

長崎
ちゃんぽん
ぽん



暮らしのそばに、ほら世界。



長崎で、会いましょう。

vol. **01**

TAKE FREE

2022.09発行

みんなで作る、

長崎ちゃんぽん部。

長崎ちゃんぽんの世界は広い。
みんながいれば、もっと広がる。

「長崎ちゃんぽんの世界は、とても広く、とても奥深い」。いろいろなお店で食べれば食べるほど感じる長崎ちゃんぽんの魅力は、伝えるのがなかなか難しい…。そこで、より多くの方に体験してもらい、一人ひとりのフィルターを通して見えたもの、感じたことを発信してもらうだけで、新しい広がりが生まれるのではないかと考えました。さらには、「長崎ちゃんぽん部」をきっかけに、まだ見ぬ長崎ファンと繋がっていきたいです。新しい世界が広がる「#長崎ちゃんぽん部」を一緒に創っていきませんか？

入部のしかた

- STEP.1** 長崎ちゃんぽんぽんに掲載されているお店や、掲載されていないけれど行ってみたいお店へ！
- STEP.2** ちゃんぽんをバシヤリ。温かいうちにまずはスープから。
- STEP.3** 「#長崎ちゃんぽん部」でシェア！じぶんメモも忘れずに！

長崎ちゃんぽんを食べたら
あなたも長崎ちゃんぽん部！

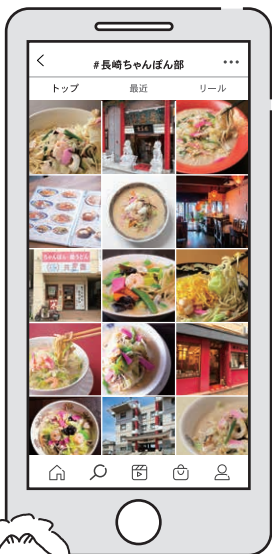
長崎ちゃんぽん部 部長(自称)

長崎市在住10年目に突入。長崎ちゃんぽんにハマり、愛し、抜け出せなくなった男。スープの鶏ガラ・豚コツの割合を食べて当てることが幸せ。



※画面はイメージです

長崎ちゃんぽん部、いつでも活動中！



CONTENTS

長崎ちゃんぽんぽんとは？	02
みんなで作る、長崎ちゃんぽん。	03
『特集 長崎ちゃんぽん案内』	
■長崎ちゃんぽんの誕生とルーツ	04
■美味しさのヒミツは炊き込みにあり	05
路面電車路線案内図×ちゃんぽん	06
長崎ちゃんぽんFILE	07
長崎ちゃんぽん部	
スープチャートと旅の便利データ	14

長崎ちゃんぽんぽんとは？

「長崎ちゃんぽんぽん」とは、長崎市在住の「長崎ちゃんぽん部」自ら足を運び、食べ歩き続け、長崎ちゃんぽんの奥深さを楽しんでもらえるような本があったらいいなあ……という想いで作成した。この本に掲載しきれっていない名店も、数多くありますが、この本を片手に、「長崎ちゃんぽんのふしぎ」に出逢う旅へ出かけてもらえると嬉しいですよ。

この本の使い方

A. 資楽軒 観光客も思わず唸る地元民が愛す「普段着」の味

ちゃんぽん 1,000円

Info 長崎市平野町 5-23 095-2277 11:30~14:30/17:00~ 〇 HP参照 〇あり

スープチャート (ちゃんぽん部調べ)

[割合] 鶏ガラ 100% 豚コツ

[B] 〇 〇

後味スツクリのスープは、最後まで飲み干しちゃいました！

ちゃんぽん部コメント

あっさりしていながらコクがあり、少し甘みを感じるスープ。余韻はあまり感じず、後味はスツクリとしており、とても美味しくなっています。野菜たっぷりなのも特徴。原簿資料館横にあり、地元客にも有名です。

スープチャート (ちゃんぽん部調べ)

[割合] 鶏ガラ 100% 豚コツ

[B] 〇 〇

後味スツクリのスープは、最後まで飲み干しちゃいました！

A 長崎を愛し、ちゃんぽんに魅了された「長崎ちゃんぽん部」が食べ歩いた記録と、お店への取材を基に作成したコメントです。

B スープチャートの割合については取材に基づいたもの、味わいについては「長崎ちゃんぽん部」の主観で表現したものです。みなさんもぜひ、ご自身で体感してみてください。

