

1. [イエネガ](#) (渋谷・多国籍 西アフリカ料理)
2. [アフリカ大陸](#) (吉祥寺・ナイジェリア料理)
3. [カラバッシュ](#) (浜松町・多国籍料理)
4. [トライブス](#) (四谷・多国籍料理)
5. [クィーン・シーバ](#) (中目黒・エチオピア料理)
6. [エソギエ](#) (新宿・ナイジェリア料理)
7. [テランガ](#) (恵比寿・セネガル料理)
8. [ディアフリク](#) (自由が丘・エチオピア料理)
9. [ロス・バルバドス](#) (渋谷・多国籍料理)
10. [サバンナ](#) (経堂・ケニア料理)
11. [SAFARI AFRICAN RESTAURANT BAR](#) (赤坂・アフリカ料理 エチオピア/西アフリカ)
12. [Blue Baobab Africa](#) (赤羽橋・セネガル料理)
13. [モロッコ タジンや](#) (飯田橋・モロッコ料理)
14. [バオバブ \(BAOBAB\)](#) (北千住・アフリカ料理)
15. [アフリカンホームタッチ](#) (六本木・アフリカ料理)
16. [エコ ロロニョン \(EKO lolonyon\)](#) (赤坂・トーゴ料理&フランス料理)
17. [アフリカー](#) (足立区 西新井大師・南アフリカワイン)
18. [マシューコウズ・バッファローカフェ](#) (五反田・ケニア料理)
19. [タムタム](#) (西荻窪・モロッコ料理)
20. [アメリエケイ](#) (目黒・南アフリカ料理)

1. イエネガ (渋谷・多国籍/西アフリカ)

渋谷から4分のところにある立地最強なアフリカ料理店。お店でアフリカ音楽のライブがあったりとアフリカ色満載のお店。西アフリカの料理を中心にアフリカ以外の料理も食べられる多国籍料理屋さんです！店内も広くパーティー等も可能です！

【住所】東京都渋谷区渋谷1丁目10-2 志水ビル 1F

【営業時間】11:30~16:00 / 18:00~24:30

【定休日】不定休 (来店前にご連絡ください)

【予算】○ランチタイム ~¥999

○ディナータイム ¥3,000~¥3,999

【電話番号】090-8507-878

【アクセス】渋谷駅 徒歩4分

ランチ営業、夜10時以降入店可、日曜営業

食ベログ→<https://tabelog.com/tokyo/A1303/A130301/13162279/>
<http://yinega.wixsite.com/yinega>

2. アフリカ大陸 (吉祥寺・ナイジェリア)

店長さん「ミホさん」のお言葉。「アフリカを愛しています。ちっちゃいお店ですが、アフリカを感じてね！」

店内でアフリカ音楽のライブなんかもあつたりします！

地下のお店で、地上からの階段を降りると雰囲気満点です！

【住所】東京都武蔵野市吉祥寺南町 2-13-4 オフィスワン B103

【営業時間】

土、日、祭日 15:00～00:00

火、水、金、17:00～00:00 (L.O.23:00)

【定休日】月曜・木曜

【予算】¥2,000～¥2,999

【電話番号】0422-49-7302

【アクセス】

- JR「浜松町」南口 S5 階段金杉橋方向出口 (S5 階段) より徒歩 90 秒
- 都営浅草線&大江戸線「大門」駅 B2 出口より徒歩 4 分
- 都営三田線「芝公園」A3 出口より徒歩 6 分

コーヒー、ビール、アフリカ料理、いつでもご注文承ります！！

E-mail yashizake.net@gmail.com

食ベログ→<https://tabelog.com/tokyo/A1320/A132001/13025957/>
<http://yashizake.net/>

3. カラバッシュ (浜松町・多国籍)

東京でアフリカ料理と言ったらここ。アフリカから集まった料理人たちが本場の本物の味を提供している。毎週金曜日はアフリカ楽器のショーもやっている。コースは2500円から。浜松町なので、外国人の方もよく来てます。

【住所】東京都港区浜松町 2-10-1 浜松町ビル B 1 F

【営業時間】

○ランチタイム

火～土…11:30～14:00 (1613:30)

○ディナータイム

月～土…17:30～23:00 (1622:00)

【定休日】日曜・祝日

【予算】○ランチタイム ～¥999

○ディナータイム ¥3,000～¥3,999

【電話番号】03-3433-0884

【アクセス】JR 浜松町駅 南口 徒歩 1 分／都営地下鉄大門駅 B2 出口 徒歩 4 分

食ベログ→<https://tabelog.com/tokyo/A1314/A131401/13021839/>

<http://www.calabash.co.jp/>

4. トライブス (四谷・多国籍料理)

