

上 方 百 撰

～大阪絶品グルメ～

Osaka Lunch & Dinner Select Information

ル・レストラン・ドウ・ヨシモト（仏）～野菜たっぷり！甘カレイと新じゃがのヴァプール

Lunch



メニューA in ランチ

ル・レストラン
**LE RESTAURANT
DE YOSHIMOTO**
ドウ・ヨシモト

“天満の天神さん”として深く親しまれている大阪天満宮近くに深緑のオーニングとてんとう虫の看板が目印のフランス料理店ル・レストラン・ドウ・ヨシモトはある。

ランチは、10食限定のビジネスランチ（1800）の他、A・B・Cと合計4種類。目当てにしていたビジネスランチは残念ながら“売り切れ”、1360円のAランチを頼むことにする。

この日のAランチは、魚：“淡路島より甘カレイと新じゃがのヴァプール～オマール海老ソース”肉：“播州鶏もも肉の赤ワインヴィネガー風味”のいずれかで、“魚”をチョイス。

暑さの厳しくなった時期のお楽しみ“カリフラワーの冷製ポタージュ”は、サフランパウダーとパセリの彩りも鮮やかに、コクがありながら後味ススキリの絶妙な味わい。また、小麦の深い味わいが楽しめる“自家製天然酵母パン”は、熱々の焼き立てで供され、外側バリッと中はモチモチで、ヒンヤリ冷製ポタージュとの相性も抜群。

そしていよいよのメインディッシュは、涼しげな四角い浅底のガラス皿に盛り付けられ、じゃがいも・レンコン・ニンジン・ブロッコリー・ミニトマト・ナス・ソラマメといった盛りだくさんの野菜に主役の甘カレイという彩りも豊かな食材に、さらに鮮やかなオレンジのオマール海老のソースがかかる。

野菜本来の美味しさを十二分に味わわせてくれたたっぷり野菜だが、中でも新じゃがはホクツとしていて甘みがあり、蒸すことで旨みの増した甘カレイとコクのあるオマール海老のソースとも好相性。

また、単なる彩りかと思われた本当に小さいミニトマトは、実に甘くフルーティー。小粒なれどしっかりと主張するその美味しさは、シェフの一寸たりとも妥協を許さぬ気概を感じた。

ル・レストラン・ドゥ・ヨシモト（仏）～夏限定！絶品デザート☆白桃の丸ごと白ワインコンポート～

Lunch



白桃の丸ごと
白ワイン
コンポート
in
ル・レストラン
LE RESTAURANT
DE YOSHIMOTO
ドゥ・ヨシモト

白桃の丸ごと白ワインコンポート 650円

大阪天満宮の表門を出て左へ進み2つ目の十字路、蕎麦屋の向かいに深緑のオーニング・てんとう虫の看板が目につくフレンチレストランのル・レストラン・ドゥ・ヨシモトはある。

ランチは、10食限定のビジネスランチ（800）の他、A・B・Cと合計4種類。滋味溢れる手作り天然酵母パン、絶妙の塩加減・火加減で野菜本来の味を引き出したポタージュスープと付け合せ、多彩なアレンジの肉・魚料理といった上質なフレンチが楽しめる。

そんなお値打ちランチを提供するヨシモトのもう1つの楽しみが、追加料金で供されるデザートだ。この日のデザートは、“クレームダンジュとキウイのコンフィチュール マンゴーソルベ”（500）と“白桃の丸ごと白ワインコンポート”（650）の2種類。今回は、“人気No. 1デザート”と銘打ってある“白桃の丸ごと白ワインコンポート”をチョイス。

ツルンと剥かれ、白ワインで煮込まれた白桃は淡いピンクを帯び、あしらわれたミントの小さい双葉との彩りは正にファンタジーの世界。ナイフを入れるのも躊躇われる白桃は程好い加減で冷やされ、フォークで口に含むと果実そのものの美味しさを白ワインのシロップがそっとフォローする繊細な味わい。

8月中旬位まで提供されるという“白桃の丸ごと白ワインコンポート”、電話予約で真っ先に「白桃ありますか？」と聞く気持ちも頷ける夏限定の絶品デザートだ。

Lunch

上撰
方百



海老と水茄子フルーツマトのパスタ

海老と水茄子
フルーツマトの
in パスタ
ALBALONGA
アルバロンガ

大丸・パルコ・東急ハンズ・ファッションビルがひしめき合う大阪ミナミのショッピングエリア心斎橋は鰻谷にイタリアンレストランのアルバロンガはある。場所柄お洒落な女性で賑わうお昼のランチは、A(1000)・B(2000)・C(4000)3種のランチを用意。この日のAランチのパスタは、“海老と水茄子フルーツマトのパスタ”又は“アスパラガスとベーコンのスパゲッティカルボナーラ”のいずれか。

今回セレクトした前者に使われている水茄子は、大阪泉州地区のみで栽培されている普通のナスよりも丸みを帯び、その名の通り水気が多く灰汁の少ない地域限定品種。火を通す事でトロリとした食感でクセの無い水茄子と甘み十分の海老が、酸味と甘みのバランスが程良いフレッシュフルーツマトのソースと好相性、弾けるアルデンテのパスタと三つ巴の美味しさ。

前菜の盛り合せ・バゲット・パスタ・デザート又はコーヒーで¥1,000の極上お値打ちランチ、ミナミに来た際には訪問必至の名店だ。

Lunch



季節のフルーツ
&
バニラのジェラート
in
ALBALONGA
アルバロンガ

大手デパートやファッションビルの立ち並ぶ心齋橋鰻谷にあるイタリアンのアルバロンガ。お昼は、A(1000)・B(2000)・C(4000)3種のランチを提供し、お酒落でグルメな女性で賑わっている。

ここアルバロンガのお値打ちランチ、パスタや料理もさることながら、もう1つの楽しみが食後のデザート。この日のデザートは、“季節のフルーツとバニラのジェラート”。

シュガーパウダーがあしらわれた見た目も涼やかなガラス製の深底皿に盛り付けられたのは、今話題のレイニエチェリー・キウイ・マンゴーのコンポートとバニラビーンズたっぷりのジェラート。程好い甘さのフルーツのコンポートとジェラートのアンサンブルは、暑い夏にピッタリの美味しさ。こんな極上スイーツが、¥1000のAランチから楽しめるのはありがたい。

Lunch



和牛ハートの
ソテー
赤ワインソース
in
キッチン
First Color
ファーストカラー

割烹店の大将に近くに美味しいレストランがあると聞いて訪れたのが繁昌亭すぐそばのキッチン**First Color**だ。ランチは3種で、炭水化物ランチ（850円）・日替わりランチ（1,000円）・時間のある方ランチ（1,800円）。

