も変名で「才谷梅太郎」と才谷の地名を名乗っています。



南国市限定
 シャモ鍋
 合戦。
 うまさ競ってシャモ鍋
 MAP

農家の庭先の風景を
 取り戻したい

かつて二期作が盛んだった頃、南国市の農家では庭先でくず米をエサにニワトリやシャモを飼っていました。ごめんシャモ研究会は、その農家の庭先から始まる循環システムを考えていこうと思っています。



①県立歴史民俗資料館
 戦国武将長宗我部元親居城跡に建つ歴史民俗資料館。長宗我部氏や国史跡・岡豊城跡に関する資料をはじめ、幕末維新、自由民権運動など、高知県の歩みを展示しています。



レストラン
 岡豊城



レストラン
 ゆず庵



レストラン
 グドラック



②才谷龍馬公園
 龍馬が「才谷梅太郎」の変名を使っていたことにちなみ、地元住民らが紅梅と白梅を公園一面に植え、現在も坂本家の墓所と共に守っています。



道の駅 南国
 風良里



養老乃滝



南風(はえばる)



グレース浜すし



魚魚(とど)



うどん処 大名庵



居酒屋べんべん



③坂本家二代彦三郎
 三代太郎左衛門の墓
 才谷龍馬公園の門をくぐり、奥の坂を登ると坂本家二代・三代の墓所があります。龍馬は自身の変名に「才谷梅太郎」という名を使っていました。時期になれば才谷龍馬公園には見事に梅が咲き、龍馬も先祖の眠る地でかつて梅の花を楽しんだのではないかと想像されます。



高知龍馬空港
 全国で初めて、人物名を空港名に使用した高知龍馬空港は南国市にあります。高知の空の玄関であり、高知自動車道南国ICからのアクセス道の整備も進み、高知県の交通を支えています。

南国市へのアクセス

- 【新大阪駅→後免駅】……約3時間20分
 ○新幹線「のぞみ」岡山駅乗換 → 特急「南風」
- 【岡山駅→後免駅】……約2時間30分 ○特急「南風」
- 【高松駅→後免駅】……約2時間20分 ○特急「しまんと」
- 【東京(羽田)→高知龍馬】 1日8便 約1時間15分
- 【大阪(伊丹)→高知龍馬】 1日9便 約45分
- 【名古屋(小牧)→高知龍馬】 1日2便 約1時間
- 【福岡→高知】 1日3便 約1時間10分
 ○高知龍馬空港からタクシーで約10分
- 【吹田IC→高知IC】 約295km 約4時間
- 【岡山IC→南国IC】 約157km 約2時間



龍馬さん、
 ごめん。
 うまくて、
 ごめん。



ごめんシャモ研究会