

## よしむらのにしんそば（瞬<sup>しゆん</sup>そば）

瞬そばとは瞬間冷凍によって打ちたての鮮度・風味を閉じ込めた、よしむらの手打ちそばです。

瞬そばは特別な冷凍技術を用いておりますので、解凍後の再冷凍はご遠慮ください。

### そばへのこだわり

全国の生産者から直接仕入れたそばの実を、石臼で挽いて手打ちしております。

- ・国産そば粉を8割、つなぎ（北海道産小麦粉）を2割使用した二八そばでございます。
- ・温だしは、2年ほど寝かせて旨味成分が凝縮した北海道利尻産昆布と、鰹節など4種類の削り節から引いた出汁で合わせております。

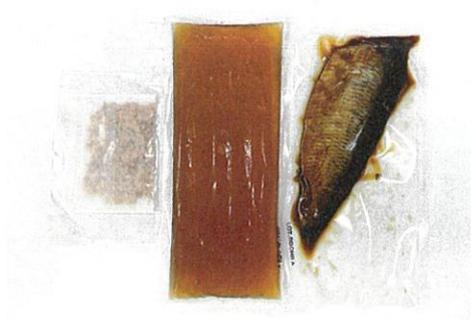
### にしんそばセット（瞬そば）

北海道産の「身欠きにしん」（おろして乾燥させたもの）を骨が柔らかくなるまでしっかりと炊きあげたひとしなです。

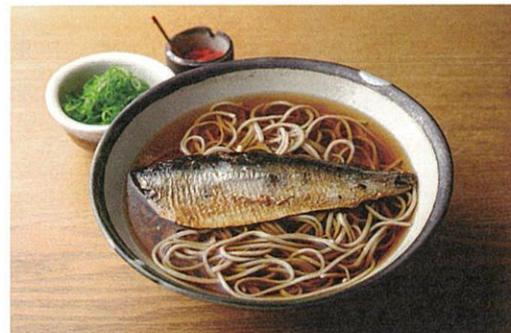
※明治時代、山に囲まれた京都中心部には新鮮な魚が入ってこなかったため「身欠きにしん」は保存の効く魚として用いられておりました。

「にしんそば」は食べなれた身欠きにしんとそばを合わせた、京都発祥のそばとされております。

にしん1食分



盛りつけ例



## 【ご用意ください／大きな鍋・ざる・菜箸】

※解凍後は賞味期限に関わらず当日を含めて3日以内にお召し上がりください。

### にしんそばセットの調理方法

- ① にしんを袋のまま流水に浸けて解凍後、袋から出し、お皿に移してラップをし500wで1人前は約1分、2人前は約1分20秒温めてください。  
→温めすぎるとにしんが破裂してしまうので注意してください。
- ② 温だしを袋のまま流水に浸けて解凍後、小鍋に温だし1袋(200ml)を入れ水300ml(2人前は2袋に水600ml)と同梱のだしパックを加え火にかけ、沸騰したらだしパックを取り除きます。

### そばの解凍方法

- ・電子レンジで解凍の場合、瞬そばを容器から取り出してお皿に移し、ラップをかけずに電子レンジで解凍ください。  
※2人前の場合は200W(解凍モード)で3分間、  
1人前の場合1分30秒です。
- ・冷蔵庫で解凍の場合、3時間以上が目安です。



このまま電子レンジへ

### そばの湯がき方

- ・そばがくつつく為、3ℓ以上のお湯で湯がき、一度に鍋に入れるのは2人前までにしてください。
- ・複数ご購入いただいた場合、職人の名前が異なるものとは別々に湯がくことをおすすめします。



- ① 沸騰したお湯に解凍したそばを入れ、鍋の底にくっつかないように最初に軽くかき混ぜて再沸騰してそばが動き出してから1分30秒湯がきます。  
(お好みでご調整ください)

かき混ぜすぎるとそばが切れやすくなるのでご注意ください。

※途中お箸でかき混ぜたり差し水はせずに、吹きこぼれないよう火を調節してください。



- ② 火を消した後にざるですくい上げ、流水でぬめりを取り、茹でたお湯に少しつけて温めてから水気を切ってください。

- ③ 沸騰した にしんそばセットの調理方法② の温だしを器に移し、水気を切ったそばとにしんを入れてお召し上がりください。  
また、お好みでネギや一味を入れるのもおすすめです。