この日は日替わりランチの“和牛ハートのソテー赤ワインソース”をセレクト。まず最初に供された酸味の利いたパプリカのピクルス・ささみのカルパッチョ・塩コショウされた鶏肉の前菜3種はそれぞれ丁寧な仕事が窺える。

メインディッシュの塩・こしょうと赤ワインソースでソテーされた和牛ハートはモツならではの弾力のある食感と滋味溢れる味わい。ハートと一緒にソテーされたシャキシャキとした歯ごたえのキノコとねっとりとした里芋のピューレ、もちもちしたイカ墨のパンも美味しい。

通りから少し奥まわっていて分かりづらいが、イタリアとフランスのリバーシブルという洒落の効いた国旗を目印に見付けてみよう。

Lunch



エビス鯛のポワレ
～スルメイカのセート風～

in
Dans le Ciel

ダン・ル・シエル

エビス鯛のポワレ（ランチ） 850円

テレビ大阪・日本経済新聞社のビルを右手に見ながら橋を渡り土佐堀通を暫く行くと左手に座席数10席の小さなフレンチレストラン、ダン・ル・シエルはある。

このランチは850円で、スープ・パン又はライス・メインディッシュおまけにデザートまで付くサービス振り。この日のメインディッシュは、“和歌山産エビス鯛のポワレ～スルメイカのセート風～”又は“鶏もも肉のソテー～ブラックオリーブソース～”のどちらか。前回鶏を頂いた私は、今回はエビス鯛をセレクト。スルメイカのセート風というのは、イカ墨とワタを煮込んだ漁師風のソースと言った意味だそう。

皮はパリッと身はホロリと程よく焼かれたエビス鯛をイカの旨みが凝縮されたソースとジャガイモのピューレを絡めて頂けば、それは説明の要らない美味しさ。付け合せの“ラタトゥイユ”や鞆いんげんを挟んだ“キッシュ風玉子焼き”にも妥協は無い。食後に出されたパイナップルの自家製シャーベットは、程好い甘味と酸味で我々を更なる満足感で満たしてくれた。

Lunch



スモモ
のシャーベット
Sumomo-Sherbet
in
Dans le Ciel
ダン・ル・シエル

土佐堀通り沿いにある座席数僅か10席の可愛いフレンチレストラン、ダン・ル・シエル。このお値打ち850円ランチのデザートとして出してくれたのが、“スモモのシャーベット”。

スモモというと縁日で割り箸に刺されてミカン等と共に氷の上で水飴にからまった様子が思い浮かび、多少ジャンク的な果物のイメージが強い。しかし、ここのシャーベットを口にすればそれは衝撃と共に覆されてしまう。果物のままだと甘みも酸味も何となくぼやけた感じのスモモが、フィルターを通した後のように鮮烈に味覚を直撃する美味しさへと変貌する。シェフの一手間で大衆的な果物が、極上デザートに生まれ変わるのを実感するに違いない。

Lunch



黒酢の
オリジナル酢豚
Kurozu Original Subuta
in
旬菜軒みずの
Shunsaiken Mizuno

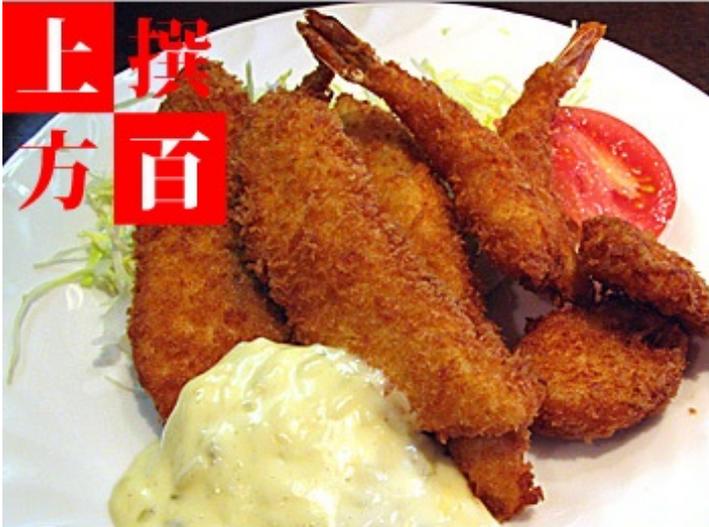
黒酢のオリジナル酢豚（ランチ） 900円

馴染みの割烹料理店の大将に教えてもらったのが、天満にある中華の旬彩軒みずのだ。白木の看板に竹の飾り格子という外観は和食屋さんにはしか見えないが、確かに看板には小さく“新感覚チャイニーズ”と書いてある。

この日のランチはエビと野菜のピリ辛炒め（800円）と黒酢のオリジナル酢豚（900円）の2種類。酢豚好きの私は迷わず酢豚のランチをセレクト。日本人に馴染みの深い中華と言えはチンジャオロースか酢豚かという程身近な料理であるが、意外と美味しい酢豚を食べさせてくれる店が少ないのも事実。

この店の酢豚は一般的な酢豚と違い衣はほとんどなく、表面をカリッと揚げた3×5cm大程の肉を黒酢の効いたコクのある甘酢で仕上げている。和食店で働いていた時に和食の材料で中華風のものを何か作れないかと言われて作ったのがきっかけというこの酢豚。開店以来一番人気のメニューというのも頷ける一品である。

Lunch



海の幸フライ
Umi no Sachi Fry

in

下町のビストロ

SOMEYA
ソメヤ

海の幸フライ 850円

「下町のビストロ SOMEYA」と書かれた丸くて赤いオーニングが可愛い洋食屋がある。大阪天満宮や繁昌亭から行くと、天神橋筋商店街を通過して国道1号線を渡り、一つ目の十字路を右にしばらく行くと角に赤いオーニングが見える。

昼時になると周辺のサラリーマンで店内は一杯。短いランチタイムに3回転以上はしている繁盛ぶり。そんなこの店の一番人気は、“海の幸フライ”、揚げたての海老・ホタテ・サーモン・白身魚はライスがススむ大満足の一皿だ。

Lunch

上 **撰**
方 **面**



ビジネスランチ
Business Lunch
in
ル・レストラン
LE RESTAURANT
DE YOSHIMOTO
ドウ・ヨシモト

ビジネスランチ 800円

大阪天満宮を表門から出て左へしばらく行った角にフレンチレストランのル・レストラン・ドウ・ヨシモトはある。ランチは10食限定のビジネスランチの他A・B・Cと合計4種類。中でもビジネスランチは、スープ+具たくさんサラダ+天然酵母を使った自家製パン+ドリンクで800円と実にお値打ち価格。

