

MUST TASTE ワールドグルメ (欧米編)



ヨーロッパ料理 Jimmy's Kitchen
80年前に上海で開業し、中国初の洋食レストランにもなった「占米厨房」。数年後、再び上海に上陸して今日にいたる。新しい住所は老錦江飯店の中である。家庭のようなリラックスできる環境で内容豊富なヨーロッパ料理を提供するのが当店の特徴で、なかでも魚やポテト、鶏のから揚げ等の定番料理は50年間かわらずに人気を集め続けていた。

所在地 黄浦区蒙自東路75号(麗園路付近)
TEL 021-33070770
アクセス 地下鉄9号线馬当路駅
ロシアンフード ロシアンレストラン「飛象」
おすすめ 赤野菜スープ、キノコ煮込み
所在地 黄浦区広東路 525 号金外灘ホテル3階(北路交差点)
TEL 021-63522000



フランス料理 フランスレストラン Mr & Mrs Bund
おすすめ フォアグラ、ステーキ、タラ、モークサーモン
所在地 黄浦区中山東一路 18 号外灘 18 号6階(南京東路附近)
TEL 021-63239898

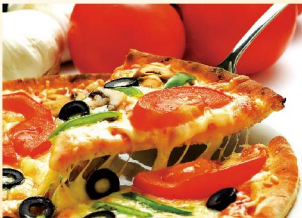


ギリシアン料理 ギリシヤレストラン(虹梅路店)
おすすめ mousaka、鶏スープ
所在地 閔行区虹梅路 3911 号 SOHO 3911 カジュアル街 1 号別荘
TEL 021-62625011

スペインフード スペインレストラン
Restaurant Martin by Martin Berasategui
おすすめ イベリアハム、スペイン風パエリア
所在地 徐匯区衡山路 811 号徐家匯中心広場緑地内



イタリアフード イタリアレストラン Casanova
おすすめ チーズピザ、抹茶アイスクリーム
所在地 静安区巨鹿路 913 号
TEL 021-54034528



ギリシアン料理 ギリシヤレストラン(虹梅路店)
おすすめ mousaka、鶏スープ
所在地 閔行区虹梅路 3911 号 SOHO 3911 カジュアル街 1 号別荘
TEL 021-62625011



MUST TASTE 知っておきたい食に関する豆知識

小籠包はどうやって食べますか?

小さい皿を手にし、酢と千切りショウガを少々入れる。小籠包を箸でそっとつまみとって皿に移し、皮の部分をちょっとだけ噛み破いて中の汁を吸い取ってから、丸ごとを食べ始める。



上海人の言う「四天王」とは何ですか?

上海の代表的な朝食といえば四天王、即ち「中国風ナン、揚げパン、モチ米とうるち米混ぜご飯、豆乳」



カニを食べる時に気をつけておきたいことは?

カニを選ぶときは、足肉が硬く、みそがたっぷりのカニがおススメ。さら探りたてモクセイを入れて熱した黄酒と一緒に食するとおいしさも倍増。



おすすめのお土産は?

大白兔ミルクキャラメル、5香豆、梨膏糖……どれも上海を代表する味ばかり。



Shanghai China
More Discovery More Experience



SHANGHAI CITY GUIDE

MUST TASTE

上海に来たら
食べるべし

上海市観光局
Shanghai Municipal Tourism Administration

中国上海 发现更多·体验更多
Shanghai China More Discovery More Experience <http://www.meet-in-shanghai.net> 上海旅游会展网
62020 上海旅游热线 SHANGHAI TOURIST HOTLINE 962020
ShanghaiTour.net <http://www.shanghaiour.net>
上海旅游网

パンフレットの記載情報は2012年5月現在のものです

511ZLR-2011 (2012-0705-38000)



