

ロード トゥ ソウル
Road to Soul

ごはん

そば編

ところ変われば品変わる ご当地の味をご紹介します

色やコシ、器や盛り方まで地域によって特徴がある「そば」。地域の特性を生かした作り方があり、歴史的な経緯が今に至っているものが多くあります。同じそばでも店によって個性があるので、食べ比べるのも楽しみ方のひとつです。



鉦路そば

【北海道】

のどごしのいい
緑色のそば

淡い緑色をしているのが新そばの特徴ですが、鉦路そばは年中新そばを食べている気分が味わえるよう、クロレラの粉末で緑色に着色しています。北海道最古のそば店で提供されたのがその起源で、東京・神田の「かんだ やぶそば」をイメージしているとのこと。



そばかけ

【青森県、岩手県】

かけらが主食になった
異色のそば

青森県東部から岩手県北部にまたがる南部地方の家庭料理。「かけ」は方言で“かけら”や“端っこ”を意味し、余ったそばの切れ端を三角形に切り、味噌をつけて食べたのがはじまりといわれます。他に「かあけえ」（召し上がってください）が変化したとする説も。



へぎそば

【新潟県】

へぎに並ぶ盛り方が
美しいそば

新潟県魚沼地方が発祥のそばで、つなぎに布海苔という海藻を使うため、のど越しが良くコシが強いのが特徴。木を削いだ板で作った器（へぎ）に盛りれることから、この名が付きました。ワサビが採れなかった時代の名残から、今でも薬味としてカラシが使われる店もあります。



出雲そば

【島根県】

冷と温、食べ方2種類の
黒いそば

島根県出雲地方のそば。ソバの実を殻ごと挽く「挽きぐるみ」のそば粉を使うため、見た目は黒っぽくて栄養豊富。冷たい「割子そば」は主に三段に重ねた丸い漆器の器（割子）にそばを盛り、温かい「釜揚げそば」は茹でたそばを水で締めず、そば湯とともに丼へ入れていただきます。