

■取材・文 女視プロメンバー ■監修 筑波学院大学・高嶋 啓、秋廣 誠、堀 聖司、大妻女子大学・中川 麻子  
\* 女視プロとは・・・一般財団法人つくば都市交通センターの女性職員で構成する特別プロジェクトチーム。「女性目線」でつくばのまちづくり、駐車場の改善などに取り組んでいます。

女視プロメンバーお気に入り  
つくば  
びるめ



★パスタセット 1,480円(税込)  
モッツアレラソースとナスのトマトソースのパスタ、前菜3種、  
自家製フォカッチャ、ドリンクのセット

★本日のデザート 200円(税込)  
ヨーグルトムース ~赤ジソのスープと青梅のジャム~

# La Tavernetta MURAKAMI (ラ タベルネッタ ムラカミ)

つくば市吾妻

つくば市吾妻に2019年5月にオープンした「ラ タベルネッタ ムラカミ」は、都内とつくばで10年の経験を積んだオーナーシェフが腕を振るウイタリアンレストラン。

その日に手に入れることのできた旬の野菜やフレッシュな食材を使ったシンプルで見ても鮮やかなイタリア料理と自然派ワインをカジュアルに楽しめるお店です。

イタリアの街を彷彿とさせる白が基調のおしゃれな構えの外観。店内はイタリアンカラーをベースにセンスの良さが光る空間で、カウンター席とテーブル席がすっきりセットされ、落ち着いた雰囲気です。

ランチメニューはパスタセットのみで、パスタは4種類から選べます。ともに前菜3種、自家製フォカッチャ、ドリンクが付いて1,480円。デザートはプラス200円で注文できます。(価格はすべて税込)

この日の前菜は、つくばの新鮮野菜にナスのカポナータやお豆、クスクスなど、見た目も鮮やかな一皿。

メインのパスタは、人気のラーメン製麺所「浅草開花楼」が開発の生パスタ「低加水パスタフレスカ」を使っており、もちもちとした弾力ある食感… パスタとして新鮮な感覚、チーズとトマトソースとのからみも良く… とても美味しくいただきました。

本日のデザートは、ヨーグルトムース～赤じそのスープと青梅のジャム～。香りの良い赤じそと甘酸っぱい青梅、そしてプルプルトロトロのムースの相性が抜群の一品でした。

ディナータイムにも… シェフのこころ♡が込められた… 地元野菜やお肉、お魚など新鮮素材をふんだんに活かしたイタリアン料理を、自然派ワインの“ヴァンナチュール”と合わせて楽しめます。

ご家族、ご友人、女子会など、ゆったりと寛ぎのひとときをお過ごしください。

- アクセス つくば市吾妻3-12-1
- 営業時間 ランチ 11:30～14:30(LO 14:00)  
ディナー 17:30～22:00(LO 21:30)
- 定休日 月曜日
- お問い合わせ 029-828-4977



自然派ワインが  
テーブルに映える！



ブライタチーズと  
フレッシュトマトのカプレーゼ



平目のカルパッチョ  
～生のりのソースと  
トマトのジュレ添え～



カモのロースト  
～焦がしバターソース～



イタリアンテイスト



夜の外観です☆