MUST TASTE 本場中国の味
をご堪能しよう

四川料理 孔雀

四川料理「孔雀」の最大の特徴は、辛さに一切手を加えないことである。さらに口にしたときの食感をもっと出すために、メニューには広東料理も若干含まれている。饅団子の高湯煮込みや、オリジナル串盛り合わせ、脆笋小黄牛……どれも中国文化の粋を感じさせるオリジナルティエあふれる逸品ばかり。

所在地 黄浦区蒙自東路75号(龍園路付近)
TEL 021-33070770 **アクセス** 地下鉄9号線馬当路駅

湖南料理 滴水洞(東平店)

おすすめ 魚の頭の唐辛子蒸し、クミンのスパイスベアリア、ササゲ漬物のひき肉炒め
所在地 徐匯区東平路5号B座(岳陽路付近)
TEL 021-64159448

貴州料理 黔香閣(碧雲店)

おすすめ 盗汗鶏、鳥江魚、アワかす、貴州風コロッケ、精進あわび
所在地 浦東新区碧雲路633号碧雲体育休閑中心
TEL 021-68861877, 021-50117605

イスラム 「金薩島」(新華路店)

おすすめ 羊肉串、ウイグル風煮込みチキン、ヨーグルト、ウイグル風焼きそば
所在地 長寧区新華路60号(淮海西路付近)
TEL 021-62802353, 021-62813874

西北料理 西貝西北菜(虹口龍之夢店)

おすすめ 焼羊棒、莜面魚魚、自家製豆腐、西貝大拌菜
所在地 虹口区西江湾路388号虹口龍之夢A05-02号室(虹口体育場付近)
TEL 021-58752999



MUST TASTE 本場中国の味
をご堪能しよう

香港料理 查餐厅

店内の内装からスタッフの服装まで、香港のものという本場志向のお店。お店特製ソースと鶏肉の旨味が混じりあって口の中に広がる。さらに甘い香りがたまらない本場のミルクティーもおススメ。カウンターからミルクティーを作る過程が見られるのも意外と面白い。

所在地 黄浦区思南路30-4号(淮海中路と南昌路の間)
TEL 021-60932062 **アクセス** 地下鉄1号線陝西南路駅

香港料理 翠華餐厅(富民路店)

おすすめ 海南風チキンライス、サーロインカレー
所在地 静安区富民路291号(長樂文差点)
TEL 021-61701282

香港料理 香港レストラン「大班」

おすすめ 火炎牛力方
所在地 普陀区常德路1221号
TEL 021-62320361

香港料理 新旺茶餐厅(漢口路)

おすすめ 特製メロンパン
所在地 黄浦区漢口路309号(山東中路)
TEL 021-63605008

香港料理 米高餐厅

おすすめ 皮付き豚バラ肉のバリバリ焼き
所在地 黄浦区興業路123弄新天地南里6号ビル3階
TEL 021-63846667



香港料理 表叔茶餐厅

おすすめ 煮込み牛筋ラーメン、スベアリア蒸しご飯、海老入り蒸しクレープ
所在地 長寧区匯川路456号
TEL 021-52736797

台湾料理 鹿港小鎮(港匯店)

おすすめ 三杯鶏、パイナップルと蝦入り揚げパン、ピーナッツシャーベット、煮込み豚肉かけ飯
所在地 徐匯区虹橋路1号港匯広場5階
TEL 021-64077480



台湾料理 玲瓏小鎮

おすすめ パイナップルと蝦入り揚げパン、三杯鶏、スキの油かけ
所在地 黄浦区打浦路78号
TEL 021-33311273

マカオフード 澳門葡国餐厅

おすすめ ポルトガル風子キン、鮮物油淋味
所在地 静安区西康路466号
TEL 021-62550092



MUST TASTE ワールドグルメ
(日韓編)

和風料理 新町

日本の伝統的な街並みを思い出させるかのような設計、敷石通路沿いの和風の街灯、山積みされた日本酒の一升瓶、さらに日本の有名人の写真まで、細かいところまでこだわった内装に仕上げている。メニューも豊富で、定番の刺し身や寿司から鍋、鉄板焼きまでなんでも勢ぞろい。

