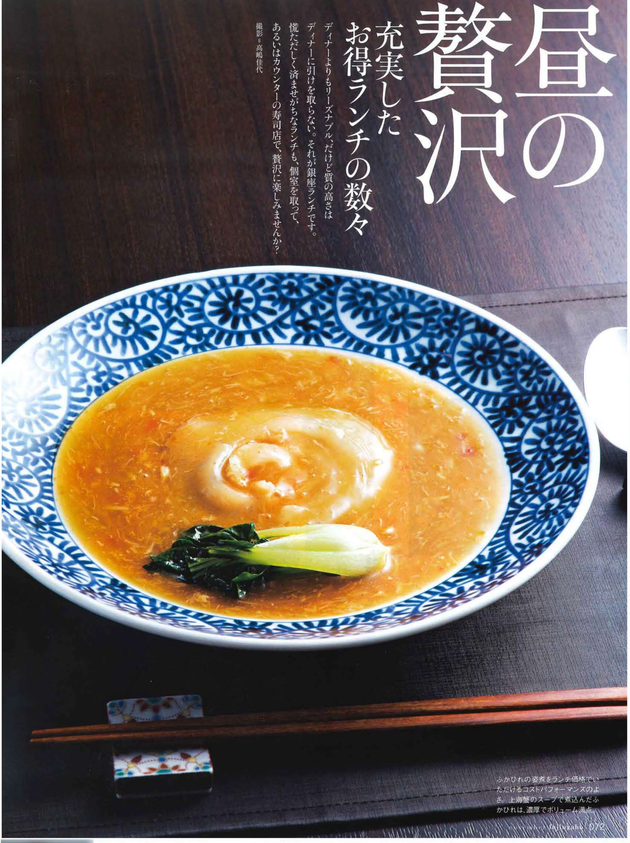
おいしい銀座

老舗から新規お目見えの店まで、伝統と最先端が共存している街、銀座。とりわけ昨今は、新開発が進み、新しいレストランが続々オープンしています。全国各地から、頂を目指す店が競うように出店する、まさに味の都。この特集では、朝昼晩、そしておすすめのお店の最新情報をご紹介します。とっておきの味をどうぞ見つけてください。



ふかひれの姿煮をランチ価格でいただけるコストパフォーマンスのよさ。上海蟹のスープで煮込んだかにやは、濃厚でボリューム満点。

撮影＝高橋佳代

朝のゆとりを楽しむなら……
（P66）

昼の贅沢を楽しむなら……
（P72）

昼の贅沢

充実したお得ランチの数々

撮影＝高橋佳代

ディナーよりもリーズナブルだけど質の高さは慌ただしく済ませがちなランチも、個室を取って、あるいはカウンターの寿司店で、贅沢に楽しみませんか？

うよりはまず職場なので、銀座ランチは日常の一環ですね。だからなるべく情報を更新して、新しいお店に行こうという気持ちはありますが、なかなか当たりがなくて。忙しくもあって、以前から行っているお店についつい行きがちです。

倉田 長く続いている老舗は、間違いがないという安心感がありますよね。

山本 話題のお店だと聞いて行ってみると、がっかりすることもあったり……。特に銀座は、もともとの期待値が高いから、余計にそう思ってしまうのかも。

中野 だから、外したくないなと思うときは、例えば「ロオジエ」のような伝統を守って、お店の人も長いって、これぞプロというサービスを受けられるお店を選びます。あとは、小さいころ、両親に連れられて行った、銀座の味、が自分のベースになっていて、懐かしいというのもあるし、でも、新しいお店は常に知りたいと思ってはいるんです。

山本 こちらのお店「**新広東菜 嘉禅**」はコースの値段が細かく分かれていて、下が1、2000円。1、5000円で、レストランからデパ地下まで、銀座はおいしいものの宝庫ですよね。

倉田 松阪牛の老舗「柿安」の特別なお店「銀座別邸」は、とにかく肉質がいいし、奇をてらっていないオーソドックスなところも好きです。仰々しくないけれど非日常感があって、個室で盛りとがりたいときにぴったり。もう少しリーズナブルな「柿安 銀座店」にも、前からときどき行っています。

