

<頂好エリア>

[牛肉麵] [林東方牛肉麵](#)

住所: 台北市八德路二段 274 號

営業時間: 11:00~翌朝 5:00

定休日: 日曜、旧正月 1 週間ほど、清明節、端午節

台湾のネット投票「台湾の 10 大牛肉麵店」で第一位に輝き、CNN の「台北で食べるべき牛肉麵店 TOP8」のひとつにも選ばれた店。牛肉麵といえば、台北のソウルフード。ひとりひとりに好みの一軒があるといわれるジャンルで、あっさり味のこちらの麵が際立った高い評価を集めているのが興味深い。八角の味がしないから日本人の舌にも合うだろう。本店の近くに、より広い支店が控え、行列ができた時はどちらかの店へと誘導される。人気 NO.1 のメニューは「半筋半肉牛肉麵」。

[中国料理] [真好味茶餐廳](#)

住所: 忠孝東路四段 170 巷 29 號

営業時間: 11:30~21:00

無休

広東料理を気軽に味わえる食堂。ハムやソーセージなど燻製を使ったチャーハン「臘腸燒臘炒飯」やバター&エッグサンド「冰火菠蘿油」が人気。どれも量はたっぷり。

[中国料理] [榮榮園](#)

住所: 台北市信義路四段 25 號 2F

営業時間: 11:30~14:00、17:30~21:30

無休

創業 1965 年。閑静な住宅街にある中国浙江料理の店。家庭的な雰囲気の中、新鮮な食材を用いて、化学調味料をいっさい使わない料理を堪能できる。ボリューム満点のスペアリブ「(火靠)排骨」や、しっかりと味がしみこんだ肉を焼き、自家製窯焼きパンにサンドする「烤排光井」がおいしい。週末は混むので予約がベター。総料理長の黄呈郎さんは李登輝元総統など政界人の専属シェフをつとめ、確かな腕をもつ人。美食家としても知られた故・邱永漢さんもお気に入りだった一軒である。

[包子] 姜太太包子店

住所: 台北市復興南路一段 180 號

営業時間: 6:00~19:00、土曜: 6:00~18:00

定休日: 日曜日

[テキストを入力]

包子は台湾の肉まんやあんまんのこと。SOGO 横にあるこの有名店は小ぶりの包子をイートイン、テイクアウトとも可能。一番人気はキャベツ(高麗菜)の肉まん。ジューシーな餡ともちもちの皮とのバランスが絶妙。

#### [甘味] 東區粉圓

住所: 台北市忠孝東路四段 216 巷 38 號

営業時間: 11:00~23:00

定休日: 旧正月の大晦日から 5 日間

台湾スイーツの店がひしめく忠孝東路と敦化北路の界隈。カエルのマークが目印のこの店は長年にわたって人気をキープする豆花(豆腐のデザート)やお汁粉の店。メニューは温かいものと冷たいもの、それぞれ4種のベースに好みのトッピングをプラスできる。温かいものは、①お汁粉の「紅豆湯」+トッピング3種、②漢方の仙草スープ「焼仙草」+トッピング3種、③甘いスープ「熱糖水」+トッピング4種、④温かい豆腐の「熱豆花」+トッピング3種で各60元。冷たいものは、①氷+トッピング4種、②タピオカの「粉圓」+トッピング3種、③冷たい豆腐の「冰豆花」+トッピング3種、④タピオカなどの「綜合粉圓」+トッピング3種で、呼格60元。トッピングには小豆を似た「紅豆」、サトイモの一種「芋頭」、漢方の「仙草」、落花生を甘く煮た「花生」など、とにかく種類が豊富で、どれにするか頭を悩ませることになる。

#### [小籠包] 正好鮮肉小籠湯包

住所: 台北市大安區通化街 57 巷3號

営業時間: 17:00~24:30

無休

夜のみ営業、メニューは注文を受けてから目の前で肉餡とネギを包んでつくる小籠包(8個で80元)と酸辣湯(35元)のみという潔い店。小籠包の肉餡はジューシーなのに、ネギの作用か、さっぱりとした味わいで、夕食後に立ち寄ってもペロりと食べられる。半屋外な店のつくりもローカル感が満々。

