



サルデーニャについて  
もっと詳しく知る!

## 地中海の真ん中に浮かぶ島“サルデーニャ島”

サルデーニャ島は別名“**長寿の島**”と呼ばれています。

人々に聴いた長寿の秘訣は「よく会話すること」、

「野菜や豆、山羊や羊のチーズを中心とする食生活を送ること」

「ポリフェノールがたっぷりな、カンノナウ種の赤ワインを飲むこと」

そして何よりも大切なのは

「家族、友人と共に食卓を囲んで楽しく食事すること」

## 誕生

地中海に浮かぶサルデーニャ島西部の海岸にある“タロス遺跡”

彼の地は、フェニキアや古代ローマ文明が開花した場所。

様々な人々とそれぞれの文化が交錯し、繁栄した多様性のある街。



そんな街を渋谷の地にも…という想いから、2007年“Tharros”は誕生しました。

料理はサルデーニャ島の郷土料理。マンマが作るようなシンプルで味わい深い家庭料理をお楽しみください。

タロスでの楽しい食事を通して、心身共にいつまでも美しく健やかに過ごせますように。

## 食の安全へのこだわり

1. トランス脂肪酸を含まない植物性オリーブオイルを使用
2. 天然海塩を使用 (ミネラルをたっぷり含んでいます)
3. 厳選した素材を手作りで調理し仕上げます

調理過程においてサラダ油、マーガリンなどのトランス脂肪酸を含む油脂を不使用。また添加物・保存料・化学調味料を使わず手作りにこだわり、お客様の安心・安全・健康を考え**医食同源**を提供します。

## 「Achentannos! /アッケンタンノス」

(乾杯するときのかけ声です)

100年たっても元気に健康で!



# Bevande

## I Vini

## グラスワイン

グラス ハウス ワイン (白/赤) Bicchiere di vino Bianco o Rosso 850~ (935~)

グラス スプマンテ Bicchiere di Spumante 900 (990)

本日の Special スパークリングワイン Spumante Speciale del Giorno 1,200 ~ (1,320 ~)

ヴェルナッチャ大使に選ばれました!!

ヴェルナッチャ・ディ・オリストアーノ (サルデーニャ島の伝統、長期熟成ワイン) 50cc 1,300 (1,430)  
Vernaccia di Oristano

Ambasciatore  
di  
Vernaccis  
di  
Oristano

## Birre

## ビール



生ビール KIRIN ハートランド 850 (935)

Birra alla Spina



イクヌーサ (サルデーニャ産 地ビール) 1,100 (1,210)

Birra ichnusa

## イタリア産 クラフトビール「バラデン」 La Birra ITALIANA

Isaac (イザック) 1,480 (1,628)

オレンジピールとコリアンダーが爽快な香りを引き立てるフルーティで華やかな味わい

Nazionale (ナッツィオナーレ) 1,480 (1,628)

100% イタリア産原料を使用したイタリアエール。こだわり抜いた素材で造られる魅力溢れる1本

Nora (ノラ) 1,580 (1,738)

古代小麦といわれるカムット小麦を使用。スパイスにオレンジピールや生姜などを加えたオリエンタルな味わい

## Cocktail/Gin

## カクテル / ジン

シチリアンレモンサワー Lemon Sour 850 (935)

サルデーニャワインサワー (白or赤) Sardinian Wine Sour 800 (880)

カンパリ・超ソーダ CAMPARI SODA 850 (935)

今季限定

梅カンパリ・スプリッツ PLUM CAMPARI SPRITZ 950 (1045)

アペロール・スプリッツ  APEROL SPRITZ 950 (1045)



### イタリア産 最高級 クラフトジン

(ソーダ・トニック・ロック) Craft GIN ITALIANO

glass / 1,000 (1,100)

bottle / 13,900 (15,290)

力強く豊かな味わいが心地よく口の中に残り、心地よく持続します。



▲ 詳しくはこちら

# Bevande

Analcolica

ノンアルコール

---

ノンアルコール スパークリングワイン Non Alcohol sparkling Wine 700 (770)

---

ノンアルコールビール Non Alcohol Beer 700 (770)

