



信州そば

長野県

そばは日本で古くから食されてきたが、「そば切り」と呼ばれる細長い麺状になったのは江戸時代中期以降で、信州が発祥と言われている。それまでは、そば粉を湯で練って固めた「そばがき」にして食べていたそう。



文／はんつ遠藤

1966年生まれ。早稲田大学卒業後、海外旅行雑誌のライターを経てフードジャーナリストに。取材軒数は8500軒を超える。『週刊大衆』『JAL旅プラスなび』『東洋経済オンライン』などで連載中。著書多数。



撮影／原田圭介

る独特の盛り方もあるそう。そばは「信州そば」として認定し、商標登録したロゴマークの使用を許可している。長野県は人口約200万人に対してそば店が1000軒以上あると言われる激戦区。それだけの数になると、タイプもさまざまありそう。ならば、と教えてもらった上田市にある1軒へ向かった。

早速頂いてみると、今度は麺がモチモチ！しかもかみしめると甘さが伝わってくる。「そばなのにこの食感と味は？」と驚いていると、「そばの実をあらかじめ発芽させているのです」と店主。玄そばを「晩水に浸して発芽させ、それをベースト状にして打つことで、特に甘みが出るのだそう。そんな打ち方があるのか！

県内には「戸隠そば」や「開田そば」など、土地の名前を冠したご当地そばも多く、さすがはそば大国。近年では県内産だけでは間に合わず、全国から取り寄せたそば粉を用いる店もあるほどだ。「長野県に來たらまた食べよう」。そう思いながらそばをたぐった。

そば大国ならではの
バリエーションを楽しむ

ニッポン 麺 探訪 第11回

日本全国の
麺文化をご紹介します！

さすがはそばの本場！
のどこしと香りが秀逸

小学生のころ、「牛に引かれて善光寺参り」ということをわざと習ってからというもの、僕はなぜか長野県に強い憧れを抱いていた。大人になって長野市の善光寺へ行く機会に恵まれ、その想像を超えたスケールの大きさに驚かされた。長野県は農業が盛んで、中でも冷涼な気候が育んだそばは全国2位の収穫量を誇り、「信州そば」として広く知られている。その歴史は古く、現在の切り麺タイプのそば（そば切り）のルーツとも言

われ、1574年、定勝寺仏殿の竣工祝いでそばがふるまわれた記録も残っているそう（諸説あり）。「長野県へ来たなら、そばは外せない！」。そう思って参道沿いの一軒のれんをくぐった。出てきたもりそばは「九一」と呼ばれるタイプで、そば粉90%、小麦粉10%で打ったもの。のどこしはもちろん、そばの香りが秀逸で、さすが本場だとうなった。「一口に信州そばと言っても、いろいろあるんだよ。そば粉100%の「十割そば」、そば粉80%の「二八そば」とかね」とご主人。クルミを使っ

CONTENTS

2 ニッポン麺探訪 第11回
信州そば [長野県]

4 特集1
農業高校

14 特集2
農高“良品”

18 今月の農林水産大臣賞 vol.11
紀州南高梅をふんだんに使った
高校生発のご当地バーガー

20 MAFF TOPICS
NEWS
被災地の取り組みは「復興・復興」から「復興・創生」へ
「ディスカバー農山漁村の宝」第3回グランプリを選出
女性・若者の活躍に向けた
「G7国際フォーラム」を開催
「ウッドデザイン賞2016」
農林水産大臣賞など25作品が決定

23 読者の声

表紙／宮崎県 高鍋農業高校、
青森県 五所川原農林高校の生徒の皆さん
撮影／島 誠

○広報誌「aff(あふ)」について
農林水産省や農山漁村は、食料の安定供給はもちろんのこと、国土や自然環境の保全、良好な景観の形成などの多面的機能の発揮を通じ、国民の皆さまの毎日の生活において重要な役割を担っております。また、農林水産行政は、生産などの現場に密着したものであると同時に、毎日の生活に深く関わっています。農林水産省では「aff」を通じ、農林水産業における先駆的な取り組みや農山漁村の魅力、食卓や消費の現状などを紹介しております。

○ホームページのご案内
「aff」は農林水産省のホームページでもご覧になれます。
<http://www.maff.go.jp/j/pr/aff/>

○編集・発行 農林水産省大臣官房広報評価課広報室
〒100-8950 東京都千代田区霞が関1-2-1
TEL 03-3502-8111（代表） FAX 03-3502-8766 <http://www.maff.go.jp/>

○編集協力 株式会社KADOKAWA
〒102-8177 東京都千代田区富士見2-13-3
TEL 03-3238-6255 FAX 03-3238-5832 <http://www.kadokawa.co.jp>
編集／武蔵おりえ 西上範生

アートディレクション／片野宏之（Zappi）
デザイン／柳田美樹（Zappi）

本誌に掲載した論文などで、意見にわたる部分は、それぞれ筆者の個人的見解であることをお断りします。