この日のビジネスランチのメインディッシュは、程よい風味のスモークサーモンとスモークポークのサラダ。具たくさんと銘打つだけあって新鮮で味の良い生野菜もたっぷり、ナスのオイル炒めも添えてあった。

フランス料理というとボリューム少なめで、味も「ん？」な所も多いが、ここヨシモトは味もボリュームも値段も◎なフレンチレストランである。

Lunch



もち豚ロース肉
のポワレ
in
Queue de Porc
クードポール

天満の寿司屋の大将にランチ1,000円で美味しいフレンチが食べられる店があると聞き訪ねたのが、京阪電車天満橋駅から徒歩約5分程のところにあるル・ビストロ クードポールだ。

この日の“本日のランチ”はホワイトアスパラガスのスープ・タコとじゃがいものスパゲティ・もち豚ロース肉のポワレ・パンというメニュー。もち豚のポワレは、粒マスタードとキャベツのソースの酸味と辛味がやわらかいもち豚の甘味をより一層引き立てる。

ランチにサラダ・飲み物（エスプレッソ・コーヒー・紅茶・ハーブティ）・デザートが各200円プラスで付けられる。

Lunch



冷たいかぼちゃの
ポターージュ
Chilled Pumpkin Soup
in
Dans le Ciel
ダン・ル・シエル

レストランや洋食店で夏を感じるメニューとして一番に思い浮かぶのが冷製ポターージュスープではないだろうか？しかし、この冷製ポターージュスープ、温かいスープに比べ味のごまかしが効かず、シェフの腕の差がはっきり出てしまう厄介なメニューでもある。

そんなある意味面倒で料理人にとってリスクの高い冷製ポターージュスープを格安ランチ（850円）で提供してくれたのが、土佐堀通沿いにあるフレンチレストランのダン・ル・シエル。シャーベットでも魅せてくれる素材本来の旨みを抽出する確かな腕前で、カボチャの自然な甘味と旨みを少量の粒胡椒と岩塩を加え味わわせてくれる。

他店でカボチャのポターージュを飲んで、これだったら和食の煮物の方が美味しいと思っている方にこそ是非味わって欲しいスープである。

Lunch



一人鍋 (にくだんご) 600円

一人鍋
Hitori-Nabe
in
中村屋
Nakamuraaya

西天満小学校近くに昼のみ営業の“一人鍋”の店中村屋がある。元は喫茶店&雑貨屋だったので平成に入って“一人鍋”の店にしたので、今でも看板には「憩いの喫茶とお菓子」とある。

20種類程の鍋メニューから注文すると個々に用意されたガスコンロに一人店を切盛りするお母さんが火をかけてくれる。各メニューにはご飯&うどん又はラーメンが付いて600～700円と実に良心的な価格。そんな懐に優しい野菜たっぷりの“一人鍋”とお母さんの人柄を目当てに昼休みに入った近隣のサラリーマンで店は賑わう。



日替りランチ
Higawari-Lunch
in
洋食スエヒロ
Youshoku-Suehiro

天神橋筋六丁目、UFJ銀行の道を挟んだ隣にレトロな佇まいの“洋食スエヒロ”がある。大阪全般に言えることだがこの界隈で、ランチ1,050円と言えは高い部類に入るのだが、この質とボリュームでこの価格はリーズナブルであろう。

小ぶりだがサクサクでプリッとした海老フライ、玉ねぎとソテーしたしょうが焼きも美味い。付け合せにポテトと一口パスタ、サラダの野菜も新鮮で、満足度は高い。周辺は関西テレビをはじめ会社も多く、サラリーマンで昼時は非常に混雑するので、出来れば時間をずらして入りたい。

。

トレ・ルマーケ（伊）～アレンジ多彩！本日のパスタセット～

Lunch

上撰
方面



本日のパスタセット（ランチ） 900円

本日の
パスタセット
Today's Pasta Set
in
タヴェルナデッレ
taverna delle
TRE LUMACHE
トレルマーケ

西天満公園近くの白石ビル1Fにイタリアンのトレ・ルマーケはある。この日のランチは、“柔らかく煮込んだ淡路のタコと野菜のトマトソース和えパスタ”にサラダ・パンの付いた“パスタセット”をセレクト。

あっさりとしたトマトソースに細かく刻んだタコの風味がふんわり移った本日のパスタ、山芋も入っておりツルツルとした食感も愉しくて美味しい。前菜の半熟玉子が添えられたサラダも新鮮で、フランスパンも芳ばしくて美味しい。お値打ちイタリアンランチ故、女性客はもちろん男性客の姿も多く見かける。

Lunch

上撰
方首



天然酵母パン

天然酵母パン
Natural Yeast Bread
in
ル・レストラン
LE RESTAURANT
DE YOSHIMOTO
ドウ・ヨシモト

私はお米が大好きなので、レストランに入っても大抵パンではなくライスを注文する。ここヨシモトはメニューにライスがなく、パンのみだった事もあり、店の前は何度も通っていたのだが実はこの足を踏んでいた。

しかし、ここのパンを食べてびっくり！ここに来たら何はさておきパンを食べねばならない。手に取るとアチチッの焼きたての天然酵母パンは、やや小ぶりだがずっしり重く、外はバリッ！中はモチモチで滋味豊かな深い味わい。お米好きが唸る旨さである。

Lunch

**上 撰
方 面**



カリフラワーの冷製ポタージュ

カリフラワーの
Chilled Cauliflower Soup
冷製ポタージュ
in
ル・レストラン
LE RESTAURANT
DE YOSHIMOTO
ドウ・ヨシモト

冷製ポタージュというのは夏場に洋食店に行くとよく出されるものだが、正直美味しいと思った事はなく、コレだったら温かいスープの方が良いんじゃないかと食す度に思っていた。

しかし、ここヨシモトの冷製ポタージュを飲んで価値観が一転、“冷製”って美味しい。塩加減といい、野菜の旨みたっぷりの程よく冷えた極上スープは、一口で幸せな気分にしてくれる。これがランチで味わえるとは有り難い。

Lunch



メニューA in ランチ

ル・レストラン
**LE RESTAURANT
DE YOSHIMOTO**
ドウ・ヨシモト

大阪天満宮正門をくぐって左へしばらく行った蕎麦屋の向かいにフレンチレストランのル・レストラン・ドウ・ヨシモトはある。今日は、メニューAの魚のランチ“淡路島のアイナメのポワレ～里芋のアラクレーム生ウニのソース～”をセレクト。メニューAは、メインの他にカリフラワーのポタージュスープ・天然酵母のほのかな酸味のある手作りパン・ドリンク（エスプレッソ・紅茶・アイスティーの3種より）が付いて1,360円。