---

ミ・ローザ ～私の大切な心を貴方へ～ (ブラッドオレンジ/ノンアルコールスパマンテ) 770 (847)

---

Mi・Rosa (Brood Orange , Non Alcohol sparkling Wine)

プリモ・アモレー～初恋～ (ピンクグレープフルーツ/トニックウォーター) 770 (847)

---

Primo Amore(grapefruit Juice,Tonic Water)

小豆島のオリーブサイダー Olive Cider 700 (770)

---

ラズベリーレモンソーダ Raspberry Lemon Soda 850 (935)

---

オーガニックジンジャーソーダ Organic Ginger Soda 850 (935)

---

ORGANICシチリアンレモンソーダ Lemon Soda 750 (825)

---

(イタリア産)

ブラッドオレンジジュース Blood Orange 750 (825)

---

コカ・コーラ Coca cola 700 (770)

---

ジンジャーエール Ginger ale 650 (715)

---

ミネラルウォーター (ガス有 or ガス無) Mineral Water 750 (825)

---

※20歳未満のお客様の飲酒は固くお断りさせていただきます。  
またお車でお越しのお客様にはアルコール類のご提供は致しかねますのでご了承ください。

# ～ 旅するサルデーニャコース ～

カリアリコース Cagliari	タロスコース Tharros	Chefおまかせコース Menu consiglio dello Chef
6,000 (6,600)	8,000 (8,800)	12,000 (13,200)
<p>自家製ツナと クリームチーズのパテ マグロカラスミ パーネカラザウ</p> <p>＊</p> <p>自家製前菜の盛り合わせ</p> <p>＊</p> <p>サルデーニャ産 ボッタルガ あさりの スパゲッティ</p> <p>＊</p> <p>オーストラリア産 仔羊のグリル</p> <p>＊</p> <p>サルデーニャ風 アーモンドケーキ</p> <p>＊</p> <p>Caffè</p>	<p>自家製ツナと クリームチーズのパテ マグロカラスミ パーネカラザウ</p> <p>＊</p> <p>自家製前菜の盛り合わせ</p> <p>＊</p> <p>魚介類のフリットミスト</p> <p>＊</p> <p>つぶつぶパスタ 新鮮貝類のフレーグラ</p> <p>＊</p> <p>最高級サルデーニャ産 ボッタルガスパゲッティ</p> <p>＊</p> <p>国産牛のタリアータ ポルチーニソース</p> <p>＊</p> <p>ヌガーのセミフレッド</p> <p>＊</p> <p>Caffè</p>	<p>季節を感じる Chefのおまかせ料理を ご用意させていただきます</p> <p>＊要予約制 (1週間前)</p> <p>お嫌いなもの、お好きなもの、 アレルギー等、 何なりとお申し付けください。</p>



*Sant'Antioco*



## コースワインペアリング

厳選されたサルデーニャ島の土着ワインの数々

3種類 3,600 (3,960)    5種類 6,000 (6,600)

(詳しくはスタッフにお尋ねください。)

▲ 詳しくはこちらから

※テーブルチャージとしておひとり様 550 円頂戴いたします。予めご了承ください。

## Gli Antipasti freddi

冷菜



### 自家製小皿前菜 5品盛り合わせ

1名様 1,600 (1,760)

※人数様分のご注文になります  
新鮮魚介、野菜のマリネなど日替わりで  
お楽しみいただけます。



⇐メニュー画像はこちらから



### アッフエダートミスト 薄切り生ハムとイタリアンサラミ盛り合わせ

1,800 (1,980)

Affettato Misto all'ITALIANA

羊飼いの食卓

直径30 cmのパーネカラザウに生ハム、  
イタリア産モッツァレラチーズ、ルーコラを乗せました 2,400 (2,640)

Prosciutto e Mozzarella su letto di Pane Carasau



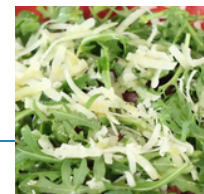
### 自家製ツナとクリームチーズのパテ 長期熟成マグロのカラスミと

1,400 (1,430)