D 「じぶんメモ」の欄には、実際に食べに行ったちゃんぽんの感想を書き込んでみてください。自分だけのオリジナルちゃんぽんぽんをつくってみませんか？

C 表示価格は全て消費税10%を含む税込表示です。営業時間の短縮や店休日以外の休業(年末年始・夏季休暇・ランタンフェスティバル期間中など)がある可能性があります。お出かけ前にお店の最新情報をご確認ください。

※掲載情報は全て2022年9月現在のものです。 ※金額やメニュー等は変更になる場合がありますのでご了承ください。

知っとるね？

美味しさのヒミツは 炊き込みにあり

ちゃんぽんを炊く！



長崎の料理人は、ちゃんぽんを作ると言わず「炊く」という。美味しいスープを吸った麺はプリプリに

ひとつの鍋の中で、炒めた具材と麺、スープを一緒に炊き込んでこそ、長崎ちゃんぽんと呼ばれる一杯に。

美 美味しい一杯は火力によって決まります！中華鍋を高温で熱し、野菜や豚肉など具材を一気に炒めます。その中にスープをジャッと注ぎ入れ、すかさず麺を投入。一緒に炊き込むことで具材すべての旨味がスープに溶け出し、それを麺がグッと吸い上げるため一体感が生まれるのです。使うスープや具材は店それぞれ。あっさりだったり濃厚だったり、自分好みの一杯を求めて食べ歩いてみましょう。

具材の旨味をスープに移し

唐灰汁入り麺がググッと吸い上げる

ちゃんぽん麺



「唐灰汁」とは麺作りに使う「かんすい」にあたり、長崎のみ製造が許されている。くすんだ黄色を帯びており、独特の風合いを持つ

はんぺん



水産県長崎では板付きではないかまぼこを「はんぺん」という。紅白の「長崎はんぺん」に加え、店によっては緑色も

スープ



各店の味を決めるスープは鶏ガラだけや豚コツとのブレンドなど店によって様々。野菜や魚介類など使用する具材が多くなると味に深みが増す

野菜



キャベツや玉ねぎ、ネギ、白菜など季節の野菜がたっぷり。店によって細切り角切りあり。中国由来のもやしは必須

具材



豚肉、エビ、イカを基本に春や夏はアサリ、冬は牡蠣という店が多かったが、現在は四季を通してアサリがメインになっている

日本全国で愛されつづける

長崎ちゃんぽんの 誕生とルーツ

特集
長崎ちゃんぽん
案内

福建省の郷土料理と長崎の豊かな食材をミックスして完成した大衆麺料理。その誕生には、心温まる人情が秘められています。



↑四海樓初代の陳平順氏。日本人と結婚し5人の子どもに恵まれた。享年67歳



明治後期頃の四海樓。旧唐人屋敷そばの広馬場に開業し、看板には英語も

↓四海樓四代目の陳優継氏。長崎の観光振興にも尽力している



貧しい中国人留学生に

お腹を満たす愛情の一杯を！

ち

ちゃんぽんを考案したのは、中国福建省から19歳という若さで長崎にやってきた陳平順

という人物です。反物の行商をしながら、明治32（1899）年にレストランと旅館を兼ね備えた「四海樓」を開業。ここでちゃんぽんが誕生します。当時貧しかった中国人留学生に安くて栄養がある料理を食べさせたい…。人情味に溢れた彼は、福建省でよく食べられていた「湯肉絲麵」というあっさり味の湯麺をベースに、長崎の近海で獲れる海産物、中国伝来のもやしなど具材を豊富に使いました。スープは鶏ガラがメインの中華スープに豚コツをブレンドしてコクを出し、麺もお腹がいっぱいになるよう丸く太いものをチョイス。春はアサリ、冬は牡蠣と季節の食材を使っていたため「ちゃんぽん一杯で四季が感じられる」と、瞬く間に評判となりました。誕生した当時は「支那饅頭」と呼ばれていましたが、福建語で「吃飯」、つまり「ご飯を食べましたか？」の挨拶言葉から、「ちゃんぽん」という名になったと言われています。日本全国で愛される理由は「たくさんの方々に食べてもらいたい」という陳平順の想いが強く商標登録をしなかったこと。四海樓は、ちゃんぽんが生まれた聖地として今も多くの人々に愛されています。