皮はカリッ身はホロリと絶妙な火加減でソテーされたアイナメにねっとりとした里芋・甘味のある人参・じゃが芋の付け合せ、そして生ウニの旨みと香りが食欲をそそるクリームソース。丁寧な仕事が付随するそれぞれが引き立て合う美味しい一皿は、我々のランチタイムを素敵なひと時にしてくれる。

Lunch

上撰
方面



デジュネA（Aランチ） 1,260円

Dejeuner A in Le Pignon

デジュネA

ルピニヨン

大阪天満宮を表門から出て左へ100m程行った蕎麦屋の角を左へ入るとフランス料理店ル・ピニヨンはある。ランチはAとBの2コースで、この日のAランチはサーモンか鶏の2種類。今日はAランチの“サーモンのポワレ・焦しバターソース”をセレクト。

最初に出てきた淡路産さつま芋のポタージュを飲みながらながら自家製フォカッチャを食していると、カウンター越しのオープンキッチンから漂う焦しバターの香りがたまらない。待ちわびたメインディッシュは、きつね色のサーモンに付け合せのパプリカ・オクラ・ナス等で彩りも鮮やか。焦しバターソースをからめながらサーモンと野菜を頂いているといよいよ食欲が増してきてフォカッチャを追加。食後には美味しい紅茶も付いて大満足のランチである。

Lunch



パスタランチ
Pasta-Lunch
in
m i r a
ミラ

繁昌亭から天神橋筋商店街に入って真向かいの雑居ビル地下1Fにイタリアンのm i r aがある。この日は冬季限定の生パスタランチ、“広島産牡蠣と九条ネギのクリームソースタリアテッレ”を注文。ランチにはフォカッチャと自家製スープが付く。

幅広の生パスタに牡蠣の風味が移ったクリームソースと甘みのある九条ネギのコラボレーションはイタリアンでありながら和のテイスト。お値打ちランチ故、連日OL等女性中心に店内は賑わう。



カレーうどん
Curry-Udon
in
臯月庵
Satsuki-An

落語に縁のある生国魂神社や高津神社、各宗派のお寺が密集する谷町界限。地下鉄谷町線谷町九丁目駅から谷町筋を北に進み、谷町八丁目交差点を東へ入り、初めての信号を北に入るとカレーうどんで有名な臯月庵がある。

このカレーうどんは、大将が各種スパイスを粉碎・焙煎、調合から自らの手で行いカレー粉を一から作るというこだわり様。麺も図書館に通い300冊は読んだという研究に研究を重ねた強過ぎず程良いコシが楽しめる自家製中太麺。具材においても玉葱は甘みの強い淡路島産を使い、油揚げも200軒回ってやっと見付けたという豆腐屋自家製の京揚げを用いる。

そんな大将の熱い想いがたくさん詰まったカレーうどんは、実にスパイシーで香り高く、汁を飲み干しても胸焼けすることはない。人気店故にももちろん昼時は混雑を極めるが、閉店間際の空いてる時間に巡り会えれば、うどんの知識が豊富な大将とうどん談義に花を咲かせられるやもしれない。

釜たけうどん～豪快且つ繊細！ちく玉天ぶっかけ～



ちく玉天
Chiku Tama Tempura
ぶっかけうどん
Bukkake-Udon
in
釜たけうどん
Kamatake-Udon

なんばグランド花月横の“サウスロード千日前”に入って酒屋の角を右に曲がって暫く行くと左手に20人程の行列が出来ているそこが釜たけうどんだ。

ここが一番人気は何と言っても揚げたてアツアツの半熟卵天と井からはみ出す大きさのちくわ天が乗った“ちく玉天ぶっかけ”だ。艶やかでしっかりとしたコシの讃岐うどん・深くまろやかなダシ・大きいだけでない味の良いちくわ・絶妙の火加減の半熟卵、この四つの素材の共演に大満足の一杯だ。

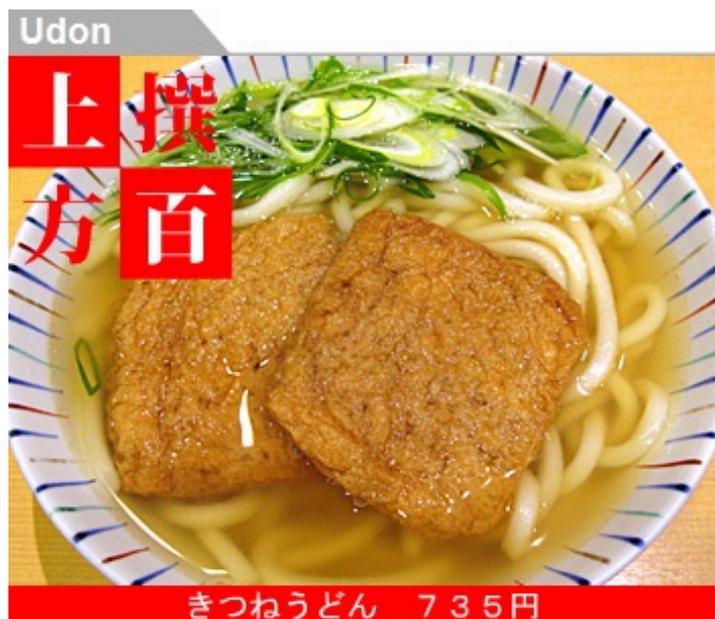


とりすき
Tori-Suki
in
篠田
Shinoda

親しみを込めて“天満の天神さん”と呼ばれている大阪天満宮付近は中小の企業が入る雑居ビルが多く立ち並び、お昼時ともなると周辺の飲食店は店頭で弁当を売ったり、行列をさばいたりと騒然とする。

定食や丼ものを提供するここ篠田もそんな店の一つだ。一番人気の“とりすき”は甘辛く炊かれた鶏・しらたき・焼き豆腐・ねぎ・麩が一人鍋で供され、生卵と小鉢も付き、炊きたてご飯がお替り自由。良心価格で働き盛り食べ盛りの若いサラリーマンのお腹を満たしている。

道頓堀今井～これぞ大阪の味！きつねうどん～



きつねうどん
Kitsune-Udon

in
道頓堀
今井
Doutonbori Imai

カニ・ふぐ・龍・タコ等の派手な看板の店が軒を連ね、観光客や修学旅行生で賑わう道頓堀界限に、純和風の店構えに宵待柳（よいまちやなぎ）というこの通りにはおよそ似つかわしくない上品な店がある。ここが“きつねうどん”で有名な道頓堀今井だ。

