

絶対
食べたい!

奈良グルメ

古都の王道
ぜんぶ盛り!

柿の葉寿司や茶粥といった伝統食から、大和牛や大和野菜などのブランド食材まで。奈良に行ったならどうしても味わいたいご当地グルメを選びすぐってご紹介!

やまとし

大和牛

奈良県内の豊かな自然環境のもと、愛情たっぷりに育てられた黒毛和牛。健康によいとされるオレイン酸が豊富に含まれているため、柔らかい口溶けと豊かな風味が堪能できる。

ここで食べよう!

●Lunch&Cafe 鹿珈→P64 など

Lunch&Cafe 鹿珈の
大和牛プレート 1980円

じっくり低温ローストした
大和牛が美味!

口溶けのよさが自慢の
奈良のブランド牛



香辛料渡来の地

奈良で

スパイス探訪

日本のスパイスの歴史は奈良から始まった!

奈良時代、強大な勢力を誇った唐(中国)に派遣された遣唐使は、さまざまな品々を奈良の都に持ち帰った。そのうちの一つが、異国の香り漂うスパイス類。当時は貴重な“薬”として扱われ、一部は正倉院(→P29)にも納められた。今でもコショウ、クローブ、シナモンが正倉院に保存されている。

スパイスカレーをランチで楽しむ

奈良公園周辺

Lunch&Cafe 鹿珈

らんち&かふえろか

☎0742-23-7530 MAP 付録P12H1

「ローカル×ローカーボ」をテーマに、大和牛など奈良の食材を使った低糖質・高たんぱくのヘルシーメニューが味わえる店。なかでも人気は、奈良で約800年続く菊岡漢方薬局が監修する薬膳カレー。食べると元気になれそう! ④奈良市登大路町76 奈良公園バスターミナル西棟1階 ⑤近鉄奈良駅から徒歩7分 ⑥10~18時(金曜は~14時。LOは各30分前) ⑦不定休 ⑧なし

マッシュルームと大豆の
薬膳キーマカレープレート 1380円

老舗漢方薬局監修のスパイスはまさに「食べる漢方薬」。この薬膳カレー粉に和風だしやココナッツミルクなどをプラス。辛さのなかにもさまざまな旨みを感じる逸品!

ターメリックなど21種類のスパイスを配合した「鹿珈の薬膳カレー粉」880円



老舗漢方薬局とコラボした
ヘルシー薬膳カレー



奈良公園バスターミナル内にあるガラス張りの明るい店内