観光客も思わず唸る 地元民が愛す「普段着」の味



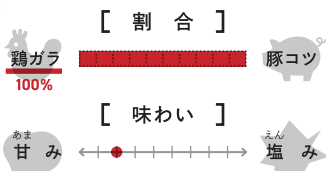
ちゃんぽん 1,000円

info
 長崎市平野町 5-23 ☎095-846-2277
 11:30~14:30/17:00~19:00 HP参照 あり
しぶんメモ

ちゃんぽん部コメント

あっさりしていながらコクがあり、少し甘みを感じるスープ。余韻はあまり感じさせず、後味はスッキリとしており中太麺ともうまく絡みあっています。野菜たっぷりなのも特徴。原爆資料館横にあり、地元客にも有名です。

スープチャート(ちゃんぽん部調べ)



後味スッキリのスープは、最後まで飲み干しちゃいました！

太麺と絡み合う あっさり&クリーミースープ



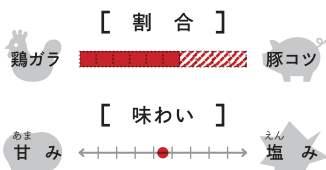
ちゃんぽん 1,200円

info
 長崎市平野町 4-16 (ホテルセントポール長崎) ☎095-845-5141
 11:00~14:00/17:00~19:30 不定休 あり
しぶんメモ

ちゃんぽん部コメント

長崎ちゃんぽんの特徴である唐灰汁入り麺の中でも、少し太めでももちもち食感が印象的。鶏ガラの割合多めで、軽やかかつ旨みのあるスープにもよく絡み、ツルツルと箸が進みます。大きめ具材でボリュームもあります。

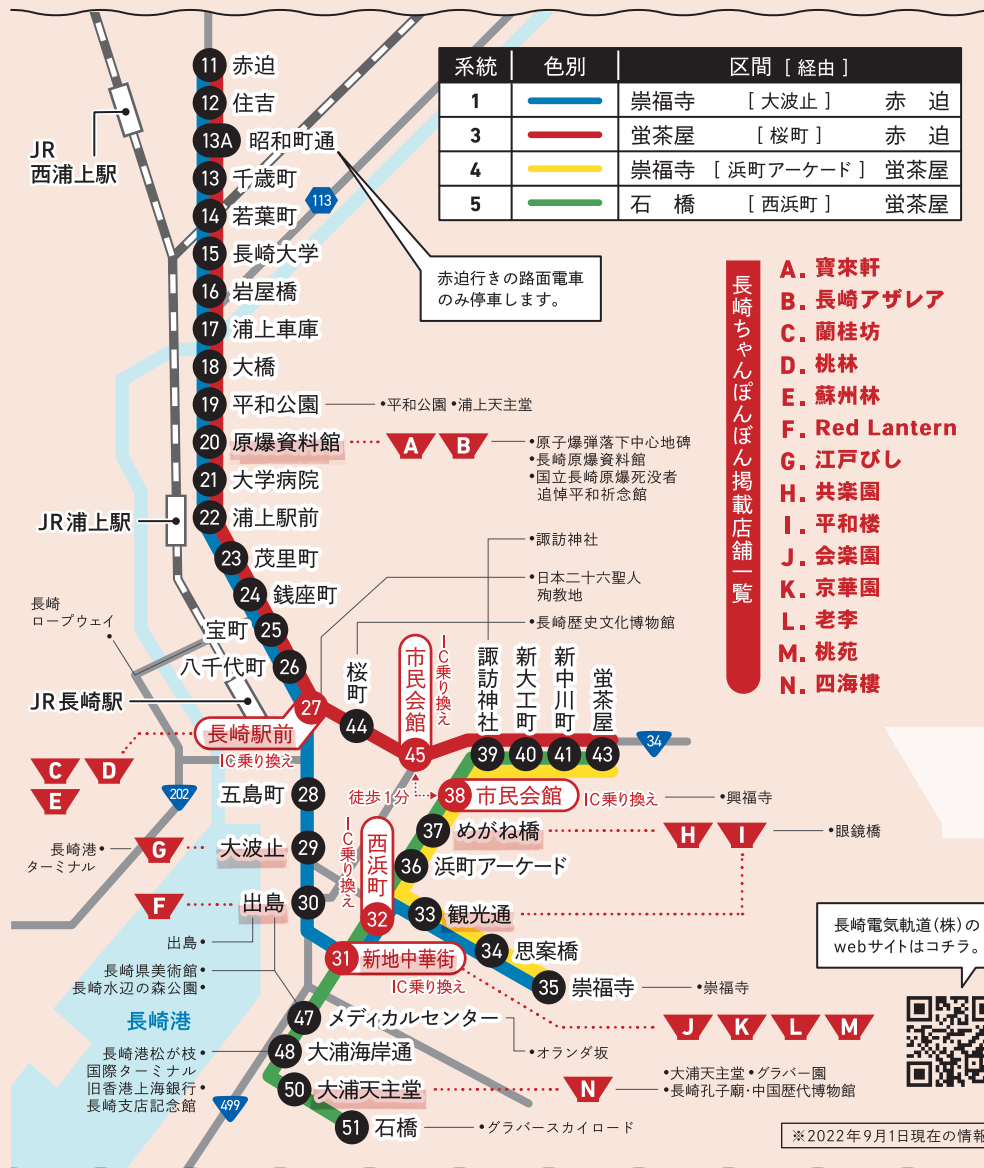
スープチャート(ちゃんぽん部調べ)