庶民的な店と比べれば決して安くはないが、上品で薄味の出汁と甘辛くふっくらと炊いた揚げ、やわらかめのうどんの三つ巴の味覚は他では味わえない至福。真っ当な大阪の味を守り抜く気概を感じる一杯だ。

皐月庵～暑い夏にはコレ！きざみおろしぶっかけうどん～



きざみおろし
ぶっかけうどん
in
皐月庵
Satsuki-An

谷町九丁目駅から谷町筋を北に進み、谷町八丁目交差点を右に曲がり信号のある交差点を左に曲がると少し奥まって皐月庵の看板が見える。

強過ぎず程良いコシの麺と主張し過ぎないあっさり目のダシ、噛むと味のある京揚げ、辛味のしっかりとある大根おろしのバランスの取れた一杯。

駅から徒歩12分程で場所も奥まっていて見つけづらくアクセスはあまり良いとは言えないが、1時を過ぎても空いた席がポツポツ埋まっていくところからもリピーターの根強い人気を窺える。

かい原～大満足3500円！おまかせコース～

Washoku

上撰
方百



おまかせコース 3,500円

おまかせコース
Omakase Course
in
寿司処 かい原
Sushidokoro Kaihara

天満駅前北本通を抜けたすぐ右手に白い暖簾の下がる寿司処かい原はある。広島県出身の若い大将が一人切盛りするカウンター7席のかい原のメニューは、“おまかせコース”のみ。この日は、タコの小鉢・鰹のタタキの酢の物・ぶりの焼き物・握り10貫（イカ・生穴子・さゆり・カワハギ・トロ・とり貝等）・ウニの巻物・鯛の味噌汁。

回らない寿司屋初体験の人でも、明るく愛想の良い大将が旬の素材を活かした寿司と料理でもてなしてくれる“おまかせコース”に値段も味もきっと大満足する事であろう。



天井
Tendon
in
天井
Ten-Tei

大阪の広大な地下街は、なんば・梅田共に迷路のようだ。しかし、迷えば迷ったで偶然美味しい店に巡り会えるという楽しみもある。

太融寺の落語会に行く途中、間違って“ノースモール1”に入ってしまう引き返そうとすると賑わっている天井屋がある。海老2本にしし唐、なす、かぼちゃ、海苔が入って、お米は“ひとめぼれ100%”の天井が500円。

注文を受けてから職人が目の前で大きな揚げ鍋で丁寧に揚げたサクサクの天ぷらが乗る天井を頼張れば、道に迷っていた事など忘れてしまう。

繁昌そば～意外に多い大阪のそば喰い！ざるそば～



ざるそば
Zaru-Soba
in
繁昌そば
Hanjou-Soba

大阪と言えば“うどん”のイメージが強いが、実際に行ってみると“そば”喰いの人も結構多く、自らそばを打つ人も珍しくない。

天神橋筋商店街3丁目に、粉からこだわった無添加の自家製麺と自ら削り出した鯉節から取ったダシでそばを供する繁昌そばはある。最近、頓にざるそば一枚1,000円近く又はそれ以上取る店も多くなってきているが、ここ繁昌そばは600円と実にリーズナブル。ゆで立て艶々のそばをダシの効いたつゆに浸けてたぐっていく。威勢の良い大将の心意気が伝わってくる一枚だ。

亀の池 浪速～パッチワークの様に並ぶうなぎ重～

Washoku



うなぎ重（肝吸・香の物付） 2,100円

うなぎ重
Una-Jyuu
in
亀の池
浪速
Kamenoike Naniwa

繁昌亭脇の路地を入ってすぐの所に、瓦屋根に白漆喰、黒塗り格子といった粹な純和風の建物が目を引くうなぎ屋“亀の池浪速”がある。

ある天気の良い昼下がり、近くのうどん屋でたまたま隣り合ったおばあちゃんが昔の天満宮周辺の様子を思い出深げに話してくれた。よくよく聞いてみるとこの方、浪速の先代の女将さんだと言う。

そんな偶然にも導かれて訪れた浪速のうなぎ、ふたを開けるとお重の中には4つに切られたうなぎがパッチワークのように並ぶ。これは見た目にも上品だが、特に女性にとっては食べやすく、嬉しい心配りであろう。甘みと辛みが程良いあっさり目のタレで芳ばしく焼き上げられた浪速のうなぎ、繁昌亭に行く前のちょっとした贅沢である。

松屋～地元民が正味使う立ち喰いうどん！かき揚げうどん～

Udon



上撰
方面

かき揚げうどん
Kakiage-Udon

in
立ち喰いうどん・そば
Tachigui-Udon&Soba

松屋
Matsuya

かき揚げうどん 230円・おにぎり 100円

今や通天閣の代名詞ともなった行列の出来る串かつ店が立ち並ぶジャンジャン横丁に立ち喰いうどん・そばの松屋はある。

店頭で揚げたてのかき揚げが乗って230円、おにぎり・いなり・かやくご飯等ご飯ものどれでも100円と実に安い。東京に比べ安くて美味しい店が多い大阪だが、この安さは大阪でも中々ない。うどんは軟らか目の大阪うどん、出汁の効いた汁は薄味で無理なく飲み干せる。桂ざこばが席亭の道楽亭にも近いので寄席に行く前の腹ごなしに丁度良い。

市松～お値打ち！のどくろ塩焼き～



のどくろ
塩焼き

Nodokuro-Shioyaki

in
魚と肴

市松
Ichimatsu

天神橋二丁目の雑居ビル1Fに隠れた名店市松はある。10人ほどで一杯になってしまうカウンター割烹で、まだ若い大将が一人切り盛りする。

ネタケースには魚介類をメインとした新鮮なネタが豊富に並ぶ。2人でも充分イケそうな大ぶりの“のどくろ”が目飛び込んでくる。最近人気の“のどくろ”も実にリーズナブル。大将お勧めの塩焼きで頂く。こんがり焼かれたのどくろにすだちを一絞り。塩加減も絶妙な“のどくろ”の白身は旨みと甘みのバランスの取れた上品な味わい。日本酒好きの大将が揃える全国の銘酒と共にじっくり味わいたい。

萬作～絶品！ふわトロつくね～



つくね
Tsukune
in
炭火やきとり
萬作
Mansaku

天満のすし屋のカウンターでたまたま隣り同士になり、知り合ったオヤジさん、聞けば天六の有名な焼き鳥屋萬作の大将だという。毎日朝メタ鶏のみを提供するという鮮度にこだわった店の一番人気は、ネットランキングでも全国2位に輝いたという“つくね”。外側はカリッと焼けていて中はふわトロで甘く旨みのあるつくねは絶妙の火加減が成せる業物。

