

生麺

季節のお薦め

「冷凍」藪生そばを使った 温担々風そば湯つけそば



器：島るり子

商品番号

616K、618 (11ページ)



おいしい
こだわり



そばの茹で湯には蕎麦の栄養が多く溶け込んでいます。この茹で湯にさらにそば粉を足し、加熱することで濃厚なそば湯が完成。つゆで割って飲むだけでなく、ごまペーストとラー油を加えてアレンジすれば、風味豊かな担々風のつけ汁になります。

▶10ページにこちらの器の紹介がございます

ごまの風味にそば湯がアクセント

担々風のつけ汁にそば湯を合わせるため、そば湯までおいしい「冷凍」藪生そばを使用。甘皮から挽き込んだ藪そばの力強い風味が担々風のつけ汁のコクをまとい、奥行きのある味わいに。

レシピ ④ 温担々風そば湯つけそば

【材 料】 そば、希釈つゆ、ごまペースト、ごま油、にんにく、ラー油、ねぎ、そば粉

【作り方】 ①ごまペースト小さじ1杯にごま油小さじ1杯を加えよく混ぜる ②表示通りにそばを茹で、水で締める ③1にお好みでにんにく、ラー油、好みの濃さに希釈したつゆを加え、茹で湯にそば粉を加えて加熱したそば湯を注いで好みの濃さのつけ汁を作る ④つけ汁に白髪ねぎをあしらう



器：島るり子

開田産プレミアム蕎麦 お取り寄せ生そばなまを使った
冷そばの実つけそば

商品番号

330、331 (11ページ)



おいしい
こだわり



焼締めやき締めの小さなボウル。軸葉じくはを使わず高温で焼成しているため、すり鉢に比べて、ごまやくるみ、そばの実をふんわりすりおろすことができる上に、そのまま器としても使える優れものです。

蕎麦の香りをまるごと味わう

つゆに加えたそばの実の芳ばい香りに負けないよう「開田産プレミアム蕎麦 お取り寄せ生そば」をセレクト。アクセントにすだちをひと絞しぼりすれば、生そばのおいしさを存分に味わえます。

レシピ 冷そばの実つけそば

【材 料】 そば、希釈つゆ、そばの実、すだち

【作り方】 ❶そばの実大さじ1杯分をフライパンなどで軽く煎って、器に移し好みの大きさにすりつぶす ❷表示通りにそばを茹で、水で締める ❸好みの濃さに希釈したつゆを、すりつぶしたそばの実の入った器に注ぐ ❹3のそばつゆにすだちをしぼり加える

半生麺

季節のお薦め

① 温磯辺餅そば

信州産黒い藪蕎麦「SABI」を使った



器：島るり子

商品番号

988、989 (12ページ)

172、175 (21ページ)



おいしい
こだわりの



焼締めの大きいボウル。使用前に必ず毎回水にくぐらせてから盛り付けると油シミなどができにくくなり見た目も美しく保てます。使い続ければ大変艶やかな風合いも出てきます。

白い餅と黒いそばのコントラスト

器の真ん中に堂々と鎮座する磯辺餅そばには、食べ応えのある大きな磯辺餅と一緒に食べても蕎麦の風味をしっかりと感じられる「信州産黒い藪蕎麦 [SABI]」が良く合います。

レシピ ① 温磯辺餅そば

【材 料】 そば、希釈つゆ、切り餅、海苔、七味

【作り方】 ①切り餅をトースターなどで焼き、希釈つゆ大さじ1杯程度を絡めて海苔を巻く ②好みの濃さに希釈したつゆを作る ③表示通りにそばを茹で流水でそばのぬめりをとる ④2のつゆにそばを入れ、温め直してから器に入れその上に1で作った磯辺餅をのせる ⑤好みで七味をふりかける



器：島るり子

開田産石臼挽き蕎麦 佗「WABI」を使った
冷揚げ餅そば

商品番号

815D、988、989

(12ページ)

813(21ページ)



おいしい
こだわり



お正月などの残りで固くなってしまったお餅は、小さくカットして揚げてみてください。ひと手間を加えるだけで食感をアレンジできるだけでなく、揚げた油がつゆにコクをプラスしてくれます。

