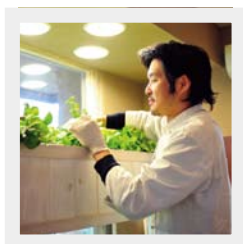
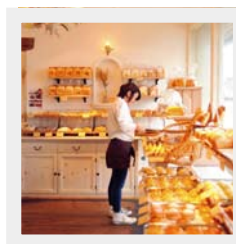




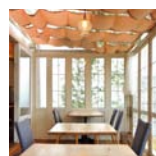
Cプレートのクロックムッシュは、ドリンクが5種類から選べて600円。3種類の食パンのうち、その日のおすすめのトーストが味わえるAプレート500円、5種類のうちランダムで変わるプチパン2種が付くBプレート500円もある。すべてサラダとヨーグルト付き(すべて税込)



「」こら辺はカフェがないので、少し洒落た店があってもいいんじゃないかと思っただけです」とオーナーの服部誠一さんが話す通り、その建物は物語の中から飛び出したような佇まい。ベーカーリー棚に次々と並ぶ焼きたてパン。白木の壁や籐の椅子で可愛らしくまとめられたカフェスペース。客は遠方からも訪れるが、多くはこの町の人たち。幅広いニーズに応えるため、毎朝5人のスタッフが焼き上げるパンは100種類以上。天然酵母を使ったもの、自家製カスタードのクリームパンや惣菜系。持ち帰りに加えて、食事が楽しめる。とあって、連日大にぎわい。

#1 イチゴイチエ Bakery Café 151@

海津市海津町馬目 403-3
8:00~19:00 ※カフェは18:00まで
【モーニング 8:00~10:30】
火曜日定休 ☎8台 ☎0584-53-0999
<http://www.bakerycafe-151a.com/>

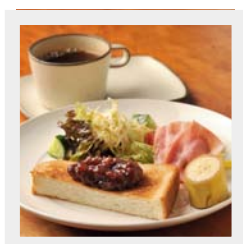
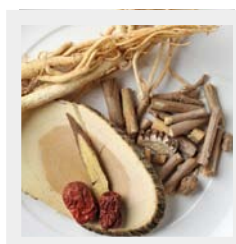


好きなものを。一番人気のクロックムッシュは、イギリス食パンに濃厚なベシメルソース、チーズ、ロースハムを挟んだ贅沢なサンド。添えられたサラダは、スイートバジルやフリルレタス、スイスチャードなど、店内で水耕栽培された朝摘みの季節の野菜。その瑞々しさは採れたてならでは。デザートには手作りジャムを添えたヨーグルト。一つ一つがしっかりと美味い、それだけで、満ち足りた朝は始まるのだ。

店内では今日も多くのお客様が楽しそうに談笑中。今や一軒のカフェはすっかり地域に根付き、町の人の自慢になった。秘密にしたいような、とっておきの朝時間、ここに発見。



朝粥モーニングのBセットは粥、梅干し、薬味、蒸し鶏、付け合わせ2品、サラダ、スープ、フルーツ、ドリンクが付いて518円。ほかにドリンク代410円~のみでトースト、サラダ、ベーコンなどが付くモーニングサービスもある(すべて税込)



#2 café de 神楽

岐阜市芋島 2-2-40
7:30~19:30 (OS19:00) 【モーニング 7:30~11:00】
水曜日定休 ☎12台 ☎058-249-2666
<http://www.ajin.co.jp/restaurant/kagura/>



「自家のようにゆったりくつろいでもらえたら」と話す店長の堀江さん。店内は畳敷きのテーブル席と縁側のスペースがあり、黒を基調としたシックな雰囲気。その空間に階段筆箆やついたてなどのレトロな調度品が調和している。居心地の良さについで長居をしてしまい、モーニングの後、そのままランチまで利用していく客もいるのだとか。体に優しい朝食と心地良い和の空間が織り成す、穏やかな朝のひとときがここにある。

味わい。芳ばしいごま油の香りがふわりと鼻をくすぐる。それから、自家製のラー油だし醤油、ごま油を加えて、少しずつ味の変化を楽しむ。



GOOD MORNING おいしい朝。



みんな大好き、
岐阜のモーニング。

さわやかな陽の光を浴びて迎える朝。いつもより少し早起きをして、きちんと味わう朝食は、「今日も一日、頑張ろう」と思わせてくれる元氣のもとだ。

喫茶店文化が根付く岐阜では、こだわりのモーニングが食べられる店が充実。焼きたてのトースト、ぶつくりとした目玉焼き、色とりどりのサラダ。さらには、温かいお粥やうどんなど、趣向を凝らした品々も。思い思いにモーニングを満喫する人々の姿は、このまちの見慣れた朝の風景。さあ、とっておきのモーニングで、おいしい朝を始めよう。