普段は人気店故に炭火の番に忙しい大将だが、お客さんが一段落した時にスイーツの話を振ってみると、下戸で根っからの甘党の大将と楽しい歓談が出来るかもしれない。



きも造り
Kimo-Tsukuri
in
炭火やきとり
萬作
Mansaku

地下鉄天神橋筋六丁目駅から天神橋筋を100m程南へ行ったところに炭火焼とりの萬作はある。“鶏は鮮度が命”という大将の強いこだわりから、当店で提供される鶏は全て当日の朝めたもの。

そんな鮮度にこだわる萬作で是非食べたいのが“きも造り”。艶々ぷるぷるの肝を口に頬張れば適度な弾力と甘味が味わえる。もちろん生姜やネギの薬味が添えてあるが、まずは下地を少し付けてその鮮度を味わいたい。

スタンドアサヒ～懐かしい風情に和む☆炊き合わせ～



炊き合わせ
Taki-awase
in
スタンド
アサヒ
Stand-Asahi

J R南田辺駅前に“季節一品料理スタンドアサヒ”という親子二代で切り盛りする店がある。“スタンド”とは言っても立ち飲みではなく椅子のあるオープンキッチンの居酒屋だ。

5時のオープンと同時にカウンター席はほぼ一杯になり、注文が飛び交い活況を呈す。駅前という立地の良さと安くて美味しい店として近隣だけでなく遠方からも通う常連が絶えない。

家族でテキパキ切盛りする調理場、サラリーマンが同僚を連れて生ビールを傾けながら語り合うカウンターといった雑然とした昔ながらの居酒屋の風情が堪能出来る名店である。又、田辺寄席土曜の部出演者・世話人の定番打ち上げスポットでもある。



刺身盛合せ
Sashimi-Moriawase
in
魚と肴
市松
Ichimatsu

3月の終り、天神橋二丁目の市松を訪れた私はお品書きに“伊勢のとり貝”を見付け、これを入れて刺盛りを注文した。とり貝の他、春さばきずしと生ホタルイカの三点盛りで出してくれた。

ほんのり脂が乗った上品な味わいのさばのきずし、足の部分は別にボイルするという細かい仕事が唸らせる生ホタルイカ、そして何と言っても目当てのとり貝は艶々で口に入れるとコリッとして甘みがある。同じ時期この界隈の数件でとり貝を食したが、一番のとり貝を供してくれたのが市松だった。

市松に行ったら刺盛りを頼んでみて欲しい。必ずやリーズナブルで満足のいく刺盛りを提供してくれるに違いない。

匠味～人柄も魅力！プレノワール塩焼き～



プレノワール
塩焼き
Poulet Noir-Shioyaki
in
炭火・旬菜
匠 味
Takumi

与力町運動場近く北区同心一丁目に長野出身で大阪に出て修行したという若い大将が一人切り盛りする匠味はある。

お得だと大将が勧めてくれた“お造り・焼物・煮物・御飯・香の物”が付いて3,400円のおまかせを注文。焼き物で出してくれたのが、プレノワールという黒鶏の塩焼き。群馬の榛名山でフランスの地鶏の卵を孵して雛から育てた鶏だという。塩こしょうでレアに焼かれたプレノワールは噛む程に旨い滋味豊かな味わい。料理の仕込みをしながら今日のトークのネタも仕込むという愉快で明るい大将の人柄も魅力だ。



ウッフ
ド
ロワイヤル
Oeuf de Royalale
in
八尾蒲鉾店
Yao-Kamabokoten

J R天満駅周辺は多種多様な飲食店がごった煮の様に密集する酒飲みにとってはパラダイスなスポット。そんな天満に揚げたてのさつま揚げ（てんぷら）を供してくれる八尾蒲鉾店はある。

ごぼう、レンコン、紅しょうが、きくらげ等のさつま揚げお馴染みメニューから穴子、うにのり、トマト、じゃが、餃子！？といった変り種までその数20種以上。この日注文したのはウッフ・ド・ロワイヤルというこの店オリジナルの半熟玉子のさつま揚げ。黒胡椒がまぶされた山盛りのねぎの上にデンッと乗った熱々とろ～りのウッフ・ド・ロワイヤルはビールのお供にピッタリだ。



天然鮎
塩焼き
Tennen-Ayu Shioyaki
in
陶然亭
つる川
Touzentei-Tsurukawa

法善寺のおでん屋でたまたま知り合った女流書道家に教えて貰ったのがここ“つる川”だ。なんばの南海野村ビルの裏手にこの界限には似つかわしくない純和風の店構え。

メニューはその日に仕入れた素材で献立する“お任せ”のみ。この日は、生きたままの天然鮎をその場で大将が串を打ち塩焼きで供してくれた。絶妙の塩加減の鮎を頭から尾っぽまで丸ごと頂く。口の中で鮎の肉がほろほろと崩れ、旨みが広がっていく。素材本来の味を心ゆくまで愉しめる隠れ家的割烹店だ。



焼き鳥
Yaki-Tori
in
鳥勘本店
Torikan-Honten

なんば駅31番出口を出てすぐの場所に、昼間は1Fでかしわ屋、夜は2Fで焼き鳥屋を営む鳥勘本店はある。清潔な石のテーブルカウンター、ネタケースには綺麗に串打ちされたネタが整然と並び、まるで寿司屋にいるかのような錯覚すら覚える。

店に入ると女将さんが笑顔で迎えてくれ、カウンターに座れば聞き上手な大将が焼き鳥を焼きながらこやかに話を合わせてくれる。昼間はかしわ屋として他の店へも鶏を卸しているだけあって、その鮮度と処理の丁寧さは一目瞭然。そんなネタを大将が丁寧に焼き上げて完成させる焼き鳥は、言わずもがな美味しいの一言。

駅から多少距離もあり、2階の店への階段も結構急だが、この雰囲気と味を愉しむ為の試練だと思って、つつい足が向いてしまう名店である。



子持ちあゆ煮
Komochi Ayu-Ni

in
旬菜居酒屋

美尋
Shunsai-Izakaya Mihiro

大阪信金南森町支店の向かいに居酒屋美尋はある。富山出身の大将と女将さん二人で切り盛りする店のカウンターにはどて焼き・筑前煮・ひじき・きんぴら・小芋煮などのおばんざいが大鉢に入って並ぶ。

天神橋筋商店街から外れた雑居ビルが立ち並ぶオフィス街という立地故、周辺の店は日曜・祝日は閉めている所が多いが、美尋の店内は近所に住む地元の人や単身赴任者などの常連で休日も平日と変わらず賑わいをみせる。

