



Tip

アルミホイルをはがしながら、下角から食べて始めるとこぼれにくい!



▼季節のシフォンケーキサンド750円(税別)。素材にこだわった「神戸たそがれプリン」クリームと生クリームを挟み、この日はいちごをイ

1

ソノトキのサンドランチは平日限定の日替り。単品800円(税別)、デザートプレートドリンク付き1,200円(税別)。この日は、甘辛ポークソテー、ふんわり卵、黒豆入りかぼちゃペーストなど6種がぎっしり。



Tip

フルーツがメインなので、生クリームは薄く。パンも風味はしっかりしつつ主張の強すぎないタイプをセレクト。

2

作り置きはせず、フルーツもパイナップル以外は注文ごとにカット。スイーツやデザートとしてだけでなく、食事としても選択肢に加えた、さっぱりとした後味のフルーツサンドだ。880円。

シティライフグルメ Instagram更新中
@citylife_gourmet

What Is Your Favorite

好きな♡サンドイッチはどれ?

1

カフェ好きが奏功 満足度120%のわんぱくサンド

店主の加納真紀子さんが、カフェめぐりとお菓子づくりが趣味だった専業主婦から一念発起して、2年前にオープン。量にも満足してもらいたいと生まれたサンドイッチの具材はすべて手づくり。ランチドリンクも大きめマグで提供され、「足りない」不満は皆無。ネルドリップする珈琲は、オリジナル焙煎2種から選べる。

cafe アノヒアノトキ

神戸市中央区再度筋町12-6
営/12時~19時
水・木曜定休

☎078-381-6676

Instagram@anohianotoki_kobe



2

果物が主役のカフェで旬のビタミンチャージ

毎日コーヒーを飲むように日々の暮らしにフルーツを!との想いで、フルーツジュースやスムージーをはじめ、旬のパフェなどを提供するカフェ。神戸市中央卸売市場の青果店での勤務経験がある店主の採田さん夫妻によって選ばれた、フレッシュでジューシーな食べ頃フルーツがスタンバイ。

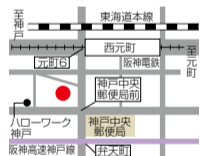
fruit cafe Saita! Saita!

〈フルーツカフェ サイタ! サイタ!〉

神戸市中央区相生町1-1-15 1F
営/11時半~18時半(L.O18時)
火曜・第3水曜定休

☎078-362-6737

Instagram@fruit_cafe_saita_saita



3

自家製パンと具材の妙にひと口が止まらない

「本を読みながら、パンが味わえるように」。店主の藤原崇哉さんが想いを叶えたカフェで毎朝3種のパンを焼き上げる。フレンチや中華などの経験を生かした具材はどれも手が込み、組み合わせのバランスに唸る。鶏ガラで出汁を取ったミネストローネ風など、付け合せも丁寧な手仕事。

cafe yom pan

〈カフェ ヨムパン〉

神戸市中央区北長狭通7-1-14
営/10時~16時半(L.O)
火・日曜定休

☎078-371-1289

Instagram@cafeyompan



4

肉料理もパンも自家製 シンプルなのに強烈な個性を放つ

店主が「サンドイッチには肉、必須」と断言するだけあって、スパイスをきかせた肉料理はすべて手作り。酵母を使い分けた自家製パンありきで具材を決め、唯一無二のひとつ皿に着地させる感性に脱帽。アメリカな内容、音楽、料理...見た目以上に奥深い料理の数々にハマる人続出。

LE BOOZY

〈ル ブージー〉

神戸市中央区加納町2-3-13
営/10時~15時(L.O14時)、18時~23時半(L.O22時)
不定休 ※4月にパン店オープン予定

☎078-778-9686

Instagram@leboozzy



サンドプレート800円。自家製ローストポーク、リンゴの蒸し煮、カンパニールにキャロットラペも。バゲットの粉の旨味がすべてを包み込み、一体感を創造。まさに、至福。



3



▲一番人気のモーニングセット(正午まで) カリッとモチモチのフォカッチャに、この日は豆ツナをセレクト。ドリンク付き800円。

Tip

全粒粉入りのバゲッドに、ハンドマッシュした茹でじゃがのフォカッチャなど、シンプルながら毎日でも食べたいパンが魅力。

ハムエッグフレンチトースト950円(税別)。フレンチトーストにしたカンパニールに、自家製モルタデッラと目玉焼きを挟み、好みでメープルシロップを。甘じょっぱさのルーブについての間にか完食。サンドイッチはランチのみ、予約不可。



4



▲キューバスサンド750円(税別)。パテドカンパニールやピクルスなどを自家製バゲッドに挟んで。マーマレードジャムがアクセント。

Tip

余計なものは足さず、ソースもほぼ使わず、各素材の旨さを最大限に引き出す。