

ガツガツ
いこう!
1週目



FRIDAY 20:00
**ハレの日ディナーは
やっぱ洋食。**

毎晩遅くまで働いた自分へのご褒美は、もちろん好物のエビフライ。大ぶりで食べごたえあるサイズ、そこにタルタルの酸味が後追いで来るからいつまでも食べ続けたいくなるんだな。大迫力の前菜は、ビールと合わせてつまむこともできるし、普段摂り忘れがちな野菜もワンプレートにどっさりなのがアフター男子には嬉しいところ。しかもいわゆる洋食という枠を超えて、カツオのタタキや穴子天ぷらなんかも登場したり…。この気の利いた感、オトコとしても見習いたい。

ポテサラたっぷりの頭まで美味しいエビフライ1,200円。和牛モモ肉のコールドビーフにエビのカクテルなど8種類が盛り込まれた洋食Katsui特製前菜盛り合わせ2,800円(2人前)。

洋食Katsui

運掛けなら1杯とアテでもOK。チャージ500円。●大阪市中央区東心斎橋1-2-17 ☎06-6252-7014 11:30～14:30 17:00～22:30(日曜11:30～21:30、火曜16:00～22:00のみ) 月曜休(祝日の場合翌日休)



住んでみたら、週末はもっと楽しい!
在住者・ミーツ君が指南します。

**東心斎橋
ウィークエンダー。**

飲むも遊ぶも接待も、全てこなせるオトナの街、東心斎橋。大阪屈指の基盤の目を見下ろすタワーマンションを基点に、働き盛りのミーツ君による、楽しき週末3本勝負。

取材・文/土橋健司 写真/岡本佳樹 伊藤菜々子 イラスト/ユリコ・カワヒロ



ミーツ君

平日はワーカーホリックにつき、週末はもっぱら気心知れた在住の東心斎橋が主戦場なアフター男子。

SUNDAY 23:00

**ひとり静かに
冷コーな夜もある。**

月曜を控え、頭をしゃきっとさせておきたい夜は、21時からがピークタイムのコーヒー専門店へ。5種あるアイスコーヒーの中でも、苦みと甘みにパンチあるブレンド、クラウンをナイトキャップ代わりにしよう。アイスカフェウステコなどのコーヒーカクテルもリストにあるが、マスターによると1年半前から自家焙煎もスタートしたそうで、せっかくの豆の香ばしさをじっくり味わうべく、ここはあえてノンアルをオーダー。ビル3階の隠れ家的ロケーションも気持ちいいのだ。

ル・ブルミエカフェ

Le Premier Cafe

ブレンド3種、シングルオリジン12種とホットコーヒも種類豊富。気分に合わせてぜひ。●大阪市中央区心斎橋筋1-3-28 ビギ1stビル3F ☎06-6253-2567 12:00～翌0:30 (金・土曜～翌2:30、日曜～23:30) 無休



マンデリンベースのクラウン930円。広口グラスで頂くマイルドなアイスコーヒーに対し、こちらはすばまったグラスで香りを存分に楽しむ。

SATURDAY 22:00

**夜更けワインは
レストランで。**

ディナータイムを逃しても焦らない。本気コースをサーブしながら、22時以降はカウンターがシェフの遊び場になる店を知ってるからね。アテにもなる具材ギッシリのパスタが1品からOKという気軽さなのに、サービスは本格的ってのもいい。大型セラーも完備「えっ! このワインも」と驚く本までグラスサーブしてくれる。今夜は、シェフもお気に入りのサンジョヴェーゼ1,500円を。振り向けばセラーというカウンター席。深酒になるのも仕方がない。

ペッセルロツ

PESCE ROSSO

カウンター奥には豪奢なテーブルも。[ポルテベッキオ]出身の山中伸彦シェフが切り盛り。22時まではコースのみ、22時以降はパスタのみの注文可。●大阪市中央区東心斎橋1-3-18 ☎06-6241-0030 17:00～翌0:30 月曜休



