

無添加の北海道産新蕎麦を石臼から挽き、皆さんで舌鼓!

野木町 10月26日

「そば打ち名人来る」

自治医大 11月14日



野木の皆様11名

三和町のそば打ち名人の大山さんが本格的蕎麦打ちを参加者に伝授。北海道長万部新蕎麦を石臼挽きから参加者全員で協力しあい手作り。皆さん自作の「本物の蕎麦」の美味しさに皆様舌鼓を打たれました。

「本日は豊屋ですが、全国の美味しい蕎麦を食べ歩き研究を重ねています。どうやら地元では有名になってしまったようです。豊と同じでやっぱり無添加で自然の恵みを楽しむのが一番。」と語る大山さんでした。



自治医大の皆様11名



釜影石の石臼を体験

都心の珈琲店では石臼でコーヒー豆を挽いているこだわりのお店もあります。粉焼（熱で風味が落ちる現象）がほとんどないからです。

そば練体験

水の量がポイント約20分位練りつけます。

本格的蕎麦棒でそばのばし

蕎麦棒にてのばし作業、均一の厚みと時間が大切。

のばし過ぎは乾燥を進め舌触りが悪くなります。

本格的蕎麦切包丁でそば切体験

リズムと重心が大切、麺がうまく切れません。

出来たての蕎麦を打ち合い会食

本物は、やはり蕎麦の香りが違う！自作&無添加の本物の味に満足！



蕎麦には体によい、ルチンを多く含む食材であること事はご存知ですか？ お蕎麦屋さんの来店比率は男性7vs女性3。「お蕎麦には、お通じを良くする効果もあるのです。女性の方にもっと来ていただきたいですね」とはある蕎麦店の店主。今は県内の新蕎麦も旬、季節感もたっぷり味わえます。是非、ご家族で体と健康にとってもよく、素朴な味を楽しめる「蕎麦打ちに」チャレンジしてみましょう！