

# 竹之高地だより

平成28年  
3月臨時号  
2016年3月6日

竹之高地町同友会  
〒940-1123  
長岡市竹之高地町  
不動社社務所内

## そば打ち交流会・講習会

2016年3月6日 そばを打ち、食べた

竹之高地産のそば粉を用いたそば打ち体験講習会を行いました。本格的なそば打ちを一から体験し、一連の作業が終わった後は自身が打った手打ちそばを、その場で味わいました。参加者は「自分で打ったそばの味はまた格別」と満足しておりました。初めての参加者は「自分で打ったそばがこま切れにならないか心配でしたが、茹で上がったのを見てつながっていました」と喜び、「旨い！」と言って食べていました。

講師3名（そば打ちの名人の田村氏、小島氏、正廣氏）  
体験者11名、スタッフ3名、食べ比べ参加者3名、  
総勢20人でした。

そば粉 竹之高地産

⇒昨年秋に収穫、挽きたての風味豊かなそば粉

二八そば

⇒そば粉八割、小麦粉二割の一般的な手打ちそば

2：1そば

⇒そば粉2、小麦粉1の割合で初めての人向き

十割蕎麦

⇒そば粉100%で水のみでこねる、熟練者向き

今回はそれぞれの技量に応じて手打ちそば作りを楽しみました。それぞれのそばの味、風味の違いがあり、どれも旨かった。

薬味も竹之高地産にこだわり、ネギ、カグラ南蛮、とろろ芋等、昨年秋に収穫したものと、今朝採れたふきのとうが彩りを添えていました。





暖かい春の日を浴びながら社務所前の屋外に茹で釜を設置した。写真の奥に『コブキロ』が見える。

**蕎麦を洗い冷水でしめる水（上の写真左の桶の水）**

「竹之高地はこの水があるから旨い蕎麦になるのだよ」と講師の方が言っておられた。『子は清水』の下、『池尻』の湧水を不動社社務所までホースで引いてきている。夏は東山の田畑の農業用水として使い、冬は社務所前の消雪用の水として使っています。秋の蕎麦まつりには茹で上がった蕎麦を冷やし、洗う（ヌメリ取り）に使う重宝な水です。



### 十割そばに挑戦

そばの風味・香りがよく、大変好評でした



講師（そば打ちの名人）の的確なアドバイスにより皆が美味しい蕎麦を作ることができました。

茹でた蕎麦がこま切れにならず、皆つながっていました。どれを食べても旨かった



材料は竹之高地で採れたものにこだわりました。

### そば粉

・昨年秋に収穫、挽きたての風味豊かなそば粉

### 薬味

- ・ネギ・・・昨年秋に収穫したもの
- ・ふきのとう・・・早朝山で収穫したて
- ・カグラ南蛮・・・昨年秋に収穫したもの
- ・とろろ芋・・・昨年秋に収穫したもの
- ・大根おろし・・・雪の下から掘り出してきた

