

吃透你了， 东京

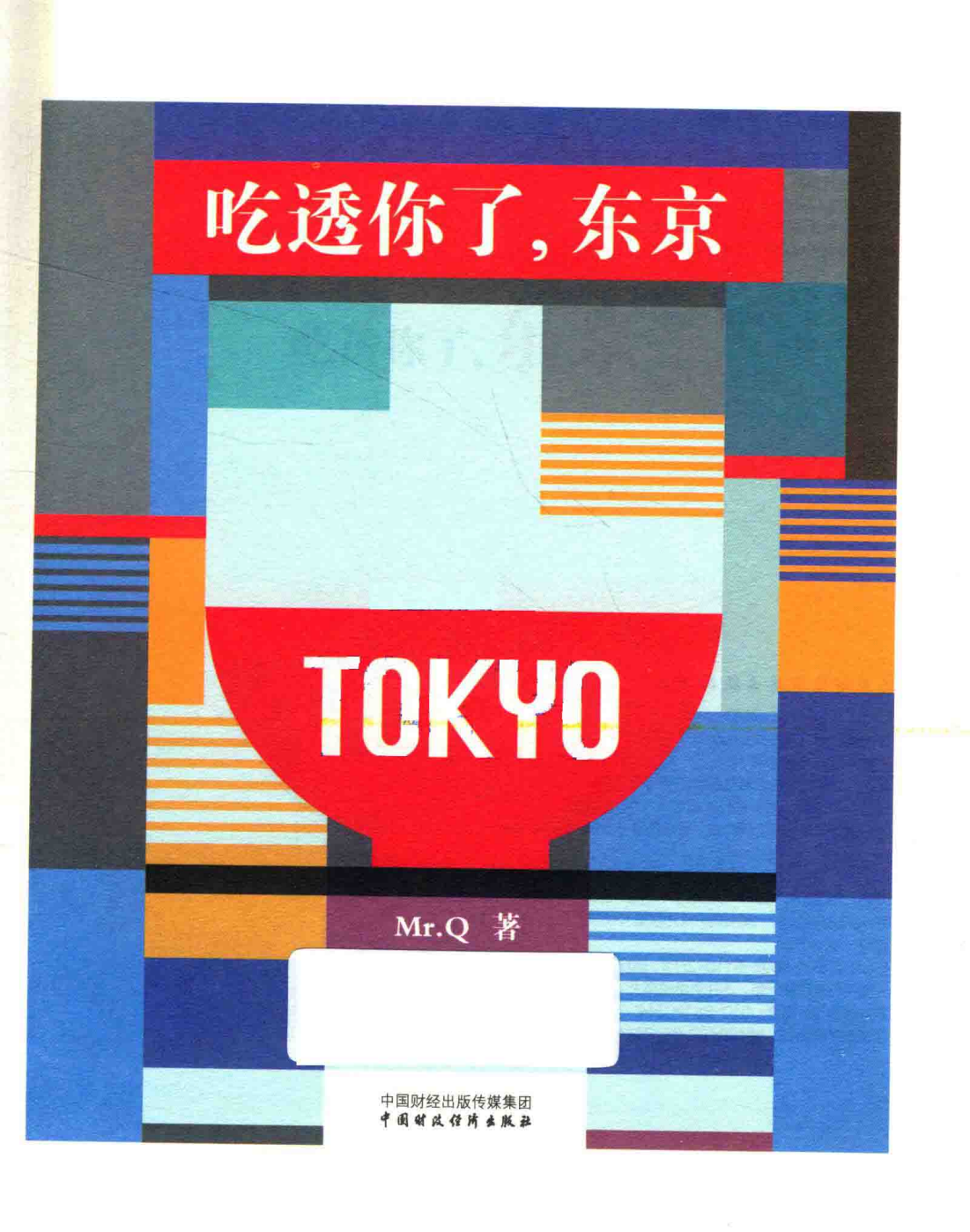
GOTCHA·

TOKYO

美食侦探 / 系列

Mr.Q 著





吃透你了, 东京

TOKYO

Mr.Q 著

中国财经出版传媒集团
中国财政经济出版社

图书在版编目(CIP)数据

吃透你了, 东京/ Mr.Q著. -- 北京: 中国财政经济出版社, 2015.8
(美食侦探系列)

ISBN 978-7-5095-6110-2

I. ①吃… II. ①M… III. ①饮食-文化-东京 IV. ①TS971

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第055403号

责任编辑: 潘飞 特约编辑: 张芸 纪妙妮

封面设计: 彭小飞 隋文婧 版面设计: 周懿

内页手绘: 麦小朵

中国财政经济出版社 出版

URL: <http://www.cfeph.cn>

E-mail: cfeph@cfeph.cn

(版权所有 翻印必究)