際立っていたのはクリーミーな口あたり！

路面電車路線案内図 × ちゃんぽん

長崎市民の暮らしに欠かせない路面電車に乗って、ちゃんぽんめぐりへ出かけよう。ガタゴトしながらスープのことをおさらいしてみる。鶏ガラと豚コツと…。



大きめ野菜も特徴 & “ヨクまる” スープで味わい豊か



ちゃんぽん 1,100円

info

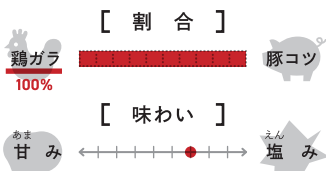
長崎市尾上町1-67 ☎095-801-1062
 11:00~10:21:45 🍷なし 🍷なし

じぶんメモ

ちゃんぽん部コメント

野菜も麺と一緒に強火で鍋炊きしているの、ほどよい食感を残しつつスープと馴染んでまとまりのある味わい。あっさり、でもしっかりと旨みを感じます。見た目以上のボリュームがあり、お腹も大満足です。

スープチャート(ちゃんぽん部調べ)

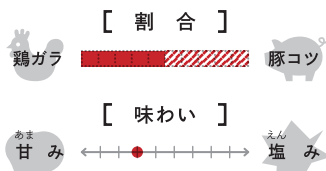


丸鶏使用でコクも深みもUP
 プリプリ太麺との相性GOOD!

ちゃんぽん部コメント

最後まで飲み干せるバランス
 ◎な白濁スープは、鶏ガラと豚コツを半々でブレンドしているそうです。彩り鮮やかな野菜と合わせり上品な仕上がりに。スープだけを注文したお客さんもいたとか!

スープチャート(ちゃんぽん部調べ)



鶏ガラと豚コツの割合は
 季節に合わせて変えてるとか!

GOODバランスの 「飲み干せる」絶品スープ



ちゃんぽん 900円

info

長崎市大黒町6-12 ☎095-811-2323 11:30~14:00/18:00~21:00 (10:20:30) ※日・祝~20:30 (10:20:00) 🍷木曜休 🍷なし

じぶんメモ

長崎港を目の前に味わう 魚介の旨み、たっぷりスープ



海鮮ちゃんぽん 1,210円

info

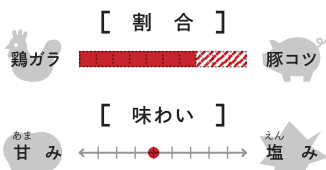
長崎市出島町1-1(長崎出島ワーフ) ☎095-829-0475
 11:30~10:13:30/17:30~10:20:30 🍷不定休 🍷なし

じぶんメモ

ちゃんぽん部コメント

大きめ具材と透明感のあるスープが特徴。鶏ガラスープと魚介の旨みが絶妙に調和した至極の一杯です。濃いというより、奥行きを感じる、と言った感じ。野菜や肉もしっかり炒めていることも、その理由の一つだとか。

スープチャート(ちゃんぽん部調べ)

