

関西 or 関東

昆布だしの効いた関西流、甘く香ばしく仕上げた関東流など、卵料理にも東西で違いがあります。その違いを名店の味から見てみましょう。



丸武
伊藤光男さん

創業以来一筋！東京・築地市場の卵焼き

丸武の卵焼きは、ふんわりとした甘味とコクが特徴。大正末期の創業当時、日本橋魚河岸（現・東京築地市場）という立地から近隣にお寿司屋さんが多く、甘いネタがないお寿司で口直しとしても味わえるよう、甘い卵焼きを作るようになったのです。卵焼きは卵とだしの割合がハーフと、多めのだしを使うマイルドな味わい。熟練の職人が毎日丹念に焼き上げています。

丸武／東京都中央区築地4-10-10 TEL.03-3542-1919
営業時間：平日 4:00～14:30／日曜 8:30～14:00 休業日：祝・市場休日



関東

江戸前寿司に合わせた、甘みがとろける卵焼き

関西

濃厚なだしをたっぷり含んだ、黄金色の「だし巻き」



卵焼き

京都・錦市場の専門店が作る「だし巻き」

味の決め手は、たっぷりの利尻昆布と削り節でとる濃厚なだし。昭和3年の創業以来、長方形の鍋を使い、手前から奥へと巻いて焼く「京巻き」と呼ばれる技法で仕上げています。強い火力で焦げ目を一切つけず、素材の持ち味を最大限に生かすため、一気に焼きあげる技術は職人ならではの。縁起がよいとされる「巻物」であることから、おせち料理にも欠かせない存在です。

三木鶏卵／京都府京都市中京区錦小路通富小路西入東魚屋町182
TEL.075-221-1585 営業時間：9:00～18:00 定休日：年始休業日以外無休



三木鶏卵
本條浩二さん



みやざわ
外塚信一さん

銀座で愛される、16時以降のサンドイッチ

昭和58年の創業以来、レシピを変えていない卵サンドイッチは、ふわっとしたやわらかさが身上。ゆで卵をエッグカッターで切り、塩こしょうをして混ぜてからマヨネーズを加え、さらに混ぜることで、なめらかな食感の卵サラダが生まれます。1人分LL玉を2個半～3個と、卵をたっぷり使い、お酒にも合うように塩こしょうをやや強めにきかせているのが特徴です。

みやざわ／東京都中央区銀座8-5-25西銀座会館1F TEL.03-3571-0169
営業時間：11:30～14:30／16:00～翌4時 ※サンドイッチは16時から 定休日：土日祝



関東

しっとりとした食パンで、濃厚卵をたっぷりサンド

関西

卵の旨味がたっぷり詰まった、ふわふわだし巻きサンド



卵サンド

パンも卵もこだわりあり！京都の香ばし卵サンド

喫茶アマゾンでは、コーヒーや紅茶と合わせる軽食として、サンドイッチを出すようになったのが始まり。店の一番人気は卵サンドで、卵を4つたっぷり使っただし巻き卵を挟んだ、ボリュームたっぷりのサンドイッチ。卵は昆布などからとった白だしを加え、仕上げにバターで香ばしく焼き上げるのがポイント。パンはサンドイッチ用の薄めのパンで、焼かずにしっとり包みます。

喫茶アマゾン／京都府京都市東山区七条鞘町通上る下堀詰町235
TEL.075-561-8875 営業時間：7:30～17:30 (L.O.17:00) 定休日：水曜日



喫茶アマゾン
立石裕則さん

こだわり☆たまご飯

日本人が大好きな卵料理。汎用性の高い卵は調理方法によって七変化！地域色や個人の好みに合わせて、さまざまな顔を見せてくれます。

取材・文／本吉恭子 撮影／高橋真人

あなたはどっち派？

その1

トロトロ？ それともしっかり？

半熟 or 完熟

農林水産省公式 Facebook 上で、「卵料理」の好みの固さについてアンケートを行いました。その結果をご紹介します。

目玉焼きやオムライスは半熟派！
ご飯と一緒に食べるときに
絡まりやすいです。

半熟派です！
ふわとろの食感が大好きです！！

ふわふわのオムレツと
ちょっと固めのベーコンの
組み合わせが大好きです。

半熟派

72%

両方派

しっかり焼いた目玉焼きの黄身も、
とろーり流れ出す半熟の目玉焼きも、
それぞれおいしいです♪

普段はよく焼く派ですが、
そのときの気分で半熟もいいですね。

よく焼いた方がより卵の
おいしさを味わえると思います。
半熟よりも保存がきくし、形が崩れないので便利。

完熟(よく焼く)派

28%

厚焼きたまごや
ゆで卵を食べるときは、
よく焼く派。
か 噛みごたえ & 食べごたえを
感じたいので。

固めに香ばしく焼いた方が
ソースなどの相性が
いい気がします。
あとお弁当にも使いやすい！

自分好みを見

ゆで卵はシンプルなレシピ故にゆで加減が肝。ゆで時間によってさまざまな固さに仕上がります。半熟が好きなら6～9分、固ゆでが好きなら13分以上がおすすめ。右図を参考に、あなたの好みを探してみてください！