撮影協力：Bakery Café 151@



みんな大好き、岐阜のモーニング。



Bセット（ドリンク代+70円） キャンディー 480円（すべて税込）
※平日はドリンク代のみAセット（サラダ別）もあり



モーニングガレット 500円（税込）



モーニング（ドリンク代のみ）
コーヒー 400円（税込）



Bセット 470円（税込）
※茶碗蒸しの提供は9:00から

#5 茶洋館マサラ

仲良し夫婦が営む珈琲と紅茶が自慢の店。妻の理恵さんが焼くワッフルのファンも多いが、実はモーニングも絶品。1日かけて味を染み込ませた、耳まで美味しいフレンチトーストは、滑らかな口溶けの純正生クリームと相性抜群。サラダを添えたBセットでさらに贅沢な朝を。フレンチトーストのクロックムッシュも平日5食限定のランチメニューで新登場。

岐阜市清732-1（P36地図A-6）
9:00～OS18:30【モーニング 9:00～11:00】
※ランチメニューは平日10:00～11:00
火曜日定休 ☎18台 ☎058-274-6221
<http://www.cafe-masala.jp/>

#7 御馳走屋 きっちゃん百音

「大好きな料理でお客様をもてなしたい」と話す店主の阿部友子さん。モーニングはその想いを形にした。プレートには、毎朝仕込む日替りの副菜やサラダ4品ほどとトーストが、ぎっしりと盛り付けられている。その美味しさに感動して取り入れたという五島列島うどんは、つるりとしたのと越し。昆布と鰹でとる優しいだしが体にゆっくりしみ渡る。

岐阜市岩田西1-859
8:00～13:30、18:00～21:00頃【モーニング 8:00～11:00】
木曜日定休 ☎あり（共同） ☎058-243-1719

#6 Cafe après-midi

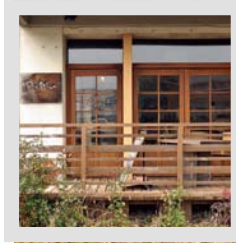
フランス北西部の郷土料理「ガレット」の専門店。そば粉で作る自家製生地、日替りでベーコンや野菜、コクと甘みのあるグリュイエールチーズなどの具材、卵をのせて焼き、端を正方形に折り畳む。そば粉のほのかな風味と程よい塩加減、具材による味わいの変化が楽しい。半熟の目玉焼きを崩せば、また異なるまろやかさが生まれる。

岐阜市則武中3-5-2
8:30～18:00【モーニング 8:30～11:00】
金曜日定休 ☎あり（共同） ☎058-297-1363

#8 グレコ珈琲店

早朝5時の開店から地元客が次々と訪れる喫茶店。ボリューム満点のBセットの中で存在感を放つハムエッグには、近隣の松永養鶏場から仕入れた卵で作る目玉焼きが2つ。だから作る茶碗蒸しは熱々で、トーストは焼きたて。「できるだけ手作りで温かいものを」という心遣いがうれしい。人々の朝の憩いの時間が、ここで、ずっと守り続けられている。

養老郡養老町瑞穂415
5:00～16:00【モーニング 5:00～11:00】
月曜日定休（祝日の場合はモーニングのみ営業）
☎20台 ☎0584-35-1932



#3 もパン夢

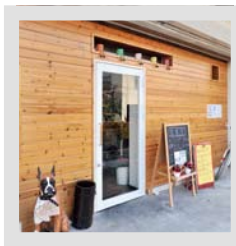
岐阜市長良宮路町3-20 ナガラアंकレー1F
8:00～18:00【モーニング 8:00～11:00】
木曜日定休 ☎6台 ☎058-297-1973