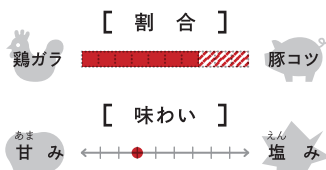


鶏ガラ×魚介=大正解!!
 旨みと旨みのかけ算で旨さ倍増

ちゃんぽん部コメント

海鮮具材の香りを纏ったスープは、豚コツ風味を感じながらも爽やかな口あたり、そして、スッキリとした味わいです。少し細目の麺で絡みもGOOD。店内の大窓から見える街の景色や夜景でさらに旅情がそそられます。

スープチャート(ちゃんぽん部調べ)



豚コツと鶏ガスを長時間煮込んだ
 あっさりめのスープは上品な美味しさ

五感を刺激するホテルちゃんぽん 海鮮の風味が味を華やかに!



ちゃんぽん 1,500円

info

長崎市大黒町14-5(ホテルニュー長崎) ☎095-828-7227
 11:30~10:14:00/17:00~10:20:00 🍷月曜休 🍷あり

じぶんメモ

味よし、量よし、麺よし
バランス力抜群の一杯



ちゃんぽん 1,100円

info

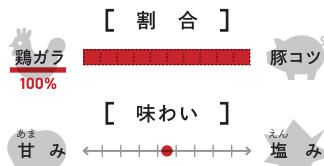
長崎市万屋町4-3 ☎095-822-0931
11:30～14:00/17:00～19:30 木曜休 〻なし

じぶんメモ

ちゃんぽん部コメント

毎朝5時間じっくり煮込んだ鶏ガラスープに、たっぷりの野菜と海鮮の旨み加わり、味、濃さのバランスが抜群!食べ進めると、より出てくるまろみ加たまりません!もちもち食感の麺でボリュームも満点。17時からの限定メニュー!

スープチャート(ちゃんぽん部調べ)

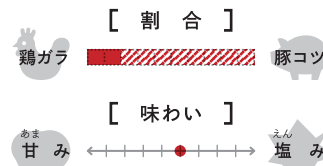


長時間、強火で炊いて仕立てたコクのある絶品鶏白湯スープ!

ちゃんぽん部コメント

スープは豚コツベースを強く感じ、濃厚さが際立ちますが、ひとたび口に運ぶと、スツとしたのどごしでいつの間にかペロリ。錦糸卵、海鮮、野菜がさらに楽しませてくれます。ザ・唐灰汁入り麺を味わうならオススメです。

スープチャート(ちゃんぽん部調べ)



豚コツの臭みが苦手な先代が部位にこだわったスープが絶品!

長崎の人気町中華のスープは
濃厚なのに食べた後はすっきり!



ちゃんぽん 750円

info

長崎市江戸町1-6 ☎095-826-2903
11:00～14:00/17:30～20:00 日曜休 〻なし

じぶんメモ

丸鶏だからこそその旨味!
絶妙なバランスのスープに唸る



ちゃんぽん 990円

info

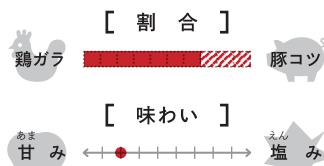
長崎市新地町10-16 ☎095-822-4261
11:00～14:45/17:00～19:50 不定休 〻なし

じぶんメモ

ちゃんぽん部コメント

鶏ガラが強めですが、豚コツの風味を感じました。まろやかな甘みと少し濃い味わいのバランスが絶妙のスープ。太い、もちもち麺によく絡んでいる印象です。具材は細切りでどんどん箸が進んでいきます。

スープチャート(ちゃんぽん部調べ)

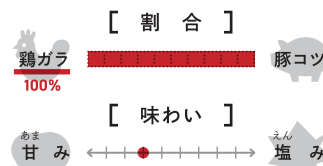


より一層風味が増してる感じは特注の薄口醤油のおかげ!?

ちゃんぽん部コメント

食べ進めるほど野菜や具材の旨み・甘みが押し寄せて、その美味しさにハマっていく没入系ちゃんぽん。最初はさっぱりした口あたりですが、だんだん「意外と濃いめかも?」に印象が変化していき感じます。

スープチャート(ちゃんぽん部調べ)



3～4時間しか煮込まない昔ながらの鶏ガラスープ!

