

【へぎそば】

へぎそばは、十日町（とおかまち）独特の麺であり、その誕生の物語は町の織物生産の歴史と関連している。十日町の歴史の大部分において、女性は長い冬の間、植物繊維から糸を撚ってきた。糸は滑らかではなかったため、江戸時代（1603～1867）には布海苔（ふのり）が使われ始めた。布海苔とは糊付けに使用される海藻で、糸を滑らかにして補強する接着剤となる。乾燥させた布海苔は沿岸から輸入され、食材として生でも使用されていた。

そばは、何世紀もの間十日町で作られてきた。この習慣がいつ始まったか記録した書物は残っていないが、19世紀初頭には、布海苔がつなぎとしてそば生地に加えられるようになり、十日町に独特なそばが生まれたと言われている。

へぎという名前は、麺が盛られた平らな木箱に由来している。言い伝えによると、ある人が隣人においしいそばを分けてほしいと頼んだときにその伝統が始まったと言われている。器がみつからなかった隣人は、典型的な十日町家庭に必ずあるへぎを用いたのである。いつもの習慣で、隣人はそばを糸のかせと同じ8の字形に巻き上げ、これが実用的で見た目にも良いと評価された。そばは現在もこの方法で提供されている。

へぎそばは、100%そば粉のそばとは違い、見た目もなめらかで艶がある。食感は硬く弾力があり、普通のそばのように木の実の風味があまりしない。他の地域ではわさびが薬味として一般的に使用されているが、十日町地区では、葉からしや、チャイブの一種であるアサツキの球根を乾燥させたものも使用する。