

暑中信州寒晒蕎麦

メディア向け試食会開催

伊那市では「信州そば発祥の地 伊那」の地域ブランドを推進しそば振興を図ってきております。

今年も高遠そば組合では、「暑中信州寒晒蕎麦」の提供を 7 月 19 日(土)より開始いたします。

これに先立ち、報道関係者の皆様に本蕎麦の魅力をいち早くご体験いただく機会として、メディア向け試食会を行いますので、ぜひ、取材いただきますようお願いいたします。

寒晒蕎麦は現在では日本各地にて生産、販売がされておりますがその発祥の地は信州高遠藩であります。1722年に高遠藩から將軍家への献上が始まり、2022年に300年を迎えました。

高遠では、「小寒から立春の1ヶ月間清流に浸漬させた後、寒風に約1ヶ月晒して乾燥させた玄蕎麦を、外殻と甘皮を極力取り除く江戸の製粉方法を用いて粉にする」といった、当時の製法を出来る限り忠実に再現しています。この製法を用いることで、寒晒蕎麦の特徴と言われる、アクが抜け、甘みと風味が増し、もちもち、シコシコとした食感になります。

高遠そば組合では、暑中信州寒晒蕎麦を「伊那の夏の新たな風物詩」とすべく取り組んでおりますので、取材の程、よろしくお願いいたします。

■メディア向け試食会 概要

- ・日時：2025 年 7 月 10 日(木) 17 時～
- ・場所：高遠そば 華留運 〒396-0211 伊那市高遠町西高遠 1621-1
- ・内容：寒晒蕎麦の試食、製法・歴史のご紹介

・ご取材お申込み：お手数ですが【7 月 3 日(木)まで】に、下記連絡先（高遠そば組合事務局）までご連絡ください。その際参加される人数も合わせてお伝えいただきますようお願いいたします。

■暑中信州寒晒蕎麦 提供概要

- ・提供期間：2025 年 7 月 19 日(土)～
- ・提供店舗：ますや、華留運、紅さくら、紅葉軒、きし野 ※各店とも無くなり次第終了

東京でも暑中信州寒晒蕎麦をお楽しみいただけます。

◆東京での提供店舗 蕎麦おさめ 東京都新宿区下落合 3-21-5 TEL：050-5487-7701

■添付資料 ☒ 有 ☐ 無

■問い合わせ先 高遠そば組合事務局 酒井一優 TEL：070-4193-4815 Mail：cefcd33193@gmail.com

本件に関するお問い合わせ先

プレスリリース

2025 年 6 月 23 日

高遠そば組合

暑中信州寒晒蕎麦メディア向け試食会開催

今年も暑中信州寒晒蕎麦が 7 月 19 日(土)より提供開始となります。

これに先立ち、報道関係者の皆様に本蕎麦の魅力をいち早くご体験いただく機会として、メディア向け試食会を行います。

寒晒蕎麦は現在では日本各地にて生産、販売がされておりますがその発祥の地は信州高遠藩であります。1722 年に高遠藩から將軍家への献上が始まり、2022 年に 300 年を迎えました。

高遠では、「小寒から立春の 1 ヶ月間清流に浸漬させた後、寒風に約 1 ヶ月晒して乾燥させた玄蕎麦を、外殻と甘皮を極力取り除く江戸の製粉方法を用いて粉にする」といった、当時の製法を出来る限り忠実に再現しています。この製法を用いることで、寒晒蕎麦の特徴と言われる、アクが抜け、甘みと風味が増し、もちもち、シコシコとした食感になります。

高遠そば組合では、暑中信州寒晒蕎麦を「伊那の夏の新たな風物詩」とすべく取り組んでおりますので、取材の程、よろしく願いいたします。

■メディア向け試食会 概要

- ・日時：2025 年 7 月 10 日(木) 17 時～
- ・場所：高遠そば 華留運 〒396-0211 伊那市高遠町西高遠 1621-1
- ・内容：寒晒蕎麦の試食、製法・歴史のご紹介
- ・ご取材お申込み：お手数ですが【7 月 3 日(木)まで】に、下記連絡先までご連絡ください。
その際参加される人数も合わせてお伝えいただきますようお願いいたします。

■暑中信州寒晒蕎麦 提供概要

- ・提供期間：2025 年 7 月 19 日(土)～
- ・提供店舗：ますや、華留運、紅さくら、紅葉軒、きし野 ※各店とも無くなり次第終了
東京でも暑中信州寒晒蕎麦をお楽しみいただけます。
- ◆東京での提供店舗 蕎麦おさめ 東京都新宿区下落合 3-21-5 TEL：050-5487-7701

【本件に関するお問い合わせ先】

高遠そば組合 事務局

酒井一優 TEL: 070-4193-4815

Mail: cefcd33193@gmail.com

将軍家献上 暑中信州寒晒蕎麦

高遠藩では1722年から「暑中信州寒晒蕎麦」として
将軍家への献上が始まったことが、
内藤家資料である「世常(六)」に、
それまで11月中に塩引鮭を献上していたが、
この年以降は暑中の御機嫌伺いとして
寒晒蕎麦 一箱を献上するようになったと
記されています。