あっさりなのにコクがある!
常連も多い不動の愛されちゃんぽん



ちゃんぽん 850円

info

長崎市古川町5-4 ☎095-822-8257
11:00～14:30/17:00～19:30 火曜休 〻なし

じぶんメモ

濃厚さと上品さが融合した
総合力◎のおもてなしちゃんぽん



桃苑海鮮ちゃんぽん 1,430円

info

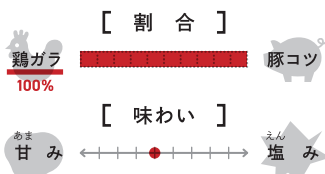
長崎市新地町13-10(ホテルJALシティ長崎) ☎095-825-2580
 11:30~14:00/17:30~20:30 ④なし ⑤あり(宿泊客優先)

じぶんメモ

ちゃんぽん部コメント

まろやかで味わい深い、だけでもパンチの効いた濃厚スープが特徴的で、中太麺とじっくり煮込んだ野菜と海鮮たちとのマッチングも絶妙!ホテルならではのサービスとポリューミーなところもポイントが高いです。

スープチャート(ちゃんぽん部調べ)

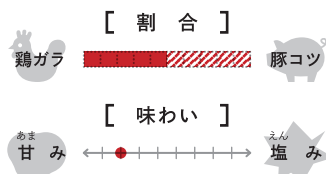


大ぶりのエビとイカが豪華!
まろやかコク旨スープ

ちゃんぽん部コメント

鶏ガラと豚コツがいい塩梅のスープは、透明感のある見た目と、とてもあっさりした味わいが特徴。魚介と合わせ、口の中では独特の旨みが広がっていきます。ツルっとコシのある麺との相性も抜群です。

スープチャート(ちゃんぽん部調べ)



あっさり、すっきりだけど
魚介が効いている!

透き通ったスープに隠された
魚介の旨みが広げる味わい



ちゃんぽん 950円

info

長崎市新地町9-7 ☎095-821-1507
 11:00~14:50/17:00~19:30 ④不定休 ⑤なし

じぶんメモ

まずは歴史のはじまりを!
発祥店で味わう、ザ長崎ちゃんぽん



ちゃんぽん 1,100円

info

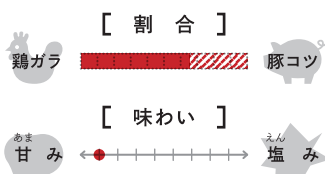
長崎市松が枝町4-5 ☎095-822-1296
 11:30~15:00/17:00~20:00 ④不定休 ⑤なし

じぶんメモ

ちゃんぽん部コメント

鶏ガラスープにほんの少し豚コツをブレンドさせ、あっさりとした味わいに仕上げるのが四海樓流。高温でしっかり炒めた具材からおいしいエキスが溶け出し、奥行きのある味わいになります。錦糸卵も彩り豊か。

スープチャート(ちゃんぽん部調べ)

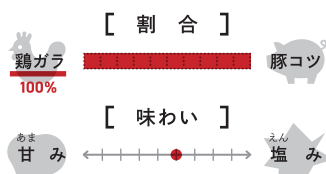


伝統を貫く鶏ガラ多めのやさしいスープ
太めの唐灰汁入り麺にピッタリ

ちゃんぽん部コメント

半日以上かけて鶏ガラを煮込んだスープは、風味付けの豚の背脂が決め手。とろりとした濃厚さとしつこく残らない口あたりの秘密はここにありました。生からすみやこだわり具材が満載の「極上ちゃんぽん」も人気。

スープチャート(ちゃんぽん部調べ)



鶏ガラ100%に加えて
豚の背脂がいい感じ!!

味わい濃厚、旨み抜群!
風味付けの豚の背脂が決め手



ちゃんぽん 850円*

*平日ランチ時の料金です

info

長崎市新地町12-7-2F ☎095-820-3717
 11:30~14:30/17:00~21:30 ④なし ⑤なし

じぶんメモ

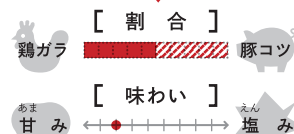
キョウカエン
P.12 京華園

● 11:00～14:50/17:00～19:30 ● 不定休

【人気メニューベスト3】

- ① 韭菜拌麵ニラパンメン
- ② 東坡扣肉豚角煮まんじゅう
- ③ 血うどん (太麺・細麺)