Patè di tonno e Formaggio con Bottarga di Tonno

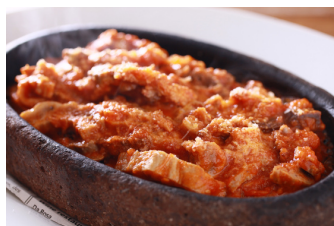
ルーコラとペコリーノチーズのサラダ 1,700 (1,870)

Insalata di Rucola e Pecorino



## Gli Antipasti caldi

温菜



### 希少！！マグロのトリッパのアラビアータ煮込み

丁寧に下処理し3時間煮込んだ後、トマトソースで味付けした  
まぐろの島 サン・ピエトロ島の名物です！

1,800 (1,980)

Trippa di tonno alla Carlofortina

イタリア人も絶賛！！

セモリナ粉をまぶした魚介類のフリットミスト 1,800 (1,980)

Fritto Misto allo Scoglio



テーブルチャージとしてお一人様550円頂戴いたします。予めご了承ください。

Carta da Musica

羊飼いが放牧に出かける際、持ち歩きした薄焼パンです。  
直径30センチあり、パンというよりは 薄く焼いたせんべいのような見た目。

ひとたび口にすれば、その驚くほどのパリパリとした軽快な食感は、  
まるで紙を砕くかのような心地よい音を響かせます。  
シンプルな味わいだからこそ、チーズや生ハムのお供に、あるいはオリーブオイル  
と塩をかけて焼いた「パーネ・グッチェアウ」として無限の美味しさを広げます  
素朴でありながら奥深いサルデーニャの知恵と伝統が詰まった薄焼きパン」です！



パーネ グッチェアウ (ローズマリー風味) 500 (550)

pane Guttiau

パーネ エ カース (ペコリーノチーズ風味) 650 (715)

pane e Casu

ハーフ&ハーフ (2種類の味が楽しめます。) 750 (825)

Metà e Metà

Formaggi e Bottarga

チーズ&カラスミ

【ペコリーノサルド/Pecorino SARDO D.O.P】

サルデーニャ島で生まれ育った羊のミルク  
のみで作られたチーズ。  
コクと酸味が特徴的。カンノナウと相性良し。  
オレンジの花の蜂蜜との組み合わせで、  
また違った味わいをお楽しみいただけます。



ペコリーノチーズの塊 オレンジ蜂蜜添え 1,400 (1,540)

Pecorino Sardo con Miele d'Arancia



イタリア産 厳選チーズ3種盛り合わせ 2,200 (2,420)

Formaggio Misto all'ITALIANA (タレージョ・ゴルゴンゾーラ・ペコリーノサルド)

最高級 サルデーニャ産 ボッタルガとセロリ 1,700 (1,870)

Bottarga di Muggine e Sedano (本場サルデーニャでの王道な組み合わせです)

【ボッタルガ/ BOTTARGA SARDA】

ボッタルガ=ボラのカラスミ

イタリアのサルデーニャ島は、古くから地中海沿岸で愛されてきた珍味「カラスミ」の最高級品として知られ、特にボラの卵巣から作られるものは「サルデーニャの金」とも称されます。





## 人気NO.1 タロス名物!!

25年前から続く殿堂入りレシピ

### 新鮮貝類のフレーグラ

Sa fregula con i Frutti di Mare

2,600 (2,860)

貝類の旨みがつぶつぶパスタの  
中にギュッと濃縮された一品

## 人気 NO. 2

### 最高級サルデーニャ産 ボッタルガのスパゲッティ

Spaghetti alla Bottarga di Muggine di Cabras

2,600 (2,860)

サルデーニャ島カブラス地方名産  
ボッタルガ（カラスミ）  
を惜しみなく使った逸品です。



### サルデーニャ伝統の味!

自家製サルシッチャとフェンネルのマロレッドゥス

Malloreddus alla Campidanese (セモリナ粉のニョッキ) 1,900 (2,090)

サルデーニャ島で栽培・加工されるデュラム小麦製品ブランドです。

サルデーニャ産のペコリーノチーズをふんだんに使ったチーズパスタ

サルデーニャ産 ペコリーノチーズのカチョエペペ

cacio e pepe

2,400 (2,640)



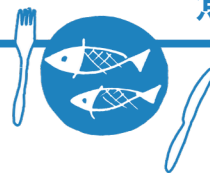
現地の味をそのまま再現!

