

滄浪亭は蘇式麵館の老舗。こしのある麵のかけつゆの味が濃厚。団子の人気も麵と比べ差がない。「三色団子」は定番商品で、季節により種類が違う。冬と春は百果松糕、糖年糕（糖餅）を中心に、清明節は蘇式青团子、夏は肉炒め団子、方糕、茯苓糕など、重陽節は重陽糕、中秋節は肉月餅がある。年中に販売しているのは定勝糕、寿糕、あずきアン糕、百果蜜糕など。

定番メニュー：ねぎラーメン、黄魚麵、蘇式麵など

住所：天御橋路363号

電話：021-64263350

アクセス：バスの44番、56番、89番、122番、236番、770番、864番

滄浪亭



「野菜で魚介類肉類の形」の調理方法で功德林は精進料理の先行者と認められた。素材選別にこだわって、調理に工夫する。種類はたくさんあり、極めて芸術性が高い。味が美味しい、栄養豊富で健康に良いので、一年中食べられる料理。功德林の野菜饅頭、精進面は非常に高い評価が得られている。精進月餅は数回も

「中国最佳特色月餅」、「中国名餅」に選ばれた。

定番メニュー：野菜饅頭、月餅など

住所：南京西路445号 電話：021-63270218

アクセス：軌道交通2号線（南京西路駅）、バスの20番、37番、112番

功德林



上海五芳齋点心店は1958年に創業した。自社作りの団子は薔薇、金木犀、松の花、蓮花（菖）及び蓮花（薄荷）など5種類の自然植物香料を使うので、「五芳齋」の名前が得た。団子はシーズンにより特色があり、例え清明節の青团子、端午節の粽、重陽節の重陽糕、旧正月の八宝飯、糖年糕（糖お餅）などがある。五芳齋の「三糖」即ち糖里芋、糖三芋、糖蓮根は店歴代の定番商品になった。

定番メニュー：粽、餅団子など

住所：云南南路28号

電話：021-63115001

アクセス：軌道交通8号線（大世界駅）

五芳齋



上海の 人気軽食

上海軽食は南宋の時に初めて記載された。明初の上海は東南の名都になったので、軽食作りはますます精美になった。清末の上海は対外通商港として、各地風味の軽食の精華を吸収しながら発展し、独自の特色が形成された。上海軽食の種類が多く、上海人が常に厭わない四つ定番の大餅（焼きパン）、揚げパン、豆乳、菜飯しかのみならず、年中いろいろな焼餅、蒸しパン、饅頭、団子などの数十種類のもので提供されている。その味は、広東香港地区の甘い味と違って、四川、重慶の辛さとも違い、あっさりした味が良く、口に合っていることは名高い。上海軽食は昔から大勢の方々に愛され、その魅力は大きい。



上海旅游热线 962020
SHANGHAI TOURIST HOTLINE



http://www.shanghaitour.net
上海旅游网 http://www.962020.com



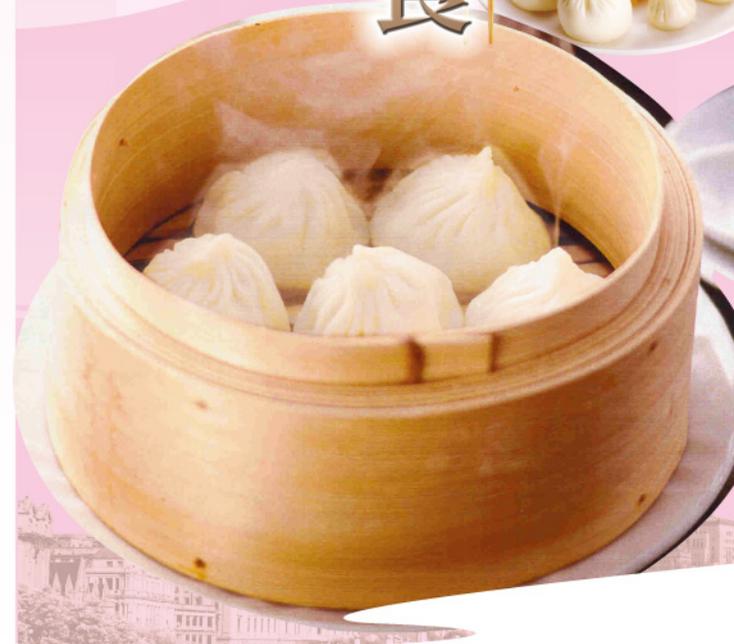
http://www.meet-in-shanghai.net 上海会展旅游网
http://www.shanghai.kanko.com 上海旅游网（日本語）
http://www.shanghai.trip.net 上海旅游网（韓国語）

◆ 印刷日期：2011年3月



Shanghai China
More Discovery More Experience

上海の 人気軽食



上海市観光局
Shanghai Municipal Tourism Administration

和豊楼

和豊楼は主な中国軽食を集まり、更に中国8大料理の16派の144種類軽食及びメニューを導入した。和豊楼は1階と2階に分かれ、1階の中華美食を主題とした軽食バイキングは地域別に上海風味、四川風味、台湾風味及び淮揚風味など300種類にも出される。2階は海外風味を主体とする。

定番メニュー：蟹味噌スープ入り小籠饅頭、醤油味田螺など
住所：豫園路100号
電話：021-63557878
アクセス：軌道交通10号線（豫園駅）、バスの55番、126番、932番、980番



