

Tips 味のベストバランスを計算し、具材はグラム単位で調整。マヨネーズやソースも自家製とこだわりは尽きない。



▼ニース地方の漁師の定番ランチで、「濡れたパン」という意味のパンバーニャ。具材とパンが馴染むほど旨い新感覚サンド。679円。

5

カボチャや人参、竹炭が生地に織り込まれたカラフルなクロワッサンサンド。ボリューム満点の具材は、女性に人気のサーモンや新作のタンドリーの他、全5種展開。各535円。



Tips カスクートはトースターで2〜3分焼くと、さらに美味しさアップ。アルミホイルを被せると、焦げつき防止に。



▼しっとりフワフワ自家製シフォンに、季節の果物を3種。ホイップの中にも果肉が! 「フルーツ三種はさむ」420円

6

ヘルシーな「ツナとアボカドはさむ」は、たっぷりレタスにシーザーサラダマヨネーズがきいてサラダ感覚。480円



SANDWICH?

挟んでいることの美学。挟まっているからこそその魅力。上品ぶらず、大口開けてがぶりといこう。噛みしめるたびに高揚する、サンドイッチワールド8選。

5

フランスの味が揃う週末の朝が待ち遠しい

世界各地でパン職人として活躍してきたフランス人シェフのペゲロさんが奥様・路子さんと営む店。週末3日間みのオープンながら、地元・遠方問わずファンが多い。天然酵母を使った風味豊かなフランスのパンを中心に、他にはない新しいおいしさとの出会いを提供してくれる。イトインも可。

ENCORE UN MATIN

〈オンコー アン マタン〉
西宮市川添町4-2
営/全9時~18時、土・日7時~18時
月曜~木曜定休
☎0798-42-8544
Instagram@encore_un_matin



6

ボリュームにも大満足シェアもGOODなカスクート

1945年創業の老舗喫茶「ドニエ」の隣で、「はさむ」をコンセプトに、全6種のカスクート、全5種のシフォンなどをスタンバイ。主役はギッシリはさむ具材ながら、厚みと食感にこだわったパンズ仕様のカスクートで満足感を追求。テイクアウトはもちろん、裏庭風のテラス席でイトインもできる。

KURODONY

〈クロドニー〉
神戸市灘区水道筋5-3-3
営/10時~20時
無休
☎078-779-1698
Instagram@kuro_dony



7

ベトナム人が足しげく通う本場のバンミー

近年増えるベトナム人留学生に、祖国の味を食べさせたいと、ベトナム人オーナーが始めたベトナムサンドイッチ「バンミー」専門店。柔らかく軽い食感のフランスパンやレバーパテ、ハムは自家製で、チリソースや唐辛子はベトナムから直輸入するなど、現地の味にこだわって再現。

Thuy Moc Cafe

〈トゥイ モック カフェ〉
神戸市中央区北長狭通1-30-30ピアザ神戸1 30号
※5月に元町近辺に移転予定
営/9時~20時 無休
☎078-331-5159
Instagram@thuy_moc_cafe



8

素材の風味を生かした組み合わせのセンスに脱帽

芦屋の東山町で人気のベーカリー&カフェの2号店で、こちらはテイクアウト専門。上質な素材でシンプルなおいしさを追求。子どもが大好きな甘いパンから、毎日食べたいヘルシーな食パン、ワインに合わせたいドイツのハード系まで、幅広いメニューが揃うのも人気の理由。

Bakery&Cafe Rios ASHIYAHAMA

〈ベーカリーアンドカフェ リオス アシヤハマ〉
芦屋市呉川町12-15
営/10時~18時
日曜、祝日、第1・第3木曜定休
☎0797-61-5224
Instagram@riosashiya



バンミー500円。パテとハム、大根とにんじんの酢漬け、きゅうり、と具材たっぷり。パテは好みに。唐辛子の量で辛さ調整可能。練乳入りベトナムコーヒー(アイスS300円)とともに。



▲季節の生のフルーツと練乳を使ったスムージーも人気。No.1はアボカドスムージー480円。クリーミーですっきりとした甘さ。

7



Tips 日本では「バインミー」と呼ばれることが多いが、ベトナム語では「バンミー」と発音。食事におやつに、いつでも、どこでもいただける国民食。

生姜で煮た後に自家製味噌だれを塗って炙った旨みたっぷりのサバを挟んだ変わり種。人気の魚料理店とのコラボで生まれた一品。大葉、トマト、玉ネギの薬味感が絶妙。サバサンド420円。



▲組み合わせはその日の店主の気分次第!というミックスサンドボックス。丹波黒豆のバウンド付きがうれしい。500円。

8



Tips 国産小麦と芦屋の名水で仕込んだもっちり食感のリオストーストを使用。パンに塗るのはバターではなくオリブオイル。