社址: 北京市海淀区阜成路甲28号 邮政编码: 100142

营销中心电话: 010-88190406 / 北京财经书店电话: 010-64033436

北京时捷印刷有限公司印制 各地新华书店经销

150×180毫米 32开 6.5印张 108 160字

2015年8月第1版 2015年8月北京第1次印刷

定价: 36.80元

ISBN 978-7-5095-6110-2/TS·0032

(图书出现印装问题, 本社负责调换)

本社质量投诉电话: 010-88190744

反盗版举报热线: 88190492 88190446

吃透你了, 东京



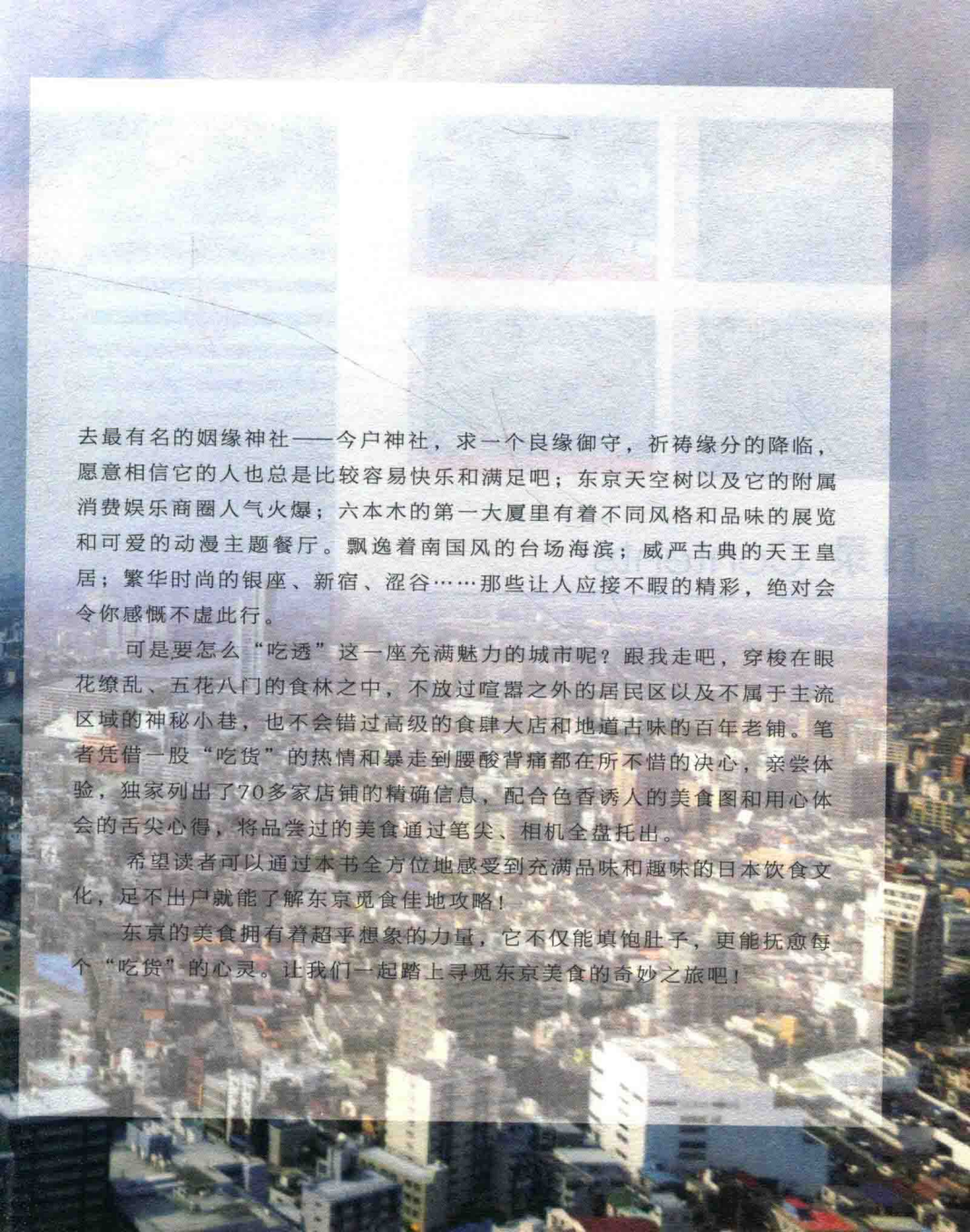
食缘东京

日本，一个熟悉而又陌生的国家，与中国隔海相望，始终在你身边。柔美飘零的浪漫樱花、满山红色惹人爱的枫叶，展现着日本别样的春、秋季候之美。还有夏日里的绚丽烟花，穿着浴衣的可人姑娘，热闹无比的传统庙会。冬日里滑滑雪，泡泡舒服的露天温泉，健康养生，治愈心灵。