2種あるラグーから、キノコとネロバルマのラグーソース2,800円を。たっぷりのトリュフが香りたつひと皿に、グラスがまた進む。



SATURDAY 22:00

レイトショーは見逃しても。

アイアンと木をミックスさせた大パイパーに心地良くジャズやラテンの音が満ちる。中央に鎮座するコの字カウンターは、マスターによる即興演劇の舞台のような出で立ちで、実際、カウンター奥はライブステージになることも。「インプットする時間が大切ですよ」とのマスターの言葉通り、ドラマチックな視覚空間で思いにふけりたい大人が集う。優雅な香りを片手に携え、自分自身を熟成する、週末の儀式だ。



ロンサカパ23はロックで、1,000円。200種類に厳選した中でもラムやテキーラの種類は多め。

シネマチック サルーン

CINEMATIK SALOON

週末開催のイベントは要チェック。●大阪市中央区東心斎橋1-20-16 長堀中央ビルB1
☎06-6282-0396 19:00~翌2:30(金・土曜~翌4:30) 不定休(イベント時変更)



FRIDAY 20:00

甘えたい日は日宝ロイヤルビル。

疲れたな、とぼろりと口からこぼれると同時に自然と足が向かう。お酒もコーヒーもビル入り口の直前まで悩むことができ、なによりどちらを選んでも、出迎えてくれるのが明るい女性店主というのがイイね。[小料理とモカ]なら、その日の気持ちに寄り添うお酒と体に馴染む小鉢で小腹を満たしてくれる。[喫茶とお酒 ちづ]なら、苦味が効いたブラックコーヒーでホッとひと息。カウンターの程よい距離感も心地良いし、つかず離れずの相槌も嬉しい。料理にも接客にも手をかけた丁寧な気遣いが、カウンター越しにさりげなく見えるのがいいんだよね。

小料理ともか

常時30種以上が揃う日本酒酒場。3種飲み比べ1,000円で、日替わりアテのチョイ盛もOK。●大阪市中央区心斎橋筋2-7-11 1F ☎06-6212-5116 15:00~22:00(日曜~20:00) 火・祝休&不定休※土曜は予約営業



美富久酒造の三連星をイチオシに万齢や大次郎など冷酒は HALF500円均一。冷たい茶碗蒸しや鮭の南蛮漬けなどアテも500円均一。

ちよい癒やされたい。
2週目



喫茶とお酒 ちづ

純喫茶の雰囲気そのままにコーヒーはサイフォンスタイル。昔ながらのフレッシュジュースにかき氷(?)まで。酔い覚ましに訪れる人も多い。●大阪市中央区心斎橋筋2-7-11 2F ☎06-6212-4707 15:00~翌2:30 火曜休



ストロングとマイルドから選ぶホットコーヒーは600円。カレーは、取材日のタイカレーの他、キーマやレッドなど日替りで800円。

SUNDAY 23:00

月に1度は恋しい、パッケリのカルボ

おなじみ、東心斎橋の美味しい社交場へ。ナポリではスタンダードな大判の平たいパスタ、パッケリに、これでもかと絡む濃厚ソース。アクセントになっているグアンチャーレも、実にワインを飲ませる仕様。皆でソファ一席、ひとりでカウンターといつでも優しく迎え入れてくれるから、ボリューム大のパスタで腹を満たしたい欲求に駆られた夜も、駆け込みパッケリがかなうのだ。



COPPA100

飲ませるローマ料理をつむぎ10年間。2015年からドリンク付きのプランチもスタート。●大阪市中央区心斎橋筋1-3-3 久栄ビル2F ☎06-6245-5839 12:00~15:00(水・木・土・日) 17:30~翌1:00 月曜休