モーニングはドリンク代のみで日替りのパン3種類とフルーツが付く。ホットコーヒーは2杯目までおかわり可。濃厚なマンゴージュースは450円

ゆったりとしたハワイアンミュージックが流れる店内。大きな窓の外には気持ちの良さそうなテラス席も。テーブルに運ばれてきたモーニングは、日替りのパンが3種類とフルーツ。トウモロコシチーズのパン、シナモンを振ってカリッと焼いたミニ角食、小麦胚芽のパンの上には新鮮なトマトときゅうり。どれも素朴でシンプル、それなのに口にした途端、その美味しさを味わうために五感がぐんと研ぎ澄まされ、体と心が飲むかのよう。すべてはオーナーの、ひらめき、から始まったという。誰もが安心して食べられるパンを作りたい。牛乳や卵、バター、マーガリンを一切使わず、岐阜の山奥に湧く澄んだ水を使って。レンビは頭に浮かんだ思い付きをもとにして完成。最初に誕生したのは、水分をしっかりとかき、もちりとした食感のミニフランスだった。その生地をもとに、これまでさまざまな種類のパンが生まれた。厨房からは毎朝、パンが焼き上がる、なんともいえない幸せな匂いが漂う。

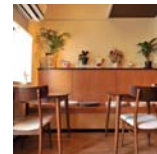
「パンと一緒に夢を届けたい」。この店がオープンしたのは約20年前。以来、ずっと変わらない作り方でパンを焼き続けてきた。今日も誰かが笑顔になってくれるようにと願って。



モーニングはドリンク代380円（税込）～のみで、ご飯と味噌汁、トースト、目玉焼き、麺類、サラダ、フルーツ、デザートが付く。朝の腹ごしらえは、これでばっちり！

#4 ジュララ

岐阜市桜通6-21-1 葛西ビル1F
7:00～16:00【モーニング 7:00～11:00】
金・土曜日定休 ☎7台 ☎080-8262-4344



店主の大西さんが親子で切り盛りする喫茶店。ドリンク代だけのモーニングは、毎朝欠かさず通う常連もいるほどの人気ぶり。トーストとご飯の両方が付き、トーストにのせる小倉やシナモン、ご飯に添える高菜やそぼろなどは日替り。切り干し大根などの具がたっぷり入った味噌汁は、具材の旨みが詰まったおふくろの味だ。さらに、目玉焼きやフルーツ、デザートまでも付くという、サービス精神旺盛なこの店らしい豪華さ。

「自分が行きたいと思う店にしたい」と大西さん。手頃な値段で食事を提供するために、自ら食材の仕入れに走り回り、コストを抑える。納得のいく味にするため、コーヒー豆は自分でブレンド。関市洞戸で汲んできた湧き水を使ってコーヒーを淹れ、米を炊く。これは水が苦手という大西さんが唯一飲めるこだわりの水なのだ。今どきのカフェのような外観とは裏腹に、店内は昔ながらの喫茶店を思わせる雰囲気。いつも店主と常連のにぎやかな会話が飛び交う。二人ひとりのお客さんが大切な存在。だからついサービスしちゃうの。ちっけな悩みを笑い飛ばしてくれるような、大西さんの豪快な笑顔が、一日の始まりに元気をくれる。



おいしい朝ごはんを求めて



① 現在、スタッフは20人ほど。テーブルを囲んで食べるお昼ごはんも、笑い声が絶えない。子育てもみんな。まるで大きなファミリーのようだ ② ダルマストープを利用した、年季の入った燻製窯。道具は掃除と手入れをして大切に使う

■ DATA
恵那市串原3777-3-1
10:00~16:00頃（土曜日は12:00まで）
日曜日定休 あり 0573-52-2085
<http://gobar.jp/>

ポークハンバーグ 115g 324円
バジルソーセージ 195g 756円
スモークトハム 90g 659円
（写真左から・すべて税込）



恵 那市串原。杉やヒノキなどの針葉樹が生い茂る森林。深い緑に囲まれた山道を進み、ようやく目的地へと辿り着く。標高約600メートルにある『山のハム工房ゴーバル』。昭和55年、アジアの農村と草の根交流をしながら、生活や子育てを見直し、土に近い農業をやろう、と志を同じくした石原潔さん、妻の真木子さん、樹本進さん、武義和さんが設立した「アジア生活農場ゴーバル」が始まり。「みんなで畑を耕して、牛や羊を飼って。面白かったよ。鶏は、すぐにキツネにやられちゃって全然ダメだった」。4人が出会った基督教独立学園高等学校。そこでハム作りを体験していた石原さんらは、地元の養豚場から豚を仕入れ、ドイツの伝統的な製法に倣ったハム作りを始める。化学調味料や発色剤を使わず、手間と時間を掛けて熟成させるハムやソーセージ。口コミで評判になってきた。いつしか全国に応援団ができた。「最新機械で作る工業製品ではなく、料理として作ってきたのが良かったのかな」。