所在地 黄浦区馬当路159号新天地北里1-2階
TEL 021-3366128 **アクセス** 地下鉄1号線黄陂南路駅

和風料理 日本料理「初花」

おすすめ 刺し身、銀鱈焼き
所在地 長寧区虹橋路1446号古北湾大酒店3階
TEL 021-62191910 62080645

和風料理 日本料理「小山」

おすすめ サーモン、ウニ、しゃぶしゃぶ
所在地 黄浦区自忠路338号新天地南里6号3階
TEL 021-53821125

和風料理 魚蔵

おすすめ うな井、魚料理
所在地 長寧区仙霞路299号遠東国際広場B棟1階
TEL 021-62350071

和風料理 和風バーベキュー「小南国」

おすすめ 牛リブ
所在地 長寧区古北路666号嘉麒大厦102、202号室
TEL 021-62959737

和風料理 日本料理「なすび」

おすすめ おでん、抹茶アイスクリーム、刺し身
所在地 長寧区伊犁路88号福泰商務酒店
TEL 021-62081550

韓国料理 長白山酒店

おすすめ 韓国焼肉、冷やし麺、もち
所在地 閔行区紫藤路192号
TEL 021-34318046

韓国料理 正一品(金匯南路店)

おすすめ サムゲタン、韓国茶碗蒸し、石焼キビビンバ
所在地 閔行区金匯南路225号
TEL 021-34322735

韓国料理 禾風韓国焼肉

おすすめ 豚バラ肉
所在地 楊浦区淞上海道151号中環国際大厦1階(政通路)

タイフード 天泰 Simply Thai(新天地店)

おすすめ 青カレー、ソフトシェルクラブ、チキンのパンダン葉包み
所在地 黄浦区馬当路159号
TEL 4008807729



インドフード 蓮池印度餐厅

おすすめ パバド、オリジナル手作りヨーグルト、インド茶、ミルクチキンカレー
所在地 黄浦区泰康路274弄田子坊12号
TEL 021-54652743

古北路 古北路は和風料理の集まり場所だ。上海で大人気のチェーン店も、街に隠れた本番の居酒屋も、各風味の日本料理屋さんで15軒も集まる。

MUST TASTE 本場上海の味を
ご堪能しよう



南翔小籠包

清・同治帝時代に創業し、「皮が薄い、肉が柔らかい、汁が多い、味と形が良い」等で知られている南翔小籠包、その歴史はすでに100年以上にも及んでいる。人気の秘密は手の込んだ肉あんにある。極上の豚足肉に鶏ガラスープで煮込んでからゼリー状にした豚肉皮、さらに細かく擦ったゴマを入れて初めて特製肉あんが完成する。

古猗園餐厅

おすすめ 南翔小籠包、魚肉団子スープ、竹筒入りもち米

所在地 嘉定区南翔鎮滙宜公路 218 号
TEL 021-59121335

南翔饅頭店(豫園路店)

所在地 黄浦区豫園路 85 号
TEL 021-63554206

鼎泰豊(豫園店)

おすすめ オリジナル小籠包、エビワンタン、エビシュウマイ

所在地 黄浦区方浜中路 168 号豫城時尚
TEL 021-63341008



上海生煎

一口噛むと、肉の旨みが油やネギ、ゴマの香りとともに口の中に広がっていく。上海地元の人には「肉まん」のことを一般に「饅頭」と呼んでいるため、生煎肉まんのことも生煎饅頭と呼んでいる。

小楊生煎(吳江路店)

おすすめ 生煎、牛肉入り春雨スープ
所在地 静安区吳江路 269 号 2 階
TEL 021-61361391

豊裕生煎

おすすめ 生煎、鶏・アヒル血スープ
所在地 黄浦区陝西南路 281 号
TEL 021-64724609

王家沙

おすすめ 豆沙青团、カニ肉入り小籠包、冷やし麵

所在地 静安区南京西路 805 号
TEL 021-62530404

南翔 1900(虹口龍之夢店)