落ち着いた店内にアフリカのものが数多く飾られているそう。

アフリカビールやワインも取り扱っており、ワニやラクダなどのアフリカ料理とともに楽しみたい。

【住所】東京都新宿区荒木町 7-14 AXAS 四谷三丁目 1F

【営業時間】17:00～24:00

【定休日】日曜日

【予算】¥2,000～¥2,999

【電話番号】070-5366-0092

【アクセス】

東京メトロ丸ノ内線 四谷三丁目駅 徒歩 3 分

都営地下鉄新宿線 曙橋駅 徒歩 5 分

食ベログ→<https://tabelog.com/tokyo/A1309/A130903/13158352/>

<http://www.tribes.jp/index.php>

5. クィーン・シーバ (中目黒・エチオピア料理)

元祖エチオピア料理屋さん。本格的なエチオピア料理が楽しめる。こだわりのアフリカンミュージックとライブ映像が流れ、ときには店内で生演奏を楽しむこともできるそう。

コースは 2750 円から。

エチオピア料理といえば、「ぬれ雑巾の味がする」でお馴染み、「インジェラ」も食べられる！

※インジェラはクセのある味ですが、たまに好きな人もいます。

物は試し、一度試してみては？

【住所】東京都目黒区東山 1-3-1 ネオアージュ中目黒 B 1 F

【営業時間】 17:00～23:00

【定休日】 無

【予算】 ○ランチタイム ～¥999

○ディナータイム ¥3,000～¥3,999

【電話番号】 03-3794-1801

【アクセス】 東急東横線中目黒駅 徒歩 6 分

食べログ→<https://tabelog.com/tokyo/A1317/A131701/13003457/>

<http://queensheba.info/>

6. エソギエ (新宿・ナイジェリア料理)

アフリカ料理&バーのエソギエ。ファンキーでソウルフルなかつこよさがある店内。店内はアフリカ音楽が流れており、まるでアフリカのバーのよう。

【住所】東京都新宿区新宿 3-11-2 村木ビル 3F

【営業時間】

○火～木・日・祝

18:00～24:00

○金・土

18:00～翌 4:00

【定休日】 月曜日 (祝日前の場合は営業、翌火曜日休み)

【予算】 ¥3,000～¥3,999

【電話番号】 03-3353-3334

【アクセス】

・東京メトロ丸ノ内線・副都心線、都営地下鉄新宿線 新宿三丁目駅 徒歩 2 分

・JR 中央線、東京メトロ丸ノ内線 新宿駅 徒歩 6 分

食べログ→<https://tabelog.com/tokyo/A1304/A130401/13042544/>

<http://www.esogie.com/>

7. テランガ (恵比寿・セネガル料理)

恵比寿にあるオシャレなダイニングバー。メインは様々なお酒だが、セネガル料理も数品ある。おすすめはセネガルドリンク。

【住所】東京都渋谷区恵比寿西 1-8-10 高橋ビル 3F

【営業時間】 月～土 18:00～2:00

【定休日】 日曜日

【予算】 ¥4,000～¥4,999

【電話番号】 03-3461-7475

【アクセス】 JR 恵比寿駅 西口 徒歩1分

食べログ→<https://tabelog.com/tokyo/A1303/A130302/13093534/>
<https://ameblo.jp/ebisu-teranga/>

8. ディアフリク (自由が丘・エチオピア料理)

レストランでありながらダーツバーでもあるお店。店員さんが陽気で話しやすいと評判。

【住所】 東京都世田谷区奥沢 6-33-14 もみの木ビル 2F

【営業時間】

○月～土

18:00～翌 5:00

【定休日】 日曜日

【予算】 ¥4,000～¥4,999

【電話番号】 03-6432-1914

【アクセス】 東急東横線/大井町線自由が丘駅より徒歩3～4分

食べログ→<https://tabelog.com/tokyo/A1317/A131703/13143617/dtlmenu/>
<http://de-afrique-jiyugaoka.com/>

9. ロス・バルバドス (渋谷・多国籍料理)

パリの移民街をイメージして作られた店内でアラブ・アフリカ料理、ラムやワインが楽しめる。店内はコンゴの音楽が流れており、まさに熱帯音楽酒場。

【住所】 東京都渋谷区宇田川町 41-26 パピエビル104

【営業時間】 月～土 12:00～15:00/18:00～23:00

【定休日】 日曜日

【予算】 ○ランチタイム ～¥999

○ディナータイム ¥3,000～¥3,999

【電話番号】 03-3496-7157

【アクセス】 JR 渋谷駅徒歩8分

食べログ→<https://tabelog.com/tokyo/A1303/A130301/13111493/>
<http://www7b.biglobe.ne.jp/~los-barbados/>

10. サバンナ (経堂・ケニア料理)