カウンターに並ぶおばんざいの中から今日最初の一品は子持ちあゆの煮付け。秋の夜長、甘辛く炊いた卵ぎっしりのあゆをアテに爛酒が進む。

門堂～黒毛和牛をお値打ちで！串焼き～



串焼き
Kushiyaki
in
炭火串焼
Sumibi-Kushiyaki
門 堂
Mondou

大阪で焼肉と言えは鶴橋が有名だが、地元の人に旨いところはないかと聞いて教えてもらったのが、鶴橋からJR環状線で1駅の玉造にある門堂だった。

普通焼肉と言えは、皿に乗って出てきたスライス肉を自分達で焼くのが一般的だが、大阪では焼き鳥のように供される串焼きの店も多い。ここ門堂もそんな串焼きスタイルの店で、バラ・タン・ハラミといった一般的なものからミノサンド・アカセン・コリコリ・コブクロといったモツ系メニューまで充実。値段も120円～と焼き鳥感覚で黒毛和牛が愉しめるお値打ちな店だ。

松葉～これぞホンマの人気店！串カツ～



串カツ
Kushi-Katsu
in
松葉
Matsuba

大阪駅の“インフォメーションセンター梅田”前の交差点を渡り、地下鉄御堂筋線・谷町線の駅へと向う階段を降りるとすぐ右手に暖簾からよきよきと10人前後の足が覗く。ここが立ち食いの串カツ店松葉である。

右手奥で大将が揚げた串カツがボウルに入って3人程いるお姉さん達により回されてカウンター前数箇所に設置してあるバットに次々と置かれていく。

メニューは牛串・青唐・じゃが芋・うずら・玉ねぎ・いか・きす・れんこん等10種程。その中でもお勧めなのがカレー粉にまぶして揚げられた若どり。骨付きの柔らかい若どりは熱々スパイシーでビールのお供にベストマッチだ。



鱧あぶり造り
Hamo-Aburi Tsukuri
in
魚と肴
市松
Ichimatsu

関西の夏の味覚と言えど何と言っても“鱧”だろう。関東で“鱧”というと高級な日本料理店でしか頂けないイメージがあるが、関西では高級魚である事には違いないが、スーパーや大衆居酒屋にもある生活に身近な季節の食材だ。

とは言え、鱧にもランクがあり、ここ市松で出される鱧は大衆居酒屋のそれとは違う。骨切りをして軽くあぶった鱧はほんのり甘みがあり、皮も薄いので口の中でふわっと溶けていく感じ。鱧には大抵梅肉が添えられる事が多いが、わさび醤油をほんのちよつとつけて食べた方が、鱧の旨みを愉しめるだろう。

梅田 丸一屋～にわか大阪人になりきり！どて焼～



どて焼
Dote-Yaki
in
梅田 丸一屋
Umeda Maruichiya

落語会も開かれる梅田芸術劇場の道を挟んだ向かいの阪急線高架下に古書店と飲食店が並ぶ“かっぱ横丁”はある。その中で一番大阪らしい雰囲気を持つ居酒屋が“梅田丸一屋”だ。

カウンター席とテーブル席はいつも地元サラリーマンを中心としたおじ様達で一杯、活況を呈している。そんな関西弁が飛び交う雑然とした店内で、大阪名物“どて焼”をアテに表面張力一杯に注がれた“土佐鶴”を呑みつつ店奥のTVで流れる阪神戦をボーッと眺める。にわか大阪人になりきり生の大阪を肌身に染みて体感出来ること請け合いである。

Osake



あなご丸づけ
Anago-Maruduke
in
割烹鮨
しっとう屋
Shittouya

なんばグランド花月近くの道具屋筋からなんばシティに抜ける路地裏に鮨と割烹料理の店しっとう屋はある。旬の魚の造りや焼き物、揚げ物等がお品書きに並ぶ中、隠れた人気の一品がこのあなご丸づけである。

穴子を丸々一本使った豪快な丸づけは半分に切って供される。口の中に入れた穴子はほろほろと溶けていくようで、穴子の旨みとごはんが口の中で渾然一体。この店のシメに欠かせない一品だ。



みたらし団子
Mitarashi-Dango
5本入り
in
喜八洲総本舗
Kiyasu-Souhonpo

十三（じゅうそう）駅西口改札を出てスグの十三本一商店街に白漆喰に瓦屋根という蔵の様な重厚な店構えに赤い提灯がずらっと並ぶ喜八洲総本舗はある。なんばの焼き鳥屋のお母さんに和菓子で美味しいところはないかと尋ねると、酒饅頭とみたらし団子で有名なここを教えてもらった。以前はなんばにも店舗があったそうだが、なくなってしまったのでお母さんは十三の本店までわざわざ買いに行くのだという。

喜八洲で人気No.1のみたらしだんごは、普通の団子と違い一見ネギ間のネギのような俵型をしており、注文ごとに店員が焼き加減を聞いてから焼いてくれる。たっぷり蜜の付いた団子を口に入れる。香ばしく焼き上げられた団子と昆布ダシの効いた甘辛い蜜がベストマッチ。普通の団子より高さのない細長い俵型の団子は口を大きく開かずとも良く、女性には特に食べ易いだろう。



堂島ロール
Dojima-Roll
in
パティシエリー
Patisserie
Mon chouchou
モンシュシュ

全国的にロールケーキブームと言われ久しいが、大阪のロールケーキで先ず挙げられるのがモンシュシュの堂島ロールだろう。大阪でもブームに乗って何軒ものロールケーキ店が出来、地名や店名を冠したロールケーキを売り出す洋菓子店が増えている。しかし、地元の人に聞いてみるとやはり火付け役となった堂島ロールを一番に挙げる人が多い。

甘さ控えめで滑らか且つミルクの味わいたっぷりのエア感触の生クリームに玉子の味がしっかりするフワフワしっとりのスポンジケーキのコンビネーションは極上の味覚。

1ロール1,200円というお値打ち感と他では真似できない味わいが、並ぶのを嫌う大阪人をも行列させる。店舗が堂島というビジネス街にあるせいかスーツ姿の男性がモンシュシュのオレンジ色の紙袋を提げる姿を大阪駅周辺で良く見かける。

Sweets

上撰
方面



おはぎ6個入り 819円

おはぎ
Ohagi
6個入り
in
玉製家
Gyokuseiya

日本橋（にっぽんばし）にある国立文楽劇場を出て千日前通をなんば方面へ歩いて行くと小さい和菓子屋に行列が出来ている。ここがおはぎで有名な玉製家（ぎょくせいや）だ。文楽劇場で寄席がある時に何度となく通っていたが、いつも10人程の行列で諦めていたが、この日は全く行列がなく、お休みかなと店を覗くとラッキーな事に開いている。