生暖かい豚舎の中では、子豚が好奇心いっぱいのまなざしを向けたり、一斉に鳴き声を上げたり。弦さんはその様子を穏やかな表情で見守る。肉豚は生後6カ月程まで肥育し、体重が110kg位になると出荷する。年間出荷数約1800頭のうち約6割はゴーバルへ。「自分のところの豚しか食べてないから、ほかと比べられないけど、美味しいと思いますよ。餌に動物性タンパク質を使わないから、臭みがないのかな」。口調がふと、父に似る。



おいしい朝ごはんを求めて



Special Morning Menu

【恵 那】 山のハム工房 ゴーバル
ポークハンバーグ&バジルソーセージ
スモークトハム

【郡 上】 CLOISTERS gluten free cafe
自家製グラノーラにミルクを添えて

【養 老】 松永養鶏場
大きな黄身の目玉焼きと半熟卵

【各務原】 季節のジャム sweet-jam
手作りの苺ミルクジャム

朝ごはんを作る。作り手の想いがぎゅっと詰まったジューシーなハムやソーセージ、素材の味を感じるグラノーラ、大きな黄身がうれしい卵に、宝石のように輝くジャムを使って。おいしい朝食を作るために、わざわざ小さな旅に出かける。時にはそれも、いいんじゃないかと思う。手に入れた食材をお気に入りの器に盛り付け、大切な人と一緒に食べる。とても幸せで、特別な朝ごはん。



おいしい朝ごはんを求めて

養 老山麓にある『松永養鶏場』。広大な平野に広がる田畑や住宅の中に、高床式の大きな鶏舎が佇む。飼育しているのは純国産の赤玉鶏「もみじ」と交配種の「さくら」。どちらも卵は黄身が大きく、濃厚なのが特長。産みだての卵を販売する自販機や直売所には、地元をはじめ県外からも多くのファンが訪れる。「同じ品種でも環境で味は変わる。うちで重要なのは水だね」と話す代表取締役社長の太塚輝明さん。敷地内から湧

き出る清冽な地下水で約2万1500羽を育てる。味の質を保つには鶏の体調管理も大切なポイント。暑さに弱い鶏のために、鶏舎に冷房やミストを完備して細やかなケアを心掛ける。また、手作業で一つずつ集卵するなど、より良い状態で卵が客のもとに届くように、労力を惜しまない。「自分が美味しいと思う卵を作るためには、どうしても手間が掛かる。飼料の高騰なんかで苦しい部分もあるけど、意地でも今の味を守っていきたいね」。

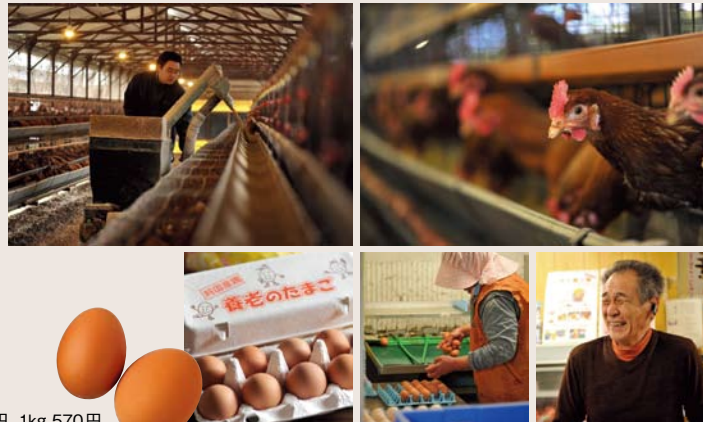
DATA

養老郡養老町大場81 9:00~17:00 (直売所)
水曜日定休 あり 0584-37-2221
<http://www.rakuten.ne.jp/gold/yoroegg/>

松永養鶏場

大場 | 養老

清らかな自然と
一途な思いから生まれる卵



もみじ卵
10個 470円、1kg 570円
さくら卵
10個 420円、1kg 520円 (すべて税込)
※写真はもみじ卵

自販機と直売所以外にも地元の喫茶店をはじめ、岐阜市の居酒屋などに卵を卸している。ネットショップでも販売。すべて産みだての卵をその日のうちに配達する

季節のジャム sweet-jam

那加本町 | 各務原

色鮮やかに季節の訪れを
教えてくれる手作りジャム



店の奥が工房。小林さんのジャム作りのきっかけは、娘のおやつにと作った苺ジャム。そして、病気の父が「これらうまい」と喜んで食べてくれた桃のコンポートだったそう

苺ミルク 110g 400円
抹茶あずき 110g 500円
グレープフルーツ 110g 400円
(すべて税込)