可是出门旅行又怎么少得了美食呢？这里有传统手艺人绝妙刀工下美味诱人的精致寿司；有牛肉蘸着生鸡蛋而更显鲜嫩的寿喜锅，俘获了千万亚洲食客的味蕾；有滋润唇齿，红遍全球的热腾豚骨拉面；有结合食物和艺术，打造精致讲究的“高大上”怀石料理……日本的文化、传统被融入食物之中，让品尝这些美味的食客从敏锐的味蕾上更加深刻地了解日本，认识日本。

作为日本的首都——东京，它是政治、经济和文化的中心，是海、陆、空交通的枢纽，是现代化的国际大都市，也是海外访日游客最为集中的城市。2013年9月，国际奥委会更是宣布了东京获得2020年夏季奥运会的举办权的消息，以这一“起爆剂”为契机，进一步提升了这座城市的国际知名度。

漫步在东京最古老的寺院——浅草寺，抽个健康签，挂个绘马；再跑

An aerial photograph of Tokyo, Japan, showing a dense urban landscape with numerous skyscrapers and buildings. A semi-transparent grid is overlaid on the image, with a diagonal line running from the top left towards the center. The text is placed over the upper portion of the image.

去最有名的姻缘神社——今户神社，求一个良缘御守，祈祷缘分的降临，愿意相信它的人也总是比较容易快乐和满足吧；东京天空树以及它的附属消费娱乐商圈人气火爆；六本木的第一大厦里有着不同风格和品味的展览和可爱的动漫主题餐厅。飘逸着南国风的台场海滨；威严古典的天王皇居；繁华时尚的银座、新宿、涩谷……那些让人应接不暇的精彩，绝对会令你感慨不虚此行。

可是要怎么“吃透”这一座充满魅力的城市呢？跟我走吧，穿梭在花缭乱、五花八门的食林之中，不放过喧嚣之外的居民区以及不属于主流区域的神秘小巷，也不会错过高级的食肆大店和地道古味的百年老铺。笔者凭借一股“吃货”的热情和暴走到腰酸背痛都在所不惜的决心，亲尝体验，独家列出了70多家店铺的精确信息，配合色香诱人的美食图和用心体会的舌尖心得，将品尝过的美食通过笔尖、相机全盘托出。

希望读者可以通过本书全方位地感受到充满品味和趣味的日本饮食文化，足不出户就能了解东京觅食佳地攻略！

东京的美食拥有着超乎想象的力量，它不仅能填饱肚子，更能抚愈每个“吃货”的心灵。让我们一起踏上寻觅东京美食的奇妙之旅吧！



目 录 Contents

上 野

- 1 肉の大山
- 6 養老乃瀧
- 8 活魚大江戸
- 10 DOUTOR COFFEE
- 12 神田達磨
- 14 喜乃字屋

池 袋

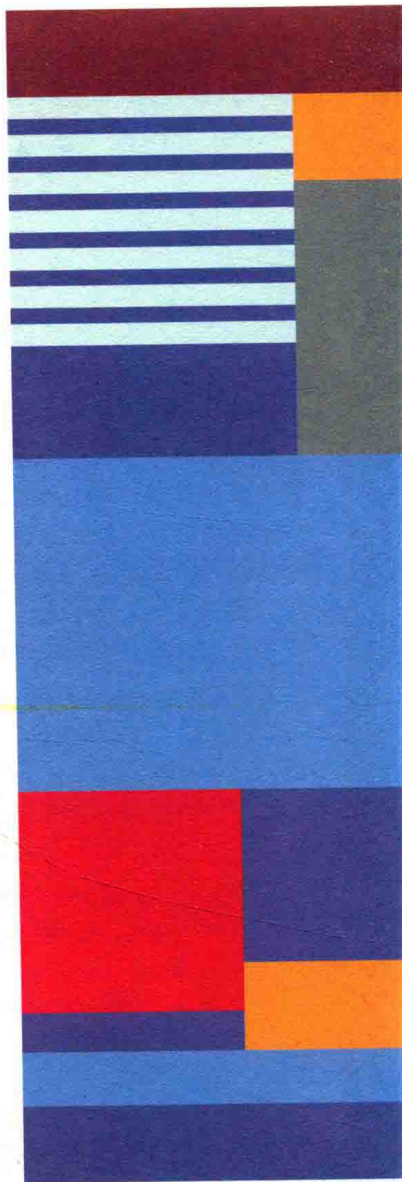
- 17 GOUTER DE ROI
- 20 無印良品
- 23 菜の庵
- 26 ANTENO
- 28 みはし