各種専門店からファストファッションまで。[心齋橋筋商店街]はやっぱり便利だ。



老若男女が集う[東急ハンズ]。DIYも文具も充実。B1には[喜久屋書店]も。



白一色の壁にロゴが目印。
[CINEMATIK SALOON]
の世界へ誘うエントランス。



1,000枚にも及ぶレコードが[BAR JAZZ]の棚で美しいストライプを描く。



[洋食Katsui]は、エントランス前のテラス席が、夏の間はサイコーに気持ちいい。



[Le Premier Cafe]は賑やかな鰻谷通りに面したビルの3階に。

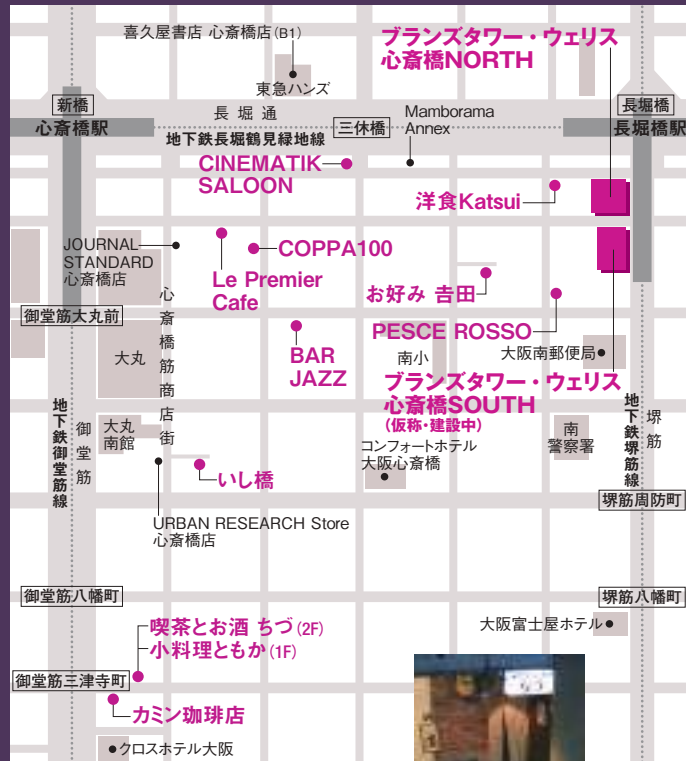


グランメゾンが軒を連ねる御堂筋。ヴォーリス建築の[大丸心齋橋店]も素晴らしい。

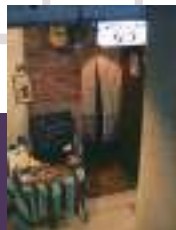
2階に上げればぐっと落ち着いた着けるビル中店の好例と言えば[COPPA A100]だ。



[いし橋]のあるしんぶら街には呉服店が多く典雅な雰囲気。商店街の喧噪が嘘のようだ。



[ともか]がある1階は呑兵衛喜ぶカウンター天国だ。[ちづ]は2階エレベーター前で入りやすい。



金魚の水槽に加え、ワインレッドに輝くロゴが目印。[PESCE ROSSO]前にて。

オレの庭&玄関口。 東心齋橋MAP。



EVERYDAY anytime 街を見下ろすタワー マンションで絶好調。

さて、お気に入りの店の数々からも徒歩すぐの我が家は、「眠らない街」心齋橋の新たなランドマークでもある。30階スカイラウンジ(写真)に、コンシェルジュサービス、スタディールームや応接室などを備えたプレミアムな分譲タワーマンション。東心齋橋の中でも落ち着きのある堺筋付近にそびえたつ[NORTH(分譲中)]と[SOUTH(仮称・分譲予定)]の2棟が、きらびやかな街並みにあって、この上ない隠れ家空間を作ってくれる。緑あふれるエントランスに、地上36階の高さからの朝焼け…。大人の心をくつろがせる、まさに「市中の山居」だ。



プランズタワー・ウェリス心齋橋NORTH

市営地下鉄の各駅からもアクセスは抜群。長堀鶴見緑地線・堺筋線各長堀橋駅から徒歩1分。御堂筋線心齋橋駅から徒歩7分、四つ橋線四ツ橋駅から徒歩11分。●大阪市中央区東心齋橋1-50-1 ☎0120-938-280([プランズタワー・ウェリス心齋橋]マンションギャラリー) 竣工予定:2016年2月下旬 入居予定:2016年3月下旬 間取り:1~3LDK 総戸数:246戸 ●販売中 ※詳しくは問い合わせを。