山本 中野先生は、クリニック「あおいクリニック銀座」P228があるから、銀座は庭みたいなものですよね。

中野あおいさん（以下、中野） 庭といえばふかひれが入って、2、200円だと薬膳蒸しスープが付く。このあたりが目常使いにはいいかも。コーヒーがいろいろあって魅力的。

中野 気軽におきやすくていいですね。クリニックから100mくらいだから走って来られるし（笑）。

山本 中華・中国っていうと、意外性とエンターテインメント性もあって、場が盛り上がる。「トリュフの焼きリゾット」は、思わず全員立ちあがって写真を撮っちゃいました（笑）。

（上）鮑の姿煮に、フォアグラと大根を添えたスペシャリテ。鮑と大根は、チキン、フォアグラ、鴨肉を煮詰めたスープにオイスターソースを加えて煮込む。（右）カラフルな点心は、右上から時計回りに、ほうれん草と海鮮の餃子、キャビアをあしらったロブスター餃子、トリュフ餃子、鮑のせしゅうまい。

新広東菜 嘉禅

ハイセンス、ハイコスパで女性の心を摑むランチ

2011年6月にオープンした、銀座中華の新星。コースのバラエティ、コストパフォーマンスのよさに加え、優しい味わいと華やかなプレゼンテーションで、ランチの9割が女性客というのも頷けます。香港、シンガポールの一流レストランで料理長を歴任した篠田圭二シェフが目指すのは、古典をベースにしながらも、いま現地で食べられている、シンプルモダンな〝新・広東料理〟。どのコースにも付く点心は、サイズもボリュームもあります。今回ご紹介したのは、8、000円のコース。ディナー並みの贅沢食材を惜しげもなく取り入れた、満足度の高い内容です。

昼のコースは7・8品制。アラカルトもあります

お品書き
点心盛合せ
本日の香港点心
4種盛り合わせ
本日の鮮魚の蒸し物
ふかひれ姿煮
上海蟹蒸し上湯ソース
鮑の姿煮込みフォアグラ入り
トリュフの焼きリゾット
シェフが厳選した中国茶と本日のデザート

銀座で女子会ランチするなら？

ここは、銀座6丁目の中華料理店「嘉禅」。本まで、ていただいたのは、美容業界で活躍する、『婦人画報』でもお馴染みの御三方です。美容とも関わりの深い銀座の街をよく知るマダムたちのおすすめの個室ランチは？

仲よしの3人が教える
銀座の個室ランチアドレス

倉田真由美さん（以下、倉田） 私たちは、同じ美容業界のお友達という以上に、宝塚歌劇と歌舞伎のファン仲間でもあるので、それで集まることが多いですね。個室は気兼ねなく話せるのでいいですね。

山本浩未さん（以下、山本） 銀座で個室のランチというと、マダム（倉田さんのこと）はどこがおすすめ？

倉田 松阪牛の老舗「柿安」の特別なお店「銀座別邸」は、とにかく肉質がいいし、奇をてらっていないオーソドックスなところも好きです。仰々しくないけれど非日常感があって、個室で盛りとがりたいときにぴったり。もう少しリーズナブルな「柿安 銀座店」にも、前からときどき行っています。

山本 中野先生は、クリニック「あおいクリニック銀座」P228があるから、銀座は庭みたいなものですよね。

中野あおいさん（以下、中野） 庭といえば、銀座ハプスブルク・ファイルヒェン」も好きです。

倉田 火鍋おいしい「天香回味」は、いつは個室にこわだり行きますが、銀座にふたたびあるうちの銀座中央店の個室は、カジュアルにわいわいしたときにおすすめ。あとは、和食の「銀座とよた」。個室ではなく半個室ですが、もちろんこころ満たされて落ち着けるお個室。奇をてらっていない真面目な感じの和食で、ほっとします。銀座の和食では、ここがいちばん好き。