サクッ、モチッ、つるり

正月に余った餅はちょっとアレンジ。小さく切って、油で揚げて、そばに浮かべます。食感楽し、腹持ち良しの揚げ餅は、細麺でのどごしの良い「開田産石臼挽き蕎麦 佗[WABI]」と好相性です。

レシピ ④ 揚げ餅そば

【材 料】 そば、希釈つゆ、
お好みの餅(玄米餅、
豆餅、きび餅など)、
三つ葉、油

【作り方】 ❶お好みの餅を1.5センチ角程度に切り、5分くらい油で揚げて、軽く塩をふる ❷表示通りにそばを茹で、水で締める ❸好みの濃さに希釈したつゆを作る(冷たいままでも温めてもOK) ❹三つ葉を添える

乾麺

季節のお薦め



器：島るり子

信州産蕎麦 乱れづくりを使った ①温 干し椎茸の含め煮そば

商品番号

926、940 (13ページ)

960、961 (19ページ)



おいしい こだわり



椎茸の出汁は、旨味・栄養の素です。含め煮を作る際に出た干し椎茸の戻し汁も活用しましょう。戻し汁で希釈つゆを割ると椎茸の旨味や栄養がたっぷりしみ出たつゆになります。

椎茸の旨味と跳ねる食感

「信州産蕎麦 乱れづくり」は温かいそばにしても跳ねるような食感と、つるりとした喉越しが楽しめるのが特徴。椎茸の旨味がたっぷりしみ出たつゆの強い味わいにも負けません。

レシピ ①温 干し椎茸の含め煮そば

【材 料】 そば、希釈つゆ、干し椎茸、小松菜、和からし

【作り方】 ①干し椎茸6枚を半日ほど水で戻す。その際、戻し汁は残しておく ②戻した干し椎茸を希釈つゆと戻し汁を1：2の割合で合わせた出汁で10分程度弱火で煮て、椎茸の含め煮を作る ③希釈つゆに戻し汁を合わせ、好みの濃さのつゆを作る ④表示通りにそばを茹で流水でそばのぬめりをとる ⑤3のつゆにそばを入れ、温め直してから器に入れ、椎茸の含め煮、茹でた小松菜、和からしをのせる



器：島るり子

開田産プレミアム蕎麦更科「白」を使った
冷薬味そば

商品番号

940、952(13ページ)

950(19ページ)



おいしい
 // こだわり



別皿に盛った薬味などを好みでトッピングしてみてください。どっさりとお楽しみ、彩り良く盛り、少しずつ加えていくと味の変化を楽しむのもおすすめです。

喉越しと薬味の心地よさ

たっぷりの薬味と一緒に味わうぶっかけそばには、細く透き通った味わいの「開田産プレミアム蕎麦 更科[白]」がぴったり。更科ならではの甘みを薬味が一層引き立てます。

レシピ ④ 薬味そば

【材料】 そば、希釈つゆ、お好みの薬味など(小口ねぎ、ちりめん山椒、スプラウト、ごま、椎茸の含め煮、うずらの生卵)

【作り方】 ①干し椎茸を半日ほど水で戻す。その際、戻し汁は残しておく ②好みの薬味などを皿に盛る ③表示通りにそばを茹で、水で締める ④水の代わりに干し椎茸の戻し汁と希釈つゆで好みの濃さのつゆを作る

「鴨すきそばと、そばを彩る器」

そばと暮らす。

— Vol.3

大森まゆみさんのイチオシ
島るり子の粉引のボウル



信州 岡田高原
そば 製 島るり子

写真の鴨すきそばには、
11ページで紹介している
「[冷凍]生そば(6食)」
(商品番号：616K)を
使用しています。

フードコーディネーター

大森まゆみさんの器えらび

島るり子さん(草草舎)の器は、日々の料理を素敵に一品に変える力があります。著書「島るり子のおいしい器」(扶桑社)からもわかるように、ご自身もお料理上手。なので、素材、料理を引き立てる器がうまれるでしょう。

今回、私が紹介する粉引のボウルは、両手にすっぽり収まるサイズで、コーヒーやお抹茶、デザートにも使えますが、私はそばを食べるときのつけ汁椀として便利に使っています。食べはじめから、そば湯を入れて飲み干すところまで、この器ひとつで