魚介類たっぷりペスカトーレのリングイーネ

3,400 (3,740)

Linguine alla pescatora rossa

テーブルチャージとしてお一人様550円頂戴いたします。予めご了承ください。



## アクアパッツァ

シンプルな味わいの中に自家製ドライトマトの旨みを凝縮！

3,600 (3,960)

Acqua Pazza di Pesce del giorno

## 逗子直送フレッシュハーブ鮮魚オーブン焼き

逗子から届く新鮮なハーブと、厳選した本日の鮮魚を豪快に。

3,600 (3,960)

Pesce al forno con erbe aromatiche



漁港から届く鮮魚を一本丸々と豪快に  
イタリアの調理法で！

※鮮魚の大きさによってお値段変動する場合がございます

## Carni

## 肉料理

### 自家製サルシッチャとポテトのロースト

ローズマリーの香り

2,600 (2,860)

Salsiccia della casa nostra al rosmarino

### 本日の黒毛和牛のタリアータ

ルーコラバルサミコサラダ添え

150g 3,800 (4,180)

250g 5,800 (6,380)

Tagliata di Manzo Insalata di Rucola e aceto balsamico

### オーストラリア産 ラムチョップグリル

オレンジとフェンネルの香り

4,100 (4,510)

Agnello alla griglia



今日はお肉の気分の方へ！！

### 肉!!肉!!肉!! のミックスプレート

Carne mista alla griglia

M 4,900 (5,390) / L 8,900 (9,790)

※お作りするのに時間いただきます。  
ご注文のはなるべくファーストオーダーでお願いいたします。



## セアダス / Seadas ~ヨーロッパ最古のお菓子~

サルデーニャデザート代表作！  
パイ生地からトロけ出すチーズとオレンジの  
蜂蜜のハーモニーがたまらない・・・

1,300 (1,430)

作り方→



追加でバニラジェラートも一緒にどうぞ！+300(330)

自家製ヌガーのセミフレッドのパルフェ ベリーソース 950 (1,045)

Parfait di Torrone e frutti di Bosco

ティラミス・サルド(ミルト酒の効いた大人の味) 850 (935)

Tiramisu al Mirto Rosso (イタリア式にアルコールがしっかり効いてますので苦手な方はご注意ください)

アーモンドケーキ ~アーモンドが香る、口溶けの良い素朴なトルタです！~ 850 (935)

Torta di Mandorle (Gluten free Cake)

本日のジェラート 1種 500 (550) / 2種 800 (880)

Gelato del Gorno

濃厚エスプレッソとバニラジェラートのAFFOGATO 700 (770)

Affogato al Caffè

大人のアッフォガート お好きなジェラートにお好きなお酒をかけて楽しめます 950 (1,045)

(ミルト酒・クラフトジン・カンパリ)

## Caffè



## 食後の飲み物



エスプレッソ S400 (440) / W550 (605)

Espresso

マッキアート 450 (495)

Macchiato

アメリカーノ 500 (550)

Americano

カフェラテ 600 (660)

Caffè Latte

カプチーノ 600 (660)

Cappuccino

紅茶 500 (550)

Tè

カモミールティー 500 (550)

Camomilla

レモンジンジャーティー 500 (550)

Tè al Limone e Zenzero

インディアンチャイティー 500 (550)

Tè INDIANO

## I vini speciali di Sardegna (サルデーニャ島の伝統、長期熟成ワイン)

Ambasciatore di Vernaccis di Oristano

ヴェルナッチャ大使に選ばれました!!

ヴェルナッチャ・ディ・オリストアーノ 50 ml/1,300 (1,430)  
Vernaccia di Oristano

マルヴァシア・ディ・ボーサ 50 ml /1,300 (1,430)  
Malvasia di Bosa

## I Vini da Dessert 貴方のために甘い夜を!

## デザートワイン

アンジャリス リッチでコクがあり、香り高い ARGIOLAS 土着品種：ナスコ主体 50 ml /1,300 (1,430)

ヴィン サント 50 ml /1,300 (1,430)

## Digestivo 食後酒とは…? ディジェスティーヴォ (消化促進) といいます。

## 食後酒

食事をした後にアルコール度数が高いお酒を飲むことで消化を助ける効果があります。

サルデーニャの恵みを閉じ込めたナチュラルなリキュール

ミルト・ロッソ Mirto Rosso 800 (880)

ミルトに約40種類のハーブを配合

ミルセ Mirse (Mirto Rosso con Erbe aromatiche) 1,200 (1,320)

ソーダ割りもおすすめ!