スープチャート(ちゃんぽん部調べ)



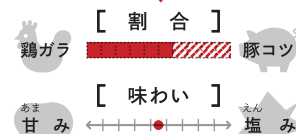
ナガサキ
P.07 長崎アザレア

● 11:00～14:00/17:00～20:30 ● 不定休

【人気メニューベスト3】

- ① 血うどん
- ② 角煮まん
- ③ 角煮丼

スープチャート(ちゃんぽん部調べ)



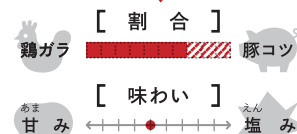
レッド ランタン
P.09 Red Lantern

● 11:30～13:30/17:30～20:30 ● 不定休

【人気メニューベスト3】

- ① 火鍋
- ② 四川土鍋 麻婆豆腐
- ③ 芝海老のマヨネーズソース和え儀仕立て

スープチャート(ちゃんぽん部調べ)



ラオリ
P.12 老李

● 11:30～14:30/17:00～21:30 ● なし

【人気メニューベスト3】

- ① 元祖 長崎台湾内汁水餃
- ② 麻婆豆腐火鍋
- ③ 元祖 生からすみちゃんぽん

スープチャート(ちゃんぽん部調べ)



エド
P.10 江戸びし

● 11:00～14:00/17:30～20:00 ● 日曜休

【人気メニューベスト3】

- ① 血うどん
- ② 長崎特製ちゃんぽん
- ③ ナシゴレン

スープチャート(ちゃんぽん部調べ)



ラン カイフォン
P.08 蘭桂坊

● 11:30～14:00/18:00～21:00 (16:30～20:30) ● 木曜休

【人気メニューベスト3】

- ① 大海老のチリソース煮
- ② 牛肉の自家製XO醤炒め
- ③ ハーブ鶏とカシューナッツの炒め

スープチャート(ちゃんぽん部調べ)



カイラクエン
P.11 会楽園

● 11:00～14:45/17:00～19:50 ● 不定休

【人気メニューベスト3】

- ① 東坡肉 (1個)
- ② 春巻 (1本)
- ③ エビチリ

スープチャート(ちゃんぽん部調べ)



トウエン
P.13 桃苑

● 11:30～14:00/17:30～20:30 ● なし

【人気メニューベスト3】

- ① 麻婆豆腐
- ② 海老のチリソース煮
- ③ 長崎雲仙ポークの角煮饅頭(2個～)

スープチャート(ちゃんぽん部調べ)



キョウラクエン
P.10 共楽園

● 11:00～14:30/17:00～19:30 ● 火曜休

【人気メニューベスト3】

- ① 血うどん (細めん)
- ② そぼろ血うどん
- ③ 焼きめし (スープ付)

スープチャート(ちゃんぽん部調べ)



ホウライケン
P.07 寶來軒

● 11:30～14:30/17:00～20:00 ● HP参照

【人気メニューベスト3】

- ① 大エビマヨソースあえ
- ② エビチリ
- ③ 豚唐揚げ特製醤油がらめ

スープチャート(ちゃんぽん部調べ)



ヘイワロウ
P.11 平和楼

● 11:30～14:00/17:00～19:30 ● 木曜休

【人気メニューベスト3】

- ① 汁なし担担麵
- ② ジャンボ焼餃子 (5個)
- ③ エビチリ定食 (ランチ限定)

スープチャート(ちゃんぽん部調べ)



ソシュウリン
P.09 蘇州林

● 11:00～21:45 ● なし

【人気メニューベスト3】

- ① 野菜たっぷりちゃんぽん
- ② 野菜たっぷり血うどん (太麺)
- ③ 炒飯

スープチャート(ちゃんぽん部調べ)



長崎市をもっと楽しむなら



長崎の遊び方ポータルサイト
PLAY NAGASAKI

<https://play.nagasaki-visit.or.jp/jp/>



長崎のグルメがわかるサイト
ナガサキ飯

<https://gourmet.nagasaki-visit.or.jp/>

長崎ちゃんぽん部が今回実食して導き出した14店舗のスープチャート。さらに、営業時間、店休日、他にもおすすましたい人気メニューをまとめました！旅のプランニングにぜひ活用してください。

長崎ちゃんぽん部
スープチャートと
旅の便利データ