おいしく頂く。白泥を掛けた粉引の器の茶色の部分は素地の土の色で、指や息を吹きかけた跡です。すべて表情がちがうので、食卓を楽しく「おいしい！」を演出してくれます。

霧しなのお取り寄せカタログの商品は、どれもこだわりが詰まったものばかり。島るり子さんの丁寧な作られた器に出合ったら、より一層おいしさが際立つはず。ぜひ一度お手にとってみてください。そして、お気に入りの器でそばと暮らす生活をお楽しみください。(文・大森まゆみ)



島るり子の粉引のボウル(1個)

直径120mm×高さ90mm

※手作りの為、若干の誤差が発生する場合があります

商品番号 505

5,500円(税込)

送料別

受付期間：12月15日まで

商品発送：2024年1月末より順次発送

※1個の価格です。 ※ご注文締切後より製作し、発送いたします。 ※ご注文は電話(フリーダイヤル)のみの受付となります。 ※他商品との同梱、同送はできません。(送料も別計算となります) ※購入金額に関わらず、本商品の送料はお客様負担となります。

年越しそば限定商品のご案内

出荷日限定商品



生そば
12/27(水)
出荷限定

ポイント
限定
早割

にしんのうま煮3尾付 なま
信州産八割生そば (6食)

商品番号 430N 生 麺

4,950円 (税込)

冷蔵便 送料込み

消費期限：冷蔵で6日間

信州産蕎麦 八割そば つゆ付き

- 信州産八割生そば…(120g×2)×3袋
- ざる・かけ兼用そばつゆ(希釈タイプ)…300ml×1本
- にしんのうま煮…3尾

※生そばはギフト好適化粧箱に入ります。 ※エコ包装はございません。 ※全包装(有料30円)は、包装紙での包装ではなく段ボールで商品化粧箱を梱包(二量梱包)する体裁となります。 ※商品化粧箱への送り状直接貼付を望まれない場合は、全包装をご選択ください。(詳しくはP26を参照ください)



半生そば
12/22(金)
出荷限定

ポイント
限定
早割

にしんのうま煮3尾付
信州産八割蕎麦
悠 [HARUKA] (6食)

商品番号 221N 半生麺

4,560円 (税込)

常温便 送料込み

賞味期間：常温で90日間

信州産蕎麦 八割そば つゆ付き 紙袋小適応品

- 信州産八割蕎麦 悠 [HARUKA]…90g×6袋
- ざる・かけ兼用そばつゆ(希釈タイプ)…300ml×1本
- にしんのうま煮…3尾

※半生麺商品に記載の賞味期間は、製造日から起算した期間を表示しております。お客様のお手元には記載の賞味期間から少なくとも概ね3分の2を残した期間の商品のお届けとなります。

ご注文は ☎ 0120-026-447

フリーダイヤル受付/9:00~17:00(土曜・日曜・祝日を除く)

お申込期間：2023年12月15日(金)まで

商品発送：430N 2023年12月27日(水)限定

221N 2023年12月22日(金)限定



京都発祥の「にしんそば」は、明治の頃から食べられている料理。にしんの脂と甘辛いうま煮のタレが溶け出し、深いコクと旨味を加わったそばつゆに、そばとにしんの身を絡めて食べれば、もう絶品。

温かいそばが恋しくなる冬ならではの味です。

そんな「にしんそば」を年越し前の忙しいときにもご家庭ですぐご支度いただけるよう、にしんのうま煮をセットにした限定商品をご用意しました。そばは、甘辛く煮た身欠きにしんの旨味との相性を考えて厳選。

蕎麦の風味や麺の太さにこだわった生麺「信州産八割生そば」と、

蕎麦を甘皮まで挽き込むことで風味高く、麺は薄く幅広にすることでつゆの絡みが良くなった

半生麺「信州産八割蕎麦 悠[HARUKA]」の2種類からお選びいただけます。

早期割引

11月19日(日)まで、
インターネット・オンライン注文に限り

10%割引!

インターネット
限定



インターネット限定
早期割引対象商品

このマークがついている商品が対象です。