リモンチェット Limoncello 600 (660)

グラッパ Grappa 1,000~ (1,100~)

アマーロ Amaro 700 ~ (770~)

サンブーカ Sambuca 700 ~ (770~)

自家製 リキュール Digestivo 700~ (770~)

スタッフへお尋ねください!



日本名で銀梅花  
Mirto

※20歳未満のお客様の飲酒は固くお断りさせていただきます。  
またお車でのお越しのお客様にはアルコール類のご提供は致しかねますのでご了承ください。

# Gli Spumanti

## スパークリングワイン

### フルーティなスパークリング

Mondo del Vino Itinera Prosecco      イティネラ・プロセッコ      4,900 (5,390)

品種：Glera

華やかな花の香り、心地良いレモンやアプリコットなどの果実とハーブの香りがあります。  
味わいは繊細でありながら、ミネラル豊かな風味。

### 乾杯するなら！！

Sella&Mosca Torbato Spumante Brut      トルバート・スパマンテブリュット      5,900 (6,490)

土着品種：Torbato

幻の白ぶどう100%！しっかりとしたコク、  
微かな甘みを感じさせるもののドライな果実味飲み心地抜群です。

### 島の風が届きました！

Su'entu Su'buri      ス・ブリ      6,900 (7,590)

土着品種：Vermentino

澄んだシルバー色、白い花のほのかな香りとフレッシュでフルーティで  
爽やかな果実の香りが漂います。ふくよかで心地よいミネラル感。

### シーフードと相性良し

Janna e Mare Spumante Brut      ヤンナエマーレトルバート・スパマンテブリュット      7,900 (8,690)

土着品種：Torbato

サルデーニャ北西部アルゲーロ、トルバート100%使用し、シャルマ方式にて醸造。  
非常に爽やかでキレのある酸味にほんのりと塩味も感じられ、魚介料理に合わせたい辛口な1本。

### 有名ワイナリー オススメ！

Argiolas Tagliamare Spumante Brut      タリアマーレ・ブリュット      8,900 (9,790)

土着品種：Nuragus

柑橘系の果実に地中海のハーブが混ざり合ったエレガントな香り。  
シャープながらも綺麗で丸みを帯びた酸味が素晴らしく食欲を誘います。

Spumante Speciale      本日のスペシャルスパークリングワイン      ask～

品種：スタッフにお尋ねください

イタリアを代表する高品質なスパークリングワインやシャンパーニュスタイルのハイグレードなものもご用意しております。

※20歳未満のお客様の飲酒は固くお断りさせていただきます。※

※ またお車でお越しのお客様にはアルコール類のご提供は致しかねますのでご了承ください。※

# I Vini Bianchi

長寿の島の白ワイン

Sella&Mosca I piani Bianco イピアーニ・ビアンコ 4,800 (5,280)

サルデーニャ州の地ぶどうのブレンド しっかりしたミネラル感があり、前菜やシーフードとの相性が良し



女性人気

Argiolas Selegas セレガス 5,800 (6,380)

土着品種：Nuragus di Cagliari

フルーティーで香り高い。豊かな果実味の味わいとスッキリとした酸とミネラル  
ヌラグス特有の心地良い苦味重なり、ドライながらもコクのあるリッチな味わい



有名ワイナリー イチオシ！

Argiolas Costamolino コスタモリーノ 6,800 (7,480)

土着品種：Vermentino di Sardegna

フルーティーな果実のアロマ、涼しげなミネラル感が綺麗に寄り添います。  
フレッシュかつドライな味わい。  
当店名物料理『新鮮貝類のフレーグラ』と相性いいです。



カラスミと相性良し

Janna e Mare Vermentino di Gallura ヤンナ・ディ・マーレ 7,800 (8,580)