おすすめ エビ入り小籠包、ミニワンタン、キンモクセイ入り餅

所在地 虹口区西江湾路 388 号虹口凱
徳竜之夢ショッピングセンター
TEL 021-56380911



白斬鶏

上海料理といえばバイチャンチー。三黄鶏を調理するときは何も加えず、醤油をつけて召し上がるだけ。鶏肉の甘みと特製みその香りが絶妙にマッチする一品。

小紹興

おすすめ 白斬鶏、鶏ガラ味噌ラーメン、ネギ油かき混ぜそば、血スープ、三丁包
所在地 黄浦区雲南路 69-75 号
TEL 021-63260845 63203562

振鼎鶏

おすすめ 白斬鶏、鶏粥、鶏ガララーメン
所在地 黄浦区福州路 440 号
TEL 021-63500458

もち米団子

とろける肉団子、黒ゴマ団子、アズキ団子、どれも一口噛むだけで、もち米とあんが相まって絶妙な味が口の中に広がる。

おすすめ 美新点心店
所在地 静安区陝西北路 105 号
TEL 021-62470030

ワンタン

透き通るような皮に新鮮なミンチを少々入れて水の中でさっと煮し、千切り卵や干しえび、海苔の入った鮮のスープに入れて完成。

おすすめ 万寿齋
所在地 虹口区山陰路 123 号

双档

新鮮な肉を包んだ油面筋に、干しエビやハム、ブタ肉がたっぷり入った百葉包をスープに入れて煮込んでいく。

おすすめ 富春小籠
所在地 静安区愚園路 650 号
TEL 021-62525117



焼き餃子

焼き餃子は生煎饅頭と似ているようで似ていない別のも、厚皮好みの方なら生煎、薄皮好みの方なら焼き餃子がおススメ。

おすすめ 四如春食府
所在地 普陀区石泉路 72 号
TEL 021-62143292

MUST TASTE 本場上海の味を
ご堪能しよう



小籠包、生煎、白斬鶏等の代表的な料理のほかに、上海の巷にも多くのうまい料理が隠れている。

下沙シュウマイ

新鮮な肉と角切り筍からなる肉あん入りの浦東の名物菓子。

おすすめ 下沙徳待シュウマイ店
所在地 浦東新区下沙鎮高南路 5263 号
TEL 021-58146006

冷やし麵

夏の老舗菓子屋さんの定番。コシのある麺を茹でた後に冷水で冷やし、具をかけて酢、ピーナツバター、ゴマ味噌等をのせて完成。

おすすめ 味香齋
所在地 黄浦区雁盞路 14 号
TEL 021-53839032



鮮肉月餅

広東風月餅よりも上海人に愛されている「鮮肉月餅」。肉あんは企業秘密である場合が多く、旨みがありながらもさっぱりとした食感が特徴。

おすすめ 西区老大房
所在地 長寧区愚園路 635 号

スベアリップもち

黄金色に香ばしくばりっと揚げたスベアリップに極めつけは本場上海の辛味ソースをかけた独特な一品。

おすすめ 鮮得来(雲南路店)
所在地 黄浦区雲南路 46 号
TEL 021-63261284 63366108

MUST TASTE 上海郊外グルメ



七宝老街もち米団子屋さん

甘いものから塩からいものまで、その場で作ってくれる店。団子はどれもボリュームたっぷり、水磨きもち米は歯ごたえよくしかも歯にくっつかない。黒ゴマと肉あんがおススメ。

所在地 閔行区七宝鎮南大街 26 号
TEL 021-58146006

青浦扎肉、阿婆粽

朱家角には数多くの伝統的な料理があって、なかでも代表的なのは「阿婆粽」、「扎肉」である。扎肉は古くから伝わる江南地方のごく普通の食べ物で知られている。この街の最初の粽屋さんは北大街の葛恒昇である。