山本 和食というか、お寿司屋さんですけど「銀座くろ寿」は最近のいちおし。個室がふたつあって、パフォーマンスも美しいし、お値段もお手ごろでとっても おすすめ。あとは、私の地元・広島のこれが食べられる「銀座 遠音近音」や、ギリシャ料理の「アポロ」も、個室でゆっくりランチができます。

倉田 締めに軽くお寿司でも、という気分のときは、「銀座神谷 木挽庵」。日曜休みの和食店が多い銀座にあって、日曜も開いていて、個室でとっろける贅沢な一軒。

——美と健康のプロフェッショナルである皆さんですが、銀座でベヘルシーなランチをしっかりとっていらっしゃいますか？

倉田 銀座で美容のお話をするときは、ほとんどは「銀座 ラ・ボンヌ」（東京都中央区銀座6-7-7 ☎03-3571-4196）。2003年オープンの、美容通にはおなじみのビストロ。「銀座は、ほかでは味わえないコンセプトでスタイルを決められる街」

個室は1室で、6名まで可能。メインフロアとは離れているので、隠れ家感もある空間。「いくらでも喋っちゃうね」と、3人口を揃える。

中野 私は普段の食事もオーガニックを気にしているので、お店をよく探すんですけど、コールドプレスジュースのお店でも有楽町まで行かないといけないんです。

倉田 銀座で美容ネタ、ってなると、お店探しは、意外と難しいですね。たまに、野菜料理っぽいお店が新しくできているのを見つけてみるんですけど、「あれ？」と思うことが……。

中野 これだけ世の中がオーガニックブームなのに、銀座には、「ローズベーカリー」くらいしかないという……。

山本 ここはハレの街で、ご馳走を食べに来る場所だから、オーガニックなんて必要ないのかも？（笑）

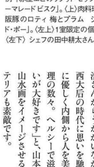
中野 でも、銀座である程度のレベルのレストランを、オーガニックを謳わなくても、どこか流の誰かさんが作ってくれるようなときちんとして素材を揃えているから、結果的においしくて体にもよい、ということは言えそうですね。

（上）陶板でサーブされる「トリュフの焼きリゾット」。蓋を開けるとトリュフの香りがふわっと広がる至福の瞬間が訪れる。ふかひれを乗込んだジャースで煮たジャスミンライスに、刷けたてのトリュフが振り注ぐ。（左）杏仁、マンゴープリン、ココナッツタルトに季節のフルーツを添えたデザート。内容は日替わり。

中野あおいさんおすすめ
ドミニク・ブシェトーキョー

心からくつろげる銀座の隠れ家で美食を

「日本の四季を感じさせ、素材のよさを引き出したお料理は、おいしいだけでなくバランスのよさも秀逸」と、中野あおいさん。シェフがこの日の旬食材と対話を重ねて生み出す、伝統と革新のニューキュイジーヌ。「人気の『ジュネラション』パリのアルトマンをイメージしたインテリアもお気に入り。プライベート感のある個室は、2名から8名に対応するので、ゆっくりお寿司屋でご一緒する友人とのおしゃべりを楽しみながらランチを味わえ、ついつい時間を忘れて過ごしてしまいます。」



ドミニク・ブシェトーキョー

東京都中央区銀座1-5-6
銀座レンガ通り福神ビル2F
☎03-6264-4477
⏰12時～13時30分
18時～20時30分（ともにL.O.）
㊡水曜　ランチ7,500円～、
ディナー15,000円～
※昼は個室料10,000円
MAP P109◎b-4

ロオジエ

銀座を代表するグランメゾン。優美なフレンチはランチ人気も高い。

東京都中央区銀座7-5-5
☎0120-156-051
⏰12時～13時30分、18時～20時30分（ともにL.O.）　㊡日曜、祝日不定休　ランチ10,000円～、ディナー22,000円～
MAP P110◎b-2

ともにランチの「ジュネラション」7品9,000円より。（右）前菜の一例「赤魚エビのリゾット、セップのマーマレード入り」。（上）内料理「松阪豚のロティ 梅とプラム　ジュ・ド・ポー」。（左上）1室限定の個室。（左下）シェフの田中耕太さん。