新 宿

- 33 DOMINO'S PIZZA
- 38 MOMI TOY'S
- 40 なか卯
- 42 MISTER DONUT
- 44 一蘭

原 宿

- 47 マリオンクレープ
- 50 はなまるうどん
- 52 T.G.I. FRIDAYS
- 54 GODIVA





秋葉原

- 57 PEPPER LUNCH
- 60 元祖寿司
- 63 牛角

銀座

- 79 すしざんまい
- 84 九州じゃんがらあめん
- 86 天井てんや
- 88 日高屋
- 90 ウェッツェルプレッツェル
- 92 吉野家

六本木

- 67 MADO LOUNGE SPICE
- 72 長崎ちゃんぽん
- 74 豚組食堂
- 76 築地銀だこハイボール
酒場

浅草

- 95 浅草きびだんご
- 100 元祖木村家人形焼
- 102 浅草大沢屋
- 105 梅園
- 107 木村家本店



目 录 Contents

涩谷

- 111 かつや
- 114 サンマルクカフェ
- 116 安楽亭
- 118 道頓堀くくる
- 120 餃子の王将
- 122 牛たん炭焼利久

台场

- 125 上島珈琲店
- 128 CALBEE+
- 130 KRISPY KREME
DOUGHNUTS
- 132 KUA'AINA
- 134 レムソンズ アクアシティ

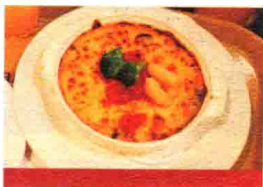
品川

- 137 つばめグリル
- 140 すき家
- 142 ガスト

葛飾

- 145 和食さと
- 150 小僧寿し
- 152 國とり物語
- 155 きびや
- 157 歌謡スタジオえんか
- 159 長田本莊軒
- 161 すし銚子丸
- 164 キハチ ソフトクリーム



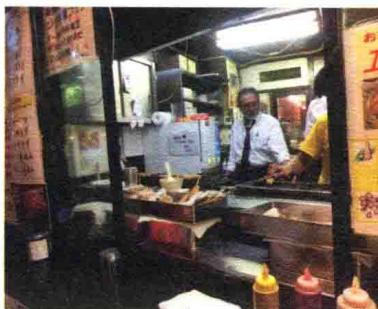


天空树

- 167 千住宿 喜田家
- 172 すみだ まち処
- 174 パオパオ
- 176 ボンパドウル
- 179 俵屋 重吉
- 182 東毛酪農63℃
- 184 新杵 みちくさ餅

迪士尼乐园

- 190 アウト・オブ・バウンズ・アイスクリーム
- 192 チャックワゴン
- 194 ポッピングポッド
- 196 カフェ・ポルトフィーノ



肉の大山

商家信息

地址：台东区上野6-13-2

交通：乘坐地铁G、H、山手线到上野站5b口，步行2分钟

营业时间：11:00~23:00

人均消费：50RMB

东京上野，一个通往东北地区的交通起点。这里集结了六条以上的地铁线路，与银座、池袋、涩谷等商圈一样，都是那么繁华、热闹。做了旅行攻略的游客会发现，东

京都的动物园、东京都美术馆、东京文化会馆、国立西洋美术馆、国立科学博物馆等等好去处均位于上野商区，所以上野也是日本市民假日休闲的优先选择之一。

而在上野车站附近有一段路，里面有着人气十足的自由市场，无论是吃的、喝的，还是用的应有尽有，超过500多家大大小小的店铺，可谓是琳琅满目，而且物美价廉。无论

何时这里都是人山人海，弥漫着的是东京平民生活区的社会风情。作为游客，也不妨带着相机，穿梭其中，捕捉日本的点滴精彩。

夜幕降临，鱼贩们收摊，店铺打烊，别以为上野的一天就这么结束了，许多美食摊铺陆陆续续开门并迎来了一批批下班归途之客，开始了一天的“高峰期”。沿街的开发式居酒屋、海鲜店中的啤酒、串烧、炸物、鱼生，会给



