

東京城北地区の情報を
11万世帯に毎月お届け!

大人の遠足
「手打ちそばに挑戦」
豊島区議会通信
〈第100回 新議長就任〉
大躍進の夏を「塾特集」
「シニア向け施設特集」

ころ、ときめく、新たな発見。



2017
7月号

vol.216

定価200円(税込)

【巻頭特集】この夏、自分にピッタリな学校を探す

Let's go! オープンキャンパス

講義を受けたい

催しに参加したい

情報を知りたい

独創性が光る首都圏の大学を紹介



「手打ちそば」に挑戦 1回2時間、持帰り可

北東製粉 (豊島区南池袋)



講師指導のもとで楽しく



講師の原島さんの妙技

本を示して
くれた後、
次のような
手順で作業
を進めてい
く。
①練り鉢
に入れたそ
ば粉と小麦

お土産として持ち帰ることができ
る点がいい。今回、手製のそば
を自宅で食したが、ボンボン
で細かく切れてしまった。初心
者によくみられる典型的な失敗
例である。
そば打ちは、水加減、粉の練
り方、打ち粉を使うタイミング、
延し棒の使い方、包丁の力加減
など、難しい作業が少なくない。

当日は体験コース(1回13
600円)を選択。まず、エプロ
ンをつけ、手洗いを済ませる。
そして講師の原島恵介さんが見
手前である。

所要時間は約2時間。そばは
お土産として持ち帰ることができ
る点がいい。今回、手製のそば
を自宅で食したが、ボンボン
で細かく切れてしまった。初心
者によくみられる典型的な失敗
例である。

山手線と西武池袋線の交差する
場所、池袋駅南口を出て、通
称「びつくりガード」をぐり、

③均一の厚さを意識しつつ四
角形に整形し、折りたたむ。
④まな板の上ののせ、駒板(細
く均一に切るための板)に沿って
尺包丁で切っていく。

5(大正14)年創業の老舗製粉
会社、北東製粉で運営している
「そば打ち体験教室」に向かった。
「そば打ち体験教室」に向かった。
「そば打ち体験教室」に向かった。



最終工程の「切り」

程度広がったら延し棒(めん棒)
を使って巻きながら伸ばす。

②手で伸
ばし、ある
程度広がら
なければな
い。

職人の奥深い世界の一端を理解
するまでには、多くの経験が必
要なようだ。
「粉の種類や(そばの)太さの
違いによる味わい、のど越しを
楽しんでほしい」と原島さん。
自ら楽しむだけでなく、そば打
ちの妙技を披露し、家族や友人
らから「おいしいねえ」と言わ
せてみてはいかがだろうか。

そばの楽しみ方としては「江
戸ソバリエ認定講座」(主催1江
戸ソバリエ協会、定員50名)も
お勧め。講座や手打ち体験、食
べ歩きなどそば通の養成講座
で、受講料は2万5000円。
8月6日に始動する。

遠足メモ

▽所在地=豊島区南池袋1-15-25▽最寄り駅=池袋駅徒歩7分ほど▽主な講座=体験コース(1回、3600円)、実践コース(5回、1万5420円/10回、2万5710円)▽日程=月~金(10時、13時、18時スタート)、土(10時、13時スタート)▽持ち物=エプロン、手拭タオル、タッパー(持ち帰り用)▽問い合わせ・予約=☎03-3971-6543



JR線路わきに位置