



常陸秋そばの歴史が
始まったお店！



常陸秋そばとは、

玄そばの最高峰といわれる茨城県のブランドそば。その特徴は実が大きく粒ぞろいや品質がよく、そばの甘みと香りの高さに優れています。県内の在来種で最も品質の良い旧金砂郷赤土町の種を親に改良した品種です。

今回は常陸秋そばのルーツである赤土地区にてそば打ち体験をするため、西金砂そばの郷 そば工房へ行ってきました。

西金砂そばの郷 そば工房

住所 | 茨城県常陸太田市赤土町 2408

TEL | 0294-76-9000

営業時間 | 10:00~15:00 水曜日定休

アクセス | (電車) JR 水郡線常陸大宮駅からタクシーで約 20 分
(車) 常磐自動車道那珂 IC から車で約 40 分

☆そば打ち体験&試食 (4人分)

1卓: 3,300円 天ぷら (400円~) の追加もできます。

☆そば打ち体験のみ・・・1卓2,700円

「そば打ち体験」に挑戦！！

一、粉を混ぜる



二、水まわし



三、くくり



四、基礎延し



まずは、そば粉と小麦粉をふるいにかけ、よく混ぜ合わせます。粉に水分が行き渡りやすくする為にダマをなくします。

粉全体に水を含ませるため最初は指を立てて、徐々に手のひら全体に力を入れ混ぜ合わせます。だんだんと団子状にまとまっています。

粉によく水をまわしてから1つの玉にまとめていきます。最も力が必要となる作業です。よく練ってなめらかに仕上げるのがコツです。

手のひらを使って丸く押し広げていきます。打ち粉をたっぷり振り、中心部分にある程度の厚みを残して延します。

八、切り



七、たたみ



六、本延し



五、角だし



こま板と麺太刀を使い、均一な太さを目指し切っていきます。麺太刀を縦に入れ、こま板に向かって傾け、また切っていきます。

打ち粉をたっぷり振り、生地を丁寧に折りたたみます。破れやすいので慎重に4枚重ねにしています。

めん棒で生地を巻き取りながら、生地の厚みが均一になるように延していきます。生地が乾いてしまうので素早く延ばします。

4つの角を作り、全体をひし形にしていきます。猫と手でめん棒を転がして延していきます。力加減を均一にするのがポイントです。



完成。

完成したお蕎麦は麺の太さに手作り感があるものの、コシがあり【常陸秋そば】の香りの良さと甘みを満喫できる逸品でした。自分で打った蕎麦は格別ですね。

皆さんも挑戦してみてください。おすすめです♡



実食

そば街道

常陸太田市の市街地からそば工房のある赤土地区へ向かっていくと、その周辺には「金砂郷そば街道」という名前がついています。そば街道周辺はその名が表す通り、常陸秋そばの畑が広がる大生産地になっています。そしてもうひとつ目を引くのが、そば街道・さくら街道沿いに建つたくさんの石像たち！！

常陸秋そば栽培の一年の流れや金砂郷の72年に1度行われる大祭礼の様子など、その郷土に根付いて生きる人々の姿が石像たちによって表現されています。全部で40体近くあるこの石像たちを巡ってみるのもオススメです！



西金砂神社

さくら街道



そば工房

県道 29 号線

そば街道

至 水府

県道 62 号線

獅子舞

そばの花



種子まき



まつり山に下る



一本高足



まつり山に帰る



おいしい
新そばの時期が
やってきた!!

茨城県内のそばまつり



金砂郷のけんちん村まつり

H27. 11/29 (日) 10:00~14:00

常陸太田市交流センターふじ

☆郷土料理「つけけんちんそば」を堪能できる

秋そば収穫祭

H27. 11/29 (日) 10:00~

大子町奥久慈茶の里公園

☆そば打ち体験や千人鍋などが無料で楽しめる

北斗新そばまつり

H27. 11/23 (月・祝)

常陸大宮市道の駅みわ

☆けんちんそばの販売や地元愛好会によるそば打ち

秋の紅葉新そばまつり

H27. 11/22 (日)~23 (月・祝) 10:00~14:00

高萩市花貫ふるさと自然公園

☆そば打ちの実演と販売

新そば祭り

H27. 11/14 (土)~15 (日) 10:00~

下妻市道の駅しもつま

☆新そば粉の販売やそば打ち名人の実演販売

そばまつり

H27. 11/22 (日) 11:00~

五霞町道の駅ごか

☆手打ちそばの無料試食会や新そば粉などの販売

☆番外編☆

常陸秋そばスタンプラリー H27. 11/7 (土)~H28. 1/31 (日)

茨城県北地域の参加そば店及びそば祭り会場にてスタンプを2個以上集めて応募すると、抽選で300名様に特産品をプレゼント！