



生活物語

お月さまはなぜ
ウサギと仲良し

【11面】



元氣悠悠

勝村政信さんが
真剣になるもの

【14面】

ホームページのアドレスは<http://www.nikkei.co.jp/p1/>

NIKKEI
プラス1

おすすめの取り寄せそば

1	おお西(長野県上田市)	744
	モチのような食感の「発芽そば」①6人前4725円②冷凍1ヵ月③ http://www.geocities.jp/ohnishi_soba	
2	老梅庵(三重県四日市市)	700
	そばの殻もひきこんだ田舎風の十割そば①2人前1365円②冷凍1ヵ月③ http://rakuten.co.jp/roubaian	
3	山笑(長野市)	690
	上品な味の十割そば。そばの実は戸隠産とハケ岳産①4人前3150円②冷蔵4日③ http://soba-yamasho.com	
4	いづるや(栃木県栃木市)	626
	つなぎに小麦粉と卵を使用。のどごしのいい八割そば①1300円②3300円③冷蔵3日④ http://iduruya.co.jp	
5	玉谷製麺所(山形県西川町)	622
	太切りの田舎そば。箱付きの板そばもある①10人前1580円②冷蔵7日③ http://www.tamayaseimen.co.jp	
6	芦屋かぶらや(兵庫県芦屋市)	578
	そばの実すべてをひきこんだ風味が豊か①2人前2000円②冷蔵3日③ http://www.rakuten.co.jp/kaburaya/	
7	かわい庵(東京都品川区)	570
	石臼でひいた独自のそば粉を使用①1人前630円②冷蔵5日③ http://store.yahoo.co.jp/kawaian/	
8	善州庵(長野市)	554
	信州産のそば粉を使った八割そば①※6人前4100円②冷蔵5日③ http://store.yahoo.co.jp/zensyu/	
9	そばぶるまい(長野県松本市)	538
	細めのめんであつとしたのどごし①4人前2700円②冷蔵5日③ http://www.rakuten.co.jp/sobaburumai/	
10	麺本舗吉粋(札幌市)	522
	北海道・幌加内産のそば粉を使用①3人前1050円②冷蔵4〜5日③ http://www.kissui.co.jp	

(注)①価格(つゆ付き。送料別、※のみ送料込み)②製造日
からの日持ち③問い合わせ先

さん。土田さんは「挽きさるゝ」の風味の強さがよく出ていて」と評した。

三位の「山笑」「長野市」も、通販では珍しい十割そば。そのほかの名産地である信州佐久の店には、そばの実はその地元の戸田産と八ヶ岳産を交互に細かく挽いて作った生そばは、真実パックにして出荷する。つるとした食感がさわやかで「上品でパランスがよい」と花房さん。

「そばらしい香りがある」「(藤田さん)という本格派流の風味が評価された」

四位の「いづるや」(栃木県栃市)は、石灰岩層を流れる弱アルカリ性の井戸水を使用。八割そばで、「田舎風のそばらしい、かみ心地のどろけい」と謙さん。

五位は月山のかもとでめんを製造する「玉谷製麺所」(山形県西川町)。山形に多い黒い太切りのそばで、

強い困厄にこそ特徴がある。つゆに酸味も甘みもありバランスがよい「鎌さん」など、甘みのあるつゆを必要とする声も寄せられた。

上位に入った店のなかには、人手による手打ちのめんという一日五十セットが限界らしい二店もある。生そばはつて店もたつと風味はちるるので、店の繁栄や、自身の食べる日に合わせて注文したい。冷感の場合は食べる分だけ进行して自然解凍させてから調理する。と。

家)▽上島寿子(フードライター)▽鎌富志治(そばコンサルタント)▽上条雄司(紀ノ川屋商品部)
▽小山剛(サ・ガーデン商品部)▽関根三夫(江越煮物の会講師)▽土田千春(そば愛好家)
▽木村聡子(同)▽花房美香(おりよそネットの達人)
▽藤田千秋(蕎麦流石店主)▽ほしひかる(江戸ソバリエ認定委員)▽田村成一(「dancyu」編集長)

自宅で本格派の風味

もつすぐ新そばがおいしく季節。健康にもいいとききた。つゆとセットで全国に通信販売している二十五

「お西」の「発芽そば」。店主の大西利光さんが考案。いう。発芽期に発生すると



何でも
RANKING
ランキング

し、二〇〇四年に売り出した。そばの実を少し水につけ、一晩で一ミリほど発芽させてから粉を挽(ひ)くという。発芽期に発生すると

う。酢栗ホイントだとそうでもちもちとした食感が独特だ。「そばの甘みを感じた（上島さん）、「香りにも味にも強さがあっておいしい」（水村さん）など、深みのある味わいが評された。

急速冷凍する「色が濃く

う。―田風のそぼろしゅうかみ心地、のこしがいい」と鎌さへ。

五位は月山のふもとでめんを製造する「玉製麵所」（山形県西川町）。山形に多い黒い太切りのそぼで、

調査の方法

（東京・築地）



家庭でゆでるポイントのひとつが、お湯の量。同アカデミー学長の井上明さんでは「迷ったら長めにゆでるのが無難」と井上さんにはアドバイスする。

楽天やヤフーなどが運営するネット通販の売場筋を参考に、「蕎麦Web」の片山虎之介編集長の推薦をふまえ、つゆとセット販売のそば25品目を選定。専門家14人に試食してもらい、香り、味、つゆなどの項目で採点、集計した。試食した専門家には以下の通り（敬称略、五十音順）。

阿部文枝（フードライター）▽井上明（オールバート「そば」ガイド）▽宮崎昌也（そば研究

調査の方法

健康と信頼をお届けする

1食おきかえ ダイエットの“がまん”

糖質デザイン
スーブ

が解決します!

新規Web会員の方へ
500ポイントプレゼント中!

詳しくは、
インターネットで！