DATA

各務原市那加本町31-6 11:00~18:00
木~日曜日のみ営業 058-389-2901
<http://sweet-jam.com/>

JR 那加駅へと続く商店街の通りに、その小さな店はある。手作りジャムの専門店『sweet-jam』。「できるだけ地元で採れたものを使いたい」と店主の小林悦子さん。近くの産直所や農家から仕入れるのは、特産の人参をはじめ、苺や桃、葡萄、いちじく、キウイ。柑橘類は文旦、ネーブル、伊予柑、柚子に金柑も。「こんないろいろな野菜や果物が各務原で作られてるんだ、って驚くよね」。小林さんのジャム作りは、丁寧、という言葉そのもの。

柑橘類の皮は苦味を抜くために何度も湯がいて水にさらす。同じ果実でも一つ一つ甘さが違うため、加える砂糖の量はその都度、糖度計で計りながら、控えめに加減。鍋で煮込め間、繰り返し繰り返しアクを取る。そうした手間暇から、一度食べると虜になる、リピート必至のジャムが生まれる。

にんじん、苺ミルク、甘夏。シヨーケースに並ぶ小さな瓶には季節の旬、そのものが、ぎゅっと詰まっている。それはとても優しくて、愛しい味。



DATA

郡上市高鷲町大鷲970-1 11:30~22:00
水曜日定休 あり 共同10台
0575-72-5657
<http://www.cloisters.info/>

高鷲ICを降りて車を少し北へ走らせる。冬はスキー客でにぎわうこの町に、昨年オープンした『CLOISTERS』。扉を開けると、「いらつしやいませ」と店長の吉田稔章さんが迎えてくれる。洒落たインテリアが気取ることなく並ぶ静かな店内。そして、のんびりとした気配に心が和む。

看板には「パンケーキ」や「グラノーラ」、アメリカの屋台料理として馴染みの「チキンオーバーライス」などのメニュー。オーナーの麦島誠二さんがニューヨーク滞在時の経験を生かしてレシピを考え、品々。開店以来人気を集めるグラノーラは食物繊維、鉄分、カルシウムなどが豊富なオーツ麦をはじめ、サンフラワーシード、パンプキンシード、国産米粉など、材料は体に優しいものばかり。フライパンでじっくりと煎ったオーツ麦のザクザクとした食感と素朴な風味、はちみつとメープルシロップのほのかな甘み特徴。店内でゆっくりと味わうのもいいが、持ち帰りも好評。これなら自宅での忙しい朝でも美味しく、栄養たっぷりの食事が摂れる。「うちではすべての料理で、小麦粉の代わりに米粉を使っているんですよ」と吉田さん。グラノーラのつなぎとなる小

ク ロ イ ス タ ー ス
CLOISTERS gluten free cafe

高鷲 | 郡上

無理なく、丁寧に理想を追う、
北のカフェのグラノーラ



①グラノーラはミックスベリー、ココナッツ、シナモンアップルの3種類。テイクアウトも可能 ②国内外製の家具の買い付けは吉田さんの担当。実際に購入できる ③店を作るきっかけとなったグルテンフリーヌードルも販売

自家製グラノーラ
100g 450円
300g 1,000円
(すべて税込)



麦粉も米粉で代用し、パンケーキも米粉で作る。2人が営むこの店は、小麦粉や大麦、ライ麦などの穀物から生成されるタンパク質の一種「グルテン」を使わない料理が味わえる「グルテンフリーカフェ」なのだ。始まりは、麦島さんが販売に携わる小林生麺株式会社へ届いた一通の手紙。そこには「グルテンフリーヌードル」を愛食する親子から、アレルギーでも、これで麺料理が食べさせてあげられる」と感謝の念が綴られていた。麦島さんはその手紙を読み、決意した。そんな人たちが気軽に利用できるカフェを作ろう、と。今では、アレルギーに悩む人はもちろん、食のトレンドともなった「グルテンフリー」に興味がある人たち、そして地元客やスキー客など、すべての人が気軽に健康的な食事を楽しめる、憩いの場所となった。

何があっても、と固執するのではなく、出来るものを無理なく、丁寧に作る食事。そして、美味しい空気と、穏やかな時間。そのひとときを味わいに、一軒のカフェを訪れるためだけの旅も、いいかもしれない。次の日の朝はお気に入りのグラノーラを。ミルクとはちみつを入れて、贅沢なあの幸せを、噛みしめよう。