伝統の製法で再現

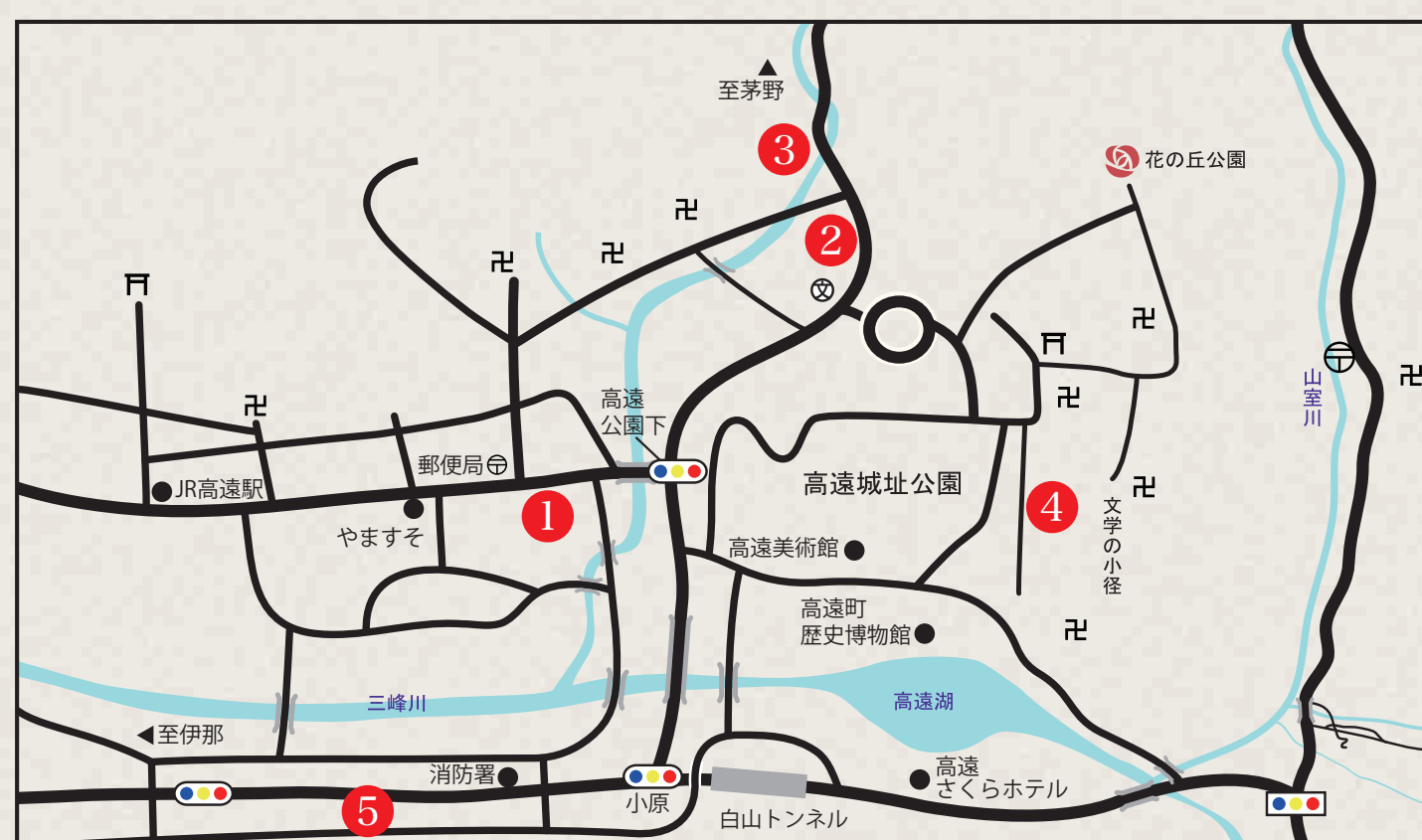
寒晒蕎麦の製法は、元禄十年(1697年)刊の「本朝食鑑」に、
臘月(陰暦十二月)、「殻のついたままの好い蕎麦を
三十日間水に浸し、立春の日に取り出し、
曝(さらし)乾してから収蔵するもの」と記載されており、
寒の入りの小寒から寒の空けの立春まで浸水させた後に
寒風に晒して乾かす方法が伝統的な作り方として記述があり、
当時と同じ製法で寒晒を行っています。

甘味と弾力をより感じる 高遠の寒晒蕎麦

極寒の清流に浸け、寒風に晒された蕎麦は、
あくが抜けて甘みとデンブンの弾力が増し、
蕎麦がより白っぽくなります。
普段の何倍も手間と時間をかけた
「暑中信州寒晒蕎麦」を
手打ち十割でお楽しみください。

各店とも無くなり次第終了と
なりますのでご了承ください

- | | | | |
|----------------|----------------------------------|---|----------------------------------|
| 1 高遠そば
華留運 | TEL.0265-94-4277
高遠町西高遠1621-1 | 4 蕎麦
きし野 | TEL.0265-97-1096
高遠町東高遠2226-1 |
| 2 高遠そば
ますや | TEL.0265-94-5123
高遠町東高遠1071 | 5 楽座
紅葉軒 | TEL.0265-94-2154
高遠町小原305-1 |
| 3 高遠そば
紅さくら | TEL.0265-94-5580
高遠町東高遠1656-1 | 東京で寒晒蕎麦を味わえるお店 | |
| | | 蕎麦 おさめ TEL.050-5487-7701
東京都新宿区
下落合3-21-5 | |



寒晒蕎麦 発祥の地 高遠

将軍家献上

提供開始
令和7年7月19日(土)

数量限定

主催 / 高遠そば組合 後援 / 伊那市・伊那市観光協会