南翔饅頭屋

老城隍廟九曲橋の畔にある南翔饅頭屋は元々船舶庁であり、豫園の観光スポットの一つ。彫花窓があるレストランに座ると、間もなく暖かい小籠饅頭がテーブルに持ってきた。小籠饅頭を食べるのは焦ってはいけな。箸で小籠饅頭を軽く挟んで、頭をかじって、慎重に内の汁を飲み出し、更に少しの鎮江香酢を漉らして、再び全体を口に入れる。柔軟で肉汁たっぷり、出し汁は口の中に溢れて、ホッパが落ちるほど美味しい。

定番メニュー：特製蟹肉小籠饅頭、蟹味噌スープ入りの蝦球など
住所：豫園路85号
電話：021-63554206
アクセス：軌道交通10号線（豫園駅）、バスの11番、64番、66番、126番、926番



光明邨大酒家

1948年にオープンした光明邨大酒家の軽食は非常に有名。10数種類のメニューは上海市名特軽食に選ばれた。その中の烏汁ワントン、蟹肉入り焼饅頭、豚肉小籠饅頭などが大変評価された。南瓜果、ネスレ奶黃酥、眉毛酥、ミルク軟糰など特色ある軽食メニューも絶品。光明村は安い価格、あっさりした味わい、心地良い環境及び特色あるサービスで顧客の満足を得た。

定番メニュー：烏汁ワントン、蟹味噌焼饅頭など
住所：淮海中路588号
電話：021-53067878
アクセス：バスの42番、911番、945番



緑波廊

老城隍廟九曲橋の畔にある緑波廊レストランの環境は古風な雰囲気。静かで落ち着いた店は湖心亭と映り合って更に美しく見える。店の素材選別はこだわりがあり、料理は繊細で名を博し、国内外美食家の好評を得た。有名な桂花拉糕(お餅の金木犀ソース掛け)の粘性が高いので、当時1ヶ月も箸の練習をしたアメリカ前大統領クリントン氏に大変困らせた。しかし、皿やお箸に粘着し易いけど歯には粘着しない、口に入れると爽やかですすべな感じ、更に少しお酒の香も味わえる。

定番メニュー：眉毛酥、桂花拉糕など
住所：豫園路115号
電話：021-63280602
アクセス：軌道交通10号線（豫園駅）、バスの11番、64番、66番、126番、926番



王家沙は南京路と石門路の交差点にある。メニューの種類が多い、作り丁寧で味が良いなので名が高い。焼豚肉饅頭、蝦入りワントン、あずき煎餅及び両面黄(麵に美味しいコゲ目をつけながら、柔らかな喉ごしの仕上がり)は業界で「四大名旦」(四大美女)と称され、大勢な顧客の目を引く。現在、王家沙は伝統を守りながら新しい蟹味噌シリーズの作り出しに力を入れ、軽食業界で独自の旗印を掲げている。

定番メニュー：蟹味小籠饅頭、団子、八宝飯など
住所：南京西路805号 電話：021-62530404
アクセス：バスの21番、17番、112番、921番

王家沙酒家



豊裕

オレンジ色塗り黒字看板を掛けている豊裕の店は大きくないが、小さくてかわいい。秋あるいは冬の朝、店に入って、テーブルには暖かい青ねぎの香が溢れる焼肉入り饅頭と揚げ豆腐春雨のスープを見るだけで食欲がでる。白くて柔らかい饅頭の皮、軽くかじって汁がいっぱい、温かいスープと金色の揚げ豆腐、その美味しさは脂濃く感じがない。豊裕の価格が安くてものが美味しいので上海で非常に歓迎されている。定番メニュー：焼饅頭、揚げ豆腐春雨のスープなど

住所：瑞金二路41号
電話：021-53061742
アクセス：軌道交通1号線（陝西南路駅）、バスの26番、945番



喬家柵食府

喬家柵食府は1909年に創業した海内でも有名な老舗。主に軽食を経営し、今まで17種類のメニューが賞を得た。その中に部優賞は3種、上海名特軽食賞は14種、中華名軽食賞は1種。海外にも販売されている。お正月と季節の商品、例え青团子、粽、松糕、定勝糕などは大変顧客に愛された。年中このようにたくさん美味しいもの名前を思い出さずだけで食べたくなる。

定番メニュー：馬拉糕、播沙団など
住所：襄陽南路336号
電話：021-64374174
アクセス：バスの42番、96番、327番



鮮得来

鮮得来排骨年糕(スペアリブお餅煮)は全国でも有名な軽食。1921年現在の西藏南路177弄の入り口で創業した。当時庶民客向けの店、その美味しさで「鮮得来」と「排骨大王」の美称を得た。「鮮得来」の意味は「味が美味しい、道徳を重視し、商売が繁栄」。現在鮮得来のスペアリブの外観は扇形似、表面の皮が金色、口に入れると香がいっぱい、柔らかくて美味しい。お餅は白くて柔らかい、非常に美味しい。

定番メニュー：排骨年糕など
住所：雲南路46号 電話：021-63261284
アクセス：軌道交通8号線（大世界駅）、バスの42番、926番、934番



沈大成

沈大成は光緒6年(1875年)に創業した。創業者の沈阿金は軽食作りの優れるところを集まり、素材の選別にこだわりがあり、もの作りに繊細。沈大成本の寿桃、桂花条頭糕、青团子、粽などは名高い、「上海軽食の大王」と呼ばれている。ここの粽の海派風味が濃く、伝統的な香、粘性と美味しさの特色を守りながらカレー鶏肉粽を作り出した。粽1個を買い、更にワントンを加えて食べるのは沈大成の一番人気のセット。

定番メニュー：条頭糕、双釀団子、青团子など
住所：南京東路636号
電話：021-63225615
アクセス：軌道交通2号線（南京東路駅）