#### [台湾料理] 秦小姐豆漿店

住所: 台北市北延吉街 7 號之 6

営業時間: 月曜~金曜 5:30~20:00、土曜・日曜 5:30~14:00

無休

朝食を求める地元の客で早朝から賑わう店。イートインができるが、客の大半は持ち帰りの人。並んでも回転は早めだ。オレンジピール入りの豆乳パン「豆漿餅」を目当てにする客が多く、朝8時には売り切れてしまうこともあるらしい。多様な朝食メニューを供するが、なかでも鉄板的メニューが豆漿。日本の豆乳よりもさらりと薄く、基本は甘い。こ

[テキストを入力]

れに台湾風の揚げパン「油條」を浸して食べたりする。鹹豆漿は砂糖が入っていない豆漿に油條などの具を加え、醤油や酢などで味付けしてあるもの。この店は鹹豆漿(25元)のほか、蛋餅も人気。これは鉄板に広げた卵の上に、クレープのような薄皮を載せ、クルクルッと丸めたもの。チーズ入りの蛋餅がおすすめで、蔬菜(野菜)蛋餅には苦手な人もいるバジルが入っているので注意。

#### [台湾料理] [菜蘭家厨](#)

住所: 台北市八德路三段 12 巷 70 弄 14 號

営業時間: 11:00~14:00、17:00~21:00

定休日: 日曜

台湾の家庭で食べられているような、栄養を考え、味付けも油も控えめな料理を提供。化学調味料も使わず、食べる人の体を気遣った優しい味に周辺で働くサラリーマンもぞっこん惚れ込む。メニューはなく、人数に応じた量のおまかせ料理が次々と運ばれてくるシステム。どんな料理が出てくるのかは、店の Facebook を参照を。

#### [火鍋] 長白小館

住所: 台北市光復南路 240 巷 53 號

営業時間: 11:30~14:00、17:00~21:00

定休日: 月曜、旧正月1週間、端午節・中秋節、8月は全日休み

さまざまな鍋の専門店が味を競う鍋の楽園、台北。その並みいる名店のなかでも台北でNO.1と評価される酸菜白肉火鍋が自慢の一軒。酸菜白肉火鍋は中国東北地方の料理で、酸味のある白菜漬の酸菜を千切りしたものと、蒸して脂を落とした豚の三枚肉をてんこ盛りでかつおだしのスープに投入。ゴマペーストと豆乳ベースの自家製タレとの相性も抜群で、具を漬けると酸っぱさの後から旨みが濃厚に立ち上がってくる。そのおいしさにやみつきになる日本人も多く、この鍋を食べるためだけに台北をリピートする人も少なくないとか。昼は予約不要だが、夜は必須。とくに冬はなかなか予約が取れないほどの人気だ。

#### [甘味] [庄頭豆花担](#)

住所: 台北市市民大道四段 73 號

営業時間: 12:00~22:00

定休日: 月曜

黒大豆でつくった黒豆花、普通の豆花と2種類の豆花を供する珍しい店。豆腐が浸るシロップも普通のものとは氷のスムージー、豆乳から選べる点もレア。さらには通常は2~4種類のみ選べるトッピングも、こちらでは珍しいひよこ豆やカボチャペーストも含

[テキストを入力]

めて10種類ほどのトッピングから選び放題。夏は冷たい豆花のみだが、冬は温かいものも選べるなど、スイーツ好きのハートを驚掴みにする誠実な体制が嬉しい限り。

[台湾料理] [陸光小館](#)

住所: 台北市市民大道四段 103 號

営業時間: 11:30~14:00、17:30~21:30

定休日: 第1・第3月曜日

蒋介石とともに中国大陸から台湾に渡ってきた軍人の家庭料理を出す店。台湾風の煮込み「滷味(ルーウェイ)」、葱油餅を細く切って野菜と炒めた「炒餅」、水餃子をはじめ、何を食べても安くておいしい。ペパーミントグリーンを基調にした、レトロな雰囲気の内装も魅力。