所在地 青浦区北大街 308 号
TEL 021-59244453 021-59248838

召楼古鎮もち米団子

女将さんは地元の人で、手作りだんごはどれも皮が薄く実がたっぷり、もちろん値段もお手頃。おススメはなんといっても肉入りナズナ団子。口の中に広がる旨みがたまらない。

所在地 閔行区召楼古鎮城隍もち米団子店

金山菜飯

一粒一粒ふっくら炊き上げた米に旨みのあるペーコンと新鮮な野菜、まさに天然な旨みそのもの。

所在地 金山区漕廊公路 9177 号金山農村新天地生態レストラン

TEL 021-57399251 021-57398080



松江蘭笋

毎年春になると一番人気なのはなんといっても旬の竹の子。店の看板料理は竹の子と肉の醤油煮込み。竹の子の数に限りがあるため、期間限定での提供となる。ほかにも馬橋豆腐、地鶏スープもおススメ。

所在地 松江區シャ山路路森林ホテル

TEL 021-57651160

楓泾丁蹄

純血種の黒皮「楓泾豚」の蹄で作られ、冷蔵庫に入れて、時間冷凍してからスライスして食べるとはじめて独特な旨みが出るというちょっと珍しい一品。

所在地 金山区楓泾鎮楓廊路
TEL 021-57356626





MUST TASTE

人気老舗

緑波廊

清・嘉靖時代創業の上海料理で知られ、世界中から数多くのVIPも訪れている人気の老舗。老城隍廟九曲橋の側に位置し、いかにも中国らしい伝統的な作りとなっている。代表的なお菓子は上海でも屈指の人気を誇る。

所在地 黄浦区老城隍廟内豫園路115号(九曲橋附近)

TEL 021-63280602 021-63559999-1733 アクセス 地下鉄10号線豫園駅

上海老飯店

元々は清・光緒元年(1875年)創業の「榮順館」で、「海上明園」とも呼ばれている豫園商城観光地区に位置する上海料理の発祥の地として知られる。代表的な料理はカニみそ豆腐。

所在地 黄浦区福佑路242号

TEL 021-63111777

アクセス 地下鉄10号線豫園駅



杏花楼

飲食店からはじまり、月餅で発展を遂げた100年もの歴史を持つ「杏花楼」は、清・咸豊元年(1851年)創業の上海有数の老舗である。1930年代からはじまった独特な煙燻魚や葱油鷄、西施蝦、牛肉のオイスターソース炒め等が人気料理は、今でも広く食べられている。

所在地 黄浦区福州路343号

TEL 021-63553777

アクセス 地下鉄1号線人民広場駅



徳興館

光緒9年創業の上海料理の発祥の地でもある「徳興館」。エビとナマコの煮込みや糟鉢頭、青魚秃肺等の伝統的な名物料理に限らず、創作料理にも積極的にチャレンジしている。

所在地 黄浦区陸家浜路1088号

TEL 021-63762282内線7777

アクセス 地下鉄9号線陸家浜路駅



MUST TASTE

旧洋館レストラン

上海早晨(外灘店)

浦江飯店は、別名「礼查飯店」とも呼ばれ、上海開港後の1846年に創業した近代中国において初めて外国人によって出資、建設、管理されたホテルである。したこのホテルの側らに位置する上海早晨は、主に地元上海料理を手掛け、なかでも燻製魚やスベアリブの甘酢煮、カニ入り豆腐は独特な風味があって一度は食べてみる価値あり。

所在地 虹口区黄浦路1号

TEL 021-63091846 アクセス 地下鉄2号線南京東路駅(タクシー利用必要)

慧邸宅(外灘店)

