

へぎそば

新潟県

ふのりをつなぎに使ったそばを「へぎ」という器に一口ずつ手振りにして盛り付けたもの。つるつるとしたのど越しと歯ごたえのある食感が特徴。魚沼地区は日本有数の米どころだが、そばも救荒作物として古くから栽培されてきた。



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。

「へぎそばは、かつおなどのだしが効いたつゆに、わさびではなくからしを溶いて味わうのが本来の姿なのだ。なるほど、コシが強くてのど越しが良く、つるつるとした食感の麺に、からし醤油味がぴったり合う。やはりここは伝統にのっとって、からしで頂きたい。」

日本全国の
麺文化をご紹介します！

ニッポン

麺

第5回

探訪

つるつるとした食感の秘密は、ふのり。全国にはさまざまなそばがあり、つゆにつけて食べる定番のスタイルから、水で食す、ぶっかけにするなど千差万別。麺にそば粉や小麦粉以外の食材を練り込むタイプもある。その代表格が新潟県の「へぎそば」だ。

へぎそばは、かの川端康成の小説『雪国』の舞台となった越後湯沢の少し先、小千谷市、十日町市、津南町あたりのご当地そば。食べるにあまりのつるつるとした食感に驚く。

美しく盛られたそばをからしで食す！

発祥の地も諸説あり、小千谷市が「へぎそば」を商標登録したことで一時はただならぬ雰囲気だったが、2014年に十日町地域へぎそば組合が「十日町へぎそば」として商標登録したのをきっかけに和解。今は相乗効果でちよつとしたへぎそばブームになっている。

たとか。江戸時代後期の掛け軸や随筆にも登場するほど歴史は古く、冠婚葬祭などハレの日、のふるまい料理として浸透したという。

「麺にふのりを練り込んでいゝるんですよ」と店のご主人が言う。ふのりは紫色をした海藻だが、そば自体は緑がかっている。「乾燥したふのりを銅鍋で煮ることで緑色になるんですよ」と見せてくれたのはゼラチン状に固まった緑色のふのり。通常の水まわしとは違って、そばろのものをがっしり固めていくような珍しい工程だった。

「そもそもの、ふのりを混ぜたんですか？」。ご主人曰く、このあたりは上杉謙信が奨励した麻織物、縮の産地。縮の糸を紡ぐ際に使用していたふのりが、そばのつなぎとして使われるようになった。

CONTENTS

2 ニッポン麺探訪 第5回
へぎそば [新潟県]

4 特集1
非常食

14 特集2
工場見学

18 今月の農林水産大臣賞 vol.5
東日本大震災からの復興へ新たな希望
石臼で練り上げるかまぼこ

20 MAFF TOPICS

あふラボ

介護食の世界を変えた凍結含浸法

NEWS

ドキュメント映画

『いただきます〜みそをつくるこどもたち』を応援

正社員として安心して就農できるよう応援。

第4回「農の雇用事業」の参加者を募集

海外における日本料理の調理技能と

日本産食材サポーター店認定のガイドラインを制定

「農作業安全確認運動」で農作業死亡事故を防ぐ

夏休み恒例！「子ども霞が関見学デー」開催

23 読者の声

表紙撮影／松津祐太郎

○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、農林水産省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 (Zapp!)

デザイン／柳田美樹、桑原菜月 (Zapp!)

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。