土着品種：Vermentino di Gallura

華やかな香りと厚みのある果実味、上質な酸。一度飲んだら忘れられない鮮烈な個性を感じられます。  
二枚貝をはじめとした魚介全般、豚肉などと一緒どうぞ！



至福のひとつ

Argiolas IS ARGIOLAS イス・アルジオラス 8,200 (9,020)

土着品種：Vermentino

柑橘系のフルーティーな香り。葡萄の旨みを感じさせる芳醇な味わいは、柔らかく繊細。  
長い余韻をお楽しみいただけます。品種特有のビターアーモンドの後味  
鮮魚のアクアパッツァ、ハーブオープン焼きなどとオススメです。



規格外のクオリティ

Contini Tyrso ティルソス 8,800 (9,680)

土着品種：Vermentino

フルーティーでフローラルな香り。しっかりとした口当たりで舌触り滑らか。  
サルデーニャ島の奥様方に大人気の白ワイン  
セモリナ粉で揚げた魚介類のフリットやサルデーニャ産のカラスミと合わせて楽しむのが現地の定番！！



現地の方オススメの1本！

Tenute Perdarubia LANURA ペルダルビア・ラヌラ 9,900 (10,890)

品種：Vermentino

ヴェルメンティーノ特有の潮風を感じる香り。フレッシュ感もあり落ち着いた酸味が  
密度ある果実味と相まって旨味を引き立たせます。

TENUTE PERDA RUBIA

※20歳未満のお客様の飲酒は固くお断りさせていただきます。※

※ またお車でのお越しのお客様にはアルコール類のご提供は致しかねますのでご了承ください。※

# I Vini Rossi

## 長寿の島の赤ワイン

Sella&Mosca I piani Rosso イピアーニ・ロッソ 4,900 (5,390)

サルデーニャ州の地ぶどうのブレンド 優しく軽やかな味わいで、  
ローストした赤身肉や、チーズともよく合います



情熱的

Argiolas Perdera ペルデーラ 5,900 (6,490)

土着品種：Monica

ベリーの柔らかい果実味。シルキーな口当たりのタンニン（渋み）と爽やかな酸味。  
ローストした赤海老やマグロのトリッパと相性良し！



活気に満ちたスパイシーな旨味！

Argiolas Costera コステーラ 6,900 (7,590)

品種：Cannonau

新鮮な赤い果実の香りとフレッシュで風味豊かな味わい。  
酸味もあり、柔らかく心地よいタンニンで非常に飲みやすい赤ワイン  
ペコリーノチーズと相性いいです。



羊と相性良し

Janna e Mare Monica ヤンナ・エ・マーレ モニカ 7,200 (7,920)

土着品種：Monica

マリーゴールドのような華やかさ。クミンやジュネプロ、ナツメグを連想させるスパイス香  
土着品種特有の豊かな果実味が口いっぱい広がり  
しなやかなタンニンと調和のとれた酸が心地よく余韻へと導いてくれます。



食欲をそそる飲み口

Su'entu Su'nicu ス・ニコ 8,600 (9,460)

土着品種：Bovale

野生のブラックベリーやチェリーの心地よい香り。フレッシュなハーブや植物の余韻。  
骨格を感じる優美な味わい。赤身の肉料理と一緒に！！



ワイナリー最高評価

Tenute Perdarubia NANIHA ナニア 9,900 (10,890)

土着品種：Cannonau

レッドチェリーの豊かな果実香に上品なスパイスとミネラルが綺麗に溶け合う優美なアロマを感じられます。  
滑らかな舌触り、パワフルかつこの上なく洗練された飲み心地です。

TENUTE PERDA RUBIA

深みのある大人な味わい

Primu (Vigne Tre Elle) プリム 10,900 (11,990)

品種：Carignano

非常に濃いルビーレッド。バニラや黒胡椒のスパイシーな香り。  
しっかりとしたタンニンと心地よい酸味。果実味豊かで官能的。



※20歳未満のお客様の飲酒は固くお断りさせていただきます。※

※ またお車でのお越しのお客様にはアルコール類のご提供は致しかねますのでご了承ください。※