

BAZAAR

Harper's
TRAVEL GUIDE

PARIS GOURMET GUIDE

美味しいパリ案内

Health-Conscious

食のトレンドは“ナチュラルシフト”

パリを席巻するヘルシー旋風。環境や健康に配慮したベジタリアン、オーガニック、グルテンフリー、そして小生産者による安全な食材を届けるエシカルなレストランが大人気！



La Guinguette d'Angèle

ラ・ガンゲット・ダンジェル ▶ ナチュロパシーの資格も持つアンジェ・フェル＝マールは、ベジタリアン、オーガニック、グルテンフリー料理の第一人者。アサイーやこの美などスーパーフードをふんだんに使ったヘルシーな料理が大人気で、パリコレのケータリングもほとんど一手に独占。特にオススメはパティスリー。植物いっぱいの田園風の店でくつろいで。

■ 2 rue du Général Renault 75011
Paris tel: +33 9 81 81 05 65
www.laguinquettedangele.com
MAP P35-B-3

左: クッキー、パウンドケーキも消化しやすく、体に優しいグルテンフリー！
下: 愛らしいインテリアが目印。



1区の小さな店に続き、11区に2号店をオープンしたアンジェ。



上奥: 一番人気はスーパーフード満載のアサイーボウル。€8
上: ターメリックが香るパースニップのスープ。€6



左上: おしゃれなヘルシー派が集まるマレ地区にある店。
左: 本場イタリアの食材が店内を埋め尽くす。
右: モッツァレラとトスカーナのハムと黄色のトマトの「レジーナレリユ」€16、トリュフとバジルの「ダブルトリュフ」€18
下: 店内には本格的なピザ窯がある。
下奥: 朝から夜まで多くの人でにぎわう。
下右: 食器類ももちろん可愛い模様が描かれたイタリア製。



Biglove Caffè

ビッグラブ・カフェ ▶ ナポリのモッツァレラ、バルムのハムなど、イタリア全土から良質な食材を取り寄せ、本場の味をパリで提供。アレルギーを起こしやすい小麦粉を使わず、消化にいい米、蕎麦、とうもろこしをミックスした生地のグルテンフリーのピザが大人気。ふんわり、もちもちの生地にフレッシュなモッツァレラチーズがとろけて大満足の味。

■ 30 rue Debelleyrme 75003 Paris
tel: +33 1 42 71 43 62 www.bigmammagroup.com/fr/trattorias/biglove-caffe
MAP P35-B-3





中庭のテラス席は都会にいるのを忘れさせてくれる静けさ。

MOB Hotel

モブ・ホテル▶カルチャーをテーマにしたホテル内にあるベジタリアン料理を供するレストラン。メニューの70%がベジタリアンで、ピザはヴィーガン。ピザ専門のシェフと野菜プレート専門のシェフという珍しい2人体制に、料理への本気度を感じさせる。日曜はマルシェも開催。クリニャンクールの蚤の市に行った際に立ち寄りしたい。

■ 4-6 rue Gambetta 93400 Saint-Ouen tel: +33 1 47 00 70 70 www.mobhotel.com MAP P34-C-1



左: サレルスのチーズ、ビゴール豚のハム、ドライビーフなどさまざまな食材を楽しむ。€8〜。この日の料理は、カリッと焼き上げたキントア豚のコンフィ€20
下: モダンなデザインの店内。
右下: 2階にはオープンキッチンが。



ETHICAL RESTAURANT



上: ゆでたあと、ピザ窯でグリエしたカリフラワー。みんなでシェアを。€10、パッションフルーツとコリアンダーのほのかに酸っぱいマヨネーズと焼きアガカドが合う。€10、ポワロネギをビネガーソースでさっぱりと。€8 左: クールな内装。

Les Résistants

レ・レジスタント▶大規模流通に乗らない質のいい作物を真面目に作っている小生産者と食卓を結びつけるというエシカルなコンセプトで大注目。ワインから、肉、野菜まで、現在、120もの生産者の素材を展開する。料理メニューはその日の入荷により日替わり。バリエーション豊かなフランス産の美味しさを堪能できる。

■ 16-18 rue du Château d'Eau 75010 Paris tel: +33 1 42 06 43 74 www.lesresistants.fr MAP P35-B-3



Noglu Marais

ノーグル・マレ▶パリで初めてグルテンフリーのレストランを展開したノーグルがオープンしたマレ地区の3号店。NYやバリの二つ星店で腕を磨いた宮崎剛次さんが手がける、グルテンの心配がなく、かつガストロノミックな料理。皿の上でそれぞれの素材が調和する計算された味わいで、アレルギーでない人も満足させる、ヘルシーグルメで話題を呼んでいる。

■ 38 rue de Saintonge 75003 Paris tel: +33 1 42 71 15 34 www.noglu.fr MAP P35-B-3

左上: たらとグリーンピースの緑が鮮やかなひと皿。貝の肉汁のソースが味を深める。€23 ビールももちろんグルテンフリー。左下: グルテン追放をマニフェストに。上: 看板が目印。

Sense Eat

センス・イート▶グルメなイタリアンのベジタリアン料理が食べられる、レアなアドレスだ。シェフはプーリア出身、そしてバस्ताと同じくイタリア人のオーナーの祖母のレシピで作っている。ホームメイドであり、本格的なイタリアンアンチスト。野菜類はパリ近郊のオーガニックを使用し、チーズやワインはイタリア直送。ぜひトライを。

■ 39 rue Mazarine 75006 Paris tel: +33 1 46 34 54 71 www.senseeat.fr MAP P34-C-3

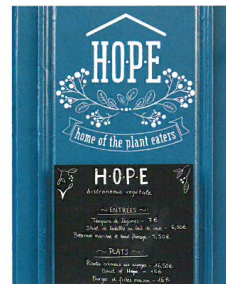
右奥: バルサミコで味付けした、野菜のコンフィとアーティチョークのクリームのメインディッシュ。これだけでもお腹がいっぱい。€19 右: 香ばしい薫を焼いてスモークしたリコッタチーズと玉ねぎのアイスの前菜。€15 下: 左岸でも人の多い、オデオンに立地。



H.O.P.E

ホープ▶料理人として普通の料理を作っていたが、エコロジーに目覚めて自らヴィーガンに転身し、卵も乳製品も使わないヴィーガン料理を作るようになったというシェフ。パティスリーのクリームはナッツ、メレンゲはひよこ豆など植物で代用するが、味に遜色はなし。一番人気は野菜をふんだんに盛り合わせたボウル。グルメなヴィーガンで体すっきり。

■ 19 rue de Picardie 75003 Paris tel: +33 1 42 78 93 06 www.hope-paris.com MAP P35-B-3



左上: モダンな店。上奥: アボカド、炒った瓜の種、カマルグの米などを盛り合わせたボウル・オブ・ホープ。€15 上: シナモン入りにんじんケーキにカシューナッツのクリームを添えて。€7.50 左: 店名はHome of The Plant Eatersの略。

