

100年フードデータベース

都道府県名	長野県		
100年フード名	献上寒晒しそば		
認定部門	<input checked="" type="checkbox"/> 伝統部門 <input type="checkbox"/> 近代部門 <input type="checkbox"/> 未来部門		
発祥時期	<input checked="" type="checkbox"/> 記録あり <u>1789年</u> ・ <u>江戸時代</u>		
主な伝承地域	長野県茅野市内		
食文化ストーリー (歴史・文化・関連行事等)	<p>献上寒晒しそばの歴史は古く、江戸時代寛政元年に、現在の茅野市内にあった18か村による高島藩への上納記録が見られます。高島藩ではこれを夏の土用そばとして「暑中寒晒蕎麦」を将軍家へ献上していました。また、贈答としても用いていたようです。当時、「暑中寒晒蕎麦」を生産することには高い技術を必要とし、それはかなりの高級品であったことが様々な文献からもうかがうことができます。寒晒しそばは、冷え込みが最も厳しく川の水がきれいになる大寒の時期に10日間ほど清流にそばを浸し、天日と寒風に晒すもので、夏の時期（7月下旬頃）になっても悪くならない（保存期間が長くなる）とって珍重されてきました。一時期寒晒しそばの伝統は途切れていましたが、近年になって有志によって復活し、その後、茅野の気候を活かしたそばのPRを主活動としている「八ヶ岳蕎麦切りの会」によって引き継がれ、寒晒しそばの栽培から提供までを行い、伝統文化の継承に努めています。新年には諏訪大社上社で、そばの実を神前にて清める「清祓式」を行ったり、夏の土用丑の日頃から加盟店で、「献上寒晒しそば祭り」と称し一斉に販売をしています。</p>		
特徴	食材	茅野市産の玄蕎麦（そばの実）	
	製造方法・調理法	地域特有の冷え込みが最も厳しく川の水がきれいになる大寒の時期に10日間ほど清流にそばを浸し、天日と寒風に晒す	
	道具・食器	特になし	
	種類・主な食べ方	<input type="checkbox"/> 米・餅・寿司 <input checked="" type="checkbox"/> 麺類 <input type="checkbox"/> 粉もん <input type="checkbox"/> 酒 <input type="checkbox"/> 茶 <input type="checkbox"/> 菓子 <input type="checkbox"/> 調味料 <input type="checkbox"/> 野菜 <input type="checkbox"/> 魚介類 <input type="checkbox"/> 肉類 <input type="checkbox"/> 海藻 <input type="checkbox"/> 山菜 <input type="checkbox"/> 日常食 <input type="checkbox"/> 保存食 <input type="checkbox"/> 発酵食品 <input type="checkbox"/> 行事食 <input type="checkbox"/> 贈答品	
保護・継承の取組	そばに係る生産者、加工者、実需者で構成しているため、100年フードをきっかけとした更なるそばの振興（イベントの復活等）を図っていきたい。		
もっと知りたい 食べてみたい 行ってみたい方に	<p>【知】茅野八ヶ岳そば振興会議 https://chino-yatsugatake-soba.jimdofree.com/</p> <p>【知】書籍：茅野市史中巻 https://www.city.chino.lg.jp/soshiki/chiikisenryaku/1091.html</p>		