



レモンステーキ

アメリカグルメを
日本流に
アレンジした美味

米海軍ゆかりのグルメ

佐世保



熱 々の鉄板で薄切りの牛肉を
ジュワツと一瞬で焼き、レ
モン果汁が入った醤油ベースのタ
レをたっぷりかけたレモンステー
キ。肉、ご飯、タレの組み合わせ
に箸が止まらない佐世保名物だ。

レモンステーキが生まれたのは
一九五〇年代。戦後、米海軍基地
が置かれた佐世保では、さまざま
なアメリカ文化が花開いた。その
な時、米海軍兵が多く訪れていた
老舗洋食店のオーナーから「夏で
もさっぱりと食べられるメニュー
を考えてほしい」と、ある兄弟
シェフが依頼を受けた。当時はス
テーキといえば厚切り。二人はそ
れを焼肉感覚で食べられるように
と薄切り肉を使用し、海軍兵に人
気のあった照り焼きソースにレモ
ンを加え、回しかけた。その美味

しきは評判を呼び、現在では多く
の飲食店がオリジナルのレモンス
テーキを提供している。

「レモンステーキの生みの親であ
る兄弟シェフは、私の父と叔父で
す」。そう話すのは、「下町の洋食
時代屋」の東島寿明さん。父と叔
父が作ったレモンステーキの味を
受け継いでいきたい」と、弟の寿海
さんと一緒に店を切り盛りしてい
る。「昔気質の料理人である父は
ソースの味もすべて自身の舌で調
整していたので、味を受け継ぐの
は大変でした」と、寿明さんは
笑いながら、店を継いだ頃を振り
返った。

レモンステーキは肉をご飯にの
せたり、巻いたりしていただくの
がおすすすめ。最後は、残しておい
たご飯を鉄板に投入し、タレとご

飯のコラボレーションを楽しむの
が通だという。兄弟から兄弟へと
受け継がれたレモンステーキ。い
つまでも守り続けてほしい一皿だ。

佐世保には米海軍基地ゆかりの
グルメがもう一つある。それが
「佐世保バーガー」だ。一九五〇
年頃、米海軍基地から直接レシビ

を教わったのが始まりとされ、佐
世保はハンバーガー伝来の地とい
われている。現在、市内には二十
五店舗以上のハンバーガーショッ
プがあり、個性豊かなメニューを
展開。ボリュームたっぷりのバー
ガーに思いっきりかぶりついてほ
しい。



佐世保 バーガー

佐世保バーガーは、オーダーを受けてから作り始めるのが鉄則。
また新鮮な生野菜やオリジナルソースを使っているのも特徴。
写真は「BigMan京町本店」の「スペシャルバーガー」。



東島寿海さん(左)と兄の寿明さん。



SASEBO