[北京料理] [朱記餡餅粥店](#)

住所: 台北市仁愛路三段 106 號

営業: 11:00~14:00、17:00~21:00

無休

刀削麺や焼き饅頭の「餡餅(シェンビン)」が有名な1973年創業のレストラン。小菜の種類も多く、自分で好みの小菜を取りに行くコーナーがある。新光三越などのデパート地下にも出店していて、そちらでも多様な小菜をテイクアウトできる。

[甘味] [Ice Monster](#)

住所: 台北市忠孝東路四段 297 號

営業: 10:30~23:30

無休

マンゴーかき氷の名店。看板メニューは「超級芒果冰」。ふんわりとした氷の上に2種類の新鮮マンゴーがごろごろと載り、黒糖、練乳、マンゴーソースが掛かり、さらにパナコッタとマンゴーシャーベットが重なるゴージャスな構成。マンゴージュースをきめ細かな氷にした「鮮芒果棉花甜」もこの店特有の一品。氷が溶けると、その下にひそむ、てんこ盛りのマンゴーが現れてくる! ほかにタピオカミルクティーのかき氷「珍珠奶茶綿花甜」やコーヒーのアイスブロックを削り、ブラウンシュガーを用いたゼリーやパナコッタ、クッキークリームアイスをトッピングした「咖啡綿花甜」など、スイーツ好きにはこたえられないメニューが用意されている。店内で並ぶ際は、イートイン(内用)とテイクアウト(外帯)とに列が分かれているので留意を。

[甘味] [騷豆花](#)

[テキストを入力]

台北市延吉街 131 巷 26 號

営業時間: 12:00~22:30

定休日: 日曜日

「豆花の概念を覆すおいしさ」と、季節のフルーツをたっぷり用いた豆花が評判の小さなカフェ。新鮮な大豆を選び、豆自体の甘さを大事に、ていねいにつくる豆花はさっぱりと優しい味わい。口に入れると、たちまち溶け、陶然とした心地になる。6~10月には台湾の愛文マンゴーがマンゴーピューレやタピオカミルクとともにごろりとする「芒果豆花」が人気。温かい豆花もあり、落花生と生姜の豆花に黒糖の甘さがほどよくからむ「騷豆花」が定番。ほかにも体を温める効能がある山芋が入った「紅豆山藥豆花」など、体を気遣う豆花が充実。台湾の伝統スイーツの実力に唸られる名店だ。

[海鮮] 先進海産店

住所: 台北市松山區延吉街 23 巷 5 號

営業時間: 17:30~深夜 1:30

定休日: 第1・第3月曜

台北でもトップクラスのおいしい店と地元の人が推すシーフードの店。店内にメニューがなく、ショーケースから食材を選んで調理してもらう。牡蠣やイカ、エビなど豊富な魚介類を指さし、ビールは自分で冷蔵庫から取ってくるというローカル度の極めて高いシステム。まわりのテーブルの料理を指さすか、台湾版食べログ [iPeen 愛評網](#) の写真を示すなどして、ひるまずにオーダーしてみよう。

[創作料理] [攤 TUA](#)

住所: 台北市大安區四維路 44 巷 15-1 號

営業時間: 12 時~深夜 0 時

無休

作家のよしもとばななさんが台北でいちばんおいしいと絶賛したのは、自然食材のレストラン「四知堂」。この店をプロデュースしたオーナー [陳超文さん](#) がモダンなアパートメントを改装してオープンした店が TUA。デザインの仕事のために一年の半分は旅に割き、美食との出会いを求め、広範囲に見識を深めている陳さん。台湾随一の趣味人といわれる彼の美意識が、台湾を代表する建築家の自宅を活用した「四知堂」と同じく、隅々まで行き渡る美しい空間だ。供するのは台湾料理をベースに季節の食材を厳選してつくる創作料理。店内にあるのは北京語のメニューのみなので、ホームページで予約を入れたうえ、どんなメニューがあるのか、事前に調べておくと訪問当日はスムーズだろう。肉、魚、野菜など好きな食材を指定して、おまかせでコース料理を頼むことも可能だ。