見た目から香りまですべてがゴージャス。ザ・ペニンシュラ上海に隣接する100年もの歴史を持つ安培洋行跡に位置し、都会の雑踏の中とはまったく異なる空間をつくりだしている。

所在地 黄浦区円明園路97号案培大楼3~4階

TEL 4008202028

アクセス 地下鉄2号線南京東路駅(タクシー利用が必要)



桂林公館

元々は黄金栄個人の別荘地で、眺めがいい景色が特徴である。主に高級料理、広東料理、地元上海料理、西洋料理を手掛けており、代表的な料理としてツバメ巢、笋煎魚、ビーフ、豚肉のブーアール茶煮込み等が挙げられる。

所在地 徐匯区漕宝路188号桂林公園の中

TEL 021-64515098

アクセス 地下鉄9号線桂林路駅



フレンチレストラン「思南公館」

上海の歴史の旧洋館を改装して造られたショッピング街に位置する思南公館は、ゆったりと寛げる優雅な環境で本場フランスの厳選料理を提供するフレンチレストランである。なかでもシェフのおばあさんが作ったといわれる魚のスープが高い人気を呼んでいる。

所在地 黄浦区思南路51号思南公館ホテル57号樓

TEL 021-34019998

アクセス 地下鉄9号線打浦橋駅



漾楽会

漾楽会は上海音楽庁の中にある高級洋食レストランで、代表的な料理として挙げられるのはフォアグラ、ロブスタースープ、羊肉の厚切り等が人気である。1930年に完成し、上海初の中国人建築デザイナーによって設計されたヨーロッパ風の建物である。

所在地 黄浦区延安東路523号上海音楽庁7号門94階

TEL 021-53839989

アクセス 地下鉄8号線大世界駅



MUST TASTE

テーマレストラン

カニ料理 王宝和酒家

1744年創業の「蟹大王、酒元祖」と呼ばれた上海で最も歴史のあるレストランの一つ。ボリウムたっぷり清水蟹が一番人気で、特製の「王宝和老酒」とともに召し上がるのもまた格別! 「芙蓉蟹粉」、「翡翠蝦蟹」、「流黄蟹脚」、「陽澄蟹壳」等が定番で、カニ料理専用の食器でゆっくりと味わいながら食べるのもひとつの贅沢であろう。

所在地 黄浦区福州路603号 TEL 021-63223673 アクセス 地下鉄8号線大世界駅



精進料理 精進料理「功德林」

1922年創業の「精進料理の元祖」とも呼ばれ、旬の野菜をふんだんに使用した多種多様な精進料理が人気を集めている。看板料理は「十八羅漢」で、言い伝えではその昔、布施へ出かけた何人かのお坊さんはさまざまな食材を手に入れたものの、どれも量が少なく料理が作れなかつた。

所在地 黄浦区南京西路445号

TEL 021-63270218 63272181

アクセス 地下鉄1号線人民広場駅



イスラムレストラン 百年老舗「洪長興」

梅蘭芳、譚富英、蓋叫天、孟小冬などが常連客である上海初のイスラムレストラン。代表的な料理として熱々羊肉、葱油餅、羊肉餃子、牛肉焼き餃子等が人気が高い。

所在地 黄浦区雲南路1号

TEL 021-63281551

アクセス 地下鉄8号線大世界駅

所在地 黄浦区広西南路288号10階

TEL 021-63529700

アクセス 地下鉄1号線人民広場駅



家庭料理レストラン 春餐厅

メニューは一切なく、女将さんがお客さんの要望を聞いて料理を進めてくれるというちょっと変わったレストラン。店内スペースが狭いためか、料理が運ばれるのも速い。テーブルは4つしかなく、食事は事前予約が必要である。友人とのちょっとした食事等に最適な場所といえる。揚げ海老、アヒルの醤油味付け、マナガツオ醤油煮込み等が当店の大人気料理。

所在地 黄浦区進賢路124号

TEL 021-62560301

アクセス 地下鉄1号線陝西南路駅