ケニア料理専門店！底抜けに明るいケニア人ママ「ルリさん」との会話も楽しめる！ルリさんと話しにお店に行く人もたくさんいるんだとか！

店内にはスワヒリ語のあいさつなどが貼ってあり、わからなくても話せます！

【住所】東京都 世田谷区 経堂 1-19-7 セントラル経堂 B1F

【営業時間】火～土 12:00～16:00/17:00～23:00

【定休日】日曜・月曜

【予算】○ランチタイム ¥1,000～¥1,999

○ディナータイム ¥3,000～¥3,999

【電話番号】03-3428-4040

【アクセス】経堂駅から徒歩1分

食ベログ→<https://tabelog.com/tokyo/A1318/A131813/13143423/>

※まだ未確認なのですが、google によると閉店と書いていますので、もしかすると閉店しているかもしれないです。

11. SAFARI AFRICAN RESTAURANT BAR (赤坂・アフリカ料理 エチオピア/西アフリカ)

日本で一番最初にできたアフリカ料理の人気店「ローズ・ド・サハラ」その味を伝え残したいという思いで、同店出身のエチオピア人ワンダサンとヨナス二人の故郷エチオピアの名物料理・ドロワットなどのほか、サモサや西アフリカのジョロフライスなどアフリカ各地の料理を味わえるレストランバー SAFARI のアフリカ料理は、たっぷり野菜と油をひかえたヘルシーメニュー。お料理と共にアフリカの文化や面白い習慣等もご紹介。アフリカの心温まるお料理を堪能できる！

【住所】東京都港区赤坂 3-13-1 ベルズ赤坂 2F

【営業時間】

○ランチタイム 月～金 11:30～14:00

○ディナータイム 月～土 17:00～23:00 (L.O.22:30)

【定休日】日曜日・祝日

※土曜日のランチ、日曜 祝日は 10 名様以上のご予約で営業致します。詳しくはご連絡下さい。

【予算】○ランチタイム～¥999

○ディナータイム ¥4,000～¥4,999

【電話番号】050-3374-3775

お問合わせの際はぐるなびを見たというスムーズです。

【アクセス】・地下鉄千代田線 赤坂駅 1番出口 徒歩2分

・地下鉄銀座線 赤坂見附駅 徒歩5分

食ベログ→<https://tabelog.com/tokyo/A1308/A130801/13050257/>

<https://r.gnavi.co.jp/bk1hk5bn0000/>

12. Blue Baobab Africa (赤羽橋・セネガル料理)

カフェであり、バーであり、アフリカンなギャラリーでもあり、本が読める図書室でもあり。人が集まり、つながりが生まれる場所。

店内で定期的にセミナーやイベントも開催されています！

【住所】港区麻布台2-2-12 三貴ビル2F

【営業時間】火～日 12:00～23:00

【定休日】月曜

※ 火曜日曜は祭日でも営業しています。月曜祭日の場合はお休みです。

【予算】○ランチタイム ¥1,000～¥1,999

○ディナータイム ¥2,000～¥2,999

【電話番号】03-6884-3100

【アクセス】日比谷線神谷町駅と大江戸線赤羽橋駅。どちらからも徒歩6分程度です。

六本木駅からも徒歩15分。乗換が面倒なときには六本木からでも。

食ベログ→<https://tabelog.com/tokyo/A1314/A131401/13186547/>

<http://tomosu-lab.com/>

Facebook→<https://www.facebook.com/cafebarbluebaobab/>

13. モロッコ タジンや (飯田橋・モロッコ料理)

エキゾチックな雰囲気の中で、「タジン」や「クスクス」など、本場モロッコの伝統的なメニューやベルベルミュージックを楽しむ店。

【住所】東京都千代田区富士見2-4-13NOAAビル2F

【営業時間】

○ランチタイム 11:30～15:00

- ハッピーアワータイム 17:00～19:00
- ディナータイム 17:00～24:00 (L.O/23:30)

【定休日】日曜

- 【予算】○ランチタイム ¥1,000～¥1,999
○ディナータイム ¥3,000～¥3,999

【電話番号】03-6272-3779

【アクセス】JR 飯田橋駅、東京メトロ東西線飯田橋駅から徒歩3分
食ベログ→<https://tabelog.com/tokyo/A1309/A130905/13114686/>
<http://www.morocco-tajinya.com/>

14. バオバブ (BAOBAB) (北千住・アフリカ料理)

アフリカ料理を少し日本風アレンジした料理もあります！

アフリカ料理初心者の方もまずはここからアフリカデビューしてみても？

外装もおしゃれな雰囲気です！

【住所】東京都足立区千住 1-22-7

【営業時間】

○ランチタイム

月～金 11:30～14:00

○ディナータイム 月・水・木 17:30～24:00 (L.O.23:00)

金・土・日 17:30～26:00 (L.O.25:00)