你在繁忙的工作之余带来美食慰藉。来来往往的食客，路边招揽客人的啤酒妹，在店内店外奔走上菜的“小二”，无处不是风景和人情。

什么身段，什么姿态，在美食面前都是浮云。我也爱和日本食客一样，不拘小节地品尝路边美味，即使只有一张桌子，只能站着，也能体会到当

中的乐趣。肉の大山烤串店就是这么一家随意、舒适的店铺。门店的布置分为内堂食用和路边站食。还没有进店就已感受到食客对它的热情。不少西装笔挺的上班族，三两结伴，点上几串儿串烧，配上啤酒，就这样站在路边谈笑风生。内堂的人气更旺，店内座无虚席，还有较长的队伍排着等候。要是不介意的话，我还是建议在路边桌享用美食，不仅能呼吸新鲜的空气，还能目睹串烧的烹制过程，和日本食客站在一起，或许还能交流上一番呢。

这里的串烧机颇具日本黑暗美食的特点。店家事先准备好肉类串烧，待客人点单完毕之后，在炭火中烧烤烹制，并且随时控制着火候。加入特调而成的酱料，香醇无比，诱人的香气飘荡在店外的上空，引人馋虫。入口时的浓液和风，更是令人眷恋不已。

比起中规中矩的定食或大餐，我更爱这小巷里的深夜美食，不用筷、不用叉，古朴的木杆串起简单的食物，好味便



足以慰藉人心。

或许正是因为店家们孜孜不倦的努力经营，提供价廉物美的美食体验，不忘从商的诚信之本，才能让这个市场保持如此长久的繁盛吧。

美食推荐

大山名物特製煮込み
(大山名物特制煮物)

アジフライ (炸鱼)

唐揚げ (炸鸡)

串盛り合わせ (串烧拼盘)



270

酒屋

270

全店
270

270 金蔵

花のトラジ

貸広告
3855-1081

レンズ専門店 2F
コンタクト 協和

AMO'S STYLE

Right-on

270

浦和り

世界最安値

PONSU CHU
本名：青木義典

上野的街头充满现代感，
却不难寻得地道的日式料理。



養老乃瀧

商家信息

地址：台东区上野6-11-17

交通：乘坐地铁G、H、山手线到上野站5b口，步行1分钟

营业时间：24小时营业

人均消费：100RMB



如果要评选日本人心目中最不容错过的美食场所，票选最高的那一定就是居酒屋。挑个地儿，一群人，少了一个人吃饭点单的烦恼，多了温馨、轻松的气氛。

日式居酒屋——养老乃泷，店面布置得很温馨，一走进去仿佛进入日剧的场景里。木桌清爽干净，配上几把椅子，简约中透着现代日式的调调。透过玻璃橱窗可以望见几只烹饪盖饭的铁锅，制作过程近在眼前，感受到的是明明白白的传统风情。如果是一个人，也能够进来安安静静地享

用一碗盖饭。菜单不厚，但菜品足够丰富，光是看配图就足以勾起你的无限“欲望”。

居酒屋和一般的日本料理店不同，提供的是比较有质量的菜品，还会供应日本酒、生啤、可尔必思、软饮等。

藏身在各个繁华商圈里的养老乃洵给我神秘的感觉。客人进门弯腰，还需要换鞋，有榻榻米和座席供选择。坐定后，服务员会即刻送上餐具、纸巾、茶水。菜品的选择也非常多，酒类、果汁、烤物、日本料理、异域料理应有尽有。一般居酒屋有的美味，这里也基本全有。

来说说前菜，汽酒配着酸甜提味的海草、海带，吸溜下肚，清新的口感在唇齿留香，让人回味无穷。石锅海鲜拌饭经过厨师的小火慢卤口感提升了一个层次，选用的大米、虾肉、蟹肉都有一定的要求，生鸡蛋的汁香渗透到米饭中，带着天然的酱香，甜度刚好验证了它的新鲜度，闻着香，吃起来更是大满足。

和友人在餐桌上，喝生啤吃烤串的感觉非常奇妙。蘸着

特制酱料的新鲜串烧，还能咬到软骨，口感香浓且非常有嚼头。撒上盐和柠檬汁的香脆鸡肉，简单的调味也能带出清新的口感。

日式猪肉料理——可乐饼，经过油炸后依旧带出勾人心魄的肥美脂香。外层香脆，内层油脂丰富，口感香软绵密。

要想体验真实的日本美味，看来一定要带着一个大容量的胃呀！

美食推荐

ラーメンサラダ（拉面沙拉）

塩焼きそば（炒面）

蒸しシュマイ（蒸烧麦）

串盛り合わせ（串烧拼盘）

生ビール（生啤）