6個入りの場合は、つぶ餡・こし餡・きな粉の3種類の内から2種類まで選べるというので、つぶ餡・こし餡をお願いします。砂糖の甘さは控えめでほんのり塩気の効いた小豆の味がしっかりする上品な餡と半搗きの食感がたまらないお餅の絶妙なコンビネーションが美味しい。

行列がないと素通りしてしまうような小さな店だが、味は確かなおはぎ専門店玉製家。文楽劇場から歩いて数分なので、観劇の帰りの家族へのお土産に丁度良いだろう。

Sweets



和 洋
WAYO
in
栗 玄
Awagen

和 洋 (90g入り) 600円

市場にあるうなぎ屋のお母さんに大阪のお菓子で何か美味しいものはないかと聞いて教えてもらったのが、この栗源の「和洋」というお菓子だ。

大阪は栗おこしが昔から有名で土産物屋の店頭には数社の栗おこしが並んでいるが、ここ栗玄もその名の通り栗おこしの和菓子屋さん。そんな栗源の看板商品「和洋」は、大粒のアーモンドとおこしをほろ苦い珈琲と生クリームで包み込んだお菓子。おこしのサクッとした食感と芳ばしいアーモンド、香り高い珈琲味の風味、生クリームのまろやかさというカルテットは、商品名にもなっている伝統的な「和」と現代の「洋」の美味しい出会い。

最近のお菓子は生菓子が多く賞味期限も短いものが多いが、この「和洋」は干菓子故に日持ちが良いので特に遠方への大阪土産に重宝する。

たねや～黒豆ずくし！黒まめもち～

Sweets



黒まめもち
Kuromame-Mochi
in
たねや
Taneya

埼玉からわざわざ大阪へマメに来ているご褒美に（？）落語会で知り合った方に頂いて知ったのが、たねやの“黒まめもち”という季節限定商品。細かく砕いた黒豆を練りこんだ薄っすら焼き色をついたお餅の中もこれまた黒豆餡という黒豆ずくしのモチモチで上品な甘さの美味しい和菓子。

年の初めにこんなお土産を貰っては今年も大阪へマメに通うことになりそうな予感がします♪

うまい屋～これぞ本物の味！たこ焼き～

Take Out



たこ焼き
Takoyaki
8個入り
in
うまい屋
Umaiya

大阪の代名詞とも言えるたこ焼きだが、店舗数の割には美味しい店が意外に少ないのもまた事実。地元の人に聞いても美味しいたこ焼きが食べたければ家で自分で焼くという答えが返ってくる。

そんな情報の少ない中、居酒屋でたまたま知り合った人に教えてもらったのが、天五中崎通商店街にあるうまい屋だ。たこ焼き店としては広い店内にテーブルと丸椅子があるので、仕事帰りのサラリーマンが同僚と一緒にビール片手にたこ焼きを摘むという光景をよく見かける。

ソースは自分でハケで塗るので、付けずに食べても美味しい。表面がカリッとしていて中がクリーミー、こまかく刻んだ紅生姜の風味が効いた上品なたこ焼きだ。



コロッケ
Croquette
in
中村屋
Nakamuraya

日本一長い天神橋筋商店街で一番長い行列が出来るのがコロッケの中村屋だろう。国道1号線から大阪天満宮・繁昌亭のある天二へ入ってすぐ右手にあるので場所は非常に分かり易い。

昼時や夕方になると10～20人位の行列が出来るが、テイクアウトのみで回転が早く、10分も待たないで順番は回ってくる。メニューは看板商品のコロッケの他、ビフカツ・トンカツ・ハムカツ・ミンチカツ等合計11種類。

とりあえず1個は揚げたてをすぐに食べるのがオススメ！外側はサクサク、中はじゃが芋のみで甘味と塩加減がいい塩梅だ。繁昌亭の昼席がハネて小腹が空いた時に丁度良いおやつになる。

Take Out



たこ焼き
Takoyaki
6個入り
in
Konamaru
こな丸

大阪名物と言えばまず思い浮かぶのが“たこ焼き”ではないだろうか。しかし、このたこ焼き「名物に美味いものなし」という言葉の例に漏れず、意外に美味しいところが少ない。

どこか美味しいところはないものかと地元の人に聞いてみるのだが、大阪のほとんどの家庭には“たこ焼き器”があるので自分の家で作って食べるのだという。そんな情報も乏しい中、たまたま見つけたのがこな丸のたこ焼きだ。この店のたこ焼き、ぜひマヨネーズ抜きで食べて欲しい。

ゼー六～大阪の夏の暑さを楽しむ！アイスモナカ～



アイスモナカ
Ice-Monaka
in
ゼー六
Ze-Roku

堺筋本町2番出口から徒歩5分程、大阪産業創造館向かいの小さな喫茶店に行列が出来る。ここがアイスモナカで有名なゼー六だ。周りはビルが立ち並ぶオフィス街、店先で10個程を注文するサラリーマン、お遣い物にするのであろう女性の姿もある。

行列を作っても殆どが持ち帰りなので、店の中には意外と入り易い。珈琲又は紅茶とアイスモナカが1個付いて300円。夏の暑い最中に300円で座って涼が取れるのは有り難い。アイスを含む白くて薄い上品な最中とサラッとした口どけとほのかな香りがするアイスの絶妙なハーモニーを自家焙煎の珈琲と共に味わおう。



カツサンド
Katsu-Sandwich
in
words cafe
ワーズカフェ

繁昌亭の昼席と夜席の合間、ちょっとボリュームのあるものが食べたい時にワーズカフェのカツサンドがいい。繁昌亭から1号線に向かって歩いていくと右手にガラス張りのお洒落なカフェ、ここがワーズカフェだ。

店内はカウンターとテーブル席、白い壁には芸人さん達のサインが所々に書き連ねてある。そんなサインを眺めつつ、ビール片手にこんがりきつね色に焼かれたパンに厚めのカツが挟まったサンドをガブリ頼張る。アッ！三代目のサインがあるッ！？



ホット
アップルパイ
Hot-Apple Pie
in
words cafe
ワーズカフェ

繁昌亭の昼席が終わるのが4時ちょっと過ぎ、この周辺の店はほとんどの店が休憩時間帯で開店するのが大体6時を回ってから。繁昌亭夜席の開場が5時半～6時位が多いのでちょっと軽く食べたい時に困る。

天満宮から繁昌亭前を通り1号線に延びる道沿いにワーズカフェという店がある。昼時にはランチ、それを過ぎると休憩時間無しで軽食とコーヒーや紅茶、ビール等のドリンク類を提供している。カツサンドで有名な店だが、ここのアップルパイも旨い。あつあつのアップルパイとシナモンのかかった冷たいアイスクリームを一緒に食べる幸せ。夜席が開場するまでの甘いひと時だ。