山本浩未さんおすすめ
厲家菜 銀座

清の時代から受け継ぐ体に優しい宮廷料理

厲家菜の創始者、厲力嘉さんは、清王朝の高級官僚として西太后に仕え、主治医の指導を受けて、長寿医学に関つた料理を手がけていました。現在は彼の直系子孫が受け継ぎ、その料理を銀座でも味わうことができます。ランチでは「厲香」は、手間を惜しまず丁寧に時間をかけて作られる10種の前菜から始まります。手間のかかる品ずつの歴史や内容を文献入の苦草浩さんからうかがいながら味わい、西太后の時代に思いを馳せます。「体に優しく内臓から人を癒す」という料理の数々、ヘルシーで滋味深い味わい。山本浩未さんが絶賛します。山水画をイメージさせる独特のインテリアも素敵です。

厲家菜 銀座

東京都中央区銀座1-7-7 ポーラ銀座ビル9F
☎03-6228-6768
⏰11時30分～14時
18時～21時（ともにL.O.）
㊡日曜　ランチ3,800円～、
ディナー7,800円～（ともに税込）
MAP P109◎b-4

ともにランチの「厲香」（税込8,800円）より。前菜10種より左手前「蟹軍豆腐」は、西太后が好んだ蟹を象り、そも豆とはたての彩り香で作られる。（下）主菜「オマールエビの甘酸炒め 宮廷スタイル」。（上）個室は2室。（左）支配人の笹原浩さん。

銀座のレストランは、高くても納得できる付加価値があります

なぜ、銀座は、「海苔の代名詞」2003年オープンの、美味通にはおなじみのビストロ。「銀座は、ほかでは味わえないコンセプトでスタイルを決められる街」

新広東菜 嘉禅

東京都中央区銀座6-5-13
銀座美術館ビル2F
☎03-6264-5851
⏰11時30分～14時30分
（土・日曜、祝日～15時30分）
17時30分～22時（土・日曜、祝日～21時30分／すべてL.O.）
ランチ1,200円～
ディナー10,000円～
MAP P110◎b-2

中野あおいさんがおすすめする他2店

銀座 ハプスブルク・ファイルヒェン
オーストリア国家公認料理マイスターによる本場の味を堪能できる。

東京都中央区銀座7-8-7
GINZA GREEN 7F
☎03-5537-3226
⏰11時30分～13時30分
13時30分～15時
（カフェタイム）18時～20時30分
（すべてL.O.）　㊡日・月曜
ランチ4,600円～、
ディナー11,000円～
MAP P110◎b-2

ロオジエ
銀座を代表するグランメゾン。優美なフレンチはランチ人気も高い。

東京都中央区銀座7-5-5
☎0120-156-051
⏰12時～13時30分、18時～20時30分（ともにL.O.）　㊡日曜、祝日不定休　ランチ10,000円～、ディナー22,000円～
MAP P110◎b-2

山本さんがおすすめする他3店

アポロ THE APOLLO
新鮮な野菜や魚介類をたっぷり盛り込んだヘルシーなモダンギリシャ料理。

東京都中央区銀座5-2-1
東急プラザ銀座11F
☎03-6264-5220
⏰11時～23時（ランチ15時30分、ディナー22時L.O.）　無休
ランチ1,980円～、
ディナー6,000円～
MAP P109◎b-3

銀座 くろ寿
握り寿司にデザートまで付くリーズナブルでバリ寿の濃いランチは大人気。

東京都中央区銀座6-7-6
西ビル2F　☎03-3571-4196
⏰11時30分～13時30分（L.O.）18時～22時30分
※要予約　㊡日曜、祝日、夏季と冬季に長期休みあり　ランチ3,500円～、ディナー17,000円～
MAP P110◎b-2

銀座 遠音近音
広島、瀬戸内の食材をふんだんに取り入れた創作和食。地酒も豊富。

東京都中央区銀座1-16-10
銀座上一ビルディング B1F
☎03-5579-9812
⏰11時30分～14時30分
17時30分～21時30分
（土・日曜、祝日～21時／すべてL.O.）　㊡年末年始
ランチ1,204円～、ディナー6,000円～　※個室は別料金
MAP P109◎b-4