※アフリカ料理はディナータイムのみ

【定休日】火曜日※ランチは営業

【予算】¥4,000～¥4,999

【電話番号】03-3870-1165

【アクセス】地下鉄 北千住駅 西口 徒歩5分

つくばエクスプレス 北千住駅 徒歩5分

食ベログ→<https://tabelog.com/tokyo/A1324/A132402/13036365/>

15. アフリカンホームタッチ (六本木・アフリカ料理)

アフリカ人コックが作ってくれる本格的な本場のアフリカの料理を楽しめます。

『アフリカンホームタッチ レストラン & バー』では、スパイシーでエスニックな本場のアフリカ料理を楽しめます。

アフリカから直輸入のビール等をたくさん取り揃えております。

【住所】 東京都港区六本木 3-15-22 陽光セントラル六本木ビル 3F

【営業時間】 18:00-6:00

【定休日】 年中無休

【予算】 ¥3,000～¥3,999

【電話番号】 03-6447-0116

【アクセス】 JR 飯田橋駅、東京メトロ東西線飯田橋駅から徒歩 3 分

食ベログ→<https://tabelog.com/tokyo/A1307/A130701/13172713/>

<http://africanhometouch.com/#>

16. エコ ロロニョン (EKO lolonyon) (赤坂・トーゴ料理&フランス料理)

トーゴ料理がメインのお店。トーゴ料理が食べられるのは日本で唯一ここだけ！

【住所】 東京都港区赤坂 2-17-72 イーデンビル 2F

【営業時間】 月～金 11:00～15:00/18:00～23:00

土・祝 11:30～17:00/18:00～23:00

【定休日】 日曜日

【予算】 ¥6,000～¥7,999

【電話番号】 050-5592-9195

【アクセス】 東京メトロ千代田線「赤坂駅」5a 出口より徒歩 2～3 分

食ベログ→<https://tabelog.com/tokyo/A1308/A130801/13137553/>

<https://ekololonyon.com/>

17. アフリカー (AFRICAN LIQUOR SHOP) (足立区 西新井大師西・南アフリカワイン)

ワイン好き・アフリカ好きの夫婦が営むワイン専門店。

南アフリカワインの品ぞろえは日本最大級！通販が中心だが実店舗もオープン！

足立区にあるお店は居心地の良さが自慢！山小屋みたいといわれたりも…笑

昼間は Cafe、夜は Bar のアフリカ愛にあふれたワイン専門店にぜひ一度お越しを！

【住所】 東京都 足立区 2-3-1 セレニティ西新井 105

【電話番号】 090-2914-4588 (店長直通)

【アクセス】 日暮里舎人ライナー西新井大師西駅から徒歩 3 分

<https://af-liquor.com/>

18. マシューコウズ・バッファローカフェ (五反田・ケニア料理)

ケニアのカンバ族の方が店主で、カンバ族の家庭料理が中心です！
カンバ族の家庭料理、、、気になりますね！

【住所】東京都品川区西五反田 2-30-10 1F

【営業時間】火～土 11:30～22:00 (L.O.21:00)

【定休日】月曜日・日祝日

【予算】3,000 円 (通常平均) 3,500 円 (宴会平均) 1,000 円 (ランチ平均)

【電話番号】050-3466-6828

【アクセス】都営浅草線 五反田駅 A1 番出口 徒歩 5 分

東急池上線 大崎広小路駅 徒歩 6 分

食べログ→<https://tabelog.com/tokyo/A1316/A131603/13189734/>

19. タムタム (西荻窪・モロッコ料理)

孤独のグルメでも紹介されたモロッコ料理店。モロッコ料理といえばの、クスクスもミントティーをしっかりと楽しめます！

【住所】東京都杉並区松庵 3-18-15

【営業時間】〈火曜(第一・第三を除く)～日曜〉17:00～23:00 (L.O.22:15)

【定休日】月曜日、第一・第三火曜日

【予算】ランチタイム ¥2,000～¥2,999

ディナータイム ¥6,000～¥7,999

【電話番号】03-6320-9937

【アクセス】JR 中央線 西荻窪駅 徒歩 10 分

食べログ→<https://tabelog.com/tokyo/A1319/A131907/13130593/>

20. アメリエケイ (目黒・南アフリカ料理)

アフリカや中東への渡航経験の多い夫婦が現地の料理を日本人向けにアレンジして作ってくれています！この店のオススメは南アフリカの家庭料理「ボボディ」。これは日本でいうところのミートローフ。

南アフリカのミートローフ「ボボディ」をぜひ一度ご堪能あれ！

【住所】 東京都目黒区三田 2-5-11 吉田ビル 2F

【営業時間】 13:00～22:00 ランチ 13:00～16:00

【定休日】 月曜日

【予算】 ¥1,000～¥1,999

【電話番号】 03-3712-1870

【アクセス】 JR山手線【目黒駅】徒歩9分

食べログ→<https://tabelog.com/tokyo/A1303/A130302/13159325/>