[テキストを入力]



洒落た TUA 店内。映像監督も務めていたという陳さんの洗練されたセンスが光る



自家製の黒豚ソーセージ「高粱酒香腸」が前菜。生姜が添えられる

[テキストを入力]



メインディッシュの「樹子昆布蒸海魚」。台湾近海で獲れるノドグロ(魚はその時々で旬のものに変わる)を蒸し、白ワイン、みりん、ナンプラーなどで仕上げている。あさりやキノコも添えられ、ヘルシーで滋味深い味わい。陳さんが「これがよく合うんだよ」とスペイン産のオリーブオイルをたっぷりとふりかけてくれました



食後のデザートには、自家製のスイーツから好きなものを選べる

[テキストを入力]



オーナーの陳さん。日本が大好きで、年に5～6回は訪ねているという

[ビストロ] [VVG Bistro 好様餐廳](#)

住所: 台北市忠孝東路四段 181 巷 40 弄 20 號

営業時間: 12:00～21:00

無休

世界中を旅しているオーナーが各地で集めた雑貨やヨーロッパとアジアの家具を混沌と配した、ポップで楽しいな雰囲気のレストラン。その時々でインテリアを模様替えするというから、訪ねるたびにまるで異なる印象を受けるかもしれない。料理は欧風料理がベースにはなっているが、スタッフみんなアイデアを出し合い創作するというメニューは独創性に満ちていて、見た目も味もワクワクとさせられるもの。食事を通じて、クリエイティブな体験に心躍るはず。

[米料理] [Cafe de Riz](#)

住所: 台北市安和路一段 78 巷 34 號

営業時間: 11:30～14:00、18:00～22:00

定休日: 日曜、月曜

米に合うおかずや飲み物を味わえる「お米カフェ」。米は佐賀県のコシヒカリと日本統治時代に天皇から譲られた苗をもとにする品種を使用。水分が多い佐賀産の米は海鮮丼などの丼ものに、しっかりした食感の台湾産の米はお茶請けにと使い分けている。

[テキストを入力]



オーナー自ら香川県で稲作に従事するなど、食材と料理に対する並々ならぬ誠意と敬意が感じられる一軒だ。

[豆漿] 永和豆漿大王

住所: 台北市復興南路二段 102 號

営業時間: 月曜～金曜 5:00～23:00、土曜・日曜 5:00～深夜 0:00

無休

台湾式朝食を堪能できる店だが、早朝のみならず深夜まで、庶民からセレブまで台北市民がひっきりなしに訪れる豆漿店。豆乳にネギや揚げパン、香辛料などが入る「鹹豆漿」は 30 元。もち米の太巻きのような「飯糰」が 35 元、ネギ入りの卵焼き「蔥花蛋」が 10 元といった具合に、とても懐にも体にも優しいメニューが嬉しい限り。日本語メニューはなく、日本語も通じないので、まわりのお客の食べているものを指さすか、事前にメニューの北京語(繁体字)名を調べておこう。

[甘味] [Mango ChaCha](#)

住所: 台北市光復南路 562 號

営業時間: 11:00～23:00

無休

北京語の店名は「芒果恰恰冰館」。台北名物ともいえるマンゴーのかき氷。しかし、マンゴーの収穫時期から夏のみ限定メニューであることが大半。ところがこの店ではなんと一年中、味わえるというから、冬に台北を旅する日本人観光客は存在をぜひ認知しておきたい。マンゴーカラーのオレンジに彩られた店内で楽しめるかき氷は、パウダースノーのごとく繊細ではかなく溶ける「雪花氷」。マンゴー味の雪花氷とオーナーの実家である農家から取り寄せるアップルマンゴー、マンゴーアイスなどマンゴー尽くしの具をトッピング。マンゴー目当ての欲求を、季節を問わず深く満たしてくれる。マンゴーかき氷のもうひとつの有名店「Ice Monster」よりフレンドリーな接客、店内の空気感にもなごめる。

[テキストを入力]