いし橋

変わり寿司8個(箱入り)900円。出身・富山の地酒も充実。昼は850円～、夜のおまかせ4,000円～。●大阪市中央区心斎橋筋1-5-19 しんぶら街 ☎06-6245-7366 11:30～13:30 17:00～22:00 日曜休



SATURDAY 18:00

家でナイター、 お供は変わり寿司。

楽し過ぎた夜も明け、まったりしたい土曜日は、豊屋町[黒部]出身の石橋智彦さんが営む鮨店へ。にぎりはもちろん、白エビのかき揚げなどアテな一品も魅力だが、楽しみなのは、持ち帰りできる変わり寿司。彩りと風味で遊ぶ創作メニューだ。伊達巻き、トウモロコン寿司、イカめし、トーストでちらし寿司を挟んだすしサンド…と、すし飯と素材の好相性にも、石橋さんの感性がきらり。和菓子のようなルックスも、女子の歓声を誘うに一役買ってくれる、

しっかり
締めるぜ。
3週目



SUNDAY 9:30

純喫茶で美しき モーニング。

休日の朝こそ、都会住まいの特権を活用すべし。コロンビアやブラジルをはじめ9種の豆を自家焙煎する、正統派のネルドリップコーヒーが主役のモーニングを。厚切りのトーストには、すり鉢で滑らかにしたイチゴジャムをたっぷり。難波新地からの移転を経て、なんと65年以上とか。香ばしい豆と朝刊の香りが似合うこの空間で、店主の辻泰彦さんご夫婦と世間話をするのも憩いの時間だ。デザート代わりに、ぜひ、追加でミックスジュースをグイッと。

カミン珈琲店

トーストとゆで卵がセットになったモーニング400円(～11時)。ミックスジュース520円のお他ミルクセーキも人気。●大阪市中央区心斎橋筋2-6-17 ☎06-6211-7705 9:30～20:00(日・祝～19:00) 不定休



SATURDAY 22:00

明日への活力。 牧さんと1杯。

酩酊に逃げたくない日曜の夜、オーダーしたいのは「Cuvée Bar JAZZ」。マスター牧慶次さんが09年に始めたブドウ栽培が、カタシモワイナリーによる醸造を経て、スパークリングとして結晶。グラス1,100円に果実味が溢れ、きゅっとして体を引き締めてくれる。常に楽しみつつ挑戦を続けてきた牧さんの立ち姿に似ているような…。明日もフレッシュに行こう、と居心地良いジャズバーの片隅でグラスを掲げよう。

BAR JAZZ

ブドウ造りを開始した後も、パンの手作りをスタートし、日本酒も厳選銘柄がスタンバイ。JBLから流れるジャズをBGMに、楽しく変化中なのだ。●大阪市中央区東心斎橋1-17-27 日宝ニューコロンプスビル1F ☎06-6251-5886 18:00～翌1:30 不定休



FRIDAY 20:00

東より美女来たりて、 酌み交わす。

「このふわふわが懐かしくて」と豚玉に目を細める彼女。関西出張の報を受け、「吉田さんのテコさばき」を誘い文句に抜かなぬ2席を予約した俺。ヤマモ以外にも素材ぎっしりの生地に火が通るまでは、カプレーゼを。熱で甘みを増したフルーツマトできゅんとさせる作戦だ。「9月にお店がお引っ越しするんだって」「また予約しなきゃ」って、さりげなく次の約束も済ませ、玉子焼きのシーツをかけた生地にいざダイブ!

お好み 吉田

豚玉700円(玉子+100円)、トマトと焼きカマンベールのカプレーゼ950円。グラスワイン650円～。8/23(日)まで現住所で営業。●大阪市中央区東心斎橋1-8-22 中正ビル1F(9月上旬より東心斎橋1-3-21) ☎06-6252-5009 17:00～23:30 火曜休

